



## Auszeit & Begegnung

### Perlen der Lebendigkeit

Verbinde deinen Urlaub mit Dingen, die du liebst und spüre deine Lebendigkeit bis in die Zehenspitzen! Du singst gerne beherzt? Oder du hast richtig Lust, dein Schreibtalent auszuleben – in der Gruppe, alleine oder auch in der Natur? Dann bist du bei diesen Angeboten genau richtig! Ausgebildete und versierte Referent\*innen leiten dich an und ermöglichen neue Perspektiven und/oder eine Vertiefung.

#### Für dich: Unsere Angebote 2023

**Fein sein, beinander bleiben** | Singwoche mit Barbara Hatzl und Fritz Froihofer  
So, 22.1. bis Fr, 27.1.2023 | € 433,00\* alles inklusive

**Die Stimme der Frauen** | Sing-Workshop mit Eva Campbell-Haidl  
So, 13.8. bis Di, 15.8.2023 – Warteliste | € 280,50\* alles inklusive

**NEU: Schreibend in die 4 Element eintauchen** | Schreibseminar in der Natur mit Heidi Rath und Maren Pressinger-Buchsbaum

Fr, 25.8. bis So, 27.8.2023 | € 272,00\* alles inklusive

**Die Lust am Schreiben** | Kreative Schreibwerkstatt mit Hedwig Dejaco  
Mo, 28.8. bis Do, 31.8.2023 | € 343,00\* alles inklusive

**Singen is unsre Freud** | Singwoche mit Barbara Hatzl und Fritz Froihofer  
So, 1.10. bis Fr, 6.10.2023 | € 433,00\* alles inklusive

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



### Perlen der Leichtigkeit: Fasten

Detoxing pur – das ist Basenfasten. Bei dieser Fastenmethode wird der Körper richtig entsäuert. Zusätzliches Plus: deine Haut strahlt! Außerdem laden wir die Leichtigkeit ein, denn ein paar Kilos sollten auch purzeln ...

**Für dich inkludiert:** Nächtigung im Einbettzimmer, Fastenvollpension, einfühlsame Fastenbegleitung, gemeinsame Gespräche, Zeit für dich, Infrarotkabine, Steinlabyrinth, spirituelle Impulse, Entspannungseinheiten, Leberwickel, Kneipp-Anwendungen, Bewegung, Teilmassage, Impulse für die Nachfastenzeit  
**Erforderlich:** Vorgespräch mit den Fastentrainer\*innen

**GENUSSFASTEN 65+** | Basenfasten für Menschen ab 65 mit Paula Schadler und Ulrike Pacnik-Lueger  
So, 5.3. bis Fr, 10.3.2023 | € 690,00

**Basenfasten – federleicht** | Eintauchen in einen wahren Jungbrunnen mit Paula Schadler und Ulrike Pacnik-Lueger  
Frühlingstermin: So, 19.3. bis Fr, 24.3.2023 | € 690,00  
Herbsttermin: So, 24.9. bis Do, 28.9.2023 | € 569,00



### Perlen der spirituellen Tiefe

Meine Begegnung mit dem Göttlichen: Dahin wollen Besinnungstage abseits des Alltags als Zeiten der Einkehr und geistlichen Übungen führen. Bei den „Heilsamen Tagen“ richten wir den Blick auf unser Leben und lassen uns von einem spirituellen Impuls stärken.

**Heilsame Tage vor Ostern** | Auszeit für Frauen und Paare mit Monika Brolli  
Fr, 31.3. bis Palmsonntag, 2.4.2023 | € 187,00\* alles inklusive

**Der Verwandlung trauen** | Besinnungstage mit Abt em. Otto Strohmaier OSB  
Mo, 6.11. bis Mi, 8.11.2023 | € 216,50\* alles inklusive

**Eine heilsame Zeit für mich** | Auszeit für Frauen und Paare mit Monika Brolli  
Fr, 8.12. bis So, 10.12.2023 | € 187,00\* alles inklusive

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



### Pilger-Perlen

Unterwegs sein und bei sich ankommen. Sich voll Vertrauen in die Hände Gottes begeben. Die wunderbare Natur mit allen Sinnen erleben. Das ist Pilgern. Freue dich auf vielfältige Pilger-Angebote!

