

Herzlich
willkommen
zu einer
Auszeit!

urlauben 2019



Foto: shutterstock.com

Zum Verschenken oder Selbst genießen

Sagenumwobene Frauen rund um das „Schwäbische Meer“ – Frauenreise

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

Bei unserer vierten Frauenreise begeben wir uns auf die Spuren sagenumwobener Frauen im Dreiländereck Deutschland, Schweiz und Österreich. Die Reise führt uns zu wunderschönen Orten entlang des Bodensees und in die nähere Umgebung. Details auf www.hausderfrauen.at.

Inkludiert: Reise mit einem Luxusfernreisebus, Unterbringung in der Hotel Pension „Seereich“ in Lindau mit Frühstück und drei Halbpensionen, Eintrittspreise & Führungen, Schifffahrt, Reiseleitung



Foto: pixabay

Österr. Post AG, MZ 17Z041245M

€ 890,- alles inklusive im Doppelzimmer, € 120,- Einzelzimmerzuschlag

Haus der Frauen – Erholungs- und Bildungszentrum | Bildungshaus der Diözese Graz Seckau | 8222 St. Johann b. H. 7 | T: 031113/2207 (Mo-Fr 8.30 – 12.30 Uhr) | E: kontakt@hausderfrauen.at | www.hausderfrauen.at | www.facebook.com/hausderfrauen

KATHOLISCHE
KIRCHE STEIERMARK



Foto: Haus der Frauen

Fasten im Haus der Frauen

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

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

Unsere Termine:

Basenfasten – federleicht | Eintauchen in einen wahren Jungbrunnen

So, 10.3. bis Fr, 15.3.2019 | € 604,50 alles inklusive

(zusätzlich inkludiert: eine Yoga-Einheit zum Kennenlernen)

Basenfasten mit Alpha-Walking | Basische Ernährung und Meditatives Gehen

So, 17.3. bis Fr, 22.3.2019 | € 639,50 alles inklusive

(zusätzlich inkludiert: zwei Einheiten Alpha-Walking)

Im Wenigen die Fülle entdecken | Fasten nach der Buchinger/Lützner-Methode

So, 10.11. bis So, 17.11.2019 | € 725,50 alles inklusive

(zusätzlich: zwei Gesprächseinheiten mit Sr. Amata Rindler, SDS + eine Yoga-Einheit)



Foto: S. Schuster

Exerzitien im Haus der Frauen

Meine Begegnung mit dem Göttlichen: Exerzitien sind eine Zeit der geistlichen Übung, die abseits des alltäglichen Lebens zu einer intensiven Besinnung und/oder Begegnung mit Gott führen soll. Stille und Achtsamkeit sind dabei wesentliche Merkmale. Sie erlauben eine Schau auf die wesentlichen Dinge im Leben und den Himmel in mir.

Für Sie inkludiert: Nächtigung im Einzelzimmer, Vollpension, einfühlsame Begleitung, spirituelle Impulse, Einzelgespräche mit den ExerzitienleiterInnen, Zeiten der Stille, Infrarotkabine

Ignatianische Einzelexerzitien | mit Sr. Amata Rindler SDS und Pater Mag. Josef Wonisch, SDS

So, 21.7. bis So, 28.7.2019 | € 780,50 alles inklusive

Lies ein Stück Holz | Schnitzexerzitien für Frauen mit Susanne Schuster

So, 4.8. bis Sa, 10.8.2019 | € 785,- alles inklusive

(zusätzlich inkludiert: Schnitzarbeiten – keine Vorkenntnisse notwendig)

Tipp: Wieder da!

Mit Liebe Freude schenken

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

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

aktuelle Winteraktion*

10 % Rabatt

beim Kauf von
Haus der Frauen-Gutscheinen

* Gültig bis 31. Jänner 2019. Hinweis: Betriebsurlaub von 21.12.2018 – 6.1.2019

Herzlich
willkommen



Foto: A. Kunath



Foto: Hornath



Foto: W. Betsel



Foto: W. Betsel

Genussvolle Auszeit im Haus der Frauen

Die Seele baumeln lassen im oststeirischen Paradies

Für viele unserer Gäste sind wir eine „Oase“ inmitten einer immer hektischer werdenden Welt. Überzeugen Sie sich selbst und verbringen Sie eine kleine, feine Auszeit hier bei uns. Unser Haus, ein ehemaliges Kloster, ist eingebettet in die sanften Hügel der Oststeiermark, den Garten Österreichs, gelegen auf einer Anhöhe mitten im paradiesischen ApfelLand. Unsere 17 Komfortzimmer sind gemütlich ausgestattet. Lassen Sie sich von unserer heimischen Genussküche verwöhnen. Wir freuen uns auf Sie!

Urlauben zwischen Himmel und Erde

Das Haus der Frauen bietet einen wunderbaren Rahmen für eine Auszeit speziell für Frauen. Auch weltliche Dinge wie W-Lan, Gratis-Parkplätze und eine Infrarotkabine mit Ruheraum stehen zur Verfügung. Ob ganz individuell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt oder durch gemeinsame Aktivitäten - Sie werden erholt, gestärkt und besetzt in Ihren Alltag zurückkehren.

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



Foto: W. Betsel

Zeit für mich | Zeit fia mi

Ob spontan oder langfristig geplant, alleine, zu zweit oder mit Freundinnen: Sie sind jederzeit zu einer Auszeit willkommen! Eine Ansprechperson ist für Sie da und steht für Auskünfte und Gespräche zur Verfügung. Abends zum Ausklingen lassen: kurze spirituelle Impulse um „7 nach 7“.

