

Juni bis September 2018



dem
leben
auf der
spur

Inhaltsverzeichnis

Vorwort Anna Pfleger	3
Wir übernehmen Schöpfungsverantwortung	4
Veranstaltungsüberblick	32-34
Für Kurzentschlossene	5-6
Veranstaltungen	
urlauben inkl. Blick voraus	10-16
Spiritualität & Glaube inkl. Blick voraus	17-24
Lebensgestaltung inkl. Blick voraus	25-29; 36-37
Gesellschaft & Generationen inkl. Blick voraus	38-42
Lebenskultur & Kreativität inkl. Blick voraus	43-50
Glanzlichter	
Fastenangebote im Überblick	8
Exerzitienangebote im Überblick	9
Lehrgang zur Gewaltfreien Kommunikation	42
Mit uns verbunden	
Benediktinerinnen-Kloster St. Gabriel	52
kfb - Katholische Frauenbewegung	53
Verein <i>Wir für das Haus der Frauen</i>	54-55
Aus dem Haus	
Dankeschön-Fest	57
Auf Wiedersehen!	57
Himmlisch heiraten	58
Aufblühen	58
SERIENANGEBOTE	59
Einzelberatung	60
Heilsame Klänge	60
Mein Leben neu ordnen	60
Im Rhythmus des Lebens schwingen	60
Information, Anmeldung und Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln	61
Impressum	61
<i>Allgemeine Geschäftsbedingungen</i>	62
Unsere Preise	63
Gutscheine für das Haus der Frauen	63

Wir sind für Sie da:

Montag bis Freitag, jeweils von 8.30 bis 12.30 Uhr,
Tel. 03113/2207.

Außerhalb der Bürozeiten freuen wir uns über eine Nachricht per
E-Mail: kontakt@hausderfrauen.at

Titelbild © Reitbauer Johnny, „Erotischer Segen durch die Blume“,
Ausschnitt



**dem
leben
auf der
spur**

Liebe Gäste,
liebe Freundinnen und Freunde
des Hauses!

Dem Leben auf der Spur sein!
Nicht nur in den besonderen
Zeiten eines Urlaubs, sondern
auch im Alltag immer wieder
Leben in seiner Fülle und Tiefe
erfahren! *Niemand ist zu jung
oder zu alt, um etwas für die
Gesundheit der eigenen Seele
zu tun* (Epikur): Nutzen wir
unser Potential, sorgen wir für
ein Milieu, das Körper, Geist
und Seele gut tut. Selbstliebe
und Selbstfürsorge sind die
Basis für Nächstenliebe und
Hilfsbereitschaft. Das Wissen
um meine Begabungen, meine
Ziele und Ressourcen ermutigt
mich, dem Leben zu trauen und
für das Wirken der göttlichen
Geistkraft durchlässig zu sein.

Dem Leben auf der Spur sein!
Die vielfältigen Bildungsange-
bote in unserem Programmheft
wollen Sie dafür begeistern und
dabei unterstützen. Lassen Sie
sich inspirieren bei der steir-
ischen Uraufführung einer
Messe aus der Feder von zwei
Frauen: Wir freuen uns auf zahl-
reiches Mitfeiern von Frauen
und Männern in der Langen
Nacht der Kirchen am 25. Mai.

Als weitere Highlights seien die
beiden Lehrgänge *Gewaltfreie
Kommunikation* und *Neue Wege
wagen* – letzterer neu konzi-
piert – hervorgehoben.

Unser Zukunftsprozess „Haus
der Frauen INNOVATIV“ trägt
weiter Früchte, wie etwa beim
Urlaubsangebot *Zeit für mich*.
Verbringen Sie alleine, mit
Partner oder Freundinnen einige
Tage bei uns und erleben Sie
die Besonderheit dieses heil-
samen kirchlichen Andersorts.
Als spezielles Angebot für die
nächsten Monate haben wir das
Package *Ins Leben pilgern* ge-
schnürt.

Gelebte Gemeinschaft und
inspirierendes Engagement
verdanken wir an diesem Ort
besonders unseren vielen Frei-
willigen, die wir am 15. Juni
zum ersten Dankeschön-Fest
einladen.

Für den bevorstehenden
Sommer wünschen wir Ihnen
reizvolle Wege, um dem eigenen
Leben lustvoll auf die Spur zu
kommen!

Mag^a Anna Pflieger, MBA
Leiterin des Hauses

**Die chronologische Übersicht aller Veranstaltungen von Juni bis
September 2018 befindet sich in der Mitte des Heftes.
Damit haben Sie unsere Haus-der-Frauen-Termine auf einen
Blick – zum Herausnehmen!**

Wir übernehmen Schöpfungsverantwortung mit Freude & Know-how

Die Oststeiermark ist der Garten Österreichs. Tatsächlich leben wir in einem wahren Paradies an regionalen Produkten, die an Vielfalt, Kreativität und Qualität kaum zu übertreffen sind. Dieses Paradies möchten wir auch unseren Gästen näherbringen, indem wir möglichst viele regionale LieferantInnen für uns gewinnen. An dieser Stelle stellen wir Ihnen einige davon vor.

Starten möchten wir mit dem **Weingut Wolfgang Lang**: Am Weingut werden von Keller- und Weinbaumeister Wolfgang Lang ausschließlich Trauben aus eigener Ernte zu Qualitätsweinen in verschiedenen Sorten verarbeitet. Die vielfach prämierten Weine werden stets in klassisch-steirischer Geschmackstradition – frisch und fruchtig, mit harmonischem Säurespiel – ausgebaut. Auch die große Rotweinvielzahl lässt keine Wünsche offen und reicht von leichten, milden Sorten bis hin zum kräftigen Barrique. Spezialitäten wie Spätlese oder Auslese runden das Sortiment ab. Weiters werden von Obstbaumeister Wolfgang Lang die verschiedenen Obstsorten des Betriebes zu naturbelassenen Säften, Nektar und Edelbränden verarbeitet. Neu im Sortiment sind der Aroniawein (ausgezeichneter Aperitif) und der Johannisbeerwein (Christine's Liebling „...ein Ribiselwein mit dem Geschmack von damals und der Qualität von heute...“)

An dieser Stelle noch einmal der Hinweis: Wenn auch Sie sagen, Sie können auf die gedruckte Version des Programmes verzichten, bitten wir Sie, uns Bescheid zu geben. Sie erreichen uns von Montag bis

Freitag von 8.30 bis 12.30 Uhr unter 03113/2207 sowie unter kontakt@hausderfrauen.at.

Nutzen Sie bitte verstärkt unseren monatlichen Newsletter bzw. laden Sie unser Programm jederzeit von unserer Homepage www.hausderfrauen.at herunter! Sobald das neue Programm online ist, informieren wir Sie mittels Newsletter.

Mittlerweile ist der **klimaneutrale Druck** Standard: Dieses Heft wurde nach höchsten Ansprüchen hinsichtlich Umwelt- und Klimaschutz gedruckt. Die CO₂-Emissionen für dieses Produkt betragen 1.557 kg. Als freiwilliger Beitrag zum Klimaschutz werden die entstandenen Emissionen kompensiert. Damit wird das Klimaschutzprojekt „Biomasse (Kohleausstieg) Soacha, Kolumbien“ unterstützt. Über folgende URL erhalten Sie weitere Informationen über die Kompensation und das unterstützte Klimaschutzprojekt: www.climatepartner.com/10911-1804-1006



Der klimaneutrale Druck wurde gesponsert von

Margrit de Colle,
Bioblumenbäuerin
„Vom Hügel“
www.vomhuegel.at

Vielen herzlichen Dank!



Für Kurzentschlossene

Trauercafé | Begleitung bei Verlust und Tod

Mittwoch, 9. Mai, 17.00 bis 19.00 Uhr

Leitung: Anita Fenz, Dipl. Pastoralassistentin (PA), Ausbildung
Krisenintervention und Regina Stampfl, Dipl. PA, Ausbildung
Krisenintervention und Hospiz

Kosten: € 5,00 Teilnahmebeitrag inkl. 1 Getränk

Anmeldung: bis 8. Mai

Tauschen fördert Talente | Talentenetz Oststeiermark

Mittwoch, 9. Mai, 19.30 Uhr

Information: Maria Prem (Tel. 03113/2077,
talentenetz@gmx.at)

Keine Anmeldung erforderlich.

Wir spielen Tarock, ein wahres Vergnügen | Tarockabend

Dienstag, 15. Mai, 18.00 Uhr

Tarockbegeisterte treffen sich monatlich zu unterhaltsamen
und spannenden Spielabenden.

Leitung: Mag^a Barbara Hatzl, Geschäftsführerin des Vereins
Wir für das Haus der Frauen

Kosten: € 7,00 Teilnahmebeitrag

Anmeldeschluss: 14. Mai

Umbruch: Geist und Erneuerung | RegiobühneWeiz

Donnerstag, 17. Mai, 14.30 bis 17.00 Uhr

Das Haus der Frauen präsentiert sich in Weiz gemeinsam mit
der kfb Dekanat Weiz und der diözesanen Frauenkommission
mit Mitmachaktionen, dem Markt der Innovationen und einem
Mitmach-Bühnenprogramm mit Heilsamem Singen,
Klangschalen-Meditation und Kreistänzen.

Ort: Weiz

Freier Eintritt, keine Anmeldung erforderlich!



LANG

Die ideale Weinbegleitung
für Ihr Sommerfest!

Verkostung und Verkauf
täglich möglich –
telefonische Voranmeldung
erbeten

Nur 1,5 km vom Haus der
Frauen entfernt!

Weingut Wolfgang Lang
8222 St. Johann bei Herberstein 27
0660 / 66 96 212
weingut@langwein.at

Toptipp: Frau – wir erinnern dich | Eine „Frauenmesse“ für Frauen und Männer

Lange Nacht der Kirchen, Freitag, 25. Mai, 19.07 Uhr
Diese von zwei Frauen gestaltete Messe ist eine steirische Uraufführung mit einem eigens dafür zusammengestellten Frauenchor. Wir freuen uns über Ihr zahlreiches Mitfeiern!
Im Anschluss: Agape

Ort: Pfarrkirche St. Johann/Herberstein
Freier Eintritt, keine Anmeldung erforderlich!

Wohlfühltag | Urlaub miteinander für Frauen

Sonntag, 27. Mai, 15.00 Uhr bis Mittwoch, 30. Mai, 13.00 Uhr
Entschleunigen, nichts planen, nichts erledigen. Nur da sein.
Vielleicht auch ein Tänzchen wagen oder ein bißchen trommeln?
Leitung: Cornelia Rosenberger, Begleiterin, Heiltrommlerin
Kosten: € 199,50 alles inklusive im Zweibettzimmer,
€ 214,50 im Einbettzimmer
Anmeldeschluss: 21. Mai



**TIERWELT
HERBERSTEIN**

**Besuche
Löwin „Amira“
Täglich
geöffnet!**

TIPP
Gutscheine &
Tickets online
erhältlich.

**Löwenstarker
Familienspaß**
www.tierwelt-herberstein.at

Riegerbauer

LANDGASTHOF · SEIT 1652

Save the date | Bitte vormerken

Abschlussfest Diözesanubiläum

Der Höhepunkt der Jubiläumsfeiern zum 800jährigen Bestehen der Diözese Graz-Seckau ist ein zweitägiges Fest in Graz mit folgenden Highlights:



Kirchenmeile

Samstag, 23. Juni, 10.00 bis 17.00 Uhr

Das Haus der Frauen präsentiert sich mit einem Stand in der Herrengasse: Erleben Sie vor Ort die „Frischzelle“ Haus der Frauen! Wir freuen uns über Ihren zahlreichen Besuch!

Siehe S. 19

Gemeinsame Eucharistiefeier im Stadtpark Graz

Sonntag, 24. Juni, 10.00 Uhr

Die Gemeinschaft der KatholikInnen in der Steiermark untereinander und mit ihrem Bischof soll deutlich erfahrbar werden. Gerne möchten wir Sie dazu einladen!

Vorschau: 5. Lehrgang: „Neue Wege wagen“

Ziele:

- Frauen befähigen, Kirche NEU frauengerecht zu gestalten, Feuer in diesem Umbruch zu schüren
- Frauen befähigen, Gruppen und Runden zu leiten
- Frauen befähigen, ihr eigenes soziokulturelles und gesellschaftspolitisches Umfeld positiv mitzuprägen

Ausbildungsschwerpunkte:

Persönlichkeitsbildung & Charismen-Förderung,
Kommunikation, Moderation, Spiritualität und Rituale,
Kirche NEU & gesellschaftspolitische Handlungskompetenzen

Termine:

- Einführung: Freitag, 9. November 2018
- Modul 1: 18. – 20. Jänner 2019
- Modul 2: 8. – 10. März 2019
- Modul 3: 26. – 28. April 2019
- Modul 4: 20. – 23. Juni 2019
- Modul 5: 11. – 13. Oktober 2019
- Abschluss: 16. November 2019

Ankündigung: 4. Frauenreise: Rund um das „Schwäbische Meer“

Montag, 26. August bis Samstag, 31. August 2019

Unsere geplante Reiseroute führt uns diesmal rund um das „Schwäbische Meer“ (Bodensee, Lindau, Bregenz, Insel Mainau,...)

Bitte merken Sie sich diesen Termin vor. Anmeldungen sind bereits möglich!

Tipp: Vielleicht mit einem Gutschein ein tolles Muttertagsgeschenk?

Fastenangebote im Haus der Frauen

Siehe S. 8

Exerzitionenangebote im Haus der Frauen

Siehe S. 9

„Tu deinem Körper Gutes, damit die Seele Lust hat, darin zu wohnen“.

Teresa von Avila

Unsere Fastenangebote im Überblick:

Fasten verspricht einen Urlaub mit Mehrwert – für Körper, Geist und Seele.

Laden wir die Leichtigkeit ein und befreien uns vom Zuviel im eigenen Leben. Ob Basenfasten oder Fasten nach Buchinger – Sie kehren erleichtert und gestärkt in den Alltag zurück. Dieser Urlaub macht Sie einfach lebendig!

Unsere Packages beinhalten:

- Übernachtungen mit Fasten-Vollpension
- Einfühlsame Fastenbegleitung durch ausgebildete Fasten- und Gesundheitstrainerinnen
- Gemeinsame Gespräche, Zeit für sich selbst
- Infrarotkabine, Steinlabyrinth, Kneipp-Dorfrundweg
- Leberwickel, Bewegung, Teilmassage
- Ernährungs- und Fastenberatung
- Impulse für die Nachfastenzeit
- Parallel laufendes Bildungsangebot ist zubuchbar
- (Weitere) Massagen ebenfalls zubuchbar



Im Wenigen die Fülle entdecken | Fasten für Gesunde

nach der Buchinger/Lützner-Methode

Freitag, 9. November, 18.00 Uhr

bis Freitag, 16. November, 13.00 Uhr

Es geht in dieser Woche für Frauen und Männer um ein ganzheitliches Fasten. Ruhe und Stille stärken unsere Wahrnehmung und gleichzeitig können wir unsere Einmaligkeit entdecken.

Auf vielfachen Wunsch wieder einen Tag länger!

