

## ALMSCHREIBZEIT

### LÖSUNGSFOKUSSIERTE SCHREIBIMPULSE AUF DER TURNAUER ALM



**NEUES ANGEBOT:** Das Schreiben entdecken und frische Impulse für dein ganz persönliches Weiterkommen sammeln: Herzlich willkommen bei der Almschreibzeit!

**TERMIN:** Sonntag, 12. Juni 15:00 Uhr – Mittwoch, 15. Juni 2022 15:00 Uhr

**ORT:** Schutzhaus Turnauer Alm, Stübming 109, 8625 Turnau [www.turnaueralm.at](http://www.turnaueralm.at)

#### WORUM GEHT ES:

Wir lassen den Alltag im Tal und tauchen gemeinsam ins lösungsfokussierte Schreiben ein. Mit Neugier im Gepäck bringen wir uns selbst und unsere Gedanken in Bewegung, während Handy und E-Mails Pause haben. Impulse und Reflexionsfragen begleiten uns auf genussvollen Spaziergängen rund um die Hütte. Mit Stift und Papier sind wir unterwegs.

Du entdeckst, wo und was du gerne schreibst und wie du deine Gedanken schreibend klärst. Du erlebst, wie kraftvoll und inspirierend das Schreiben in der Gruppe ist. Gleichzeitig bist du ganz bei dir. Am Sonnenuntergangsbankerl. Auf der Wiese Richtung Rauschkogel. Oder beim lauschigen Kachelofen in der Hüttenstube.

Wenn du möchtest, teilst du abends am Lagerfeuer, was du geschrieben hast. Und bekommst wohlwollendes Feedback. Oder du hörst zu. Und bist einfach da.

Und wenn du am Mittwochnachmittag wieder talwärts gehst, ist dein Kopf leicht und dein Rucksack voll. Mit Anregungen und Tools, wie du mit Freude weiterschreibst. Und wie du das Schreiben anwenden kannst, um Entscheidungen zu treffen, um zu reflektieren und zu kreieren.

Drei Tage für dich und deine Geschichten. Für deinen ganz persönlichen Schreib- und Veränderungsprozess. Schreibst du mit?

**PREIS:** Begleitung beim Schreiben und Wandern durch Ute Habenicht: € 475 zzgl. 20% USt

**Unterkunft & Essen:** € 225 im Mehrbettzimmer / € 201 im Lager inkl. USt.  
(3 Übernachtungen mit Vollpension, Kaffee & Kuchen. Gemeinschaftsbad)

**ANMELDUNG:** bis 1. Juni 2022 unter [ute@utehabenicht.at](mailto:ute@utehabenicht.at) min. 4 max. 8 Teilnehmerinnen.  
Genauere Infos zur Anreise und Ausrüstungsliste folgen nach der Anmeldung.

**WER KANN TEILNEHMEN:** Alle Menschen mit (beginnender) Lust und Freude am Schreiben.  
Und mit Wanderschuhen für den Hüttenanstieg von 1,5 – 2 Stunden.

**AUSRÜSTUNG:** Schreibutensilien. Wanderkleidung und -schuhe. Bequeme Hauskleidung. Genaue Liste folgt nach Anmeldung.

**SELBSTÄNDIGE ANREISE UND ABREISE:** Die Wanderung zum Schutzhaus dauert etwa 1,5 – 2 h. Keine Zufahrt möglich, kein Gepäcktransport. Öffentliche Anreise möglich.

### SCHUTZHAUS TURNAUER ALM

Die einfache, gemütliche Hütte liegt auf 1385 m Seehöhe mitten im hochsteirischen Almenland zwischen Kapfenberg und Mariazell. Sie bietet einen wunderbaren Weitblick auf den Hochschwab und ist Ausgangspunkt für Wanderungen auf leichte Gipfel und zu ruhigen Almen. Das Hüttenteam rund um Manuela verwöhnt mit herzhaften und vegetarischen Schmankerln und guten Weinen. Die Ruhe und der Sternenhimmel auf der Alm sind wunderbar.



Obwohl die Größe des Schutzhauses anderes suggeriert: Die Infrastruktur entspricht der einer klassischen Almhütte. Sie ist nicht an das Stromnetz angeschlossen und bezieht den Strom aus einer Photovoltaikanlage. Der Handyempfang ist extrem eingeschränkt, überwiegend gar nicht vorhanden. Für dringende Fälle gibt es ein Hüttentelefon. Geheizt und gekocht wird mit Holz.



**UTE HABENICHT** ist Unternehmerin, Unternehmensberaterin und Coachin. Nach ihrem Japanologiestudium in Wien und Paris war sie 25 Jahre im Schmuck- und Uhrenhandel selbständig. Heute begleitet sie andere Unternehmerinnen mit ihrer persönlichen Chefinnen-Erfahrung und Coaching-Kompetenz. Sie ist Bergwanderführerin, Zen-Tutorin und Schreibtrainerin (in Ausbildung).

Einige Monate im Jahr unterstützt sie die Hüttenwirtin auf der Turnauer Alm bei der Bewirtung der Gäste. In ihren Seminaren auf der Alm kombiniert sie das (Schneeschu-)Wandern mit Coaching, SySt® Aufstellungen, Schreiben und Zen.

### TEILNEHMERINNEN ÜBER SEMINARE AUF DER TURNAUER ALM:

*„Muskelkater in den Beinen, sich schälende Haut im Gesicht vom Sonnenbrand... Das Chefinnen Wandern war eine Wohltat und klingt noch mit sehr schönen Erinnerungen nach.“*

*„Vielen Dank an Dich, Manuela und Johanna für die unglaubliche Gastfreundschaft und die wunderbaren, erhebenden, erhellenden Stunden. Von den Kaspressknödeln und der Susi Torte werde ich noch lange träumen. Die Turnauer Alm ist definitiv ein Kraftplatz und wird mich wiedersehen!“ (Tanja, Teilnehmerin beim Chefinnen-Wandern)*

