



## DaSeinsZeit im Garten Gamlitz

Gesundheitsresort TamanGa

### **Neu-Orientierung, Naturverbundenheit, stärkende Gemeinschafts-Erfahrung, Gesundheit und ein freudvolles Wieder-Entdecken wesentlicher Werte**

Wir haben von Seiten des Besitzers von „TamanGa“, Ruediger Dahlke, die Möglichkeit erhalten, diesen wunderbaren Platz inmitten der hügeligen sonnenverwöhnten Landschaft der Südsteiermark für ein Gemeinschaftsprojekt der besonderen Art zu nützen.

Schon seit mehreren Jahrzehnten dient das ca. 11 Hektar große Anwesen mit seinem Altbestand an Gebäuden dem achtsamen Umgang mit Erde und Natur, hier entstand eine der ersten Biolandwirtschaften Österreichs.

Nach dem baubiologisch stimmigen und auf energetische Ausgewogenheit achtenden Umbau und der Erweiterung mit vier Wohn-Neubauten erstrahlt der Platz seit 2012 in neuer Schönheit, die wir erhalten und neu beleben möchten.



Das Kennenlernen und die Verarbeitung der Kräuter des reichhaltigen Kräutergartens, der Anbau und die Ernte der saisonal gewonnenen Lebens-Mittel aus der eigenen Biolandwirtschaft sowie die Zubereitung von köstlichen veganen Speisen, all das gehört zum natürlichen Da Sein an diesem besonderen Ort.

Dazu eine Gemeinschaft von Menschen, denen diese Werte wesentlich sind, oder die sich entschlossen haben, sie neu oder wieder für sich zu ent-decken. Viel mehr braucht es auch nicht um hier zu sein. Kein Fernsehen, keine Nachrichten die wir nicht direkt auf uns anwenden können oder nicht konstruktiv umsetzen können, möglichst kein Handy. Keine Beschäftigung mit Dingen die weit weg und nicht direkt relevant sind.

Dafür eine Beschäftigung mit dem was unmittelbar da ist: Dem Atem, dem Körper, den Geräuschen und Gerüchen der Natur, dem Wasser, der Erde, der Nahrung mit ihrem Ursprung im Garten, der Zubereitung gesunder Speisen. Baden in den herrlichen Schwimmteichen, schaukeln in den Wiegen. Dazu gemeinschaftsstärkende Elemente. Und ein Angebot zum Weiter-Lernen, Wandern, Spielen, Tanzen, Yoga, Feiern, zum körperlichen Erfahren. Angebote von Menschen die gerade hier sind, gerne auch von Dir.

Wir haben kein großes Ziel vor Augen, denn von Zielen und dem Verfolgen derselben (wer verfolgt da wen?) hat man wohl sonst genug. Hier möchten wir gerne ins Jetzt kommen - in das Da Sein. Den Moment erleben. Um daraus ein Momentum zu machen, das nachwirken kann.

## Gast Sein

Als Gast der DaSeinsZeit bist Du zugleich auch schon Teil der sich selbstorganisierenden und überwiegend auch selbstversorgenden Gemeinschaft. Das beinhaltet Dein praktisches Mitwirken in Küche und Garten für ca. zwei Stunden am Tag, je nach Bedarf und Deinen persönlichen Möglichkeiten. All das auch zum Lernen der einfachen Dinge, die man braucht, um gesund zu leben.



Direkt am Anwesen gibt es für Dich traumhafte Schwimmteiche, Schaukelliegen, zahlreiche Plätze im Freien und Räume in den Gebäuden die zum Verweilen und Lesen einladen, zur Muße und zur Meditation.

Die Umgebung bietet darüber hinaus Gelegenheit für schöne Wanderungen, Radtouren, den Genuss regionaler Angebote, sowie Ausflüge in die Kulturhauptstädte Graz und Marburg.

Unser Therapieangebot in Form von (Shiatsu-) Massagen oder ganzheitlicher Kinesiologie sorgt für zusätzliche Entspannung und Wohlbefinden.



## Zielgruppe/Aufenthalt

Unser Angebot richtet sich an jene, die sich über einen kürzeren oder idealerweise längeren Zeitraum wirklich auf das Da Sein, die Lebensweise an diesem Platz einlassen wollen. Also an all jene, die einen Perspektivenwechsel benötigen oder ihn bewusst suchen. An Aus- Um- Ab- und Aufsteiger. Zur Aus- und Orientierungszeit. Zum Nach- und Vordenken. Zum Durchatmen, zum Erden. Vertrauen schöpfen. Zur Meditation. Zum Leben in einer Gemeinschaft. Zum Wieder-Erlernen eines bewussten Umgangs mit den natürlichen Ressourcen und den Lebensmitteln die wir hier von Mutter Erde geschenkt bekommen und deren Zubereitung.

