



- Dem Frühling die Seele öffnen
- Verein *Wir für das Haus der Frauen*
- Veranstaltungen
- Auszeit-Perlen
- Externe Veranstaltungstipps



Dem Frühling die Seele öffnen

Die ersten Sonnenstrahlen wärmen das Gesicht, die Frühblüher sind schon zu sehen und langsam wird es wieder grün. Der Frühling ist da mit all seiner Lebendigkeit und Grünkraft! Öffnen auch wir unser Herz für die Wärme der Sonne und tanken richtig auf. Gerne unterstützen wir dich dabei mit unseren Veranstaltungen und Auszeit-Programmen: Beim „Frühlingserwachen & Wege zu sich gehen“ machen wir uns auch biografisch auf den Weg, beim spirituellen Impuls zu Ostern stellen wir uns die Frage: „Wann geschieht Auferstehung?“ und bei der Frauenliturgie richten wir uns mit heilsamer Berührung auf. Wir werden kreativ: Wir fertigen „Österliches aus Naturmaterialien“, bedrucken Stoffe mit wunderbaren Modellen und lernen die Steirische Akkordzither kennen. Mit den „Lilith's“ und ihren Liedern frecher Frauen zelebrieren wir den Internationalen Frauentag mit einem Frauenfrühstück. Wir freuen uns auf dich!

TopTipp: Das Haus der Frauen LIVE ON AIR! Am Mittwoch, den 6. März wurden wir im Rahmen des Weltfrauentages zu Radio Helsinki eingeladen und sind von 18.00 – 20.00 Uhr live in der Sendereihe „Am Puls des Lebens – Themen aus der Erwachsenenbildung“ zu hören. Hör doch auch rein! Radio Helsinki: 92,6 MHz oder streambar auf <https://helsinki.at/>

Verein *Wir für das Haus der Frauen*

Frühlingsgefühle und Sonne-tanken

Der Frühling kitzelt uns mit den ersten Sonnenstrahlen – da kommen unsere **Sitzpolster aus Trachtenstoffen** gerade recht. So kannst du unbeschwert die Frühlingssonne genießen ohne frieren zu müssen.

Bestellungen jederzeit möglich über unsere [Homepage/Shop](#) oder unter verein@hausderfrauen.at



Steirer'wand aus zweiter Hand: Wieder-Eröffnung

Am **06. April 2024** öffnet unser Trachtenflohmarkt wieder seine Türen. Wir feiern das mit einer **trachtigen Modenschau, Live-Musik und der besonderen Kulinarik** unserer Haus-der-Frauen-Küche. Wir suchen noch Models jeden Alters und Statur, die uns helfen, die grandiose Bandbreite, der bei uns erhältlichen Trachten auf den Laufsteg zu bringen. Wir haben dann wieder wie gewohnt jeden ersten und letzten Samstag im Monat von 10:00 – 17:00 geöffnet.



Bildungs-Veranstaltungen

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

Freitag, 8. März, 19:00 bis 21:00 Uhr

Weitere Termine:

Freitag, 19. April | 24. Mai, jeweils 19:00 bis 21:00 Uhr

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

Leitung: Melanie Kulmer BEd., Singleleiterin für Heilsames Singen

Kosten: Neuer Preis: € 15,00 Teilnahmebeitrag pro Abend

Anmeldeschluss: jeweils ein Bürotag vor dem Termin



TopTipp: The Lilith's - Lieder frecher Frauen | Frauenfrühstück zum Internationalen Frauentag

Samstag, 9. März, 8:30 bis 11:30 Uhr

In den „Frauen Stimmen“ interpretieren wir, Naama Isabelle Fassbinder und Peta Klotzberg, Lieder moderner, freier, frecher, starker Frauen NEU. Wir singen eine Auswahl an Liedern sensibler, hellhöriger, kritischer Liedermacherinnen und Sängerinnen quer durch viele Jahrzehnte. Von Marilyn Monroe über Nina Hagen bis Amanda Palmer. Als verbindendes Element zu den Gesangsteilen erzählen wir über das Leben der Musikerinnen und lesen Texte der beiden Psychoanalytikerinnen Anna Freud und Helene Deutsch. Wir freuen uns auf ein stimmungsvolles Frauenfrühstück im Haus der Frauen!

