



Fotos: Haus der Frauen

Willkommen zur Auszeit im Haus der Frauen

Die Seele baumeln lassen im oststeirischen Paradies

Für viele unserer Gäste sind wir eine „Oase“ inmitten einer immer hektischer werdenden Welt. Überzeugen Sie sich selbst und verbringen Sie eine kleine, feine Auszeit hier bei uns. Unser Haus, ein ehemaliges 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. Lassen Sie sich von unserer regionalen und saisonalen Genussküche verwöhnen. Wir freuen uns auf Sie!

Ankommen im Hier & Jetzt

Das Haus der Frauen bietet einen wunderbaren Rahmen für eine Auszeit. Die Atmosphäre des Hauses lässt Sie zur Ruhe kommen. Unser Labyrinth führt Sie in Ihre Mitte. Die schöne Aussicht über die Hügel der Oststeiermark bis zur Riegersburg weitet den Blick. Dasein im Hier & Jetzt. Auch weltliche Dinge wie W-Lan, Gratis-Parkplätze und eine Infrarotkabine mit Ruheraum stehen zur Verfügung. Sie werden erholt, gestärkt und beseelt in Ihren Alltag zurückkehren.

Folgen Sie Ihrer Sehnsucht und entdecken Sie Ihren Himmel bei uns!



Foto: Shutterstock.com

Auszeit für mich | Auszeit fia mi

Ob spontan oder langfristig geplant, alleine, zu zweit oder mit Freundinnen: Sie sind jederzeit zu einer Auszeit willkommen! Eine ehrenamtliche Mitarbeiterin ist für Sie da und steht für Auskünfte und Gespräche zur Verfügung. Abends zum 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! Details dazu finden Sie auf unserer Homepage.

Für Sie inkludiert:

- Nächtigung im Einbett- oder Zweibettzimmer
 - „7 nach 7“: täglicher spiritueller Impuls
 - wahlweise mit Frühstück/Halbpension oder Vollpension
- | | |
|----------------------------------|---------------------------|
| Variante Nächtigung/Frühstück: | € 38,50* im Einbettzimmer |
| Variante Nächtigung/Halbpension: | € 50,00* im Einbettzimmer |
| Variante Nächtigung/Vollpension: | € 58,50* im Einbettzimmer |

* Die Preise verstehen sich inklusive Steuern und Abgaben, eines alkoholfreien Getränks bei den Mahlzeiten und Nutzung der Infrarotkabine. Zuzüglich € 1,50 Nüchternungsabgabe pro Person/Nacht, gültig ab zwei Nächten.



Foto: Shutterstock.com

Aktiv entspannen im Haus der Frauen

Entspannung pur und doch aktiv sein! Diese neuen Auszeit-Angebote bieten beides. Blühen Sie auf, wenn Sie mit Meditationen und Körperreisen in Ihre Mitte kommen. Seien Sie wieder einmal faul und gönnen sich ein Mittagsschläfchen. Werden Sie aktiv mit Yoga, Wandern oder auch Jongoma. Sich selbst wieder spüren ist hier Programm.

Für Sie – unsere Angebote 2020

Jongoma – ein urweiblicher Weg | Im Kreis des Lebens Frausein
Fr, 13.3. bis Sa, 14.3.2020 | € 162,50* alles inklusive

(Raus)Zeit – ein Genusswochenende mit aktiver Entspannung
Fr, 17.4. bis So, 19.4.2020 | € 333,00* alles inklusive

Krafttage mit Yoga, Wandern & Meditation | Zeit zum Still werden
Mo, 11.5. bis Do, 14.5.2020 | Mo, 7.9. bis Do, 10.9.2020
jeweils € 286,50* alles inklusive

* Preis/Person im Einbettzimmer für den gesamten Aufenthalt inklusive Teilnahmebeitrag, Vollpension, einem alkoholfreien Getränk zu den Mahlzeiten, Nüchternungsabgabe und Nutzung der Infrarotkabine



Foto: Shutterstock.com

Wohlfühltag im Haus der Frauen

„Gemeinsam das Leben genießen“ – dieses Motto steht bei den Wohlfühltagen im Vordergrund. Auch wenn Sie alleine kommen, verbringen Sie Ihren Urlaub in netter Gemeinschaft. Eine erfahrene Urlaubsbegleiterin gestaltet den Tagesablauf und ist für die ganze Gruppe da. Sie machen Urlaub *einfach zum Wohlfühlen!*

Für Sie – unsere Angebote 2020

Wohlfühltag | jeweils Sonntag bis Mittwoch | ab € 221,50* alles inklusive
12.1. bis 15.1. | 22.3. bis 25.3. | 22.11. bis 25.11.2020

Wohlfühlwochenende | jeweils Freitag bis Sonntag | € 153,00* alles inklusive
7.2. bis 9.2.2020