**Frühlingserwachen und Wege zu sich gehen** | Biografisches Arbeiten & achtsames Gehen mit Ingeborg B. Hofbauer  
Fr, 3.3. bis So, 5.3.2023 | € 277,00\* alles inklusive

**Pilgerwege „Wurzeln, Wasser & Licht“** | Unterwegs zu Wallfahrtszielen in der Region mit Ria Haider und Barbara Hatzl  
Fr, 1.9. bis So, 3.9.2023 | € 226,50\* alles inklusive

**Singende Wallfahrt** | Durch den Naturpark Grebenzen zur Wallfahrtskirche Maria Schönanger und Stift St. Lambrecht mit Nikola Laube und Gina Zenz  
Fr, 22.9. bis Mo, 25.9.2023 | € 240,00 Teilnahmebeitrag inklusive Jodelkurs und Wanderbegleitung, exkl. persönliche Verpflegung, Nächtigung und Transfers

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



### Perlen der Achtsamkeit

Entspannung pur und doch aktiv sein oder kreativ werden und ganz in deiner Tätigkeit aufgehen – wir bieten die perfekte Mischung!

**Ikone – Fenster zur Ewigkeit** | Ikonenmalkurs mit Silva Bozinova-Deskoska und Vesna Deskoska | Mo, 30.1. bis Do, 2.2.2023 | € 333,00\* zuzüglich Materialkosten (ca. € 60,00)

**Mich von Farben berühren lassen** | Mal-Workshop mit Margit Resch  
Fr, 24.2. bis So, 26.2.2023 | € 262,00\* zuzüglich Materialkosten

**Jongoma – ein urweiblicher Weg** | Im Kreis des Lebens Frau sein mit Andrea Walenta | Do, 24.8. bis Fr, 25.8.2023 | € 169,50\* alles inklusive

**Krafttage mit Yoga, Wandern & Meditation** mit Marietheres Arvay und Ria Haider | Frühlingstermin: Mo, 8.5. bis Do, 11.5.2023 | € 315,50\* alles inklusive  
Herbsttermin: Mo, 4.9. bis Do, 7.9.2023 | € 315,50\* alles inklusive

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

# Komm Perlen tauchen

Haus der Frauen  
Bildung Spiritualität Auszeit

Auszeit-Angebote 2023

## Zum Verschenken oder selbst Genießen

### Kultur & Natur trifft Poesie Frauenreise: Erlebnis Norditalien

Montag, 24. Juli bis Freitag, 28. Juli 2023

Unsere 6. Frauenreise führt uns nach Norditalien, in landschaftlich reizvolle Gebiete der Gegend Friaul, von Julisch-Venetien bis zum Grenzgebiet nach Slowenien. Geplante Tagestouren: Pontebba, Cividale, Spielimbergo, Görz – die Grenzstadt zwischen Italien und Slowenien, Heiligengeistkirche von Javorca und Museum in Kobarid – Mahnmale für den Frieden, Schloß Duino bei Triest mit dem Rilkeweg und Heimfahrt über Slowenien. Detailinfos: [www.hausderfrauen.at](http://www.hausderfrauen.at)

Voraussichtlich € 790,00 alles inklusive im Doppelzimmer



Foto: E. A. Dalgado

Österr. Post AG, MZ 17Z041245M

Foto: shutterstock.com

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

KATHOLISCHE  
KIRCHE STEIERMARK

## Komm Perlen tauchen ins Haus der Frauen

### Die Seele baumeln lassen im oststeirischen Paradies

Nutze unser Haus als „Oase“ inmitten einer immer hektischer werdenden Welt. 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, nicht weit vom Stubenbergsee. Unsere 17 Komfortzimmer sind gemütlich ausgestattet. Lasse dich von unserer regionalen & saisonalen Genussküche verwöhnen.

