



naturpark  
auszeit

*da bin ich richtig*

NATURPARK AUSZEIT SYMPOSIUM

# WECHSEL WIRKUNG MENSCH NATUR

*mit* Clemens G. Arvay, Beate Winkler,  
Wolfgang Lalouschek u. a.

*Moderation* Doris Helmberger *Die Furche*

4. bis 6. April 2019

STIFT ST. LAMBRECHT

MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUND, LAND UND EUROPÄISCHER UNION

 Bundesministerium  
Nachhaltigkeit und  
Tourismus

 LE 14-20  
Entwicklung für den Ländlichen Raum

 Das Land  
Steiermark  
→ Regionen



Europäischer  
Landwirtschaftsfonds für die  
Entwicklung des ländlichen Raums:  
Hier investiert Europa in  
die ländlichen Gebiete





# WECHSEL WIRKUNG MENSCH

---

NATURPARK AUSZEIT SYMPOSIUM mit Clemens G. Arvay, Beate Winkler, Wolfgang Lalouschek u. a.

Die „Naturpark Auszeit“ wurde in den letzten fünf Jahren entwickelt und wird seit 2016 vom „Verein zur Förderung der Salutogenese“ getragen. Das Potential der Region Naturpark Zirbitzkogel-Grebenzen (Natur, Stille, Spiritualität) wird durch Menschen mit therapeutischen Kompetenzen vertieft und in konkreten Vorsorgeprogrammen im Bereich der seelischen Gesundheit angeboten. Das empathische Wahrnehmen der Natur (Natur lesen), Zeit für Stille,erspüren der eigenen Spiritualität und Angebote der Naturvermittlung sind die Elemente aller „Naturpark-Auszeit“-Programme. Um die Möglichkeiten und Chancen der „Naturpark-Auszeit-Philosophie“ mit ihrem bio-psycho-sozio-ökologischen Ansatz neu bewusst zu machen, lädt die „Naturpark Auszeit“ in Kooperation mit dem Verein „Naturparke Steiermark“ zum Diskurs im Rahmen dieses Symposiums.

Mensch und Natur stehen in einem spannungsvollen Mit- und Ineinander, das vielfältige Wirkungen hervorruft und mit Veränderungsprozessen verbundenen ist. Aus drei Blickwinkeln beleuchten die Referent\*inn\*en des Symposiums mit ihrer Expertise dieses Feld: Clemens G. Arvay wirft einen intensiven Blick auf einfühlsame Beziehungen zwischen Mensch und Natur; Beate Winkler beleuchtet den Menschen als soziales Wesen, das – wie die Natur – mit ständigen Veränderungen konfrontiert ist und dabei die Chancen wahrnimmt; Wolfgang Lalouschek schließlich nimmt den Menschen in seiner inneren Komplexität ganzheitlich in den Blick.



**naturpark  
auszeit**

*da bin ich richtig*

# NATUR

## DONNERSTAG, 4. APRIL 2019

- 18.30 Uhr Eintreffen, Willkommen, Aperitiv  
 19.00 Uhr Eröffnung, Begrüßung, Einstimmung  
 19.30 Uhr **Vortrag** Clemens G. Arvay: „**Biophilie – Das heilsame Band zwischen Mensch und Natur**“  
*Ein intensiver Blick auf einfühlbare Beziehungen zwischen Mensch und Natur*  
**Diskussion** Murmelphase, Publikumsfragen, ...  
 21.30 Uhr Begegnung bei einem kleinen Kulinarium  
 22.00 Uhr Gemeinsamer musikalischer Tagesabschluss