Kosten: € 639,00 alles inklusive im Einbettzimmer

(zusätzlich inkludiert: Gesprächseinheiten mit Sr. Amata Rindler, SDS)

Basenfasten – federleicht | Eintauchen in einen wahren Jungbrunnen. Aufgrund der großen Nachfragen können wir 2019 zwei Termine anbieten:

Sonntag, 10. März, 16.00 Uhr bis Freitag, 15. März, 13.00 Uhr

Sonntag, 17. März, 16.00 Uhr bis Freitag, 22. März, 13.00 Uhr
(Inklusivangebot: Alpha-Walking)

Basenfasten ist ein wahrer Jungbrunnen! Entdecken Sie im Frühling den Luxus und den Geschmack des Einfachen wieder und machen Sie aus sauer lustig. (jeweils zusätzlich inkludiert: Wanderungen „Frühlingserwachen“, Körperentspannungs-Einheiten)

„Halt an, wo läufst du hin, der Himmel ist in dir.“

Angelus Silesius

Unsere Exerzitienangebote im Überblick:

Innenschau, Einkehr und Stille.

Exerzitien sind eine Zeit der geistlichen Übung, die abseits des alltäglichen Lebens zu einer intensiven Besinnung und/oder Begegnung mit Gott führen soll. Sie erlauben eine Schau auf die wesentlichen Dinge im Leben. Stille und Achtsamkeit sind dabei wichtige Merkmale. Vielleicht gelingt es, das Paradies in uns zu finden...

Ignatianische Einzelexerzitien | ...für Frauen und Männer

Sonntag, 22. Juli, 18.00 Uhr bis Sonntag, 29. Juli, 13.00 Uhr
Leitung: Pater Mag. Gottfried Klima, Exerzitienleiter und Sr. Amata Rindler, SDS, Exerzitienleiterin

Kosten: € 619,50 alles inklusive im Einbettzimmer

Tipp: Noch schnell buchen! Detaillierte Informationen siehe S. 13

Einzelexerzitien

Im Rahmen Ihres Aufenthalts besteht auch die Möglichkeit zu Einzelexerzitien (3 bis 7 Tage) bei Sr. Hildegard Altmann OSB, Kloster St. Gabriel.

Kontakt: Tel.: 0676/87 42 72 34,

E-Mail: benediktinerinnen.st.gabriel@graz-seckau.at

Einzelexerzitien wollen helfen, das eigene Leben anzuschauen und vor Gott zur Sprache zu bringen.

Tägliche Elemente:

- Impuls zur Hl. Schrift und Gespräch mit der Begleiterin
- persönliche Gebetszeiten
- Eucharistiefeier (in der Kapelle der Schwestern, Sonntag in der Pfarrkirche)
- durchgehendes Schweigen



Sehnsucht nach mehr - dem Lebendigen auf der Spur

Für alle, die Sehnsucht danach haben, ganz mit dem Leben und dem Glück in Fühlung zu sein und nicht einfach nur zu funktionieren. Für alle, die sich selber mehr auf die Spur kommen und die Lebendigkeit in ihren Beziehungen neu entdecken wollen.

Noch 2 Module zu folgenden Terminen:

10. bis 13.5.2018: In die eigene Tiefe lauschen – dem unaussprechlichen Geheimnis, der Quelle des Lebens auf der Spur

15. bis 17.6.2018: Die Sprache des Herzens erlernen – lebendiger Beziehung auf der Spur

Leitung: Mag^a Birgit Schmidt

Nähere Informationen und Anmeldung:

birgit.schmidt@joyces.at, 0699/81 79 32 91





urlauben

Genussvoll urlauben im Haus der Frauen

Die Seele baumeln lassen im oststeirischen Paradies

Viele nennen uns „Oase“ inmitten einer immer hektischer werdenden Welt, einige kommen „heim“, die meisten nutzen unser Haus für eine Auszeit und tun sich selbst Gutes: Das Haus der Frauen bietet einen wunderbaren Rahmen zum Urlauben speziell für Frauen. Das ehemalige Kloster ist eingebettet in die sanften Hügel der Oststeiermark, den Garten Österreichs, gelegen auf einer Anhöhe mitten im paradiesischen Apfelland. Unsere 17 Komfortzimmer sind gemütlich ausgestattet. Ein Meditationsraum, aber auch weltliche Dinge wie W-Lan, Gratis-Parkplätze und eine Infrarotkabine mit Ruheraum stehen zur Verfügung. Lassen Sie sich von unserer regionalen Genusssküche verwöhnen. Entdecken Sie uns als Ihren persönlichen Kraftort und kehren Sie entspannt, gestärkt und beseelt in Ihren Alltag zurück. Wir freuen uns auf Sie!

Herzlich willkommen...

... in unserem Haus! Unsere Angebote für Sie:

- **Zeit für mich:** Genießen Sie Ihren Urlaub bei uns ganz individuell und planen Sie Ihren Tagesablauf, wie Sie es möchten.
- **urlauben miteinander:** Verbringen Sie ihren Urlaub in netter Gemeinschaft mit einer erfahrenen Urlaubsbegleiterin, die während Ihres Aufenthaltes für die ganze Gruppe da ist. Angebote ab S. 13

Zeit für mich | Zeit fia mi

Ob spontan oder langfristig geplant, alleine, zu zweit oder mit Freundinnen: Sie sind jederzeit willkommen und gestalten Ihren Urlaub, wie Sie es möchten.

Zum abendlichen Ausklingen lassen: kurze spirituelle Impulse um „7 nach 7“.

Tipp: Erkunden Sie die Schätze und Geheimtipps der Oststeiermark oder buchen Sie eines unserer vielfältigen Bildungsangebote!



Foto: shutterstock

Für Sie inkludiert:

- Nächtigung im Einzel- oder Zweibettzimmer
- „7 nach 7“: täglicher spiritueller Impuls
- wahlweise mit Frühstück, Halbpension oder Vollpension

Variante Nä/Frühstück: € 38,50* im Einzelzimmer

Variante Nä/Halbpension: € 48,50* im Einzelzimmer

Variante Nä/Vollpension: € 56,50* im Einzelzimmer

** Preis pro Person und Nacht, inklusive Nächtigungsabgabe und Nutzung der Infrarotkabine, ab zwei Nächten, 1 alkoholfreies Getränk bei den Mahlzeiten inkludiert*

Package: Ins Leben pilgern

Entdecken Sie beim Wandern im oststeirischen Paradies die Spur in Ihr Inneres.

Im Sommer, wenn die Tage lang sind und die Nächte lau, bietet das Haus der Frauen den idealen Ausgangspunkt für zahlreiche Wanderungen. Was gibt es Schöneres, als zu Fuß die Umgebung zu erkunden und



Foto: Almuth Kunrath

neue Schätze zu entdecken? Vielleicht finden Sie beim Pilgern ins nahe gelegene Maria Fieberbründl auch eine Spur, die in Ihr Inneres führt. Nach Ihren Erkundungstouren kommen Sie bei uns zur Ruhe.

Haus-der-Frauen-Tipp: Füllen Sie eine Flasche mit dem Quellwasser aus Maria Fieberbründl und nutzen Sie die Stationen des Kneipp-Aktiv-Parks Mittleres Feistritztal!

Für Sie inkludiert:

- Montag bis Donnerstag: 3 x Nächtigung im Einzelzimmer
- 3 x Halbpension (abends dreigängiges Menu inkl. Getränk)
- 1 x „Bschoadpackerl“ (Lunchpaket) inkl. leere Glasflasche zum Befüllen für unterwegs
- Begrüßungsgetränk
- Spiritueller Impuls „Ins Leben pilgern“ zum Mitnehmen
- „7 nach 7“: täglicher spiritueller Impuls um 19.07 Uhr

Packagepreis € 159,-* im Einzelzimmer
(€ 145,-* im Zweibettzimmer)

**Preis/Person inklusive Nächtigungsabgabe und Nutzung der Infrarotkabine, das Package ist gültig ab 1. Juni bis 30. September 2018*

Erholsame Tage zum Sommerbeginn

Urlauben miteinander für Frauen & Paare

Sonntag, 24. Juni, 18.00 Uhr
bis Freitag, 29. Juni, 13.00 Uhr

In der einladenden Atmosphäre des Hauses werden wir die Ruhe genießen und uns von den liebevoll zubereiteten Speisen der Küche verwöhnen lassen. Nach Lust und Laune können wir spazierend oder wandernd die wunderschöne Gegend erkunden. Viel Zeit nehmen wir uns auch für's Plauscherl, für Spiel und Spaß und den Gedankenaustausch in unserer Urlaubsgemeinschaft. Auf Wunsch sind Massagen möglich (nicht im Preis inkludiert).

Leitung: Magdalena Hofer, Begleiterin

Kosten: € 307,50 alles inklusive im Zweibettzimmer,
€ 332,50 im Einbettzimmer

Anmeldeschluss: 18. Juni

Ignatianische Einzelexerzitien

... für Frauen und Männer

Sonntag, 22. Juli, 18.00 Uhr
bis Sonntag, 29. Juli, 13.00 Uhr

Exerzitien sind ein geistlicher, begleiteter Übungsweg, um dem Leben vertieft auf die Spur zu kommen. Äußere Stille, durchgehendes Schweigen und Beten mit Texten aus der Bibel sind Elemente, die Gotteserfahrungen ermöglichen.

Täglich

- Persönliche Gebetszeiten (3 bis 4 Mal)
- Morgenlob
- Eucharistiefeier
- Begleitgespräch

Vorgespräch mit der/dem Begleiter/in erforderlich.

Leitung: Mag. Gottfried Klima, Geistlicher Begleiter und Exerzitienbegleiter, Sr. Amata Rindler SDS, Geistliche Begleiterin und Exerzitienbegleiterin

Kosten: € 619,50 alles inklusive im Einbettzimmer

Anmeldeschluss: 13. Juli



Magdalena Hofer
Gottfried Klima
Sr. Amata Rindler SDS

Wohlfühltag

Urlaub miteinander für Frauen

Montag, 30. Juli, 15.00 Uhr bis
Donnerstag, 2. August, 13.00 Uhr

Gönnen Sie sich eine kleine Auszeit aus dem Alltag: entschleunigen, zur Ruhe kommen, nichts planen, nur da sein, die Tage mit meinem Leben füllen... Aufgehoben in netter Gemeinschaft wird es Ihnen gewiss gut tun, sich von unserer Küche verwöhnen zu lassen, durch die herrliche Natur zu spazieren oder ein Sonnenbad auf der Terrasse zu genießen, in der Stille oder bei guten Gesprächen Kraft und Energie zu tanken.

Auf Wunsch sind Massagen möglich (nicht im Preis inkludiert).

Leitung: Gertrude Neussl, Begleiterin

Kosten: € 199,50 alles inklusive im Zweibettzimmer,
€ 214,50 im Einbettzimmer

Anmeldeschluss: 23. Juli

Wohlfühlwochenende

Urlaub miteinander für Frauen

Freitag, 31. August, 15.00 Uhr bis
Sonntag, 2. September, 13.00 Uhr

Wenn die traditionelle Urlaubszeit zu Ende geht, wollen wir uns noch ein paar Tage im wunderschönen, Ruhe ausstrahlenden Haus der Frauen gönnen. Nehmen wir uns eine wohlverdiente Auszeit, um Energie zu tanken und ganz bei und für uns zu sein. In der Gemeinschaft können wir wandern, spazieren, spielen, uns austauschen und Gymnastik machen. Spüren wir den eigenen Bedürfnissen nach und genießen wir, was uns gut tut.

Auf Wunsch sind Massagen möglich (nicht im Preis inkludiert).

Leitung: Franziska Eibisberger, Begleiterin

Kosten: € 133,00 alles inklusive im Zweibettzimmer,
€ 143,00 im Einbettzimmer

Anmeldeschluss: 24. August



Gertrude
Neussl



Franziska
Eibisberger



Ria
Haider



Stefanie
Mai



Fritz
Froihofer



Barbara
Hatzl

Krafttage mit Yoga, Wandern & Meditation

Natur genießen, sich selbst genießen

Montag, 3. September, 9.00 Uhr bis
Donnerstag, 6. September, 13.00 Uhr

Eine intensive Zeit zum Kraft tanken und Klarheit schöpfen, zur Entspannung und Erneuerung mit geführten Wanderungen durch die schöne Natur der Oststeiermark, mit herausforderndem Kundalini-Yoga und tiefgehenden Meditationen. Eine wohltuende Kombination aus Wandern, Yogieren, Meditieren, Philosophieren, Reflektieren und Gustieren, um die innewohnende Energie zu spüren und in Einklang zu kommen. Die Natur, Körperhaltungen, Atemübungen, Gong, Mantren, Meditationen und köstliche, regionale Kost helfen dabei, das volle Potenzial auszuschöpfen.

Leitung: Ria Haider, begeisterte Wanderfreundin
Stefanie Mai, Yoga- und Meditationslehrerin

Kosten: € 238,00 alles inklusive im Zweibettzimmer,
€ 253,00 im Einbettzimmer

Anmeldeschluss: 27. August

Singen is unsre Freud

Urlaub miteinander für Frauen und Paare

Sonntag, 16. September, 18.00 Uhr bis
Freitag, 21. September, 13.00 Uhr

Zum Urlaubmachen mit besonderem Erholungswert laden diese Singtage ein. In fröhlicher Gemeinschaft aus reichhaltigem Liederschatz munter drauf los zu singen oder neue Weisen zu erlernen tut Körper, Geist und Seele gut. Dazu bleibt noch Zeit zum Ausruhen, für Bewegung in der Natur und zu Musik, für besinnliche Gedankenanstöße, den Austausch in der Gruppe oder im persönlichen Gespräch. Die eine oder andere kleine Überraschung erwartet Sie ebenso wie der beliebte Singtag. Auf Wunsch ist Massage möglich (nicht im Preis inkludiert).

Leitung: Fritz Froihofer, Sänger und Musikant
Mag^a Barbara Hatzl, Begleiterin

Kosten: € 330,50 alles inklusive im Zweibettzimmer,
€ 355,50 im Einbettzimmer

Anmeldeschluss: 10. September

Blick voraus

Wohlfühltage | urlauben miteinander

Sonntag, 21. Oktober, 15.00 Uhr bis

Mittwoch, 24. Oktober, 13.00 Uhr

Wohlfühlwochenende | urlauben miteinander

Freitag, 26. Oktober, 15.00 Uhr bis

Sonntag, 28. Oktober, 13.00 Uhr

Im Wenigen die Fülle entdecken | Fastenwoche für gesunde Frauen und Männer

Freitag, 9. November, 18.00 Uhr bis

Freitag, 16. November, 13.00 Uhr

(auf vielfachen Wunsch wieder einen Tag länger!)

Wohlfühlwochenende | urlauben miteinander

Freitag, 23. November, 15.00 Uhr bis

Sonntag, 25. November, 13.00 Uhr

Eine heilsame Zeit für mich | Zeit für Besonderes

Freitag, 14. Dezember, 15.00 Uhr bis

Sonntag, 16. Dezember, 13.00 Uhr

(inkludiert: Rorate und Spiritueller Impuls am 15. Dezember)

Wohlfühltage | urlauben miteinander

Sonntag, 13. Jänner 2019, 15.00 Uhr bis

Mittwoch, 16. Jänner 2019, 13.00 Uhr

Fein sein, beinander bleiben | Singwoche für Frauen und Paare

Sonntag, 27. Jänner 2019, 18.00 Uhr bis

Freitag, 1. Februar 2019, 13.00 Uhr

The logo for Singer Obsthof features the name 'Singer' in a large, elegant, black cursive script. To the right of the 'er' in 'Singer', the word 'OBSTHOF' is written in a smaller, black, uppercase, sans-serif font, enclosed within a dark rectangular box.

