

# Herzlich willkommen!

urlauben 2018

*Auszeit – zur Ruhe kommen – Neues entdecken – die Seele baumeln lassen – entschlammigen – ganz für mich da sein – genießen – Kraft tanken*

Foto: Shutterstock

## Zum Verschenken oder Selbst genießen

### Fasten mit Pferdeglück

Sonntag, 27. Mai bis Samstag, 2. Juni 2018

Begrüßen wir mit allen Sinnen den Sommer und laden wir die Leichtigkeit ein! Wir verzichten auf feste Nahrung nach Dr. Buchinger und arbeiten energetisch mit Pferden, die das Herz öffnen und Einblicke in unser Inneres ermöglichen.

**Inkludiert:** Fastenvollpension, Fastenbegleitung, Infrarotkabine, Entspannungseinheiten, Leberwickel, Bewegung, Impulse für die Nachfastenzeit, Teilmassage, vier Einheiten „Pferdeglück“ mit Naturheiltherapeutin Christa Bichlmayr

€ 629,- alles inklusive pro Person im Einzelzimmer



Foto: Naturheilpraxis Leibner

Österr. Post AG, MZ 17Z041245M

Haus der Frauen | Bildungshaus der Diözese Graz Seckau | 8222 St. Johann b. H. 7  
T: 03113/2207 (Mo-Fr 8.30 – 12.30 Uhr) | E: kontakt@hausderfrauen.at  
www.hausderfrauen.at | www.facebook.com/hausderfrauen | DVR 0029874(114)

KATHOLISCHE  
KIRCHE STEIERMARK

## 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 in Ihren Alltag zurück. Dieser Urlaub macht Sie lebendig!

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

### Unsere Termine:

**Basenfasten – federleicht** | Eintauchen in einen wahren Jungbrunnen:

So, 11.3. bis Fr, 16.3.2018 | € 595,- alles inklusive

**Fasten mit Pferdeglück** | Fasten nach Buchinger inkl. Energiearbeit mit Pferden:

So, 27.5. bis Sa, 2.6.2018 | € 629,- alles inklusive

(zusätzlich inkludiert: 4 Einheiten Energiearbeit mit Pferden)

**Im Wenigen die Fülle entdecken** | Fasten nach Buchinger:

Fr, 9.11. bis Fr, 16.11.2018 | € 639,- alles inklusive

(zusätzlich inkludiert: Gesprächseinheiten mit Sr. Amata Rindler, SDS)

## 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 wichtige Merkmale. Sie erlauben eine Schau auf die wesentlichen Dinge im Leben und das Paradies 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 Pfarrer

Mag. Gottfried Klima

So, 22.7. bis So, 29.7.2018 | € 619,50 alles inklusive

**Einzelexerzitien bei Sr. Hildegard Altmann OSB**, Kloster St. Gabriel

Anfragen bitte direkt unter kloster.st.gabriel@utanet.at

## 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- und 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 2018. Hinweis: Betriebsurlaub von 21.12.2017 – 7.1.2018

Herzlich  
willkommen



Foto: Almuth Kunrath



Foto: Werner Bittel



Foto: Werner Bittel

## Genussvoll urlauben im Haus der Frauen

### Die Seele baumeln lassen im oststeirischen Paradies

Viele nennen uns „Oase“ inmitten einer immer hektischer werdenden Welt, einige kommen „heim“, die meisten nutzen unser Haus für eine Auszeit und tun sich selbst Gutes. 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 regionalen Genussküche verwöhnen. Entdecken Sie uns als Ihren persönlichen Kraftort. Wir freuen uns auf Sie!

### Urlauben zwischen Himmel und Erde

Das Haus der Frauen bietet einen wunderbaren Rahmen zum Urlauben speziell für Frauen. Ein Meditationsraum, aber 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 in der Gruppe - Sie kehren entspannt, gestärkt und beseelt in Ihren Alltag zurück. **Tipp:** Entdecken Sie unsere Fasten- und Exerzitienangebote!



