



AndersOrt
Haus der Frauen
Bildung Spiritualität Auszeit

Programmheft
Februar bis Mai 2025



uprising
aufsteigen

Inhaltsverzeichnis

Am Wort: Sabine Gollmann & Ulrike Pacnik-Lueger	3
Wir übernehmen Schöpfungsverantwortung	4–5
Veranstaltungsüberblick	35–38
Für Kurzentschlossene	6–10
Herzens-Anliegen	
Die Freudenperle	10
Vorschau: Frauenreise, Juli 2025	11
Willkommen im neuen AndersOrt	12–14
Glanzlichter	
Kabarett-Frühstück	21
Einstieg in digitale Welten	29
Frauen*Barcamp	30
Einweihung AndersOrt & Jubiläumsfest Verein	40
Veranstaltungen	
Bildung inkl. Blick voraus	15–34; 39–45
Auszeit inkl. Blick voraus	46–54
Mit uns verbunden	
Wir unterstützen die Initiative Maria 2.0	56–57
kfb – Katholische Frauenbewegung	58
Verein <i>Wir für das Haus der Frauen</i>	59–61
Aus dem Haus	
Abschiedsworte Anna Pfleger	64–65
Nachfolge unserer Gartengruppe	65
Herzlich willkommen im Team	66
Wichtige Informationen	
<i>Allgemeine Geschäftsbedingungen</i>	67–68
Gutscheine für das Haus der Frauen	68
Anmeldung und Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln	69
Impressum	69
Unsere Preise	70–71

Wir sind sehr gerne für dich da:

Montag bis Freitag (8.30 – 12.30 Uhr), persönlich und telefonisch: +43 (0)3113/2207. Außerhalb der Bürozeiten freuen wir uns über eine Nachricht per Mail: kontakt@hausderfrauen.at
Details auch auf www.hausderfrauen.at

Unser Titelblatt stammt von Monika Pratter aus Hartberg. Ihre Bilder könnt ihr ab Anfang März bis Ende Mai in unserem Haus bewundern. Zur Vernissage „Augenblicke der Natur“ laden wir am 6. März um 19 Uhr herzlich ein, siehe S. 23.
Wir freuen uns, wenn du kommst!

Uprising aufsteigen



Liebe Gäste, liebe Freundinnen und Freunde des Hauses!

Mit großer Freude präsentieren wir als neue Leiterinnen des AndersOrt Haus der Frauen unser vielfältiges Bildungs- und Auszeitprogramm für die kommenden Monate. Die Veranstaltungen bieten Raum für kreative Begegnungen und tiefgehende Auseinandersetzungen. Unser Ziel ist es, den Dialog zwischen Wissensdurstigen und Expert:innen auch weiterhin zu fördern und lebendig zu halten.

Nach aufregenden Monaten ist unser neues Haus, der Anders-Ort – das ehemalige Benediktinerinnenkloster St. Gabriel – nun fertig renoviert und ab sofort für Seminare, Urlaube und Auszeiten buchbar. Die offizielle Einweihungsfeier mit Bischof Wilhelm findet am 11. Mai statt, an dem wir gleichzeitig das 20-jährige Bestehen unseres Vereins *Wir für das Haus der Frauen* feiern. Wir laden herzlich ein, diesen besonderen Tag mit uns zu begehen!

Passend zur Aufbruchstimmung im Frühling bietet unser Programm zahlreiche Veranstaltungen zur Selbstfürsorge und Lebensfreude: Wir kombinieren Yoga mit Wandern, üben Hormon-Yoga oder Qi Gong und setzen einen besonderen Fokus auf Atemarbeit. Beim Basen-

fasten leben wir bewusstes Weglassen und vertiefen uns in Achtsamkeit und Gesundheit. Für puren Genuss sorgen Angebote wie „Sound of Spirit“, „Tanzen wie Königin und König“ oder Kreistanzen.

Völlig neues Terrain betreten wir mit unserem ersten Frauen-BARCAMP, bei dem jede selbst zum Teil des Programms werden kann. In diesem innovativen Format bestimmen die Teilnehmerinnen die Themen und setzen neue Impulse für Diskussionen. Ganz im Sinne von Mitgestaltung und Austausch bieten wir die Gelegenheit, eigene Ideen einzubringen und von den Erfahrungen anderer zu profitieren.

Willkommen im AndersOrt Haus der Frauen – einem Ort, an dem Ideen wachsen, Horizonte erweitert werden und die Zukunft der Wissensvermittlung aktiv mitgestaltet wird. Wir freuen uns darauf, gemeinsam neue Kapitel aufzuschlagen!

Two handwritten signatures in black ink. The top signature is 'Sabine Gollmann' and the bottom signature is 'Ulrike Pacnik-Lueger'. Both are written in a cursive, flowing style.

**Mag^a Drⁱⁿ Sabine Gollmann
und Ulrike Pacnik-Lueger**
Leiterinnen AndersOrt
Haus der Frauen

Wir übernehmen Schöpfungsverantwortung

Mensch und Natur im Gleichklang



Gemeinsam mit den Ehrenamtlichen unserer Gartengruppe haben wir in den letzten Jahren einen „Garten der Schöpfung“ angelegt, in dem Mensch und Natur im Gleichklang leben. Im Frühling kannst du förmlich zusehen, wie alles aufblüht! Komm und genieße die Schöpfung in Stille. Der Garten befindet sich hinter dem Haus, in dem unser Trachtenflohmärkt-Laden regelmäßig stattfindet, und rund ums Haus der Frauen und den AndersOrt (ehemaliges Benediktinerinnen-Kloster). Es sind Beschilderungen aufgestellt. Du kannst dir selbst ein Bild machen und Inspirationen für deinen eigenen Garten holen!

Schöpfungsverantwortlicher Umbau unseres AndersOrtes



Bei der Revitalisierung des ehemaligen Frauenklosters – jetzt AndersOrt – haben wir besonderen Wert gelegt auf ökologische Materialien. So wurden unter anderem mit dem Österreichischen Umweltzeichen

zertifizierte Wandfarben und Bodenöle verwendet.

Zudem haben wir ausschließlich regionale Unternehmen beauftragt, weil wir wissen, welche qualitätvolle Arbeit unsere ansässigen Betriebe leisten! Auch die Wertschöpfung in der Region ist uns ein großes Anliegen – sie sichert Arbeitsplätze und bei notwendigen Nachbesserungen und Reparaturen haben wir sofort jemanden bei der Hand, der/die sein/ihr Handwerk versteht.

Freude! Wir bekommen eine Photovoltaik-Anlage

Die Förderanträge sind durch, der Anlagenbau hat begonnen. Auf unserem AndersOrt und am Dach des Trachtenladens wird eine Photovoltaik-Anlage installiert. Wir produzieren unseren eigenen, sauberen Strom aus Sonnenkraft – endlich! Ab Frühling kannst du dein Mittagessen dann noch klimafreundlicher genießen. ☺

Eine öffentliche Anreise freut die Umwelt

Ans Herz legen möchten wir euch wie immer die Möglichkeit der öffentlichen Anreise. Am besten mit dem Linienbus von Wien oder Graz kommend, Ausstiegstelle Kaibing. Danach ermöglicht das Sammeltaxi SAM Oststeiermark eine problemlose Weiterreise in unser Haus. SAM mindestens 1 Stunde vor der Anreise buchen unter T: 050 36 37 38. Haltestellen: HF 7029: Park & Ride Kaibing; HF 7052: Volksschule St. Johann (ist uns am nächsten). Kosten: ca. € 4,00 für das Taxi. Der Fahrplan der Öffis ist am besten abrufbar unter www.busbahnbim.at. Auch euer Fahrrad könnt ihr gerne mitbringen! Bitte einfach beim SAM-Taxi Bescheid geben. Unser Haus ist übrigens „bett+bike sport“-zertifiziert. Wir heißen radfahrende Gäste herzlich willkommen!

Online statt Print

Mit unserem Newsletter immer auf dem Laufenden: Falls du diesen noch nicht beziehst, kannst du dich sehr gerne über unsere Homepage direkt auf der Startseite anmelden. Dort findest du auch immer unseren aktuellen Newsletter. Du hilfst uns damit, nachhaltig und ressourcenschonend zu arbeiten. Außerdem findest du sämtliche Veranstaltungen auf www.hausderfrauen.at, Menüpunkt *Kalender*. Dort kannst du dich auch gleich online anmelden.

Klimaneutrale Druck

Das Programmheft in deinen Händen wurde nach höchsten Ansprüchen hinsichtlich

Umwelt- und Klimaschutz gedruckt. Als freiwilliger Beitrag zum Klimaschutz werden die entstandenen Emissionen kompensiert. Über folgende URL erhältst du weitere Informationen über Kompensation und unterstütztes Projekt: climatepartner.com/53386-2412-1001.

Der klimaneutrale Druck wurde gesponsert vom:

**Heribert Purkarthofer
Biohof Purkarthofer
8222 St Johann bei
Herberstein 49**

Vielen herzlichen Dank dafür!



Für Kurzentwischene Unsere Veranstaltungen im Jänner

Tauschen fördert Talente | Talentenetz Oststeiermark
Mittwoch, 8. Jänner, 18.00 bis 20.00 Uhr

Du möchtest Gebrauchtes, Selbstgemachtes, deine Talente oder dein Wissen tauschen? Dann bist du richtig bei unserem Tauschkreis! Hast du Interesse? Komm vorbei!



Mitzubringen: Dinge und Talente, die du tauschen möchtest!

Leitung: Maria Prem, ehemalige Entwicklungshelferin und Projektkoordinatorin (Tel. 0650/35 14 229, talentenetz@gmx.at)

Kosten: Die Teilnahme ist kostenlos.

Anmeldeschluss: Anmeldungen bitte direkt bei Maria Prem

Die heilsame Kraft des Singens

Einzeln sind wir Töne – gemeinsam ein Lied

Freitag, 10. Jänner, 19.00 bis 21.00 Uhr

Beherrztes Singen ist ein Gesundheitselixier für Körper, Geist und Seele. 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., Singleiterin für Heilsames Singen

Kosten: € 15,00 Teilnahmebeitrag pro Abend

Anmeldeschluss: 9. Jänner

Der 5 Elemente Glückszyklus | Qi Gong zum Glückhchsein

Samstag, 11. Jänner, 9.30 bis 16.00 Uhr

Glücklich und entspannt ins Neue Jahr! Aus 5 einfachen, wohltuenden Qi Gong Bewegungen entsteht der 5 Elemente Glückszyklus. Er schenkt dir frische Energie, entspannt dich und stärkt deine Lebensfreude. Du erfährst, wofür die einzelnen Elemente stehen, genießt kleine Lebenspflegeübungen und erholsame Elementmeditationen. Diese Veranstaltung ist bestens geeignet, wenn du Qi Gong kennenlernen und dein Lebensglück selbst in die Hand nehmen möchtest.

Mitzubringen: Yoga-/Gymnastikmatte und Meditationspolster (falls vorhanden)

Leitung: Mag^a Andrea Perl, Trainerin, Qi Gong Lehrerin i.A.

Kosten: € 65,00 Teilnahmebeitrag + € 21,00 Mittagessen mit Getränk, Kaffee-/Teejause

Anmeldeschluss: 8. Jänner



istock.com

Wohlfühltag | Auszeit & Begegnung

Montag, 13. Jänner, 15.00 Uhr bis

Donnerstag, 16. Jänner, 13.00 Uhr

Gönne dir gleich zu Beginn des neuen Jahres eine kleine Auszeit zum Durchatmen und Auftanken! Lass dich von unserer Genussküche verwöhnen und nimm dir wieder einmal Zeit für ein Mittagsschläfchen. Die Umgebung lädt zu Spaziergängen ein, die Infrarot-Kabine zum Entspannen und unsere Gesprächsrunden zum Einander-Kennenlernen. Das Leben ist einfach und schön, genießen wir es gemeinsam!

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

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

Kosten: € 295,00 alles inklusive im Zweibettzimmer, € 325,00 im Einbettzimmer zzgl. Nächtigungsabgabe

Anmeldeschluss: 3. Jänner

Vergeben – Verbinden – Sein

Frauenliturgie – von Frauen für ALLE

Montag, 13. Jänner, 19.00 bis 21.00 Uhr

Von der Erwartung des Haben-Wollens in das So-Sein der Erlösung kommen. Im Annehmen, Vergeben und Loslassen schließen wir Frieden mit uns selbst und unseren Mitmenschen. Im Evangelium nach Matthäus 9, 2–8 lehrt Jesus uns die Macht der Vergebung. In dieser Frauenliturgie möchten wir dieser Kraft nachspüren und ein Ritual der Vergebung feiern.

Leitung: Mag^a Veronika Schweiger-Mauschitz, Bildungsreferentin, Liturgieleiterin, und Martha Weisböck, Theologin, Lebens- und Sozialberaterin

Kosten: Freiwillige Spende erbeten

Anmeldeschluss: 8. Jänner



Wir spielen Tarock | Vergnüglicher Abend

Dienstag, 14. Jänner, 17.00 bis 22.00 Uhr

Weiterer Termin:

Dienstag, 28. Jänner, 17.00 bis 22.00 Uhr

Du spielst gerne Tarock? Wir öffnen unsere Türen zweimal monatlich für alle, die nach den österreichischen „Erotas Regeln“ vergnügt tarockieren möchten und die Grundregeln beherrschen. Vom ersten Blatt an bist du Teil einer spannenden Spielrunde. Dein Platz ist dir bereits mit der Anmeldung sicher.

Leitung: Mag^a Barbara Hatzl, begeisterte Tarockspielerin

Kosten: € 7,00 Teilnahmebeitrag

Anmeldeschluss: Jeweils ein Bürotag vor dem Termin bis 12.30 Uhr

Abschied vom Kinderwunsch

Den Wunsch zu gebären fruchtbar machen
Freitag, 24. Jänner, 16.00 Uhr bis
Samstag, 25. Jänner, 17.00 Uhr
Kinder zu bekommen beschäftigt Frauen in
vielfältiger Weise. Viele gebären Kinder. Andere
wünschen sich sehnlichst Kinder und können
aus unterschiedlichen Gründen keine bekom-
men. Wieder andere entscheiden sich keine Kinder auf die
Welt zu bringen. Diese unterschiedlichen Lebensgestaltungen
sind begleitet von intensiven Prozessen: leisen, unbewussten,
ausgesprochenen, schmerzhaften und befreienden.
Der Wunsch Kinder zu bekommen, seine Geschichte im jeweili-
gen Leben und ein bewusster Abschied von ihm begleitet uns.
Welche anderen „Kinder“ möchte ich noch zur Welt bringen?
Wo ist mein Leben fruchtbar? Wir arbeiten mit kreativen Me-
thoden, Körperwahrnehmung, Ritualen und Aufstellungsarbeit.

Leitung: Mag^a Christine Bärnthaler, Coach, Organisations-
entwicklung, Bildung, und Mag^a Anna Sallinger, Theologin,
Supervisorin

Kosten: € 210,00 Teilnahmebeitrag + € 86,00 alles inklusive
im Zweibettzimmer, € 96,00 im Einbettzimmer – zuzüglich
€ 2,50 Nächtigungsabgabe

Anmeldeschluss: 16. Jänner



Wir lernen Tarock – ein wahres Vergnügen

Tarock-Einführungsseminar

Freitag, 24. Jänner, 16.00 Uhr bis Samstag, 25. Jänner, 15.00 Uhr
Zu diesem Tarockseminar laden wir Frauen und Männer ein, die
Begeisterung für das Lernen dieses Kartenspieles verspüren,
und auch jene, die vielleicht schon einmal gespielt haben,
aber ganz aus der Übung sind. Wir lernen nach den österreichi-
schen „Erotas Regeln“. Weiterführend werden zwei Mal monat-
lich Übungs- und Spielabende angeboten.

Leitung: Mag^a Anna Pfleger MBA und Mag. Franz Wattle, leiden-
schaftliche Tarockspieler*innen

Kosten: € 63,00 Teilnahmebeitrag + 1 Vollpension*, zzgl.
Nächtigungsabgabe

Anmeldeschluss: 17. Jänner

Sound of Spirit | Obertonmeditation

Freitag, 24. Jänner, 19.00 bis 20.30 Uhr

Alejandra bezaubert mit der besonderen Kraft ihrer Stimme.
Es sind keine gewöhnlichen Melodien, die sie singt, sondern
Klänge in reiner Form. Sie formt Klangmuster zu Schwingun-
gen, die alles durchdringen. Verschiedene Instrumente wie Mo-
nochord, Trommel, Klangschale, Koshi, Harfe, Zungentrommel
u.a. begleiten die Obertonklänge, deren Vibrationen in deinem
ganzen Körper nachschwingen und dein Herz berühren. Lass
dich ein auf besondere Momente mit dir selbst und entdecke
die Stille und Weite in dir.

Mitzubringen: Sitzpolster, evt. Yogamatte

Leitung: Alejandra Barber, Obertonsängerin, Stimm-
therapeutin, Pädagogin

Kosten: € 18,00 Teilnahmebeitrag

Anmeldeschluss: 21. Jänner

* Die Preise findest du auf S. 71.