Singer Obsthof, 8224 Untertiefenbach 30, Telefon: 0664/493 25 25

E-Mail: mail@singer-obsthof.at, www.singer-obsthof.at

Öffnungszeiten Hofladen: Montag bis Samstag 8 bis 18 Uhr

**Frischobst, Säfte, Nektare, Destillate,
Kürbiskernöl, Dörrobst, Apfelessig**

Erdbeeren, Kirschen, Marillen,
Heidelbeeren, Weichseln, Pfirsiche,
Zwetschken, Birnen, Äpfel



Spiritualität & Glaube

Tanzend meine Mitte finden

Meditativer Kreistanz-Tag

Samstag, 9. Juni, 9.00 bis 17.00 Uhr

Einfache meditative Kreis- und Gebärdentänze, die wir um eine gestaltete Mitte im Meditationsraum tanzen, laden ein, immer tiefer zur eigenen Mitte zu kommen. Tanzend können wir zur Ruhe finden, Belastendes loslassen und das Ja zu uns selbst stärken. Liebevolle Achtsamkeit bei allem Tun wird uns dabei begleiten.

Leitung: Barbara Koren, Tanz- und Ausdruckspädagogin, Kreistanzleiterin, Exerzitienbegleiterin

Kosten: € 55,00 Teilnahmebeitrag + € 13,00 Mittagessen mit Getränk, Kaffee-/Teejause

Anmeldeschluss: 6. Juni

„Getragen und frei“

Auf Adlers Fittichen sicher geführt, Frauenliturgie

Montag, 11. Juni, 19.07 bis 21.00 Uhr

Lass spüren deine Kraft - Frauen feiern ihren Glauben und lassen sich von heilsamen biblischen Worten berühren und beschenken.

Leitung: Mag^a Barbara Hatzl, Liturgieleiterin
Melanie Kulmer BEd., Liturgieleiterin

Anmeldeschluss: Anmeldung erbeten!



Barbara
Koren



Barbara
Hatzl



Melanie
Kulmer



Annette
Neutzner



Margit
Schuller

Kirchenmeile

Abschlussfest zum Diözesanubiläum



Samstag, 23. Juni, 10.00 bis 17.00 Uhr

Die Kirchenmeile ist einer der Höhepunkte des zweitägigen Abschlussfestes zum Diözesanubiläum in Graz. Das Haus der Frauen präsentiert sich mit einem Stand in der Herrengasse: Erleben Sie vor Ort die „Frischzelle“ Haus der Frauen! Drehen Sie am Veranstaltungsrad und nehmen Sie Ihren persönlichen Gewinn mit nach Hause. Wir freuen uns auf zahlreichen Besuch und Zeit für ein Plauscherl!

VeranstalterInnen: Eine Veranstaltung im Rahmen des Diözesanen Jubiläums 2018.

Kosten: Freier Eintritt!

Ort: Herrengasse, Graz

Anmeldeschluss: Keine Anmeldung erforderlich.

Den nächsten Schritt wagen

... und Wunder erfahren, Frauenliturgie

Montag, 2. Juli, 19.07 bis 21.00 Uhr

Lass spüren deine Kraft – Frauen feiern ihren Glauben und lassen sich von heilsamen biblischen Worten berühren und beschenken.

Leitung: Mag^a Annette Neutzner Dipl.-Pädⁱⁿ,
Religionspädagogin, Künstlerin;
Margit Schuller, Dipl. Klang- und Religionspädagogin

Anmeldeschluss: Anmeldung erbeten!

Infoabend: Gemeinsam auf dem Weg

inklusive Kulmwanderung zur Einstimmung

Freitag, 27. Juli, 19.15 bis 21.00 Uhr

Informationsabend über Kosten und Ablauf der Frauenfußwallfahrt nach Mariazell von 22. bis 24. August 2018 inklusive Begleitfahrzeug. An diesem Nachmittag wandern wir um 13.00 Uhr auf den Kulm. Diese Wanderung empfehlen wir allen Interessentinnen, um sich auf die Wallfahrt einzustimmen.

Anmeldung bitte direkt bei Elisabeth Jeitler:
0664 / 15 27 741; elisabethjeitler@aon.at

Leitung: Elisabeth Jeitler, begeisterte Fußwallfahlerin; Josefa Strasser, ehemalige Entwicklungshelferin und Projektkoordinatorin

Kosten: € 7,00 Abendessen; Der Kostenbeitrag von € 30,00 für Quartierzahlung und Begleitfahrzeug ist beim Informationsabend zu leisten.

Anmeldeschluss: 24. Juli

Tipp: Begrenzte Teilnehmerinnenzahl bei der Frauenfußwallfahrt!

Tanzen und Strömen

... mitten im Sommer unseres Lebens

Freitag, 3. August, 14.00 bis 18.00 Uhr

An diesem Nachmittag begeben wir uns in die Welt des Tanzes. All jene, die sich gerne bewegen und im Kreise schwingen, sind herzlich eingeladen! Zudem kehren wir in die Welt des Strömens (Jin Shin Jyutsu) ein. Diese Verbindung zwischen Händen (Strömen) und Füßen (Tanzen) bringt uns in die richtige Schwingung und lässt uns die eigene Tiefe erfahren.

Keinerlei Vorkenntnisse nötig!

Mitzubringen: Bring mit, was du zum Wohlfühlen brauchst.

Leitung: Leitung: Erika Pammer-Diess, Bewegungspädagogin und Meditationsleiterin

Kosten: € 39,00 Teilnahmebeitrag + € 4,00 Kaffee-/Teejause

Anmeldeschluss: 31. Juli



Elisabeth
Jeitler



Josefa
Strasser



Erika
Pammer-
Diess



Cornelia
Rosenberger



Michaela
Almer-
Reisenhofer



Ingrid
Ferstl



Anna
Polzhofer

Feuer und Flamme

Singen und Trommeln am Lagerfeuer

Samstag, 4. August, 19.00 bis 21.00 Uhr

An diesem Sommerabend wollen wir uns gemeinsam um das Feuer versammeln und die Freude am Singen und Trommeln entdecken. Wir singen einfache Lieder aus unterschiedlichen Ländern, die wir mit den Klängen der Indianertrommel und anderen Naturinstrumenten begleiten. Trommelnd, singend, tönend werden wir uns auf eine Entdeckungsreise zu unseren inneren Kraftquellen begeben und in unterschiedliche Klangräume eintauchen. Die Klänge der Trommel und die heilsamen Kräfte unserer Stimme können dabei unterstützen, innezuhalten um das Feuer in uns neu zu entfachen.

Trommeln und Musikinstrumente werden bereitgestellt.

Leitung: Cornelia Rosenberger, Tanz- und Ausdruckspädagogin, Leiterin für Heilsames Trommeln und Singen

Kosten: € 39,00 Teilnahmebeitrag inkl. Nutzung der Indianertrommeln; € 7,00 Abendessen um 18.00 Uhr bei Voranmeldung bis 1. August möglich.

Anmeldeschluss: 1. August

Mit Leib und Seele himmelwärts

Frauenliturgie zu Mariä Himmelfahrt mit Kräutersegnung

Montag, 13. August, 19.07 bis 21.00 Uhr

Lass spüren deine Kraft - Frauen feiern ihren Glauben und lassen sich von heilsamen biblischen Worten berühren und beschenken.

Mitzubringen: Bringen Sie Ihre Kräuter für eine Segnung mit!

Leitung: Michaela Almer-Reisenhofer, Ingrid Ferstl und Anna Polzhofer, Liturgieleiterinnen

Anmeldeschluss: Anmeldung erbeten!

Gemeinsam auf dem Weg

Fußwallfahrt für Frauen nach Mariazell

Mittwoch, 22. August, 10.00 Uhr bis
Freitag, 24. August, 13.00 Uhr



Foto: Claudia Jeitler

Frauen unter sich: Unsere Wünsche, unsere Bedürfnisse und unser eigenes Tempo sollen uns dabei leiten und begleiten. Wir haben wieder ein Begleitfahrzeug! Informationsabend über Kosten und Ablauf am Freitag, 27. Juli 2018 ab 19.15 Uhr im Haus der Frauen, Erholungs- und Bildungszentrum, siehe Seite 20. Anmeldung bitte direkt bei Elisabeth Jeitler: 0664 / 15 27 741; elisabethjeitler@aon.at

Leitung: Elisabeth Jeitler, begeisterte Fußwallfahlerin
Josefa Strasser, begeisterte Fußwallfahlerin

Kosten: Der Kostenbeitrag von € 30,- für Quartieranzahlung und Begleitfahrzeug sind beim Informationsabend am 27. Juli zu leisten.

Anmeldeschluss: Anfang August

Tipp: Schnell buchen – begrenzte Teilnehmerinnenzahl!

Der Sehnsucht der Seele begegnen

Nachtwanderung für Frauen

Freitag, 31. August, 18.30 bis 23.30 Uhr

„Der Sehnsucht der Seele im strahlenden Sonnenuntergang begegnen, die Hoffnung durch einen Stern erblicken, der Dunkelheit die Zuversicht schenken.“

In diesem Sinne wollen wir uns sehend, lauschend und fühlend in den Abend aufmachen, um bereit für die Botschaften aus der Natur zu sein.

Mitzubringen: Gutes Schuhwerk, Kleidung im Zwiebel-schalenprinzip, Sitzunterlage, etwas zu trinken

Leitung: Mag^a Tanja Jirkovsky-Deutschmann, Klinische- und Gesundheitspsychologin, Systemische Naturtherapeutin

Kosten: € 42,00 alles inklusive (Teilnahmebeitrag, Abendessen mit Getränk). Gerne können Sie zu einem reduzierten Preis bei uns nächtigen. Kosten für Nächtigung/Frühstück: € 29,50 im Zweibettzimmer, € 34,50 im Einbettzimmer

Anmeldeschluss: 28. August

Stille – Eintauchen in meine Herzensmitte

Meditationstag und Zeit für Achtsamkeit

Freitag, 7. September, 9.00 bis 17.00 Uhr

Ein Tag für mich! Es tut gut, sich immer wieder von einer heilsamen Stille beschenken und berühren zu lassen: Eintauchen in die Stille der Meditation, in die Stille der Begegnung mit der Natur, in die Stille der achtsamen Herzens-Wahrnehmung, aufmerksam da sein im gegenwärtigen Augenblick.

Wir wollen diesen Tag als ein Geschenk des Lebens wahrnehmen!

Leitung: Maria Magdalena Feiner Dipl.-Pädⁱⁿ,
Meditationsleiterin

Kosten: € 45,00 + € 13,00 Mittagessen mit Getränk,
Kaffee-/Teejause

Anmeldeschluss: 4. September

Brunnen - Quellen des Lebens

Die Samariterin am Jakobsbrunnen, Frauenliturgie

Sonntag, 16. September, 10.30 bis 12.30 Uhr

Als neues Angebot bieten wir einmal pro Programmheft eine Frauenliturgie am Sonntag um 10.30 Uhr an – offen für Frauen und Männer. Wir beginnen damit am 16. September!

Lass spüren deine Kraft – Frauen und Männer feiern ihren Glauben und lassen sich von heilsamen biblischen Worten berühren und beschenken.

Leitung: Maria Magdalena Feiner Dipl.-Pädⁱⁿ,
Religionspädagogin, Meditationsleiterin;

Mag^a Veronika Feiner, Theologin;

Mag^a Anna Pflieger MBA, Leiterin Haus der Frauen

Anmeldeschluss: 12. September

Tipp: Melden Sie sich auch gleich zum Mittagessen an!



Elisabeth
Jeitler



Josefa
Strasser



Tanja
Jirkovsky-
Deutsch-
mann



Maria
Magdalena
Feiner



Veronika
Feiner



Anna
Pflieger

Blick voraus

Frauenliturgien

Einmal monatlich, montags, jeweils 19.07 Uhr (7 nach 7)
15. Oktober | 12. November | 15. Dezember
(Rorate, 6.30 Uhr) | 14. Jänner 2019

Spirituelle Krafttag mit Maria Rief

Freitag, 16. November, 9.00 bis 17.00 Uhr

Klänge für die Seele | Meditatives Klangkonzert im Advent

Freitag, 30. November, 19.00 Uhr

Spirituelle Impuls mit Propst Mag. Gerhard Rechberger, Augustiner-Chorherren-Stift Vorau

Samstag, 15. Dezember, 9.00 bis 13.00 Uhr

Freuen Sie sich auf viele weitere Veranstaltungen im
nächsten Heft!

*Und deine Seele mach weit,
mach weit, dass dir das Leben gelinge*

Eine Reise zum Selbst mit dem Holotropen Atmen

26. bis 28. Oktober 2018

im Haus der Frauen in St. Johann bei Herberstein.

Dieses Seminar richtet sich an Menschen, die die Möglichkeit des erweiterten Bewusstseinsraums für die eigene Entwicklung nutzen möchten. Unser Alltagsbewusstsein tritt durch das Holotrope Atmen (holo=ganzheitlich) in den Hintergrund und unser innerstes Selbst kann aktiv werden.

Dadurch wird ein tieferes Verständnis möglich, verkrustete Verletzungen können einer heilenden Veränderung zugänglich werden.

Was auch immer mir in dieser Erfahrung begegnet, ist schon Teil von mir.

Weitere Informationen und Anmeldung:

www.holotrop-atmen.info

Mag.^a Karin Winkler, Mag. Rainer Dirnberger

e-mail: praxis.karinwinkler@aon.at

Tel. 0650/ 3689 888





Lebensgestaltung

Begabung und Gabe träumend erkennen und vertiefen

Den Sinnfragen des Frauseins auf der Spur

Freitag, 1. Juni, 16.00 Uhr bis

Sonntag, 3. Juni, 13.00 Uhr

Als Frau sind wir mit unserer Begabung und Gabe heute in der Welt mehr denn je gefragt. Mehr Vertrauende und Liebende zu werden ist ein lebenslanger Weg, zu dem wir Frauen besonders begabt sind. Dieser Weg kreierte in der unverwurzelten Zeit unsere persönliche, sinnvolle Aufgabe und trägt zu einem Wachsen der Humanität in der Welt wesentlich bei. Wir werden in diesen Tagen versuchen, aus unseren Erfahrungen, Gedanken und Träumen unsere Begabung, Gabe und Aufgabe für uns und das allgemeine Wohl erkennend zu vertiefen. Bringen Sie ihr freudiges Interesse, ihre Träume und gegebenenfalls ihr Instrument mit.

Leitung: Drⁱⁿ Ute Karin Höllrigl, Lehranalytikerin am C. G. Jung Institut Zürich

Kosten: € 175,00 Teilnahmebeitrag + € 90,00 alles inklusive im Zweibettzimmer, € 100,00 im Einbettzimmer

Anmeldeschluss: 25. Mai

Kräuterhexen Wanderung

Heilkräuter Workshop

Donnerstag, 14. Juni, 9.30 bis 15.30 Uhr

Rund um den Johannistag im Juni erreichen viele Wildblumen ihre Blütezeit. Schon immer wurde diese Zeit zum Kräutersammeln für die Hausapotheke genutzt. Viele heimische Pflanzen helfen, wenn es hier und dort zwickelt, sie wirken bei Schnupfen, Heiserkeit oder einfach zur Vorsorge, um gesund zu bleiben.