* Preis/Person im Einbettzimmer für den gesamten Aufenthalt inklusive Teilnahmebeitrag, Vollpension, einem alkoholfreien Getränk zu den Mahlzeiten, Nüchternungsabgabe und Nutzung der Infrarotkabine



Foto: M. Resch

Auszeit für Besonderes | Auszeit fia B'sundrigns

Beherzt singen, Übungen zum Fit- und Aktivbleiben kennenlernen, heilsame Zeiten an diesem erholsamen Ort erleben, die eigene Biografie mit der Kunst des Schreibens verbinden, Kirchen, Schlösser & Wein in unserer wunderbaren Umgebung erwandern – diese Auszeiten sind Balsam für die Seele und haben besondere Schwerpunkte. Auch hier gestaltet eine erfahrene Urlaubsbegleiterin oder Referentin den Tagesablauf.

Für Sie – unsere Angebote 2020

Fein sein, beinander bleiben | Singwoche mit Barbara Hatzl und Fritz Frohofer
So, 9.2. bis Fr, 14.2.2020 | € 380,50* alles inklusive

Heilsame Tage vor Ostern | Auszeit für Frauen und Paare mit Monika Brolli
Fr, 3.4. bis Palmsonntag, 5.4.2020 | € 165,00* alles inklusive

Lima – Lebensqualität im Alter | Urlauben 60+ mit Freya Gollowitsch
So, 26.4. bis Fr, 1.5.2020 | € 407,50* alles inklusive



Fotos: Haus der Frauen

Vom Leben schreiben | Biografische Schreibwerkstatt mit Hedwig Dejaco
Fr, 31.7. bis So, 2.8.2020 | € 208,00* alles inklusive

Elfchen, Rondell & Co | Die Lust am Schreiben mit Hedwig Dejaco
Mo, 3.8. bis Do, 6.8.2020 | € 311,50* alles inklusive

Die Stimme der Frauen | Sing-Workshop mit Eva Campbell-Haidl
Fr, 7.8. bis So, 9.8.2020 – Restplätze | **NEU:** Fr, 4.12. bis So, 6.12.2020
€ 257,50* alles inklusive

Singen is unsre Freud | Singwoche mit Barbara Hatzl und Fritz Frohofer
So, 20.9. bis Fr, 25.9.2020 | € 380,50* alles inklusive

Kirchen, Schlösser & Wein | Urlaub für Wanderbegeisterte mit Ria Haider
Fr, 23.10. bis So, 25.10.2020 | € 164,50* alles inklusive

Eine heilsame Zeit für mich | Auszeit für Frauen und Paare mit Monika Brolli
Fr, 11.12. bis So, 13.12.2020 | € 165,00* alles inklusive

* Preis/Person im Einbettzimmer für den gesamten Aufenthalt inklusive Teilnahmebeitrag, Vollpension, einem alkoholfreien Getränk zu den Mahlzeiten, Nüchternungsabgabe und Nutzung der Infrarotkabine

Aussteit im Haus der Frauen



Herzlich willkommen!

Urlaubsangebote 2020

Zum Verschenken oder selbst Genießen

Fastenwoche nach der Hildegard-Heilkunde

Sonntag, 8. März bis Freitag, 13. März 2020

Bei der Variante Dinkelbrot-Fasten mit Dinkel-Kopfsalat befreien wir uns im Frühling von altem Ballast und etablieren einen neuen, gesunden Ernährungsstil. Ausgedehnte Spaziergänge, Entspannung und Selbst-reflexion gehören ebenso dazu wie die Entlastung von Magen, Darm, Leber, Galle, Herz und Kreislauf. Das Fasten reinigt, inspiriert und heilt. Wir freuen uns auf Sie!



€ 632,50 alles inklusive im Einbettzimmer

Inkludiert: Fastenvollpension, Fasten-Vorträge nach der Hildegard-Heilkunde, Meditationen, Teilmassage, Infrarotkabine, morgendliche Körperübungen, Natur-Erfahrungen, Wanderungen, Fußbäder, Erfahrungsaustausch in der Gruppe

Haus der Frauen – Erholungs- und Bildungszentrum | Bildungshaus der Diözese Graz Seckau | 8222 Feistritz, St. Johann b. H. 7 | T: 03113/2207 (Mo-Fr 8.30 – 12.30 Uhr) | E: kontakt@hausderfrauen.at www.hausderfrauen.at | www.facebook.com/hausderfrauen

KATHOLISCHE KIRCHE STEIERMARK



Foto: Planer Junatz

Fasten im Haus der Frauen

Befreien Sie sich von Ihrem Ballast an Körper, Geist und Seele und laden Sie die Leichtigkeit ein! Ob Basenfasten, Fasten nach der Hildegard-Heilkunde oder nach Buchinger – Sie kehren erleichtert und gestärkt wieder heim. Dieser Urlaub macht Sie richtig lebendig!