Leitung: Naama Isabelle Fassbinder und Peta Klotzberg, Musikerinnen

Kosten: € 53,00 Konzert mit Lesung inklusive Frühstückbuffet

Anmeldeschluss: 5. März



Wort-Gottes-Feiern-Werkstatt | im Oster- und Pfingstfestkreis

Montag, 11. März, 18:00 bis 21:00 Uhr

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

Leitung: Mag^a Veronika Schweiger-Mauschitz, Bildungsreferentin

Kosten: € 30,00 Teilnahmebeitrag + € 7,00 Verpflegung (Brötchen und Getränke)

Anmeldeschluss: 6. März



Stoffdruck mit Modeln | Kreativworkshop

Dienstag, 19. März, 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 Schädler, Kreativtechnikerin des Vereins "EigenArt"

Kosten: € 45,00 Teilnahmebeitrag + € 12,00 Modelbenützung + € 14,00 Mittagessen mit alkoholfreiem Getränk und Kaffee-/Teejause)

Anmeldeschluss: 14. März



Wir spielen Tarock | Vergnüglicher Abend

Dienstag, 19. März, 17:00 bis 22:00 Uhr

Weitere Termine:

Dienstag, 9. April, 17:00 bis 22:00 Uhr

Dienstag, 23. April, 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



Österliches aus Naturmaterialien | Wir fertigen Hühner und Hasen aus Heu

Donnerstag, 21. März, 09:00 bis 15:00 Uhr

Heuer fertigen wir unsere Osterdekoration aus Naturmaterialien. Vorrangig aus Heu und Weide formen wir österliche Figuren wie Hühner, Hasen und manch anderes Kreative.

Mitzubringen: Wer hat, bitte Heu mitbringen!

Leitung: Gertrud Kulmer, naturbegeisterte Handwerkerin

Kosten: € 40,00 Teilnahmebeitrag + geringe Materialkosten + € 9,50 Mittagessen mit alkoholfreiem Getränk

Anmeldeschluss: 18. März



Wann geschieht Auferstehung? | Spiritueller Impuls zu Ostern

Samstag, 23. März, 09:00 bis 13:00 Uhr

An diesem Vormittag wollen wir nachspüren, was es braucht, um Auferstehung geschehen zu lassen. Damit verbunden ist für mich eine innere Einkehr, um meine göttliche Würde (wieder) zu entdecken und von der Angst vor der eigenen Sterblichkeit befreit meinen Lebensweg zu gestalten. Humor in all seinen Facetten sowie Zufriedenheit sind bewährte „Auferstehungshormone“ für ein Leben in christlicher Zuversicht.

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

Kosten: € 19,00 Teilnahmebeitrag + € 9,50 Mittagessen mit Getränk

Anmeldeschluss: 20. März



Eröffnung: Steirerwand aus zweiter Hand | Flohmarkt

Samstag, 6. April, 10:00 bis 17:00 Uhr

Weitere Termine:

Samstag, 27. April, 10:00 bis 17:00 Uhr

Unser beliebter Trachtenflohmarkt-Laden öffnet wieder seine Pforten! An diesem Tag erwarten dich um 11:00 und 14:00 Uhr eine Modenschau und Live-Musik! Komm und stöbere in einer großen Auswahl an Dirndl, Blusen, Jacken, Hemden, Lederhosen und vielem mehr. Auch schöne Geschirrtile und Gläser können erworben werden. Ab jetzt ist der Flohmarkt wieder jeden ersten und letzten Samstag im Monat für dich in einem Nebengebäude vom Haus der Frauen geöffnet. Außerdem: besonders nachhaltige Geschenksideen.

