

Programm 2021

Aktuelle Infos zu möglichen
Terminverschiebungen
finden Sie auf unserer Website:
www.schlossgoldegg.at



BEGEGNUNGEN

auf Schloss Goldegg



Seminare für Gesundheit, Lebenslust & Wandel

www.schlossgoldegg.at

Hinweise zu Programm und Anmeldung



{anmelden}

Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung mit einer Buchungsnummer. Überweisen Sie bitte die gesamte Seminargebühr mit Angabe dieser Buchungsnummer auf das Konto: „**Begegnungen**“ bei der Raiffeisenbank Goldegg:
IBAN: AT12 3505 5000 0202 5666 BIC: RVSAAT2S055



{früh:buchen}

Bei Buchung bis spätestens 3 Monate vor Seminarbeginn gibt es 10% Frühbucherrabatt auf die Seminargebühr. Stichtag ist der Einzahlungstag.



{verbindlichkeit}

Für eine erfolgreiche Abwicklung unserer Seminare ist es notwendig, Sie um Verbindlichkeit zu bitten. Deshalb ist Ihr Platz erst mit der Einzahlung der Seminargebühr gebucht.



{stornobedingungen}

Bis 30 Tage vor Seminarbeginn € 22,- (Bearbeitungsgebühr); danach 50 %, ab dem 3. Tag vor Seminarbeginn der gesamte Seminarbetrag. Bei zu geringer Teilnehmerzahl behalten wir uns vor, das Seminar abzusagen. Der Beitrag wird voll rückerstattet, weitere Ansprüche können nicht abgeleitet werden.



{gemeinsam}

Bei ausreichender Teilnehmerzahl gibt es einen **kostenlosen** Platz für „Kulturpass“-Besitzer oder Personen in finanziellen Notlagen. Kontaktieren Sie uns dafür einfach!



{fürs:leben:lernen}

Unser Programm wird laufend auf Anrechenbarkeit als Weiterbildung für verschiedene Berufsgruppen überprüft. Bitte erkundigen Sie sich dazu bei uns.



{hinweise}

Die Teilnahme an Seminaren geschieht in Eigenverantwortung. Aus eventuellen Folgen können keine Ansprüche abgeleitet werden. Sie verpflichten sich mit Ihrer Anmeldung zu Verschwiegenheit gegenüber Außenstehenden bezüglich persönlicher Mitteilungen anderer Gruppenmitglieder.

IMPRESSUM

Kulturverein SCHLOSS GOLDEGG

Hofmark 1, 5622 Goldegg, +43 6415 8234-0

office@schlossgoldegg.at www.schlossgoldegg.at

Titelbild: stockadobe ; die Porträts wurden von den ReferentInnen zur Verfügung gestellt.

Gedruckt nach der Richtlinie des Österreichischen Umweltzeichens

„Druckerzeugnisse“, print@smile-druck-gesellschaft.m.b.H. UW-Nr. 98

BEGEGNUNGEN auf Schloss Goldegg

Seminare für Gesundheit, Lebenslust und Wandel

Ein außergewöhnliches Jahr 2020 liegt hinter uns und was wir in dieser Krise lernen, ist flexibel zu sein, zuversichtlich zu bleiben und uns immer wieder auszurichten auf das Mögliche, auf das Gelingende, auf das Heile.

Heute scheint es wichtiger denn je, aktiv für die eigene Gesundheit zu sorgen und so finden Sie neben den bekannten Seminaren in Bereichen wie Systemischer Arbeit, Schamanismus oder Qigong, vermehrt Kurse zu Atemlehre, Yoga und anderen Themen wie Astrologie und Biokinematik.

Auch Kreatives kommt nicht zu kurz: Gesang und Musik sowie Tanz und Bewegung erinnern uns an unsere schöpferische Kraft und bringen Lebensenergie ins Fließen, wecken Lebensfreude.

Neu im Programm ist der Fokus auf unsere *Wandelwerkstatt*, die uns Werkzeuge mitgeben möchte, um aktiv einen Wandel hin zu einer zukunftstauglichen Welt, einem gesunden, solidarischen Miteinander, einer nachhaltigen Gesellschaft mitzugestalten. Ein Begriff, der benennen möchte, was seit vielen Jahren eine wichtige Ausrichtung im Schloss Goldegg ist:

- Permakultur-Grundausbildung (PDC) mit der Permakultur-Akademie im Alpenraum (PIA)
- Holzbau-Seminare mit der Firma Thoma
- Praxisseminare zu Kräuterkennen: vom Räuchern bis zu Tees und Tinkturen
- Vorträge der TCM zu Gesundheitsthemen
- Grundlagen des Systemischen Familienstellens mit Dr. Karl Heinz Domig: Basiswissen in vier Modulen 2021 / 2022
- Intervision & Mentoring für Systemisch Ausgebildete mit Dr. Karl Heinz Domig

Auf den ersten Seiten dieses Programms sind alle wichtigen Informationen zu Anmeldung, Anreise und einige organisatorische Hinweise zusammengefasst. Gerne beraten wir auch telefonisch oder per Mail und stehen Ihnen jederzeit für Fragen zur Verfügung.

Viel Freude beim Lesen des Programms und bis bald in Goldegg!

Maria Schwaighofer & Karin Wenger

Anreise

UMWELTFREUNDLICHE & GÜNSTIGE ANREISE MIT DER BAHN:

Mit dem **Zug** bis Schwarzach-St. Veit (IC/EC-Station), von dort mit dem Postbus (Linie 580) oder dem „City-Taxi“ (0664/3387525) nach Goldegg zum Schloss oder Quartier (ca 4 km).

NEU: Für die Bahnreise gibt es in Verbindung mit Ihrer Seminaranmeldung besonders günstige Angebote (sogenannter „RIT“-Tarif). Die Bahntickets sind um fast 60% ermäßigt. (Beispiel: Wien – Schwarzach-St. Veit und retour: 57.- Euro statt 125.- Euro!). Vorteils-card-Besitzer erhalten ca 30% Ermäßigung auf den Vorteils-card-Preis.

Wie kommen Sie zu Ihrem ermäßigten Bahnticket?

Sie rufen bei **MOBILITO** (06462/33030) an oder schicken eine Email (info@mobilito.at) mit Ihrem Reisewunsch (Startbahnhof, Reisezeitpunkte) und erhalten ein Angebot mit einem individuellen Fahrplanvorschlag sowie den Kosten der Bahnfahrt hin & retour (Bahn-Standardtarif und ermäßigter Tarif). Bei Annahme des Angebotes (= Bestellung) erhalten Sie von MOBILITO das Ticket und die Rechnung entweder per Post oder über einen Abholcode für Fahrkartenschalter bzw auch als pdf per email.

Transfer vom Bahnhof Schwarzach zum Schloss Goldegg bzw. Ihrem Quartier: entweder mit dem Postbus (Linie 580) oder mit dem „City-Taxi“ (0664/3387525; citytaxi@schmidbus.at). Bitte bestellen Sie das Taxi bereits im Vorhinein und halten Sie Ihre Seminar-Reservierung mit dem Buchungs-Code bereit. Dann übernimmt der Kulturverein die Kosten für Ihr Taxi!

Für weitere Anfragen wenden Sie sich bitte an den Kulturverein Schloss Goldegg oder an MOBILITO.



ANREISE MIT DEM PKW:

Aus Richtung Wien/München: Tauernautobahn – Ausfahrt St. Johann/Gasteinertal zur B 311 – nach dem Ort Schwarzach – Abzweigung rechts nach Goldegg.

Aus Richtung Innsbruck: vor dem Ort Schwarzach links abbiegen.

Achtung: Nicht durch den Tunnel fahren – gilt für beide Richtungen!

Kontakt und Unterkunft

Kulturverein SCHLOSS GOLDEGG
Hofmark 1, 5622 Goldegg / Österreich
+43 6415 8234
office@schlossgoldegg.at
www.schlossgoldegg.at

Schloss Goldegg liegt mitten in Österreich auf der Salzburger Sonnterrasse und ist Mitglied im „Klimabündnis“ und in der „IG Sanfte Mobilität“ sowie zertifizierter „Gemeinwohl-Betrieb“.



Unterkünfte in Goldegg

Informationen zu Unterkünften bei unseren Partnerbetrieben im Ort und der Umgebung finden Sie im Serviceteil am Ende des Heftes.

Das Team des Tourismusverbands Goldegg steht Ihnen gerne bei Fragen zur Verfügung:

www.goldeggamsee.at
+43 6415 8131
tourismus@goldeggamsee.at

WOHNEN IM TURM

Selbstorganisiertes Wohnen in der Gemeinschaft



Suchen Sie eine günstige Unterkunft, weil Sie gerne unter Menschen, mit denen Sie sich austauschen können und haben Lust und Laune selbst zu kochen? Dann dürfen wir Sie recht herzlich im „Schlosssturm Goldegg“ willkommen heißen!

Unsere einfach ausgestatteten Mehrbettzimmer mit Blick auf den Goldegger See sind voll möbliert und mit versperrbaren Kästen ausgestattet. Etagentoiletten und Duschen sowie eine Waschküche runden das einfache Angebot ab. Die vollausgestattete Selbstversorger-Küche, der Essraum und ein sehr gemütlicher Wohnbereich lassen das Gefühl „Zuhause zu sein“ aufkommen.

Der Aufenthalt im Turm eignet sich für einzelne SeminarteilnehmerInnen, aber auch hervorragend für Tagungsteilnehmer bis zu einer Gruppengröße von 20 Personen.

Preise pro Nacht:

€ 15,- / pro Person (+ € 1,95 Ortstaxe)
Mindestaufenthalt: 2 Übernachtungen

Endreinigungspauschale: € 10,- / Aufenthalt / Person
Leihgebühr Bettwäsche: € 6,-
Handtücher bitte selbst mitbringen.

Zur Verpflegung können Sie die Angebote der umliegenden Cafés und Restaurants nutzen oder beim Spar-Markt im Dorfzentrum einkaufen. Eine Auflistung von Direktvermarktern regionaler Produkte finden Sie im Gastgeberverzeichnis.

Für Reservierungen schreiben Sie uns eine Mail an:
office@schlossgoldegg.at
oder rufen Sie uns an unter +43 6415 8234

BEGEGNUNGEN 2021

Termine folgen	Holzbau: Grundlagen für Bauinteressierte Dr. Erwin Thoma und DI Florian Thoma	11	08.07. – 11.07.	Beschwingtes Sommersingen Mag ^a Catarina Lybeck	51
04.03. – 07.03.	Permakultur- Grundkurs Modul 1 Marlies Ortner und Thomas Meier, PIA	13	16.07. – 18.07.	Partneryoga & der Weg des Kreises Sophia und Winnie Ruhs	52
12.03. – 14.03.	Der Weg des Schamanen – FSS Basis-Seminar DI Michael Hasslinger	15	19.07 – 20.07. & 21.07. – 22.07.	Wer bin Ich und was will Ich? Prof. Franz Ruppert	53
12.03. – 14.03.	Shaolin Wirbelsäulen-Qigong & Chan-Meditation Shi Xinggui	17	12.08. – 15.08.	Sing to be happy – Sommersingferien Katharina und Wolfgang Bossinger	55
18.03.	Vortrag: „Das Metall-Büffel-Yin-Jahr 2021“ Dr. med. Florian Ploberger	18	20.08. – 22.08. & 23.08. – 25.08.	Familienschicksal & persönlicher Lebensweg Dr. Karl Heinz Domig	21
19.03. – 21.03.	Die Zauberkraft des Singens Mag ^a Catarina Lybeck	19	27.08. - 29.08.	In der Fülle des Sommers – Romatänze Piry Krakow	56
19.03. – 21.03. & 22.03. – 24.03.	Familienschicksal & persönlicher Lebensweg Dr. Karl Heinz Domig	21	03.09. – 05.09.	Qigong und Akupressur Dr. Peter Wutte & Andrea Zankl	57
26.03. – 28.03.	Qigong für Fortgeschrittene Erika Schöfl und Sigggi Plenk	23	11.09.	Tagesseminar: Reise durch das Kräuterhandwerk Dr. Karin Buchart	58
26.03. – 28.03.	Tibetisches Yoga & Hormonal Balancing DI Rosi Wagner	24	17.09. – 19.09.	Yoga und Ritual zum Herbstbeginn Daniela Duncan	59
09.04. – 11.04.	Der ewige Tanz zwischen Licht und Dunkelheit Dr. Rosina Fazwia Al-Rawi	25	20.09. – 24.09.	Herbstschreibtage – Schreibend sich selbst auf der Spur Inge Böhm	62
09.04. – 11.04.	Ihr Geburtshoroskop – Astrologisches Seminar Albrecht Klaus und Manuela Reudink	26	23.09. – 26.09.	Jodeln und Wandern – am Berg und im Schloss Heidi Clementi & Stefanie Lettner	63
16.04. – 18.04.	Vom Funktionieren zum Kreieren Lisa Lins & Miriam Kriesche	27	01.10. – 03.10.	Mit Qigong unser Immunsystem stärken Bernhard Neubauer	66
16.04. – 18.04.	Kriya Yoga – Weg des Lichts Elisabeth Zgubic-Koiner	29	01.10. – 03.10.	Permakultur- Grundkurs Modul 3 Marlies Ortner und Thomas Meier, PIA	67
16.04. – 18.04.	Der magische Garten – meinen Visionen Raum geben. Karoline Schnepps	31	08.10. – 10.10.	Ritual Dance „Oxúm & Yemanjá“ Roxana Jaffé	68
07.05. – 09.05.	Die 24-Meisterkräutertherapie Carmen Hettegger	34	08.10. – 10.10..	Huna I – Grundlagen hawaiianischen Wissens Msc. Ingrid Stadler-Pree	69
21.05. – 23.05.	Permakultur- Grundkurs Modul 2 Thomas Meier und Marlies Ortner, PIA	35	08.10. – 10.10.	ABBA - The workshop! Mag ^a Catarina Lybeck	70
21.05. – 24.05.	Simple Wisdom Retreat zu Pfingsten Florian Palzinsky	36	22.10. – 24.10.	Permakultur- Grundkurs Modul 4 Thomas Meier und Marlies Ortner, PIA	71
28.05. – 30.05.	BRASIL! Tanz, Rhythmus & die Kraft der Orixas Claudia Lima	37	22.10. – 24.10.	Die Kraft der Musik – altorientalische Musiktherapie Gernot Galib Stanfel	72
11.06. – 13.06.	Atem – Quelle für Entspannung & Rückenstärkung Norbert Fallner	38	28.10. – 31.10.	Unsere Wurzeln – unsere Flügel. Die Kraft der Ahnen Susann Belz	73
11.06. – 13.06.	Lebendige Beziehung in Bewegung Anette Kiehas	39	12.11. – 14.11.	Extraktion im Schamanismus – FSS Aufbauseminar DI Michael Hasslinger	74
18.06. – 20.06.	Tanzen ... mit Lust & Spaß ... Afrika! MSc Markus Hochgerner	40	12.11.-- 14.11.	Lebensinn & Lebenslauf Albrecht Klaus & Manuela Reudink	75
18.06. – 20.06.	Huna 2 – Aufbauseminar Msc Ingrid Stadler-Pree	41	18.11.	Vortrag: „Schlafstörungen aus Sicht der TCM“ Dr. med. Florian Ploberger	18
25.06. – 27.06.	„Im Wortgarten und anderswo...“ Schreibwerkstatt Inge Böhm	42	19.11. – 21.11.	Raunächte - Zeit außerhalb der Zeit, Orakelzeit Marlis Bader	76
25.06. – 27.06.	Qigong und die Kraft des Singens Elisabeth Haas & Herbert Walter	43	19.11. – 21.11.	Fröhlich singend in den Advent Mag ^a Catarina Lybeck	77
25.06. – 27.06.	Biokinematik – die Logik des Schmerzes Karin Schlichte	44	26.11. – 28.11.	Familienschicksal und persönlicher Lebensweg Dr. Karl Heinz Domig	21
02.07. – 04.07.	Natürlich sehen lernen Sebastian Euler	45	29.11. – 01.12.	Grundlagen des system. Familienstellens Modul 2 Dr. Karl Heinz Domig	48
02.07. – 04.07.	Grundlagen des system. Familienstellens Modul 1 Dr. Karl Heinz Domig	48	17.12. – 19.12.	Tanz in die Weiblichkeit Dr. Rosina Fawzia Al-Rawi	78
05.07. – 07.07.	Systemisch arbeiten – Intervisionsgruppe & Mentoring Dr. Karl Heinz Domig	50	28.12. – 02.01.	Mit der Kraft der Stimme ins neue Jahr Raimund Mauch & Alexandra Stockmeyer	79

39. Goldegger Dialoge

ZUVERSICHT – Wege aus Angst und Ohnmacht

02. – 05. Juni 2021

Vor rund 70 Jahren legte Astrid Lindgren dem wohl berühmtesten Mädchen der Welt folgende Worte in den Mund: „Das habe ich noch nie vorher versucht also bin ich völlig sicher, dass ich es schaffe.“ Erfrischend zuversichtlich, mutig und voll Vertrauen in die eigene Stärke hat Pippi Langstrumpf immer wieder Neues gewagt. Und die Haltung, die dahinter steht, ist heute wichtiger denn je. Aber können wir in Zeiten, wo man Tag für Tag mit schlechten Nachrichten überschüttet wird, noch Zuversicht bewahren, ohne blind und naiv zu sein? Wo viele Menschen eine ungeheure Ohnmacht verspüren, wo sie Angst umtreibt und am Tun hindert.

