



Foto: M. Resch

Auszeit für Besonderes

Verbinde deinen Urlaub mit Dingen, die du liebst! Fit- und Aktivbleiben, beherzt singen, die eigene Biografie mit der Kunst des Schreibens verbinden, Kirchen, Schlösser & Wein in unserer wunderbaren Umgebung erwandern oder einfach heilsame Zeiten an diesem erholsamen Ort erleben. Eine Urlaubsbegleiterin oder Referentin gestaltet den Tagesablauf.

Für dich: Unsere Angebote 2021

Heilsame Tage vor Ostern | Auszeit für Frauen und Paare mit Monika Brolli
Fr, 26.3. bis Palmsonntag, 28.3.2021 | € 165,00* alles inklusive

LiMA – Lebensqualität im Alter | Aktiv-Urlaub mit Freya Gollowitsch
So, 11.4. bis Fr, 16.4.2021 | € 412,50* alles inklusive

Fein sein, beinander bleiben | Singtage mit Barbara Hatzl und Fritz Frohofer
So, 30.5. bis Do, 3.6.2021 | € 299,00* alles inklusive



Foto: Haus der Frauen

Vom Leben schreiben | Biografische Schreibwerkstatt mit Hedwig Dejaco
Sa, 31.7. bis So, 1.8.2021 | € 171,50* alles inklusive

Die Lust am Schreiben | Kreative Schreibwerkstatt mit Hedwig Dejaco
Mo, 2.8. bis Do, 5.8.2021 | € 311,50* alles inklusive

Die Stimme der Frauen | Sing-Workshop mit Eva Campbell-Haidl
Fr, 6.8. bis So, 8.8.2021 – Warteliste | **WIEDER DA:** Mi, 8.12. bis Fr, 10.12.2021 | € 267,50* alles inklusive

Singen is unsre Freud | Singwoche mit Barbara Hatzl und Fritz Frohofer
So, 19.9. bis Fr, 24.9.2021 | € 385,50* alles inklusive

Kirchen, Schlösser & Wein | Urlaub für Wanderbegeisterte mit Ria Haider
Fr, 8.10. bis So, 10.10.2021 | € 182,00* alles inklusive

Eine heilsame Zeit für mich | Auszeit für Frauen und Paare mit Monika Brolli
Fr, 10.12. bis So, 12.12.2021 | € 165,00* alles inklusive

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

Fasten im Haus der Frauen

Loslassen – wir befreien uns von all dem Ballast an Körper, Geist und Seele, der sich angesammelt hat. Stattdessen laden wir die Leichtigkeit ein! Du kehrst erleichtert, gestärkt und mit vielen Tipps für die Nachfastenzeit wieder heim.

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

WIEDER DA: Fasten nach der Hildegard-Heilkunde | Dinkelbrot-Fasten mit Kerstin Schierl und Ulrike Pacnik-Lueger
So, 7.3. bis Fr, 12.3.2021 | € 632,50* alles inklusive

Basenfasten – federleicht | Eintauchen in einen wahren Jungbrunnen mit Paula Schadler und Ulrike Pacnik-Lueger | € 632,50* alles inklusive
Frühling: So, 21.3. bis Fr, 26.3.2021 | Sommer: So, 25.7. bis Fr, 30.7.2021

Im Wenigen die Fülle entdecken | Fasten nach der Buchinger/Lütznern-Methode mit Martina Freissegger
So, 24.10. bis Sa, 30.10.2021 | € 709,00 0* alles inklusive



Foto: Rainer Junnatti

Exerzitien im Haus der Frauen

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

Frauen und Männer sind bei allen drei Terminen herzlich willkommen!

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

Ignatianische Einzelexerzitien | mit Sr. Amata Rindler SDS und Pfarrer Gottfried Klima | So, 18.7. bis So, 25.7.2021 | € 815,50 alles inklusive

Da SEIN für das, WAS IST | Exerzitien mit Sr. Evelyne Ender rscj
Mo, 4.10. bis Fr, 8.10.2021 | € 475,00 alles inklusive

Der Verwandlung trauen | Besinnungstage mit Abt em. Otto Strohmaier OSB
Mo, 8.11. bis Mi, 10.11.2021 | € 207,00 alles inklusive



Foto: Haus der Frauen

Pilgernd unterwegs sein

Unterwegs sein und bei sich ankommen – das ist Pilgern. 2021 konnten wir unser Angebot für dich noch ausbauen!