Steirergerwand aus zweiter Hand | Flohmarkt

Samstag, 25. Jänner, 10.00 bis 17.00 Uhr

Unser beliebter Trachtenflohmarkt-Laden ist jeden ersten und letzten Samstag im Monat für dich in einem Nebengebäude vom Haus der Frauen geöffnet. Komm und stöbere in einer großen Auswahl an Dirndl, Blusen, Jacken, Hemden, Lederhosen und vielem mehr. Auch schöne Geschirrtile und Gläser können erworben werden. Außerdem: besonders nachhaltige Geschenkideen.

Veranstalter*in: Verein *Wir für das Haus der Frauen*

Stich für Stich zum Lieblingsstück

5teiliger Näh-Workshop mit Nähmaschine

Donnerstag, 30. Jänner, 17.00 bis 21.00 Uhr

Weitere Termine:

Jeweils donnerstags, 17.00 bis 21.00 Uhr

6., 13. & 27. Februar | 6. März

Ob du nach dem Motto

„Aus alt mach neu“

Gebrauchtes kreativ und nachhaltig verarbeiten oder neuen Stoff verwenden möchtest: Bei diesem Workshop schneiderst du dir unter fachkundiger Anleitung ein oder mehrere Kleidungsstück(e) nach freier Wahl.



Bei der Vorbesprechung am Donnerstag, 16. Jänner klärst du mit der Leiterin, was du nähen möchtest und dafür benötigst. Sinnvoll ist es, bereits ausgewählte Kleiderteile und Stoffe zur Besprechung mitzubringen. Viel Spaß beim lustvollen Entstehenlassen deines neuen Garderobestückes!

Vorbesprechung: 16. Jänner 2025, 17.00 bis 18.30 Uhr

Mitzubringen: Nähmaschine, Stoffe bzw. alte Kleidungsstücke, Nähzubehör

Leitung: Rosa Flechl, Schneidermeisterin

Kosten: € 195,00 Teilnahmebeitrag + € 45,00 Abendessen mit einem Getränk für alle 5 Termine

Anmeldeschluss: 15. Jänner

Planeten, Sterne, Sternbilder

Wintersternbilder und ihre mythologische Bedeutung

Donnerstag, 30. Jänner, 18.00 bis 21.00 Uhr

Wir lernen die Winter-Sternbilder unseres Himmels kennen, erfahren mehr über ihre mythologische Bedeutung und viel Staunenswertes über unser Sonnensystem. Wir wandern ein kurzes Stück in die Nacht, um den Himmel über uns zu erkunden. Wir beten das Gebet des Staunens und wärmen uns im Anschluss beim gemeinsamen Punschtrinken. Sei dabei bei diesem Ausflug zu den Sternen. Der Abend findet bei jedem Wetter statt.

Mitzubringen: Warme Kleidung für draußen

Leitung: Martha Weisböck, Theologin, Lebens- und Sozialberaterin

Kosten: € 48,00 Teilnahmebeitrag inkl. Sternepunsch

Anmeldeschluss: 27. Jänner

Gestalte DEIN Fotobuch am PC | Workshop für Kreative

Freitag, 31. Jänner, 14.30 bis 20.00 Uhr

Zu Weihnachten fleißig fotografiert? Den Herbsturlaub mit der Kamera eingefangen? Es wäre doch wirklich schade, wenn all diese besonderen Momente auf einer Festplatte oder in einer Fotobox verstauben. Mit deinem 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, deine Fotos und ein paar Stunden Zeit. Nach diesem Workshop bist du in der Lage, ganz individuelle Fotobücher zu gestalten und ausarbeiten zu lassen.

Mitzubringen: eigener Laptop, digitale Fotos

Leitung: Joachim Walzl, Student, begeisterter Fotobuchgestalter am PC

Veranstalter*innen: Katholisches Bildungswerk KBW und AndersOrt Haus der Frauen

Kosten: € 50,00 Teilnahmebeitrag + € 15,00 Kaffee-/Teejause und Abendessen mit Getränk (inkludiert: € 30,00 Gutschein bei Bestellung eines Fotobuches)

Anmeldeschluss: 28. Jänner

Anfragen, Informationen & Buchungen:

AndersOrt Haus der Frauen – Bildung Spiritualität Auszeit

T: 03113/2207 (Mo – Fr: 8.30 – 12.30 Uhr)

kontakt@hausderfrauen.at | www.hausderfrauen.at

facebook.com/hausderfrauen – like us!

Herzens–Anliegen

Diese Dinge liegen uns besonders am Herzen, daher möchten wir euch gerne noch Mal extra darauf hinweisen:

Die „Freuden-Perle“

Dank unseres Vereins *Wir für das Haus der Frauen* können wir dich bei finanziellen Engpässen unterstützen und dir unsere Auszeit-Angebote ermäßigen. Die Preise steigen, die Lebenshaltungskosten sind oft nur mehr sehr schwer schaffbar

– für viele von uns. Und doch wäre eine Auszeit gerade jetzt notwendig, um den Kopf wieder einmal frei zu bekommen oder Abstand zu gewinnen?

Bei **momentanen finanziellen Engpässen** können wir dir bei **Buchung einer individuellen Auszeit 25 %** auf Nächtigung und Verpflegung im Haus der Frauen ermäßigen, ebenso bei Buchung von **Wohlfühltagen** oder **Wohlfühlwochenden**.

Ein herzliches DANKE dafür unserem Verein *Wir für das Haus der Frauen*, der diese Unterstützung finanziert.

Abwicklung: Bitte gib uns bei deiner Buchung Bescheid, dass du dieses Angebot nutzen möchtest, fülle ein Blatt mit einer kurzen Begründung aus und wir verrechnen nur die ermäßigten Preise an dich.



VORSCHAU: 7. Frauenreise

Erlebnis Ostfrankreich – Elsass, wir kommen!

Montag, 14. Juli bis Samstag, 19. Juli 2025

Unsere siebente Frauenreise führt uns nach Frankreich in das wunderschöne Elsass. Bekannt durch seine sanften, von Weinbergen bedeckten Hügel und die malerischen Dörfer mit ihren Fachwerkhäusern weiß das Elsass seine Besucher*innen zu verzaubern. Mit dem Reisebus fahren wir zu unserem Quartier in Obernai, zentral im Elsass gelegen, und tauchen ein in eine Landschaft, die geprägt ist vom französischen und deutschen Erbe. Strasburg als Sitz des EU-Parlamentes lernen wir bei einer Stadtführung kennen und haben dort auch freie Zeit zum Bummeln. Wir besuchen auch reizende kleine Städtchen mit traditionellem Kunsthandwerk. Eine andere Route führt uns zum sehenswerten Kloster St. Odile, einem wichtigen spirituellen Ort in dieser Region, weiters in das mittelalterliche Weindorf Ribeauvillé und zum Schloss Haut-Koenigsbourg.

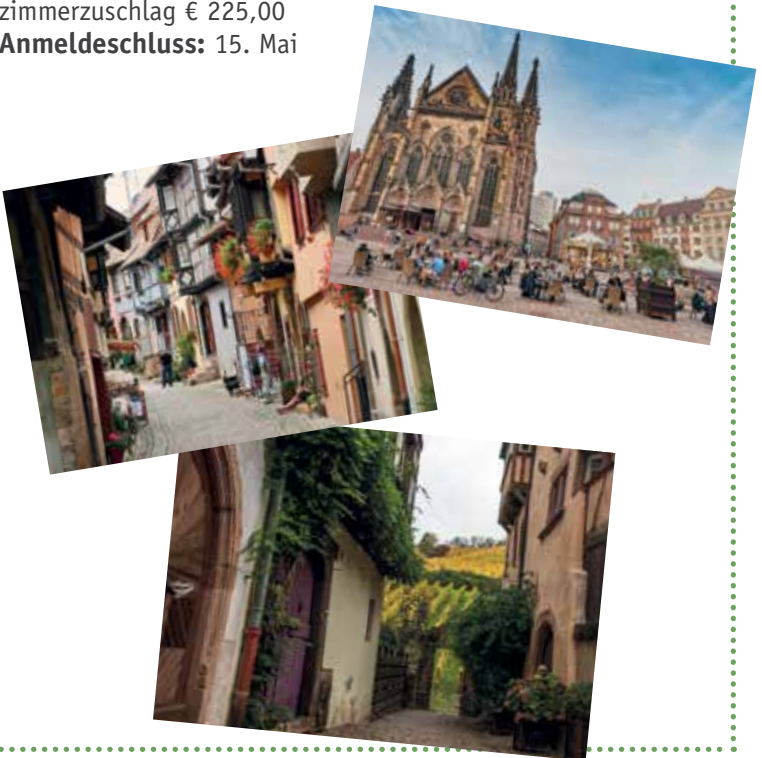
Einer der Höhepunkte unserer Reise ist das Städtchen Colmar mit dem weltberühmten Isenheimer Altar von Matthias Grünewald. Kulinarisch genießen wir typische Speisen des Elsass, köstlichen Wein, einzigartigen Käse und feinste Schokolade. Wie immer begleiten uns kompetente Stadtführerinnen, die auch Frauenspezifisches dieser Region besonders im Blick haben. Morgendliche spirituelle Impulse stärken unsere Gemeinschaft. Steig mit uns in den Bus!

Inkludiert: Fahrt mit Luxusreisebus, Unterbringung in einem Hotel in Obernai mit Frühstück, Eintritte, ortskundige Führungen, Trinkgelder

Leitung: Magdalena Feiner, Dipl.-Pädⁱⁿ, Andrea Krisper-Weiß, Dipl.-Pädⁱⁿ, und Mag^a Anna Pflieger MBA

Kosten: € 980,00 alles inklusive im Doppelzimmer, Einbettzimmerzuschlag € 225,00

Anmeldeschluss: 15. Mai



Willkommen im AndersOrt

Im AndersOrt, dem ehemaligen Kloster der Benediktinerinnen, bieten wir unseren Gästen die ideale Umgebung, um sich weiterzubilden, zur Ruhe zu kommen und neue Energie zu tanken. Zehn frisch renovierte Einzelzimmer und vier Doppelzimmer, jeweils mit eigenem Bad, garantieren höchsten Komfort.

Die sechs modern ausgestatteten Seminarräume fördern lebendige Gespräche und persönliche Weiterentwicklung – ideal für dein Seminar/deine Klausur hier bei uns! Die Cafeteria mit angrenzender Dachterrasse lädt mit einem atemberaubenden Blick über die Oststeiermark zum Entspannen und Verweilen ein.

Hard Facts:

14 Zimmer, davon 10 Einzelzimmer und 4 Doppelzimmer

4 Seminarräume

2 Besprechungsräume

moderne, einladende **Kapelle**

Cafeteria und **Salon**

wunderbare **Dachterrasse mit Weitblick** über die Hügel der Oststeiermark

Soft Facts:

Lichtdurchflutete, moderne Räumlichkeiten, „clean“ eingerichtet ohne Schnick-Schnack mit qualitätsvollen Maßmöbeln von Tischlern unseres Vertrauens;

modernste Seminartechnik;

Möglichkeiten zum gemütlichen Zusammensitzen und Genießen

Blick in die Zimmer:



Blick in die Seminarräume:



Blick in die Klosterkapelle:

Die Klosterkapelle ist renoviert: Der Boden wurde abgeschliffen und die Wände sind frisch gestrichen. Die Kapelle kann sehr gerne für Taufen und spirituelle Feiern genutzt werden. All unseren Gästen steht sie für Momente der Ruhe und Stille zur Verfügung.



Bildung

Aus- und Weitblick von unserer Dachterrasse:

Im Frühling folgen die Begrünung und die Bestuhlung.



Besonderes:

Ein Teil der umfangreichen Klosterbibliothek blieb erhalten und befindet sich im Seminarraum 4, das lichtdurchflutete Glasmosaik mit der Sonne als Symbol des Lebens erstrahlt im 1. Stock. Der ehemalige Gemeinschaftsraum der Benediktinerinnen ist jetzt unser Seminarraum 2. Der Salon bietet Raum für Geselligkeit oder ein Gespräch.



Unsere Preise:

Alle Preise zu unseren Seminarräumen und unsere Nächtigungspreise findest du auf unserer Homepage www.hausderfrauen.at, siehe AndersOrt. Wir freuen uns auf deine Anfrage unter kontakt@hausderfrauen.at.

Bitte vormerken: Einweihung AndersOrt & Jubiläumsfest Verein

Bischof Wilhelm segnet unseren neuen AndersOrt und der Verein *Wir für das Haus der Frauen* feiert 20+1 Jahre und 10 Jahre Steirerg'wand aus zweiter Hand.

Muttertag, Sonntag, 11. Mai 2025, 10.00 Uhr

Details siehe S. 40



Bildung

Steirerg'wand aus zweiter Hand

Flohmarkt



Samstag, 1. Februar, 10.00 bis 17.00 Uhr

Weitere Termine:

Jeweils samstags, 10.00 bis 17.00 Uhr

22. Februar | 1. & 29. März | 5. & 26. April | 3. & 31. Mai

Sonderöffnung: Sonntag, 11. Mai, 10.00 bis 17.00 Uhr im Rahmen des Jubiläumsfestes

Unser beliebter Trachtenflohmarkt-Laden ist jeden ersten und letzten Samstag im Monat für dich in einem Nebengebäude vom Haus der Frauen geöffnet. Komm



und stöbere in einer großen Auswahl an Dirndl, Blusen, Jacken, Hemden, Lederhosen und vielem mehr. Auch schöne Geschirrtteile und Gläser können erworben werden. Außerdem: besonders nachhaltige Geschenkideen. Trachten-Spenden nehmen wir sehr gerne das ganze Jahr über zu den Öffnungszeiten vom AndersOrt Haus der Frauen und an den Flohmarkt-Öffnungstagen entgegen. Der Reinerlös kommt dem Haus der Frauen zugute.

Veranstalter*in: Verein *Wir für das Haus der Frauen*

Spirituelle Lichterzug in Graz

für eine demokratische Kirche mit Gleichberechtigung

Donnerstag, 6. Februar, 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. Wir treffen uns um 18.00 Uhr am Domplatz und ziehen gemeinsam über die Sporgasse zur Marienstatue Am Eisernen Tor. Dort setzen wir ein Zeichen in Form eines spirituellen Impulses! Sei dabei und bring noch jemanden mit!

Mitzubringen: Fackel oder Laterne

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

Kosten: Freiwillige Spende

Anmeldeschluss: erbeten bis 4. Februar

Ort: 8010 Graz, Domplatz vor dem Priesterseminar

Ein Tag mit Yoga: dem Leben lauschen

Yoga-Tagesseminar zum Entdecken und Vertiefen

Freitag, 7. Februar, 9.00 bis 16.30 Uhr

Bring deine Matte mit, bequeme, wärmende Kleidung und eine Decke. Bring aber vor allem – bitte – deine Vorfreude mit und deine Skepsis, deine Neugier und deinen Mut, deine Erfahrung und deine Offenheit, bring dein Vertrauen mit. Wir verbinden einfache Bewegungen im Atem miteinander, dehnen und kräftigen unseren Körper. Bei Bedarf passen wir jede Übung an die Teilnehmer*in an. Yoga ist ein Weg (von vielen), der dich tiefer mit dir in Kontakt bringen kann – über Bewegung, Atem und Stille. Und die ganze Vielfalt, die dazwischen liegt.

Mitzubringen: bequeme, warme Kleidung, kleiner fester Polster, Yogamatte, Decke und wenn vorhanden einen Yoga-Gurt

Foto: Lex Carelly



Leitung: Marietheres Arvay, Yoga- und Meditationslehrerin

Kosten: € 78,00 Teilnahmebeitrag + € 24,00 Mittagessen mit Getränk, ganztägige Pausenverpflegung

Anmeldeschluss: 4. Februar

Wir spielen Tarock

Vergnüglicher Abend

Dienstag, 11. Februar, 17.00 bis 22.00 Uhr

Weitere Termine:

Jeweils dienstags, 17.00 bis 22.00 Uhr

25. Februar | 11. & 25. März | 8. & 22. April | 6. & 20. Mai

Du spielst gerne Tarock? Wir öffnen unsere Türen zweimal monatlich für alle, die nach den österreichischen „Erotas Regeln“ vergnügt tarockieren möchten und die Grundregeln beherrschen. Vom ersten Blatt an bist du Teil einer spannenden Spielrunde. Dein Platz ist dir bereits mit der Anmeldung sicher.