Zuversicht ist etwas anderes als bloße Hoffnung, die oft religiös motiviert ist oder als Optimismus, der vor allem auf das Ergebnis schießt. Zuversicht ist eine Haltung, die sagt: Was ich für richtig erkannt habe, das mache ich, auch gegen widrige Umstände. Diese Haltung verschafft uns innere Freiheit und eine gewisse Unabhängigkeit vom äußeren Erfolg. Hilfreich kann dabei ein Wechsel von der heute verbreiteten Ego- zu einer Sinn-Orientierung sein, wofür Viktor Frankl plädierte. Statt unablässig um sich selbst zu kreisen, was zu steter Besorgnis führt, fragt man sich besser: Wo kann ich helfen? Was kann ich zu einem „Guten Leben“ für andere beitragen? Joachim Bauer sieht in einer anhaltenden Entsolidarisierung, Individualisierung und Vereinzelung Gründe für diese Angst und Ohnmacht. Zuversicht ist aus seiner Sicht aber nicht etwas, was der Einzelne für sich allein herstellen kann in einer Art privatem „Psycholabor“, sondern was mit dem Anderen, mit gelebter Gemeinsamkeit zu tun hat. Zuversicht speist sich aus Aktionen des Miteinander-Lebens, Füreinander-Daseins. Gerade viele junge Menschen haben ein Zukunftsbedürfnis, für das wir Möglichkeitsräume aufzeigen und Mut machen müssen. So erlebt man Eigenmacht statt Ohnmacht. Zuversicht braucht aber auch „Hilfskräfte“ und Werkzeuge, um sich Raum zu verschaffen: Resonanz, Humor und Gelassenheit, Gesang, Schreiben, Tanz und Spiel

Wir wollen gemeinsam bei den 39. GOLDEGGER DIALOGEN Wege erkunden und erproben, wie wir den drängenden Herausforderungen für uns, unsere Gemeinschaft und unsere bedrohte Welt mit Zuversicht begegnen können.

Cyriak Schwaighofer

Detailinfo auf www.schlossgoldegg.at/dialoge

Kulturverein
SCHLOSS GOLDEGG

ORF S

 Österreichische
Gesundheitskasse



Holzbau

Grundlagen für Bauinteressierte



Erwin THOMA und Florian THOMA

Dieses Seminar richtet sich an alle Bauinteressierte, Planer und Ausführer, welche mit Vollholz arbeiten wollen. Vater und Sohn führen durch die Grundlagen des ökologischen Bauens ohne Leim und Chemie. Gemeinsam mit weiteren Sprechern wird in Dialogen, Vorträgen und Workshops ein holistisches Konzept für die Teilnehmer entwickelt. Auch Visionen dürfen entstehen.

Wir setzen uns mit weiteren Materialien, wichtigen Detailansätzen, der Haustechnik, dem Bauprozess und Kostenstrukturen auseinander. Bauen erfordert aber nicht nur Fachwissen, sondern eine persönliche Entwicklung von Werten und die Übersetzung dieser für den Bauprozess. Bauen ist die Materialisation unserer Haltung und beeinflusst unseren Lebensraum am meisten.

Seminarleitung: Dr. Erwin Thoma & DI Florian Thoma

Geschäftsführung von Thoma Holz, www.thoma.at

Termine folgen!

www.schlossgoldegg.at/seminare

Seminarbeitrag: € 240,-



PIA PERMAKULTUR-AKADEMIE IM ALPENRAUM

Die Landschaft in und rund um unsere Siedlungen zu reichhaltigen, nährenden und kultivierten Ökosystemen zu entwickeln und dadurch siedlungsfernere Landschaftsteile ganz der Natur zurückgeben zu können - das sind die Kernaufgaben der Permakultur, hier und überall auf der Welt.

Wir bieten ökologische Weiterbildung an:

AUSBILDUNGEN

- **Permakultur-Grundkurs** mit Zertifikat (PDC)
- Ausbildung zur **Permakultur-Fachkraft**
- **Diplom der angewandten Permakultur-Gestaltung**

KURSE

- Serie **Der Permakultur-Garten**
- zu vielen weiteren Themen der Permakultur und **Selbstversorgung**

PERMAKULTUR-LITERATUR

- **deutschsprachige Permakultur-Bücher**
- Permakultur-Zeitschrift **Die Rübe**

PIA PERMAKULTUR-AKADEMIE IM ALPENRAUM
Büro: Herbersdorf 17, A-8510 Stainz
0043 650 212 75 22 | www.permakultur-akademie.com

Permakultur Grundkurs Modul 1

Nahrungskreislauf & Selbstversorgung

Thomas MEIER & Marlies ORTNER



Eingeladen sind alle Menschen, die Freude an der Natur haben, mehr Verantwortung für die Erde übernehmen und ökologische Selbstversorgung lernen und üben wollen! Die Permakultur-Akademie im Alpenraum (PIA) bietet ökologische Weiterbildung an. PIA ist im Auftrag des gemeinnützigen Vereins „Österreichisches Institut für angewandte Ökopädagogik E.R.D.E.“ tätig und arbeitet im Sinne des von Bill Mollison gegründeten Internationalen Permakultur-Instituts.

Inhalte:

Ressourcen: Böden, Klima, Wasser, Landschaften, Saatgut, Wald und nachhaltige Waldwirtschaft, Lebensmittel, regionale Selbstversorgung, Gesundheitsförderung durch Permakultur-Gestaltung, Permakultur-Gestaltungswerkzeuge, Planungs- und Gestaltungsübung, Permakultur im Garten

Voraussetzung: ein Einführungskurs in die Permakultur bei der PIA oder ähnliche Kenntnisse.

Seminarpreis inkl. biologischer-saisonaler-vegetarischer Verpflegung und ausführlicher schriftlicher Kursunterlagen, Do Abend Mitbringbuffet

Seminarleitung:

Marlies Ortner, Stainz

Diplom der angewandten Permakultur-Gestaltung, Ökopädagogik, Kräuter- und Samengärtnerei, Dr. med., Umweltmedizin, Phytotherapie

Thomas Meier, Steiermark

Diplom der angewandten Permakultur-Gestaltung, Dipl.Ing. (FH) Landschaftsgestaltung, alternative Bautechniken und Energienutzung

04. - 07. März 2021

Donnerstag, 16 Uhr bis Sonntag, 15 Uhr

Seminarbeitrag: € 260,-

You may say I'm a dreamer
But I'm not the only one.
I hope some day you'll join us
and the world will live as one.

John Lennon

Mag schon sein, dass du jetzt sagst, ich sei ein Träumer
mit diesen Träumen aber bin ich nicht allein, -
und eines Tages - hoff' ich - wirst du einer
von unserer Träumer Gruppe sein.

Heini

IMAGINE



www.gea.at

Basisseminar FSS

Der Weg des Schamanen

Michael HASSLINGER



Die schamanische Reise zu Kraft und Heilung

In Zeiten vor unserer Zivilisation waren Menschen darauf angewiesen, für das Lösen sozialer Konflikte, die Heilung von Schmerz und Krankheit und zur Nahrungssuche spirituelle Techniken einzusetzen. Schamanismus ist die älteste Methode, das Bewusstsein für Heilzwecke und Problemlösungen heranzuziehen. Der amerikanische Anthropologe Prof. Michael Harner forschte viele Jahre bei Schamanen auf der ganzen Welt. Auf ihr Wesen (den Core-Schamanismus) reduziert, geben die Lehrbeauftragten der Foundation schamanische Methoden an Menschen der westlichen Welt weiter. Ziel des Seminars ist das Erlernen des schamanischen Reisens. Ohne umständliche Rituale lernen Sie veränderte Bewusstseinszustände kennen und kommen mit der nichtalltäglichen Wirklichkeit der oberen und unteren Welt in Kontakt. Gezeigt wird die Arbeit mit Krafttier und Lehrer.

Bitte mitbringen: Decke, Polster, Socken, Tuch zum Abdecken der Augen, einen gewöhnlichen unbehauenen Stein (Grapefruitgröße), wenn möglich Rassel u/o Trommel, Notizheft für Reiseergebnisse.

Das Basisseminar berechtigt zum Besuch der Fortgeschrittenen-Seminare der Foundation (FSS), wie z.B. Schamanische Divination, Schamanische Traumarbeit, Tod und Sterben aus schamanischer Sicht, Visionstanz.

Seminarleitung: DI Michael Hasslinger, Wiener Neudorf

Zivilingenieur, Bauunternehmer, Lehrbeauftragter FSS
www.shamanicstudies.net

12. - 14. März 2021

Freitag, 18 Uhr - Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 150,-

Shaolin Qi Gong und Chan Meditation

Meister Shi Xinggui
Schloss Goldegg 2021



Shi Xinggui lebte als Shaolinmönch (32. Generation) ab seinem 8. Lebensjahr rund 15 Jahre lang im Shaolin-Kloster in China. Seit 1997 ist er in Österreich beheimatet. Im Rahmen von Ausbildungen, Seminaren und Trainings gibt er seine Erfahrungen, seine Kunst und seine Lebensphilosophie an interessierte Einzelpersonen, Führungskräfte aus Wirtschaft und Politik, Leistungs- und Spitzensportler unterschiedlichster Disziplinen sowie Unternehmen und Organisationen weiter.

Kurse Shaolin Qi Gong und Chan Meditation

- 12.03. - 14.03.2021 Shaolin Wirbelsäulen Qi Gong
15.07. - 18.07.2021 Duft Qi Gong und Chan Meditation
27.11. - 28.11.2021 Shaolin Knochenmark Qi Gong

Ausbildung Shaolin Qi Gong und Chan Meditation

- 21.07. - 25.07.2021 Ausbildung Modul I
28.07. - 01.08.2021 Ausbildung Modul II
04.08. - 08.08.2021 Ausbildung Modul III
03.12. - 05.12.2021 Vertiefung und Lehrqualifikation

Ausbildung Shaolin Cao Dong Chan Meditation

- 08.09. - 12.09.2021 Chan Meditationslehrer*in Teil I

Kurs Taiji in St. Veit (Volkschule / Turnsaal)

- 11.08. - 15.08.2021 Chen-Stil 36er-Form (Einsteiger)
Chen-Stil 27er-Fächer (Fortgeschritte)

释行皈少林国际拳法联盟

Information und Anmeldung

Shi Xinggui Shaolin International

Telefon: +43 6415 8502, +43 676 9569183

E-Mail: shaolin@sbg.at, www.shixinggui.com



Shaolin Wirbelsäulen- Qi Gong & Chan-Meditation

Shi XINGGUI

Die Qi Gong Meister Chinas sagen, dass jeder Mensch mit einem bestimmten Potential an Lebensenergie (Qi) geboren wird. Stress im Alltag, schlechte Lebensführung, schwere Krankheiten, Verletzungen oder Operationen erschöpfen das Lebensenergiekapital eines Menschen außerordentlich. Qi Gong ist eine einfache Technik, um die verlorene Energie zu ersetzen, das Defizit wieder rückgängig zu machen und dadurch dem Menschen wieder ein normales Leben zu ermöglichen. Wenn die Energiereserven durch regelmäßiges Üben überdurchschnittlich zunehmen, dann verschwinden die meisten Schmerzen, Muskelverspannungen und allgemeine Unpässlichkeiten des Lebens.

Durch die Übungen des Shaolin Wirbelsäulen Qi Gong wird die Energie des Rückens vitalisiert und stabilisiert. Sanfte Dehnungsübungen dienen dem Erhalt der Geschmeidigkeit, die energetischen Übungen dem Erhalt des Energieflusses.

Inhalte des Kurses:

- Energie wecken: Aktivierung
- Bewegungs-Qi Gong: Loslassen, Qi zum Fließen bringen
- Atemübungen: für die Kraft und innere Reinigung
- Shaolin Wirbelsäulen Qi Gong: Harmonisierung des Qi
- Einführung in die Chan Meditation: „Wer bin ich?“

Seminarleitung: Shi Xinggui, St. Veit

Shaolinmönch in 32. Generation, Lehrender, Buchautor
www.shixinggui.at

12. - 14. März 2021

Freitag, 18 Uhr - Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 190,-

Vorträge

Traditionelle Chinesische Medizin

Dr. med. Florian PLOBERGER



Donnerstag, 18. März 2021, 19.30 Uhr **Das Metall-Büffel-Yin-Jahr 2021**

In diesem Vortrag wird das Metall-Büffel-Yin-Jahr 2021 aus Sicht der Chinesischen, aber auch der Tibetischen Medizin im Detail vorgestellt. Fragen wie zum Beispiel: Womit werden wir in diesem Jahr körperlich, aber auch geistig konfrontiert? Was können wir tun, um dieses Jahr optimal zu nutzen? Welche Nahrungsmittel, Akupunkturpunkte und westlichen Kräuter sind warum besonders wirksam? Welches Hexagramm des I Ging steht im Jahr 2021 im Vordergrund?

Literaturempfehlung: Ploberger, F. (2020) Chinesische Astrologie - Die Jahre 2021 bis 2030, Schiedlberg: Bacopa.

Donnerstag, 18. November 2021, 19.30 Uhr **Schlafstörungen aus Sicht der TCM**

In diesem Vortrag werden Ursachen sowie Symptome verschiedener Schlafstörungen aus Sicht der TCM im Detail besprochen. Auch diverse therapeutische Möglichkeiten (Verhalten, Ernährung, westliche Kräuter, Akupunkturpunkte) werden mit starkem Bezug zur Praxis besprochen werden.

Literaturempfehlung: Ploberger, F. (2017) Westliche und traditionell chinesische Heilkräuter, Schiedlberg: Bacopa.

Referent: Dr. med. Florian Ploberger B. Ac., MA, Wien

Internationale universitäre und interdisziplinäre Lehrtätigkeit sowie zahlreiche Publikationen in den Themenbereichen TCM (Traditionelle Chinesische Medizin) und TTM (Traditionelle Tibetische Medizin), Buchautor, Universitätslektor, Präsident der Österreichischen Ausbildungsgesellschaft für Traditionelle Chinesische Medizin (ÖAGTCM) und Leiter des BACOPA-Bildungszentrums. www.florianploberger.com

Eintritt: € 15,-

An beiden Abenden ist der letzte Teil des Vortrages für individuelle Fragen der Zuhörer reserviert.

Die Zauberkraft des Singens

Mag.^a Catarina LYBECK



„Wenn einer aus seiner Seele singt, heilt er zugleich seine innere Welt. Wenn viele aus ihrer Seele singen und eins sind in der Musik, heilen sie auch die äußere Welt.“
(Yehudi Menuhin)

Wollten Sie schon immer singen können? Ihre Stimme ohne Scheu und mit Freude klingen lassen? Als Kind wurde einigen von uns aus unterschiedlichen Gründen vermittelt, wir können/sollen nicht singen. Ab diesem Zeitpunkt verstummten wir, zumindest vor und mit anderen. Der Gesang gehört aber zu uns wie das Atmen. Singen ist nachweislich gesundheitsfördernd: Atmung wird trainiert, Haltung wird verbessert und Glückshormone werden ausgeschüttet. In diesem Seminar haben Sie die Möglichkeit, auf lustvolle Art und achtsame Weise zu erleben und zu erfahren, was Ihr „Instrument Stimme“ (wirklich) zum Klingen und Schwingen bringt. Weder Notenlesen noch Gesangserfahrung sind Voraussetzung, sondern einfach Neugierde am gemeinsamen Entdecken der eigenen stimmlichen Möglichkeiten – jeder Stimme wohnt ein Zauber inne!

Inhalte: Atemerfahrung & Wissensvermittlung zum Thema Stimme, Ton- und Stimmübungen, einfache Lieder und Klänge/Rhythmen & vor allem Freude am Singen!

Seminarleitung: Mag.^a Catarina Lybeck, Salzburg / Schweden

Sängerin, ganzheitliche Gesangs- und Stimmexpertin und -trainerin. Jahrelange Konzerttätigkeit im In- und Ausland, Künstlerische Leiterin der Puchberger Chorwerkstatt und Trainerin beim Europäischen Netzwerk der Stimmexperten. www.catarina-lybeck.at

19. – 21. März 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 235,-



Bereich: Permakultur & Solidarische Landwirtschaft

Kultur ist politisch. Daher trägt sie auch Mitverantwortung für den Zustand und die Entwicklung unserer Gesellschaft. Permakultur ist so gesehen ein kultur-politisches Projekt des Kulturvereins, das in unserer ländlichen Region ein Beispiel eines anderen Verständnisses zum Umgang mit Natur und Mitwelt befördern soll. 2021 findet der erste vierteilige Grundkurs (PDC) zur Permakultur in Kooperation mit der PIA (Permakultur Akademie im Alpenraum) in Goldegg statt. Auch die Gründungsunterstützung einer „SOLAWI“ (solidarische Landwirtschaft) als zukunftsfähiges Modell ist Teil dieser Wandelwerkstatt.