Foto: shutterstock

## Zeit für mich | Zeit für mich

Ob spontan oder langfristig geplant, alleine, zu zweit oder mit Freundinnen: Sie sind jederzeit willkommen und gestalten Ihren Urlaub, wie Sie es möchten. Zum abendlichen 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 um 19.07 Uhr
  - wahlweise mit Frühstück/Halbpension oder Vollpension
- Variante NÄ/Frühstück: € 38,50\* im Einzelzimmer**  
 Variante NÄ/Halbpension: € 48,50\* im Einzelzimmer  
 Variante NÄ/Vollpension: € 56,50\* im Einzelzimmer

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



Foto: Margit Resch

## Package: Genussvolles Aufblühen im Haus der Frauen

### Erleben Sie die Apfelblüte im ApfelLand mit allen Sinnen.

Machen Sie es wie Eva und lassen Sie sich vom Apfel(Land) verführen. Im Frühling, wenn alles grünt und blüht, bietet das Haus der Frauen den idealen Rahmen für zahlreiche Wanderungen und Ausflüge. Als ehemaliges Kloster auf einer Anhöhe mit wunderbarem Weitblick gelegen, kommen Sie nach Ihren Erkundungstouren bei uns zur Ruhe.

**Haus-der-Frauen-Tipp:** Meditieren Sie unter einem blühenden Apfelbaum über die Fülle und den Reichtum in Ihrem Leben!

### Für Sie inkludiert:

- **Montag bis Donnerstag:** 3 x Nächtigung/Frühstück im Einzelzimmer
- 2 x dreigängiges Menu abends am Montag & Dienstag
- 1 x saisonales 4-Gang-Genussmenu „Frühlingserwachen“ mit den Schätzen aus dem ApfelLand am Mittwochabend inklusive regionaler Weinbegleitung
- Begrüßungsgetränk
- Spiritueller Impuls zum Mitnehmen zum Thema „Aufblühen“
- „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, das Package ist gültig von 1. März bis 31. Mai 2018



Foto: shutterstock

## Wohlfühltag

„Gemeinsam das Leben genießen“ – dieses Motto steht bei den Wohlfühltagen im Vordergrund. Auch wenn Sie alleine kommen, genießen Sie Ihren Urlaub in netter Gemeinschaft. Eine erfahrene Urlaubsbegleiterin gestaltet den Tagesablauf und ist während Ihres Aufenthalts für die ganze Gruppe da. Sie machen Urlaub *einfach zum Wohlfühlen* und *einfach miteinander*.

### Für Sie – unsere Angebote 2018

**Wohlfühltag**, jeweils Sonntag bis Mittwoch | **€ 214,50\*** alles inklusive  
 14.1. bis 17.1. | 27.5. bis 30.5. | 30.7. bis 2.8. | 14.10. bis 17.10.2018

**Wohlfühlwochenende**, jeweils Freitag bis Sonntag | **€ 143,-\*** alles inklusive  
 26.1. bis 28.1. | 4.5. bis 6.5. | 31.8. bis 2.9. | 26.10. bis 28.10. |  
 23.11. bis 25.11.2018

**Sommerwoche** mit Maria Eder-Schützenhofer  
 So, 24.6. bis Fr, 29.6.2018 | **€ 357,50\*** alles inklusive

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



Foto: pixabay

## Zeit für Besonderes | Zeit für B'sundrigs

Ob Singen, heilsame Gespräche und Impulse, verschiedene Übungen zum Fit- und Aktivbleiben – diese Urlaube in Gemeinschaft bieten besondere Schwerpunkte. Auch hier gestaltet eine erfahrene Urlaubsbegleiterin den Tagesablauf.

### Für Sie – unsere Angebote 2018

**Fein sein, beinander bleiben** | Singwoche mit Barbara Hatzl und Fritz Frohofer  
 So, 21.1. bis Fr, 26.1.2018 | **€ 355,50** alles inklusive im Einbettzimmer

**Heilsame Tage vor Ostern** mit Monika Brolli  
 Fr, 23.3. bis Palmsonntag, 25.3.2018 | **€ 155,-** alles inklusive im Einbettzimmer

**LiMa - Lebensqualität im Alter** | Urlauben 60+ mit Hannelore Götzhaber  
 So, 22.4. bis Fr, 27.4.2018 | **€ 342,50** alles inklusive im Einbettzimmer

**Krafttage mit Wandern, Yoga & Meditation** mit Ria Haider und Stefanie Maier  
 Mo, 3.9. bis Do, 6.9.2018 | **€ 229,-** alles inklusive im Einbettzimmer

**Singen is unsre Freud** | Singwoche mit Barbara Hatzl und Fritz Frohofer  
 So, 16.9. bis Fr, 21.9.2018 | **€ 355,50** alles inklusive im Einbettzimmer

**Eine heilsame Zeit für mich** mit Monika Brolli  
 Fr, 14.12. bis So, 16.12.2018 | **€ 155,-** alles inklusive im Einbettzimmer