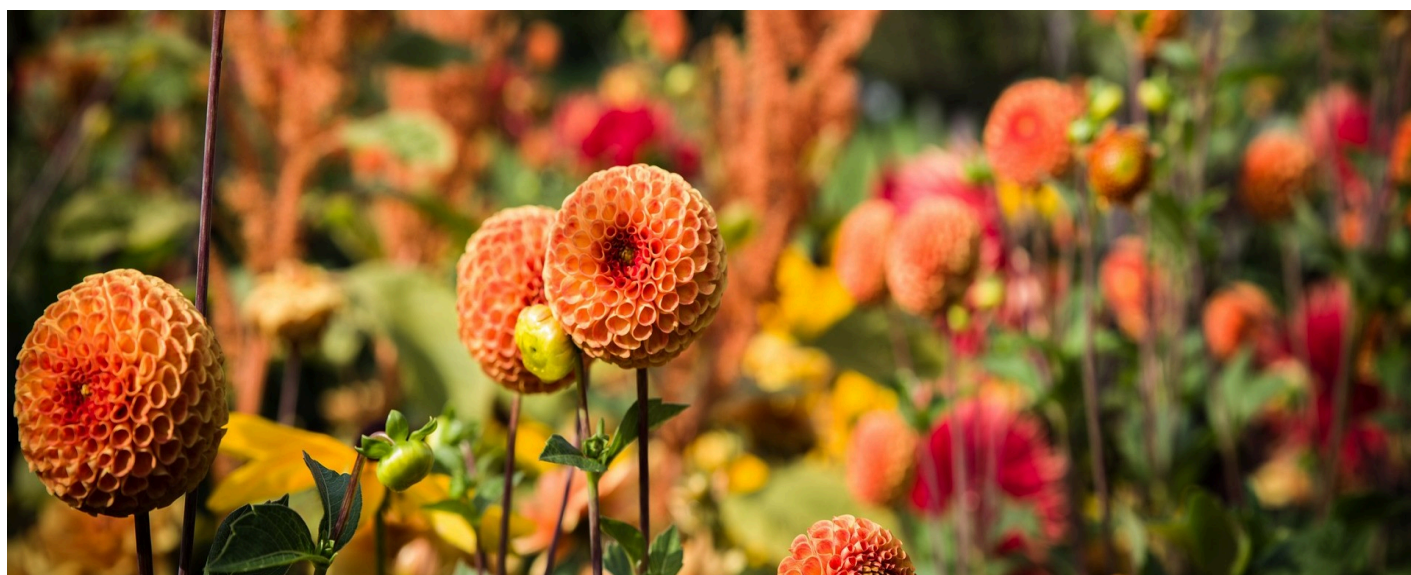




- Willkommen im goldenen Herbst
- Vorschau: GasslAdvent 2024 | Abschied & Übergabe Anna Pfleger
- Verein *Wir für das Haus der Frauen*
- Bildungs-Veranstaltungen
- Auszeit-Perlen
- Externer Veranstaltungstipp



Fotocredit: Ch. Wirth Luftbild



## Willkommen im goldenen Herbst

Der Herbst ist da! Und mit ihm goldenes Licht und bunt gefärbte Blätter. Wir hoffen, ihr habt die letzten Stürme alle gut überstanden und jetzt Zeit und Muße, um Kraft, Licht und Wärme zu tanken! Denn so bunt wie der Herbst ist auch unser Programm im Oktober: Wir singen, jodeln, tanzen, achten auf unsere Gesundheit, stehen ein für eine demokratische Kirche, erträumen uns unsere Zukunft und berühren uns heilsam. Unser Auszeitprogramm macht Lust auf Neues beim Akkordzitherspielen, wir genießen die Gemeinschaft bei Wohlfühltagen und der „heilsamen Zeit für mich“. Außerdem werden wir kreativ beim Engel malen und gestalten moderner Ikonen. Bei den Besinnungstagen mit Abt em. Otto Strohmaier schöpfen wir Kraft aus der Quelle und beim Hormonyoga und dem Fasten mit heilsamen Klängen bringen wir Körper, Geist und Seele wieder in eine gute Balance. Wir freuen uns auf dich!

Alle diese und weitere Veranstaltungen findest du in diesem Newsletter und wie immer in unserem Programmheft - [Schau doch einfach mal rein!](#)

## Vorschau: GasslAdvent 2024 | Abschied & Übergabe Anna Pfleger

**Bitte gerne vormerken:****GasslAdvent St. Johann/Herberstein | Adventmarkt mit Kulinarik & Kunsthandwerk**

Samstag, 7. Dezember 2024, ab 11.00 bis 19.00 Uhr

Die Vorfreude auf Weihnachten mit allen Sinnen erleben - das ist beim St. Johanner Gassl-Advent möglich! Komm vorbei und stöbere in vielfältigem regionalem Kunsthandwerk.