**Sie haben Fragen oder Ideen zur Wandelwerkstatt?
Rufen Sie uns gerne an unter 06415/8234 oder schreiben Sie uns eine Email an office@schlossgoldegg.at.**



- Kaffeespezialitäten
- Essen & Trinken im Schloss Goldegg
- Regionale & Internationale Spezialitäten
- Vegetarische Küche
- Fleisch vom regionalen Metzger
- Große Sonnenterrasse
- Hunde erlaubt
- Buchbar für Privat- & Firmenfeiern
- Seminarbetreuung

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

T.: +43(0)676/3630184, M: schlosscafe.goldegg@gmail.com

Seminare mit Aufstellung

Familienschicksal und persönlicher Lebensweg

Karl Heinz DOMIG



Durch die Erfahrungen aus der systemischen Familientherapie trat immer mehr auch die Bedeutung unserer Herkunft in unsere Wahrnehmung und unser Bewusstsein. Nicht nur das „Wo komme ich her?“, sondern ebenso das Schicksal unserer Familie und Sippe über mehrere Generationen wirkt und bestimmt unseren persönlichen Lebensweg.

Wer waren meine „Altvorderen“, wie lebten sie, ist damals – bei ihnen – Besonderes passiert oder angerichtet worden? Welche Spuren hat vielleicht der Krieg hinterlassen? Das sind dann die ersten „Voraussetzungen“ für unser eigenes persönliches Leben, das uns ja auch noch oft genug ungeklärte Fragen und Rätsel auferlegt.

Wir suchen und brauchen also Orientierung, damit wir mit unseren Anliegen zurecht kommen, uns neu strukturieren können und Harmonie wieder möglich wird.

Beim Familienstellen, wie es Bert Hellinger entwickelt hat, erleben wir, wie solche Neuorientierung und Erweiterung der Wahrnehmung geschieht, sodass „Störfelder“ behoben und Entlastung und Lösungen gefunden werden können.

Seminarleitung: Dr. Karl Heinz Domig, Rankweil

Facharzt für Kinder- und Erwachsenenpsychiatrie, Psychotherapeut. Ausbildung in systemisch-entwicklungsorientierter Familientherapie, Weiterbildung bei Bert Hellinger und in Hypnotherapie nach Milton Erickson. Lehrtätigkeit am Mental College in Bregenz (Lehrgang Lebens- und Sozialberatung, Univ. Lehrgang zum Akademischen Mental Coach).

Termine:

19.- 21. März / 22. - 24. März / 20. - 22. August / 23. - 25. August / 26. - 28. November

jeweils Freitag / Montag, 18 Uhr bis Sonntag / Mittwoch, 13 Uhr

Seminarbeitrag: € 200,- / € 140,-

Aufstellung / Beobachter - bitte bei der Anmeldung bekanntgeben!

Qigong

Österreichische QIGONG Gesellschaft



AUSBILDUNG

zur/zum dipl. Qigong Lehrerin/Lehrer

4-jährige Ausbildung der Goldegger Qigong Schule
nach Dr. Gerhard Wenzel

QIGONG-Kurse/Seminare/Workshops/Vorträge

in allen Arbeitskreisen in Österreich & Bayern
mit dipl. Qigong- und internationalen GastlehrerInnen

QIGONG-Tage

28. Österreichische QIGONG-Tage

„Lebendig werden, lebendig sein“

21. – 23. Mai 2021, Kloster Seon am Klostersee/D

Dipl. QIGONG-Lehrer

unserer Gesellschaft finden Sie auf unserer Homepage
und im QIGONG-Periodikum (2x jährlich)

Österreichische QIGONG Gesellschaft

Postfach 22 · 1210 Wien · Austria

info@qigonggesellschaft.at

www.qigonggesellschaft.at

JEDER TAG EIN GUTER TAG

Seminar für Fortgeschrittene

Qigong

Erika SCHÖFFL &
Siggi PLENK



Alles, was in jedem von uns an Wunderbarem angelegt ist, wie Mitgefühl, Empathie, Güte, Großherzigkeit, liebevolles Miteinander drängt zwar zum Ausdruck, kann sich aber in einem schwierigen Alltag mit seinen Mühen und Sorgen nicht leicht entfalten. Durch Qigong bekommt man ein praktisches Werkzeug, all das Angelegte zu verwirklichen.

In der Zeit, die uns an diesem Wochenende zur Verfügung steht, werden die Grundelemente des Qigong vermittelt:

- nach Innen gerichtete Aufmerksamkeit
- Atmung
- bewegte und stille Übungen

„A bisserl staunend das Sein wieder lernen.“

(Paramahansa Bhawananda Dr. Gerhard Wenzel)

Seminarleitung:

Erika Schöfl, Wolfsberg

Dipl. Qigonglehrerin der Österreichischen Qigonggesellschaft. Ausbildung zur ganzheitlichen Bewegungstherapie, speziell zur Förderung der Beweglichkeit und Wahrnehmung der Wirbelsäule.

Siggi Plenk, Mühlbach

Dipl. Qigonglehrer und Gemmologe, Autor der Artikelreihe „Förderung der eigenen Entwicklung durch Steine“ im Periodikum der Österreichischen Qigonggesellschaft seit 2011

HINWEIS: Die Qigonggesellschaft bietet im Schloss Goldegg Aus- und Weiterbildungen an. Infos dazu auf www.qigonggesellschaft.at

26. – 28. März 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 12.30 Uhr

Seminarbeitrag: € 180,-

Tibetisches Yoga & Hormonal Balancing

Rosi WAGNER



Dieses Seminar steht ganz im Zeichen von Stärkung und Ausbalancierung unseres Körper-Geist Systems. Körper und Geist sind nicht getrennt voneinander zu betrachten. Sie beeinflussen sich gegenseitig und Unwohlsein und Krankheiten werden immer durch ein Ungleichgewicht im Zusammenspiel beider Systeme ausgelöst.

Beide Übungstechniken unterstützen eine ganzheitliche Sichtweise und arbeiten sowohl auf der physischen als auch auf der geistigen Ebene. Durch tibetische Heilübungen werden nicht nur der Körper, sondern auch die feinstofflichen Bahnen gestärkt und geöffnet. Hormonal balancing bewirkt eine Stärkung und Aktivierung des Hormonsystems.

Im Seminar erarbeiten wir eine kleine Übungsabfolge, die auf die jeweils individuellen Bedürfnisse abgestimmt wird. Zudem werden die Übungen durch Wissen aus der tibetischen Philosophie und Meditation unterstützt.

Seminarleitung: DI Rosi Wagner-Fließer, Wien

Ausbildungen in verschiedenen Yogastilen wie Ashtanga, Hormonyoga, tibetische Heiltechniken und Yogatherapie. Sie leitet seit vielen Jahren ein eigenes Yogazentrum in Wien und hält Seminare im In- und Ausland sowie Ausbildungen im Bereich Ashtanga Yoga und Lu Jong.

Spezialgebiete: Stressbewältigung, körperliche und geistige Transformationsarbeit, Atem- und Entspannungstechniken.

www.ashtangavienna.at

26. – 28. März 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 190,-

Der ewige Tanz zwischen Licht und Dunkelheit

Rosina Fawzia AL-RAWI



Das eigene Potential, die eigene einmalige Schönheit, die innere Kraft und Weisheit, die Liebe und die Würde zu erfahren, ist der Weg in die eigene Freiheit.

Dieses Wochenende soll uns tanzend, meditierend, reflektierend den Raum öffnen, um diesen Prozess zu erfahren und bewusst in unser Leben zu integrieren.

Bitte mitbringen: Gymnastikschuhe mit dünner, beweglicher Sohle, bequeme Kleidung, ein Tuch für die Hüften und eine Decke

Seminarleitung: Dr. Rosina Fawzia-Al-Rawi, Jerusalem/Wien

Rosina-Fawzia Al-Rawi wurde im Irak geboren und verbrachte ihre Kindheit im Irak und im Libanon. Von ihrer Großmutter wurde sie in die alte weibliche Tradition, die der Bauchtanz symbolisiert, eingeführt. Sie ist Arabistin und Ethnologin und studierte in Kairo und Wien.

Veröffentlichungen: „Gelber Himmel, rote Erde – Frauenleben in Palästina“, „Der Ruf der Großmutter oder die Lehre des wilden Bauches“, „Tante Fatima kauft einen Teppich – mein Leben im Morgenland der Frauen“, „Zwischen Tisch und Diwan – ein orientalisches Kochbuch“.

www.fawzia-al-rawi.com

09. – 11. April 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 180,-

Astrologisches Seminar

Ihr Geburtshoroskop

Albrecht KLAUS und
Manuela REUDINK



Wer und wie sind Sie? Welche Anlagen und Fähigkeiten könnten Sie aus astrologischer Sicht ins Leben mitgebracht haben? Trotz astrologischem Grundwissen fehlt vielen die Sprache, das auszudrücken, was sie gelernt haben. Über die vier Elemente ist es auch Anfängern ohne Vorkenntnisse möglich, ihre eigene Ausdrucksweise für eine bildhafte Auslegung des Horoskops zu finden.

- Auslegungen der einzelnen Teilnehmerhoroskope
- Beantwortung aller astrologischen Fragen
- Erweiterung des astrologischen Wissens
- Die Hausstellung der Sonne erhält besondere Bedeutung
- Die Planetenherrscher der Tierkreiszeichen führen zu Metallen, Mineralien, Heilpflanzen, körperlichen und therapeutischen Entsprechungen
- Horoskopvergleiche zu Partnern, Eltern und Kindern

Das Geburtshoroskop stellt symbolisch grundlegende Fähigkeiten dar. Transite beschreiben Krisen, Chancen und Veränderungsmöglichkeiten. Neue Einsichten und Lösungen zu finden, ist ein Ziel des Seminars.

Bitte teilen Sie uns bei der Anmeldung Ihr Geburtsdatum mit Geburtsort und Uhrzeit mit.

Max. Teilnehmerzahl: 12

Seminarleitung: Dipl. Sozialpädagogin Albrecht Klaus, Berchtesgaden
Astrologe und Ausbilder in Astrologie und Biografiearbeit, Sozialtherapeut, Heilpraktiker in eigener Praxis, Autor

Manuela Reudink-Steingruber, Mondsee

Betriebswirtin, Unternehmerin, psychol. Astrologin, Biografiearbeiterin

09. – 11. April 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 13 Uhr

Seminarbeitrag: € 200,-

Vom Funktionieren zum Kreieren mit der Kraft des Atems

Lisa LINS und
Miriam KRIESCHE



„Und es kam der Tag, da das Risiko, in der Knospe zu verharren, schmerzlicher wurde als das Risiko, aufzublühen.“ (Anaïs Nin)

Wenn wir uns dazu entscheiden, in der Knospe zu verharren, entscheiden wir uns letztlich für das von der Gesellschaft hoch angesehene Funktionieren. Damit einher geht zwar eine gewisse Sicherheit, die jedoch oft mit einem Gefühl der inneren Leere und Sinnlosigkeit verbunden ist, ebenso wie mit dem Drang nach Veränderung und Abenteuer. Wählen wir das Risiko des Erblühens, entscheiden wir uns für das bewusste Aufwachen aus den Schleiern persönlicher & kollektiver Illusionen. Drei der großen Illusionen, denen wir an diesem Wochenende auf den Grund gehen werden, sind:

- Die Illusion des funktionieren-müssenden Menschen vs. dem selbstbestimmten-schöpferischen Wesen
- Die Illusion des Getrenntseins vs. dem Vertrauen in das tief zugrunde liegende Gefühl der Allverbundenheit
- Die Illusion der Kontrolle vs. der mutigen Hingabe an das Jetzt.

Die Kraft des Atems wird uns mithilfe verschiedener Techniken dabei unterstützen, diese Illusionen sowohl auf der rationalen Ebene als auch auf der körperlichen Ebene zu durchbrechen.

Seminarleitung: Lisa Lins, Graz

Studium der Psychologie, Philosophie und Spanisch, Consultant for Interconnective Development und holistische Energie und Atemlehrerin. Weiterbildungen im Bereich der systemischen Verkörperungsarbeit

Miriam Kriesche, Salzburg

Erziehungswissenschaften mit Fokus auf Kultur- und Sozialanthropologie und Psychologie, Consultant for Interconnective Development und Kriya breathwork practitioner

16. – 18. April 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 200,-



Zwischen Emotionsroboter und Beziehungsarbeit: Die Technisierung der Begleitung und Pflege

20. bis 22. September 2021

Die Entwicklung neuer Technologien für den Gesundheitsbereich werden Altern und Pflege in Zukunft grundsätzlich revolutionieren. Neben Vereinfachung von Abläufen und Automatisierung mechanischer Tätigkeiten sind vor allem Veränderungen in der Beziehungsarbeit zu erwarten.

Das **vierte interdisziplinäre Dialogforum „Mensch und Endlichkeit“** widmet sich der zunehmenden Bedeutung der Robotik und Digitalisierung im Alter. Es stellt sich die Frage, inwieweit die neuen Technologien die Beziehungsarbeit in der Pflege und die sozialen Beziehungen des Menschen ersetzen können oder sollen. Bleibt der Mensch in der technisierten Sorge am Lebensende noch soziales und selbstbestimmtes Subjekt oder wird er zum Objekt wohlmeinender, aber unentrinnbarer Fürsorge und Überwachung?

Die Veranstaltung richtet sich an Mitarbeiter der Gesundheits- und Sozialberufe, an die interdisziplinäre Forschung und auch an die interessierte Öffentlichkeit.

Detailprogramm und Anmeldung unter

www.reglist24.com/goldegg2021



Kriya-Yoga Weg des Lichts

Elisabeth ZGUBIC-KOINER

„In unserem Körper gibt es viele Tore, an die wir klopfen können, um die Antwort zu finden. Das ist der Prozess des Kriya Yoga.“ (Maha Avatar Babaji)

Kriya Yoga (bedeutet „*Heilige Wissenschaft*“) stellt vier grundlegende Fragen an unsere Existenz:

- Wer sind wir?
- Warum sind wir?
- Wie haben wir zu leben?
- Wie bringen wir uns in Balance?

Stille und bewegte Meditationen, Körper- und Atemübungen, das Spüren und Begreifen unserer Energiezentren und die Freude begleiten uns durch dieses Wochenende.

Wegen der frühen Morgenübung am Samstag und Sonntag empfiehlt es sich, ein Quartier in der Nähe des Schlosses zu wählen.

Bitte mitbringen: Sitzpolster, Matte, Decke

Seminarleitung: Elisabeth Maria Zgubic-Koiner, Murau
Musiktherapeutin, Diplom-Qigong-Lehrerin, Kriya Yoga-Lehrerin

16. – 18. April 2021

Freitag, 18 Uhr - Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 150,-

WELT DER *Frauen*

Das Lesemagazin für Frauen mit neuen Aspekten für persönliche Entwicklung, Inspiration für ein gutes Leben und uneingeschränktem Respekt vor unserer Welt – mit Humor und voll Qualität für Ihren Lesegenuss.



Lernen Sie uns
unverbindlich kennen:

📄 www.welt-der-frauen.at/abo

✉ aboservice@welt-der-frauen.at

☎ 0732 77 00 01 - 14



Der magische Garten –
meinen Visionen Raum geben

Karoline SCHNEPPS

Ein magischer Garten ist ein Raum, der mich hält, der mich nährt und schützt, der mir die Kräuter zum Räuchern und für mein Kochfeuer schenkt, der mir das Träumen und Visionen-Spinnen ermöglicht – und der mir das Gefühl gibt, wieder mit dem „Großen Ganzen“ verbunden zu sein. Wie gestalte ich einen solchen „Heilraum“ für mich und auch für Mutter Erde? Wie verweben ich die vier Elemente, deren Zusammenspiel mich nährt? Wie schaffe ich einen heiligen Kraftplatz, einen „Ort der Aufmerksamkeit“, an dem ich Rituale feiere oder einfach nur SEIN kann? Welche Pflanzen unterstützen mich und welcher „Hausbaum“ ist mein Baum der Erkenntnis, wie schütze ich meine Grenzen (Paradies bedeutet „umgrenzter Raum“) und halte somit die Energie?

In diesem Seminar werden wir das Heilige und das Profane, das Spirituell-Magische mit dem alltägliche Garten- und Pflanzenwissen verknüpfen und auch erforschen, wie Visionen im Garten entfalten werden können.

Bitte mitbringen: Wer möchte, kann eine Skizze oder Plan vom Garten, Haus und Hof mitnehmen. Auch das eigene Horoskop wäre von Nutzen, es können aber auch die Daten an mich geleitet werden und ich drucke das Horoskop aus.

Seminarleitung: Karoline Schnepps, Altenberg

Elementare Gartenplanung, Geomantie, Erdheilung, Schamanisches Kräuter- und Baumwissen, Astrologie und Naturspiritualität
www.garten-heil-kraft.at

16. – 18. April 2021

Freitag, 14 Uhr - Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 240,-

PRO JUVENTUTE-WORKSHOPS

im Schloss Goldegg



DR. RENATE JEGODKA

»KIM, TIM-TIGER UND DAS GEFÄHRLICHE ETWAS«

Mit Bilderbüchern traumatisierte Kinder (und ihre Familien) stärken. Traumatisierende Ereignisse berühren das Leben von Kindern existenziell. Überwältigende Erfahrungen können unaussprechbar sein,

die Sprache versagt. Dann erweisen sich Bilderbücher als ein Medium, das in wunderbarer Weise geeignet ist, die jungen BetrachterInnen anzuregen: Die Bilder inspirieren zu Worten und lassen neue Worte finden. Und umgekehrt – Worte regen Bilder an, sodass kaum Sagbares in leisen Tönen Raum finden kann. Dieser Workshop stellt Möglichkeiten der kreativen Arbeit mit Bilderbüchern vor.