**Komm und öffne dich dem Leben!**

### Perlen finden.

Bei uns kommst du zur Ruhe. Unser selbstgebautes Steinlabyrinth führt dich in deine Mitte. Die schöne Aussicht über die Hügel weitet deinen Blick. Unser Meditationsraum erlaubt dir eine Innenschau. In der wunderbaren Natur- und Kulturlandschaft der Oststeiermark kannst du richtig auftanken. Aber auch weltliche Dinge wie W-Lan, Gratis-Parkplätze und eine Infrarotkabine mit Ruheraum stehen zur Verfügung.

**Entdecke unser Haus für dich und finde deine persönlichen Perlen!**



Foto: shutterstock.com

## Perle der Freiheit Nächtigen im Haus der Frauen

Du bist herzlich willkommen – jederzeit! Entdecke die vielen einzigartigen Plätze und kulinarischen Schätze der Oststeiermark! Erlebe die Apfelblüte im Frühling, komm zum Baden im nahen Stubenbergsee und genieße die vielen Wander- und Radwege in unserer malerischen Hügellandschaft. Lebe deine Freiheit! Radfahrer\*innen sind herzlich willkommen – auch mit dem eigenen Bike!



### Für dich inkludiert:

- Nächtigung im Einbett- oder Zweibettzimmer
  - Frühstück, Halbpension oder Vollpension auf Anfrage
  - Variante Nächtigung exkl. Frühstück: € 35,00\* im Einbettzimmer
- Variante Nächtigung/Frühstück: € 43,00\* im Einbettzimmer**  
Variante Nächtigung/Halbpension: € 55,50\* im Einbettzimmer  
Variante Nächtigung/Vollpension: € 65,00\* im Einbettzimmer

\* Die Preise verstehen sich inklusive eines alkoholfreien Getränks bei den Mahlzeiten und Nutzung der Infrarotkabine. **Zuzüglich** € 2,50 Nächtigungsabgabe pro Person/Nacht. Gültig ab zwei Nächten. Eine-Nacht-Zuschlag: € 9,00/Person.

## Perlen der Auszeit & Begegnung Wohlfühltag

Geselligkeit & Spaß – das steht bei den Wohlfühltagen im Vordergrund. Auch wenn du alleine kommst, verbringst du deinen Urlaub in netter Gemeinschaft. Eine erfahrene ehrenamtliche Leiterin für Auszeit & Begegnung gestaltet den Tagesablauf und ist für die ganze Gruppe da. Du brauchst nichts planen oder organisieren und kannst deinen Urlaub in vollen Zügen genießen!

### Für dich: Unsere Angebote 2023

**Wohlfühltag** | jeweils Montag bis Donnerstag | € 258,00\* alles inklusive  
16.1. bis 19.1. | 13.2. bis 16.2. | 6.3. bis 9.3. | 22.5. bis 25.5. | 19.6. bis 22.6. | 13.11. bis 16.11.2023

**Wohlfühlwochenende** | jeweils Freitag bis Sonntag | € 172,00\* alles inklusive  
21.4. bis 23.4. | 18.8. bis 20.8. | 27.10. bis 29.10.2023

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

## Mit Liebe Auszeit-Perlen schenken

Schenke doch heuer eine Auszeit, die individuell buchbar ist! Mit unseren Gutscheinen liegst du damit genau richtig.

### Geschenke-Tipp: Gutscheine

für das Haus der Frauen – Bildung Spiritualität Auszeit  
Einlösbar auf das gesamte Auszeit- und auch Bildungsangebot des Hauses!

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

### Gutschein-Bestellung:

T: +43 (0)3113/2207 (Mo bis Fr 8.30 – 12.30 Uhr)

E: [kontakt@hausderfrauen.at](mailto:kontakt@hausderfrauen.at)

Gerne senden wir deine bestellten Gutscheine auch per Post zu (zuzüglich Portokosten).

### WINTERAKTION\*:

# 10 % Rabatt

beim Kauf von

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

\* Gültig ab 1. Dezember 2022 bis 31. Jänner 2023. Hinweis: Betriebsurlaub von 22.12.2022 – 8.1.2023