Trachten- und Geschirr-Spenden nehmen wir sehr gerne das ganze Jahr über zu den Öffnungszeiten des Hauses 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"



Heilsame Berührung richtet auf | Liturgie von Frauen für alle

Montag, 8. April, 19:00 bis 21:00 Uhr

"Leben in Verbundenheit" - dieses Motto begleitet uns 2024 in unseren Frauenliturgien. Die Bibelstelle Lk 13, 10 - 17 erzählt von der Begegnung Jesu mit einer gekrümmten Frau. Diese Frau, die von Zwängen behaftet ist, wird von Jesu heilsamer Berührung aufgerichtet - sie kann wieder frei und aufrecht ihr Leben gestalten. Diese Bibelstelle ermutigt uns, einander zu bestärken, in Verbundenheit und unseres eigenen Wertes bewusst, unsere Wege zu gehen.

Leitung: Maria Magdalena Feiner, Dipl.-Pädⁱⁿ und Lisbeth Scherr, Dipl.-Pädⁱⁿ, Liturgieleiterinnen

Kosten: Freiwille Spende! DANKE!

Anmeldeschluss: 5. April



Steirische Akkordzither | Schnupper-Workshop für Einsteiger*innen

Mittwoch, 10. April, 09:00 bis 17:00 Uhr

Lust auf ein neues Instrument? Die „Steirische Akkordzither“ ist eine griffbrettlose Zither, die sehr leicht, ohne Notenkenntnisse, für Jung und Alt zu erlernen ist. Mit diesem Instrument kann man z.B. Volkslieder, Oldies, Kirchen- und Weihnachtslieder sowie heilsame Klänge spielen. Dazu wird ein Unterleg-Notenblatt unter die Melodiesaiten geschoben und auf dem vorgezeichneten Weg mit der rechten Hand gezupft.

In diesem Schnupper-Workshop wird das einfache Spielen mit einem Lehrbuch und einer Spielmappe vorgestellt. Leihinstrumente sind vorhanden.

Nähere Infos unter www.steirische-akkordzither.at

Leitung: Magdalena Hofer, begeisterte Akkordzither-Spielerin und Helga Promitzer, Akkordzither-Trainerin

Kosten: € 65,00 Teilnahmebeitrag inkl. Leihgebühr für die Akkordzither + € 14,00 Mittagessen inkl. Getränk und Kaffee-/Teejause

Anmeldeschluss: 5. April



Auszeit-Perlen



Wohlfühltag | Auszeit & Begegnung

Montag, 11. März, 15:00 Uhr bis Donnerstag, 14. März, 13:00 Uhr

Schenke dir diese Tage im ehemaligen Kloster, das es mit seinen liebevoll gestalteten Räumen leicht macht, Abstand vom Alltag zu bekommen und neue Kraft zu tanken.

Morgenlob, Bewegung, Gesprächsrunden, Spaziergänge, gutes Essen und Zeiten der Ruhe lassen Körper, Geist und Seele aufleben.

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

Leitung: Gerlinde Hermann, Leiterin Auszeit & Begegnung, Weinbäuerin

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

Anmeldeschluss: bitte rasch anmelden!

?

Frühlingserwachen & Wege zu sich gehen | Biografisches Arbeiten und achtsames Gehen

Freitag, 15. März, 13:30 Uhr bis Sonntag, 17. März, 13:00 Uhr

Frühling heißt aufblühen, wachsen und werden. Aus unseren Wurzeln ziehen wir die Kraft und wachsen entlang des Stammes in unsere Krone. Das liebevolle Erinnern lässt uns das Dasein im Heute verstehen. Biografiearbeit hilft, die Früchte unseres Lebensbaumes zu entdecken, um sie auf dem Weg in die Zukunft zu nutzen. Im Gehen in der erwachenden Natur folgen wir der eigenen Lebensspur. Kreatives Tun wie basteln, zeichnen, singen, Fantasiereisen, stille Einzelübungen und Dialoge im Gehen sind Teil dieses Wochenendes, wie auch ein Besuch am Kraft- und Wallfahrtsort Maria Fieberbründl.