WANN: 27.-28.09.2021

KOSTEN: € 290,- inkl. 10 % MwSt.



PETER LUITJENS

TRAUMASENSIBLES YOGA – BASISMODUL & AUFBAUSEMINAR

Für das traumapädagogische und therapeutische Setting und zur Selbstfürsorge. Es werden traumasensible Yogatechniken vermittelt, die ohne Yogamatte oder spezielle Yogakleidung im Alltag eingesetzt

werden können. Die Methoden eignen sich zur Verbesserung der Körperwahrnehmung und Selbstregulation – ebenso wie zur Selbstfürsorge.

WANN: Basismodul » 27.-28.09.21, Aufbauseminar » 29.-30.09.21

KOSTEN je Workshop: € 290,- inkl. 10 % MwSt. (einzeln buchbar)

Informationen und Anmeldung:

PRO JUVENTUTE

Tel. +43 662 43 13 55-23

akademie@projuventute.at

Das detaillierte Programm entnehmen Sie bitte unserer Website.

projuventute-akademie.at



PRO JUVENTUTE-WORKSHOPS

im Schloss Goldegg



WILMA WEISS & ANJA SAUERER

TRAUMAPÄDAGOGIK RELOADED

Die erweiterte Pädagogik der Selbstbemächtigung

In diesen beiden aufeinander aufbauenden Workshops stellen wir unsere Ansätze vor, machen sie erlebbar, entwickeln und verfeinern die praktische Umsetzung gemeinsam, abgestimmt auf Ihr Arbeitsfeld. Grundkenntnisse in der Traumapädagogik werden vorausgesetzt. Sie erfahren in diesem Seminar die individuelle Vertiefung und Erweiterung Ihrer traumapädagogischen Haltungen und Umsetzungen für Ihren Bereich.

WANN: 01.-03.07.2021 & 01.-03.12.2021

KOSTEN: € 630,- inkl. 10 % MwSt.



DR. CHRISTOPH GÖTTL

WS 20/21 » TRANSGENERATIONALE WEITERGABE VON TRAUMATA UNTERBRECHEN

Traumata entstehen nicht nur im individuellen Leben, sondern werden auch von Generation zu Generation weitergegeben. Was können wir tun, um diese endlose Wiederholung von Traumata in der Ahnenreihe zu unterbrechen?

WS 34/21 » GEBEN WIR WÜRDE ZURÜCK – WÜRDE, SCHULD & SCHAM

Ein Seminar zum tiefen Verstehen von Schuld und Scham und zum Erfahren von Möglichkeiten zu würdevollen Begegnungen.

WANN: WS 20/21 » 15.-16.06.21, WS 34/21 » 28.-29.10.21

KOSTEN je Workshop: € 330,- inkl. 10 % MwSt.

Informationen und Anmeldung:

PRO JUVENTUTE

Tel. +43 662 43 13 55-23

akademie@projuventute.at

projuventute-akademie.at



Die 24 Meisterkräuter- Therapie

Carmen HETTEGGER



Im Seminar lernen die Teilnehmer*Innen die 24 Heilkräuter theoretisch und praktisch kennen. Es sind dies alte Bekannte der Volksheilkunde. Kräuter, die größtenteils direkt vor der Haustüre wachsen. Die 24 Meisterkräutertherapie vermittelt ein für jeden sehr einfach zugängliches System und lässt eine umsetzbare Qualitätssteigerung in Therapie und Vorbeugung für jeden Bereich des menschlichen Daseins erkennen.

Gegen jede Disharmonie im menschlichen Körper ist ein Kraut gewachsen. Wolfgang Schröder hat die Therapie nach der TCM und mit den 5 Elementen in Beziehung gesetzt und uns damit eine einfach zu erlernende und hoch effektive Möglichkeit geschenkt, die Wirkung der heimischen Kräuter mit diesem überlieferten Wissen zu verknüpfen.

Die Seminartage ermöglichen es, die dabei gewonnenen Kenntnisse und Erfahrungen unmittelbar danach anwenden zu können. Jede(r) Teilnehmer*In erstellt bereits an diesem Wochenende eine eigene ganz individuelle Teemischung und kann sie dann mit nach Hause nehmen.

Seminarpreis inkl. Kursunterlagen, dem 24 Meisterkräutertherapie-Buch von Wolfgang Schröder, der 24 Meisterkräuter und einer individuellen Teemischung.

Seminarleitung: Carmen Hettegger, Salzburg

Anpimomai® - Lehrerin und Therapeutin, gewerbliche Masseurin und Heilmasseurin, Lehrberechtigte zur Ausbildung von Heilmasseuren, Lehrberechtigte für die Meisterkräutertherapie. Langjährige Kursleiterin am Wifi - Salzburg, Hohenems in Vorarlberg und in der Schlossschule, Steiermark.

www.anpimomai.at

07. - 09. Mai 2021

Freitag, 9.30 Uhr - Sonntag, 14 Uhr

Seminarbeitrag: € 240,-

Permakultur Grundkurs Modul 2

Alternativen für Bauen und Wohnen

Marlies ORTNER &
Thomas MEIER



Eingeladen sind alle Menschen, die Freude an der Natur haben, mehr Verantwortung für die Erde übernehmen und ökologische Selbstversorgung lernen und üben wollen! Die Permakultur-Akademie im Alpenraum bietet ökologische Weiterbildung an. PIA ist im Auftrag des gemeinnützigen Vereins „Österreichisches Institut für angewandte Ökopädagogik E.R.D.E.“ tätig und arbeitet im Sinne des von Bill Mollison gegründeten Internationalen Permakultur-Instituts.

Inhalte:

Gebäude: Standortwahl, nachhaltige Baustoffe und Techniken, Baubiologie u. Bauökologie (Übersicht), Vorbeugung vor Luftverschmutzung und Klimabelastung, ganzheitliche Energieplanung für Gebäude, Materialkreisläufe, Wasser in Siedlungen, Mobilität und Transporte, Permakultur-Gestaltungswerkzeuge, Planungs- und Gestaltungsübung, Naturwahrnehmungsübung, Permakultur im Garten, Gestalten im tropischen und subtropischen Klima

Voraussetzung: Ein Einführungskurs in die Permakultur bei der PIA oder ähnliche Kenntnisse.

Seminarpreis inkl. biologischer-saisonaler-vegetarischer Verpflegung und ausführlicher schriftlicher Kursunterlagen, Fr Abend Mitbringbuffet.

Seminarleitung:

Marlies Ortner, Stainz

Diplom der angewandten Permakultur-Gestaltung, Ökopädagogik, Kräuter- und Samengärtnerei, Dr. med., Umweltmedizin, Phytotherapie
Thomas Meier, Steiermark

Diplom der angewandten Permakultur-Gestaltung, Dipl.Ing. (FH) Landschaftsgestaltung, alternative Bautechniken und Energienutzung

21. - 23. Mai 2021

Freitag, 16 Uhr bis Sonntag, 16 Uhr

Seminarbeitrag: € 190,-

Meditation & Yoga-Tage zu Pfingsten

Simple Wisdom Retreat

Florian PALZINSKY



Ein ganzheitliches Seminar für Anfänger und Erfahrene

Bei diesen „Simple Wisdom“-Tagen geht es um eine alltagsbezogene Spiritualität, die den Bogen zwischen östlicher Weisheit, westlicher Psychologie und persönlichen Themen spannt. Durch meditative, energetische und körperliche Übungen werden die Teilnehmer*innen immer wieder in die unmittelbare, stille Gegenwart eingeladen. Zusätzlich wird Florian yogische und buddhistische Philosophie in einer nachvollziehbaren Art präsentieren, die für die spirituelle Praxis und für essentielle Fragen unserer modernen Gesellschaft eine heilsame Relevanz hat. Letztendlich geht es in diesem Retreat darum, Probleme als Chancen zu erkennen und Wissen in Weisheit zu transformieren. Florians lebendiger Unterricht geht auf die individuellen Bedürfnisse der Teilnehmer*innen ein und detaillierte Handouts vertiefen zusätzlich die unterschiedlichen Themen. Nicht nur das besondere Ambiente des Schlosses wird eine unterstützende Rolle spielen, sondern auch ein meditativer Nachmittag in der Natur.

Seminarleitung: Florian Palzinsky, Salzburg

Yoga- & Meditations-Lehrer mit umfassender Ausbildung in Europa und Asien, wo er auch 12 Jahre als buddhistischer Mönch gelebt hat. Er schreibt regelmäßig spirituelle Blogbeiträge und Artikel.

www.yogaundmeditation.at
www.millretreats.at

21. – 24. Mai 2021

Freitag, 18 Uhr – Pfingstmontag, 13 Uhr

Seminarbeitrag: € 295,-

BRASIL!

Tanz, Rhythmus und die Kraft der Orixás

Claudia LIMA



Orixás sind afrobrasilianische Naturgottheiten, die durch Trommelmusik, Tanz und Lieder angerufen werden. Ihre Geschichte reicht weit zurück in die Wurzeln Brasiliens und Afrikas. Ziel dieses Seminars ist, in die afrobrasilianische Kultur einzutauchen und deren traditionelle Tänze zu erlernen. Darunter auch die Tanzbewegungen der vier Elemente: Wasser, Erde, Wind und Feuer! Die seelische Kraft dieser Tänze befeuert die Sinne und stärkt das eigene Körperbewusstsein. Der Samba in seiner Urform wird selbstverständlich auch gelernt werden. Getanzt wird ohne Partner in der Gruppe. Zusätzlich werden wir mit afrikanischen Trommeln arbeiten, um die brasilianische Kultur zu erleben und das Rhythmusgefühl zu stärken.

Eine Abendeinheit am Feuer mit Trommelmusik ist geplant.

Bitte mitbringen:

Bequeme leichte Kleidung (wenn möglich einfarbig); weiße Kleidung für das Abendritual; Wasserflasche.

Wir tanzen barfuß oder in leichten, flachen Tanzschuhen.

Seminarleitung: Claudia Lima, Linz / Brasilien

Tanzpädagogin, Choreografin mit afrobrasilianischen Wurzeln
www.claudiaolima.com

28. – 30. Mai 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 13 Uhr

Seminarbeitrag: € 220,-

Basiskurs

Atem – Quelle für Entspannung und Rückenstärkung

Norbert FALLER



Herausforderungen, Belastungen, Schnelligkeit, Multitasking, Leistungsdruck und Pausenlosigkeit – weit verbreitete Phänomene der heutigen Zeit – erhöhen die Spannung und verursachen bei vielen Menschen Stress. Physische Probleme wie Rückenschmerzen und Kurzatmigkeit, aber auch psychische Probleme sind vielfach die Folgen.

Berührungs-, Bewegungs- und Stimmübungen, die in Achtsamkeit und in Interaktion mit dem Atem ausgeführt werden, eignen sich besonders, um Stress auf höchst wirksame Art und Weise aufzulösen und Entspannung für Körper, Geist und Seele zu erzielen. Zugleich entlasten Sie den Rücken und führen zu größerer Beweglichkeit, müheloser Aufrichtung und guter Haltung. Die Übungen werden vor allem sitzend und stehend, aber auch am Boden ausgeführt. Sie sind wegen ihrer Einfachheit für Erwachsene bis ins hohe Alter geeignet und eine große Hilfe im Alltag. Eine Übung zum Ausprobieren finden Sie auf der Website www.norbert-faller.com.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung tragen und warme Socken

Seminarleitung: Norbert Faller, Wien

Akad. Atempädagoge, Atempsychotherapeut (AFA®), zert. Somatic Experiencing® (SE) Practitioner, Leiter der FH-Lehrgänge zur/m akademischen AtempädagogIn, Autor des Buches „Atem und Bewegung“ (Springer)

11. – 13. Juni 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 13 Uhr

Seminarbeitrag: € 250,-

Lebendige Beziehung in Bewegung

Annette KIEHAS



Das Zentrum im Kreislauf des Paares ist das Gespräch, denn nur wer sich mitteilt, ermöglicht Beziehung. Eine wichtige Voraussetzung für eine gelingende Partnerschaft ist die Bereitschaft und die Fähigkeit, die Art und Weise des eigenen Denkens, Handelns und Fühlens immer wieder zu reflektieren, um ein tiefes Verständnis für sich und das Gegenüber zu erreichen.

Das Entwickeln einer „gelebten Beziehungskultur“, die getragen wird von Grundtugenden, trägt zu einer konstruktiven Kommunikation und lebendigen Begegnung bei. Im gemeinsamen Bewegen wird auf nonverbaler Ebene ein wertschätzendes, liebevolles und einfühlsames Miteinander erlebt und die Freude am Tanz geweckt.

Inhalte:

- Basis einer lebendigen Beziehung: authentische Mitteilung im Gespräch
- Die Grundtugenden der Gelebten Beziehungskultur: Reflektieren, Fühlen, Kommunizieren - als Paar erfahren
- Miteinander bewegen: einfühlsame Begegnung und klare Körpersprache im gemeinsamen Tanz

Seminarleitung: Annette Kiehas, Schörfling am Attersee

Dipl. Tanz- & Ausdruckstherapeutin, Weiterbildung IoPT Anliegenmethode (Prof. Franz Ruppert)

www.lebensrhythmus.at

11. – 13. Juni 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 180,- / Einzelperson; € 300,- / Paar

TANZEN ... mit Lust und Spaß ... AFRIKA!

Markus HOCHGERNER



„Was ist das Geheimnis unseres Tanzes? Wir genießen jede einzelne Bewegung.“
(Ismael Ivo)

Eine Einführung in außereuropäische Tanzformen

Die Bewegungslust und Freude am Tanzen steht im Mittelpunkt des Seminars: Die Wahrnehmung des Bodens, der Rhythmus der Atmung und des Herzschlags und die große Vielfalt der Bewegungsmöglichkeiten im eigenen Körper sind. Ausgangspunkt afrikanischer und afrobrasilianischer Tanzformen. Aus Alltagsbewegungen entwickeln sich einfache rhythmische Bewegungsfolgen, die den Impuls der Musik aufnehmen und nach Lust und Laune variieren.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Neugier und Sehnsucht nach Rhythmus, Tanz und Bewegung!

Seminarleitung: MSc Markus Hochgerner, Wien

Gesundheitspsychologe, Psychotherapeut, Supervisor, Studium außereuropäischer Tanzformen, Leitung von Tanz- und Bewegungsgruppen in Institutionen und in freier Praxis.

18. – 20. Juni 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 180,-

Vertiefungs- und Aufbauseminar

HUNA II Hawaiianisches Wissen

Ingrid STADTLER-PREE



Voraussetzung: HUNA 1 oder vergleichbare Vorkenntnisse

HUNA – das zeitlos gültige Wissen der pazifischen Inseln ist für uns moderne Menschen wichtiger und aktueller denn je. Die Weisheiten und Techniken der liebevollen Kraft und kraftvollen Liebe polynesischer Schamanen lehren uns praktische Wege, unsere Realität zu erschaffen und ein sinnvolles, erfülltes Leben zu führen. Auch die moderne Wissenschaft (von Psychologie und den Neuro-Wissenschaften bis hin zur Glücksforschung) befasst sich bereits mit den Methoden zum Trainieren des Geistes (beispielsweise die aus dem Buddhismus stammenden Achtsamkeits-Meditationen) oder des Körpers (Atemübungen und dergleichen), welche seit jeher wirksame Bestandteile der HUNA-Praktiken sind.

Inhalte:

- Vertiefung der Kernelemente von HUNA
- Hawaiianische Zielarbeit und Manifestieren mit Haipule
- Prinzipien von Gesundheit und Heilung
- Heilende Hände, TFR & Intuitions-Technik
- Piko-Piko-Atemtechnik – weitere Variationen
- Kupono & Bio-Feedback-Prozess u.v.m.

Seminarleitung: Msc Ingrid Stadler-Pree, Salzburg

Hawaiianischer Name: Melia Maika'i Alaka'i (Führungskraft, Lehrperson) von HUNA International, Hawai'i; Master in Psychosozialer Beratung, Akademische & systemische Trainerin, Wirtschaftscoach, Stressmanagement-Expertin, Fortbildungen in positiver Psychologie & Glücksforschung.
www.suncoaching.net

18. – 20. Juni 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 13 Uhr

Seminarbeitrag: € 220,-

Schreibwerkstatt

„Im Wortgarten und anderswo ...“

Inge BÖHM



„Nicht müde werden, sondern dem Wunder leise wie einem Vogel die Hand hinhalten.“

Wortspaziergänge, Wortfreudensprünge – die eigenen und andere – im Schreibkreis erleben. Wortwärts wollen wir uns bewegen.

Wie gut es tut, seinen Gedanken freien Lauf zu lassen, die eigenen Gefühle auf Papier zu bringen. Begeisterung spüren.

Worten begegnen, eines nach dem anderen finden.

Schreiben weckt die Kreativität. Schreiben bringt Poesie in den Alltag.