Wir unternehmen eine kleine Wanderung, wo wir Heilkräuter an ihren Wuchsorten kennenlernen, über ihre Anwendung, das richtige Sammeln und ihre Aufbewahrung sprechen. Wir lernen, welche Pflanzenteile sich zu wohltuenden Kräuterteemischungen und anderen Mixturen aus der Kräuterhexen-Küche mischen lassen.

Mitzubringen: feste Schuhe, Regenschutz bei Schlechtwetter

Leitung: Drⁱⁿ Nikola Laube, Botanikerin

Kosten: € 40,00 Teilnahmebeitrag + € 5,00 Materialien und Seminarunterlagen + € 13,00 Mittagessen mit Getränk, Kaffee-/Teejause

Anmeldeschluss: 11. Juni

Herzhaft & kraftvoll im Alltag

Workshop

Donnerstag, 21. Juni, 14.00 bis 18.00 Uhr

„Höre auf dein Herz“ wird uns immer wieder gesagt. Gerade für uns Frauen ist das oft nicht leicht, wenn unser Pflicht- und Verantwortungsbewusstsein, der Leistungsdruck und unser Perfektionismus immer wieder stärker sind als das Herz-Bauch-Gefühl. In diesen Stunden nehmen wir uns Zeit in uns zu horchen, was wir brauchen, um positive Energie zu entwickeln und auch auszustrahlen. Wir erfahren und erleben, was wir aktiv dazu beitragen können, um kraftvolle Energie fließen zu lassen für uns und für andere. Ich freue mich auf berührende Herzensmomente mit Ihnen!

Mitzubringen: Decke, ev. Polster, Handspiegel (wenn vorhanden)

Leitung: Karin Wilfling, Kinesiologin, Energetikerin, Dipl.Holistic-Pulsing-Praktikerin

Kosten: € 34,00 alles inklusive (Teilnahmebeitrag + Kaffee-/Teejause)

Anmeldeschluss: 18. Juni

Ernährung und Wohlbefinden

Impuls und Workshop

Montag, 25. Juni, 14.30 bis 17.30 Uhr

Der Zusammenhang zwischen Ernährung und Gesundheit rückt zunehmend ins Bewusstsein vieler Menschen. Über die Ernährung ist es möglich, Störungen in Magen und Darm positiv zu beeinflussen. Das richtige Essverhalten hat somit auch Einfluss auf jegliche Erkrankung sowie auf das Gesundwerden und Gesundbleiben. Neben medizinischen Hintergrundinformationen bekommen Sie an diesem Nachmittag praktische Anregungen für Ihre gesunde Ernährung.

Leitung: Drⁱⁿ Renate Schied, Ärztin für Allgemeinmedizin und Naturheilkunde

Kosten: € 29,00 alles inklusive (Teilnahmebeitrag, Handout + Kaffee-/Teejause); € 7,00 Abendessen bei Voranmeldung bis 20. Juni möglich

Anmeldeschluss: 20. Juni



Ute Karin
Höllrigl



Nikola
Laube



Karin
Wilfling



Renate
Schied

Naturkosmetik trifft Aromatherapie

Düfte hautnah erleben! Workshop

Mittwoch, 4. Juli, 9.00 bis 17.00 Uhr

Naturkosmetik selbst zu machen ist eine wundervolle Sache. Die wertvollen Wirkungen von ätherischen Ölen zu kennen auch. An diesem Tag werden wir wundervolle Basiscremen, Balsame, ein Duschgel und Öle herstellen, die die passende Basis bilden um die hochwertigen ätherischen Öle in gebrauchsfertige Produkte zu verwandeln. Kreieren Sie Ihre ganz persönliche Kosmetiklinie!

Leitung: Alexandra Koch, Drogistin, PKA, Kräuterfrau

Kosten: € 69,00 Teilnahmbeitrag + € 13,00 Verpflegung (Mittagessen & Kaffee-/Teejause) + ca. € 30,00 - € 40,00 Materialkosten

Anmeldeschluss: 29. Juni

Alphawalking Seminar

Tun Sie Körper und Geist Gutes

Samstag, 14. Juli, 9.00 bis 18.00 Uhr



Foto: alphalauf.at

Vielen Menschen fällt es schwer, zur Ruhe zu kommen und ihr Gedankenkarussell zu stoppen. Gleichzeitig ist ihr Alltag geprägt von Bewegungsmangel und Stress. Meditatives Gehen nach der Alphalauf-Methode hilft Menschen mehr im Hier und Jetzt zu sein, sich aktiv zu erholen und etwas für ihre Fitness zu tun. In diesem Seminar erlernen die TeilnehmerInnen die Methode des Alphawalkings - eine Kombination aus achtsamen Gehen und mentalem Entspannungstraining. Das fördert Kreativität, Konzentration und bringt mehr Energie und Grundlagenausdauer. Entdecken Sie die einzigartige Kombination aus Bewegung und Meditation!

Mitzubringen: Bequeme Kleidung

Leitung: Mag^a Elisabeth Daniel, Laufcoach, Yogatrainerin

Kosten: € 110,00 Teilnahmebeitrag + € 13,00 Mittagessen und Kaffee-/Teejause

Anmeldeschluss: 11. Juli



Alexandra Koch
Elisabeth Daniel
Melitta Fuchs
Johannes Gepp
Christa Carina Kokol

Vom Herzschlag der Natur

Naturkundliche Wanderung...



Dienstag, 14. August, 9.00 bis 14.00 Uhr

... entlang von Hecken, Wiesen, Bach- und Waldrändern mit Einblicken in die rätselhaft komplexe Natur. Es erwartet Sie Interessantes über Brennesseln, Raupen, Hummeln, Farne und Flechten, alte und hohle Bäume. Sie erleben Naturgeschichte hautnah mit spannenden Einblicken in den Lebenszyklus der Bachinsekten, Zugvögel und Wälder. Sie sind mit zwei einzigartigen NaturkennerInnen unterwegs.

Mitzubringen: Gute Schuhe und Sonnenschutz

Leitung: Drⁱⁿ Melitta Fuchs, Botanikerin, Obfrau
 Naturschutzbund Steiermark; Dr. Johannes Gepp, Ökologe,
 Obmann Naturschutzbund Steiermark

Kosten: € 40,00 inkl. Bschoadpackerl und Mittagessen

Anmeldeschluss: 8. August

Vom kleinen Glück des Augenblicks

Sinn-voller Krafttag

Freitag, 31. August, 9.30 bis 17.00 Uhr

Sinn und Glück sind Geschwister. Wir wollen einen fröhlichen, sinnerfüllten Tag erleben: Mutmach-Lesung, Zauberformeln, die uns gelassener und somit auch froher machen, Atemübungen, Entdeckungsreisen zum kleinen Glück des Augenblicks – gewürzt mit einer kräftigen Prise Humor – sollen nachhaltig beflügeln und Körper, Seele und Geist gut tun.

„Ein Freund ist einer, der die Stimme deines Herzens kennt und sie dir vorspielt, auch wenn du sie vergessen hast.“

(Einstein)

Solche Melodien werden wir uns an diesem gemeinsamen Tag gönnen.

Leitung: Christa Carina Kokol, psychotherapeutische Beraterin in Logotherapie und Existenzanalyse, Mentaltrainerin

Kosten: € 40,00 + € 13,00 Mittagessen mit Getränk, Kaffee-/Teejause

Anmeldeschluss: 28. August



*Vernissage „Traumtänze“
mit Maria Weber
1. Februar 2018*

*Krapfen-Backkurs mit Brigitta Haas
6. Februar 2018*



*Workshop Schriftgestaltung
mit Sophie Renz
22. März 2018*

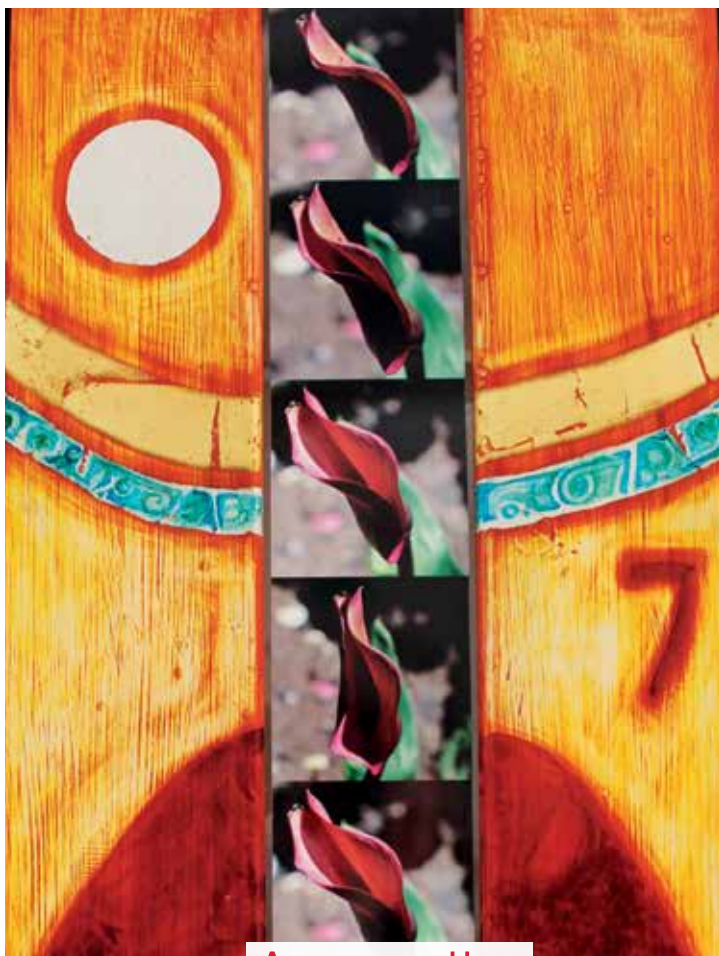


*Chorprobe für die Frauenmesse
mit Claudia Mitscha-Eibl
3. Februar 2018*



Veranstaltungen Juni bis September 2018

Das Haus-der-Frauen-Programm auf einen Blick –
zum Herausnehmen



Aus unserem Haus



Veranstaltungen Juni bis September 2018

Juni

ab	1.6.	Begabung und Gabe träumend erkennen und vertiefen, <i>Den Sinnfragen des Frauseins auf der Spur</i>	26
	4.6.	Wir spielen Tarock, ein wahres Vergnügen, <i>Tarockabend</i>	44
	6.6.	Gestalten Sie Ihr Fotobuch am PC, <i>Workshop für Kreative</i>	44
	9.6.	Tanzend meine Mitte finden, <i>Meditativer Kreistanz-Tag</i>	18
	11.6.	„Getragen und frei“, <i>Auf Adlers Fittichen sicher geführt, Frauenliturgie</i>	18
	13.6.	Aus der Blumenwiese, <i>Blumenwerkstatt</i>	45
	13.6.	Cleaneuro WS, Nachhaltiger Konsum – <i>Fair, Öko, Nahe</i>	39
	13.6.	Tauschen fördert Talente, <i>Talentednetz Oststeiermark</i>	39
	14.6.	Kräuterhexen Wanderung, <i>Heilkräuter Workshop</i>	26
	14.6.	Durch die Blume gesagt..., <i>Vernissage</i>	45
	15.6.	Freiwilligenfest, <i>Wir sagen Danke!</i>	40
	21.6.	Herzhaft & kraftvoll im Alltag, <i>Workshop</i>	27
	21.6.	Fisch und Meeresfrüchte, <i>Kochkurs für Männer</i>	46
	22.6.	Die heilsame Kraft des Singens, <i>Einzelnen sind wir Töne – gemeinsam ein Lied</i>	46
	23.6.	Kirchenmeile, <i>Abschlussfest zum Diözesanubiläum</i>	19
ab	24.6.	Erholsame Tage zum Sommerbeginn, <i>Urlauben miteinander für Frauen & Paare</i>	13
	25.6.	Ernährung und Wohlbefinden, <i>Impuls und Workshop</i>	27

Juli

	2.7.	Den nächsten Schritt wagen, ... und Wunder erfahren, <i>Frauenliturgie</i>	19
	4.7.	Naturkosmetik trifft Aromatherapie, <i>Düfte hautnah erleben! Workshop</i>	28
	10.7.	Wir spielen Tarock, ein wahres Vergnügen, <i>Tarockabend</i>	44
	11.7.	Tauschen fördert Talente, <i>Talentednetz Oststeiermark</i>	39
	13.7.	Die heilsame Kraft des Singens, <i>Einzelnen sind wir Töne – gemeinsam ein Lied</i>	46
	14.7.	Alphawalking Seminar, <i>Tun Sie Körper und Geist Gutes</i>	28
ab	22.7.	Ignatianische Einzelexerzitien, ... <i>für Frauen und Männer</i>	13
	27.7.	Infoabend: Gemeinsam auf dem Weg, <i>inklusive Kulmwanderung zur Einstimmung</i>	20



	28.7.	Bunte Träume aus Schafwolle und Seide, <i>Federleichte Schals mit Nunotechnik filzen</i>	47
ab	30.7.	Vom Leben schreiben, <i>Biografische Schreibwerkstatt</i>	47
ab	30.7.	Wohlfühltag, <i>Urlaub miteinander für Frauen</i>	14

August

	3.8.	Tanzen und Strömen, ... <i>mitten im Sommer unseres Lebens</i>	20
	4.8.	Feuer und Flamme, <i>Singen und Trommeln am Lagerfeuer</i>	21
	7.8.	Wir spielen Tarock, ein wahres Vergnügen, <i>Tarockabend</i>	44
	8.8.	Tauschen fördert Talente, <i>Talentednetz Oststeiermark</i>	39
ab	10.8.	Die Stimme der Frauen!, <i>Sing-Workshop</i>	48
	13.8.	Mit Leib und Seele himmelwärts, <i>Frauenliturgie zu Mariä Himmelfahrt mit Kräutersegnung</i>	21
	14.8.	Vom Herzschlag der Natur, <i>Naturkundliche Wanderung...</i>	29
ab	16.8.	„Sag's mit deiner Handschrift“, <i>Workshop Schriftgestaltung</i>	48
ab	22.8.	Gemeinsam auf dem Weg, <i>Fußwallfahrt für Frauen nach Mariazell</i>	22
	24.8.	Die heilsame Kraft des Singens, <i>Einzelne sind wir Töne – gemeinsam ein Lied</i>	46
	31.8.	Vom kleinen Glück des Augenblicks, <i>Sinn-voller Krafttag</i>	29
ab	31.8.	Wohlfühlwochenende, <i>Urlaub miteinander für Frauen</i>	14
	31.8.	Der Sehnsucht der Seele begegnen, <i>Nachtwanderung für Frauen</i>	22