Stärke dich mit steirischen Schmankerln bei den Ständen und in unserem Haus (hier kannst du dich auch gleich aufwärmen). Sehr gerne ist eine Reservierung zum Mittagessen unter 03113/2207 möglich.

Der Trachtenflohmarktladen ist an diesem Tag das letzte Mal im heurigen Jahr geöffnet. Weihnachtliche Workshops, hausgemachter Glühwein, Sturz von der offenen Feuerstelle und ein Kinderprogramm mit Karussell, Nikolaus und Krampusrummel runden die Veranstaltung ab.

Wir freuen uns auf dich!

**Veranstalter\*innen:** Vereine, Gemeinde, Gaststätten aus St. Johann b. Herberstein und Haus der Frauen

**Anmeldeschluss:** Bitte um rechtzeitige Anmeldung zum Mittagessen unter 03113/2207 oder [kontakt@hausderfrauen.at](mailto:kontakt@hausderfrauen.at)



Foto: Rene Strasser

**Abschied & Übergabe | Festgottesdienst und Agape - ein Danke für Anna Pfleger**

Sonntag, 15. Dezember, 10.15 Uhr

Seit 1992 liegen die Geschicke vom Haus der Frauen in den Händen von Anna Pfleger. Mit Engagement, Herzblut und zukunftsweisenden Visionen hat sie diesen Ort mehr als 30 Jahre lang gestaltet und unzähligen Menschen - vor allem Frauen - Bildung, Spiritualität und Auszeit ermöglicht. Mit einem Festgottesdienst in der Pfarrkirche St. Johann b.

Herberstein verabschieden wir uns von ihr mit vielen guten Wünschen für ihren (Un-)Ruhestand. Gleichzeitig begrüßen wir herzlich die neuen Leiterinnen Sabine Gollmann und Ulrike Pacnik-Lueger. Bei der anschließenden Agape können wir ganz in Anna Pflegers Sinn gemütlich beisammen sein, Vergangenes erinnern und Zukünftiges in den Blick nehmen, anstoßen, lachen, dankbar sein und auch die neuen Leiterinnen kennenlernen.



---

**Verein *Wir für das Haus der Frauen***

---

## Unsere neuen Weihnachtsbillets sind da!

Unsere neuen Weihnachtsbillets sind da! Die Kirche in St. Anna Flattendorf-Aue ganz in unserer Nähe wurde heuer liebevoll restauriert. Passend dazu gibt es einen Ausschnitt aus dem Flügelaltar mit einer Krippendarstellung als ein neues Motiv (Bestellnr. WB 77). Mit „Magische Momente. Gesegnete Weihnacht.“ bieten wir eine wunderschöne, moderne Alternative zu unseren klassischen Motiven (Bestellnr. WB 76). Wir hoffen, wir haben euren Geschmack getroffen und freuen uns auf eure Bestellungen!

**Preis/Stück: € 2,20 inklusive Kuvert.** Gestaffelte Preise bei Großmengen.

Auch individuelle Text-Eindrücke sind gerne möglich! Alle Informationen und viele weitere Motive findest du im [online-Shop](#)

## Werde Mitglied!

Du kennst das Haus der Frauen als einen beseelten Ort von Frauen für Frauen, den du gerne unterstützen möchtest? Werde Mitglied in unserem Verein „Wir für das Haus der Frauen“! Durch deinen jährlichen Mitgliedsbeitrag von € 15,00 können wir das Haus in seinem Wirken und Gestalten weiterhin unterstützen. Das Beitrittsformular bekommst du in der Rezeption, am Trachtenflohmarkt oder auf unserer [Homepage](#)

## Nächste Öffnungstage „Steirerg'wand aus zweiter Hand“

5. & 26.10.2024 | 2. & 30. November, jeweils 10 – 17 Uhr | 7. Dezember im Rahmen des GasslAdvent St. Johann/Herberstein von 11 – 19 Uhr

Wir freuen uns nach wie vor über Trachtenspenden! Der Reinerlös kommt dem Haus der Frauen zugute.

## Bildungs-Veranstaltungen

### Wieder einmal kräftig singen... | Singtag

Dienstag, 8. Oktober, 9:00 bis 16:00 Uhr

Wieder einmal in fröhlicher Runde unbeschwert singen – das kannst du bei diesem Singtag mit Eva Maria Hois. Am Programm stehen alte und neue Lieder, Jodler und Kanons. Willkommen sind alle Singbegeisterten – Frauen und Männer, Jung und Alt.