Schreiben macht Freude. Jedes Wort zählt.

„Wo immer du dich befindest, dort ist der Ausgangspunkt.“ Kabir –Mystiker im 15. Jhdt.
Schreiben, schreiben, schreiben, einander vorlesen, zuhören, lauschen, staunen, wahrnehmen, ... Kreatives Schreiben ist einladend, ermutigend, inspirierend, begeisternd! So werden diese kostbaren Schreibwerkstattstunden immer wieder erlebt. Das wunderbare Schloss und seine Umgebung und die mitgebrachte Bereitschaft, sich auf kreative Schreibabenteuer einzulassen, werden nur förderlich sein. Immer wieder großes Staunen und Beglücktsein. Frohsein? Schöpferisch sein, bewegt. Machen wir uns gemeinsam auf den Weg. Eingeladen sind alle, die gerne schreiben und auch jene, die es einfach versuchen möchten.

Willkommen sind Neugierde, Lust und Freude am Experimentieren, ein eigener Lieblingsstift.

Seminarleitung: Inge Böhm, Amstetten

Schreibpädagogin (BOeS Wien), Kurs- und Seminarleiterin SVEB1, Dipl. psychosoziale Beraterin, Mitglied der SGfB.

25. – 27. Juni 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 180,-

inkl. Arbeitsmaterialien

Qigong und die Kraft des Singens

Elisabeth HAAS & Herbert WALTER



Lebendigkeit mit Leib und Seele

Singen weckt Lebensfreude und ist Ausdruck innerer Lebendigkeit. Gemeinsam begeben wir uns auf eine kreative Entdeckungsreise mit Stimme und Körper. Die sanft fließenden Qigongbewegungen schenken unserem Leib liebevolle Aufmerksamkeit und stärken unsere Lebensenergie und unser Wohlbefinden. Sind Gefühle und Gedanken in Harmonie, öffnen sich in uns neue Räume und wir nehmen uns fühlend, atmend, klingend wahr. Mit Mantren und einer bunten Liederauswahl von meditativ bis fröhlich bewegt tauchen wir singend in die Welt der Stimme ein und geben uns Rhythmus, Klang und Stille hin. Qigong-Üben und gemeinsames Singen in der Gruppe bietet viel Raum für neue Erfahrungen und ist eine wunderbare Möglichkeit, diese heilsame Kraft lustvoll und vertrauensvoll in Freude miteinander zu erleben.

Inhalte:

- Qigong und Körperwahrnehmung
- Atem und Stimmübungen, Heilarbeit mit Tönen
- Lieder für die Seele, Bodypercussion und Kreistänze

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, Sitzkissen falls vorhanden. Keine Vorkenntnisse in Qigong oder Gesang notwendig!

Seminarleitung:

Elisabeth Haas, Altenmarkt

Sängerin, Qi Gong-Lehrerin, Heilsames Singen & Qi Gong

Herbert Walter, Tirol

Musiktherapeut, Musikpädagogin und freischaffender Musiker

25. – 27. Juni 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 12.30 Uhr

Seminarbeitrag: € 190,-

Biokinematik – Die Logik des Schmerzes

Karin SCHLICHTE



Der Weg der Biokinematik nach Walter Packi.

Biokinematik ist das Wissen um die Bewegungsgesetze des Menschen. Gerät die Bewegungsgeometrie des Körpers aus dem Lot, entsteht Schmerz. Die gestörten Bewegungsbahnen können mit den Techniken der Biokinematik nachhaltig korrigiert werden. Die Schmerztherapie nach biokinematischen Kriterien ist somit eine geometrisch definierte Bewegungstherapie.

Im Kurs lernen die Teilnehmer*Innen durch Übungen, die Geometrie ihrer Bewegungen wieder herzustellen um Schmerzen zu lösen, sowie die erstaunlichen Zusammenhänge der Schmerzentstehung.

Bei Anmeldung bitte den Beruf angeben!

Seminarleitung: Karin Schlichte, Lindau (D)

Physiotherapeutin, Praxis für Physiotherapie - Biokinematik

25. – 27. Juni 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 250,-

Natürlich sehen lernen

Sebastian EULER



Die meisten Sehschwächen sind nicht genetisch verursacht und daher kein Schicksalsschlag - vielmehr sind sie ein Zeichen, dass wir unsere Augen falsch benutzen. Unbewusst erwarten wir, dass sie perfekt funktionieren, gönnen ihnen aber zu wenig Abwechslung. Meistens führt dann die einseitige Naharbeit, insbesondere die Bildschirmarbeit, zu einer einseitigen Überforderung, die sich in gereizten, müden, trockenen Augen bzw. einer sich allmählich entwickelnden Fehlsichtigkeit zeigt. Reflexhaft korrigieren wir das Symptom mit einer Brille, die darunterliegende Anstrengung aber bleibt bestehen und verschlimmert oft genug das Problem. Doch wir haben es in der Hand, diesen Prozess aufzuhalten und sogar umzukehren.

In diesem Seminar lernen Sie die verschiedenen Techniken der Dr. William Bates-Methode, dem Urvater der natürlichen Sehverbesserung: für Leichtigkeit und Beweglichkeit beim Sehen, für tiefe Augenentspannung und eine verbesserte Wahrnehmung. Der Schwerpunkt liegt im praktischen Tun, damit Sie Ihre Augen dann ausgleichen können, wenn es darauf ankommt: in Ihrem Alltag. Wir arbeiten drinnen, bei gutem Wetter auch im Freien.

Das Seminar richtet sich an alle Menschen, die spüren, dass ihre Augen überanstrengt sind bzw. die Probleme mit ihrer Fehlsichtigkeit haben.

Bitte mitbringen:

Brille/n und Etui - keine Kontaktlinsen - sowie feste Schuhe.

Seminarleitung: Sebastian Euler, München

Ganzheitlicher Sehtrainer und Professor für Klavier am Konservatorium Innsbruck, www.derfreieblick.de

02. – 04. Juli 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 190,-

SCHWEBELIEGE.AT
LIEGEN. SCHWEBEN. TRÄUMEN.
In & Outdoor



DAS ORIGINAL
SEIT ÜBER 10 JAHREN

Modelle: 10 Doppel- und 7 Einzelliegen
GRÖSSTE AUSWAHL - BESTES PREIS- /LEISTUNGSVERHÄLTNIS

apotheke
zur Sonnenterrasse

A 5620 SCHWARZACH · SALZBURGERSTR. 51
Tel. +43 6415 / 4393-0 · www.apo-theke.com



H. G.
Dachbau + Spenglerei
H. GROSSI
GmbH & Co. KG
www.grossi-dachbau.at

BRÄUSTÜBERL
SCHWARZACH

Brauhausgasse 2 · A 5620 Schwarzach i. Pg. · Tel. +43 660 70 77 508

Restaurant & Traditions-Gasthof

*inmitten der Salzburger Sonnenterrasse
nur 10 min. von Goldegg entfernt*

Genießen Sie in unserem Restaurant die herzhaften Speisen und den ursprünglichen Charme des Lokals. Die Speisekarte ist mit regionalen Schmankerln, herzhaften Gerichten und leckeren Desserts gespickt und sogar die legendäre „gemischte Halbe“ gibt es wieder. Die traditionelle Einrichtung wurde erhalten und somit empfängt Sie ein Ambiente wie damals. Der Gastgarten lädt im Sommer zum Draußensitzen ein.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Unsere Öffnungszeiten:
Montag RUHETAG
Di – Sa: 11.00 – 22.00 Uhr
Sonn- und Feiertage:
10.00 – 21.00 Uhr



carta
BÜRO- UND KOPIERTECHNIK GMBH

www.cartat.at

Mechatronik - IT-, Digitalsystem- und Netzwerktechnik

IT- Systeme

IT- Service & Betreuung

Scanner +43 6412 5818

Drucker support@carta.at

Kopierer +43 664 1500 143

Kassensysteme

SYSTEMHAUS



Basisausbildung in vier Modulen

Grundlagen des systemischen Familienstellens

Karl Heinz DOMIG



Die systemische Ausbildung besteht aus vier Modulen und führt zu tieferen Einsichten und besserem Verständnis menschlicher Gemeinschaften: Familie, Beruf, Organisationen, in denen wir uns bewegen und die unsere Aufgaben und unsere jeweilige Rolle, letztlich unser ganzes Leben ausmachen. Gleichzeitig erfordert der rasche Wandel der „modernen“ Welt immer wieder Neuanpassungen, die uns so manches abverlangen. Durch diese Ausbildung bekommen Sie Einsichten in systemisches Verständnis und Orientierung in der Arbeit mit Menschen. Mittels Familien- (und beruflichen) Aufstellungen lassen sich Beziehungsgeflechte und Problemfelder wahrnehmbar machen, die bis dahin unbekannt und ungeahnt geblieben waren. Daher ist die Aufstellungsarbeit der Schwerpunkt der gesamten Ausbildung. Mit ihr werden neue persönliche Orientierung und Konfliktlösungen in unseren familiären, beruflichen und anderen sozialen Umfeldern ermöglicht.

Ziel: Das Kennenlernen von und das Verständnis für verschiedenste Systeme (Familie, Organisation, Abteilung, ...). Das Erkennen von Strukturen von Systemen, ihren Wirkungen und Störfaktoren schafft Orientierung für das Finden von Lösungsansätzen in Ihrer Arbeit mit Ihren Klienten/Patienten und im Beruf.

Hintergrund: Körperliche Symptome und seelische Konflikte sind u.a. in der Position begründet, die jemand in seiner Familie oder einem anderen System unbewusst einnimmt. Oft sind wir auch mit einer Person aus unserer „Sippe“ (unbewusst) identifiziert und meinen, deren Last und Schicksal tragen zu müssen.

Zielgruppen:

Personen, die mit Menschen heilend, beratend, betreuend arbeiten z.B. Ärzte, Therapeuten, Pflegepersonal und andere soziale Berufe und auch alle anderweitig Interessierten.

Bitte beachten Sie:

Der Lehrgang ist aufbauend und daher nur gesamt buchbar!

Seminarleitung: Dr. Karl Heinz Domig, Rankweil

Facharzt für Kinder- und Erwachsenenpsychiatrie, Psychotherapeut. Ausbildung in systemisch-entwicklungsorientierter Familientherapie, Weiterbildung bei Bert Hellinger und in Hypnotherapie nach Milton Erickson. Lehrtätigkeit am Mental College in Bregenz (Lehrgang Lebens- und Sozialberatung, Univ. Lehrgang zum Akademischen Mental Coach).

Literaturempfehlung:

„Ordnungen der Liebe“, Bert Hellinger / Gunthard Weber (1994)
„Anerkennen, was ist“, Bert Hellinger / Gabriele ten Hövel (2006)
„Zweierlei Glück“, Bert Hellinger / Gunthard Weber (2010)
„Der große Konflikt“, Bert Hellinger (2005)
„Mein Leben, mein Werk“, Bert Hellinger (2018)
„Das Handwerk des Familienstellens“, Berthold Ulsamer (2001)
„Ohne Wurzeln keine Flügel“, Berthold Ulsamer (1999)
„Die Heilung kommt von außerhalb“, Daan van Kampenhout (2014)
„Die Tränen der Ahnen“, Daan van Kampenhout (2017)
„Das Familienstellen“, Jakob Schneider (2014)
„Auch wenn es mich das Leben kostet“, Stephan Hauser (2017)

Modul 1: 02. Juli – 04. Juli 2021

Modul 2: 29. November – 1. Dezember 2021

Modul 3: 28. März – 30. März 2022

Modul 4: 14. November – 16. November 2022

jeweils Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 13 Uhr

**Seminarbeitrag:
€ 220,- / Modul**

Vertiefungsseminar

Systemisch arbeiten – Intervision & Mentoring

Karl Heinz DOMIG



Ein Vertiefungsseminar für systemisch Fortgeschrittene

Dr. Heinz Domig bietet an zwei Tagen Mentoring und Unterstützung in der Intervision für Personen an, die systemisch mit Menschen arbeiten. Das Erkennen der Strukturen von Systemen, ihren Wirkungen und Störfaktoren schafft Orientierung für das Finden von Lösungen und Lösungsansätzen in der Arbeit mit Klienten/Patienten und im Beruf.

Mit diesem Seminar bekommen Sie ein besseres Verständnis im Bereich der systemischen Aufstellungsarbeit: Für die eigene Rolle im Beruf/in der Familie, für Zusammenhänge der Situation von Klienten oder Patienten, zum Auffinden von Lösungen sowie zur Selbsterfahrung.

Fallbesprechungen aus der Praxis und Übungsbeispiele aus der Gruppe werden je nach Bedarf vor Ort bearbeitet und besprochen. Bei Bedarf und Erfordernis auch eigene Aufstellungen! Dr. Domig wird die Gruppe führen und anleiten; die Aufstellungen werden jedoch von den Gruppenteilnehmer*Innen selbst geleitet.

Zielgruppe: Systemisch ausgebildete Personen, die mit Menschen beratend, betreuend, heilend arbeiten z.B. Ärzte, Therapeuten, Pädagogen, Pflegepersonal und andere soziale Berufe und alle persönlich Interessierten, die bereits auf diesem Gebiet erfahren sind.

Seminarleiter: Dr. Karl Heinz Domig, Rankweil

Facharzt für Kinder- und Erwachsenenpsychiatrie, Psychotherapeut. Ausbildung in systemisch-entwicklungsorientierter Familientherapie, Weiterbildung bei Bert Hellinger und in Hypnotherapie nach Milton Erickson. Lehrtätigkeit am Mental College in Bregenz (Lehrgang Lebens- und Sozialberatung, Univ. Lehrgang zum Akademischen Mental Coach).

05. – 07. Juli 2021

Montag, 18 Uhr – Mittwoch, 13 Uhr

Seminarbeitrag: € 220,-

Beschwingtes Sommersingen

Mag.^a Catarina LYBECK



Erleben Sie vier Tage lustvoll beschwingtes Singen mit musikalischen Ausflügen zu Folk, Blues, Swing & Sommerliedern in der inspirierenden Atmosphäre der zeitgleich stattfindenden Blues & Folk Tage (ein Open Air Benefiz, das im Innenhof von Schloss Goldegg stattfindet). Wir werden nicht nur Lieder/Songs singen, sondern auch grooven, improvisieren und unterschiedliche Klänge/Sounds ausprobieren. Sie erhalten gesanglich wirksame Übungen und Tipps, die den eigenen Klangkörper erweitern und verbessern, wie auch unterstützende Lockerungs- und wohltuende Atemübungen. Catarina Lybeck begeistert mit ihrer stimmlich befreienden, ganzheitlichen und effizienten Methodik. Wer sie kennt, weiß, welch unglaublich schöner gemeinsamer Klang unter ihrer Anleitung entstehen kann. Wer sie noch nicht kennt, sollte das einmal erleben!

Zusätzliche Möglichkeiten:

- die Blues & Folk Tage besuchen
- Zeit für die wunderbare Natur und den Badensee in Goldegg
- auf freiwilliger Basis: ein gemeinsamer, kurzer Auftritt bei den Blues & Folk Tagen

Klavierbegleitung: Mag. Dr. Damir Sertic, Salzburg

Konzertpianist, Komponist und Musikpädagoge

Seminarleitung: Mag.^a Catarina Lybeck, Salzburg / Schweden

Sängerin, ganzheitliche Gesangs- und Stimmexpertin und -trainerin. Jahrelange Konzerttätigkeit im In- und Ausland, Künstlerische Leiterin der Puchberger Chorwerkstatt und Trainerin beim Europäischen Netzwerk der Stimmexperten. www.catarina-lybeck.at

08. – 11. Juli 2021

Donnerstag, 14 Uhr – Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 290,-

Partneryoga & der Weg des Kreises

Sophia & Winnie RUHS



Vertrauen und Verbundenheit sind die zentralen Voraussetzungen für Frieden - sowohl im Inneren wie im Äußeren. Partner - oder AcroYoga liefert uns wertvolle Werkzeuge, um auf völlig natürliche und spielerische Art diese Qualitäten in uns zu kultivieren. Eingebettet in eine gelebte Gemeinschaftskultur, inspiriert vom „Circle Way“ - dem Weg des Kreises wie ihn der Indianer-Älteste Manitonquat gelehrt hat, bekommt das AcroYoga eine unglaubliche Kraft, die Herzen zu öffnen und eine neue Art des Miteinanders zu entwickeln, wie wir es dringend brauchen. Wir sehen die Vitalität in der Gemeinschaft als Grundlage für Transformation und Revolution in uns selbst und in der Gesellschaft.

Sophia und Winnie Ruhs schaffen einen geschützten und sicheren Raum in dem aus vielen ICH's ein WIR wird. Bewegungsspiele, Partneryoga, „Therapeutic Flying“, Elemente aus der Partnerakrobatik, Thaimassage und Redekreise sind die Werkzeuge, mit denen wir Verbindung auf allen Ebenen erfahren: mit unserem Körper, der Atmung, unseren Übungspartnern und der Gemeinschaft. Dabei erleben wir, wie sich Sanftheit und Stärke, Verspieltheit und Konzentration gleichermaßen verkörpern lassen.

Die Teilnehmer benötigen keine Vorkenntnisse! Für Yogalehrer und alle Menschen die mit Gruppen arbeiten, bietet dieser Workshop die wertvolle Möglichkeit, Werkzeuge kennenzulernen, mit denen Gruppenprozesse unterstützt werden können.