Den Weg zu sich gehen | Biografisches Arbeiten & achtsames Gehen
Fr, 16.7. bis So, 18.7.2021 | € 268,00* alles inklusive

Gemeinsam auf dem Weg | Fußwallfahrt für Frauen nach Mariazell
Mi, 18.8. bis Fr, 20.8.2021 | € 45,00 Kostenbeitrag zuzüglich Nächtigung und Verpflegung unterwegs

Pilgern mit Maria, Stephanus, Pankratius | Pilgern zu Wallfahrtsorten in der Region | Fr, 3.9. bis So, 5.9.2021 | € 198,00* alles inklusive

Singende Wallfahrt | Über den Teufelstein durch's Joglland zum Stift Vorau
Fr, 17.9. bis Mo, 20.9.2021 | € 240,00 Teilnahmebeitrag zuzüglich Nächtigungen, Verpflegung und Transfer

Pilgern für Schnecken | Therapeutisch-spirituelles Pilgern in der Oststeiermark
Fr, 24.9. bis Di, 28.9.2021 | € 572,50* alles inklusive

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



Foto: Rosina Lamprecht

Aktiv entspannen im Haus der Frauen

Entspannung pur und doch aktiv sein! Diese Auszeit-Angebote bieten beides. Blühe auf, wenn du mit Meditationen und Körperreisen in deine Mitte kommst. Sei einfach wieder einmal faul und gönne dir ein Mittagsschläfchen. Werde aktiv mit Yoga, Wandern oder auch Jongoma. Sich selbst wieder gut spüren ist hier Programm.

Für dich: Unsere Angebote 2021

Krafttage mit Yoga, Wandern & Meditation | Zeit zum Still werden und Kraft schöpfen | NEU: Mo, 17.5. bis Do, 20.5.2021 | Mo, 6.9. bis Do, 9.9.2021
jeweils € 286,50* alles inklusive

Jongoma – ein urweiblicher Weg | Im Kreis des Lebens Frau sein
Sa, 21.8. bis So, 22.8.2021 | € 167,50* alles inklusive

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



Foto: istock.com

NEU – Kreative Achtsamkeit

Im kreativen Tun Achtsamkeit üben! Diese neuen Auszeit-Angebote ermöglichen beides. Entfalte deine Talente und genieße es in vollen Zügen. Viel Spaß bei deiner Me-Time – deiner Zeit nur für dich!

Ikonen – Fenster zur Ewigkeit | Ikonenmalkurs mit Silva Bozinova-Deskoska und Vesna Deskoska | Mo, 26.4. bis Do, 29.4.2021 | € 310,50* alles inklusive + € 60,00 Materialkosten

Lustvolles Experimentieren mit Farbe | Kreative Maltage mit Margit Resch
Mo, 19.7. bis Mi, 21.7.2021 | € 272,00* alles inklusive

Achtsam, närrisch & weise | Spirituelle Tage mit der Clownin in mir für Frauen
Do, 5.8. bis Fr, 6.8.2021 | € 177,50* alles inklusive

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



Foto: Haus der Frauen

durchatmen & frei sein!

Auszeit-Angebote 2021

Österr. Post AG, MZ 172041245M

Zum Verschenken oder selbst Genießen

Frauenreise: Von der Donau an die Moldau – alte Städte, buntes Leben

Montag, 26. Juli bis Freitag, 30. Juli 2021

Unsere 5. Frauenreise führt uns ins Mühlviertel und in reizvolle Gebiete über die Grenze hinaus. Geplante Tagestouren vom Hotel direkt an der Donau: Passau in Bayern, Krumau in Tschechien, Stift Schlägl mit der Stiftsbrauerei und die Blaudruckerei in Bad Leonfelden. Detailinfos: www.hausderfrauen.at

Inkludiert: Fahrt mit Luxusreisebus, Unterbringung in einem 4* Wellness-Hotel inkl. Halbpension, Eintritte & Führungen, Schifffahrt, Reiseleitung



€ 710,00 alles inklusive im Doppelzimmer,
€ 100,00 Einzelzimmerzuschlag

Haus der Frauen – Bildung Spiritualität Auszeit | Bildungshaus der Diözese Graz Seckau
8222 Feistritztal, St. Johann b. H. 7 | T: +43 (0)3113/2207 (Mo-Fr 8.30 – 12.30 Uhr)

kontakt@hausderfrauen.at | www.hausderfrauen.at | [facebook.com/hausderfrauen](https://www.facebook.com/hausderfrauen)

KATHOLISCHE
KIRCHE STEIERMARK



Herzlich willkommen im Haus der Frauen

Die Seele baumeln lassen im oststeirischen Paradies

Für viele unserer Gäste sind wir eine „Oase“ inmitten einer immer hektischer werdenden und unsicheren Welt. Überzeuge dich selbst und verbringe eine kleine, feine Auszeit hier bei uns. Das Haus der Frauen, ein ehemaliges Kloster, ist eingebettet in die sanften Hügel der Oststeiermark, den Garten Österreichs, gelegen auf einer Anhöhe mitten im paradiesischen ApfelLand, nahe des Stubenbergsees. Unsere 17 Komfortzimmer sind gemütlich ausgestattet. Lasse dich von unserer regionalen & saisonalen Genussküche verwöhnen. Komm und bleib.