**Leitung:** Dr<sup>in</sup> Eva Maria Hois, Volksliedforscherin und Sängerin

**VeranstalterInnen:** Steirisches Volksliedwerk und Haus der Frauen

**Kosten:** € 36,00 Teilnahmebeitrag inkl. Noten + € 14,00 Mittagessen mit Getränk, Kaffee-/Teejause; € 3,00 Ermäßigung für Mitglieder vom Steirisches Volksliedwerk

**Anmeldeschluss:** 3. Oktober

**Anmeldelink:**

<https://www.hausderfrauen.at/einrichtung/221/kalender/calendar/2167867.html>



Steirisches  
Volksliedwerk

Das Leben zum Klingen bringen ...

## Gesundbleiben mit Kräutern | Auszüge in Essig, Honig & Oxymel

Donnerstag, 10. Oktober, 14:00 bis 18:00 Uhr

Schon im Mittelalter kannte man die heilsame und stärkende Wirkung von Honig, Essig und die Kombination davon: Oxymel - der sogenannte Sauerhonig. Ob zur Entgiftung im Frühjahr oder zur Vorbeugung gegen Erkältungen: es gibt für alles einen Kräuterauszug! Einfach und rasch zubereitet stärkt es unseren Körper und unterstützt unser Gesundsein! Wir stellen einfache Kräuterauszüge her und erfahren Wissenswertes über Essig, Honig und die verwendeten Kräuter.

**Leitung:** Doris Manz, Yogalehrerin, Energetikerin, TEH-Praktikerin

**Kosten:** € 35,00 Teilnahmebeitrag + € 10,00 Materialkosten + € 4,50 Kaffee-/Teejause

**Anmeldeschluss:** 7. Oktober

**Anmeldelink:**

<https://www.hausderfrauen.at/einrichtung/221/kalender/calendar/2167869.html>



## Tanzend meine Mitte finden | Meditativer Kreistanz-Tag

Samstag, 12. Oktober, 09:00 bis 17:00 Uhr

Du möchtest tanzend zur Ruhe finden, Belastendes loswerden und das Ja zu dir selbst stärken? In liebevoller Achtsamkeit werden wir um eine gestaltete Mitte tanzen und so immer tiefer zu unserer eigenen Mitte finden. Meditative Kreis- und Gebärdentänze schenken uns Energie und Lebensfreude! Bei Schönwetter tanzen wir auch eine Einheit im Freien. Tanz mit!

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

**Kosten:** € 65,00 Teilnahmebeitrag + € 14,00 Mittagessen mit Getränk, Kaffee-/Teejause

**Anmeldeschluss:** 9. Oktober

**Anmeldelink:**

<https://www.hausderfrauen.at/einrichtung/221/kalender/calendar/2167870.html>



## Teil der Schöpfung | Frauenliturgie - von Frauen für ALLE

Montag, 14. Oktober, 19:00 bis 21:00 Uhr

Ich bin Feuer, Wasser, Erde, ... verbunden mit der ganzen Schöpfung! Dafür will ich singen dem Herrn mein Leben lang und loben meinen Gott solange ich bin (aus: Ps. 104) Gemeinsam möchten wir dem Psalm und dem Wunder der Schöpfung nachspüren, beten, singen und unseren Glauben feiern!

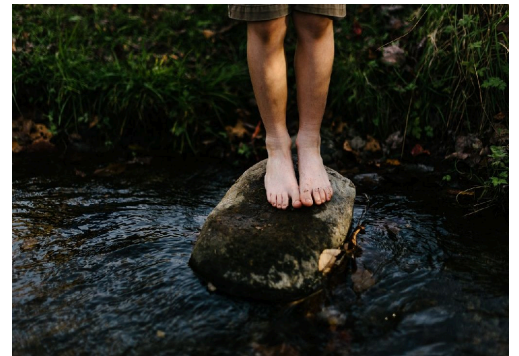
**Leitung:** Maria Magdalena Feiner Dipl.-Päd<sup>in</sup> und Dr<sup>in</sup> Ingrid Staubmann, Liturgieleiterinnen

**Kosten:** Freiwillige Spende!

**Anmeldeschluss:** 9. Oktober

**Anmeldelink:**

<https://www.hausderfrauen.at/einrichtung/221/kalender/calendar/2167872.html>



## Lebensmomente | Vernissage

Donnerstag, 17. Oktober, 19:00 bis 21:00 Uhr

Augenblicke, die mich beeindrucken, ob sie von Innen oder von Außen kommen, ob sie am Land, oder tief unten im Ozean stattfinden, fange ich in meinen Werken ein. Ich haeue auf Steine, wandle auf Leinwänden, fange Stimmungen in Farben und Oberflächen. Wenn was schön ist, beginne ich mit dem ersten Strich und dann schauen wir mal, was draus wird ...