## FREITAG, 5. APRIL 2019

- 8.00 Uhr Gemeinsamer Tagesbeginn – Morgenübung  
 9.00 Uhr **Vortrag** Beate Winkler: „**Perspektivenwechsel – Über die Sehnsucht nach Veränderung**“  
*Ein Blick auf den Menschen als soziales Wesen und seine Beziehungen*  
**Diskussion** Murmelphase, Publikumsfragen, ...  
 10.15 Uhr Pause  
 10.45 Uhr **Vortrag** Wolfgang Lalouschek: „**In der Mitte der Mensch – Über das Leben mit einem inneren JA**“  
*Ein ganzheitlicher Blick auf den Menschen in seiner inneren Komplexität*  
**Diskussion** Murmelphase, Publikumsfragen, ...  
 12.30 Uhr Mittagszeit - Pause, gemeinsames Essen im Lambrechtshof  
 14.00 Uhr **Workshop I** Clemens G. Arvay: **Das Lebendige lieben**  
**Workshop II** Beate Winkler: **Die Sehnsucht nach Veränderung**  
**Workshop III** Wolfgang Lalouschek: **Das innere JA**  
 16.00 Uhr Pause  
 16.30 Uhr **Workshop I** Clemens G. Arvay: **Das Lebendige lieben**  
**Workshop II** Beate Winkler: **Die Sehnsucht nach Veränderung**  
**Workshop III** Wolfgang Lalouschek: **Das innere JA**  
 19.30 Uhr **Podiumsdiskussion** Clemens G. Arvay, Beate Winkler, Wolfgang Lalouschek  
**„WECHSEL - WIRKUNG - MENSCH - NATUR“**  
 Gemeinsames Essen zwischen den Diskussionsteilen  
 22.00 Uhr Gemeinsamer musikalischer Tagesabschluss

## SAMSTAG, 6. APRIL 2019

- 8.00 Uhr Gemeinsamer Tagesbeginn – Morgenübung  
 9.00 Uhr **Auszeit Angebote** Workshop mit Übung  
 Auszeit und Waldbaden: Claudia Gruber  
 Auszeit und Pilgern: Maria Auer  
 Auszeit im Garten: Karin Dorfer  
 Auszeit im Kloster: P. Gerwig Romirer  
 13.00 Uhr Ende des Symposiums, Abschluss in den einzelnen Gruppen

**Moderation**  
 Doris Helmberger  
*Die Furche*

**SCHULE DES DASEINS**  
 Benediktinerstift St. Lambrecht

### GEBETSZEITEN der Benediktinermönche Angebot vor Ort

**Donnerstag, 4. April**  
 18.00 Uhr, Peterskirche  
*Vesper und Messe*

**Freitag, 5. April**  
 6.00 Uhr, Kapitelsaal  
*Vigil und Laudes*

18.00 Uhr, Peterskirche  
*Vesper und Messe*

**Samstag, 6. April**  
 6.30 Uhr, Kapitelsaal  
*Vigil und Laudes*



## SCHRIFTLICHE ANMELDUNG

bitte an:

NATURPARK AUSZEIT

Hauptstraße 1

8813 St. Lambrecht

info@naturpark-auszeit.at

*Bis 15. März gilt der Frühbucherbonus.*

*\* Angebote mit Wolfgang Lalouschek sind von der STLP für Fortbildungs-Programmpunkte (DFP) approbiert: Vortrag und Podiumsdiskussion für jeweils 2 Punkte, der Workshop für 4 Punkte.*

## GESAMTES SYMPOSIUM

Studierende bis 26

Programm Donnerstag & Freitag

Programm Freitag & Samstag

Vortrag Arvay

Vorträge Winkler & Lalouschek\*

Workshops & Podium

Auszeit-Angebote

Mittagessen im Lambrechterhof  
am Freitag 5. April



*Bitte geben Sie Ihren Wunsch für die Workshopteilnahme bekannt und nehmen Sie eine Reihung vor. Dieser wird in der Reihenfolge der Anmeldungen soweit als möglich entsprochen: 1. - 2. - 3.*

Workshop I: Clemens G. Arvay



Workshop II: Beate Winkler



Workshop III: Wolfgang Lalouschek\*



*Bitte ein Auszeit-Angebot auswählen:*

Auszeit und Waldbaden



Auszeit und Pilgern



Auszeit im Garten



Auszeit im Kloster



### Im jeweiligen Preis enthalten:

*Teilnahmegebühr, Auszeit-Kompass, Auszeit-Anker, Symposiumsunterlagen Pausenbuffets, Imbiss am Donnerstag Abend, Essen am Freitag Abend*

