



Finde den Mut zu leben!

Techniken und Ansätze um Neues zu wagen und Veränderungen zu navigieren

Wanderreise für Frauen

Sonntag, 31. Mai – Donnerstag, 04. Juni 2026, BR 03

St. Antoniushaus, Vechta

Was ist Mut und wovon hängt er ab?

Wir wollen uns den vielfältigen Facetten der Mut-Fragen mit ihren Wagnissen, Wundern, Ausbrüchen und Neuanfängen nähern. Draußen in der Natur sein macht den Kopf frei und das Herz weit. Atmen Sie durch! Kommen Sie mit auf "achtsame Spaziergänge" durch die Wälder und Wiesen rund um Vechta.

Alle Wanderungen sind ca. 5 km lang. Ein Ausflug zum Mut-Weg in Dinklage kann Ihnen den Sinn für Ihre MUT-Kraft öffnen. Geleitet wird die Wanderreise von der erfahrenen Sozialpädagogin Hildegard Blanke.

Teilnehmerinnen werden durch Reflektions- und Achtsamkeitsübungen Wege aufgezeigt, den Mut, ein authentisches Leben zu führen, auch im Alltag zu finden.

Unterkommen werden Sie im schönen St. Antoniushaus in Vechta. Um den Alltag zurückzulassen und sich Zeit zu nehmen für Bildung, Begegnung und Besinnung ist die Tagestätte der ideale Ort.

Im Haus finden Sie nicht nur modern ausgestattete Tagungsräume, sondern alles, was Sie noch benötigen: zeitgemäßen Komfort in den Zimmern sowie Rückzugsorte wie eine kleine Bibliothek, die Hauskapelle und einen herrlichen Garten. Lassen Sie sich auch von der Kunst im St. Antoniushaus inspirieren. Um Ihr leibliches Wohl sorgt sich das Haus natürlich auch. Die hauseigene Küche verpflegt Sie täglich mit vier Mahlzeiten, falls Sie es wünschen auch vegetarisch.

Zielgruppe	Frauen
Kosten	560,00 € pro Person im Einzelzimmer inkl. Vollpension
Verantwortlich	Jana Pickette Bildungsreferentin
Leitung	Hildegard Blanke Sozialpädagogin
Termin	31.05. – 04.06.2026
Ort	St. Antoniushaus, Klingenhagen 6, 49377 Vechta

TEILNAHME-BEDINGUNGEN

Anmeldung

Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V. | Sabine Falcone
Feldmühlenweg 19 | 59494 Soest | Fax 02921 371 399
falcone@frauenhilfe-westfalen.de | www.frauenhilfe-bildung.de

Ihre Anmeldung erbitten wir auf dem Anmeldeformular.
Mit dem Eingang dieses Formulars und einer Anzahlung
in Höhe von **100,00 €** wird Ihre Anmeldung verbindlich.

Konto: Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e. V.
Sparkasse Hellweg-Lippe
IBAN-Nr. DE87 4145 0075 0003 0036 88
Verwendungszweck: Kosten, BR 03, 31.05.26

Bitte beachten Sie unsere Allgemeine Geschäftsbedingungen
unter www.reise-frauenhilfe.de

Anmeldeschluss 16.03.2026

Der Eingang der Anmeldung und Anzahlung entscheidet über
die Teilnahme.

Sie erhalten nach Anmeldeschluss eine Anmeldebestätigung,
ein Schreiben mit allen wichtigen Informationen und die
Abschlussrechnung.

Information (Mo. - Fr.: 09:00 - 12:00 Uhr)
Jana Pickette, 02921 371 233

Kosten

Kosten wie ausgeschrieben.
Sie erhalten eine Rechnung.

Teilnehmer*innenzahl mindestens 8, maximal 13 Frauen

Hinweis: Während der Veranstaltung werden ggf. Fotos/Screenshots
zur Nutzung in der Öffentlichkeitsarbeit erstellt. Weisen Sie uns zu
Beginn der Veranstaltung darauf hin, wenn Sie nicht einverstanden
sind.

An:

Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V. | Sabine Falcone | Feldmühlenweg 19 | 59494 Soest | Fax 02921 371 399 | falcone@frauenhilfe-westfalen.de

Finde den Mut zu leben! Techniken und Ansätze um Neues zu wagen und Veränderungen zu navigieren.

**Wanderreise für Frauen
31.05. – 04.06.2026. BR 03**

Ich melde mich kostenpflichtig an.

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort

Telefon

Mail

Geb.-Datum

Sonderkostform

- Ich bin mit der Weitergabe meiner Daten zum Versand einer Teilnahmeliste einverstanden.
- Ich bestätige die Anzahlung von **100,00 €** pro Person auf das Konto der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V.:
Sparkasse Hellweg-Lippe, IBAN-Nr. DE87 4145 0075 0003 0036 88, Verwendungszweck: Kosten, BR 03, 31.05.26
- Ich stimme zu, dass meine Daten veranstaltungsbezogen elektronisch erfasst und gespeichert und für die Zusendung von Veranstaltungsinformationen
der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V. verwendet werden. Meine Einwilligung kann ich jederzeit widerrufen.

Ort, Datum, Unterschrift