

**STEIRISCHE  
VP FRAUEN** 

*Die Bäuerinnen.*



**NEUER TERMIN!**

**Land.Frau.Mutmacherin.**

Tagung der Steirischen VP Frauen  
20. und 21. Mai 2022 | Steiermarkhof



© Sissi Furler

# Land.Frau.Mutmacherin.

Freitag, 20. Mai 2022



© Alexander Danner

ab 11.30 Uhr  
**Check-in** und Kontrolle des aktuell gültigen Corona-Nachweises

12.00 Uhr Optional  
**Mittagessen mit BM Susanne Raab**

13.30 Uhr  
**Eröffnung und Begrüßung**  
Landesleiterin Manuela Khom und  
Landesbäuerin Viktoria Brandner



© GARMMA IMESNIK

## **Aktuelles aus der Frauenpolitik**

MMag. Dr. Susanne Raab  
Bundesministerin für Frauen, Familie,  
Jugend und Integration



© C. KAYRICH

## **Verletzlichkeit macht stark**

Klara Fuchs, Medizinstudentin, Bloggerin,  
Podcasterin, Dipl. Mentaltrainerin

Warum der Mut zu mehr Verletzlichkeit die Voraussetzung dafür ist, dass Liebe, Freude und Kreativität entstehen können. Wage den nächsten Schritt.



© Karin Bergmann

### Mehr Mutausbrüche bitte!

Silvia Reindl, Unternehmerin,  
Mentorin und Mutmacherin

Wenn der innere Seismograph ausschlägt und wir den Rand des Abgrundes als Sprungbrett nutzen. Mut ist nicht das Fehlen von Angst, sondern es trotzdem zu tun.



© Kennedy

### Mut zu neuen Wegen

Ursula Reiter, Bezirksbäuerin

Ursula Reiter ist eine „Zuagroaste“, die ihre Liebe in der Steiermark und in der steirischen Landwirtschaft gefunden hat. Mit ihrer Lebensgeschichte möchte sie allen Mut machen, die überlegen, ob sie sich eine Führungsposition, eventuell sogar in einer Männerdomäne, zutrauen können.

ca. 18.30 Uhr

### Steirischer Abend

mit steirischen Schmankerln  
und Musik von „Die Strubbis“



© SIBILLE SEGER



© Sissi Furgler

# Land.Frau.Mutmacherin.

## Samstag, 21. Mai 2022



© Alexandra Danter

09.00 Uhr

**Eröffnung und Begrüßung**  
Landesleiterin Manuela Khom und  
Landesbäuerin Viktoria Brandner



© Sissi Furgler



© Claudia Klohofer-Haupt



© Manfred Baumgartner



### Mutmacherinnen TALK

u.a. mit LL LT-Präs. Manuela Khom (Moderation),  
Abg.z.NR. Dir. MMag. Dr. Agnes Totter, BEd  
Claudia Klohofer-Haupt und Carmen Trafojer



© Barbara Mican

## WORKSHOPS

### ■ **Food Pairing**

Seminarbäuerin Monika Tatzl

Food Pairing ist ein neuer Trend in der Küche, der sich durch Kreativität und ungewöhnliche Aroma-Kombinationen auszeichnet.



### ■ **Hautpflege nach steirischer Art**

Mag. Friederike Zenz

Aus saisonalen und regionalen Produkten lassen sich mit wenigen Handgriffen eine pflegende und wirksame Körperpflege herstellen. Nach einer theoretischen Einführung wird ein Deodorant, ein Balsam für Lippen & Haut und ein winterliches Duschshampoo selbst gemacht.



© Manfred Baumann

### ■ **Mut zum Fühlen: Intuition nutzen Signale des Körpers verstehen**

Claudia Klohofer-Haupt

Sicherheit und Vertrauen in die eigenen Impulse stärkt das innere Navigations-System. Unser Körper sendet uns unermüdlich Signale: Nervosität, Gereiztheit, Bluthochdruck, Schlafstörungen zeigen uns, dass sich etwas ändern muss. Wenn wir lernen unserer Intuition zu vertrauen und die Herz-Hirn- Kohärenz verbinden, aktivieren wir unser Navigationssystem durchs Leben.

---

## Zusammenfassung und Schlussworte

ca. 13.00 Uhr    Optionales **Mittagessen**



# Land.Frau.Mutmacherin.

## Anmeldung

---

### **Freitag, 20. Mai 2022**

Tagungsbeginn & Eröffnung: 13.30 Uhr

### **Samstag, 21. Mai 2022**

Tagungsbeginn & Eröffnung: 09.00 Uhr

#### **Tagungsgebühr:**

Freitag, 20. Mai: 20,- EUR | inklusive Abendessen

Optionales Mittagessen: 11,- EUR | bitte bei der Anmeldung bekanntgeben!

Samstag, 21. Mai: 20,- EUR

Optionales Mittagessen: 11,- EUR | bitte bei der Anmeldung bekanntgeben!

---

#### **Anmeldung bis spätestens 11. Mai 2022:**

- Per Post an die Steirischen VP Frauen,  
Karmeliterplatz 5/1, 8010 Graz
- Telefonisch unter: 0316/ 607 44 6412
- Per Mail: [info@vp-frauen.at](mailto:info@vp-frauen.at)

Mit der Überweisung ist

Ihre Anmeldung fixiert:

Steirische VP Frauen

IBAN: AT82 2081 5000 4096 6707

bei der Steiermärkischen Sparkasse

Verwendungszweck:

Tagung\_Vorname\_Nachname





**Zimmerreservierung direkt  
beim Steiermarkhof**

Kosten für Nächtigung  
inklusive Frühstück und Parkgebühr

- Doppelzimmer **40,- EUR/Person**
- Einbettzimmer **56,- EUR/Person**

Bezahlung des Zimmers  
direkt VOR ORT!

**Steiermarkhof**

Ekkehard-Hauer-Straße 33  
8052 Graz

Tel. +43 316/8050-7111

Fax +43 316/8050-7151

E-Mail: [office@steiermarkhof.at](mailto:office@steiermarkhof.at)

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



*Bitte beachten Sie, die zum Zeitpunkt der Tagung  
geltenden COVID-19-Maßnahmen für Veranstaltungen!*





## TAGUNG

Land.Frau.Mutmacherin.  
20./21. Mai 2022

Bildungszentrum  
Steiermarkhof  
Ekkehard-Hauer-Straße 33  
8052 Graz



## ANMELDUNG bis 11. Mai 2022

Bitte beachten Sie, die zum Zeitpunkt der Tagung geltende  
COVID-19-Maßnahmen für Veranstaltungen!

Vorname  Nachname

Adresse

Tel.  E-Mail

Anmeldung am:

Freitag, 20. Mai 2022 (€ 20,-)  Optionales Mittagessen (€ 11,-)

Samstag, 21. Mai 2022 (€ 20,-)  Optionales Mittagessen (€ 11,-)

**Anmeldung:** Steirische VP Frauen, Karmeliterplatz 5/1, 8010 Graz | E-Mail: [info@vp-frauen.at](mailto:info@vp-frauen.at) | Tel. 0316/ 60744 6412

**Überweisung:** Steirische VP Frauen | AT82 2081 5000 4096 6707 | Verwendungszweck: Tagung\_Vorname\_Nachname