**Ausgestellte Werke:** Zeichnungen, Radierungen, Acrylgemälde, Stein und Edelstahl

**Dauer der Ausstellung:** bis 31. Jänner 2025

**Künstlerin:** Birgitt Leitgeb

**Anmeldeschluss:** Um Anmeldung wird gebeten

**Anmeldelink:**

<https://www.hausderfrauen.at/einrichtung/221/kalender/calendar/2167875.html>



Bild: Birgitt Leitgeb

## Die heilsame Kraft des Singens | Einzel sind wir Töne - gemeinsam ein Lied

Freitag, 18. Oktober, 19:00 bis 21:00 Uhr

**Nächste Termine:** 15. November, 13. Dezember

Beherztes Singen ist ein Gesundheitselixier für Körper, Geist und Seele. Es weckt nicht nur 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., Singleleiterin für Heilsames Singen

**Kosten:** € 15,00 Teilnahmebeitrag pro Abend

**Anmeldeschluss:** jeweils ein Bürotag vor dem Termin

**Anmeldelink:**

<https://www.hausderfrauen.at/einrichtung/221/kalender/calendar/2167876.html>



## Impulsworkstatt Gottesdienste | vom Hl. Martin bis Maria Lichtmess

Montag, 21. Oktober, 18:00 bis 21:00 Uhr

Die Worte Gottes sind unser Lebensimpuls! Wie schaffen wir es, diese Worte anschaulich zu machen und mit Leben zu erfüllen? Gemeinsam werden wir Lieder, Gebete, Impulse, Symbolhandlungen ... ausprobieren und weiterentwickeln. Veronika Schweiger-Mauschitz gestaltet schon seit vielen Jahren spirituelle Impulse, Gottesdienste, Frauenliturgien und Wortgottesfeiern. Eine Weiterbildung für alle, die Wortgottesfeiern und Liturgien (mit-)gestalten und zu Hause, in Pflegeheimen, in Frauen\*gruppen, in Schulen, Kindergärten und Pfarrgruppen religiöse Feiern, spirituelle Impulse, Andachten usw. vorbereiten und feiern.

**Leitung:** Mag<sup>a</sup> Veronika Schweiger-Mauschitz, Bildungsreferentin, Liturgieleiterin

**Kosten:** € 25,00 Teilnahmebeitrag + € 7,00 Verpflegung (Brötchen und Getränke)

**Anmeldeschluss:** 16. Oktober

**Anmeldelink:**

<https://www.hausderfrauen.at/einrichtung/221/kalender/calendar/2167878.html>



## Spirituelle Lichterzug in Graz für eine demokratische Kirche mit Gleichberechtigung

Donnerstag, 24. Oktober, 18:00 bis 21:00 Uhr

Wir laden alle Menschen, denen die katholische Kirche wichtig ist ein, gemeinsam ein Lichtzeichen zu setzen - ein Zeichen für mehr Demokratie, für Gleichberechtigung und Gleichwertigkeit von Frauen und Männern, Laien und Klerus. Unser Motto lautet BLEIBEN - ERHEBEN - WANDELN.

Treffpunkt: 18:00 Uhr am Domplatz Graz - von dort ziehen wir gemeinsam über die Sporgasse zur Marienstatue am Jakominiplatz und setzen wir ein Zeichen in Form eines spirituellen Impulses! Sei dabei und bring noch jemanden mit!

**Mitzubringen:** Fackel oder Laterne

**Leitung:** Team Maria 2.0 STMK

**Veranstalter\*innen:** kfb Steiermark, Maria 2.0 STMK und Haus der Frauen

**Kosten:** Freiwillige Spende

**Anmeldeschluss:** erbeten bis 22. Oktober

**Ort:** 8010 Graz, Domplatz vor dem Priesterseminar

**Anmeldelink:**

<https://www.hausderfrauen.at/einrichtung/221/kalender/calendar/2167880.html>



## Jodeln am Kirchiegel | Jodelnachmittag

Freitag, 25. Oktober, 14:00 bis 18:00 Uhr

Jodeln reicht tief in die Seele. Wir wenden uns dieser ertümlichen Gesangsform in ihren vielen Facetten und Stimmungen zu – von verspielt-lustig bis breit und in sich ruhend. Nach einer gemütlichen Kaffee-/Teejause lassen wir unsere Jodler noch einmal in der stimmungsvollen Kirche von St. Johann erklingen. Neueinsteiger\*innen wie auch bereits „Jodelerprobe“ werden ihre Freude haben.