September

ab	3.9.	Krafttage mit Yoga, Wandern & Meditation, <i>Natur genießen, sich selbst genießen</i>	15
	6.9.	Solo Tango, <i>Tanzworkshop</i>	49
	7.9.	Stille – Eintauchen in meine Herzensmitte, <i>Meditationstag und Zeit für Achtsamkeit</i>	23
	8.9.	Wo ist mein Glück geblieben?, <i>Frauenfrühstück</i>	40
	11.9.	Wir spielen Tarock, ein wahres Vergnügen, <i>Tarockabend</i>	44
	12.9.	Tauschen fördert Talente, <i>Talentednetz Oststeiermark</i>	39
	14.9.	Lehrgang zur Gewaltfreien Kommunikation, <i>Einführungsabend</i>	36
	16.9.	Brunnen – Quellen des Lebens, Die Samariterin am Jakobsbrunnen, <i>Frauenliturgie</i>	23

ab	16.9.	Singen is unsre Freud, <i>Urlaub miteinander für Frauen und Paare</i>	15
	18.9.	Wieder einmal kräftig singen..., <i>Singtag</i>	49
	21.9.	Zeit für mich – Vision und Umsetzung, <i>Reflexions-Workshop für Begleiterinnen</i>	36
	25.9.	Sprache verbindet, <i>Übungsabend zu Gewaltfreier Kommunikation</i>	41
	26.9.	Gesund & Vital durch Basisches Kochen, <i>Bio-Kochworkshop mit Ernährungstipps</i>	50
	28.9.	Strahlend schön mit Farbe und Stil, <i>Farb- und Stilberatungsseminar</i>	37
	28.9.	Die heilsame Kraft des Singens, <i>Einzelne sind wir Töne – gemeinsam ein Lied</i>	46



Unser Lieferant
Weingut Wolfgang Lang,
siehe Seite 4



Heilsame Tage vor
Ostern mit Monika Brolli
23. bis 25. März 2018



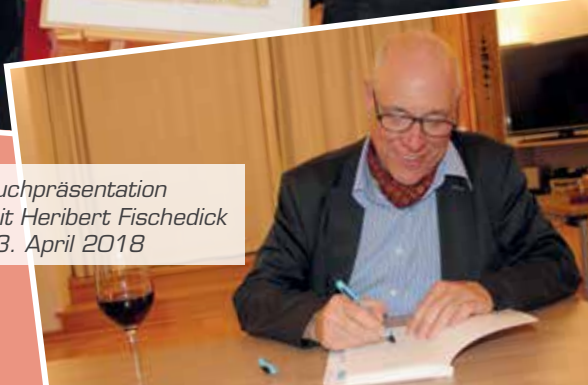
Ayurveda & Feldenkreis
mit Gabriela Frühwirth
und Klaudia Ortner
8. März 2018



Laudato Sí, Fotoausstellung von Ernst Zerche
11. April 2018



Buchpräsentation
mit Heribert Fishedick
13. April 2018



Lehrgang zur Gewaltfreien Kommunikation

Einführungsabend

Freitag, 14. September, 17.00 bis 21.00 Uhr

Was macht Gewaltfreie Kommunikation aus? Wie kann ich davon profitieren? Einführung und Entscheidungshilfe, ob der Lehrgang das Richtige für Sie ist.

Nähere Informationen zum Lehrgang finden Sie auf S. 42. Die Teilnahme am Informationsabend ist kostenlos und nicht verpflichtend für die Teilnahme am Lehrgang.

Leitung: Mag^a Birgit Schmidt, CNVC zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation

VeranstalterInnen: Dekanat Gleisdorf, Haus der Frauen – Erholungs- und Bildungszentrum und Familienreferat der Diözese Graz-Seckau

Kosten: Freiwillige Spende erbeten. Abendessen mit Getränk: € 7,00

Anmeldeschluss: Anmeldung erbeten bis 11. September

Zeit für mich – Vision und Umsetzung

Reflexions-Workshop für Begleiterinnen

Freitag, 21. September, 14.30 bis 20.30 Uhr

Unser individuell gestaltbares Urlaubsangebot „Zeit für mich“ im Haus der Frauen – Erholungs- und Bildungszentrum wird von freiwillig engagierten Begleiterinnen mitgetragen. Wir laden ein, diese besondere Form der ehrenamtlichen Arbeit gemeinsam zu reflektieren, Erfahrungen auszutauschen und unser Erholungsangebot weiter zu denken und zu entwickeln, damit unsere Gäste und alle engagierten Frauen auch zukünftig gerne „Zeit für mich“ im Haus genießen.

Diese Veranstaltung wird gefördert aus Mitteln des Innovationstopfes der Diözese Graz-Seckau.

Leitung: Monika Brolli, Begleiterin
Mag^a Barbara Hatzl und Mag^a Christa Kreimer,
Bereich urlauben

Kosten: die Begleiterinnen sind Gäste des Hauses

Anmeldeschluss: 18. September



Birgit Schmidt
Monika Brolli
Barbara Hatzl
Christa Kreimer
Doris Schwarzberger

Strahlend schön mit Farbe und Stil

Farb- und Stilberatungsseminar

Freitag, 28. September, 8.30 bis 17.30 Uhr

Die richtige Farbwahl schmeichelt Ihrer Ausstrahlung und bringt das Gesicht zum Strahlen. Die Wahl des richtigen Kleidungsstils hilft, sich von der besten Seite zu präsentieren. Mittels Farbberatung werden Ihre persönlichen Farben ausgetestet und Ihr Farbtyp bestimmt. Sie werden über Ihre ideale Haarfarbe, Brillenform und Frisur informiert. Mit Schminktipp wird die Farbberatung abgerundet. In der Stilberatung werden Sie über ideale Schnitte zu Ihrer Figurform und die ideale Jackenlänge informiert. Farb- und Stilberatung – eine Wohltat für Körper und Seele. 8.30 bis 12.30 anschließend gerne Mittagessen möglich oder: 13.30 bis 17.30 Uhr, danach Möglichkeit zum Abendessen, je Halbtage eine Einheit Teilnahme vormittags 3 Frauen und nachmittags 3 Frauen



Foto: Haus der Frauen

Leitung: Doris Schwarzberger DSA, Farb- und Stilberaterin

Kosten: € 115,00 Teilnahmebeitrag + € 4,00 Pausenverpflegung. Farbpass auf Wunsch um € 25,00 bei der Leiterin erhältlich. Mittagessen bzw. Abendessen bei Voranmeldung möglich.

Anmeldeschluss: 25. September

Blick voraus

Kompost, das unverzichtbare braune Gold |

Seminar mit Arthur Schnitzer

Freitag, 12. Oktober, 9.00 bis 17.00 Uhr

Schlösserwanderung im Apfelland mit Ria Haider

Samstag, 13. Oktober, 8.30 bis 19.00 Uhr

Wickel und Auflagen für Kinder | Workshop mit Renate Ertl

Donnerstag, 18. Oktober, 14.30 bis 18.00 Uhr

Einführung in die Bingen-Medizin | Workshop

mit Kerstin Schierl

Donnerstag, 22. November, 14.00 bis 18.00 Uhr

Mut zum Nein-Sagen | Seminar mit Lisa Neubauer

Freitag, 23. November, 9.00 bis 17.00 Uhr

Freuen Sie sich auf viele weitere Veranstaltungen im nächsten Heft!



Gesellschaft & Generationen

Cleaneuro WS

Nachhaltiger Konsum – fair, ökologisch und nah

Mittwoch, 13. Juni, 17.00 bis 19.00 Uhr

Jede von uns kann mit ihrem täglichen Verhalten einen Beitrag zu einer nachhaltigeren Welt leisten. Was wir kaufen (oder eben nicht kaufen), wie wir uns ernähren, uns kleiden, uns fortbewegen, alles hat Einfluss auf unsere (Um)welt. Doch wie können wir entscheiden, was nun die „bessere“ Wahl ist? Was ist nun Fair, was Öko und was Nahe? Und bringen wir das alles unter einen Hut? Ja und was brauche ich eigentlich wirklich? In diesem Workshop werden wir uns anhand der cleanEuro-Methode spielerisch mit diesen Fragen auseinandersetzen, gemeinsam diskutieren und unsere Erfahrungen austauschen.

Leitung: Mag^a Kim-Marlene Aigner, SOL – Menschen für Solidarität, Ökologie und Lebensstil

Kosten: € 7,00 Teilnahmebeitrag

Anmeldeschluss: 8. Juni

Tauschen fördert Talente

Talentenetz Oststeiermark

Mittwoch, 13. Juni, 19.30 bis 21.30 Uhr

Weitere Termine:

Mittwoch, 11. Juli, 19.30 bis 21.30 Uhr

Mittwoch, 8. August, 19.30 bis 21.30 Uhr

Mittwoch, 12. September, 19.30 bis 21.30 Uhr



Foto: Haus der Frauen

Unter dem Motto „Sammeln, Tauschen, Vernetzen von oststeirischen Schätzen“ treffen wir uns monatlich und tauschen untereinander Selbstgemachtes, Flohmarktwaren, aber auch unser Wissen, unsere Ideen und Erfahrungen. Kontakte werden geknüpft und neue Freundschaften entstehen. Interessierte sind jederzeit herzlich willkommen.

Leitung: Maria Prem, ehemalige Entwicklungshelferin und Projektkoordinatorin, (Tel. 03113/2077, talentenetz@gmx.at)

Kosten: Die Teilnahme ist kostenlos.

Anmeldeschluss: Keine Anmeldung erforderlich.



Kim-Marlene Aigner
Maria Prem

Freiwilligenfest

Wir sagen Danke!

Freitag, 15. Juni, 14.30 bis 19.00 Uhr

Die lebendige Gemeinschaft in unserem Haus, zahlreiche Angebote, die wir leisten, unsere schön gestalteten Außenanlagen – vieles von dem wäre in dieser Form nicht möglich ohne unsere Freiwilligen. Auf diesem Weg möchten wir uns ganz herzlich bedanken und freuen uns, wenn auf euer Kommen – eine Einladung solltet ihr schon erhalten haben. Wir möchten mit euch feiern, anstoßen, uns (noch) besser kennenlernen und Schönes festhalten...!

Mitzubringen: Gute Laune in fotoschick!

Leitung: Christine Feiner-Laner Bakk., Freiwilligenkoordinatorin; Mag^a Anna Pfleger MBA, Leiterin vom Haus der Frauen

Kosten: Gerne möchten wir euch einladen!

Anmeldeschluss: 25. Mai

Wo ist mein Glück geblieben?

Frauenfrühstück

Samstag, 8. September, 8.30 bis 11.30 Uhr

Um 8.30 Uhr beginnen wir mit einem köstlichen Hausder-Frauen-Frühstück. Danach entdecken wir, dass frei erzählte Geschichten in ihrer Lebendigkeit einzigartig und Wunder-voll sind. Die in Puch bei Weiz lebende Erzählerin MARIOU verführt mit ihren Geschichten die Zuhörerinnen in die Welt des Glücks und der selbstbestimmten Freiheit. Genießen Sie witzige, berührende und weise Kost für Ohr und Herz – denn eine gute Geschichte ist wie ein Kuss für die Seele.

Leitung: Marion Wiesler, MARIOU - Geschichtenerzählerin

Kosten: € 24,00 alles inklusive (Teilnahmebeitrag + Frühstücksbuffet)

Anmeldeschluss: 5. September



Christine
Feiner-
Laner



Anna
Pfleger



Marion
Wiesler



Birgit
Schmidt

Sprache verbindet

Übungsabend zu Gewaltfreier Kommunikation

Freitag, 25. September, 17.00 bis 21.00 Uhr

Gegenseitige Bestärkung, Austausch, neue Übungen, Erfahrung vertiefen, nachhaltig dranbleiben und erleben, wie Sprache mich mit mir selbst und anderen verbindet.

Leitung: Mag^a Birgit Schmidt, CNVC zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation

Kosten: €40,00 Teilnahmebeitrag + € 7,00 Abendessen inkl. Getränk

Anmeldeschluss: 20. September

Blick voraus

Workshop für Sternenkinder mit Rainer Juriatti
Donnerstag, 11. Oktober, 14.30 bis 17.30 Uhr

Lesung „Die Abwesenheit des Glücks. Geschichte eines Sternenkinds“ von Rainer Juriatti
Donnerstag, 11. Oktober, 19.00 Uhr

Frauenfrühstück im Advent
Samstag, 1. Dezember, 8.30 bis 11.30 Uhr

Freuen Sie sich auf viele weitere Veranstaltungen im nächsten Heft!

**WELT
LADEN**
GERECHT HANDELN – SINNVOLL KAUFEN.

WELTLADEN GLEISDORF
kontakt@weltladen-gleisdorf.at
www.weltladen-gleisdorf.at
03112 51 826

Lehrgang zur *Gewaltfreien Kommunikation* Oktober 2018 bis Februar 2019



Zielgruppe:

- Sie möchten mehr Mitgefühl mit sich selbst entwickeln und ihrer Lebendigkeit auf die Spur kommen?
- Sie möchten lernen, die Welt mit den Augen des/der anderen zu sehen, damit auch in Konflikten Verständnis wachsen kann und nachhaltige Lösungen gefunden werden?
- Sie möchten gerne zu einem wertschätzenden Miteinander in Alltag, Familie und Beruf beitragen?
- Sie möchten Ihre Sozialkompetenz erweitern, um sich in Ihrem Unternehmen für ein gleichberechtigtes, faires Miteinander einzusetzen?

Ihr Nutzen:

- Sie übernehmen Verantwortung für sich selbst, anstatt die Schuld beim anderen zu suchen.
- Sie können gut für sich selber sorgen und gleichzeitig die Bedürfnisse anderer wahr- und ernstnehmen.
- Sie haben die Kompetenz, Konflikte als Chance zu betrachten und zu tragfähigen und lebensdienlichen Lösungen beizutragen.
- Sie tragen zu gesellschaftlicher Veränderung bei, indem sie Gewaltfreie Kommunikation leben.
- Sie haben Vorurteile und Rollenklischees transformiert und Kompetenzen für ein gleichberechtigtes, faires und wertschätzendes Miteinander erworben.

Termine:

- Einführung: Freitag, 14. September, 17.00 bis 21.00 Uhr. Siehe Seite 36
- Modul 1: 19. Oktober, 16.00 Uhr bis 21. Oktober, 13.00 Uhr
- Modul 2: 11. Jänner 2019, 16.00 Uhr bis 13. Jänner 2019, 13.00 Uhr
- Modul 3: 15. Februar 2019, 16.00 Uhr bis 17. Februar 2019, 13.00 Uhr



Leitung: Mag^a Birgit Schmidt, Theologin, CNVC-zertifizierte Trainerin für *Gewaltfreie Kommunikation*, spirituelle Begleiterin

Kosten: € 690,- Teilnahmebeitrag für PrivatzahlerInnen und NGO's; € 1.100,- für Unternehmen; zuzüglich Aufenthalt und Verpflegung für Module 1 bis 3: je Modul € 93,- alles inklusive/Person* im Zweibettzimmer, € 103,- im Einzelzimmer.

*alles inklusive/Person beinhaltet: 4 Mahlzeiten mit Getränk, Nutzung der Infrarotkabine, Nächtigungsabgabe. Seminarverpflegung ohne NÄ/Frühstück – je Modul € 40,-.

Anmeldeschluss: 21. September
Fordern Sie unser Detailprospekt an!



Birgit
Schmidt



Foto: Margrit de Colle, Bioblumen „Vom Hügel“

Lebenskultur & Kreativität

Wir spielen Tarock, ein wahres Vergnügen

Tarockabend



Montag, 4. Juni, 18.00 bis 23.00 Uhr

Weitere Termine:

Dienstag, 10. Juli, 18.00 bis 23.00 Uhr

Dienstag, 7. August, 18.00 bis 23.00 Uhr

Dienstag, 11. September, 18.00 bis 23.00 Uhr

Tarockbegeisterte treffen sich monatlich zu unterhaltsamen und spannenden Spielabenden. Gespielt wird nach den österreichischen „Erotas Regeln“. Alle interessierten Frauen und Männer, die die Grundregeln dieses Spieles kennen, sind herzlich zu diesen Tarockabenden eingeladen. Mit Ihrer Anmeldung sichern Sie sich den Platz in einer Spielrunde.