Leitung: Mag^a Barbara Hatzl, begeisterte Tarockspielerin

Kosten: € 7,00 Teilnahmebeitrag

Anmeldeschluss: Jeweils ein Bürotag vor dem Termin bis 12.30 Uhr

Tauschen fördert Talente

Talentenetz Oststeiermark



Mittwoch, 12. Februar, 18.00 bis 20.00 Uhr

Weitere Termine:

Mittwoch, 12. März, 18.00 bis 20.00 Uhr

Mittwoch, 16. April, 18.30 bis 20.30 Uhr

Mittwoch, 14. Mai, 18.30 bis 20.30 Uhr

Du möchtest Gebrauchtes, Selbstgemachtes, deine Talente oder dein Wissen tauschen? Dann bist du richtig bei unserem Tauschkreis! Unter dem Motto „Sammeln, Tauschen, Vernetzen von oststeirischen Schätzen“ treffen wir uns einmal im Monat, knüpfen Kontakte und tauschen uns im wörtlichsten Sinn aus. Freundschaften, neue Ideen und Netzwerke entstehen. Hast du Interesse? Komm vorbei!

Mitzubringen: Dinge und Talente, die du tauschen möchtest!



Leitung: Maria Prem, ehemalige Entwicklungshelferin und Projektkoordinatorin
(Tel. 0650/35 14 229, talentenetz@gmx.at)

Kosten: Die Teilnahme ist kostenlos.

Anmeldeschluss: Anmeldungen bitte direkt bei Maria Prem

Die heilsame Kraft des Singens

Einzel sind wir Töne – gemeinsam ein Lied

Freitag, 14. Februar, 19.00 bis 21.00 Uhr

Weitere Termine:

Jeweils freitags, 19.00 bis 21.00 Uhr

14. März | 11. April | 9. Mai

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., Singleiterin für Heilsames Singen

Kosten: € 15,00 Teilnahmebeitrag pro Abend

Anmeldeschluss: jeweils ein Bürotag vor dem Termin

Gelingen. Respektvoll. Ehrlich.

Ein Kommunikationsseminar für Singles und Paare

Samstag, 15. Februar, 9.00 Uhr bis

Sonntag, 16. Februar, 16.00 Uhr

Mann und Frau* sprechen verschiedene Sprachen. Und viele der Probleme im beruflichen und privaten Umfeld sind nur einer Sache geschuldet: falscher Kommunikation. An zwei Tagen lernst du, wie wir die



Kluft zwischen Mann und Frau im Alltag, Beruf und im Privatleben überbrücken und wie wir miteinander gut auskommen können. An Tag eins erfahren wir Grundlagen der Kommunikation und tauchen dann tief in die beruflichen und privaten Herausforderungen zwischen Mann und Frau ein. Ein Respekts- und Anerkennungsritual am Abend rund ums Feuer rundet den Tag ab. Und am Sonntag wird lustvoll geübt!



Leitung: Drⁱⁿ Verena Radlingmayr, Trainerin, Autorin

Kosten: € 123,00 Teilnahmebeitrag zzgl. 1 Vollpension + 1 Mittagessen*, zzgl. € 2,50 Nächtigungsabgabe/Nacht

Anmeldeschluss: 7. Februar

* Die Preise findest du auf S. 71.

bezahlte Anzeige

FARBUNION
MACH MEHR AUS DEINEM ZUHAUSE

fetz www.fetz-anger.at

MALERBETRIEB - BODENVERLEGUNG

Der Atem des Lebens

Atem-Seminar zum Entdecken und Vertiefen

Freitag, 28. Februar, 15.00 bis 18.00 Uhr

Wir lenken in diesem Seminar den Fokus auf den Vorgang der Atmung. Im besten Fall atmet unser Körper ohne unser bewusstes Zutun. Doch dass Atmen mehr bedeutet als eine physiologische Funktion, wie eng der Atem mit unserem seelischen Anteil und unseren Emotionen verknüpft ist, davon zeugen die vielen Übungspraktiken aus alten Traditionen.

Das Seminar bietet einen geschichtlichen Rückblick zum Atmen sowie eine anschauliche Physiologie. Die angeleiteten Übungen laden zum Erfahren und Nachspüren ein: Wie kann ich meine Stimmung, mein Energieniveau und mein Nervensystem mit Atmung positiv beeinflussen und unterstützen?

Bei der Anmeldung bitte angeben, warum dieses Seminar für dich interessant ist (z.B. Asthma, Stress, Schlafstörungen)

Mitzubringen: lockere, nicht einengende Kleidung, Matte, Decke und Schreibzeug

Foto: Lex Kareally



Leitung: Marietheres Arvay, Yoga- und Meditationslehrerin

Kosten: € 45,00 Teilnahmebeitrag + € 7,00 Seminarverpflegung

Anmeldeschluss: 25. Februar



Kabarett-Frühstück „RessourcenFlohmarkt“



Eine Reise rund um HABEN, BRAUCHEN und WOLLEN

Samstag, 1. März, 8.30 Uhr bis 11.30 Uhr

Die gemeinsame Reise startet in der „guten alten Zeit“. War früher wirklich ALLES besser? Gibt es vielleicht Dinge, die heute wieder modern sind? Finden wir Parallelen zwischen damals und heute? Wem sollte man bei dieser ganzen Klima- und Nachhaltigkeitsgeschichte glauben? Außerdem wird sinniert, ob Kaffeemaschinen ein Leben radikal verändern können, wie viele Klomuscheln jeder einzelne tatsächlich benützen kann... Und es wird der einzig wirklich wichtigen Frage auf den Grund gegangen: „Was brauchen wir eigentlich wirklich?“ Bei diesem Kabarettfrühstück für alle an Nachhaltigkeit Interessierten wird auch fleißig getauscht! Spaß ist garantiert! Gute Laune mitbringen!

Mitzubringen: Jede und jeder bringt etwas mit, das nicht mehr benötigt wird. Einziges Kriterium: Es muss noch funktionieren (Haushaltsgeräte, Sportartikel, Kleidungsstücke...) oder noch genießbar und haltbar sein (Marmeladen, Kompott, Saft...)

Foto: Martin Hesz



Leitung: Hans-Peter Arzberger, Kabarettist
Kosten: € 30,00 Teilnahmebeitrag + € 20,00 Frühstücksbuffet
Anmeldeschluss: 26. Februar
Tipp: Spaß für die ganze Familie!



Foto: Martin Hesz

Von Christus am Kreuz umarmt

Aschermittwoch-Besinnung mit Aschenkreuz-Auflegung

Mittwoch, 5. März, 9.00 bis 16.00 Uhr

Anselm Grün beschreibt in dem Gebet „Weil ich von Christus am Kreuz umarmt bin“ das Kreuz als Bild der Verbindung – zwischen dem Gesunden und dem Kranken, zwischen dem Gelungenen und dem Mislungenen, zwischen dem Glauben und dem Zweifeln... Das Kreuz ist das Schutzzeichen, das unseren inneren heiligen Raum vor dem Lärm der Welt schützt. Dort bin ich ursprünglich, heil und ganz!

Anhand von Gebeten, im Singen, im Gespräch und in der Stille wenden wir uns im Zeichen des Kreuzes unserem inneren Raum zu und beginnen die Fastenzeit mit dem verheißenden Blick in Richtung Auferstehung.

Nach den von Martha Weisböck und Veronika Schweiger-Mauschitz angeleiteten Impulsen feiern wir am Nachmittag mit Bischof Wilhelm den Gottesdienst mit Aschenkreuzauflegung.



Leitung: Bischof Wilhelm Krautwaschl, Mag^a Veronika Schweiger-Mauschitz, Bildungsreferentin, und Martha Weisböck, Theologin



Kosten: 28,00 Teilnahmebeitrag + € 22,00 Mittagessen mit Getränk und Seminarverpflegung



Anmeldeschluss: 28. Februar



Augenblicke der Natur

Vernissage

Donnerstag, 6. März, 19.00 bis 21.00 Uhr

„Stille. Nur bei Stille hat man die Möglichkeit, die Natur richtig zu erfassen, um diese besonderen Augenblicke festhalten zu können. Ich bevorzuge für meine Werke verschiedene Pastelle, da man mit diesen die wesentlichen Bereiche und entsprechenden Feinheiten wie Augen, Fellhaare oder Blumenblüten besser herausarbeiten kann, und so fast realistische Bilder entstehen.“



Monika Pratter hat von Acryl, über Öl, schlussendlich zu Pastell – ob Kreide oder Stifte – gefunden und ihren eigenen Stil entwickelt, in dem sie nun ihre künstlerische Kreativität ausleben kann.

Dauer der Ausstellung: bis Ende Mai 2025



Leitung: Monika Pratter, Künstlerin

Anmeldeschluss: Um Anmeldung wird gebeten

Wunderbar geschaffen!

Ökumenischer Weltgebetstag der Frauen

Freitag, 7. März, 17.00 bis 18.30 Uhr

Die Liturgie für den Weltgebetstag 2025 mit dem Titel „Wunderbar geschaffen!“ kommt von den Cookinseln und wird am 7. März 2025 in unzähligen ökumenischen Gottesdiensten gefeiert. Mit den Kollekten und Spenden werden über 100 Partner-Organisationen weltweit unterstützt. Reihem wir uns gemeinsam in den Gebetsreihen ein in Solidarität mit den Frauen dieser Welt. Bei der Agape im Anschluss verkosten wir ein Gericht von den Cookinseln!



Leitung: Magª Birgit Diestler, Magª Barbara Hatzl, Rosemarie Leitner Dipl.-Pädⁱⁿ, und Magª Veronika Schweiger-Mauschitz, Liturgieleiterinnen

Kosten: Spende für die Projekte des WGT der Frauen

Anmeldeschluss: um Anmeldung wird gebeten

Tipp: Bleib doch noch zur Obertonmeditation!



Sound of Spirit

Heilsame Klänge der Obertonmeditation

Freitag, 7. März, 19.00 bis 20.30 Uhr



Vibrationen der Obertonklänge von Monochord, Koshi, Harfe, Zungentrommel und der Stimme berühren deine Seele und beleben deine Sinne. Sie führen zu einer tiefen Entspannung, in die Stille und in die Weite in dir! Alejandra bezaubert mit der besonderen Kraft ihrer Stimme. Es sind keine gewöhnlichen Melodien, die sie singt, sondern Klänge in reiner Form. Sie formt Klangmuster zu Schwingungen, die alles durchdringen. Lass dich ein auf besondere Momente mit dir selbst!

Mitzubringen: Sitzpolster, eventuell Yogamatte

Foto: Barber



Leitung: Alejandra Barber, Obertonsängerin, Stimmtherapeutin, Pädagogin

Kosten: € 18,00 Teilnahmebeitrag

Anmeldeschluss: 4. März

bezahlte Anzeige

GAS - HEIZUNG - SANITÄR
RATH
GmbH
Meisterbetrieb

Rath GmbH
Gersdorf 154
8212 Pischelsdorf
Tel. 03113/30 968
office@rath-heizung.at

Jedes Handwerk verlangt seinen Meister.

Alte, verwirrte Menschen achtsam begleiten

dreiteiliges Validationsseminar

Teil 1: Samstag, 8. März, 9.00 bis 17.00 Uhr

Teil 2: Samstag, 12. April, 9.00 bis 17.00 Uhr

Teil 3: Samstag, 24. Mai, 9.00 bis 17.00 Uhr

Die Betreuung von desorientierten, alten Menschen mit der Diagnose „Alzheimer-Demenz“ ist eine Herausforderung für alle Beteiligten. Validation nach „Naomi Feil“ ist eine Methode, um Betroffene in ihrer Erlebniswelt besser zu verstehen und mit ihnen einfühlsam und wertschätzend zu kommunizieren.

Diese Seminarreihe gibt Einblick in Ziele und Grundlagen der Validation sowie die vier Phasen der Desorientierung und du lernst die wichtigsten Validationstechniken kennen: was fördert die Kommunikation und wodurch scheitert sie oft. Da der Seminarinhalt aufbauend ist, kann diese Reihe nur im Gesamten gebucht werden.

Nütze diese Veranstaltung auch für deine berufliche Weiterbildung!



Leitung: Roswitha Maria Windisch-Schnattler DGKS, zertif. Validationstrainerin n. Naomi Feil

Kosten: für alle 3 Termine: € 245,00 Teilnahmebeitrag inkl. Unterlagen zzgl. € 66,00 Mittagessen mit Getränk und Seminarverpflegung für alle 3 Termine

Anmeldeschluss: 28. Februar



Lebensfreude: Willkommen in meinem Leben!

Freudig Resilienz üben

Samstag, 8. März, 10.00 Uhr bis

Sonntag, 9. März, 13.00 Uhr

Stehst du morgens gerne auf und freust dich auf den Tag? Siehst du das Gute in deinem Leben und kommst du mit den meisten Menschen gut aus? Wie schön, denn dann bist du in deiner Lebensfreude. Lebensfreude ist der „Energieriegel“ für Resilienz, die wir brauchen, um mit schwierigen Zeiten in unserem Leben zurecht zu kommen. Im Lebensfreude-Seminar finden wir die Quellen unserer Lebensfreude und bringen sie in uns zum Fließen. Wir lernen die 6 Finger der Lebensfreude und den Lebensfreude-Move kennen, vertiefen uns beim Spazierengehen, tauschen uns aus und geben der Lebensfreude Raum, eine Grundstimmung in unserem Alltag zu werden.

Foto: Doris Sporer



Leitung: Mag^a Eva Maria Glanz-Possert,
Lebensfreudecoach

Kosten: € 105,00 Teilnahmebeitrag zzgl. 1
Vollpension, 1 Mittagessen, 1 Seminarverpflegung*
zzgl. € 2,50 Nächtigungsabgabe/Nacht

Anmeldeschluss: 28. März



Foto: Glanz-Possert

* Die Preise findest du auf S. 71.

VOM SUCHEN UND FINDEN DER LIEBE

OUTDOOR: Abenteuer-Eheseminar

Samstag, 15. März, 9.00 bis 17.00 Uhr

Weiterer Termin:

Samstag, 5. April, 9.00 bis 17.00 Uhr

Sich als Paar auf die Suche nach ausgelegten Geo-Caches machen, den gemeinsamen (Liebes-)Weg suchen, Lebensschätze entdecken, Gesprächsimpulse finden und dabei meinem „Schatz“ näher kommen. Nach einer Einleitung in der Gruppe macht ihr euch, ausgestattet mit eurem navigationsfähigen Handy oder GPS-Gerät und den Koordinaten, auf den Weg. Dazwischen gibt es immer wieder Möglichkeiten zum Austausch mit anderen Paaren. Romantische Plätze am Flusslauf der Feistritz oder in den Weingärten der Umgebung laden zwischendurch zur Rast und zum Miteinander-Reden ein.

Bei ausgesprochenem Schlechtwetter findet der Tag ganz oder teilweise im Haus der Frauen statt.

Mitzubringen: Freude an der Bewegung in der Natur, ausreichend Kondition (ca. 3,5 Stunden Fuß- und Suchweg), festes Schuhwerk, Regenschutz, Getränke für unterwegs, GPS-fähiges Smartphone/Tablet mit Internetverbindung oder GPS-Outdoor-Gerät.



Leitung: Michaela Höfler-Bauer und Andreas Höfler, Referent*innen für Eheseminare

Veranstalter*innen: in Kooperation mit dem Familienreferat der Katholischen Kirche Steiermark

Kosten: € 189,00 Teilnahmebeitrag/Paar inkl. Verpflegung und Unterlagen

Anmeldeschluss: jeweils 3 Bürotage vor dem Termin

Ort: Treffpunkt: N47°12,890´ E15°49,150´ Haus der Frauen/ St. Johann b. H.



Foto: Fam. Höfler

Unsere Schwingungen

Beziehungsarbeit einmal „tanz anders“

Samstag, 15. März, 10.00 bis 17.00 Uhr

Tanz ist Kommunikation und kann ausdrücken, was wir nicht in Worte fassen können. Dieser Workshop bietet die Möglichkeit, auf spielerische Art unseren Gefühlen Ausdruck zu verleihen und mit Hilfe von tänzerischen Bewegungen Beziehung zu reflektieren. Ob Mutter-Tochter, Freundinnen, Ehepaare ... lasst euch gemeinsam auf das Spiel mit Musik, Bewegung und Beziehung ein.



Leitung: Mag^a Petra Brunner, Erziehungswissenschaftlerin, Tänzerin

Kosten: € 60,00 Teilnahmebeitrag + € 22,00 Mittagessen mit Getränk, Seminarverpflegung

Anmeldeschluss: 12. März

EHESEMINAR TO GO: Findet den Schlüssel der Liebe

Zweiteiliges begleitetes Abenteuer-Eheseminar für euren Lieblingsort

Teil 1: Samstag, 15. März, 18.00 bis 20.00 Uhr

Teil 2: Samstag, 5. April, 18.00 bis 20.00 Uhr

Die etwas andere Variante eines Escape-Spieles. Gemeinsam als Paar knifflige Rätsel lösen, geheime Codes knacken und Gesprächsimpulse entdecken. So kommt ihr Stück für Stück dem verborgenen Schlüssel der Liebe näher.

Im ersten Teil des Seminares bekommt ihr eine Einführung in der Gruppe und startet dann als Paar mit einem Romantik-Rätsel-Snack. Bis zum nächsten Treffen begeben sich euch dann zu Hause oder an einem Lieblingsort auf eine Rätselreise und sucht nach versteckten Hinweisen. Die dafür nötigen Spielunterlagen bekommt ihr beim ersten Termin.