Lock up – Lock down: das Haus der Frauen & Corona

Auch unser Haus war 2020 massiv von den Auswirkungen der Corona-Krise betroffen. Wenn wir aufgrund eines weiteren Lock-downs geschlossen haben, entfallen leider auch die Auszeit-Angebote in dieser Zeit. Wenn du dich schon angemeldet hast, informieren wir dich persönlich. Aktuelle Infos findest du immer auf unserer neuen Homepage www.hausderfrauen.at. **Aber wenn wir offen haben, sind wir für dich da! Also: Folge einfach deiner Sehnsucht.**

Tipp: Corona-Special-Preise: auf Auszeit für mich und unsere Wohlfühltag und –wochenenden, Details: www.hausderfrauen.at



Wohlfühltag im Haus der Frauen

Geselligkeit, Relaxen & Spaß – dies steht bei den Wohlfühltagen im Vordergrund. Auch wenn du alleine kommst, verbringst du deinen Urlaub in netter Gemeinschaft. Eine erfahrene Urlaubsbegleiterin gestaltet den Tagesablauf und ist für die ganze Gruppe da. Du brauchst nichts planen oder organisieren und kannst deinen Urlaub so richtig genießen!

Für dich: Unsere Angebote 2021

Wohlfühltag | meist Sonntag bis Mittwoch | € 229,50* alles inklusive
17.1. bis 20.1. | 7.2. bis 10.2. | 7.6. bis 10.6.2021

Wohlfühlwochenende | jeweils Freitag bis Sonntag | € 153,00* alles inklusive
5.3. bis 7.3. | 13.8. bis 15.8. | 19.11. bis 21.11.2021

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



NEU – Wohlfühltagesspezial

Du möchtest als Frau alleine ein paar Tage Auszeit genießen, aber ein Austausch mit Gleichgesinnten wäre auch ganz nett? Bei diesem neuen Angebot von uns ist beides möglich! Ausprobieren und kommen lohnt sich!

Wohlfühltag | Auszeit & Begegnung speziell für ehrenamtlich engagierte Frauen
Mo, 26.4. bis Do, 29.4.2021 | € 229,50* alles inklusive

Wohlfühltag | Auszeit & Begegnung speziell für Frauen im Übergang zur Pension
Mo, 30.8. bis Do, 2.9.2021 | € 229,50* alles inklusive

Wohlfühlwochenende | Auszeit & Begegnung speziell für Unternehmerinnen und Bäuerinnen | Fr, 17.9. bis So, 19.9.2021 | € 153,00* alles inklusive

Wohlfühltag | Auszeit & Begegnung speziell für alleinlebende Frauen
Mo, 11.10. bis Do, 14.10.2021 | € 229,50* alles inklusive

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



Auszeit für mich

Endlich Zeit für mich! Endlich frei sein! Weg von all den Verpflichtungen, die im Job oder auch zu Hause warten, und ganz für mich da sein. Das ist eine Auszeit für mich im Haus der Frauen. Du bist herzlich willkommen – jederzeit! Eine ehrenamtliche Mitarbeiterin ist für dich und alle weiteren Gäste da und steht für Auskünfte zur Verfügung. Abends zum Ausklingen lassen: kurze spirituelle Impulse um „7 nach 7“. **Tipp:** Erkunde die Schätze der Oststeiermark oder buche eines unserer vielfältigen Bildungsangebote! **Extra-Tipp:** Corona-Special-Preise für Wohlfühltag und Auszeit für mich. Details: www.hausderfrauen.at.

Für dich inkludiert:

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

* Die Preise verstehen sich inklusive Steuern und Abgaben, eines alkoholfreien Getränks bei den Mahlzeiten und Nutzung der Infrarotkabine. Zusätzlich € 1,50 Nächtigungsabgabe pro Person/Nacht, gültig ab zwei Nächten. Eine-Nacht-Zuschlag: € 7,00/Person.

Mit Liebe Freude schenken

Gutscheine für das Haus der Frauen sind ein überaus beliebtes Geschenk – besonders jetzt in unsicheren Zeiten wie diesen. Sie sind auf das gesamte Auszeit- und Bildungsangebot vom Haus der Frauen einlösbar!

Jederzeit in selbst gewählter Höhe erwerbbar! Nicht in bar ablösbar.

Bestellung unter Tel.: +43 (0)31113/2207 (Mo bis Fr 8.30 – 12.30 Uhr) unter kontakt@hausderfrauen.at oder auf www.hausderfrauen.at.

aktuelle Winteraktion*

10 % Rabatt

beim Kauf von

Haus der Frauen-Gutscheinen ab einem Einkaufswert von € 100,00

Herzlich willkommen

* Gültig ab 1. Dezember 2020 bis 31. Jänner 2021. Hinweis: Betriebsurlaub von 19.12.2020 bis 10.1.2021.