Leitung: Mag^a Barbara Hatzl, Geschäftsführerin vom Verein *Wir für das Haus der Frauen*

Kosten: € 7,00 Teilnahmebeitrag

Anmeldeschluss: jeweils ein Bürotag vor dem Termin bis 12.30 Uhr

Gestalten Sie Ihr Fotobuch am PC

Workshop für Kreative

Mittwoch, 6. Juni, 16.00 bis 21.00 Uhr

Beim letzten Städtetrip schöne Fotos gemacht? Bei der Familienfeier fleißig fotografiert? Es wäre doch wirklich schade, wenn all diese besonderen Momente auf einer Festplatte oder in einer Fotobox verstauben. Mit Ihrem selbst gestalteten Fotobuch passiert das bestimmt nicht. Urlaubsfotos und Familienporträts werden zum absoluten Hingucker, lassen sich überall hin mitnehmen und auch verschenken. Viel braucht es dazu nicht, einen eigenen Laptop, Ihre Fotos und ein paar Stunden Zeit. Nach diesem Workshop sind Sie in der Lage, ganz individuelle Fotobücher zu gestalten und ausarbeiten zu lassen.

Mitzubringen: Eigener Laptop, digitale Fotos

Leitung: Joachim Waltl, Schüler, begeisterter Fotobuchgestalter am PC

Kosten: € 32,00 Teilnahmebeitrag inkl. Skriptum + € 11,00 Verpflegung (Kaffee-/Teejause und Abendessen)

Anmeldeschluss: 1. Juni

Aus der Blumenwiese

Blumenwerkstatt

Mittwoch, 13. Juni, 10.00 bis 16.00 Uhr

Farbenfrohe Blüten, duftende Kräuter, Zweige und Gräser frisch aus der Wiese sind im Frühling und Sommer unsere Zutaten. Gemeinsam besprechen wir gärtnerische und handwerkliche Tipps und Tricks und gestalten Werkstücke wie Sträuße, Kränze und Tischdekorationen. Zutaten für alle Werkstücke sind vorbereitet.

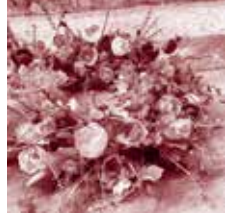


Foto: Margrit de Colle

Leitung: Mag^a Margrit De Colle, Kunst- und Naturdesign, Blumenarrangements

Kosten: € 65,00 alles inklusive (Teilnahmebeitrag + Verpflegung) zuzüglich ca. € 40,00 Materialkosten

Anmeldeschluss: 8. Juni

Durch die Blume gesagt...

Vernissage

Donnerstag, 14. Juni, 19.00 bis 21.00 Uhr

„Ich schenk´ dir eine Ausstellung“. Damit wurde Irmgard Posch von ihrer Schwägerin zum runden Geburtstag überrascht. Die Gärtnerin, die vor sechs Jahren mit dem Malen von Acrylbildern begonnen hat, liebt Blumen als Motive. Aber auch Landschafts- und abstrakte Bilder finden sich in ihrer Sammlung. Beim Malen spielt sie gerne mit Farben und Formen. Sie findet Entspannung und Ruhe dabei.



Leitung: Irmgard Posch, Gärtnerin, leidenschaftliche Malerin

Anmeldeschluss: Um Anmeldung wird gebeten!



Barbara
Hatzl



Joachim
Waltl



Margrit
De Colle



Irmgard
Posch

Fisch und Meeresfrüchte

Kochkurs für Männer

Donnerstag, 21. Juni, 14.00 bis 21.00 Uhr

Lust auf Meer - im Sommer freuen wir uns auf feine, schmackhafte Gerichte aus heimischen und mediterranen Gewässern. Wie man diese raffiniert und doch einfach zubereitet, zeigt Haubenkoch Johann Wöls allen interessierten Männern. Aus Fisch und Meeresfrüchten zaubert er wahre Gaumenfreuden und präsentiert die Gerichte sehr ansprechend auf dem Teller.

Ein gemeinsames Abendessen (auch gerne mit der Partnerin oder einer Freundin) rundet den Kochkurs ab.

Leitung: Johann Wöls, Landhotel-Restaurant Hubinger

Kosten: € 90,00 Teilnahmebeitrag (inklusive mehrgängigem Menu und Getränken). Essen und Getränke für eine eingeladene Person ohne Kochkurs ab 18.00 Uhr: € 30,00

Anmeldeschluss: 15. Juni

Veranstaltungstipp für die Begleitperson: siehe S. 27

Die heilsame Kraft des Singens

Einzel sind wir Töne - gemeinsam ein Lied

Freitag, 22. Juni, 19.00 bis 21.00 Uhr

Weitere Termine:

Freitag, 13. Juli, 19.00 bis 21.00 Uhr

Freitag, 24. August, 19.00 bis 21.00 Uhr

Freitag, 28. September, 19.00 bis 21.00 Uhr

Beherztes Singen ist ein Gesundheitsexerzier für Körper, Geist und Seele. Es weckt nicht nur die Lebensfreude und fördert die Verbundenheit untereinander, sondern löst auch Ver-/Spannungen und stärkt das Immunsystem. Wir werden gemeinsam Lieder singen, die mit ihren einfachen Melodien und kurzen, tiefgehenden, sich wiederholenden Texten zu Herzen gehen. Schlichte Tanzformen und Gesten können dabei das Gesungene verstärken. Ob jung, ob alt, ob Frau, ob Mann – jede/r ist willkommen!

Leitung: Melanie Kulmer BEd., Religionslehrerin, Singleiterin für Heilsames Singen

Kosten: € 10,00 Teilnahmebeitrag pro Abend

Anmeldeschluss: jeweils ein Bürotag vor dem Termin



Johann Wöls
Melanie Kulmer
Karin Fink
Hedwig Dejaco

Bunte Träume aus Schafwolle und Seide

Federleichte Schals mit Nuno-Technik filzen

Samstag, 28. Juli, 9.00 bis 17.00 Uhr

Der nächste Sommer kommt bestimmt und damit auch die Zeit der lauen, gemütlichen Abende, die man gerne im Garten oder auf der Terrasse verbringt. Der Himmel ist sternenklar, ein sanfter Windhauch streift die Schultern – Sie hüllen sich ein in einen feinen Schal, der luftig leicht ist und doch ein wenig wärmt... Weiterträumen? Keineswegs, denn in diesem Kurs stellen wir mit der sogenannten Nuno Filztechnik einen Schal her, der sich hauchzart auf der Haut anfühlt. Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. Lassen Sie sich ein auf ein Spiel mit Farben, Formen und zarter Seide.



Foto: Zauberbilder

Mitzubringen: 1 Stück Seife, 4 Stück Handtücher, Schürze. Bitte bei der Anmeldung den Farbwunsch des Seidenschals bekannt geben.

Leitung: Karin Fink, Kindergarten-, Hort- und Montessori-Pädagogin, Dipl. Heilkräuterpädagogin, zert. Filzgestalterin

Kosten: € 69,00 Teilnahmebeitrag + € 13,00 Verpflegung (Mittagessen + Kaffee-/Teejause) + ca. € 25,00 – € 35,00 Materialkosten

Anmeldeschluss: 20. Juli

Vom Leben schreiben

Biografische Schreibwerkstatt

Montag, 30. Juli, 15.00 Uhr bis

Mittwoch, 1. August, 13.00 Uhr

Vom eigenen Leben, den Wünschen oder Träumen zu schreiben, ist sehr spannend. Mit verschiedenen Impulsen sollen die Erinnerungen geweckt und in eine passende sprachliche Form gebracht werden. Oft ist Wehmut ganz nahe dabei, so dass wir unsere Geschichten vielleicht schreibend verändern oder uns mit ihnen versöhnen wollen. Was wäre gewesen, wenn ... – Dazu soll es auch stilistisches und literarisches Werkzeug geben. Keine Voraussetzungen nötig!

Mitzubringen: Schreibzeug, Farben, einen Bogen Packpapier, eine alte Illustrierte, Uhustick; bequeme Kleidung ist ratsam

Leitung: Drⁱⁿ Hedwig Dejaco, Germanistin mit Schwerpunkt Kreatives Schreiben; Theaterpädagogin

Kosten: € 90,00 Teilnahmebeitrag + € 93,00 alles inklusive im Zweibettzimmer, € 103,00 im Einbettzimmer

Anmeldeschluss: 23. Juli

Die Stimme der Frauen!

Sing-Workshop

Freitag, 10. August, 19.00 Uhr bis
Sonntag, 12. August, 13.00 Uhr

In diesen zwei Tagen laden wir Sie ein, die Freude, den Mut, die Schönheit und die Stärke, die unserem Frausein innewohnt, im gemeinsamen Singen zu erleben. Wir werden in ein Repertoire von inspirierter, beseelter und beschwingter Musik eintauchen, das die Grenzen öffnet und uns Einblick in die Weisheit verschiedener Kulturen erschließt. Gleichzeitig wollen wir in diesen hektischen Zeiten aber auch nicht auf Stille, unsere Atmung und ruhige, langsame mantren-artige Lieder vergessen, um zu uns zu kommen und Kraft zu tanken.

Leitung: Eva Campbell-Haidl, Sängerin, Songwriterin, Stimm- und Bewegungstherapeutin

Kosten: € 155,00 Teilnahmebeitrag, € 85,00 alles inklusive im Zweibettzimmer, € 95,00 im Einbettzimmer; Abendessen inkl. 1 Getränk für € 7,00 am 10. August gegen Voranmeldung möglich

Anmeldeschluss: nur noch Warteliste

„Sag's mit deiner Handschrift“

Workshop Schriftgestaltung

Donnerstag, 16. August, 10.00 Uhr bis
Freitag, 17. August, 17.00 Uhr



Foto: Sophie Renz

Die Handschrift ist Ausdruck der Persönlichkeit und handgeschriebene Zeilen, noch dazu in ein schönes Bild gebracht, bewirken in Zeiten von E-Mails und SMS bei jedem Anlass viel Freude. Ob als Anfängerin oder schon geübt: Genießen Sie diese Zeit zum handschriftlichen Gestalten, auf Wunsch auch in Kurrentschrift. Unter dem Motto „Lassen wir die Seele tanzen...“ können Sie nicht nur Worte in Schönschrift zu Papier bringen, sondern auch die erholsame Atmosphäre des Hauses und seiner Umgebung genießen.

Mitzubringen: Wenn vorhanden Federstiel, Schreib- und Füllfeder (auch vor Ort erwerbbar), ev. Sprüche und Texte

Leitung: Sophie Renz, Papierfachhändlerin i.R., leidenschaftliche Handschriftschreiberin

Kosten: € 70,00 Teilnahmebeitrag inkl. Papierkosten + € 66,50 alles inklusive im Zweibettzimmer, € 71,50 im Einbettzimmer

Anmeldeschluss: 8. August

Solo Tango

Tanzworkshop

Donnerstag, 6. September, 16.30 bis 20.30 Uhr

Tango Argentino – das ist leidenschaftliche Musik, elegante Körperhaltung, getanzter Dialog. Solo Tango ist ein Tanzworkshop, der dieses besondere Tanzgefühl des Tango Argentino mit vielen positiven Nebeneffekten auf Gesundheit, Beweglichkeit, Balance und Stressabbau vereint und außerhalb eines klassischen Paartanzes erlebbar macht. Spaß an der Bewegung und Freude am Tanzen stehen dabei im Vordergrund!



Foto: Duo AdanzaS

Mitzubringen: Bequeme Kleidung, Tanzschuhe, Tanztrainingsschuhe oder Socken

Leitung: AdanzaS, Tangotänzerinnen als Duo AdanzaS

VeranstalterInnen: Andrea Tieber und Sigrid Mark, Tangotänzerinnen als Duo AdanzaS

Kosten: € 35,00 + € 7,00 Abendessen mit Getränk

Anmeldeschluss: 3. September

Wieder einmal kräftig singen...

Singtag



Dienstag, 18. September, 9.00 bis 16.00 Uhr

Im Rahmen der Urlaubswoche „Singen is unsre Freud“ laden wir herzlich zu einem Singtag mit Eva Maria Hois vom Steirischen Volksliedwerk ein. Viele alt bekannte und beliebte wie auch neu zu entdeckende Lieder und Jodler erwarten uns. Willkommen sind alle Singbegeisterten – Frauen und Männer, Jung und Alt.

Leitung: Drⁱⁿ Eva Maria Hois, Volksliederreferentin und Sängerin

VeranstalterInnen: in Zusammenarbeit mit dem Steirischen Volksliedwerk

Kosten: € 30,00 Teilnahmebeitrag inkl. Noten + € 13,00 Mittagessen mit Getränk, Kaffee-/Teejause

Anmeldeschluss: 13. September



Eva Campbell-Haidl



Sophie Renz



Duo AdanzaS



Eva-Maria Hois

Gesund & Vital durch Basisches Kochen

Bio-Kochworkshop mit Ernährungstipps

Mittwoch, 26. September, 15.00 bis 20.00 Uhr

Die meisten Menschen sind übersäuert. Gesunde, basische Küche kann dem abhelfen! Nach einer leicht verständlichen Einführung über die wichtigsten Stoffwechselfunktionen und BasenlieferantInnen wie z.B. Fermentiertes, Öle, Kräuter und Gewürze, bereiten wir eine köstliche Kraftsuppe, Vorspeise, zwei Hauptgerichte und ein Dessert – alles bio und basisch – zu. Wichtiger Bestandteil dieses Workshops ist die richtige Verwendung von Ölen beim Kochen und die korrekte basische Zubereitung von Gemüse. Wir zeigen Ihnen lustvolles gesundes Kochen und liebevolles Anrichten für die ganze Familie.

Leitung: Gabriele Ebner, Ernährungsberaterin;

Johann Ebner, Biokoch der Kochschule Biochi

Kosten: € 115,00 Teilnahmebeitrag (inklusive mehrgängigem Bio-Menu, Getränken und Rezeptmappe)

Anmeldeschluss: 21. September



Gabriele
Ebner

Johann
Ebner

Blick voraus

Patchwork-Nähen für AnfängerInnen | Workshop

Freitag, 19. Oktober, 15.00 Uhr bis

Samstag, 20. Oktober, 19.00 Uhr

Griechenland trifft Steiermark | Kathreintanz der besonderen Art

Sonntag, 25. November, 13.30 bis 18.00 Uhr

Stoffdruck mit Modeln | Workshop

Freitag, 23. November, 10.00 Uhr bis

Samstag, 24. November, 16.00 Uhr

Zur Teestunde | Workshop zum Kreieren der eigenen Genussteeemischung

Freitag, 30. November, 15.00 bis 18.00 Uhr

Räuchern zu den Raunächten | Workshop

Freitag, 14. Dezember, 14.00 bis 18.00 Uhr

Freuen Sie sich auf viele weitere Veranstaltungen im nächsten Heft!