Mitzubringen: Wir sind auch outdoor unterwegs. Bitte entsprechende Schuhe, warme Kleidung, kleinen Rucksack und Trinkflasche mitnehmen. Außerdem Fotos, die wichtige Episoden im Leben dokumentieren.

Leitung: Ingeborg Berta Hofbauer, Lebens-Reiseleiterin, Mutkompetenz®Coach, Autorin und Pilgerin

Kosten: € 165,00 Teilnahmebeitrag inkl. Materialkosten + € 108,00 alles inklusive im Zweibettzimmer, € 122,00 im Einbettzimmer - zuzüglich Nächtigungsabgabe von € 2,50/Nacht

Anmeldung: bis 8. März



Heilsame Tage vor Ostern | Auszeit & Begegnung für Frauen und Paare

Freitag, 22. März, 15:00 Uhr bis Sonntag, 24. März, 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.

Inkludiert: Samstag, 9.00 bis 12.00 Uhr: Spiritueller Impuls und Gespräch

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

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

Anmeldung: bis 15. März



Wohlfühlwochenende | Auszeit & Begegnung für Frauen



Freitag, 12. April, 15:00 Uhr bis Sonntag, 14. April, 13:00 Uhr
 "Du MUSST nicht, du KANNST." Oft steht im Alltag das "ICH MUSS" im Vordergrund. An diesem Wochenende soll dich das "ICH KANN" begleiten - Spazieren gehen, kulinarisch verwöhnt werden, Gedankenaustausch mit anderen Frauen, einfach SEIN dürfen. Spirituelle und persönlichkeitsstärkende Impulse sowie Gesang und Tanz werden angeboten und lassen dich Lebenskraft für Körper, Geist und Seele tanken.

Auf Wunsch sind Massagen möglich (nicht im Preis inkludiert)

Leitung: Ingⁱⁿ Maria Reiterlehner Dipl.-Pädⁱⁿ, Leiterin Auszeit & Begegnung, Begleiterin von Entwicklungsprozessen, Gestalt- und Agrarpädagogin

Kosten: € 168,00 alles inklusive im Zweibettzimmer, € 182,00 im Einbettzimmer - zuzüglich € 2,50 Nächtigungsabgabe/Nacht

Anmeldeschluss: 5. April

Krafttage mit Yoga, Wandern & Meditation | Zeit zum Still werden und Kraft schöpfen



Montag, 29. April, 09:00 Uhr bis Donnerstag, 2. Mai, 13:00 Uhr
 Durch die wertvolle Kombination aus Wandern, Yoga, Meditation und Ruhephasen schöpfen wir auf allen Ebenen des Seins Kraft: körperlich, geistig und auf der Seelenebene. Wir werden auf unseren täglichen Wanderungen die Schönheit der Natur bewusst wahrnehmen und genießen, unseren Körper durch die Übungen des Yoga besser kennenlernen, kräftigen und entspannen. In den Meditationen, beim Atmen und Mantren Singen begegnen wir uns auf einer tiefliegenden inneren Ebene in stiller Präsenz. Dieser wunderbare Ort und die liebevolle und gesunde Verpflegung tragen zudem dazu bei, diese Tage als eine Zeit der inneren Sammlung und Neuausrichtung zu erleben, aus der wir alle lange Kraft schöpfen können.

Frauen und Männer jeden Alters sind herzlich willkommen!