Seminarleitung: Sophia & Winnie Ruhs, Chiemgau

Friedensaktivisten, Acro-Yogalehrer, Thai-Masseur
www.flying-yogis.de

16. – 18. Juli 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 200,-

Seminare mit Aufstellung

Wer bin Ich und was will Ich?

Franz RUPPERT



Das Aufstellen von Anliegensätzen oder -zeichnungen kann uns helfen, Zugang zu den unbewussten Seiten unserer Psyche zu erhalten. So können wir erkennen, wo wir innerlich stehen und was uns an unserer Weiterentwicklung hindert. Ein nächster Schritt hin zu uns selbst und unserem eigenen Wollen kann dann gelingen.

Die Plätze für eine persönliche Arbeit im Seminar werden durch ein Losverfahren ermittelt.

Seminarleitung: Prof. Dr. Franz Ruppert, München

Professor für Psychologie, psychologischer Psychotherapeut in eigener Praxis, Vortragender und Autor von vielen Büchern zur der von ihm entwickelten Identitätsorientierten Psychotraumatheorie und Anliegenbezogenen Psychotraumatheorie

www.franz-ruppert.de

T1: 19. – 20. Juli 2021, Montag, 9 Uhr – Dienstag, 18 Uhr

T2: 21. – 22. Juli 2021, Mittwoch, 9 Uhr – Donnerstag, 18 Uhr

Seminarbeitrag: € 150,-



Singing Planet Night

singend für Lebendigkeit, Vielfalt
und Freude auf unserem Planeten

Info: www.schlossgoldegg.at/seminare

mit

Katharina & Wolfgang Bossinger

**Christine Bär &
Norbert Schafflinger**

Sa.14.8.2021 von 19.00-22.00 Uhr

Ort: Schloß Goldegg, Hofmark 1,

5622 Goldegg, Österreich,

Abendkasse: 20.--/ermäßigt 15.--

(Schüler/Studenten)

„Möge unser Planet weithin erkennbar sein, weil die Vögel,
die Wale, die Bäume, das Wasser... und wir Menschen mit
der Vielfalt unserer Stimmen aus vollem Herzen singen!“

www.singingplanetfestival.org

Sommersingferien

Sing to be happy

**Katharina & Wolfgang
BOSSINGER**



Sommerzeit, die einlädt, das Leben zu feiern und die Fülle der Natur zu genießen!

In diesen Sommertagen wollen wir einen Raum schaffen um:

- gemeinsam zu singen und zu tanzen
- Kraftlieder, Chants und heilsame Lieder kennenzulernen
- Verbundenheit zu erleben und sich zu begegnen
- zu tönen ... sich zu spüren ...
- Klangräume zu erforschen
- Natur zu erleben
- die eigene Stimme zu entfalten

Gerade auch Menschen, die glauben, nicht singen zu können, sind herzlich eingeladen, denn diese Art zu singen öffnet das Tor zu einer längst vergessen geglaubten Welt!

Seminarleitung: Katharina und Wolfgang Bossinger, Ulm

Leitung der Akademie für Singen und Gesundheit, Gesangsaktivisten,
Autoren und Begründer von „Singende Krankenhäuser e. V.“

www.healingsongs.de

12. - 15. August 2021

Freitag, 16 Uhr - Sonntag, 12.30 Uhr

Seminarbeitrag: € 260,-

In der Fülle des Sommers Romatänze aus Südosteuropa

Piry KRAKOW



Die sommerliche Luft pulsiert, erfüllt von Musik und Tanz auf den großen Festen in den Mahalas (Romasielungen) des Balkans. Dieses Seminar lädt ein, der Welt der Romatänze zu begegnen, die Gemeinschaft zu feiern, sich berühren zu lassen von Liedern und Melodien der Sehnsucht, Trauer, Freude und einer Leidenschaft, der wir uns kaum entziehen können. Ein unverkennbarer, von farbiger Lebendigkeit durchzogener Klang, der sich in den Tänzen widerspiegelt ...

Der traditionelle Tanz wird, an den Händen gefasst, in der Reihe, getragen von sich wiederholenden Schrittfolgen, gemeinsam von Männern UND Frauen getanzt, um zu feiern. Der Tanz ist ein Brückenschlag zur Romakultur und ein Weg zur Verbundenheit mit unserer inneren, goldenen Quelle der Ausdruckskraft und Lebensfreude.

Seminarleitung: Piry Krakow, Wittmar (D)

Tänzerin und Tanzpädagogin für traditionelle Tänze aus Südosteuropa

www.tanzfeuer.de

27. – 29. August 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 190,-

Qi Gong & Akupressur Anleitung zur Selbsthilfe

Peter WUTTE und
Andrea ZANKL



Punkte berühren heißt, die dahinterliegenden Themen zu berühren.

Akupressur ist eine jahrtausendealte, natürliche und sanfte Heilmethode, die den Energiefluss und die Selbstheilungskräfte anregt. Durch Erfühlen, Berühren und dadurch Aktivieren der Punkte, bekommen wir Zugang zu unseren unbewussten Seiten und Haltungen, die uns den Weg zu unserem wahren Sein versperren. Dieses sich „Nach-Innen-Wenden“ führt zu neuen Erkenntnissen, welche in uns das Feld zu möglichen Veränderungen öffnen.

Seminarleitung:

Dr. Peter Wutte, Graz

Zahnarzt, Dipl. Qigonglehrer, TCM, klass. Akupunktur & Systemdiagnostik

Andrea Zankl, Innsbruck

Erwachsenenbildnerin, LSB, Kinesiologin, TCM

03. – 05. September 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 12.30 Uhr

Seminarbeitrag: € 190,-

Praxis-Tagesseminar

Reise durch das Kräuterhandwerk

Karin BUCHART



Mit dem duftenden Tee starten wir in den Tag. Das Ritual des Kräutertees bestimmt, welche Pflanzenwirkstoffe und damit auch welche Aromen und Wirkungen wir aus den Heilpflanzen ziehen. Danach wird es sauer und süß-sauer mit Essigen und Honig. Wir fügen diesen beiden fermentierten Lebensmitteln noch die Heilkraft der Kräuter hinzu und erfahren, wie sie angewendet werden und was sie für Körper und Geist bewirken.

Geistige Auszüge leiten den Nachmittag ein und auch hier bestimmt das Handwerk des Auszuges über die Qualität der Naturarznei. Das wertvolle Steinsalz und seine Verbindungen mit Pflanzen beschließt unsere Reise durch das Heilpflanzenhandwerk.

Seminarleitung: Dr. Karin Buchart, Salzburg

Studium der Ernährungswissenschaften in Wien, danach u.a. Leitung der Diät- und Lehrküche einer Reha-Klinik in Bayern. In ihrer Doktorarbeit „Biogene Arzneimittel im Salzburger Pinzgau“ bearbeitete sie das alte Heilwissen und die Esskultur ihrer Pinzgauer Heimat. Karin Buchart möchte Nutrazeutika, also Naturarznei aus Lebensmitteln, selbst hergestellt, salonfähig machen. Dafür nutzt sie die Pflanzenwirkstoffe unserer Nahrungsmittel, bringt sie in eine bioverfügbare, wirksame und alltags-taugliche Form und zeigt die Anwendungen dazu. Karin Buchart ist Lehrbeauftragte am Zentrum für Gastrosophie der Universität Salzburg, Autorin und Kolumnistin. 1984 war Buchart Olympiateilnehmerin bei den Sommerspielen in Los Angeles.

www.buchart.at

11. September 2021

Samstag, 9 – 18 Uhr

Seminarbeitrag: € 99,-

Yoga & Ritual zum Herbstbeginn

Daniela DUNCAN



Mondphasen und der keltische Jahreskreis

An diesem Wochenende werden Asanas aus dem Yin-Yoga und Vinyasa-Flow-Yoga geübt. Der Fokus liegt auf demerspüren und Beobachten des Herzraums, dem ureigenen Rhythmus und Klang, dem eigenen Traum des Lebens und dem Klären und Reinigen des Energiefeldes. Die Jahreskreis-feste geben uns Anlass, unseren Alltag wieder mit Ritualen zu bereichern.

Bitte mitbringen:

Lockere Kleidung, warme Socken, Decke, Schreibutensilien, wenn vorhanden Yogamatte & Meditationskissen, eine Kerze, acht Kristalle oder Steine.

Seminarleitung: Daniela Duncan, Salzburg

Yogalehrerin für Kinder & Erwachsene und Ausbilderin für Kinderyoga. Seit vielen Jahren den schamanischen Weg übend & praktizierend, verbindet Daniela Duncan das Wissen aus beiden Bereichen. Neben dem Yoga-Unterricht bietet sie auch Lomi Lomi Nui und Kristall-Körperarbeit an.

www.danieladuncan.com

17. – 19. September 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 180,-



„Golf für Jedermann“

Tauchen Sie ein in die Faszination des Golfsports und genießen Sie gleichzeitig die wunderbare Natur und die Bewegung an der frischen Luft auf der Sonnenterrasse in Goldegg – im Herzen des Salzburger Landes.



Es erwarten Sie 18 herrliche, abwechslungsreiche Spielbahnen, attraktive Angebote im Pro-Shop und kulinarische Köstlichkeiten im Clubrestaurant. Bei Bedarf steht Ihnen unser Pro gerne zur Seite



Golfclub Goldegg | Mairhof 19 | 5622 Goldegg | +43 6415 8585
Email: info@golfclub-goldegg.com | www.golfclub-goldegg.com

Rupertus Buchhandlung

**Der Salzburger
Nahversorger**
fürs Buch und
bei Kulturevents



**Ausgezeichnet
sortiertes Angebot**
vor Ort zum
Hineinblättern



**Erlesene
Mitarbeiter**
• kompetent
• buchbegeistert
• topaktuell



Foto: © Stefan Schaubert

Dreifaltigkeitsgasse 12 | A-5020 Salzburg | Tel.: 0662/878733-0
info@rupertusbuch.at | [f](https://www.facebook.com/rupertusbuch) /rupertusbuch | www.rupertusbuch.at



TEAM riegler & partner

Ihr Versicherungsmakler

**VERTRAUEN · KOMPETENZ
VERLÄSSLICHKEIT**

*Ihre unabhängigen Versicherungsmakler des Vertrauens.
Bauen Sie auf ein professionell ausgebildetes Team
und eine bedürfnisgerechte Beratung.*

Seit 30 Jahren

IHR VERSICHERUNGSMAKLER
VERTRAUEN · KOMPETENZ · VERLÄSSLICHKEIT



Hauptstr. 41/3 • 5600 St. Johann i. Pg. • Tel.: +43 (0) 6412 / 4224
office@teamriegler.at • WWW.TEAMRIEGLER.AT

Kreatives Schreiben

Schreibend sich selbst auf der Spur sein

Inge BÖHM



Biografisches in den Mittelpunkt gestellt

„Mit jedem Menschen ist etwas Neues in die Welt gesetzt, was es noch nicht gegeben hat, etwas Erstes und Einziges.“ (Martin Buber)

Sanft und wohlwollend der eigenen Geschichte begegnen.

Worte – ans Licht locken.

Worte schöpfen, Worte erobern, blitzartig finden,

Worte aufschreiben, wirken lassen.

Einander vorlesen, hören, lauschen und staunen.

Worte entdecken – für mich, mit anderen,

durch andere, durch mich für andere ...

Schöpferisch sein, bewegt. Machen wir uns gemeinsam auf den Weg.

„Sich selbst zu erkennen scheint mir das Wichtigste,

was ein Mensch für sich tun kann.“ (Moshé Feldenkrais)

Engeladen sind alle, die gerne schreiben und auch jene,
die es einfach versuchen möchten.

Seminarleitung: Inge Böhm, Amstetten

Schreibpädagogin (BOeS Wien), Kurs- und Seminarleiterin SVEB1,
Dipl. psychosoziale Beraterin, Mitglied der SGfB.

20. – 24. September 2021

Montag, 16 Uhr – Freitag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 240,-
inkl. Arbeitsmaterialien

Jodeln & Wandern im Schloss und am Berg

Heidi CLEMENTI



Das Seminar ist eine Einladung an alle jodelneugierigen sowie wandererfahrenen Menschen. Jodeln ist Ausdruck purer Lebensfreude, mal laut und frei raus – mal ein bisschen stad´ und inniger, immer kraftvoll und direkt. Wir beginnen mit einfachen zweistimmigen Jodlern, lernen den typischen Kehlkopfschlag, üben das freie Spiel mit der Stimme und entdecken dabei neue, ursprüngliche Klänge. Schritt für Schritt entdecken wir den alpenländischen Klangraum neu und genießen das „Zubisingen“ und „Zubijodeln“. Dabei jodeln wir nicht nur im Schloss, sondern auch auf den umliegenden Bergen, denn dort gehören unsere Jodler, Juchzer und Jauchzer eigentlich hin. Lernen kann das Jodeln jede und jeder. Fürs Mitmachen sind keinerlei Vorkenntnisse notwendig, hinderlich sind sie auch nicht.

Gewandert wird am Freitag und am Samstag inklusive Verpflegung auf den Almhütten. Die gewählten Routen sind leicht-mittelschwer und dauern max. 4 Stunden / Tag. Dennoch: Trittsicherheit und Schwindelfreiheit müssen mitgebracht werden! Details finden Sie ab Sommer online, Preis inkl. Tourenbegleitung, Shuttle, Mittagessen auf der Alm & mehrgängigem Almdinner.

Tourenbegleitung: Stefanie Lettner

Bergwanderführerin & Resilienztrainerin, www.freiluftleben.at/wandern

Seminarleitung: Heidi Clementi, Bozen

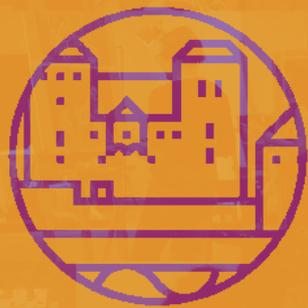
Aufgewachsen in Leifers bei Bozen/Südtirol, Jodlerin und Singleiterin,
Initiatorin der SING-MIT-Projekte
www.heidiclementi.at

23. – 26. September 2021

Donnerstag, 18 Uhr – Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 350,-

www.goldeggmal.at



MAL AKADEMIE SCHLOSS GOLDEGG

Anfragen und Kursprogramm:
Malakademie Schloss Goldegg
Hofmark 1
A-5622 Goldegg am See
Tel.: +43 (0)6415 8234
E-Mail: office@schlossgoldegg.at

Raiffeisenbank
St. Veit-Schwarzach-Goldegg



**GEMEINSAM
IN EINE
GESUNDE
ZUKUNFT.**

schwarzach.raiffeisen.at

© stock.adobe.com



**ALPENTHERME
GASTEIN**

ALPINE AUSZEIT
IN DER ALPENTHERME GASTEIN.

Alpentherme in Bad Hofgastein, täglich ab 9 Uhr geöffnet
Tel.: 06432/8293-0
www.alpentherme.com • info@alpentherme.com

Ein starkes Immunsystem durch Qigong

Bernhard NEUBAUER



Den meisten Menschen ist nicht bewusst, dass man mit Qigong das Immunsystem gezielt stärken kann, um so Infektionen vorzubeugen. In diesem Seminar lernen wir Übungen, um unsere Energie zu regulieren und zu stärken, damit wir unsere Gesundheit selbst in die Hand nehmen können.

Inhalte:

- Bewegungs-, Atem- und Meditationsübungen
- Hintergründe und Wissen aus der Klassischen Chinesischen Medizin in Bezug auf das Immunsystem

Seminarleitung: Bernhard Neubaauer, Salzburg

Lehrer für Qigong & Innere Kampfkunst, Massagetherapeut

01. – 03. Oktober 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 12.30 Uhr

Seminarbeitrag: € 190,-

Permakultur Grundkurs Modul 3

Kooperation in Stadt und Dorf

Thomas MEIER & Marlies ORTNER



Eingeladen sind alle Menschen, die Freude an der Natur haben, mehr Verantwortung für die Erde übernehmen und ökologische Selbstversorgung lernen und üben wollen! Die Permakultur-Akademie im Alpenraum bietet ökologische Weiterbildung an. PIA ist im Auftrag des gemeinnützigen Vereins „Österreichisches Institut für angewandte Ökopädagogik E.R.D.E.“ tätig und arbeitet im Sinne des von Bill Mollison gegründeten Internationalen Permakultur-Instituts.

Inhalte: Siedlungen gestalten und entwickeln, Vorbeugen und Bewältigen von Katastrophen und Unfällen, Erdbewegungen und Erdbauten, Urbane Permakultur, Zugang zu Land, Bioregionen, Naturwahrnehmungsübung, lokales wirtschaften, wirtschaften ohne Geld und Zinsen, ethische Geldanlagen, Regionalentwicklung, regionale Wertschöpfung, Permakultur-Gestaltungswerkzeuge 4, Planungs- und Gestaltungsübung, Permakultur im Garten 4, gestalten im trockenen Klima, Projektpräsentation
Voraussetzung: Ein Einführungskurs in die Permakultur bei der PIA oder ähnliche Kenntnisse.