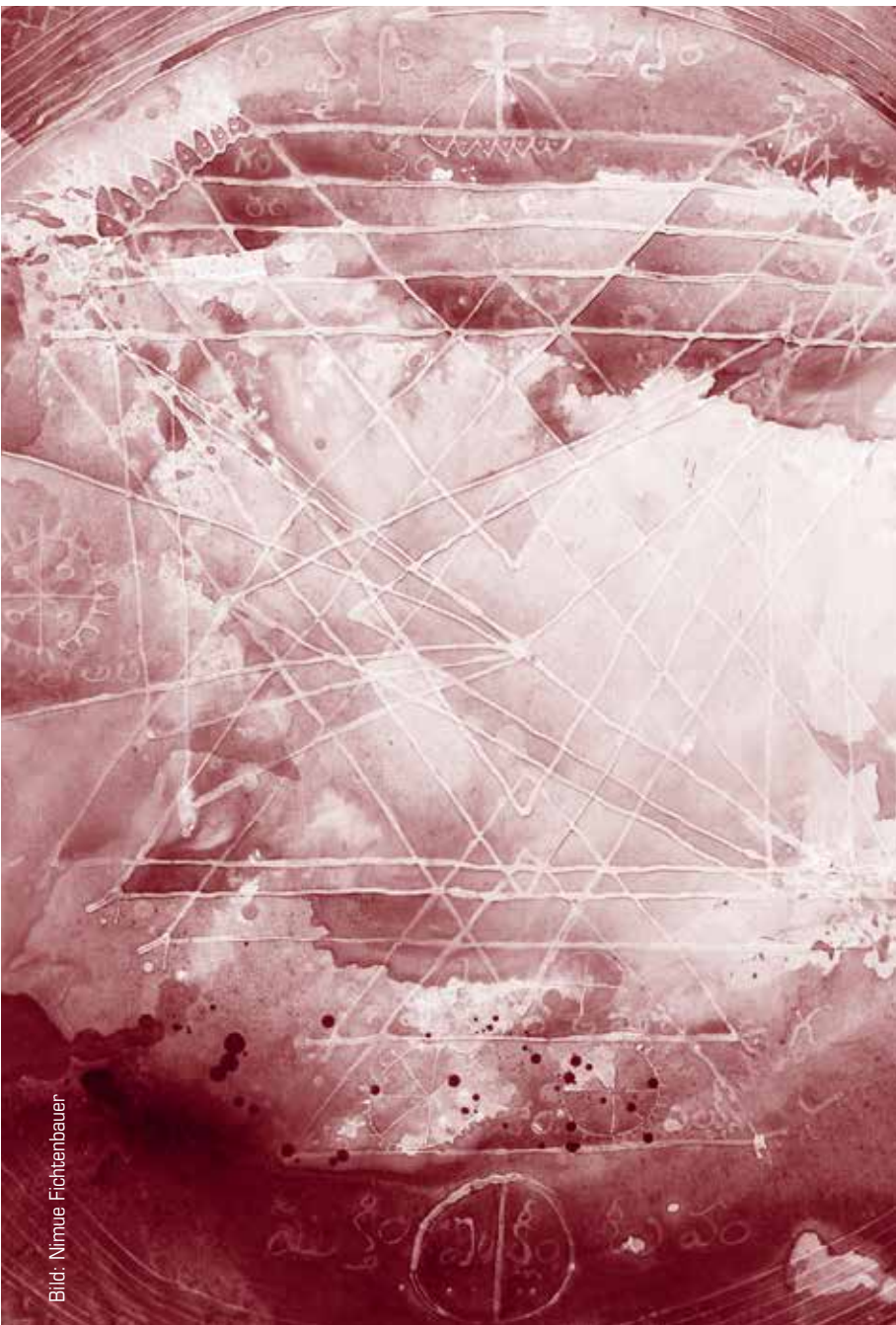


Bild: Nimue Fichtenbauer

Mit uns verbunden

BENEDIKTINERINNEN-KLOSTER ST. GABRIEL



Foto: Gerd Neuhold, Sonntagsblatt

„Überall ist Gott gegenwärtig. Das wollen wir ohne jeden Zweifel ganz besonders dann glauben, wenn wir Gottesdienst feiern.“

Benediktus-Regel

Wir laden ein zu unseren

Gebetszeiten in der Kloster-Kapelle

6.55 Morgengebet (ca. 35min)

11.35 Mittagsgebet (ca. 20min)

17.00 Eucharistiefeier mit Vesper (Mo, Di, Do, Fr, ca. 50 min)

Mittwoch: 17.00 Vesper, 18.30 Rosenkranz, 19.00 Eucharistiefeier

Samstag: 18.00 Vesper

Sonntag: 18.00 Vesper

Die Komplet beten wir am Mo, Di, Do, Fr im Anschluss an die Eucharistiefeier, am Samstag und Sonntag nach der Vesper.

Wenn Sie ein Gebetsanliegen haben, schreiben Sie es bitte in das Gebetsanliegen-Buch in unserer Kapelle.

Weitere Angebote

- Einzelerzitationen (3 bis 7 Tage, siehe S. 13)
- Einführung in das Jesusgebet
- Tage der Stille
- Geistliche Begleitung, Lebensbegleitung
- Gespräch

Sr. Myriam Senghor (oder eine andere Schwester) beantwortet im Rahmen von Veranstaltungen im Haus der Frauen – Erholungs- und Bildungszentrum gerne Fragen zum Klosterleben.

„ . . . damit in allem Gott verherrlicht werde“

Benediktus-Regel

Kontakt:

Sr. Hildegard Altmann

Tel. 0676/8742 7234;

E-Mail: benediktinerinnen.st.gabriel@graz-seckau.at

Katholische Frauenbewegung Steiermark

„Jede Form von Gewalt, speziell gegen Frauen hört auf, alle Meinungen werden gehört und wir können uns überall frei fühlen. Ich sehe eine Welt voller Farben, Werte, Gerechtigkeit, ich sehe eine Gemeinschaft aller, Fairness und viel Unterstützung. So sieht für mich eine friedliche Zukunft aus.“



(Mallerli Fanery Tabares Posada,
kfb-Projektpartnerin aus Kolumbien)

Friede ist nichts Selbstverständliches. Doch wir alle können dazu beitragen in einer friedlichen Gesellschaft zu leben. Denn der Frieden beginnt bei uns selbst...

Mit unserem Behelf **„Für den Frieden beten“** möchten wir einladen, wieder vermehrt für den Frieden zu beten.

Die Unterlagen stehen im Intranet der Katholischen Kirche als Download zur Verfügung, gerne schicken wir sie auch auf Anfrage per Mail zu.



Gracias!– DANKE!

allen Spender*innen und Helfer*innen für die großartige Unterstützung rund um die Benefizsuppenessen und Aktionen zum Familienfasttag!

Bedankt!– DANKE!

für Euer außerordentliches Engagement rund um den Weltgebetstag am 2. März 2018!

Kontakt:

Bernadette Weber
0316/8041-257
bernadette.weber@graz-seckau.at



VEREIN *Wir für das Haus der Frauen*

Der Verein *Wir für das Haus der Frauen*

- **engagiert sich** seit Mai 2004 für das Haus der Frauen – Erholungs- und Bildungszentrum. Der Vorstand unter Obfrau Mag^a Trude Sommerbauer leitet den Verein und unterstützt dieses diözesane Bildungshaus tatkräftig bei der Weiterführung, sowohl inhaltlich als auch wirtschaftlich. Derzeit wird u.a. eine Aktion zur Mitfinanzierung des neuen Speisesaales vorbereitet.



- freut sich über jedes neue **Vereinsmitglied**. Die Beitrittserklärung ist erhältlich im Haus der Frauen (siehe Bestelladresse auf der nächsten Seite) bzw. unter www.hausderfrauen.at, siehe Verein. Ein **freiwilliger Mitgliedsbeitrag** von € 10,00 wird erbeten.
- bietet mit seinem **Mirjamfonds** Frauen finanzielle Unterstützung, die sich dringend notwendige Erholung und Neuorientierung im Haus der Frauen sonst kaum leisten könnten. Bitte wenden Sie sich an Mag^a Barbara Hatzl, Geschäftsführerin des Vereins, Tel. 0676/880 15 149 oder Mail: bausteinaktion@hausderfrauen.at,
- sagt herzlich **DANKE** für alle in den letzten Monaten eingegangenen **Spenden** einschließlich freiwilliger Mitgliedsbeiträge, für die Mithilfe bei der Herstellung und für den Bezug von Artikeln der **Bausteinaktion**, für jede **ehrenamtliche Mitarbeit** im Verein und für das Bildungshaus (aktuell würde stundenweise Mithilfe im Vereinsbüro / bei der Bausteinaktion dankbar angenommen).
- **bittet** weiterhin um Ihre Verbundenheit und finanzielle Unterstützung:

Vereinskonto: Wir für das Haus der Frauen,
IBAN: AT223828501106002711 bei der
Raiffeisenbank Pischelsdorf-Stubenberg, BIC: RZSTAT2G285
Bitte deutlich Namen und auch Wohnort sowie Verwendungszweck angeben. Danke.

AUS UNSERER BAUSTEINAKTION

Mit besonderen Dingen sich selbst und anderen Freude bereiten und gleichzeitig das Haus der Frauen –Erholungs- und Bildungszentrum unterstützen: schön und nachhaltig. Wir freuen uns auf Ihre Bestellung und sagen Danke!

Billett-Serie

Unsere qualitätsvollen Billetts mit zahlreichen Motiven eignen sich für viele Anlässe. Stückpreis: € 2,20 (10 Stück + 1 gratis); Billetts C. Kokol und Billetts zum Sonderpreis: € 1,00.

Sommerblütenkranz, Billett Nr. 47,
Foto: Margrit De Colle

Freude und Segen, Christa Kokol,
Geburtsbillett mit Texteindruck



Mutworte

Kleinschrift mit heiter-besinnlichen Erzählungen aus dem Jahreskreis von Christa Carina Kokol; Stückpreis: € 5,80

Kleinschriftenreihe Herzensworte

Band 1 – 3, Glückwünsche / Für schwere Zeiten / Im Jahreskreis, inkl. Schreibanregungen: Christa Kokol; Stückpreis: € 5,80
Band 4, Frauentexte – Segenswünsche: Texte verschiedener Autorinnen; Stückpreis: € 6,20; alle vier Bände im Set: € 20,00;
5er-Set Kleinschriften (Herzens- und Mutworte): € 25,00

Spür deine Kraft. Biblische Frauen begleiten durch das Leben

Buch, gebunden; Stückpreis € 20,00; ab 10 Stück € 18,00

Kochbuch Häferlgespräche

Der beliebte Kochbuch-Klassiker des Hauses;
Stückpreis € 18,00; ab 10 Stück € 16,00

Gesundheit und Genuss. Häferlgespräche Spezial

Schmackhafte Rezepte für basenreiche Speisen ohne Gluten, Milch, Ei, Hefe, Zucker, Soja, Fisch, Fleisch und Cholesterin.
Stückpreis € 18,00; ab 10 Stück € 16,00

Weitere Artikel: Originelle Taschen aus Kaffeepackungen, Flaschendirndl, Kochschürzen, Zünder- und Grußkartenserie, handgestrickte Wollsocken und -decken, Kräuter-Dinkelspelz- oder Zirbenspan-Polster, Lavendelsäckchen...

Detaillierte Informationen mit Fotos aller Artikel unter www.hausderfrauen.at (siehe Shop/Download Bestellinfos). Auf Wunsch senden wir Ihnen Bausteinartikel gerne mit einem Zahlschein zu (zuzüglich Versandkosten).

Bestelladresse:

Verein *Wir für das Haus der Frauen*

8222 St. Johann b. Herberstein 7

Fax: 03113/2207-24

Mail: bausteinaktion@hausderfrauen.at

Auskünfte: Mag^a Barbara Hatzl, Tel. 0676/880 15 149.



Aus dem Haus

Dankeschön-Fest

Die lebendige Gemeinschaft in unserem Haus, zahlreiche Angebote, die wir leisten, unsere schön gestalteten Aussenanlagen – vieles von dem wäre in dieser Form nicht möglich ohne unsere Freiwilligen, die uns großartig unterstützen! Die Formen der Mitarbeit sind vielfältig: als Liturgieleiterin, Begleiterin, als helfende Hände, wo immer diese gebraucht werden, bei der Öffentlichkeitsarbeit, im Verein und vieles mehr. Auf diesem Weg möchten wir uns bei euch ganz herzlich bedanken - und euch einladen zu einem Dankesfest.

Bitte vormerken und kommen: Freitag, 15. Juni ab 14.30 bis ca. 19.00 Uhr: Freiwilligenfest im Haus der Frauen. Wir feiern das Leben und euch! Eine persönliche Einladung solltet ihr schon erhalten haben, über euer Kommen freuen wir uns sehr!



Auf Wiedersehen!

Wie immer lassen wir unseren Zivildienstler nur sehr schweren Herzens ziehen. Markus Schwarz hat uns in allen Bereichen des Hauses (Büro, Küche, Hausbereich, Aussenanlagen) ganz großartig unterstützt! Markus, vielen lieben Dank für deine tolle Arbeit! Unsere besten Wünsche für deine Zukunft und unser aller Segen begleiten dich! Wir werden dich sehr vermissen... und freuen uns natürlich immer über einen Besuch!



Himmlich heiraten

Das Haus der Frauen ist eingebettet in die sanften Hügel der Oststeiermark, den Garten Österreichs, und liegt auf einer Anhöhe mitten im paradiesischen Apfelland. Mit der angrenzenden wunderschönen Barockkirche bietet das Haus den idealen Rahmen für eine ganz besondere Hochzeit mit himmlischem Ausblick über das steirische Hügelland.

Wir bieten für Sie

- Agape nach der Trauung
- Nächtigung mit Frühstück für Ihre (weitgereisten) Gäste ab € 40,50 (Basis Doppelzimmer inkl. Eine-Nacht-Zuschlag).



Ch. Wirth Luftbild

Aufblühen

Es ist vollbracht! Die Böschung ist mit vielen neuen Blumen bepflanzt. Herzlichen Dank für alle Pflanzen- und Geldspenden sowie an alle ehrenamtlich helfenden Frauen und Männer für die großartige Unterstützung!

Besonders erwähnen möchten wir die beiden Projektleiterinnen Maria Höfler und Trude Sommerbauer: Danke für euer Engagement und eure Vision! Eure Arbeit wird zahlreiche Früchte tragen und ist jetzt schon in einem wunderbaren Aufblühen ersichtlich.



SERIENANGEBOTE

Frauenliturgien: Lass spüren deine Kraft – Frauen feiern ihren Glauben

einmal monatlich montags, 19.07 Uhr („7 nach 7“)

„**Heilsam wirken – wirksam heilen**“. Unser Themenschwerpunkt für die Frauenliturgien 2018 orientiert sich an biblischen Heilsgeschichten. Menschen in der Bibel erleben Gott als einen, der mitgeht, berührt und heilende Nähe spüren lässt. So möchten wir uns in unseren eigenen Lebensgeschichten von biblischen Worten heilsam beschenken lassen. Durch unsere Taufe sind auch wir zum priesterlichen, königlichen und prophetischen Dienst berufen und beauftragt, heilsam zu wirken.