Beim zweiten Teil erwarten euch Austauschmöglichkeiten und Infos zum Fest der Trauung. Das Seminar schließt mit einem Candle-Light-Ritual in der Kapelle.

Mitzubringen: Die Freude am Lösen von Rätseln, ein Handy mit QR-Code-Reader



Leitung: Michaela Höfler-Bauer und Andreas Höfler, Referent*innen für Eheseminare

Veranstalter*innen: in Kooperation mit dem Familienreferat der Katholischen Kirche Steiermark

Kosten: € 185,00 Teilnahmebeitrag/Paar inkl. Verpflegung, Spielunterlagen und Materialien

Anmeldeschluss: 12. März



Einstieg in digitale Welten

Unsere Welt wird immer digitaler: viele Amtswege werden digitalisiert, wir kaufen unsere Produkte online und nutzen Gesundheits-Apps, um nur einige Beispiele zu nennen. Aber worauf muss ich bei all diesen Dingen als Anwender*in achten und wie funktioniert das Ausfüllen von online-Formularen eigentlich wirklich? Eine neue dreiteilige Reihe in Kooperation mit der Gemeinde Feistritztal führt dich Schritt für Schritt in diese digitalen Welten ein. Außerdem: die Referent*innen geben Tipps zu den Themen Datenschutz, Sicherheitsaspekte und Fake News. Zwei Teile findet ihr in diesem Heft, Teil 3 folgt im Juni.

Online-Formulare und Anträge

Praktische Übungen zum Ausfüllen

Donnerstag, 20. März, 17.00 bis 20.00 Uhr

Dieser Workshop vermittelt Teilnehmenden die Fertigkeiten und das Vertrauen, digitale Dokumente und Anträge effektiv und selbstständig online auszufüllen. Der Workshop deckt die Grundlagen digitaler



Formulare, Navigation in E-Government-Portalen, praktische Übungen zum Ausfüllen verschiedener Formulare, Umgang mit häufigen Problemen, Sicherheitsaspekte und Datenschutz sowie weiterführende Ressourcen und Unterstützung ab. Ziel ist es, die digitale Selbstständigkeit zu fördern und ein tiefes Verständnis für die sichere und kompetente Nutzung digitaler Formulare zu entwickeln.

Mitzubringen: eigener internetfähiger Laptop



Leitung: Felix Meisl, Digitaltrainer

Veranstalter*innen: Kooperation Gemeinde Feistritztal + AndersOrt Haus der Frauen

Kosten: kein TN-Beitrag, € 7,00 Seminarverpflegung

Anmeldeschluss: 13. März

Digitalisierung im Alltag

Soziale Medien, E-Commerce und E-Health

Donnerstag, 3. April, 17.00 bis 20.00 Uhr

Siehe S. 31

Frauen-Barcamp

Eine Unkonferenz mit UNS als Expert*innen

Samstag, 22. März, 9.00 bis 16.00 Uhr

„Frau*sein - Spagat zwischen Erwartung und Realität“ - so lautet das Thema für unser erstes Frauen*Barcamp. Es bietet einen Raum für Austausch, Diskussion, Vernetzung und Stärkung. Welche Angebote unterstützen Frauen* bei ihrer Entfaltung? Und welche gesellschaftlichen Strukturen brauchen sie dazu? An welchen Zukunftsutopien möchten Frauen* gemeinsam bauen?

Ein Barcamp ist eine sogenannte „Unkonferenz“: Es gibt kein fixes Programm, Teilnehmende sind „Teilgebende“, alle sind Expert*innen. Diskutiert, ausprobiert und weiterentwickelt werden die von den Frauen* direkt in das Barcamp eingebrachten Ideen, Fragen und Themen. Ein Barcamp lebt von der Aktivität und dem Interesse der Teilnehmer*innen und kann so zu einem überraschenden und bunten Erlebnis für alle werden! Die Veranstaltung findet zeitgleich und digital vernetzt an fünf verschiedenen Orten in Österreich statt. Sei auch du Teil einer starken Frauen*-Vernetzung!

Mitzubringen: DEIN Thema, deine Frage, deine Expertise!
Bring ein, was DICH interessiert!



Leitung: Mag^a Drⁱⁿ Sabine Gollmann, Leitung AndersOrt Haus der Frauen, und Mag^a Veronika Schweiger-Mauschitz, Bildungsreferentin, Potentialfokus-Coach



Veranstalter*innen: in Kooperation mit Haus der Frau Linz, KBW Salzburg, ANIMA Bildungsinitiative für Frauen Wien, Bildungshaus St. Bernhard NÖ

Kosten: Kein Teilnahmebeitrag! Ein Frauenpower-Tag für DICH!

Anmeldeschluss: 17. März

Foto: Haus der Frau Linz



Stoffdruck mit Modeln

Kreativworkshop

Mittwoch, 2. April, 10.00 bis 17.00 Uhr

Entfalte deine kreativen Seiten und Ideen, ob als Anfänger*in oder Fortgeschrittene/r. Zum Bedrucken eignen sich helle Stoffe wie Leinen, Baumwolle, Viskose oder Seide: bitte vorwaschen (kein Weichspüler!) und bügeln. Du kannst auch fertige Stücke wie Tischtücher, Schürzen, Taschen usw. bedrucken oder eine „Weihdecke“ für den Osterkorb gestalten.

Mitzubringen: Stoffe, Maßband, Stecknadeln, Schere, Küchenrolle, Arbeitsschürze, Flanelltuch oder Filz zur Unterlage, Stoffreste für Probedruck, ca. 2 cm breite Flachpinsel, Stoffmalfarben in der gewünschten Farbe.



Leitung: Johanna Schadler, Kreativtechnikerin des Vereins „EigenArt“

Kosten: € 45,00 Teilnahmebeitrag + € 15,00 Modelbenützung + € 22,00 Mittagessen mit alkoholfreiem Getränk und Seminarverpflegung

Anmeldeschluss: 28. März

Digitalisierung im Alltag

Soziale Medien, E-Commerce und E-Health

Donnerstag, 3. April, 17.00 bis 20.00 Uhr

Dieser Workshop bietet einen umfassenden Einblick in die Digitalisierung in drei zentralen Themengebieten:

1. Soziale Medien: Erläuterung der wichtigsten Plattformen, Filterblasen, Fake News und Strategien zu deren Erkennung. 2. E-Commerce: Trends im Online-Shopping, Zahlungsmethoden, Sicherheitsaspekte und Datenschutz. 3. E-Health: Gesundheits-Apps, Wearables, Telemedizin und Datenschutzfragen. Der Workshop passt sich den Interessen der Teilnehmer*innen an und ermöglicht vertiefende Diskussionen zu jedem Thema.



Mitzubringen: eigener internetfähiger Laptop



Leitung: Dominik Freinhofer, Experte und Berater Künstliche Intelligenz

Veranstalter*innen: Kooperation Gemeinde Feistritztal + AndersOrt Haus der Frauen

Kosten: kein TN-Beitrag, € 7,00 Seminarverpflegung

Anmeldeschluss: 27. März

Weiterbildung Auszeit & Begegnung

Was war, was ist, was sein wird

Freitag, 4. April, 8.30 bis 18.00 Uhr

Wir nützen den großen Schatz an Formaten, Ideen und Erfahrungen, die wir in den letzten Jahrzehnten zusammengetragen haben, und entwickeln daraus unsere Ideen für die Zukunft der Auszeit & Begegnung im AndersOrt Haus der Frauen.



Leitung: Monika Brolli, Leiterin Auszeit & Begegnung, Mag^a Drⁱⁿ Sabine Gollmann, Leitung AndersOrt Haus der Frauen, und Mag^a Christa Kreimer, Bildungsreferentin, Bereichsleiterin Auszeit



Kosten: Die Leiterinnen Auszeit & Begegnung sind eingeladen!



Anmeldeschluss: 1. April

Tanzen wie Königin und König

Historische Tänze aus Mittelalter und Renaissance

Samstag, 5. April, 14.00 bis 18.30 Uhr

Tanzen wie im Märchen! Die mittelalterlichen Tänze und Tänze aus der Renaissance haben ihren eigenen Zauber. In Reihen oder Paar-Kreis werden einfache Schritte und Choreographien getanzt. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich! Tanzen wie Königin und König mit ihrem Hofstaat macht Spaß, ist etwas Neues im Alten und bringt in uns Eleganz und Lebensfreude zum Blühen! Wenn möglich bitte am besten gleich paarweise (mit Freundin, Partner) anmelden! Wir freuen uns auf einen lustig-höfischen Tanznachmittag!



Mitzubringen: Für die Damen: lange Röcke oder Kleider



Leitung: Ingeborg Frank-Schober, Tänzerin

Kosten: € 33,00 Teilnahmebeitrag + € 10,00 Seminarverpflegung

Anmeldeschluss: 2. April

Selig die Friedfertigen

Frauenliturgie für ALLE

Mittwoch, 9. April, 19.00 bis 21.00 Uhr

Unser Jahresthema für die Frauenliturgien 2025 heißt: „Den Frieden säen“.

In dieser Frauenliturgie hören wir die Worte aus der Bergpredigt „Selig die Friedfertigen, denn sie werden Kinder Gottes genannt werden“. Wie

wollen wir unseren „Lebensgarten“ bestellen? Was wollen wir säen, damit Frieden möglich wird?



Leitung: Marianne Radl und Lisbeth Scherr Dipl.-Pädⁱⁿ, Liturgieleiterinnen

Kosten: Wir freuen uns über eine freiwillige Spende!

Anmeldeschluss: Um Anmeldung wird gebeten!



Gottesbegegnung im Alltag

Spirituelle Impuls zu Ostern

Samstag, 12. April, 9.00 bis 13.00 Uhr

Immer wieder fragen sich Menschen: „Wie komme ich zu dem Punkt, der mir wirklich im Leben weiterhilft? Zu Hause bei alltäglichen Tätigkeiten, in der Firma oder in der Beziehung zu den Menschen?“ Meine Erfahrung ist die tägliche Achtsamkeit, das Staunen und Betrachten, was mir alles geschenkt ist, um mitten im „Selbstverständlichen“ das Besondere zu entdecken.

Um diese Haltung leben zu können ist es wichtig, mich und meine Einzigartigkeit zu erkennen, denn jeder Mensch begegnet dem Göttlichen aufgrund der eigenen Individualität, die in der Seele grundgelegt ist.



Leitung: Mag. Michael Kopp, Theologie, Seelsorge und Kabarett

Kosten: € 20,00 Teilnahmebeitrag + € 15,00 Mittagessen mit Getränk

Anmeldeschluss: 9. April

Tanzend meine Mitte finden

Meditativer Kreistanz-Tag

Samstag, 26. April, 9.00 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 + € 22,00 Mittagessen mit Getränk, Seminarverpflegung

Anmeldeschluss: 23. April

Tanz in den Mai

Volkstanzcafé

Sonntag, 4. Mai, 14.00 bis 18.00 Uhr

Den Wonnemonat Mai beginnen wir mit einem vergnüglichen Nachmittag für Frauen und Männer jeden Alters: In geselliger Runde tanzen bzw. lernen wir einfache, überlieferte steirische Volkstänze und Figurentänze aus verschiedenen alpenländischen Regionen. Du bist mit oder ohne Tanzpartner*in herzlich willkommen.



Leitung: Robert Sedelmaier, Tanzleiter der ARGE Volkstanz Stmk., und Mag^a Barbara Hatzl, Tanzpädagogin

Kosten: € 18,00 Teilnahmebeitrag + € 7,00 Seminarverpflegung

Anmeldeschluss: 29. April



Veranstaltungen Februar bis Mai 2025

Unser Programm auf einen Blick – zum Herausnehmen



Veranstaltungen Februar bis Mai 2025

Februar

	1.2.	Steirerg´wand aus zweiter Hand, <i>Flohmarkt</i>	16
	6.2.	Spiritueller Lichterzug in Graz, <i>für eine demokratische Kirche mit Gleichberechtigung</i>	16
	7.2.	Ein Tag mit Yoga: dem Leben lauschen, <i>Yoga-Tagesseminar zum Entdecken und Vertiefen</i>	17
ab	7.2.	Wohlfühlwochenende, <i>Auszeit & Begegnung</i>	50
	11.2.	Wir spielen Tarock, <i>Vergnüglicher Abend</i>	17
	12.2.	Tauschen fördert Talente, <i>Talentednetz Oststeiermark</i>	18
	14.2.	Die heilsame Kraft des Singens, <i>Einzeln sind wir Töne – gemeinsam ein Lied</i>	18
ab	15.2.	Gelingen. Respektvoll. Ehrlich. <i>Ein Kommunikationsseminar für Singles und Paare</i>	19
	22.2.	Steirerg´wand aus zweiter Hand, <i>Flohmarkt</i>	16
	25.2.	Wir spielen Tarock, <i>Vergnüglicher Abend</i>	17
	28.2.	Der Atem des Lebens, <i>Atem-Seminar zum Entdecken und Vertiefen</i>	20

März

	1.3.	„RessourcenFlohmarkt“, <i>Kabarett-Frühstück</i>	21
	1.3.	Steirerg´wand aus zweiter Hand, <i>Flohmarkt</i>	16
	5.3.	Von Christus am Kreuz umarmt, <i>Aschermittwoch Besinnung mit Aschenkreuz Auflegung</i>	22
	6.3.	Augenblicke der Natur, <i>Vernissage</i>	23
	7.3.	Wunderbar geschaffen! <i>Ökumenischer Weltgebetstag der Frauen</i>	23
	7.3.	Sound of Spirit, <i>Heilsame Klänge der Obertonmeditation</i>	24
	8.3.	Alte, verwirrte Menschen achtsam begleiten, <i>dreiteiliges Validationsseminar</i>	25
ab	8.3.	Lebensfreude: Willkommen in meinem Leben! <i>Freudig Resilienz üben</i>	26
ab	9.3.	Basenfasten – federleicht, <i>Eintauchen in einen wahren Jungbrunnen</i>	50
	11.3.	Wir spielen Tarock, <i>Vergnüglicher Abend</i>	17
	12.3.	Tauschen fördert Talente, <i>Talentednetz Oststeiermark</i>	18
	14.3.	Die heilsame Kraft des Singens, <i>Einzeln sind wir Töne – gemeinsam ein Lied</i>	18
	15.3.	Vom Suchen und Finden der Liebe, <i>OUTDOOR: Abenteuer-Eheseminar</i>	27
	15.3.	Unsere Schwingungen, <i>Beziehungsarbeit einmal „tanz anders“</i>	28

	15.3.	EHESEMINAR TO GO: Findet den Schlüssel der Liebe, <i>begleitetes Abenteuer-Eheseminar für euren Lieblingsort</i>	28
ab	16.3.	Basenfasten mit Yoga, <i>Erleichterung für Körper, Geist und Seele</i>	51
ab	17.3.	Wohlfühltage, <i>Auszeit & Begegnung</i>	51
	20.3.	Online-Formulare und Anträge, <i>Praktische Übungen zum Ausfüllen</i>	29
	22.3.	Frauen-Barcamp, <i>Eine Unkonferenz mit UNS als Expert*innen</i>	30
	25.3.	Wir spielen Tarock, <i>Vergnüglicher Abend</i>	17
	29.3.	Steirerg´wand aus zweiter Hand, <i>Flohmarkt</i>	16

April

	2.4.	Stoffdruck mit Modeln, <i>Kreativworkshop</i>	31
	3.4.	Digitalisierung im Alltag, <i>Soziale Medien, E-Commerce u E-Health</i>	31
	4.4.	Weiterbildung Auszeit & Begegnung, <i>Was war, was ist, was sein wird</i>	32
	5.4.	Vom Suchen und Finden der Liebe, <i>OUTDOOR: Abenteuer-Eheseminar</i>	27
	5.4.	Steirerg´wand aus zweiter Hand, <i>Flohmarkt</i>	16
	5.4.	Tanzen wie Königin und König, <i>Historische Tänze aus Mittelalter und Renaissance</i>	32
ab	6.4.	Heilfasten, <i>Finde deine Balance für Körper, Geist und Seele</i>	52
	8.4.	Wir spielen Tarock, <i>Vergnüglicher Abend</i>	17
	9.4.	Selig die Friedfertigen, <i>Frauenliturgie für ALLE</i>	33
ab	11.4.	Heilsame Tage vor Ostern, <i>Auszeit & Begegnung für Frauen und Paare</i>	52
	11.4.	Die heilsame Kraft des Singens, <i>Einzelne sind wir Töne – gemeinsam ein Lied</i>	18
	12.4.	Gottesbegegnung im Alltag, <i>Spiritueller Impuls zu Ostern</i>	33
	16.4.	Tauschen fördert Talente, <i>TalenteNetz Oststeiermark</i>	18
	22.4.	Wir spielen Tarock, <i>Vergnüglicher Abend</i>	17
	26.4.	Tanzend meine Mitte finden, <i>Meditativer Kreistanz-Tag</i>	34
	26.4.	Steirerg´wand aus zweiter Hand, <i>Flohmarkt</i>	16