**Leitung:** Elisabeth & Gina Zenz, Vermittlerinnen für Jodler, Lieder und Volksmusik

**Kosten:** € 45,00 Teilnahmebeitrag inkl. Noten + € 4,50 Kaffee-/Teejause

**Anmeldeschluss:** 22. Oktober

**Anmeldelink:**

<https://www.hausderfrauen.at/einrichtung/221/kalender/calendar/2167881.html>



## NUAD - heilsame Berührung | ...ein meditativer Tanz zweier Körper...

Freitag, 8. November, 09:00 bis 16:30 Uhr

Bei NUAD wird der Körper passiv bewegt, wodurch eine tiefe Entspannung erfahrbar wird. Dynamisch wiegende Bewegungen wechseln mit ruhigen, tiefgehenden Berührungen, die Erdung, Vertrauen und Ausrichtung bringen. Die absichtslosen Berührungen, die aus dem Herzen kommen, können Selbstheilungskräfte auf physischer und seelischer Ebene erwecken. Die Behandlung wird in bequemer Kleidung auf einer Matte am Boden ausgeübt. Komm alleine oder zu zweit, um zwei ca. 40minütige Nuad-Behandlungen zu empfangen und zu erlernen.

Keine Vorkenntnisse nötig. Bring Freude & Neugier an der Berührung mit!

**Mitzubringen:** bequeme, warme Kleidung, kleiner fester Polster, Yogamatte, Decke

**Leitung:** Nada Kälin, Yogalehrerin, Nuad-Praktikerin

**Kosten:** € 75,00 Teilnahmebeitrag + € 17,00 Mittagessen mit Getränk, ganztägige Pausenverpflegung

**Anmeldeschluss:** 5. November

**Anmeldelink:**

<https://www.hausderfrauen.at/einrichtung/221/kalender/calendar/2167886.html>



## Zukunft erträumen | Positive Bilder für die Zukunft entwerfen!

Samstag, 9. November, 09:00 bis 17:00

In welcher Welt wollen wir leben? Wie kann eine zukunftstaugliche Welt aussehen? Und wie ein gutes Leben für alle? Um auch angesichts der vielfältigen Krisen Energie für wirkliche Veränderung zu finden, brauchen wir die Kraft positiver Visionen. Gönnen wir es uns, gemeinsam Utopien und eine Zukunft zu erträumen! Dieser Workshop will ermutigen und gibt den Raum, mittels Biografiearbeit und interaktivem Erkunden (Soziodrama) positive Zukunftsbilder lebendig werden zu lassen. Denn Visionen können nur wirksam werden, wenn sie nicht nur gedacht werden, sondern ihre Anziehungskraft auch gespürt wird!

**Leitung:** Dr<sup>in</sup> Katharina Novy, Soziologin und Historikerin, Coach, Psychodramaleiterin, und

Mag<sup>a</sup> Veronika Schweiger-Mauschitz, Bildungsreferentin, Potentialfokus-Coach

**Kosten:** € 40,00 Teilnahmebeitrag + € 14,00 Mittagessen mit Getränk, Kaffee-/Teejause

**Anmeldeschluss:** 31. Oktober

**Anmeldelink:**

<https://www.hausderfrauen.at/einrichtung/221/kalender/calendar/2167887.html>



## Auszeit-Perlen

### Fasten und heilsame Klänge | Finde deine Balance für Körper, Geist und Seele

Sonntag, 13. Oktober, 17:00 Uhr bis Freitag, 18. Oktober, 13:00 Uhr

Wünschst du dir auch manchmal mehr Balance, Klarheit und Leichtigkeit für dein Leben? Dann bist du hier genau richtig! Fasten ist eine besondere Art, sich selbst Gutes zu tun: Wir gönnen dem Körper eine Auszeit, wodurch Raum für Selbstheilung, Regeneration und Reinigung entsteht. Unnötiger Ballast kann abgeworfen werden und wir besinnen uns wieder auf das Wesentliche! Wir empfangen frische Lebensenergie und Inspiration, welche uns hilft, neue Gewohnheiten zu etablieren. Unterstützt wird der gemeinsame Fastenprozess durch wohltuende Klänge & Frequenzen, belebende Bewegung (Wandern, Yoga...) sowie erbauliche Zeiten in der Frauengruppe. Beim Fasten nach Buchinger werden wir täglich mit frisch gepresstem Saft und vitaminreicher Suppenbrühe versorgt!

**Mitzubringen:** Dein Lieblingskörperöl, Schreibzeug, Wärmflasche, Einlaufgerät, wenn vorhanden

**Leitung:** Johanna Julia Wakonig, BA, zertifizierte Fastenbegleiterin, Musik- und Bewegungspädagogin, Yin- & Hatha-Yogalehrerin

**Kosten:** € 710,00 alles inklusive im Einbettzimmer - zuzüglich Nächtigungsabgabe von € 2,50/Nacht

**Anmeldeschluss:** 7. Oktober

**Anmeldelink:** <https://www.hausderfrauen.at/einrichtung/221/kalender/calendar/2167871.html>



## Klangvolle Herbsttage mit der Steirischen Akkordzither | Schnupper-Workshop-Tage für Einsteiger\*innen und Wiederholungstät\*innen!