*Mittagessen am Freitag im Lambrechterhof ist selbst zu bezahlen (Anmeldung erforderlich).*

*Nächtigung und Frühstück sind selbst zu organisieren.*

### KOSTEN inkl. USt

regulärer Preis

Frühbucher bis 15. März

## GESAMTES SYMPOSIUM

Studierende bis 26

Programm Donnerstag & Freitag

Programm Freitag & Samstag

Vortrag Arvay

Vorträge Winkler & Lalouschek\*

Workshops & Podium

Auszeit-Angebote

170,-

95,-

140,-

140,-

40,-

40,-

80,-

40,-

145,-

80,-

120,-

120,-



KOSTEN

.....  
*Name*

.....  
*Straße*

.....  
*PLZ / Ort*

.....  
*Telefon*

.....  
*Email*

NATURPARK AUSZEIT  
Hauptstraße 1  
8813 St. Lambrecht

.....  
*Nächtigung und Frühstück sind  
selbst zu organisieren.*

#### **AUSZEIT PARTNERBETRIEBE**

##### **Naturparkhotel Lambrechterhof\*\*\*\***

Hauptstraße 38-40, 8813 St. Lambrecht

+43 3585 27555

hotel@lambrechterhof.at

##### **Benediktinerstift St. Lambrecht**

Hauptstraße 1, 8813 St. Lambrecht

+43 3585 2305

kanzlei@schuledesdaseins.at

##### **Pension Hinterhofer**

Vogeltenn 2, 8813 St. Lambrecht

+43 664 4360782

erholung@pensionhinterhofer.at

*Weitere Betriebe unter*

*www.natura.at/de/Unterkunfte-Angebote*



ANMELDUNG

# REFERENTINNEN & REFERENTEN

---



## Dipl.-Ing. Clemens G. Arvay

Jahrgang 1980, Biologe (Landschaftsökologie und angewandte Pflanzenwissenschaften) und Buchautor, Mitglied im österreichischen Forum Wissenschaft & Umwelt



## Dr. Beate Winkler

Jahrgang 1949, viele Jahre Direktorin der jetzigen EU-Grundrechtsagentur, Autorin und Malerin; versteht sich als „Co-Pilotin für Chancenvielfalt“



## Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Lalouschek

Jahrgang 1964, Facharzt für Neurologie, Systemischer Coach, Medizinischer Leiter des Gesundheitszentrum The Tree in Wien und Leiter des Beratungsinstituts Medical Coaching



## Maria Auer

Dipl. Erwachsenenbildnerin, Bergwanderführerin, Pilgerbegleiterin, Seelsorgliche Gesprächsführung, NaturLese Trainerin



## Mag. Karin Dorfer

Studium der Psychologie, Pädagogik, Philosophie und Geographie u. Wirtschaftskunde, Sozialpädagogin bei Domenico



## Claudia Gruber

Natur- und Landschaftsvermittlerin, Naturtherapeutin in Ausbildung, NaturLese Trainerin



## Mag. P. Gerwig Romirer

Benediktinermönch und Priester, Seelsorger, Geistlicher Begleiter, Exerzitien- und Einkehrtageliter



---

## VERANSTALTER

NATURPARK AUSZEIT – Verein zur Förderung der Salutogenese

Hauptstraße 1, 8813 Sankt Lambrecht | Telefon: +43 (0) 676/311 88 11 | E-Mail: [info@naturpark-auszeit.at](mailto:info@naturpark-auszeit.at) | [www.naturpark-auszeit.at](http://www.naturpark-auszeit.at)  
in Kooperation mit dem Verein NATURPARKE STEIERMARK und dem STEIRISCHEN LANDESVERBAND FÜR PSYCHOTHERAPIE

organisiert von der SCHULE DES DASEINS im Benediktinerstift St. Lambrecht