Mai

	3.5.	Steirerg´wand aus zweiter Hand, <i>Flohmarkt</i>	16
	4.5.	Tanz in den Mai, <i>Volkstanzcafé</i>	34
ab	5.5.	Krafttage mit Yoga, Wandern & Meditation, <i>Zeit zum still Werden und Kraft Schöpfen</i>	53
	6.5.	Wir spielen Tarock, <i>Vergnüglicher Abend</i>	17
ab	9.5.	Hormonyoga für Frauen, <i>Gesund & Schön</i>	38
	9.5.	Die heilsame Kraft des Singens, <i>Einzelne sind wir Töne – gemeinsam ein Lied</i>	18
	11.5.	Einweihung AndersOrt & Jubiläumsfest Verein, <i>Segnungs- und Jubiläumsfeier</i>	40
	11.5.	Steirerg´wand aus zweiter Hand, <i>Flohmarkt-Sonderöffnung im Rahmen des Jubiläumsfestes</i>	16
ab	12.5.	Wohlfühltag, <i>Auszeit & Begegnung</i>	53
	13.5.	Wieder einmal kräftig singen..., <i>Singtag</i>	41
	14.5.	Tauschen fördert Talente, <i>TalenteNetz Oststeiermark</i>	18
	15.5.	Breast Self Care – Brust-Selbstfürsorge, <i>Gesund sein, gesund bleiben, wohl fühlen</i>	42
ab	16.5.	„Die 8 Brokate“, <i>Acht wertvolle Übungen der Urform des Qi Gongs</i>	43
	20.5.	Wir spielen Tarock, <i>Vergnüglicher Abend</i>	17
ab	23.5.	Vertiefendes Seminar zur Gewaltfreien Kommunikation, <i>Verbunden und genährt – GFK und Naturerfahrung</i>	43
	23.5.	Sound of Spirit, <i>Heilsame Klänge der Obertonmeditation</i>	44
	26.5.	Perlenohrringe selbst gemacht, <i>Ein Unikat aus eigener Hand</i>	44
	29.5.	Frauen und der Himmel, <i>Gottesdienst in Hartberg mit iGod-Liveübertragung</i>	45
	31.5.	Steirerg´wand aus zweiter Hand, <i>Flohmarkt</i>	16

Anfragen, Informationen & Buchungen:

Haus der Frauen – Bildung Spiritualität Auszeit

T: 03113/2207 (Mo – Fr: 8.30 – 12.30 Uhr)

kontakt@hausderfrauen.at | www.hausderfrauen.at

facebook.com/hausderfrauen – like us!

Hormonyoga für Frauen

Gesund & Schön

Freitag, 9. Mai, 16.00 Uhr bis

Samstag, 10. Mai, 12.30 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, erhöhtem 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 erforderlich!

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Yogamatte (wenn vorhanden), Decke



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

Kosten: € 80,00 Teilnahmebeitrag zzgl. 1 Vollpension*, zzgl. € 2,50 Nächtigungsabgabe/Nacht

Anmeldeschluss: 5. Mai



* Die Preise findest du auf S. 71.

Einweihung AndersOrt & Jubiläumsfest Verein

Segnungs- und Jubiläumsfeier

Sonntag, 11. Mai, 10.00 bis 17.00 Uhr

Wir feiern, segnen und danken! Bischof Wilhelm segnet unseren neuen AndersOrt, die Schöpfungsgasse und unser Haus der Frauen. Wir laden euch herzlich ein, mit uns um 10.15 Uhr Gottesdienst zu feiern, unseren Verein *Wir für das Haus der Frauen* zum „20+1“-Jahre-Jubiläum hochleben zu lassen und unseren Steirerg´wand Flohmarkt, den es auch schon seit 10 Jahren, gibt zu feiern. Wir werden singen, tanzen, beten, essen, plaudern, feiern und fröhlich sein! Wir freuen uns, wenn auch DU mit dabei bist!

Mitzubringen: Gute Laune



Leitung: Magª Drª Sabine Gollmann, Leiterin AndersOrt Haus der Frauen, Rosemarie Leitner Dipl.-Pädª, Obfrau des Vereins *Wir für das Haus der Frauen* und Magª Veronika Schweiger-Mauschitz, Bildungsreferentin



Anmeldeschluss: 7. Mai



Wieder einmal kräftig singen...

Singtag

Dienstag, 13. Mai, 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, auch im Rahmen der Wohlfühltage.



Leitung: Drⁱⁿ Eva Maria Hois, Volksliedforscherin und Sängerin

Kosten: € 35,00 Teilnahmebeitrag inkl. Noten + € 22,00 Mittagessen mit Getränk, Seminarverpflegung

Anmeldeschluss: 9. Mai

Tipp: Nimm dir eine singfreudige Freundin mit!

bezahlte Anzeige

ELEKTRO

G S C H A N E S

- ⚡ Blitzschutz
- ⚡ Installationen
- ⚡ Reparatur an Haushaltsgeräten
- ⚡ Infrarot - Heizungen
- ⚡ Netzwerk
- ⚡ PV-Anlagen
- ⚡ Hausautomation

8212 Pischelsdorf, Romantschachen 78
 Tel./Fax 03113/200 94, Mob. 0664/520 75 87
 E-Mail: franz.gschanes@aon.at

Breast Self Care – Brust-Selbstfürsorge

Gesund sein, gesund bleiben, wohl fühlen

Donnerstag, 15. Mai, 15.00 bis 19.00 Uhr

Werde zur Expertin deiner eigenen Brust. Im Workshop vermitteln wir Frauen mit der „MAMMACARE Methode“ die einzig wissenschaftlich anerkannte Methode zur Selbstuntersuchung der Brust. In kleinen Gruppen wird erst am Silikonmodell, danach an der eigenen Brust geübt, sich fachgerecht zu untersuchen. Der Bewegungsteil setzt sich aus Elementen des Yoga und aus Atempraktiken zusammen, die die Körperhaltung, Beweglichkeit des oberen Brustkorbes und das Energielevel positiv beeinflussen. Weiters vermitteln wir Wissenswertes zu Statistiken und zum Einfluss von Lebensstilfaktoren auf die Brustgesundheit. Dass Entspannung und Stressreduktion einen entscheidenden Anteil zum Gesundbleiben beitragen ist allgemein bekannt und kann im Workshop gleich in einer geführten Meditation geübt werden.

Mitzubringen: bequeme, nicht einschränkende Kleidung, Yogamatte, Decke und Polster

Es ist für die Untersuchung notwendig, sich OBEN frei zu machen. Der Raum ist gut beheizt, auf Privatshäre wird geachtet.

Leitung: Marietheres Arvay, Yoga- und Meditationslehrerin, und Katharina König, diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin, Breastcare Nurse und Mammacare Trainerin

Kosten: € 90,00 Teilnahmebeitrag + € 7,00 Seminarverpflegung

Anmeldeschluss: 9. Mai



„Die 8 Brokate“

Acht wertvolle Übungen der Urform des Qi Gongs

Freitag, 16. Mai, 10.00 Uhr bis
Sonntag, 18. Mai, 13.00 Uhr

Wir verbinden uns mit Himmel und Erde, spannen den Bogen und vertreiben 1.000 Krankheiten. Dies sind drei der inneren Bilder, die dir geistig Kraft, Ruhe und Konzentration schenken und deinen Körper rundum stärken. Tiefe Entspannung erfährst du bei dieser dreitägigen Qi Gong Auszeit in täglichen geführten Meditationen. Mit den 8 Brokaten hast du einen wunderbaren Übungszyklus an der Hand, der deine Gesundheit und Gelassenheit fördert. Lass uns gemeinsam eintauchen in die genussvolle Welt der 8 Brokate.

Mitzubringen: Yoga-/Gymnastikmatte und Meditationspolster (falls vorhanden)



Foto: i-stock



Leitung: Mag^a Andrea Perl, Qi Gong Lehrerin i.A.

Kosten: € 190,00 Teilnahmebeitrag zzgl. 2x Vollpension + 1 Mittagessen*, zzgl. € 2,50 Nächtigungsabgabe/Nacht

Anmeldeschluss: 9. Mai

Vertiefendes Seminar zur Gewaltfreien Kommunikation

Verbunden und genährt – GFK und Naturerfahrung

Freitag, 23. Mai, 16.00 Uhr bis
Sonntag, 25. Mai, 13.00 Uhr

Wir werden uns an die Grundhaltungen der Gewaltfreien Kommunikation (GFK) erinnern, an konkreten Beispielen üben und unsere Erfahrungen und Erkenntnisse mit GFK vertiefen. Dabei werden wir die Natur als Resonanzraum nützen: Sie vermittelt uns das Vertrauen, dass sich das Leben von selbst entfaltet und dass wir ein Teil davon sind. Wir dürfen uns auf Symbolarbeit in der Natur, auf Empathiege(h)sprache und viele nährnde Übungen freuen. Eine Einführung in die GFK wird vorausgesetzt. Besonders herzlich sind alle AbsolventInnen der Lehrgänge im AndersOrt Haus der Frauen eingeladen.



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

Kosten: € 290,00 Teilnahmebeitrag zzgl. 2x Vollpension*, zzgl. € 2,50 Nächtigungsabgabe/Nacht

Anmeldeschluss: 16. Mai

* Die Preise findest du auf S. 71.

Sound of Spirit

Heilsame Klänge der Obertonmeditation

Freitag, 23. Mai, 19.00 bis 20.30 Uhr

Vibrationen der Obertonklänge von Monochord, Koshi, Harfe, Zungentrommel und der Stimme berühren deine Seele und beleben deine Sinne. Sie führen zu einer tiefen Entspannung, in die Stille und in die Weite in dir!

Alejandra bezaubert mit der besonderen Kraft ihrer Stimme. Es sind keine gewöhnlichen Melodien, die sie singt, sondern Klänge in reiner Form. Sie formt Klangmuster zu Schwingungen, die alles durchdringen. Lass dich ein auf besondere Momente mit dir selbst!

Mitzubringen: Sitzpolster, evt. Yogamatte

Foto: Barber



Leitung: Alejandra Barber, Obertonsängerin, Stimmtherapeutin, Pädagogin

Kosten: € 18,00 Teilnahmebeitrag

Anmeldeschluss: 20. Mai

Perlenohrringe selbst gemacht

Ein Unikat aus eigener Hand

Montag, 26. Mai, 14.30 bis 18.00 Uhr

„Offiziell“ werden Perlen ja gefädelt. Eigentlich ist es aber wie Nähen per Hand – mit Nadel und Faden entstehen aus einzelnen Perlen handgemachte Schmuckstücke. Probiere es aus und hole dir beim Anfertigen

deiner persönlichen Ohrringe hilfreiche Tipps. Die Perlenohrringe sind echte Hingucker, die Farbe ins Leben bringen! Ideal als Sommer-Geschenk für die beste Freundin oder als Geschenk für DICH selbst!

Mitzubringen: Schere und Brille (bei Bedarf)



Leitung: MMag^a Sigrid Maxl-Studler, Trainerin, Kreativ-Schneiderin, Coach, Moderatorin

Kosten: € 35,00 Teilnahmebeitrag + ca. € 10,00 Materialkosten + € 7,00 Seminarverpflegung

Anmeldeschluss: 22. Mai

Frauen und der Himmel

Gottesdienst in Hartberg mit iGod-Liveübertragung

Christi Himmelfahrt, Donnerstag, 29. Mai,
10.00 bis 11.00 Uhr

40 Tage nach Ostern feiern wir Christi Himmelfahrt. Die Bedeutung des Festes meint theologisch, dass Jesus Teil des



Göttlichen geworden ist, Gott ganz nahe ist. Wie steht es mit uns Menschen - im besonderen mit uns Frauen in der Kirche? Wo sind wir dem Himmel nahe? Wo sind wir berufen, den Himmel und die Botschaft Jesu Christi in die Welt zu bringen? Dürfen wir diese Berufungen in unserer Kirche auch leben? Das Frauenliturgieteam vom Haus der Frauen, Maria 2.0 STMK und der kfb STMK feiert in der Pfarrkirche eine besondere Liturgie zum Thema „Frauen und der Himmel“. Singe, tanze und feiere mit uns!

Leitung: Frauenliturgie-Team Haus der Frauen
Veranstalter*innen: Pfarre Hartberg, kfb STMK, Maria 2.0 STMK und AndersOrt Haus der Frauen
Ort: Stadtpfarrkirche Hartberg
Tipp: Persönlich kommen oder auf igod.at live mitfeiern bzw. „nachschaun“ :-)

Blick voraus

Zum Schüren der Vorfreude und zum Planen:

Heilsames Singen mit *Melanie Kulmer*

freitags, 19.00 Uhr

13. Juni | 7. Juli | 12. September

Frauenliturgien | von Frauen gestaltet, offen für alle Menschen

wieder montags, 19.00 Uhr

8. Juli | 22. September

Töpfern für die Seele | Zaunhocker und Gartendeko formen

Töpfertermin: Donnerstag, 12. Juni, 9.00 bis 16.00 Uhr

Glasertermin: Donnerstag, 26. Juni, 9.00 bis 16.00 Uhr

Die bessere Hälfte | Frühstück: Bibelkabarett

Samstag, 12. Juli, 8.30 bis 11.30 Uhr

Freue dich auf viele weitere Veranstaltungen im nächsten Heft!



Auszeit



Auszeit im Haus der Frauen

Bei uns in der Oststeiermark bietet der Frühling so vieles:

Die Hügellandschaft ermöglicht reizvolle **Wanderungen oder Radtouren** mit genussvoller **Kulinarik & Wein** bei zahlreichen Buschenschenken oder bei einem Picknick im Grünen. Ein Ausflug in den nahen Tierpark Herberstein lohnt sich immer und die sehenswerten Einkaufsstädte Hartberg, Fürstenfeld, Gleisdorf und auch Graz laden zum Flanieren ein. Viele Ausflugsziele wollen entdeckt werden – wie wäre es zum Beispiel mit einem Besuch des Wüstengartens ganz in unserer Nähe in Siegersdorf oder einem Kennenlernen zahlreicher (bäuerlicher) Produktionsbetriebe wie der Essigmanufaktur Fischerauer in Pischelsdorf oder der Konditorei Ebner in Pöllau? Entdecke den Garten Österreichs mit all seinen Schätzen für dich als Urlaubsziel!

Unsere Häuser, Haus der Frauen und AndersOrt, sind beides ehemalige Klöster: das eine aus dem 17. Jahrhundert (Haus der Frauen), das andere ganz modern aus den Jahren 2007/2008 (AndersOrt). Du kannst gerne wählen, wo du dich einbuchen und deinen Urlaub genießen möchtest!

Die Häuser liegen sich gegenüber und sind eingebettet in die sanften Hügel der Oststeiermark, den Garten Österreichs, gelegen auf einer Anhöhe mitten im paradiesischen Apfelland. In Summe stehen unseren Gästen 30 Zimmer zur Verfügung. Unser Meditationsraum, die Klosterkapelle, das Steinlabyrinth, unser Schöpfungsgarten rund um die beiden Häuser, aber auch weltliche Dinge wie W-Lan, Gratis-Parkplätze und eine Infrarotkabine mit Ruheraum laden zum Verweilen ein.

Zahlreiche Ausflugsmöglichkeiten und unser vielfältiges Bildungsprogramm machen deinen Urlaub bei uns zu etwas ganz Besonderem!

Lass den Alltag hinter dir und komm auftanken, umgeben von wunderbarer Natur. Finde auch du deine persönliche Perle in unserem Auszeit-Programm oder genieße deinen Urlaub ganz individuell! Lass dich verwöhnen von unserer regionalen und saisonalen Genussküche – frauenhandgeschöpft.

Wir freuen uns auf dich!

Herzlich willkommen...

... in unserem Haus! Unsere Auszeit-Angebote für dich:

- **Nächtigen im AndersOrt Haus der Frauen:** Genieße deinen Urlaub bei uns ganz individuell, nimm dir Zeit für Dinge, die du liebst, und lasse dich verwöhnen. Schon einmal Hormon-Yoga ausprobiert (siehe S. 39)? Vielleicht hast du Lust, selbst Perlenohrringe zu fertigen (siehe S. 44) oder einmal eine Vernissage zu besuchen (siehe S. 23)? Übe dich in Self-Care und verwöhne dich mit „Sound of Spirit“, einer Obertonmeditation (siehe S. 24)! Verbinde deine Auszeit mit Dingen, für die du im Alltag vielleicht keine Gelegenheit oder Zeit hast. Du findest viele Anregungen in diesem Heft.
- **Auszeit & Begegnung:** Verbringe deinen Urlaub in netter Gemeinschaft, aber auch mit genügend persönlichem Freiraum. Eine unserer bestens geschulten Leiterinnen für Auszeit & Begegnung gestaltet den Tagesablauf, geht dabei – soweit möglich – auf Wünsche ein und ist während deines Aufenthaltes für die ganze Gruppe da. Außerdem passend zum Frühling: unsere **Fasten- und mehrtägigen Selfcare-Angebote**. Zu letzteren gehören das Kommunikationsseminar für Singles und Paare, das Suchen unserer Lebensfreude, das Sich-Üben in Qi Gong und das Sammeln neuer Kraft beim Wandern kombiniert mit Yoga! Alle unsere Angebote findest du ab S. 50.

bezahlte Anzeige



Glückliche Hühner
- glückliche Kund*innen

**Geflügelhof
Schweiger**

Junghennen • Küken • Gänse • Enten • Puten • Futter

Verkauf:
Dienstags
März bis Oktober
7:30 - 17:30 Uhr

Bitte um Vorbestellung
via Telefon oder Email.