Spiritueller Impuls „7 nach 7“

Im Rahmen Ihres Urlaubes gestalten wir für Sie täglich außer mittwochs ein kurzes Abendlob um 19.07 Uhr im Meditationsraum, das für alle und jede/n offen steht. Am Mittwoch findet um 19.00 Uhr eine Eucharistiefeier in der Kloster-Kapelle statt.

Frauenfrühstück

Mindestens drei Mal jährlich, samstags, 8.30 bis 11.30 Uhr

Heilsames Singen für Frauen und Männer

einmal monatlich freitags, 19.00 Uhr

Tarock

einmal monatlich dienstags, 18.00 Uhr

Trauercafé

Diese Serie wird im Sommer 2018 eingestellt. Gerne können Sie sich aber in ihrer Trauer weiterhin an die Pastoralassistentinnen Anita Fenz und Regina Stampfl wenden.

TNO – Talentenetz Oststeiermark

jeden 2. Mittwoch im Monat, 19.30 Uhr in der Sommerzeit (April – Oktober), 19.00 Uhr in der Winterzeit (Nov. – März)

Der Gib-und-Nimm-Tisch

Unser Beitrag zur Kultur des Teilens und Schenkens: Seit November 2016 haben wir einen „Gib-und-Nimm-Tisch“ fix installiert.

Und so funktioniert's: Jede/r kann gut erhaltene Dinge, die sie/er gern weitergeben möchte, mitbringen und auf diesen dafür aufgestellten „Gib-und-Nimm-Tisch“ legen. Wer etwas von den dort liegenden Sachen brauchen kann, nimmt es mit. Wir freuen uns auf reges Geben und Nehmen!

Einzelberatung

Heilsame Klänge

In der Betriebsamkeit des Alltags gehen wir uns manchmal selbst verloren und können unsere innere Stimme nicht mehr hören. Die Klänge und Schwingungen der Klangschalen sind eine wertvolle Unterstützung, um mit der Herzensweisheit in Kontakt zu kommen und dem Leben neue Kraft und Freude zu geben. Die Klangschalen werden dabei auf, über oder neben dem bekleideten Körper sanft angeschlagen, wodurch sich die Muskulatur entspannen und die Zellen neu ordnen können. Die wohlklingende Atmosphäre holt Lösungen ins Bewusstsein und bereichert den Alltag. Margit Schuller, Klang- und Religionspädagogin, Trainerin und Beraterin: Tel. 0664/51 53 236, E-Mail: margit-schuller@aon.at

Mein Leben neu ordnen

Es gibt Zeiten im Leben, in denen man das Gefühl hat „alles ist aus den Fugen geraten“. Wir wissen nicht wie wir mit diesen privaten oder beruflichen Problemen, Lebenskrisen, Krankheiten, schmerzhaften Veränderungen oder unerklärlichen körperlichen Beschwerden umgehen sollen. Durch meine langjährige berufliche Erfahrung im Sozialbereich und meinen vielfältigen Ausbildungen bin ich überzeugt, dass jeder Mensch alle Ressourcen in sich hat, diese belastenden Zeiten zu bewältigen. Oft erleichtert eine „neutrale Hilfestellung“ wieder „Ordnung ins Leben zu bringen“. Gerne begleite ich Sie, damit Sie Ihre verloren geglaubten oder verborgenen Fähigkeiten wieder entdecken, Sie Ihre Gegenwart bestmöglich gestalten und in eine zversichtliche Zukunft gehen können. Ich freue mich auf Sie!

Monika Brolli, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Dipl. Balance Kinesiologin®, Biografietrainerin, Familienhelferin, Urlaubsbegleiterin im Haus der Frauen – Erholungs- und Bildungszentrum
Tel. 0660/58 18 128, E-Mail: info@monikabrolli.at,
www.monikabrolli.at

Im Rhythmus des Lebens schwingen

Erlebe die heilsame Kraft der Muttertrommel!

In unserem fordernden Alltag begegnen wir immer wieder Zeiten, in denen wir „Aus-dem-Rhythmus-fallen“. Die warmen und zentrierenden Klänge der großen Pow-Wow-Muttertrommel können dich dabei unterstützen innezuhalten, um dich wieder neu zu orientieren. Bei einer Klangreise trommelst du mit mir gemeinsam oder genießt in entspannter Haltung die heilenden Klänge, die auf dich wirken. Im sanften Schwingungsbad können sich Verspannungen lösen und Gedanken des Alltags abfallen. Der sanfte Rhythmus nährt das Urvertrauen und aktiviert Selbstheilungskräfte. Vor- und Nachgespräche zu aktuellen Lebensthemen unterstützen den Prozess.

Cornelia Rosenberger, Heiltrommlerin, Lebensbegleitung in Bewegung, Urlaubsbegleiterin im Haus der Frauen, Kontakt:
0664/9605224, cornelia@tanzraeume.at, www.tanzraeume.at



Information

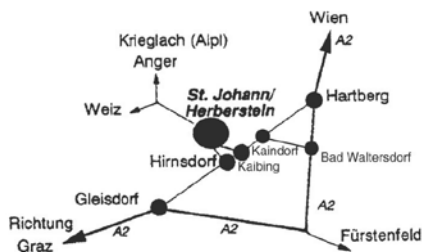
Wir sind für Sie da:

Montag bis Freitag, jeweils von 8.30 bis 12.30 Uhr,
Tel. 03113/2207. Außerhalb der Bürozeiten freuen wir uns
über eine Nachricht per Mail: kontakt@hausderfrauen.at

Anmeldung

Anmeldungen sind – so nicht anders angegeben – für alle Bildungs- und Erholungsangebote erforderlich. Melden Sie sich bitte, wenn möglich, per E-Mail oder Post an. Sie sind dabei zeitunabhängig, entlasten unser Telefon und erhalten eine Anmeldebestätigung. Selbstverständlich ist die telefonische Beratung und Anmeldung während der Bürozeiten (Mo – Fr 8.30 – 12.30 Uhr) möglich.

Vor einer Veranstaltung mit Nächtigung(en) bekommen Sie einige Tage vor Beginn eine schriftliche Zusendung.
Bei Tagesveranstaltungen verständigen wir Sie nach Ihrer Anmeldung nicht mehr.



Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Der Fahrplan unterliegt ständigen Änderungen. Mit einem Anruf bei der zentralen Servicestelle im steirischen Verkehrsverbund (Tel. 050/67 89 10) oder durch einen Blick ins Internet (www.oebb.at; www.busbahnbim.at) können Sie sich über die genauen Zeiten informieren. Die Ein- und Ausstiegsstelle ist Kaibing. Wir holen Sie gerne von dort ab, wenn Sie uns einige Tage vor der Anreise über die genaue Zeit Ihrer Ankunft informieren.

Impressum

Erscheinungsort: St. Johann b. Herberstein. Erscheint drei Mal jährlich
Eigentum, Herausgabe und Verlag: Haus der Frauen – Erholungs- und
Bildungszentrum, Bildungshaus der Diözese Graz-Seckau,
8222 St. Johann b. Herberstein 7

Tel. 03113/2207 | Fax-DW: 24 | kontakt@hausderfrauen.at |

www.hausderfrauen.at | www.facebook.com/hausderfrauen

Für den Inhalt verantwortlich: Mag^a Anna Pfleger MBA, Mag^a Christa
Kreimer, Mag^a Barbara Hatzl, Christine Feiner-Laner, Bakk.

Layout: Andrea Wernhart/Digicorner Graz

Druck: Medienfabrik Graz

DVR-Nr.: 0029874 (114)

Unsere Bankverbindung: IBAN: AT23 3828 5000 0600 2711,

RB Pischelsdorf-Stubenberg,

Bankstelle Hirnsdorf, BIC: RZSTAT2G285

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Gültig im Geschäftsjahr 2018

Eigenveranstaltungen Haus der Frauen - Erholungs- und Bildungszentrum

Ihre Anmeldung per Telefon, E-Mail oder Fax ist verbindlich. Sollten Sie an der Teilnahme an einer Veranstaltung des Erholungs- und Bildungszentrums verhindert sein, haben Sie die Möglichkeit sich abzumelden oder für eine Ersatzperson Sorge zu tragen.

Bei Tages- und Halbtagesveranstaltungen bitten wir Sie, sich spätestens 3 Bürotage vor Veranstaltungsbeginn abzumelden - bei mehrtägigen Veranstaltungen 5 Bürotage vorher - ansonsten müssen wir Ihnen 50% der Kosten verrechnen. Sollten Sie ohne Abmeldung nicht teilnehmen, wird Ihnen der gesamte Teilnahmebeitrag bzw. werden Ihnen bei Urlaubsangeboten die gesamten Kosten in Rechnung gestellt. Wir bitten um Verständnis für diese Maßnahme, auch im Sinne anderer InteressentInnen, die auf der Warteliste stehen und gerne am Kurs teilnehmen möchten.

Seminarräume

Die Buchung eines Seminarraumes ist fixiert, wenn Sie eine Anzahlung von 50% der Raummiete geleistet haben.

- Kostenloses Storno Seminarräume: bis 3 Monate vor Veranstaltungsbeginn
- 50% der Raummiete: bis 5 Bürotage vor Veranstaltungsbeginn
- 100% der Raummiete: innerhalb von 5 Bürotagen vor Veranstaltungsbeginn

Zimmer

Kostenloses Storno: bis 5 Bürotage vor der Ankunft

50% der vereinbarten Leistung (Nächtigung/Frühstück): 5 bis 1 Bürotage vor der Ankunft

100% der vereinbarten Leistung (Nächtigung/Frühstück): am Tag der Ankunft

Veranstaltungen, bei denen Speisen serviert werden

Für Veranstaltungen, bei denen die TeilnehmerInnen Speisen konsumieren, benötigen wir für unsere Küchenplanung die genaue Anzahl der teilnehmenden Personen. Wir bitten Sie, uns die genaue Personenanzahl bis spätestens 3 Tage vor Veranstaltungsbeginn bekannt zu geben. Diese Zahl wird von uns als garantierte Mindestzahl angesehen, die auf jeden Fall in Rechnung gestellt wird. Bei höherer Personenanzahl wird der tatsächliche Verbrauch verrechnet.

Bereits bezahlte, aber nicht konsumierte Speisen können nicht rückverrechnet werden.

Getränke und Speisen dürfen grundsätzlich nicht zur Konsumation mitgebracht werden, da die kulinarische Versorgung im Haus auf Ihre Wünsche eingeht.

Rechnungslegung

Die Gesamtrechnung ist ohne Abzug, prompt nach Erhalt der Rechnung zahlbar.

Bei Veranstaltungen mit Zimmerkontingenten ab einer gewissen Größenordnung behält sich die Leitung des Hauses das Recht vor, eine Anzahlung in der Höhe von 50% des Auftragsvolumens vorab in Rechnung zu stellen.

Unsere angebotenen Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Mehrwertsteuer und aller Abgaben. Verrechnet wird aufgrund der jeweils gültigen Preisliste.

Sonstiges

- Bei Spezialveranstaltungen gelten die jeweiligen in der Auftragsbestätigung genannten Bedingungen.
- Kündigung durch das Haus der Frauen - Erholungs- und Bildungszentrum: Das Haus der Frauen - Erholungs- und Bildungszentrum ist berechtigt, jederzeit und ohne Angabe von Gründen das Vertragsverhältnis zu beenden,
 1. wenn die Veranstaltung den reibungslosen Geschäftsbetrieb gefährdet,
 2. wenn der Ruf, sowie die Sicherheit des Hauses gefährdet sind,
 3. im Falle höherer Gewalt.Der/die VeranstalterIn ist zur Geltendmachung von Schadenersatzansprüchen nicht berechtigt.
- Haftung:

Für Verlust oder Beschädigung von eingebrachten Gegenständen übernehmen wir keine Haftung.

Für Beschädigung an Einrichtungen oder Inventar oder deren Verlust, die beim Auf- und Abbau und/oder während der Veranstaltung verursacht werden, haftet der/die VeranstalterIn ohne Verschuldensnachweis.

Das Anbringen von Dekorationsmaterial ist nur mit Zustimmung der Geschäftsleitung gestattet.

Verbraucherschutz und Datenschutz

- Personenbezogene Daten werden unter Beachtung der geltenden österreichischen und europäischen Datenschutzgesetze verwendet. Das Haus der Frauen - Erholungs- und Bildungszentrum behandelt diese Daten vertraulich.

Gerichtsstand Fürstenfeld

Unsere Preise

Allgemeines

Alle Preise pro Person und Tag inklusive Nutzung der Infrarotkabine und Nächtigungsabgabe ab zwei Nächten

Gastgruppen und Einzelgäste

Nächtigung / Frühstück: € 33,50

Vollpension (3 Mahlzeiten inkl. 1 alkoholfreies Getränk zu den Mahlzeiten) im Zweibettzimmer: € 51,50

Aufpreis Einbettzimmer: € 5,00

Aufpreis Kurzaufenthalt (1 Nacht): € 7,00

Kinder (Vollpension):

- bis zum vollendeten 1. Lebensjahr: kostenlos
- 2.-7. Lebensjahr: € 22,00
- 8.-14. Lebensjahr: € 29,00

Seminarraumpreise auf Anfrage

Hauseigene Veranstaltungen

Die Preise für unsere Urlaubs- und Bildungsveranstaltungen sind bei den jeweiligen Veranstaltungen im Programmheft ausgewiesen. Diese beinhalten, so nicht anders angegeben, die Vollpension (4 Mahlzeiten aus frischen, vollwertigen Lebensmitteln, 1 alkoholfreies Getränk zu den Mahlzeiten, Nutzung der Infrarotkabine und Nächtigungsabgabe).

Stornogebühr: siehe Geschäftsbedingungen Seite 62

Sie haben eine Nahrungsmittelunverträglichkeit?

Bei Abweichungen vom Tagesmenu geht unsere Küche so weit möglich gerne auf Ihre Unverträglichkeiten und speziellen Essenswünsche ein – wir bitten Sie, diese rechtzeitig bei der Anmeldung bekannt zu geben (Aufpreis je Mahlzeit € 2,00).

Gutscheine für das Haus der Frauen

Sehr beliebt als besonderes Geschenk für verschiedene Anlässe sind unsere Gutscheine für das Haus der Frauen. Sie können jederzeit Gutscheine in selbst gewählter Höhe erwerben. Wir nehmen Ihre Bestellungen gerne entgegen und schicken Ihnen den Gutschein (mit Rechnung und Erlagschein zuzüglich Versandkosten) zu.

Gönnen Sie sich oder Ihren Liebsten eine Auszeit und atmen Sie durch, oder nutzen Sie die Gutscheine für eine Weiterbildung oder zur spirituellen Vertiefung!

TIPP: Für viele ein ideales Muttertagsgeschenk!



Haus der Frauen – Erholungs- und Bildungszentrum

Bildungshaus der Diözese
Graz-Seckau
St. Johann b. Herberstein 7
8222 Feistritztal
Tel. 03113/2207 | Fax-DW-24
kontakt@hausderfrauen.at
hausderfrauen.at
facebook.com/hausderfrauen



Erstes Freiwilligenfest

Wir sagen Danke!
Freitag, 15. Juni,
14.30 bis 19.00 Uhr



Wo ist mein Glück geblieben?

Frauenfrühstück mit Geschichten-
erzählerin Mariou –
Marion Wiesler
Samstag, 8. September,
8.30 Uhr bis 11.30 Uhr



Österreichische Post AG,
MZ 17Z041245M