Montag, 21. Oktober, 09:00 Uhr bis Mittwoch, 23. Oktober, 13:00 Uhr  
Jetzt ist genau der richtige Zeitpunkt, um in entspannt-fröhlicher Gemeinschaft das Spielen mit der "Steirischen Akkordzither" zu lernen. Das ist eine griffbrettlose Zither, die sehr leicht und ohne Notenkenntnisse zu erlernen ist. Damit kann man z.B. Volkslieder, Oldies, Kirchen- und Weihnachtslieder sowie heilsame Klänge spielen. Dazu wird ein Unterleg-Notenblatt unter die Melodiesaite geschoben und mit der rechten Hand gezupft. Nähere Infos unter [www.steirische-akkordzither.at](http://www.steirische-akkordzither.at). Leihinstrumente sind vorhanden. Zum Abschluss wird Akkordzitherbauer und Trainer Franz Hirt mit uns gemeinsam musizieren. Genügend Zeit für dich zum Üben oder um die Gegend zu erkunden ist ebenfalls eingeplant. Auf Wunsch sind Massagen möglich (nicht im Preis inkludiert).

**Leitung:** Magdalena Hofer, Leiterin Auszeit & Begegnung, begeisterte Kreativ-Technikerin und Akkordzither-Spielerin und Franz Hirt, Akkordzitherbauer, Musiker & Musiktrainer

**Kosten:** € 150,00 Teilnahmebeitrag inkl. Leihgebühr für die Akkordzither + € 117,50 alles inklusive im Zweibettzimmer, € 131,50 im Einbettzimmer - zuzüglich € 2,50

Nächtigungsabgabe/Nacht

**Anmeldeschluss:** 14. Oktober

**Anmeldelink:** <https://www.hausderfrauen.at/einrichtung/221/kalender/calendar/2167877.html>

## Hormonyoga für Frauen | Gesund & Schön

Donnerstag, 24. Oktober, 16:00 Uhr bis Freitag, 25. Oktober, 13:00 Uhr  
Frisch und voller Energie: So fühlen wir uns dank dieser dynamischen Yogaübungen! Wir ermöglichen unserem Körper, wieder vermehrt Botenstoffe (Hormone) herzustellen durch intensives Atmen und Hinspüren zu bestimmten Körperregionen. Das schenkt uns Lust auf Leben und Sexualität! Es wirkt sich positiv auf Beschwerden in den Wechseljahren und PMS aus, wie z. B. Hitzewallungen, Gewichtszunahme, Stimmungsschwankungen, Schweißausbrüche, Schlafstörungen, Scheidentrockenheit, Libidoverlust, Depressionen, trockene Haut, Haarausfall, verminderte Gedächtnisleistung, Osteoporose, erhöhten Cholesterinwert und Migräne.

Der Kurs ist auf zwei Tageshälften aufgeteilt, damit wir nach dem 1. Teil Zeit zum Nachspüren und Innehalten haben. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Ein Vorgespräch mit der Referentin ist notwendig.

**Mitzubringen:** bequeme Kleidung, Yogamatte, Decke

**Leitung:** Doris Manz, Yogalehrerin, Energetikerin, TEH-Praktikerin

**Kosten:** € 85,00 Teilnahmebeitrag + € 59,00 alles inklusive im Zweibettzimmer, € 66,00 im Einbettzimmer - zuzüglich € 2,50 Nächtigungsabgabe/Nacht

**Anmeldeschluss:** 17. Oktober

**Anmeldelink:** <https://www.hausderfrauen.at/einrichtung/221/kalender/calendar/2167879.html>



## Zum erfrischenden Wasser, zur Quelle gehen | Besinnungstage

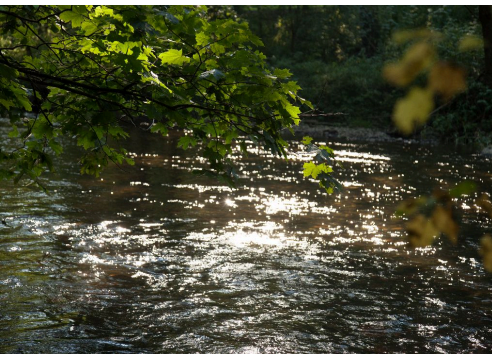
Montag, 4. November, 10:00 Uhr bis Mittwoch, 6. November, 13:00 Uhr  
Worte der Bibel können uns langweilig erscheinen, sie können aber auch erfrischen und wie sprudelndes Quellwasser werden. Der Blick auf Jesus kann uns diese Frische, Halt und Hoffnung geben. Biblische Texte, Meditationen, spirituelle Impulse und Eucharistiefiern helfen uns, uns mit der inneren Quelle in Berührung zu bringen. Tage, die uns in das Geheimnis des erneuerten Lebens einführen, die wohltun und Hoffnung schenken.