03338/2343
schweiger.gefluegel@aon.at

Perle der Freiheit Nächtigen im AndersOrt Haus der Frauen

Genieße die zarten Farben des Frühlings und tanke wieder einmal so richtig auf! Der Frühling lockt mit all seiner Strahlkraft, wärmer werdenden Tagen, neuer Lebenslust und einem atemberaubenden Aufblühen. Erkunde aktiv



beim Wandern und Radfahren die unmittelbare Umgebung oder entspanne einfach – nichts vorzuhaben ist so ein Geschenk! Genieße gerne die Stille im Innen und Außen und komme in deine Mitte. All das ist bei uns möglich! Wir bieten mit unserer **regionalen Genussküche** einen wunderbaren Rahmen für eine **AUSZEIT in der paradiesischen Oststeiermark, dem Garten Österreichs!**



- Nächtigung im Einbett- oder Zweibettzimmer inklusive Frühstück ist immer möglich
- Halbpension (mittags oder abends) oder Vollpension auf Anfrage

Variante Nächtigung/Frühstück (Einbettzimmer):

Haus der Frauen	AndersOrt
€ 58,00*	€ 70,00*

Variante Nächtigung/Halbpension (Einbettzimmer):

Haus der Frauen	AndersOrt
€ 76,00*	€ 88,00*

Variante Nächtigung/Vollpension (Einbettzimmer):

Haus der Frauen	AndersOrt
€ 88,00*	€ 100,00*

* Die Preise verstehen sich inklusive GenussCard, eines alkoholfreien Getränks bei den Mahlzeiten und Nutzung der Infrarotkabine, gültig ab zwei Nächten.

Zuzüglich € 2,50 Nächtigungsabgabe pro Person/Nacht.

Eine-Nacht-Zuschlag: € 10,00/Person.

NEU: Wir sind GenussCard-Partnerin!

Freier Eintritt zu über 280 Ausflugszielen in der Oststeiermark, Region Graz, Südsteiermark und Thermen- & Vulkanland: Genieße während deines gesamten Aufenthaltes kostenfreien Zugang zu den Bereichen Kultur, Kulinarik, Freizeit, Natur und Wasser. Alle Details auf www.genusscard.at.

Ab 2025 bei deinem Urlaubsaufenthalt auch im AndersOrt und Haus der Frauen inkludiert.

Wohlfühlwochenende

Auszeit & Begegnung

Freitag, 7. Februar, 15.00 Uhr bis
Sonntag, 9. Februar, 13.00 Uhr

Du hast Lust auf Gemeinschaft in kleinem Kreis? Verbringe deinen Urlaub in netter Gesellschaft und mit einer erfahrenen Leiterin für Auszeit & Begegnung, die während deines Aufenthaltes für die ganze Gruppe da ist. Schenke dir diese Tage im Haus der Frauen, gewinne Abstand vom Alltag und tanke neue Kraft. Morgenlob, Gesprächsrunden, Spaziergänge, der Klang der Akkordzither, gutes Essen und Zeiten der Ruhe lassen Körper, Geist und Seele durchatmen.

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



Leitung: Magdalena Hofer, Leiterin Auszeit & Begegnung, Akkordzither-Spielerin

Kosten: € 200,00* alles inklusive im Zweibettzimmer, € 220,00* im Einbettzimmer bei Nächtigung im Haus der Frauen

Anmeldeschluss: 31. Jänner

Basenfasten – federleicht

Eintauchen in einen wahren Jungbrunnen

Sonntag, 9. März, 17.00 Uhr bis
Freitag, 14. März, 13.00 Uhr



Detoxing pur – das ist Basenfasten. Bei dieser Fastenmethode wird der Körper richtig entsäuert. Zusätzliches Plus: deine Haut strahlt! Viel Bewegung, ausgiebige Ruhephasen und basische Anwendungen unterstützen die Entgiftung. Basenfasten ist ein wahrer Jungbrunnen! Außerdem laden wir die Leichtigkeit ein, denn ein paar Kilos sollten auch purzeln.... Eine Teilmassage ist inkludiert sowie die Fastenvollpension, Bewegungs- und Entspannungseinheiten, Leberwickel, Kneipp-Anwendungen, Infrarotkabine und Impulse für die Nachfastenzeit.



Leitung: Ulrike Pacnik-Lueger und Paula Schadler, zertifizierte Fastenbegleiterinnen

Kosten: € 755,00* alles inklusive im Einbettzimmer bei Nächtigung im Haus der Frauen

Anmeldeschluss: 28. Februar, bitte rasch anmelden – nur mehr wenige Plätze übrig!

Tipp: Weitere Massagen sind optional zubuchbar

Basenfasten mit Yoga

Erleichterung für Körper, Geist und Seele

Sonntag, 16. März, 17.00 Uhr bis
Freitag, 21. März, 13.00 Uhr

Die gemeinsamen Tage sind reich gefüllt mit basischen Kostlichkeiten, Naturerfahrung, Yoga-Einheiten (sanft und kräftigend), klangvollen Entspannungs-Einheiten und wertvollen Impulsen zur Ernährung nach der Fastenzeit. Bei den Essenszeiten wird auf das Intervallfasten Rücksicht genommen. Durch das bewusste Weglassen vom „Zu viel“ auf allen Ebenen erinnern wir uns an das wirklich Wesentliche. Es entsteht eine tiefe Verbundenheit mit uns selbst und Raum für das neue Frühlingserwachen. Eine Massage ist im Preis inbegriffen. Gönn dir diese Jungbrunnenzeit und übe dich in Achtsamkeit und Selbstfürsorge!



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

Kosten: € 758,00* alles inklusive im Einbettzimmer bei Nächtigung im Haus der Frauen

Anmeldeschluss: 7. März

Tipp: Weitere Massagen sind optional zubuchbar

Wohlfühltag

Auszeit & Begegnung

Montag, 17. März, 15.00 Uhr bis
Donnerstag, 20. März, 13.00 Uhr

Der Frühling naht! Gönn dir Wohltuendes im Haus der Frauen und lass den Alltag hinter dir. Spirituelle und persönlichkeitsstärkende Impulse sowie Gespräche, spazieren in der erwachenden Natur und mit Liebe zubereitetes Essen erwarten dich. Tanke frische Lebenskraft für Körper, Geist und Seele. Auf Wunsch sind Massagen möglich (nicht im Preis inkludiert).



Leitung: Ingina Maria Reiterlehner Dipl.-Pädin, Leiterin Auszeit & Begegnung, Gestalt- und Agrarpädagogin

Kosten: € 295,00* alles inklusive im Zweibettzimmer, € 325,00* im Einbettzimmer bei Nächtigung im Haus der Frauen

Anmeldeschluss: 10. März

* Preise zuzüglich Nächtigungsabgabe von € 2,50/Nacht/Person, Aufpreis für eine Nächtigung im AndersOrt.

Heilfasten

Finde deine Balance für Körper, Geist und Seele

Sonntag, 6. April, 17.00 Uhr bis

Samstag, 12. April, 13.00 Uhr

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 und belebende Bewegung (Wandern, Yoga...) sowie erbauliche Zeiten in der Gruppe. Beim Fasten nach Buchinger werden wir täglich mit frisch gepresstem Saft und vitaminreicher Suppenbrühe versorgt! **Mitzubringen:** dein Lieblings-Körperöl, Schreibzeug, Wärmflasche, Einlaufgerät, wenn vorhanden



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

Kosten: € 850,00* alles inklusive im Einbettzimmer bei Nächtigung im Haus der Frauen

Anmeldeschluss: 31. März

Heilsame Tage vor Ostern

Auszeit & Begegnung für Frauen und Paare

Freitag, 11. April, 15.00 Uhr bis

Sonntag, 13. April, 13.00 Uhr

Innehalten in den Tagen vor Ostern. Lassen wir uns durch den spirituellen Impuls stärken. Nehmen wir uns Zeit zum Durchatmen, Ruhen, uns Spüren und Austauschen von Erfahrungen. Genießen wir die wohltuende Atmosphäre des Hauses und die liebevoll zubereiteten Speisen. Vielleicht entdecken wir, dass Heilwerden möglich ist, und spüren die Kräfte der Frühlingstage und des kommenden Osterfestes.

• Sa. 9.00 bis 13.00 Uhr: Spiritueller Impuls und Gespräch, siehe S. 33



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

Kosten: € 227,00* alles inklusive im Zweibettzimmer inkl. Teilnahme Spiritueller Impuls, € 247,00* im Einbettzimmer bei Nächtigung im Haus der Frauen

Anmeldeschluss: 4. April

* Preise zuzüglich Nächtigungsabgabe von € 2,50/Nacht/Person, Aufpreis für eine Nächtigung im AndersOrt.

Krafttage mit Yoga, Wandern & Meditation

Zeit zum still Werden und Kraft Schöpfen

Montag, 5. Mai, 9.00 Uhr bis Freitag, 9. Mai, 13.00 Uhr

Durch die Kombination aus Wandern, Yoga, Meditation und Ruhephasen schöpfen wir auf allen Ebenen des Seins Kraft: körperlich, geistig und auf der Seelenebene. Wir werden auf täglichen Wanderungen die Schönheit der Natur bewusst wahrnehmen, unseren Körper durch Yoga besser kennenlernen, kräftigen und entspannen. In den Meditationen, beim Atmen und Mantrén Singen begegnen wir uns auf einer tiefliegenden inneren Ebene. Dieser wunderbare Ort und die liebevolle und gesunde Verpflegung helfen, diese Tage als eine Zeit der inneren Sammlung, Neuausrichtung und Kraftquelle zu erleben.

Frauen und Männer jeden Alters sind herzlich willkommen.

Mitzubringen: Entsprechende Informationen erhältst du nach Anmeldung ca. 1 Woche vor dem Termin.

Foto: Lex Kanelly



Leitung: Marietheres Arvay, Yoga- und Meditationslehrerin

Kosten: € 165,00 Teilnahmebeitrag zzgl. 4 x Vollpension + 1 Mittagessen* (Nächtigungspreise siehe S. 71)

Anmeldeschluss: 25. April

Wohlfühltag

Auszeit & Begegnung

Montag, 12. Mai, 15.00 Uhr bis
Donnerstag, 15. Mai, 13.00 Uhr

Wonnemonat Mai – gerade richtig für eine Auszeit im Haus der Frauen. Die Natur entfaltet sich mit all ihrer Schönheit, ihrem Duft und ihrer Grünkraft.

Gönne dir diese unbeschwerten Tage zum Innehalten und dankbar auf dein Leben zu schauen. Genieße die Spaziergänge in der wunderbaren Frühlingslandschaft. Freue dich auf Zeiten der Ruhe, auf spirituelle und stärkende Impulse, erlebe wohltuende Gespräche in einer netten Gemeinschaft. Das Küchenteam verwöhnt uns mit liebevoll zubereitetem Essen. Nach diesen Tagen geh gestärkt und mit viel Freude in deinem Alltag zurück! Auf Wunsch sind Massagen möglich (nicht inkludiert).



Leitung: Maria Magdalena Feiner Dipl.-Pädⁱⁿ, Leiterin Auszeit & Begegnung, Religionspädagogin, Meditationsleiterin

Kosten: € 295,00* alles inklusive im Zweibettzimmer, € 325,00* im Einbettzimmer

Anmeldeschluss: 5. Mai

Blick voraus

Lebendige Balance | Strömen und Stille – Singen und Fülle mit *Eva Haidl*

Freitag, 6. Juni, 19.00 Uhr bis

Sonntag, 8. Juni, 13.00 Uhr

Rose n' Roses | Kreative Maltage mit *Christin Breuil*

Dienstag, 24. Juni, 10.00 Uhr bis

Donnerstag, 26. Juni, 17.00 Uhr

Wohlfühlwochenende | Auszeit & Begegnung

Freitag, 27. Juni, 15.00 Uhr bis

Sonntag, 29. Juni, 13.00 Uhr

Freitag, 12. September, 15.00 Uhr bis

Sonntag, 14. September, 13.00 Uhr

Elsass, wir kommen! | Frauenreise: Erlebnis Ostfrankreich

Montag, 14. Juli, 6.00 Uhr bis Samstag, 19. Juli, 19.00 Uhr

Was mir gut tut | Resilienz entwickeln und stärken mit

Kathrine Bader und *Erika Ramsauer*

Montag, 28. Juli, 15.00 Uhr bis

Donnerstag, 31. Juli, 13.00 Uhr

Wohlfühltag | Auszeit & Begegnung

Montag, 11. August, 15.00 Uhr bis

Donnerstag, 14. August, 13.00 Uhr

Die Lust am Schreiben | Kreative Schreibwerkstatt mit

Hedwig Dejaco und *Kathrine Bader*

Montag, 25. August, 15.00 Uhr bis

Donnerstag, 28. August, 13.00 Uhr

Krafttage mit Yoga, Wandern & Meditation | Zeit zum Still

werden und Kraft schöpfen mit *Marietheres Arvay*

Montag, 1. September, 9.00 Uhr bis

Donnerstag, 4. September, 13.00 Uhr

Jodel-Wallfahrt | durch das oststeirische Hügelland zur

Wallfahrtskirche Pöllauberg

Freitag, 19. September, 10.20 Uhr bis

Montag, 22. September, 14.30 Uhr

Basenfasten – federleicht | Fastentage

Sonntag, 21. September, 17.00 Uhr bis

Freitag, 26. September, 13.00 Uhr

Zum erfrischenden Wasser, zur Quelle gehen | Besinnungstage mit *Abt em. Otto Strohmaier OSB*

Montag, 3. November, 10.00 Uhr bis

Mittwoch, 5. November, 13.00 Uhr

Tipp: Nutze unseren Auszeit-Pass!

Nach deinem dritten im Auszeit-Pass eingetragenen

Aufenthalt bekommst du 3 % Rabatt beim folgenden Urlaub.



Mit uns verbunden

Wir unterstützen die Initiative Maria 2.0

Die Initiative **Maria 2.0 Steiermark** besteht seit 2020, weil Frauen, die sich in der katholischen Kirche engagieren, endlich eine Gleichwertigkeit von Männern und Frauen wollen und so gleichberechtigt ihre Spiritualität und ihr großes Potential einbringen können!

Ohne Frauen ginge in der katholischen Kirche schon lange nichts mehr. Und doch sind die entscheidenden Stellen von Männern besetzt!

Das hat sich auch mit den Bemühungen des Synodalen Weges nicht geändert und ist nach wie vor ein bleibender Stachel im Fleisch unserer Kirche!

Schmerzhaft, beunruhigend, spaltend, aber auch zum Widerstand herausfordernd!

Die Aussage von Erzbischof Franz Lackner im steirischen Sonntagsblatt auf die Frage nach der Weihe von Frauen: „Ich will es auch gar nicht für die Zukunft ausschließen, und ich werde nicht dagegen sein, wenn es kommt.“, zeugt nicht gerade von wohlwollendem Rückhalt für unsere Anliegen!



Unser Motto lautet: **BLEIBEN – ERHEBEN – WANDELN**

Deshalb stellt Maria 2.0 Steiermark die Situation der Frauen in der katholischen Kirche in den Mittelpunkt. Viele Frauen verlassen sie enttäuscht! Wir wollen eine Erneuerung und ermutigen Frauen, in dieser Gemeinschaft zu bleiben, sich gemeinsam zu erheben und die Kirche zu wandeln! Wir fordern demokratische Strukturen in der katholischen Kirche, in denen Männer keine Macht über Frauen haben! Wir fordern ein Ende der frauenfeindlichen Hierarchie!

Die Botschaft Jesu steht im Mittelpunkt!
Maria ist eine von uns!
Frauen an den Altar – an den Tisch des Brotes!
Aufhebung des Pflichtzölibats!
Änderung der Sexualmoral in der Kirche!



Es ist Zeit zu handeln und unseren Beitrag zu leisten, damit unsere Kirche ein Stück an Glaubwürdigkeit und Vertrauen (zurück)gewinnt!

Dazu laden wir vor allem Frauen und alle Menschen, denen die Kirche noch ein Anliegen ist, sehr herzlich ein!

Nehmt Kontakt mit uns auf!