Seminarpreis inkl. biologischer-saisonaler-vegetarischer Verpflegung und ausführlicher schriftlicher Kursunterlagen, Fr Abend Mitbringbuffet

Seminarleitung:

Marlies Ortner, Stainz

Diplom der angewandten Permakultur-Gestaltung, Ökopädagogik, Kräuter- und Samengärtnerei, Dr. med., Umweltmedizin, Phytotherapie

Thomas Meier, Steiermark

Diplom der angewandten Permakultur-Gestaltung, Dipl.Ing. (FH) Landschaftsgestaltung, alternative Bautechniken und Energienutzung

01. – 03. Oktober 2021

Freitag, 16 Uhr – Sonntag, 15 Uhr

Seminarbeitrag: € 190,-

Ritual Dance Yemanjá & Oxúm

Roxana JAFFÉ



Durch die Verbindung kreativer Bewegungen mit uralten Göttertänzen aus der afrobrasilianischen Kultur und deren archetypischen Qualitäten wird ein Prozess initiiert, der die Wiederentdeckung der eigenen Kraft sowie die Integration dieser Kraft in den Tanz und auch in alltägliche Bewegungsabläufe zum Ziel hat. Ziel im Ritual Dance ist es, Aspekte der eigenen Persönlichkeit, die verloren gegangen, abgespalten oder verdrängt wurden, zurückzuholen und zu integrieren, damit wir wieder vollständig in der eigenen Kraft sein können. Der Kontakt mit der inneren Wahrheit wird wiederhergestellt und die selbstheilende Fähigkeit wird (re)aktiviert.

Ab der zweiten Jahreshälfte 2021 begleiten uns folgende Gottheiten:

Oxum - Sie repräsentiert den Fluss des Lebens, die Geschmeidigkeit im Geben und Nehmen, Kommen und Gehenlassen und das Gleichgewicht der Emotionen. Geschmeidig, sanft und liebevoll erkennt Oxum ihre eigenen Qualitäten an, ist sich ihrer Schönheit bewusst und geht mit viel Zärtlichkeit und spielerischer Freude damit um. Sie ist die Liebe selbst, und so auch die Selbstliebe.

Yemanjá - Die Göttin der Meere und die große Mutter aller Wesen. Sie ist der Ursprung alles Lebendigen und symbolisiert die weibliche Urkraft. Sie gibt Orientierung, fördert und fordert die innere Autorität, zeigt mögliche Alternativen im Leben, ernährt, erzieht, tröstet, strafft und hilft uns unsere verborgenen Qualitäten zu erkennen, unsere Persönlichkeit zu entwickeln. In diesem Kurs wird frei und barfuß getanzt.

Seminarleitung: Roxana Jaffé, Ammersee / Brasilien

Tänzerin, Körperpsychotherapeutin, Mitglied des UNESCO International Dance Council

www.roxanajaffe.de

08. - 10. Oktober 2021

Freitag, 18 Uhr - Sonntag, 12.30 Uhr

Seminarbeitrag: € 220,-

Basisseminar

HUNA I - Grundlagen hawaiianischen Wissens

Ingrid STADTLER-PREE



Liebe, Glück, Gesundheit und Erfolg – der Wunsch nach einem sinnvollen, gelingenden Leben ist so alt wie die Menschheit. HUNA, eine der ältesten Weisheitslehren der Welt, zeigt uns, wie wir unser Leben selbstbestimmt und bewusst gestalten können. HUNA (übersetzt: „Geheimnis“ oder „verborgenes Wissen“) ist eine von den alten Polynesiern überlieferte, praktische Lebensphilosophie, deren Anwendung für die komplexen Herausforderungen der heutigen Zeit wichtiger und hilfreicher ist denn je.

HUNA kann auf alle Lebensbereiche angewendet werden, insbesondere für persönliches Wachstum, harmonische Beziehungen und zum Erreichen privater und beruflicher Ziele.

Ziele: In diesem Kompaktseminar beschäftigen wir uns mit den grundlegenden HUNA-Weisheiten sowie den Methoden und Techniken, dieses wertvolle Wissen in die Praxis umzusetzen. Gemeinsam tauchen wir in den berühmten Aloha-Spirit Hawai'i ein, erleben Freude, Gelassenheit, liebevolle Verbundenheit und erste Erfolge beim Ausprobieren der verschiedenen HUNA-Werkzeuge.

Details zu den Inhalten finden Sie auf unserer Website!

Seminarleitung: MSc Ingrid Stadler-Pree, Salzburg

Hawaiianischer Name: Melia Maika'i, Alaka'i (Führungskraft, Lehrperson) von HUNA International, Hawai'i; Master in Psychosozialer Beratung, Akademische & systemische Trainerin, Wirtschaftscoach, Stressmanagement-Expertin, Fortbildungen in positiver Psychologie & Glücksforschung.

www.suncoaching.net

08. - 10. Oktober 2021

Freitag, 17 Uhr - Sonntag, 13 Uhr

Seminarbeitrag: € 220,-

ABBA – The workshop!

Mag.^a Catarina LYBECK



Für alle, die ABBA lieben, mögen oder besser kennenlernen wollen!

Ein ganzes Wochenende singen, entdecken und genießen wir Songs der berühmten schwedischen Pop-Gruppe ABBA. Von MAMMA MIA & CHESSE bis zu weiteren tollen Songs aus dem reichhaltigen Kompositionsfundus von Björn Ulvaeus und Benny Andersson.

Die Lieder von ABBA sind harmonisch, facettenreich, versprühen Lebensfreude und eine ganz unverkennbare beschwingte Stimmung. Gleichzeitig sind einige Texte sehr tiefgründig und aus dem Leben gegriffen. Dies macht es auch so faszinierend, sich intensiver mit der Musik von ABBA auseinander zu setzen, sie wirklich zu spüren und auch zu gestalten. All das unter der Anleitung einer gebürtigen Schwedin, die sich über diesen Workshop besonders freut, da sie in ihrer Kindheit ABBA rauf und runtergerällert hat.

Die Songtexte sind hauptsächlich in Englisch und Deutsch - durch die ressourcenorientierte Arbeitsweise von Catarina Lybeck kann JEDER mitmachen.

Klavierbegleitung: Mag. Dr. Damir Sertic, Salzburg

Konzertpianist, Komponist und Musikpädagoge

Seminarleitung: Mag.^a Catarina Lybeck, Salzburg / Schweden

Sängerin, ganzheitliche Gesangs- und Stimmexpertin und -trainerin. Jahrelange Konzerttätigkeit im In- und Ausland, Künstlerische Leiterin der Puchberger Chorwerkstatt und Trainerin beim Europäischen Netzwerk der Stimmexperten. www.catarina-lybeck.at

08. – 10. Oktober 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 13 Uhr

Seminarbeitrag: € 275,-

Permakultur Grundkurs Modul 4

Permakultur in der Landwirtschaft

Marlies ORTNER & Thomas MEIER &



Eingeladen sind alle Menschen, die Freude an der Natur haben, mehr Verantwortung für die Erde übernehmen und ökologische Selbstversorgung lernen und üben wollen! Die Permakultur-Akademie im Alpenraum bietet ökologische Weiterbildung an. PIA ist im Auftrag des gemeinnützigen Vereins „Österreichisches Institut für angewandte Ökopädagogik E.R.D.E.“ tätig und arbeitet im Sinne des von Bill Mollison gegründeten Internationalen Permakultur-Instituts.

Inhalte: Traditionelle, ökologische/biologische und Permakultur-Landwirtschaft in Mitteleuropa und weltweit, Alternativen im Ackerbau, Aquakulturen, Alternativen in der Nutztierhaltung, Saatgut 2, Naturerfahrungsübung, Permakultur-Gestaltungswerkzeuge 5, Planungs- und Gestaltungsübung, Permakultur im Garten 5, Gestalten im kalten Klima, Projektpräsentation, weitere Ausbildungsmöglichkeiten

Voraussetzung: ein Einführungskurs in die Permakultur bei der PIA oder ähnliche Kenntnisse.

Seminarpreis inkl. biologischer-saisonaler-vegetarischer Verpflegung und ausführlicher schriftlicher Kursunterlagen, Fr Abend Mitbringbuffet

Seminarleitung:

Thomas Meier, Steiermark

Diplom der angewandten Permakultur-Gestaltung, Dipl.Ing. (FH)

Landschaftsgestaltung, alternative Bautechniken und Energienutzung

Marlies Ortner, Stainz

Diplom der angewandten Permakultur-Gestaltung, Ökopädagogik, Kräuter- und Samengärtnerin, Dr. med., Umweltmedizin, Phytotherapie

22. – 24. Oktober 2021

Freitag, 16 Uhr – Sonntag, 15 Uhr

Seminarbeitrag: € 190,-

Die Kraft der Musik Altorientalische Musiktherapie

Gernot Galib STANFEL



Über das alte Wissen, die Gesundheit durch Musik zu fördern

Musik wurde in den Spitälern des Vorderen Orients schon vor tausend Jahren eingesetzt, um Krankheiten des Körpers und der Seele zu lindern. Speziell ausgebildete Musiker kamen, folgt man historischen Dokumenten, regelmäßig in die Spitäler, um auf ausgewählten Instrumenten speziell für die einzelnen Krankheiten abgestimmte Musik zum Wohle der Patienten zu spielen. Eingebettet in die innovative Weltsicht der islamischen Hochkultur in Bagdad und Horazan war Musik ein gängiges Mittel, um Kranke zu behandeln. Die Wurzeln dieses Wissens reichen weit zurück zu den Ärzten der antiken Griechen und den Schamanen Zentralasiens.

An diesem Wochenende wollen wir in die ganzheitliche Welt dieses alten Wissens eintauchen und es zeitgemäß aufbereitet selbst erfahren. Dazu werden wir Instrumente und Musik aus dem Vorderen Orient von der Seidenstraße bis zum Balkan hören. Sowohl aktiver Tanz und Bewegung als auch rezeptives Erleben von Musik sind Teil dieses Wochenendes.

Seminarleitung: Gernot Galib Stanfel, Pressbaum

Musiktherapeut, Schüler von Oruc Güvenc, Komponist, Hochschul-Dozent Donau-Uni Krems

22. - 24. Oktober 2021

Freitag, 18 Uhr - Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 180,-

Unsere Wurzeln – unsere Flügel Die Kraft der Ahnen

Susann BELZ



Unter all den Gemeinschaften, zu denen wir möglicherweise gehören, hat das Feld der AhnInnen einen besonders starken Einfluss auf uns. In diesem Feld, das die ganze Seele durchdringt, finden wir nicht nur die Gegenwart derjenigen, die sich fortgepflanzt haben. Die Stammes-Seele umfasst alle, die zum Bereich der AhnInnen gehören, auch diejenigen, die jung gestorben sind, und diejenigen, die nie Kinder in die Welt gebracht haben.

Die Mythen einer Kultur sind die spirituellen Lehren, die von Generation zu Generation weitergegeben werden. In mythischen Gedichten und Geschichten erzählen uns die AhnInnen von ihrer Lebensreise. Ihre Stärken haben genauso wie ihre Lasten die gleiche Wirkung auf uns. Indem wir uns wieder mit den Herkunftslinien verbinden, öffnen wir uns für die Möglichkeit, alte Wunden zu heilen, die über Generationen weitergegeben wurden. Wir stärken dadurch gleichermaßen jene, die vor uns waren und übernehmen die Verantwortung dafür, AhnInnen der Zukunft zu sein.

Die Absicht dieses Seminars ist es, dieses umfassende Wissen in unseren Zellen zu aktivieren, so dass wir mehr Möglichkeiten haben, uns den Herausforderungen der heutigen Zeit zu stellen.

Seminarleitung: Susann Belz, Basel (CH)

Schamanische Lehrtätigkeit (seit 1980), Leitung der Schule Women and Earth

www.womenandearth.ch

28. - 31. Oktober 2021

Donnerstag, 18 Uhr - Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 310,-

Aufbauseminar FSS

Extraktion im Schamanismus

Michael HASSLINGER



In schamanischen Kulturen werden Krankheiten als spirituelle Eindringlinge (engl. intrusions) in den Organismus gesehen. Die Aufgabe der Schamanen ist es, diese Eindringlinge zu erkennen, zu lokalisieren und „aus der geistigen Sphäre“ zu entfernen – eben zu extrahieren. Er/sie tut dies in Kontakt mit den Instanzen der nicht-alltäglichen Wirklichkeit. Es ist „die universelle“ schamanische Methode, die besonders bei den Pomo-Indianern - an der Nordwestküste der USA - angewandt wurde. Die Teilnehmer lernen diese alte Heilmethode effizient anzuwenden.

Voraussetzung: Basisseminar der Foundation for Shamanic Studies

Bitte mitbringen: Decke, Polster, Socken, Tuch zum Abdecken der Augen, wenn vorhanden Rassel und Trommel, Heft zum Notieren der Reiseergebnisse.

Seminarleitung: DI Michael Hasslinger, Wiener Neudorf

Geb. 1946, Zivilingenieur und Bauunternehmer, 1983 erstes Schamanismusseminar bei Harner in Wien, 1994/1999 Teilnahme an Expeditionen zu nativen Schamanen in Tuvinien/Sibirien. Lehrbeauftragter der Foundation for Shamanic Studies (FSS) – USA und Europa

www.shamanicstudies.net

12. – 14. November 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 200,-

Biografiearbeit & Horoskop

Lebenssinn und Lebenslauf

Albrecht KLAUS & Manuela REUDINK



Wo im Leben stehen wir, welchen Sinn erkennen wir aus den Lebensepochen, was wollen wir noch erreichen und bis wann? Je länger und tiefer wir uns mit unserem Leben und der Biografie beschäftigen, desto deutlicher wird die Zielrichtung vergangener Ereignisse, desto klarer und freier stehen wir im Hier und Jetzt der heutigen Situation.

- Welchen neuen Weg habe ich mit 37 Jahren eingeschlagen?
- Wie löse ich die Midlife-Crisis um das 44. Lebensjahr?
- „Qualifiziert faul werden“ und delegieren ab dem 49. Jahr
- Mit 55 Jahren Neuorientierung.

Lebenserfahrungen werden über Spiegelungen zueinander in Beziehung gebracht, das Verständnis für frühere Begebenheiten kann die heutige Situation erhellen. Das Geburtshoroskop stellt symbolisch grundlegende Fähigkeiten dar. Transite beschreiben Krisen, Chancen und Veränderungsmöglichkeiten. Neue Einsichten und Lösungen zu finden ist ein Ziel des Seminars.

Bitte teilen Sie uns bei der Anmeldung Ihr Geburtsdatum mit Geburtsort und Uhrzeit mit!

Max. Teilnehmerzahl: 12

Seminarleitung: Dipl. Sozialpädagoge Albrecht Klaus, Berchtesgaden

Astrologe und Ausbilder in Astrologie und Biografiearbeit, Sozialtherapeut, Heilpraktiker in eigener Praxis, Autor

Manuela Reudink-Steingruber, Mondsee

Betriebswirtin, Unternehmerin, psychol. Astrologin, Biografiearbeiterin

12. – 14. November 2021

Freitag, 18 Uhr - Sonntag, 13 Uhr

Seminarbeitrag: € 200,-

Raunächte – Zeit außerhalb der Zeit – Orakelzeit

Marlis BADER



Das wilde Heer geht um, Erde und Kosmos tanzen einen wilden Reigen. Die zwölf heiligen Nächte zwischen dem 25. Dezember und dem 6. Januar sind Tore in eine andere Dimension.

Von alters her wurde diese Zeit von den Weisen für Rituale genützt. Jetzt ist die Zeit durchlässig und die Vergangenheit kann in Leichtigkeit geheilt und gewandelt werden, um eine neue und freie Zukunft zu erschaffen. Räucherpflanzen und Räucherrituale unterstützen diesen Prozess der sich in der Stille entfaltet.

In diesem Seminar werden wir uns auf diese besondere Zeit der Raunächte vorbereiten. Wir werden eine individuelle Räuchermischung erstellen, wichtige Ritualpflanzen kennen lernen, ein Raunachtsritual kreieren und vieles über Brauchtum und Mythologie erfahren.

€ 10,- Materialgebühr bitte vor Ort bezahlen!

Seminarleitung: Marlis Bader, Peiting (D)

Expertin für abendländische Räucherkunde, freie Mitarbeiterin der Blumenschule Schongau. Sie schöpft aus altem Wissen um Räucherwerk und Rituale. Zum Thema sind ihre Bücher „Räuchern mit heimischen Kräutern“ und „Wohnen in guter Energie“ im Kösel-Verlag erschienen. Ihre Werkzeuge zur Prozessbegleitung sind freie rituelle und systemische Aufstellungsarbeit, Ritualarbeit und Räucherungen.

19. – 21. November 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag:
€ 190,-

Fröhlich singend in den Advent hinein

Mag.^a Catarina LYBECK



In Schweden geboren hat Catarina Lybeck eine innige Beziehung zu Advent- und Weihnachtsliedern. „Diese reiche Advent- und Weihnachtsliederkultur teile ich besonders gerne, da sie mich bis heute mit Wärme und innerer Freude begleitet. Vielleicht gelingt es, wieder an einen schönen Teil unserer Kindheit anzuknüpfen.“ Der schwedische Winter ist lang und wird durch das gemeinsame Singen von den harmonisch vielfältigen und strahlenden Weihnachtsliedern erhellt.

