

Eine Auszeit nehmen im Naturpark

Das neue Projekt „Naturpark-Auszeit“ wird Mitte Oktober in St. Lambrecht präsentiert.

SARAH RUCKHOFER

Ruhe, Unerreichbarkeit, Entspannung. Ohne Handy, ohne Internet. Einfach ausschalten, eine Auszeit für sich nehmen.

Unter dem Titel „Naturpark-Auszeit“ werden seit rund einem Jahr im Naturpark Zirbitzkogel-Grebenzen Angebote und Produkte zur Entschleunigung entwickelt. Mehrere Ganzheitsmediziner, Heiltherapeuten, Pater des Stiftes, Biobauern und Naturexperten sind an der Projektentwicklung beteiligt. Parallel wird an einer gemeinsamen Vermarktungsplattform gearbeitet.

„Die Naturpark-Auszeit soll der Region einen wirtschaftlichen Aufschwung bringen, zugleich soll eine extravagante Auszeit für die unterschiedlichsten Gesellschaftsgruppen geschaffen werden. Win-win-Situation“, er-

klärt Projektleiterin Birgit Hacker.

Einige der entwickelten Produkte wurden Anfang September einem Expertenrat aus Wissenschaft und Wirtschaft präsentiert, auf Nachhaltigkeit sowie Marktfähigkeit geprüft. Die Resonanz: äußerst positiv.

Impulstage im Oktober

Am 16. und 17. Oktober werden die ersten Ergebnisse des Projektes im Rahmen der „Naturpark-Auszeit-Tage“ in der „Schule des Daseins“ in St. Lambrecht einem interessierten Publikum präsentiert. „Auszeiten“ soll es etwa für Führungskräfte, Mitarbeiter, pflegende Angehörige oder Frauen geben. An den beiden Tagen sollen die Teilnehmer selbst die „Auszeit“ erfahren, zudem werden Impulsvorträge geboten. Als Referenten konnten unter anderem der Psychologe

Robert Gürtler, Michael Trapp von der Medizinischen Universität Graz, Pilger und Autor Gregor Sieböck, Klaus Seybold von der Stahl Judenburg GmbH, Autor Erwin Thoma sowie „Master of Humor“ Dietmar Schrey gewonnen werden.

Die Teilnehmerzahl für die Impulstage ist beschränkt, Anmeldungen sind ab sofort möglich. Die Teilnahmegebühr für beide Tage beträgt 125 Euro, Naturpark-Mitglieder zahlen allerdings nur 75 Euro.

„Auszeit“-Zentrum

Der Naturpark Zirbitzkogel-Grebenzen positioniert sich mit dem „Auszeit“-Projekt verstärkt als Gesundheitsregion. Langfristiges Ziel der Akteure rund um Hacker ist die Schaffung eines präventiven „Auszeit“-Zentrums gegen chronische Erschöpfung und Burnout.



Projektleiterin Birgit Hacker OBERRAINER

NATURPARK AUSZEIT

Vorstellung des Projektes und der Angebotspakete am 16. und 17. Oktober im Stift St. Lambrecht.

Impulsreferate unter anderem von Michael Trapp, Georg Sieböck und Klaus Seybold.

Kontakt: Tel. 0664-30 88 792.