Veranstaltungstipps:

Spirituelle Lichterzug in Graz

am Donnerstag, 6. Februar 2025, 18.00 Uhr
durch die Grazer Innenstadt. Treffpunkt ist um 17.00 Uhr vor dem Grazer Dom/Priesterseminar. Wir ziehen mit Lichtern und Plakaten singend durch die Sporgasse und Herrengasse zur Marienstatue am Jakominiplatz. Sei dabei! Siehe S. 16

Frauen und der Himmel

Gottesdienst in Harberg mit iGod-Liveübertragung
Christi Himmelfahrt, Donnerstg, 29. Mai 2025, 10.00 Uhr

Die Bedeutung des Festes meint theologisch, dass Jesus Teil des Göttlichen geworden ist, Gott ganz nahe ist. Wie steht es mit uns Menschen – im besonderen mit uns Frauen in der Kirche? Wo sind wir dem Himmel nahe? Wo sind wir berufen den Himmel und die Botschaft Jesu Christi in die Welt zu bringen? Sei gerne live dabei oder feiere online mit uns auf igod.at – hier kannst du die Heilige Messe auch „nachschaun“. Siehe S. 45.

Wir laden euch ein, bei Maria 2.0 mitzumachen!



Erreichbarkeiten Maria 2.0

Tel.: 0676/76 92 427,
Lisbeth Scherr
E-Mail: maria2.0stmk@gmx.at
facebook: Maria 2.0 Steiermark

Mit deiner Spende unterstützt du unser Engagement und Wirken:
Initiative Maria 2.0 Stmk, IBAN: AT69 3810 3000 0653 0182
BIC: RZSTAT2G103

bezahlte Anzeige



**BIO FRUCHTSÄFTE
VOM FEINSTEN!**

Fruchtsaft - Nektarerzeugung | Flaschenwäsche

AB HOF
VERKAUF



www.kochaufsaft.at

Flaschen entschauben, Halshülsen entfernen

Katholische Frauenbewegung Steiermark

Auch 2025 lautet das Jahresmotto unserer **Aktion Familienfasttag** „**Gemeinsam für mehr Klimagerechtigkeit**“. In der kommenden Fastenzeit rücken wir das Land Kolumbien und die Arbeit unserer Partner:innenorganisation SERCOLDES ins Zentrum. Im Südwesten Kolumbiens setzen sie sich seit über 50 Jahren für indigene Gemeinschaften ein, deren Lebensraum durch Landraub von multinationalen Konzernen, Umweltzerstörung und Diskriminierung bedroht ist.

Sie möchten tiefer in das Land und die kolumbianische Kultur eintauchen, mehr über die Lebensbedingungen der Frauen vor Ort erfahren und die Arbeit der Aktion Familienfasttag kennenlernen? Dann besuchen Sie unsere Infoveranstaltungen „Suppe ändert Leben“ in den Pfarren:

- Mi, 12. Februar 2025, 18 Uhr, Pfarre Graz-Salvator
- Di, 25. Februar 2025, 18.30 Uhr Online (Microsoft Teams)
- Do, 6. März 2025, 18 Uhr Online (ZOOM)

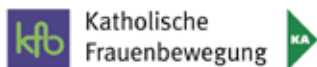
In der Fastenzeit führen die kfb-Frauen verschiedenste Aktivitäten rund um die Aktion Familienfasttag durch. Wir freuen uns auf Ihren Besuch und Teilnahme. Informationen dazu erhalten Sie in Ihrer Pfarre oder auf unserer Homepage.



Gemeinsam mit dem Haus der Frauen & Maria 2.0 laden wir zum „**Spirituellen Lichterzug**“ am Do, 6. Februar 2025. Start ist um 18.00 Uhr beim Grazer Dom, siehe S. 16. Setze mit uns ein Zeichen für mehr Demokratie, für Gleichberechtigung und Gleichwertigkeit von Frauen und Männern, Laien und Klerus in der Katholischen Kirche!

Kontakt:

Bernadette Weber
0316/8041-257
bernadette.weber@graz-seckau.at
<https://kfb.graz-seckau.at/>
<https://www.teilen.at/>



VEREIN *Wir für das Haus der Frauen*

Ein herzliches DANKESCHÖN!

Wir sagen ganz herzlich Danke für all eure Mithilfe, Mitdenken und Mittragen unserer Vereinsideen sowie jenen vom Haus der Frauen. Ohne euch wäre unser Bildungshaus nicht, was es ist!

Bitte unterstütze uns auch weiterhin durch deinen **Mitgliedsbeitrag von € 20,00** (oder was du geben möchtest), deine Spende, deine Mitarbeit beim Trachtenflohmarkt, in der Böschungsguppe, bei Festen und Vernissagen oder deinen **Einkauf unserer Bausteinartikel.**

Wir feiern Jubiläum!



Der Verein wurde 2004 als Unterstützungsverein für das Haus der Frauen gegründet. Das **Jubiläumfest** findet im Jahr „**20+1**“, also heuer, 2025 statt. Wir feiern gemeinsam mit dem Haus der Frauen die Segnung des neuen AndersOrtes durch Bischof Wilhelm Krautwaschl am

Muttertag, den 11. Mai 2025, 10.00 bis 17.00 Uhr

Details dazu siehe S. 40. Ein paar nette Überraschungen möchten wir noch nicht verraten, du findest alles termingerecht ab März auf www.hausderfrauen.at. Anmeldungen sind schon jetzt möglich (T: 03113/2207 bzw. kontakt@hausderfrauen.at). Wir freuen uns sehr, wenn du mit uns feierst!

Außerdem stoßen wir an dem Tag auf **10 Jahre „Steirerg’wand aus zweiter Hand“** an! Erstmals durchgeführt als eintägiger Trachtenflohmarkt 2015, hat dieser mittlerweile einen fixen Platz im Trachten-Laden. Die freundlichen Damen, die dich dort bedienen, sind alles Frauen, die sich für dieses Projekt ehrenamtlich engagieren. Ein großer Dank an dieser Stelle an die über 50 Ehrenamtlichen!

Öffnungszeiten Trachtenflohmarkt

2025 hat der Trachtenladen jeden ersten und letzten Samstag im Monat von 10.00 bis 17.00 Uhr geöffnet – auch im Februar und März.



Erste Termine sind:

1. & 22. Februar | 1. & 29. März | 5. & 26. April |
3. & 31. Mai 2025

Sonderöffnung am Muttertag, 11. Mai 2025 im Rahmen des Jubiläumfestes

Der Reinerlös des Trachtenflohmarktes kommt dem Bildungshaus zu Gute.

Wir freuen uns auch weiterhin über deine Trachtenspende – für Kleine oder Große.

Abgabemöglichkeiten für deine Trachten-Stücke:

- Haus der Frauen: zu den Bürozeiten (Mo – Fr 8.30 – 12.30 Uhr und nach telefonischer Vereinbarung)
- Diözesankonferenz der kfb
- Öffnungszeiten des Flohmarkt-Ladens



AUS UNSERER BAUSTEINAKTION

NEU: „Glücks-Billett“

Billett mit einem Motiv der Künstlerin Christin Breuil, die auch schon im AndersOrt Haus der Frauen ausgestellt hat. Die Innenseite ziert dasselbe Bild mit einem Spruch zum Thema Augenblick des Glücks von Veronika Schweiger-Mauschitz, Bildungsreferentin in unserem Haus. Ein paar Zeilen zum Selberschreiben haben auch noch Platz! Dieses Billett gibt jedem Geschenk eine persönliche Note – passend für nahezu jeden Anlass.



Sonderpreis inkl. Billett: € 1,50

Kochbuch: Kerstins himmlische Backgeheimnisse

Liebevoll illustriertes Kochbuch mit Familien- und Freundeskreis-erprobten süßen Köstlichkeiten. Ganz einfach zum Nachbacken und Freude bereiten! Illustriert, 84 Seiten, Spiralbindung
€ 18,00



Stehkalender: Gönn der Seele eine Pause

Stehkalender mit 52 Achtsamkeitsmomenten für dich oder deine Liebsten; illustriert, Spiralbindung, 53 Blatt
Format: 14,5 cm breit x 16,5 cm hoch
€ 20,00



Buch „Sagt die A-Schnecke zur B-Schnecke: Du, kennst du dich da aus?“

Unterhaltsame, phantasievolle Lektüre mit Texten aus einer Schreibwerkstatt im Haus der Frauen; Softcover, 72 Seiten
€ 14,00



Weiters in unserer Artikel-Palette:

Billets und Grußkarten für viele Anlässe / **Kartenset 24 Kraftquellen in Metallbox** / handgemachte **Spülis** aus Spezialgarn / **Kochbücher Häferlgespräche** sowie *Gesundheit und Genuss – Häferlgespräche Spezial* / **Taschen** aus Kaffeepackungen / **Buch Spür deine Kraft. Biblische Frauen begleiten durch das Leben** / **Upcycling aus unserem Trachtenflohmärkte**: Flaschen-Dirndl, -Janker und -Lederhosen, (Trachten-) Kochschürzen, Taschen und Sitzpolster aus Trachtenstoffen

Detaillierte Informationen mit Fotos aller Artikel findest du auf unserer Homepage www.hausderfrauen.at, siehe Shop! Gerne verschicken wir unsere Bausteine per Post zuzüglich Versandkosten. Schau einfach mal rein!

Bestelladresse:

Verein *Wir für das Haus der Frauen*
St. Johann bei Herberstein 7, 8222 Feistritztal
Mail: verein@hausderfrauen.at
Auskünfte: Christine Feiner-Laner, Tel. 0676/8742 36 00

NEU: Sponsoringpakete

Zwei wesentliche Säulen der Unterstützung, die der Verein dem Haus der Frauen bietet, sind:

Der **Mirjamfonds** des Vereins, der insbesondere Frauen **finanziell unterstützt**, wenn sie sich einen notwendigen Aufenthalt oder eine Fortbildung im Haus der Frauen nicht leisten können, und die **Verpflegung von Ehrenamtlichen**, die die Arbeit und die Projekte des Hauses in großartiger Weise vorantreiben.

Für diese beiden Projekte des Vereins wurden zwei **soziale Sponsoring-Pakete** eingerichtet, für die du **zweckgebunden spenden** kannst:



Das **Sponsoringpaket „FAIR-Teilung“** – mit einer Spende unter dem Kennwort Fair-Teilung speist du direkt unseren Mirjamfonds.
Paket klein: € 25,00 | Paket groß: € 60,00

Das **Sponsoringpaket „Kost-bar“** dient der Verpflegung der über 180 im Haus der Frauen und Verein engagierten Ehrenamtlichen. Mit einer Spende unter dem Kennwort Kost-bar unterstützt du diesen Fonds.

Paket klein: € 15,00 | Paket groß: € 40,00

Sehr gerne nehmen wir auch weiterhin Spenden ohne Zweckwidmung zugunsten des Vereins an. **Danke für deine überaus wertvolle Spende!**

Vereinskonto: *Wir für das Haus der Frauen*
IBAN: AT51 3810 3011 0600 2711 bei der
Raiffeisenbank Region Gleisdorf – Pischelsdorf,
BIC: RZSTAT2G103
Bitte deutlich Namen und auch Wohnort sowie Verwendungszweck angeben. Danke.

Caritas
&Du
schenken
mit Sinn.
schenkenmitsinn.at

Jetzt digital
schenken
mit Sinn

DIE
BÄ
ÄÄÄ
ÄÄÄHSTEN
GESCHENKE.

schenkenmitsinn.at



Anzeige

bezahlte Anzeige

SERVICE IST UNSERE STÄRKE!

 **RED ZAC**
Sound & Vision



HAUSHALT · MULTIMEDIA · TV · HANDY
Weizer Kunsthaus · soundundvision.at





Aus dem Haus

Abschiedsworte Anna Pflieger

Ein beherztes DANKE



„Liebe Freundinnen und Freunde des Hauses, liebe Gäste!“

Mehr als 30 Jahre lang habe ich diese einladende Anrede als Leiterin vom Haus der Frauen ausgesprochen. Nun lege ich die Leitung mit großer Dankbarkeit in die Hände meiner beiden Nachfolgerinnen. Was ich behalte, sind in all den Jahren gewachsene

Freund*innenschaften, kreative Netzwerke unterschiedlichster Menschen, kostbare Wegbegleiter*innen.

Mehr als 30 Jahre bin ich den Berg, den bereits die Römer besiedelt haben, heraufgefahren, habe mich über den Anblick des Hauses bereits aus der Ferne gefreut und mich von diesem Kraftort inspirieren lassen. Oftmals war es allein die herzliche Begegnung mit meinen Mitarbeiter*innen, mit Ehrenamtlichen und mit Gäst*innen, die meine Arbeit mit Sinn erfüllten. „Liebe, was du tust und tue, was du liebst!“

Gusti Wögerer hat als Gründerin des Hauses im Jahre 1982 gemeinsam mit der Kath. Frauenbewegung und vielen Ehrenamtlichen gedeihliche Samen gesät. Daraus haben sich in großer Buntheit und Vielfalt die emanzipatorische Frauenbildung, eine lebensnahe, frauengerechte Spiritualität und Erholungsangebote in wohltuender Atmosphäre entwickelt. Unser Bildungsauftrag war im Kern immer getragen von einer gelebten und nachhaltigen Schöpfungsverantwortung. Daran ist das Haus gewachsen, innerlich wie äußerlich – allein räumlich hat sich das Anwesen verdoppelt und besteht nun aus zwei ehemaligen Klöstern, was sich auch im erweiterten Namen AndersOrt ausdrückt.

Für mich persönlich standen immer die Entwicklungsziele Selbstbestimmung, Mitbestimmung und Solidarität im Fokus. Ich bin nicht müde geworden, Frauen zu ermutigen, mehr Autonomie zu leben, ihre Talente zu entdecken und einzubringen; sich in gegenseitiger Wertschätzung und nicht als Konkurrent*innen für eine Vision zu engagieren, in solidarischer Haltung offen aufeinander zuzugehen und ein gutes Leben für alle zu erwirken.

Nun spüre ich eine tiefe Dankbarkeit für alles, was gelungen ist. Viele Menschen haben an der Verwirklichung unserer Ziele und innovativen Projekte mitgearbeitet und sind, so würde ich meinen, auch selbst daran gewachsen. Selbst Krisen wie das bedrohliche Zusperrten des Hauses vor der Generalsanierung oder die Corona-Pandemie haben uns letztlich im Miteinander gestärkt. Insbesondere danken möchte ich meiner Familie, meinem Mann Franz, meinen Kindern Judith und Joachim, deren Unterstützung und Verständnis mich bei meiner Arbeit ermutigend begleitet haben.

Dem AndersOrt Haus der Frauen wünsche ich eine gute Zukunft als Begegnungs- und Lernraum, als soziale und spirituelle Tankstelle mit spürbarer göttlicher Geistkraft.

Herzlichst

anne A Pflieger



Maria 2.0



Frauenreise Südtirol



Böschungspflanzung



Freiwilligenfest 2024



kfb Hatzendorf bringt Decken



Frühstück für alle Menschen

Nachfolge unserer Gartengruppe (ehrenamtlich)

Großartiges hat unsere ehrenamtliche Gartengruppe in den letzten Jahren mit der Gestaltung unseres „Schöpfungsgartens – Mensch und Natur im Gleichklang“ geleistet. An dieser Stelle daher noch einmal ein ganz herzliches DANKESCHÖN! Die Gartengruppe sieht sich aber leider außerstande, die Gartenanlage auch weiterhin zu pflegen.

Mit Pflege ist gemeint: **Schnitt und Überarbeitung zwei Mal im Jahr:** im Frühjahr und im Herbst (jeweils ca. 1 Tag) und zwischendurch nach Rücksprache mit der Wirtschaftsleiterin einige Halbtage.

Dringend suchen wir jetzt eine ehrenamtliche Runde oder auch sehr gerne Einzelpersonen oder eine ganze kfb-Gruppe, die die Pflege der Gartenanlage weiter betreibt.

Die Koordinierung der Arbeiten erfolgt immer in Abstimmung mit dem Haus.

Ihr könnt euch direkt an unsere Freiwilligenkoordinatorin Christine Feiner-Laner wenden:

E: christine.laner@hausderfrauen.at, T: 03113/2207-13.

Benefits: Köstliche Verpflegung während der Arbeiten in unserem Haus, Einladung zum Freiwilligenfest, das alle 2 Jahre stattfindet, Gutschein aus dem Fortbildungsfonds des Vereins und große Dankbarkeit seitens des gesamten Teams!

Herzlich Willkommen

Auch unser Team wächst! Willkommen an Bord!



Andrea Haberl-Kogler
Öffentlichkeitsarbeit
& Bildung



Ulrike Heiss
Köchin



Renate Hofbauer
Raumpflegerin

Frühjahrsakademie Stift Vorau

Digitale Wegbegleiter:innen – Chancen, Risiken und Verantwortung im Zeitalter der KI

Freitag, 4. April 2025, 19.00 Barocksaal Stift Vorau

Smartphones und Social Media gehören zu unserem Alltag. Autonom agierende Roboter und Künstliche Intelligenz stellen uns vor große Herausforderungen. Ethische Richtlinien sind nötig für ein sozialverträgliches und menschenwürdiges Integrieren dieser Technologien.