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

Leitung: Marietheres Arvay, wanderbegeisterte Lehrerin für Yoga, Yogatherapie, Atem und Meditation

Kosten: € 165,00 Teilnahmebeitrag + € 159,50 alles inklusive im Zweibettzimmer, € 180,50 im Einbettzimmer - zuzüglich Nächtigungsabgabe von € 2,50/Nacht

Anmeldeschluss: 22. April

Externe Veranstaltungstipps

Warum kommen wir auf die Welt, wenn wir doch wieder sterben müssen?

Lesung, Schreibwerkstatt & Gespräch mit Albert Biesinger
 Donnerstag, 11.04.2024, 19:00 bis 21:00 Uhr

„Du, Papa, warum kommen wir auf die Welt, wenn wir doch wieder sterben müssen?!“ Sein damals dreizehnjähriger Sohn stellte dem bekannten Theologen und Religionspädagogen Albert Biesinger die „Preisfrage“ seines Lebens, die ihn seither begleitet. In seinem jüngsten, bisher persönlichsten Werk gibt Albert Biesinger hierauf (s)eine Antwort. Er liest aus seiner Autobiografie, einer Liebeserklärung an das Leben, und lässt uns teilhaben an seinem Erfahrungsschatz. In Besinnungspausen, mit denen Albert Biesinger seine Lesung unterbricht, haben Sie Gelegenheit, Ihren ganz persönlichen Antworten schreibend auf die Spur zu kommen: Was ist es, wofür Sie auf die Welt gekommen sind? Im wertschätzenden, theologisch und spirituell begleiteten Gespräch tauschen Sie zudem miteinander Ihre Gedanken zum Sinn des Lebens aus.

Veranstaltungsort: Seminarraum 130, 1. Stock, Bürgergasse 2, 8010 Graz

Teilnahmebeitrag: € 20,00

Eine Anmeldung ist erforderlich unter: Bildungsforum Mariatrost

Telefon: +43 (316) 8041-452

E-Mail: bildungsforum.mariatrost@graz-seckau.at

Mehr Informationen unter diesem Link



13. Frühjahrsakademie Stift Vorau: Gesundheit und Gesellschaft

Warum braucht es mehr an regionaler Verantwortung?

Freitag, 12. April 2024, 18.00 Uhr Barocksaal Stift Vorau

Unser Gesundheitssystem steht vor großen Herausforderungen: Überalterung, erhöhter Pflegebedarf, sinkender Anteil Erwerbstätiger wirft Fragen zur Finanzierung, Versorgungsqualität etc. auf. Neben Politik und Sozialversicherung wird es mehr an individueller und regionaler Verantwortung brauchen. Details zur Veranstaltung auf www.hausderfrauen.at.

Podium: Dr. med. Martin Sprenger MPH, Arzt und Gesundheitswissenschaftler (Hauptreferent)

Drⁱⁿ Rosa Maria Ernst, Praktische Ärztin
 Maria Gaugl, MSc, DGKP, Pflegedirektorin i.R., MKH Vorau
 Mag. Maximilian Tödting, Krankenhausseelsorger

Moderation: Mag^a Petra Rudolf, ORF-Moderation, Sängerin, Voice- und Media-Coach
Veranstalter*innen: Verein Frühjahrsakademie Stift Vorau, Augustiner Chorherrenstift Vorau, Marktgemeinde Vorau und Haus der Frauen – Bildung Spiritualität Auszeit

Tagungsgebühr: € 15,00

Anmeldung: Stift Vorau: T: +43 3337 2351 E: pforte@stift-vorau.at;
fruehjahrsakademie.stift-vorau@gmx.at



Wie du uns erreichst



Haus der Frauen – Bildung Spiritualität Auszeit.
 Bildungshaus der Diözese Graz-Seckau

St. Johann/Herberstein 7, 8222 Feistritztal

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

kontakt@hausderfrauen.at | www.hausderfrauen.at |

www.facebook.com/hausderfrauen

Rückmeldungen

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

Elektronische Post von uns

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

powered by ©eaccelera 2024