

Alles, was FRAU gut tut

Wohlfühltag für Frauen

inmitten der kraftvollen Natur und Schönheit
der Südtiroler Berge



vom 21. bis 25. Juni 2017



im Kloster Neustift bei Brixen

Anmeldeformular Frauentage 2017 21. bis 25. Juni 2017

Anmeldeschluss: 08. Mai 2017

Vor- und Zuname: _____

Geburtsdatum, Geburtsort: _____

Straße: _____

PLZ, Ort, Land: _____

Telefon / Vorwahl angeben: _____

Email: _____

Ich habe den Teilnehmerbetrag von 525 € am _____

überwiesen.

Unterschrift: _____

Die Anmeldung ist mit Überweisung des Betrages gültig.

Unsere BANKVERBINDUNG:

Kontoinhaber: Südtiroler in der Welt

Südtiroler Sparkasse

IBAN: IT 68 A 060 4511 6010 0000 0371 000 BIC: CR BZ IT 2B 001

Kennwort: Frauentage 2017 (bitte angeben)

Bitte senden Sie dieses Formular innerhalb 08. Mai 2017 mittels E-mail an:

Südtiroler in der Welt

Pfarrplatz 3, I - 39100 Bozen

Email: suedtiroler-welt@kvw.org

Tel. 0039 0471 309 176

Veranstalter:

Südtiroler in der Welt

Pfarrplatz 31

I-39100 Bozen

Tel. +39 0471 309176

Email: suedtiroeler-welt@kvw.org



Alles, was FRAU gut tut

Wohlfühltag für Frauen im Zeichen der Urelemente des Lebens

Abschalten, entschleunigen und Vitalkraft auftanken mit den Kräften der Natur. Bereits Sebastian Kneipp wusste: „Die Natur schenkt uns alles, was wir zum Leben brauchen.“

Die Frauenwohlfühltag für SüdtirolerInnen in der Welt vom 21. bis 25. Juni 2017 stehen ganz im Zeichen der Südtiroler Heil- und Gewürzpflanzen, der Elemente der Erde und der Sonnenkraft der Mittsommertage inmitten der kraftvollen Natur und Schönheit der Südtiroler Berge. Gleichzeitig stärken wir uns mit natürlichen Heilmitteln in und aus der Natur und widmen uns unserer inneren und äußeren Sonnenkraft und den natürlichen und einfachen Dingen.

Markante und einschneidende Abschnitte im Leben einer Frau gehen nicht immer spurlos vorbei. Doch ist für alle Lebensphasen ein entsprechendes "Kraut" gewachsen, das uns hilft, uns in unserer „Haut“ wohlfühlen und uns selbst anzunehmen. Körper, Geist und Seele im Alltag optimal zu pflegen, ist das Ziel dieses Workshops. Während der Frauenwohlfühltag erfahren Sie Nützliches rund um die Zusammenhänge und die Kreisläufe der Natur und über die Anwendung und Herstellung von altbewährten Hausmitteln „für Körper, Geist und Seele“. Dazu gibt es Kräuterwanderungen, Kneippanwendungen, Anwendungstipps und Rezepte für Daheim, Meditationen, Gastronomie und Geselligkeit.

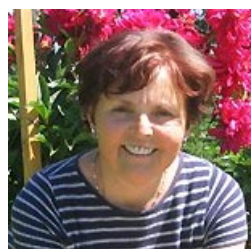
Monika Engl, diplomierte Kneipp- und Gesundheitstrainerin-, Entspannungs- und Qigong Trainerin, Lebens- und Ritualbegleiterin und Tanzpädagogin, beglei-



tet Sie in ihrem Programm zum Thema **„Das Leben feiern zur Sonnenwende – Der Mensch im Einklang mit der Natur“**. Es erwartet

Sie ein Vitalparcours zu den Themen Gesundheit, Ernährung und Lebensordnung, eine Wanderung von Neustift zur Kneipp-Anlage nach Schalders mit Wasseranwendungen und gesunder Bewegung.

Hildegard Kreiter, Kneipp-Gesundheits- und Gedächtnistrainerin, Buchautorin und Kräuterexpertin, begleitet Sie zum Thema **„Markante und einschneidende Abschnitte im Leben einer Frau“**. Entdecken Sie, wie Sie Ihr Wohlbefinden steigern können! Dazu gibt



es praktische Anwendungen, die Herstellung eines Frauenessigs, einer Heilsalbe und besondere Rezepte für daheim.

Von Seiten der Arbeitsstelle Südtiroler in der Welt begleiten Sie **Maria Mall-eier** und **Maria Luise Schuurbiers**.

Genießen Sie die Naturkraft der Südtiroler Alpen, das gepflegte und zauberhafte Ambiente von Neustift, die mediterrane und die traditionelle Küche, die hauseigenen und charaktervollen Weine des Weingutes von Neustift und einen sommerlichen und entspannten Stadtspaziergang in Brixen.

Unterkunft:

Bildungshaus Kloster Neustift
Stiftstraße 1, I - 39040 Vahrn bei Brixen



An und Abreise:

Anreise: ab 14:00 Uhr, MITTWOCH, 21. Juni 2017,
Kloster Neustift

Treffpunkt um 16:00 Uhr im Aufenthaltsraum

Abreise: SONNTAG 25. Juni 2017, Kloster Neustift, nach dem Mittagessen

Preis: Unterbringung im **Einzelzimmer** mit **Vollpension 525,00 €** pro Person

Im Preis inbegriffen:

- Kneippen-, Kraft- und Entspannungsseminare mit Lebensberaterin und Kneipp- und Gesundheitstrainerin **Monika Engl**
- **Kneipp-Wasseranwendungen** in Schalders und Neustift
- Genuss-, Wohlfühl-, Kräuterwanderung und -seminar mit **Hildegard Kreiter**
- Herstellung von Hausmitteln für praktische Anwendungen (Frauenessig, Heilsalbe und besondere Rezepte)
- Führung durch das Kloster Neustift
- Führung durch den historischen klostereigenen Kräutergarten
- Weinverkostung im gemütlichen Stiftskeller von Neustift
- Spritueller Frauenfeier „**Was die Seele braucht**“ mit **Renate Rottensteiner**
- Umfassende Begleitung durch unsere Vorstandsmitglieder **Maria Malleier** und **Maria Luise Schuurbiers**.



Nicht im Preis inbegriffen:

- Kosten für die Anreise und für die Heimreise, und für Aktivitäten, die nicht im Programm vorgesehen sind
- Mittagessen am Tag der Abreise: Sonntag 25.06.2017
- Kurtaxe

Stornokosten bei Rücktritt:

- ab 09. Mai 2017 – **25% des Teilnehmerbetrages**
- ab 29. Mai 2017 – **60% des Teilnehmerbetrages**
- ab 09. Juni 2017 – **100 % des Teilnehmerbetrages**

Anmeldeschluss: 08. Mai 2017