

# Regenerativ. Neue Geschichten erzählen!

Naturretreat für Frauen auf der Schafferalm bei Graz (AUT)  
12.-16. August 2025

*Wofür lebe ich? Welche Geschichte erzähle ich am Ende des Lebens über mich selbst? Woran ist zu erkennen, dass ich einen Beitrag geleistet habe, um aus unserer «Meta-Klima-Krise» auszusteigen?*

Untergangsnarrative, wie wir sie täglich in den Medien lesen, helfen uns nicht viel weiter. In unserem Naturretreat gehen wir andere Wege. Wir begeben uns auf «Schwellengänge» und befragen die Natur nach ihren regenerativen Prozessen. Zu erleben, wie sie sich immer wieder erneuert, unterstützt uns dabei, auch unsere eigenen festgefahrenen und schädlichen Gewohnheiten zu hinterfragen.

Gemeinsam durchleuchten wir den «Mythos des Normalen», der uns erschöpft und auch die Ressourcen der Erde ausbeutet. Wir brechen aus dem «Narrativ der Trennung» aus und suchen nach co-creativen Wegen, in Verbindung mit der Natur. Daraus können neue Geschichten entstehen - denn es geht auch anders! Die Forschungserfahrungen im «Labor der Natur» werden vom Leitungsteam «gespiegelt», damit sie in den Alltag integriert werden können.

Einquartiert sind wir in einem 300 Jahre alten Bauernhaus, liebevoll renoviert und mit feinem Komfort. Wir kochen gemeinsam vegetarisch, geniessen die Schafferalm und lassen uns Zeit für die eigene Regeneration. Wir wandern, meditieren, praktizieren Yoga und beenden das Retreat mit einem Naturritual.

## Literaturhinweis:

Regenerativ. Aufbruch in ein neues ökologisches Zeitalter. M. Grassberger; Residenz-Verlag 2024.

## Ort:

Schafferalm bei Graz: [www.schafferalm.at](http://www.schafferalm.at)

## Leitungsteam:

Andrea Pfandl-Waidgasser  
Zyklische Prozessbegleiterin, Theologin,  
Wanderführerin, lebt in Graz (AUT)

Katrin Krüger  
Zyklische Prozessbegleiterin,  
Supervision und Coaching,  
lebt in Soest (D)

Maria Regli  
Zyklische Prozessbegleiterin, Theologin,  
Spiritualin, lebt in Mittelhäusern (CH)

## Kosten:

Kost/Logis/Kurs: Total € 495,-

## Gruppengrösse:

max. 12 Personen

## Infotreffen (online):

Dienstag, 22. April 25 um 19:00 Uhr  
Dienstag, 17. Juni 25 um 19:00 Uhr

## Anmeldung:

Bis 1. Juli 2025 an:  
[info@weiberwandern.at](mailto:info@weiberwandern.at)

Rituale  
Meditation & Bewegung  
Coaching

Maria Regli

[www.mariaregli.ch](http://www.mariaregli.ch)

Weiber Wandern

Spirituelle Wanderungen für Frauen

[www.weiberwandern.at](http://www.weiberwandern.at)

Katrin Krüger

[www.katrinkrueger.com](http://www.katrinkrueger.com)