**Leitung:** Abt em. Otto Strohmaier OSB, Exerzitienleiter, Benediktiner St. Lambrecht

**Kosten:** € 90,00 Teilnahmebeitrag + € 117,50 alles inklusive im Zweibettzimmer, € 131,50 im Einbettzimmer - zuzüglich € 2,50 Nächtigungsabgabe/Nacht

**Anmeldeschluss:** 25. Oktober

**Anmeldelink:** <https://www.hausderfrauen.at/einrichtung/221/kalender/calendar/2167885.html>



## Wohlfühltag | Auszeit & Begegnung



Montag, 11. November, 15:00 Uhr bis Donnerstag, 14. November, 13:00 Uhr  
Novembertage sind oft grau und finster. Aber in netter Gemeinschaft wollen wir Licht und Wärme in unsere Herzen bringen, uns auf die kommende Adventszeit einstimmen und das Haus, die gute Küche und Spaziergänge in der Natur genießen. Lass diese Tage Balsam für deine Seele sein.

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

**Leitung:** Manuela Harb, Leiterin Auszeit & Begegnung, Leiterin kfB Frauengruppen, begeisterte Gartlerin

**Kosten:** € 247,00 alles inklusive im Zweibettzimmer, € 268,00 im Einbettzimmer - zuzüglich Nächtigungsabgabe von € 2,50/Nacht

**Anmeldeschluss:** 4. November

**Anmeldelink:** <https://www.hausderfrauen.at/einrichtung/221/kalender/calendar/2167889.html>

## Wenn der Himmel die Erde berührt | Ikonenhafte Bilder gestalten



Dienstag, 12. November, 10:00 Uhr bis Mittwoch, 13. November, 16:00 Uhr  
Wir wollen hinspüren, was persönlich bedeutsam ist und was uns leben und wachsen hilft. Solche Erfahrungen sind wie kleine Himmelsspuren, die uns eine Ahnung vom Himmel geben, der uns allen blüht... Mit Pinsel und Farbe wollen wir daraus ikonenhafte Bilder gestalten und uns auf die Suche nach Höhe und Tiefe machen.

**Leitung:** Hans Reitbauer, Theologe, Pastoralpsychologe, Gestalttrainer (IIGS), Künstler

**Kosten:** € 142,00 Teilnahmebeitrag + € 30,00 Materialkosten + € 72,50 alles inklusive im Zweibettzimmer, € 79,50 im Einbettzimmer - zuzüglich € 2,50 Nächtigungsabgabe/Nacht

**Anmeldeschluss:** 29. Oktober (!)

**Anmeldelink:** <https://www.hausderfrauen.at/einrichtung/221/kalender/calendar/2167891.html>

## Der Seele Flügel verleihen | Engel-Mal-Workshop



**Achtung, neuer Termin:** Do., 12. Dezember, 15:00 Uhr bis Fr., 13. Dezember, 13:00 Uhr  
Du bist eingeladen, ein paar Stunden ganz bei dir und deiner Kreativität zu sein. Wir tauchen ein in die Welt der Engel bzw. Engelbilder. Wir betrachten Bilder, meditieren, skizzieren, planen, abstrahieren, beschäftigen uns mit Collagen, malen mit Acryl und lassen uns auf unserer Malreise durch Klänge und Inputs inspirieren. So werden deine Sinne angesprochen, dein Körper ist aktiv beteiligt, kann sich von Spannungen befreien; und das Gehirn ist beschäftigt, ohne es mit hohen Anforderungen zu belasten und ... du wirst hoffentlich mit Glücksgefühlen belohnt.

**Mitzubringen:** Du kannst den Malgrund (glatte Pappe, stärkeres Malpapier, Leinwände), Acrylfarben, jede Art von kleineren und stärkeren Borstenpinseln, Malspatel, -fetzen, Wasserbehälter mitbringen, Zusätzliches bringt die Leiterin.