Tipp: Erkunden Sie die Schätze und Geheimtipps der Oststeiermark oder buchen Sie eines unserer vielfältigen Bildungsangebote! Details dazu finden Sie auf unserer Homepage.

Für Sie inkludiert:

- Nächtigung im Einzel- oder Zweibettzimmer
 - „7 nach 7“: täglicher spiritueller Impuls
 - wahlweise mit Frühstück/Halbpension oder Vollpension
- Variante Nä/Frühstück: € 38,50* im Einzelzimmer**
 Variante Nä/Halbpension: € 49,50* im Einzelzimmer
 Variante Nä/Vollpension: € 56,50* im Einzelzimmer

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



Foto: Shutterstock.com

Package: Genussvolles Aufblühen im Haus der Frauen

Erleben Sie die Apfelblüte mit allen Sinnen

Machen Sie es wie Eva und lassen Sie sich vom steirischen Apfel verführen. Im Frühling, wenn die Natur erwacht und die Apfelbäume in voller Blüte stehen, bietet das Haus der Frauen den idealen Rahmen für zahlreiche Wanderungen und Ausflüge. Nach Ihren Erkundungstouren kommen Sie bei uns zur Ruhe und genießen die heimische Genussküche unserer Köchinnen Ulli, Eva und Maria!

TIPP: Meditieren Sie doch einmal unter einem blühenden Apfelbaum!

Für Sie inkludiert:

- **Montag bis Donnerstag:** 3 Mal Nächtigung im Einzelzimmer
- 2 Mal Halbpension wahlweise mittags oder abends (dreigängiges Menü am Montag und Dienstag inkl. Getränk)
- saisonales 4-Gang-Genussmenu „Frühlingserwachen“ Mittwoch abends inkl. regionaler Weinbegleitung
- zur Begrüßung: hausgemachter „Frühlingstrunk“
- Spiritueller Impuls zum Mitnehmen
- „7 nach 7“: täglicher spiritueller Impuls um 19.07 Uhr

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

* Preis/Person inklusive Nächtigungsabgabe und Nutzung der Infrarotkabine



Foto: Shutterstock.com

Wohlfühltag

„Gemeinsam das Leben genießen“ – dieses Motto steht bei den Wohlfühltagen im Vordergrund. Auch wenn Sie alleine kommen, verbringen Sie Ihren Urlaub in netter Gemeinschaft. Eine erfahrene Urlaubsbegleiterin gestaltet den Tagesablauf und ist für die ganze Gruppe da. Je nach Termin erwartet Sie zusätzlich eine kurze Einheit aus den Bereichen Kreativität, Trommeln, Meditation, Gesundheit, Wandern oder Yoga. Sie machen Urlaub *einfach zum Wohlfühlen!*

Für Sie – unsere Angebote 2019

Wohlfühltag, jeweils Sonntag bis Mittwoch | ab **€ 214,50*** alles inklusive
 13.1. bis 16.1. | 24.3. bis 27.3. | 2.6. bis 5.6. | 3.11. bis 6.11.2019

Wohlfühlwochenende, jeweils Freitag bis Sonntag | ab **€ 143,-*** alles inklusive
 8.2. bis 10.2. | 24.5. bis 26.5. | 23.8. bis 25.8. | 4.10. bis 6.10.2019

Sommerwoche mit Maria Eder-Schützenhofer
 So, 23.6. bis Fr, 28.6.2019 | **€ 337,50*** alles inklusive

* Preis/Person im Einbettzimmer für den gesamten Aufenthalt inklusive Vollpension, 1 alkoholfreies Getränk zu den Mahlzeiten, Nächtigungsabgabe und Nutzung der Infrarotkabine



Foto: M. Resch

Zeit für Besonderes | Zeit fia B'sundrigs

Singen, Wandern, Meditieren, Yoga, Übungen zum Fit- und Aktivbleiben, heilsame Zeiten erleben – diese Auszeiten sind Balsam für die Seele und haben besondere Schwerpunkte. Auch hier gestaltet eine erfahrene Urlaubsbegleiterin den Tagesablauf.

Für Sie – unsere Angebote 2019

Fein sein, beinander bleiben | Singwoche mit Barbara Hatzl und Fritz Frohofer
 So, 27.1. bis Fr, 1.2.2019 | **€ 355,50** alles inklusive im Einbettzimmer

Heilsame Tage vor Ostern mit Monika Brolli
 Fr, 12.4. bis Palmsonntag, 14.4.2019 | **€ 155,-** alles inklusive im Einbettzimmer

LiMa – Lebensqualität im Alter | Urlauben 60+ mit Freya Gollowitsch
 So, 19.5. bis Fr, 24.5.2019 | **€ 372,50** alles inklusive im Einbettzimmer

Krafttage mit Wandern, Yoga & Meditation mit Ria Haider und Stefanie Maier
 Mo, 2.9. bis Do, 5.9.2019 | **€ 264,50** alles inklusive im Einbettzimmer

Singen is unsre Freud | Singwoche mit Barbara Hatzl und Fritz Frohofer
 So, 22.9. bis Fr, 27.9.2019 | **€ 355,50** alles inklusive im Einbettzimmer

Eine heilsame Zeit für mich mit Monika Brolli
 Fr, 13.12. bis So, 15.12.2019 | **€ 155,-** alles inklusive im Einbettzimmer