Mit Catarina Lybecks ganzheitlichem Zugang zum Singen und ihrer langjährigen Bühnenerfahrung finden wir – durch Bewegung, Leichtigkeit und Lockerheit – einen erfüllten musikalischen Ausdruck. Dabei entdecken wir gemeinsam (in der Gruppe) unsere natürlichen, wohltuenden Klänge und nehmen ein Gefühl von Lebendigkeit und Beseeltheit mit nach Hause.

Level/Voraussetzung: Alle Töne sind herzlich willkommen – Notenlesen zu können ist nicht notwendig. Jedes Lied bekommt genug Raum, um sich zu entfalten, so dass wir uns dem Gefühl nähern – alles in mir SINGT! Das Liedgut kommt aus unterschiedlichen Ländern und wird jährlich erneuert.

Klavierbegleitung: Mag., Dr. Damir Sertic, Salzburg

Konzertpianist, Komponist und Musikpädagoge

Seminarleitung: Mag.^a Catarina Lybeck, Salzburg / Schweden

Sängerin, ganzheitliche Gesangs- und Stimmexpertin und -trainerin. Jahrelange Konzerttätigkeit im In- und Ausland, Künstlerische Leiterin der Puchberger Chorwerkstatt und Trainerin beim Europäischen Netzwerk der Stimmexperten. www.catarina-lybeck.at

19. – 21. November 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 245,-

Tanz in die Weiblichkeit

Der weibliche Weg der Selbstfindung

Rosina Fazwia AL-RAWI



Die weibliche Kraft des Empfangens und Gebens, der Kraft und Weichheit, der Tiefsicht und Lebendigkeit, der Ewigkeit und des Moments.

Bitte mitbringen: Gymnastikschuhe mit dünner, beweglicher Sohle, bequeme Kleidung, ein Tuch für die Hüften und eine Decke

Seminarleitung: Dr. Rosina Fawzia-Al-Rawi, Jerusalem/Wien

Rosina-Fawzia Al-Rawi wurde im Irak geboren und verbrachte ihre Kindheit im Irak und im Libanon. Von ihrer Großmutter wurde sie in die alte weibliche Tradition, die der Bauchtanz symbolisiert, eingeführt. Sie ist Arabistin und Ethnologin und studierte in Kairo und Wien.

Veröffentlichungen: „Gelber Himmel, rote Erde – Frauenleben in Palästina“, „Der Ruf der Großmutter oder die Lehre des wilden Bauches“, „Tante Fatima kauft einen Teppich – mein Leben im Morgenland der Frauen“, „Zwischen Tisch und Diwan – ein orientalisches Kochbuch“.

www.fawzia-al-rawi.com

17. – 19. Dezember 2021

Freitag, 18 Uhr – Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 180,-

Mit der Kraft der Stimme ins neue Jahr

Raimund MAUCH &
Alexandra STOCKMEYER



Mit Mantras und spirituellen Liedern verschiedener Kulturen wollen wir den Übergang ins Neue Jahr gemeinsam singend feiern. Mal laut, mal leise, kraftvoll, dann wieder ganz fein und immer mit dem Instrument „Körper“ verbunden. Kombiniert mit Körper-, Wahrnehmungs- und Gesangsübungen wird daraus mehr als bloßes Singen: Der Kopf wird frei, der Verstand kommt zur Ruhe. Die Stimmen erreichen eine Schwingungsebene, die direkt mit dem Herzen verbindet. So entsteht eine tiefe innere Stille, ein Zurückkehren zum eigenen Wesenskern. Wir nehmen wieder mehr wahr, was wir wirklich brauchen und können klarer sehen, was uns wichtig ist. Diese innere Klarheit erfüllt die Beziehungen zu unseren Mitmenschen und der Welt mit größerer Anteilnahme und erfrischender Wahrhaftigkeit. Der Gesang wird zur Quelle von Kraft und Lebensfreude. Mit Singritualen werden wir das alte Jahr verabschieden und das Neue begrüßen. Willkommen ist jeder, der sich mit seiner Stimme, mit Gesang und Bewegung erleben möchte. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Neben den gemeinsamen Aktivitäten zu den festen Gruppenzeiten haben Sie auch Gelegenheit zum Wandern, Skifahren, Faulenzen und Urlauben in der wunderschönen Landschaft um Goldegg.

Zum Abschluss lädt Sie der Kulturverein SCHLOSS GOLDEGG zum Neujahrskonzert am 2. Jänner ein.

Seminarleitung: Raimund Mauch, Ravensburg

Musiker, Heilpraktiker für Psychotherapie (HPG)

Alexandra Stockmeyer, Ravensburg

Journalistin, Heilpraktikerin für Psychotherapie (HPG)

www.kraftderstimme.de

28. Dezember 2021 – 02. Jänner 2022

Dienstag, 18 Uhr – Sonntag, 12 Uhr

Seminarbeitrag: € 390,-



APARTMENT HAUS SANDRA

Familie Höring, Hofmark 95, A-5622 Goldegg
Tel. +43 (0) 664 · 6116088
e-mail: info@apartment-haus-sandra.at

Modernes Apartment mit Berg-, See- und Schlossblick, eigener Terrasse. Das Schloss und der See sind ca. 500 m entfernt. Busstation direkt vor dem Haus (gratis Bus zu Ski Amadé).

Für 3 – 6 Personen, Dusche und Badewanne, WC separat, WLAN und Kabel-TV. Preis auf Anfrage.

POSAUNER'S KAFFEE

Tel. +43 (0) 6415 · 20683
e-mail: posaunerskaffee@icloud.com

Zum Essen oder auf einen röstfrischen Kaffee heißen wir Sie in unserem „Posauner's Kaffee“ willkommen (3 min. Gehweg).

Frühstücksangebote, Mittagsmenüs, hausgemachte Kuchen und Torten oder reservieren Sie sich einen Tisch zum Abendessen.



GRATIS
E-LADESTATION
für Hausgäste



HOTEL AM SCHLOSS

Herzliche Gastlichkeit direkt neben dem Schloss Goldegg – in absolut ruhiger Lage

Nach einer erholsamen Nacht in einem unserer Komfort-Doppelzimmer starten Sie gestärkt von unserem reichhaltigen Frühstücksbuffet (vegane, lactose- und glutenfreie Produkte auf Anfrage) in den Tag. Am Abend entspannen Sie in unserem Wellnessbereich mit finnischer Sauna, Dampfbad, Infrarotkabine und großzügigem Ruheraum oder genießen gemütliche Stunden an unserer „Honesty“-Kaminbar mit Selbstbedienung.

AUSSERDEM ...

- 30% Ermäßigung im GC Goldegg (2 km entfernt)
- E-Bike Verleih direkt im Haus
- Mobil auch bei Anreise ohne Auto mit unserem Elektroauto-Verleih

ÜBERNACHTUNG IM DOPPELZIMMER

ab € 55,00 pro Person/Tag

ab € 65,00 pro Person/Tag bei Einzelnutzung

Preise inkl. Frühstück und Nutzung des Saunabereiches

zzgl. € 1,90 pro Person/Tag Ortstaxe.

Hotel am Schloss, Hofmark 19a, A-5622 Goldegg am See
Telefon. +43 (0) 6415 20940, Email. info@hotelamschloss.at

www.hotelamschloss.at



HOTEL SEEBLICK****

IHR NATUR & GENUSSHOTEL AM BÖNDLSEE
Familie Kößner, Mitterstein 2, A-5622 Goldegg-Böndlsee
Tel: +43 (0) 6416 · 7312, Fax: +43 (0) 6416 · 7312-33
e-mail: info@hotelseeblick.at, www.hotelseeblick.at

Unser Natur & Genusshotel direkt am Böndlsee, 5 Autominuten vom Ort Goldegg entfernt, wird Sie mit der einzigartigen Lage und seiner familiären Atmosphäre begeistern. Wir bieten unseren Gästen gemütliche Zimmer, stilvolle Suiten, Familiensuiten und Ferienwohnungen.

Unser Wellnessbereich umfasst das Panorama-Hallenbad mit Blick auf den idyllischen Naturbadesee, finnische Sauna, Aromadampfbad, Kräuterbad, Tepidarium, sowie Infrarotkabine und Eisgrotte.

Sommerpreise / Winterpreise pro Person

Zimmer mit Genuss-Halbpension ab € 97,-
Zimmer mit reichhaltigem Frühstücksbuffet ab € 77,-
Ferienwohnungen je nach Personenanzahl ab € 117,-
Preise zzgl. Ortstaxe € 1,90



»Zum Bierführer«

Gasthof

**Wieder geöffnet
seit 1. Mai 2021!**

**Wir freuen uns, Sie im
„Bierführer“
von Mittwoch bis Sonntag,
10 Uhr bis 23 Uhr,
begrüßen zu dürfen.**

**Tischreservierung erbeten:
T 06415 8102**

Familie Schellhorn
5622 Goldegg, Hofmark 19



Das Hotel zur Post von Familie Gesinger-Scharfetter liegt direkt am idyllischen Goldegger See. Schloss Goldegg ist 3 Gehminuten nah.

Übernachtung/Frühstück ab € 72,-,
3 Verlängerungsnächte mit GenussHalbpension
und 2 Greenfees ab € 355,-.

**Wohlfühlrefugium mit Zirbenholzsaunen, Infrarotkabine,
Fitnessraum, großzügigem Ruhe- und Frischluftbereich.
Schöne Seeterrasse, eigener Badeplatz, am See.**

Hotel zur Post, Familie Gesinger-Scharfetter, 5622 Goldegg am See
Tel. +43 (0)6415-81030, hotel@hotelpost-goldegg.at
www.hotelpost-goldegg.at



**SPORTPENSION
GOLDEGG**

Familie Reiter
Altenhof 2a, 5622 Goldegg, T 06415/8153
info@sportpension-goldegg.at
www.sportpension-goldegg.at



1 km vom Schloss in ruhiger und sehr sonniger Lage am Golfplatz und den Schilften sowie der Langlaufloipe. Eigener Naturbadeteich mit großer Liegewiese. Restaurant „reiter's“ mit großzügiger Sonnenterrasse. Traditionelle bodenständige Speisen aus unserer Region. 7 Zimmer und 3 Appartements, alle mit Balkon, Kabel-TV und gratis W-Lan. Mitgliedsbetrieb des Golfclub Goldegg. Übernachtung mit Frühstücksbuffet ab € 52,-, EZ-Zuschlag € 11,-, exkl. Ortstaxe.



Haus »Katherl«

Komfortzimmer mit Frühstück
**** Edelweiß

Hofmark 114, 5622 Goldegg
Tel. +43(0)6415-8686 oder
Mobil 0664-3414423
haus.katherl@sbg.at
www.katherl.com

Zentrale, ruhige Lage. Schloss Goldegg und Badesee sind zu Fuß erreichbar.
Komfortzimmer mit Frühstück pro Person u. Nacht: 1 Person € 35,- bis € 38,-;
2 Personen € 30,- bis € 33,-; 3 Personen € 27,- bis € 30,-; zzgl. Ortstaxe.



DER SEEHOF
HOTEL & RESTAURANT

Das Hotel Der Seehof ist ein liebevoll gestaltetes Hideaway am Ufer des Goldegger Sees. Wir bieten Genuss und Erholung in besonderer Atmosphäre: 27 individuell gestaltete und mit viel Liebe zum Detail eingerichtete Seehofzimmer; 3-Hauben Restaurant HECHT!

Hauseigener Badesteg am See und wunderschöne Terrasse mit Seeblick und alten kraftspendenden Kastanienbäumen. Genießen Sie die wunderbare Natur – ob Langlaufen, Schifahren, Eislaufen im Winter, oder Golfen, Schwimmen, Biken im Sommer und Wandern und Nichtstun jederzeit. **Aktuelle Angebote unter: www.derseehof.at**



Hofmark 8 · 5622 Goldegg · T: +43 6415 81370 · M: office@derseehof.at
www.derseehof.at

HERZLICH
WILLKOMMEN!

Anfang April bis Ende Oktober
täglich von 09:00 bis 20:00 Uhr
für alle (Nicht-)Golfer geöffnet.

M19
CAFE
RESTAURANT

Direkt beim Golfplatz Goldegg



DAS HOTEL METZGERWIRT/M19 TEAM
FREUT SICH AUF IHR KOMMEN!

Tel. 06415/ 74 140 | Markt 5 | 5621 Str. Weit im Pongau
www.hotel-metzgerwirt.com



HAUS GOLDEGGBLICK

Mit **** Edelweiss ausgezeichnet Familie Moser
Schattau 66, Tel. +43 (0)664/4554280, +43 (0) 664/3842437
info@goldeggblick.at, www.goldeggblick.at

Ländliches Haus in sonniger und ruhiger Lage mit schönem Ausblick.
In Schloss-, Zentrums- und Seenähe. Zimmer mit Balkon, DU/WC,
Kabel-TV, Wlan und erweitertem Frühstück Ü/F € 32,-, EZ-Zuschlag
€ 5,-, zzgl. Ortstaxe. 1 FEWO für 2-4 Personen ab € 58,-.
Kurzaufenthalte: Preis auf Anfrage.



Gasthof »Pesbichl« ***

Michaela Hettegger

5622 Goldegg/Böndelsee
Tel. +43 (0)6416/7314, Mobil +43 (0)664/5413938
info@pesbichl.at, www.pesbichl.at
5 Autominuten vom Schloss entfernt

Ruhige, sonnige Lage. Frühstücksbuffet mit vielen selbsterzeugten Produkten,
Teeecke mit von handgesammelten Kräutern. Vegetarische, gluten- und laktose-
freie Küche bei Bedarf. Alle Zimmer mit Dusche, WC, Balkon, Sat-TV, Radio, Fön,
Wasserkocher, gratis W-Lan, gratis Parkplatz, Bauernhof.
Doppelzimmer ab € 47,-, Doppelzimmer als Einzelzimmer ab € 57,-, Zuschlag
Halbpension € 17,-, exkl. Ortstaxe.

Haus »Lainer« Lorenz Lainer, Kaufhaus · 5622 Goldegg, Hofmark 12

Tel. +43 (0) 6415/8245, lorenz.lainer@gmail.com, www.bit.ly/HausLainer

Unser Haus ist zentral im Ort und dennoch ruhig gelegen und zwei Gehminuten zum
Schloss entfernt. Alle drei Appartements sind bestens ausgestattet und bieten Platz für 1-4
Personen. Genießen Sie unsere sonnige Terrasse, die erholsame Seepromenade und die um-
liegende Goldegger Gastronomie in unmittelbarer Nähe. Kleine Erfrischungen, Utensilien
und Sonstiges finden Sie im SPAR-Markt direkt im Haus.

Preis pro Nacht: ab € 49,00 zzgl. Endreinigung € 20,00 +Ortstaxe € 1,90.

Apartments Bergleben, Oberhof 33, 5622 Goldegg, +43 (0) 650 69 79 569
bergleben.goldegg@gmail.com, FEWO für 1-2 Personen, 30m², ab 65 EUR / Nacht
15 Gehmin. zum Schloss, 10 Gehmin. zur Bushaltestelle, Eier, Milch vom Bauernhof

Ferienwohnungen Etzer, Hofmark 18, 5622 Goldegg, +43 (0) 6415 8496
Ferienwohnung im Gemeindehaus, 60,- EUR/Nacht, 40,- Endreinigung.
max drei Personen, zwei Gehminuten vom Schloss.

Ferienwohnungen Haus Ilse, Rupert und Ilse Kreuzer, March 36, 5622 Goldegg
+43 (0) 6415 8132, info@haus-ilse.at - www.haus-ilse.at
2 FEWO, 3 Autominuten vom Ort entfernt. Preis auf Anfrage.

SEMINARE
TAGUNGEN
AUS- UND FORTBILDUNGEN
KONGRESSE
EVENTS UND FESTE

Goldegg am See



- 15 Tagungsräume im Schloss Goldegg und im „Einklang“
- Zeitgemäße Tagungstechnik in allen Räumen
- Green Meeting und Green-Event, Neuzertifizierung
- Idyllische Umgebungen zum Entspannen und Auftanken
- Gute Verkehrsanbindung mit Bahn und PKW



KONTAKT: Schloss Goldegg, +43(0)6415/8234
office@schlossgoldegg.at, www.schlossgoldegg.at

TVB Goldegg, +43(0)6415/8131
tourismus@goldeggamsee.at



Die wichtigste Inszenierung ...

... ist die Ihres eigenen Lebens. Gesundheit ist die Voraussetzung dafür.

Nehmen Sie das ruhig persönlich – wir tun es auch. Im Medizinischen Zentrum Bad Vigaun, nur 15 Autominuten von Salzburg entfernt erwarten Sie beste Voraussetzungen für umfassende medizinische Checks und schonende Eingriffe in der Klinik sowie rasche Therapie-Erfolge in der anschließenden Rehabilitation. Was unsere anerkannten Spezialisten und unser engagiertes Pflege- und Therapeuten-team für Sie tun können finden Sie auf unserer Homepage unter

www.badvigaun.com

Karl-Rödhammer-Weg 91,
A 5424 Bad Vigaun
T +43 (0) 6245 / 89 99-0
F +43 (0) 6245 / 89 99-666
E: info@badvigaun.com
www.badvigaun.com