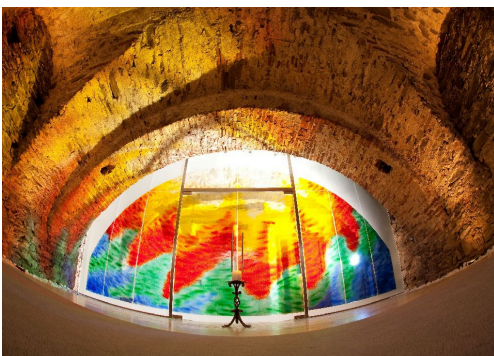
**Leitung:** Maria Vötsch, pensionierte Kunstpädagogin und Erwachsenenbildnerin

**Kosten:** € 99,00 Teilnahmebeitrag + etwaige Materialkosten + € 63,00 alles inklusive im Zweibettzimmer, € 70,00 im Einbettzimmer - zuzüglich Nächtigungsabgabe von € 2,50/Nacht

**Anmeldeschluss:** 26. November

**Anmeldelink:** <https://www.hausderfrauen.at/einrichtung/221/kalender/calendar/2167909.html>

## Eine heilsame Zeit für mich | Auszeit & Begegnung für Frauen und Paare



Freitag, 13. Dezember, 15:00 Uhr bis Sonntag, 15. Dezember, 13:00 Uhr  
Der Advent ist ein guter Zeitraum, um inne zu halten und Belastendes loszulassen. Lassen wir uns von der Rorate und dem Impulsvortrag stärken. Nehmen wir uns Zeit zum Durchatmen und für den gemeinsamen Erfahrungsaustausch. Spüren wir den eigenen Bedürfnissen nach und genießen wir die wohlthuende Atmosphäre des Hauses sowie die liebevoll zubereitenden Speisen. Inkludiert:

- Sa. 6.30 Uhr: Rorate
- Sa. 9.00 bis 12.00 Uhr: Spiritueller Impuls und Gespräch

**Leitung:** Monika Brolli, Leiterin Auszeit & Begegnung, Lebens- und Sozialberaterin

**Kosten:** € 183,00 alles inklusive im Zweibettzimmer einschließlich Teilnahmebeitrag Spiritueller Impuls, € 197,00 im Einbettzimmer - zuzüglich € 2,50 Nächtigungsabgabe

**Anmeldeschluss:** 6. Dezember

**Anmeldelink:** <https://www.hausderfrauen.at/einrichtung/221/kalender/calendar/2167914.html>



---

## Externer Veranstaltungstipp

---

### EINSAMKEIT – Wie erleben wir sie? Was macht sie mit uns?

Donnerstag, 10.10.2024, 16.30 – 21.00 Uhr

#### Ein wissenschaftlicher und therapeutischer Blick

Vortrags- & Gesprächsabend anlässlich des Welttages zur Seelischen Gesundheit am 10. Oktober mit Dr<sup>in</sup> phil. MSc. Psych. Mareike Ernst (Alpen-Adria-Universität Klagenfurt) und weiteren Expert:innen.

„Der Vortragsabend zielt darauf ab, das brisante, wachsende Thema der Einsamkeit zu enttabuisieren.“

ORT: Barocksaal, Bürgergasse 2, 8010 Graz

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenfrei (gefördert aus Mitteln des Gesundheitsfonds Steiermark)

Bildungsforum Mariatrost

Telefon: +43 (316) 8041-452

E-Mail: [bildungsforum.mariatrost@graz-seckau.at](mailto:bildungsforum.mariatrost@graz-seckau.at)

[Weitere Informationen und AnmeldeLink](#)



---

## Wie du uns erreichst

---



Haus der Frauen – Bildung Spiritualität Auszeit.

Bildungshaus der Diözese Graz-Seckau

St. Johann/Herberstein 7, 8222 Feistritztal

Tel. 03113 / 2207 (Mo.-Fr.: 8.30-12.30 Uhr)

[kontakt@hausderfrauen.at](mailto:kontakt@hausderfrauen.at) | [www.hausderfrauen.at](http://www.hausderfrauen.at) |

[www.facebook.com/hausderfrauen](https://www.facebook.com/hausderfrauen)

---

## Rückmeldungen

Wir sind offen für jegliche Kritik und/oder Anregung – hilf mit, uns zu verbessern! Natürlich freuen wir uns auch über Lob. Bitte einfach auf den Newsletter antworten – Vielen lieben Dank! **Anmeldungen zu Veranstaltungen** bitte direkt an [kontakt@hausderfrauen.at](mailto:kontakt@hausderfrauen.at) oder **direkt auf der Homepage bei den einzelnen Veranstaltungen.**

Vergelt's Gott!

---

## Elektronische Post von uns

Unseren Newsletter erhalten interessierte Personen. Falls Du keine weiteren Zusendungen von uns wünschst, sende uns bitte ein E-Mail mit dem Betreff „Abmelden“ an [kontakt@hausderfrauen.at](mailto:kontakt@hausderfrauen.at). Trotz sorgfältiger Bearbeitung kann keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit des Inhaltes übernommen werden. DVR-Nr.: 00298748(114)

powered by ©eaccelera 2024