Für Sie inkludiert: Nächtigung inkl. Nächtigungsabgabe im Einbettzimmer, Fastenvollpension, einfühlsame Fastenbegleitung, Infrarotkabine, spirituelle Impulse, Entspannungseinheiten, Leberwickel, Bewegung, Teilmassage, Impulse für die Nachfastenzeit

Unsere Termine:

NEU: Fasten nach der Hildegard-Heilkunde | Dinkelbrot-Fasten mit Kerstin Schierl und Ulrike Pacnik-Lueger | So, 8.3. bis Fr, 13.3.2020 | € 632,50 alles inklusive

Basenfasten – federleicht | Eintauchen in einen wahren Jungbrunnen mit Paula Schadler und Ulrike Pacnik-Lueger | So, 15.3. bis Fr, 20.3.2020 | **WIEDER DA:** unser Sommertermin: So, 26.7. bis Fr, 31.7.2020 | € 632,50 alles inklusive (zusätzlich inkludiert: eine Yoga-Einheit zum Kennenlernen)

Im Wenigen die Fülle entdecken | Fasten nach der Buchinger/Lütznern-Methode | So, 25.10. bis Sa, 31.10.2020 | € 709,00 alles inklusive



Foto: Haus der Frauen

Pilgernd unterwegs sein

Pilgern boomt – unterwegs sein und bei sich ankommen! 2020 können Sie bei uns pilgernd die Marienwallfahrtsorte kennenlernen, biografisch „Den Weg zu sich gehen“, in einer reinen Frauengruppe gemeinsam nach Mariazell pilgern oder auch eine „Singende Wallfahrt“ buchen.

Marienwallfahrt | Pilgern zu Marienwallfahrtsorten in der Region | Fr, 19.6. bis So, 21.6.2020 | € 185,00* alles inklusive

Den Weg zu sich gehen | Biografisches Arbeiten & achtsames Gehen | Fr, 14.8. bis So, 16.8.2020 | € 268,00* alles inklusive

Gemeinsam auf dem Weg | Fußwallfahrt für Frauen nach Mariazell | Mi, 19.8. bis Fr, 21.8.2020 | € 45,00 Kostenbeitrag zuzüglich Nächtigung und Verpflegung unterwegs

Singende Wallfahrt | Singend von Graz nach Mariazell pilgern | Do, 24.9. bis Mo, 28.9.2020 | € 280,00 Teilnahmebeitrag zuzüglich Nächtigungen, Verpflegung und Transfers

* Preis/Person im Einbettzimmer für den gesamten Aufenthalt inklusive Teilnahmebeitrag/Pilgerbegleitung, Vollpension, einem alkoholfreien Getränk zu den Mahlzeiten, Nächtigungsabgabe und Nutzung der Infrarotkabine



Foto: Haus der Frauen

Ritualtage im Haus der Frauen

Es ist immer gut, sich Zeit zu nehmen für Stille, Rückzug und das Eintauchen in die Tiefendimension des Lebens. Rituale können uns dabei helfen.

Für Sie inkludiert: Nächtigung inkl. Nächtigungsabgabe im Einbettzimmer, Vollpension, einfühlsame Begleitung, Teilnahme an den einzelnen drei Ritualen, Infrarotkabine

Aufgerichtet zwischen Himmel und Erde | mit Maria Magdalena Feiner | Fr, 13.3. bis So, 15.3.2020 | Fr, 13.11. bis So, 15.11.2020 | € 183,00 alles inklusive

Exerzitien im Haus der Frauen

Meine Begegnung mit dem Göttlichen: Exerzitien sind eine Zeit der geistlichen Übung, die abseits des Alltags zu einer intensiven Besinnung und/oder Begegnung mit Gott führen soll.

Für Sie inkludiert: Nächtigung inkl. Nächtigungsabgabe im Einbettzimmer, Vollpension, einfühlsame Begleitung, Morgenlob, Eucharistiefiern, täglich Einzelgespräch mit den ExerzitienleiterInnen, Zeiten der Stille, Infrarotkabine

Ignatianische Einzelexerzitien | mit Sr. Amata Rindler und Pfarrer Gottfried Klima | So, 19.7. bis So, 26.7.2020 | € 815,50 alles inklusive

Mit Liebe Freude schenken

Gutscheine für das Haus der Frauen sind immer ein beliebtes Geschenk! Sie können jederzeit Gutscheine in selbst gewählter Höhe erwerben, die auf unser gesamtes Urlaubs- und Bildungsangebot einlösbar sind. Nicht in bar ablösbar.

Bestellung unter Tel.: 031113/2207 (Mo bis Fr 8.30 – 12.30 Uhr) oder unter kontakt@hausderfrauen.at.

aktuelle Winteraktion*

10 % Rabatt

beim Kauf von Haus der Frauen-Gutscheinen

Herzlich willkommen

* Gültig ab 1. Dezember 2019 bis 31. Jänner 2020. Hinweis: Betriebsurlaub von 21.12.2019 bis 6.1.2020.