In dieser Veranstaltung werfen wir einen Blick auf die Chancen und Herausforderungen von KI. Wir möchten inspirieren, aber auch zum Nachdenken anregen: über die Verantwortung, die mit technologischem Fortschritt einhergeht, und die Notwendigkeit, den Menschen stets in den Mittelpunkt dieser Entwicklungen zu stellen.

Diskutieren Sie mit uns, wie wir die digitale Zukunft gestalten können – für ein Leben, das von Technologie bereichert wird, ohne unsere Werte und unsere Menschlichkeit aus den Augen zu verlieren.

Podium: Univ.-Prof. Dr. theol. Thomas Gremsl, Leiter des Instituts Ethik und Gesellschaftslehre Kath.Theol.Fak.UNI Graz (Hauptvortrag)

Mag^a Monika Kalcsics, Reporterin, Producerin & Moderatorin für den Sender Ö1, entwickelt crossmediale Produktionen, interessiert sich für digitales Storytelling

Joachim Waltl, BSc, Masterstudium eHealth – IT und Digitale Transformation in der Gesundheit

Moderation: Mag^a Anna Pfleger MBA, Frauenbildnerin, Projektbegleiterin

Veranstalter*innen: Verein Frühjahrsakademie Stift Vorau, Augustiner Chorherrenstift Vorau, Haus der Frauen – Bildung Spiritualität Auszeit, Marktgemeinde Vorau

Anmeldung: Stift Vorau, Tel.+43(0)3337/2351
pforte@stift-vorau.atfruehjahrsakademie.stift-vorau@gmx.at

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Gültig im Geschäftsjahr 2025

A. Veranstaltungen vom AndersOrt Haus der Frauen – Bildung Spiritualität Auszeit

1. Anmeldung

Deine Anmeldung mündlich, per Telefon, online oder per E-Mail ist verbindlich.

2. Absage von Veranstaltungen

Das Haus der Frauen – Bildung.Spiritualität.Auszeit (HdF) behält sich vor, Veranstaltungen, insbesondere bei zu geringer Teilnehmer*innenzahl, bis einen Tag nach dem Anmeldeschluss abzusagen.

3. Verhinderung an der Teilnahme an einer Veranstaltung

a) Im Fall der Verhinderung an der Teilnahme an einer Veranstaltung ist die Rezeption über die Abmeldung zu verständigen.

b) Kostenlose Abmeldung von Veranstaltungen:

Bei Veranstaltungen des HdF hat eine Abmeldung spätestens am Tag des Anmeldeschlusses zu erfolgen.

4. Stornokosten

a) Bei einer Abmeldung nach dem Tag des Anmeldeschlusses bis einen Tag vor Beginn der Veranstaltung werden 50 % der Gesamtkosten (Teilnahmebeitrag + Verpflegung + Aufenthaltskosten) in Rechnung gestellt.

b) Bei Nicht-Teilnahme ohne Abmeldung oder Abmeldung erst am Tag des Beginns der Veranstaltung werden 100 % der Gesamtkosten (Teilnahmebeitrag + Verpflegung + Aufenthaltskosten) in Rechnung gestellt.

5. Wartelistenplätze

Bei rechtzeitigen Absagen werden unverzüglich an der Veranstaltung Interessierte, die auf einer Warteliste stehen, verständigt. Dies erfolgt in der Reihenfolge ihrer Anmeldung auf der Warteliste und freut die Wartenden und uns!

6. Veranstaltungen mit Verpflegung

Abweichungen vom Tagesmenu:

Allergien, Lebensmittelunverträglichkeiten sowie Wünsche zu veganem Essen sind bei der Anmeldung zur Veranstaltung bekannt zu geben. Gerne nimmt die Küche hierauf Rücksicht. Ein Aufpreis pro Mahlzeit wird verrechnet. Vegetarisches Essen bieten wir gerne ohne Aufpreis an, jedoch ist dies bei der Anmeldung zur Veranstaltung bekannt zu geben.

7. Zimmer-Buchungen

Wird bei mehrtägigen Veranstaltungen kein Zimmer benötigt, ist dies bei der Anmeldung anzuführen, ansonsten fallen Stornokosten gemäß Punkt 4 an.

B. Gastgruppen und Auszeit-Gäste (individuell urlaubende Gäste)

1. Seminarraum-Buchungen

a) Die Buchung eines Seminarraumes ist fixiert, sobald eine schriftliche Terminbestätigung seitens des HdF erfolgt ist.

b) Stornobedingungen für Seminarräume

i. Bei einer Stornierung der Raumbuchung bis 3 Monate vor Veranstaltungsbeginn fallen keine Stornokosten an.

ii. Bei einer Stornierung der Raumbuchung bis 1 Monat vor Veranstaltungsbeginn werden 50% der vereinbarten Raummiete in Rechnung gestellt.

iii. Bei einer Stornierung der Raumbuchung weniger als 1 Monat vor Veranstaltungsbeginn wird die gesamte vereinbarte Raummiete in Rechnung gestellt.

2. Zimmer-Buchungen

a) Die Reservierung eines Zimmers ist verbindlich. Gastgruppen haben die Anzahl der benötigten Zimmer bei der Reservierung bekannt zu geben.

b) Die Reservierung eines Zimmers kann bis 7 Tage vor der vereinbarten Ankunft kostenfrei storniert werden.

c) Wird die Zimmerreservierung 6 – 1 Tag(e) vor der vereinbarten Ankunft storniert, so werden 50% der vereinbarten Leistung (Nächtigung/Frühstück oder Nächtigung mit Halb- oder Vollpension) in Rechnung gestellt.

d) Bei Stornierung der Zimmerbuchung am Tag der vereinbarten Ankunft werden 100 % der vereinbarten Leistung in Rechnung gestellt.

3. Veranstaltungen, bei denen Verpflegung/Speisen gebucht werden

a) Um die korrekte Küchenplanung gewährleisten zu können, ist bis spätestens fünf Tage vor Veranstaltungsbeginn die genaue Personen-/Speisenzahl bekannt zu geben. Diese Personenzahl gilt als garantierte Mindestzahl und wird jedenfalls in Rechnung gestellt.

b) Bei höherer Personen-/Speisenzahl wird der tatsächliche Verbrauch in Rechnung gestellt.

c) Entgegen vorheriger Anmeldung nicht konsumierte Speisen können nicht rückverrechnet werden.

d) Eigene Getränke und Speisen dürfen nicht zur Konsumation im Rahmen der vereinbarten Mahlzeiten mitgebracht werden. Unsere Küche geht im Sinne von Pkt A.6. auf Sonderwünsche ein.

4. Darüber hinaus gelten die mit der jeweiligen Gastgruppe vereinbarten Bedingungen.

C. Sonstiges

1. Rechnungslegung

Die Gesamtrechnung ist prompt nach Erhalt der Rechnung ohne Abzug fällig. 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. Verrechnet wird aufgrund der jeweils gültigen Preisliste.

2. Absage/ Vertragskündigung durch das HdF

Das HdF ist berechtigt, jederzeit und ohne Angabe von Gründen das Vertragsverhältnis zu beenden,

- wenn die Veranstaltung den reibungslosen Geschäftsbetrieb gefährdet,
- wenn wir das Leitbild oder die Sicherheit des Hauses gefährdet sehen oder eine solche Gefährdung zu befürchten ist,
- im Falle höherer Gewalt.

In diesen Fällen sind Teilnehmende und Veranstaltende nicht berechtigt, Schadenersatzansprüche gegenüber dem HdF zu stellen.

3. Haftung

Das HdF übernimmt keine Haftung für Schäden an Personen und/oder Diebstahl oder Beschädigung von Dingen, die in die Zimmer, Seminarräume und allgemein zugängliche Räume mitgebracht werden, und für auf den Parkplätzen abgestellte Fahrzeuge.

- Für Beschädigung an Einrichtungen oder Inventar oder deren Verlust, die beim Auf- und Abbau und/oder während des Aufenthaltes im Haus verursacht werden, haftet der/die Veranstalter*in bzw. der Gast.
- Das Anbringen von Dekorationsmaterial ist nur mit Zustimmung der Geschäftsleitung gestattet.

4. Erfüllungsort und Gerichtsstand

Soweit sich aus zwingendem Recht nichts anderes ergibt, sind Erfüllungsort und Gerichtsstand Fürstentfeld.

5. Verbraucherschutz und Datenschutz

Durch die Bekanntgabe deiner Daten erklärst du dich mit der automationsunterstützten Verarbeitung dieser Daten einverstanden. Die persönlichen Angaben der Teilnehmenden werden unter Beachtung der geltenden Datenschutzbestimmungen elektronisch gespeichert und vertraulich behandelt. Die Daten werden – mit Ausnahme der jeweiligen Referent*innen – nicht an Dritte weitergegeben.

6. Schlussbestimmung

Sofern einzelne Bestimmungen dieser AGB unwirksam werden, wird dadurch nicht die Gültigkeit der übrigen Vereinbarung berührt.

Gutscheine für den AndersOrt Haus der Frauen

Sehr beliebt als besonderes Geschenk für verschiedene Anlässe sind unsere Gutscheine für den AndersOrt Haus der Frauen. Du kannst jederzeit Gutscheine in selbst gewählter Höhe erwerben. Wir nehmen deine Bestellungen gerne entgegen und schicken dir den Gutschein (mit Rechnung und Erlagschein zuzüglich Versandkosten) zu.



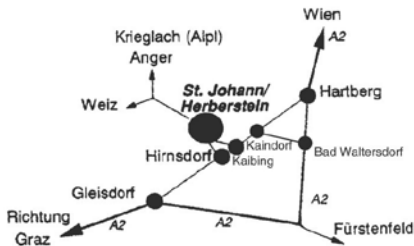
Information

Wir sind für dich da:

Montag bis Freitag, jeweils von 8.30 bis 12.30 Uhr,
T: +43 (0)3113/2207. 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 Auszeitangebote erforderlich. Melde dich bitte am einfachsten per Mail oder über unsere Homepage www.hausderfrauen.at, Kalender an. Du bist dabei zeitunabhängig, entlastest unser Telefon und bekommst eine Anmeldebestätigung. Selbstverständlich beraten wir dich gerne telefonisch und eine Anmeldung ist auch auf diesem Weg während der Bürozeiten (Mo – Fr 8.30 – 12.30 Uhr) möglich. Vor einer Veranstaltung mit Nächtigung(en) bekommst du einige Tage vor Beginn eine schriftliche Zusendung. Bei Tagesveranstaltungen verständigen wir dich nach deiner Anmeldung nicht mehr. Siehe auch Allgemeine Geschäftsbedingungen ab Seite 56.



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) kannst du dich über die genauen Zeiten informieren. Die Ein- und Ausstiegsstelle ist Kaibing. Von dort kannst du das **Sammeltaxi SAM Oststeiermark** nutzen: Tel.: 050 363738, Haltstellen: HF 7029: Park & Ride Kaibing; HF 7052: Volksschule St. Johann (ist uns am nächsten). Kosten: ab € 4,50 pro Person, Taxibestellung mindestens 1 Stunde vor der Fahrt. Anfragen und Buchung: telefonisch Montag bis Samstag, in der App auch sonntags möglich. Das Taxi fährt auch sonntags. NEU: Auch ein Radtransport ist möglich.

Impressum

Erscheinungsort: St. Johann b. Herberstein. Erscheint drei Mal jährlich
Eigentum, Herausgabe und Verlag: AndersOrt Haus der Frauen – Bildung
Spiritualität Auszeit, Bildungshaus der Diözese Graz–Seckau,
St. Johann b. Herberstein 7, 8222 Feistritztal
Tel. +43 (0)3113/2207 | kontakt@hausderfrauen.at
www.hausderfrauen.at | www.facebook.com/hausderfrauen.at
Für den Inhalt verantwortlich: Mag^a Anna Pflieger, MBA, Mag^a Drⁱⁿ Sabine
Gollmann, Christine Feiner-Laner, Bakk., Mag^a Christa Kreimer, Mag^a Veronika
Schweiger-Mauschitz
Layout: Andrea Wernhart/Digicorner Graz / Druck: Klampfer Druck,
Universitätsdruckerei, St. Ruprecht an der Raab
Fotos: Haus der Frauen, pixabay.com, freepik.com, iBENGEE Stefan Hirzer,
Jürgen Brunner, istockphoto.com
Unsere Bankverbindung: IBAN: AT52 3810 3000 0600 2711, RB Region
Gleisdorf-Pischelsdorf, Bankstelle Hirnsdorf, BIC: RZSTAT2G103

Unsere Preise

Für Gastgruppen

	Haus der Frauen	AndersOrt
Nächtigung/Frühstück (Einbettzimmer):	€ 55,00*	€ 65,00*
Nächtigung/Frühstück (Zweibettzimmer):	€ 45,00*	€ 55,00*
Nächtigung/Vollpension (Einbettzimmer):	€ 85,00*	€ 95,00*
Nächtigung/Vollpension (Zweibettzimmer):	€ 75,00*	€ 85,00*

**Die Preise verstehen sich inklusive eines alkoholfreien Getränks bei den Mahlzeiten und Nutzung der Infrarotkabine, gültig ab zwei Nächten. Zuzüglich € 2,50 Nächtigungsabgabe pro Person/Nacht. Eine-Nacht-Zuschlag: € 10,00/Person.*

Seminarraumpreise findest du auf unserer Homepage www.hausderfrauen.at, in den Menüpunkten TAGEN für das Haus der Frauen und im Menüpunkt ANDERSORT für unser neues Gebäude.

Für unsere Auszeit-Gäste

	Haus der Frauen	AndersOrt
Nächtigung/Frühstück (Einbettzimmer):	€ 58,00*	€ 70,00*
Nächtigung/Frühstück (Zweibettzimmer):	€ 48,00*	€ 60,00*
Nächtigung/Vollpension (Einbettzimmer):	€ 88,00*	€ 100,00*
Nächtigung/Vollpension (Zweibettzimmer):	€ 78,00*	€ 90,00*

**Die Preise verstehen sich inklusive GenussCard, eines alkoholfreien Getränks bei den Mahlzeiten und Nutzung der Infrarotkabine, gültig ab zwei Nächten. Zuzüglich € 2,50 Nächtigungsabgabe pro Person/Nacht. Eine-Nacht-Zuschlag: € 10,00/Person.*

Hauseigene Veranstaltungen

Die Preise für unsere Auszeitveranstaltungen sind nun anders ausgewiesen. Du findest den Teilnahmebeitrag und die Angaben, was für Nächtigung und Verpflegung dazukommt. Vollpension bedeutet in diesem Fall 4 Mahlzeiten aus frischen, vollwertigen Lebensmitteln. Abhängig davon, ob du im Haus der Frauen oder im AndersOrt nächstigst, variieren die Preise.

	Haus der Frauen	AndersOrt
Nächtigung/Frühstück (Einbettzimmer):	€ 51,00*	€ 61,00*
Nächtigung/Frühstück (Zweibettzimmer):	€ 41,00*	€ 51,00*
Nächtigung/Vollpension (Einbettzimmer):	€ 80,00*	€ 90,00*
Nächtigung/Vollpension (Zweibettzimmer):	€ 70,00*	€ 80,00*
<hr/>		
Seminarverpflegung	€ 7,00	€ 7,00
Mittagessen (3 Gang- Menu inkl. Getränk)	€ 15,00	€ 15,00
Abendessen (1 Gang- Menu inkl. Getränk)	€ 10,00	€ 10,00

**Die Preise verstehen sich inklusive GenussCard, eines alkoholfreien Getränks bei den Mahlzeiten und Nutzung der Infrarotkabine, gültig ab zwei Nächten. Zuzüglich € 2,50 Nächtigungsabgabe pro Person/Nacht. Eine-Nacht-Zuschlag: € 10,00/Person.*

Stornogebühr: siehe Geschäftsbedingungen S. 67–68

Du hast eine Nahrungsmittelunverträglichkeit?

Bei Abweichungen vom Tagesmenü geht unsere Küche so weit möglich gerne auf deine Unverträglichkeiten und speziellen Essenswünsche ein – wir bitten dich, diese **rechtzeitig bei der Anmeldung** bekannt zu geben (Aufpreis je Mahlzeit € 2,50).

AndersOrt Haus der Frauen – Bildung Spiritualität Auszeit

Bildungshaus der Diözese
Graz-Seckau
St. Johann b. Herberstein 7
8222 Feistritztal
Tel. +43/(0)3113/2207
kontakt@hausderfrauen.at
hausderfrauen.at
facebook.com/hausderfrauen



Frauen-Barcamp

Eine Unkonferenz mit UNS als
Expert*innen
Samstag, 22. März 2025,
9.00 bis 17.00 Uhr



Einweihung AndersOrt & Jubiläumsfest Verein „Wir für das Haus der Frauen“

Segnung durch unseren Bischof
Wilhelm Krautwaschl
Muttertag, Sonntag,
11. Mai 2025, 10.00 Uhr



Österreichische Post AG,
MZ 17Z041245M