Um all das zu erfahren, empfehlen wir eine Mindestaufenthaltszeit von einer Woche und einer maximalen Zeit von 40 Tagen. Wer mal reinschnuppern will kann auch nur 2 Nächte buchen.

Die Zimmer/Klausen (Foto) sind mit der Größe von ca. 12 m<sup>2</sup> bewusst klein und schlicht gehalten, ästhetisch und baubiologisch hochwertig und (insbesondere bei Langzeitnutzung) zur Benutzung durch eine Person ausgerichtet. Die meisten Zimmer/Klausen sind auch mit einem zweiten Bett auf selber Ebene oder auf einer kleinen Galerie ausgestattet. Alle Klausen verfügen über DU/WC. Es stehen auch größere Zimmer, ein Studio, Ferienwohnungen und ein First-class Appartement, zur Verfügung. Für kleine Budgets ein Gruppenschlafraum.



## Mitwirkung im DaSeinsZeit-Team

Wenn Du Dich vermehrt in das Projekt einbringen möchtest, laden wir Dich ein zunächst eine Woche als regulärer Gast zu kommen. Danach besteht die Möglichkeit als Teammitglied auf Probe und letztlich als fixes Teammitglied aufgenommen zu werden.

## Unsere Nahrung

Der reichhaltige Brunch und das leckere Abendessen werden gemeinschaftlich zubereitet.

Die Gemeinschaftsküche kocht ausschließlich mit biologischen Zutaten und vegan. Auf besondere Ernährungsanforderungen wird so weit wie möglich Rücksicht genommen.

Somit bietet der Aufenthalt jedenfalls eine Möglichkeit, sich mit der veganen Speisenzubereitung vertraut zu machen und diese als vollwertige, gesunde und mit Mensch, Tier und Natur im Einklang stehende Ernährungsform in sein Leben zu integrieren.



## Veranstalter

Organisiert wird das „DaSeinsZeit“- Projekt vom Verein Werte Wandel, dem Du während eines Aufenthaltes als außerordentliches Mitglied beitreitest.

„DaSeinsZeit“ ist ein eigenständiges nicht-therapeutisches Projekt im Zentrum TamanGa und unabhängig von der Anwesenheit von Dr. Ruediger Dahlke.

## Leitung

Christoph Hornik, Eva Kristen

## DaSeins - Zeiten 2018: vom 05. April bis zum 12. Oktober 2018

(ausgenommen 19. – 24. Mai; 11. – 20. Juni; 26. Juli – 10. August; 11. – 13. September 2018)

## Kostensatz

Der Verein arbeitet gemeinnützig und ohne Gewinnabsicht. Im Vordergrund stehen Gemeinschaft, Kommunikation, Lernen, Entwicklung einer natürlichen Lebensweise entsprechend der Satzung und Widmung. Dein Beitrag deckt die Kosten und ist – besonders bei Langzeitaufenthalt – bewusst möglichst niedrig gehalten. Um das zu ermöglichen ist uns der Besitzer sehr entgegengekommen, wofür wir dankbar sind und was wir durch eine besondere Achtsamkeit dem Platz gegenüber ausgleichen.

## Im Kostensatz für den Verein Werte Wandel sind inkludiert:

Der Beitrag für das tägliche biologisch-vegane Essen mit ausgiebigem Brunch-Bufferet und einem leckeren, vollwertigen Abendessen, mit möglichst hohem und saisonal unterschiedlichem Anteil aus der eigenen Bio-Landwirtschaft. Weiters inkludiert sind die Wissensvermittlung und das Lernen sowie die Mitwirkung im Garten und bei der Speisenzubereitung sowie der Vereinsmitgliedsbeitrag für die Dauer des Aufenthalts.

Der Nächtigungsbeitrag (inkl. Bettwäsche, Handtücher, Zimmerreinigung), geht direkt an den gewerblichen Vermieter, das Heilkundeinstitut Dahlke GmbH (HKI).

**Der Einfachheit halber sind die Kosten in der nachstehenden Tabelle gesamt angegeben, also Kostensatz UND Nächtigungsbeitrag zusammengerechnet.**

## Kosten DaSeinsZeit-Beitrag und Nächtigungsbeitrag (an das HKI) pro Person und Tag/Nacht gesamt

Aufenthaltsdauer	Klausen inkl. Essen Doppellbelegung	Klausen inkl. Essen Einzelnutzung
ab 30 Tage	€ 43,-*	€ 50,-*
Ab 10 Tagen	€ 50,-*	€ 60,-*
Ab 3 Tagen (= 3 Nächte)	€ 54,-*	€ 65,-*

\*Zuzüglich Tourismusabgabe von € 1,50- p.P./Nacht

Aufschlag bei nur 2 Nächtigungen (Mindestaufenthaltsdauer): + € 5,-

Abschlag Einzelklausen klein: minus € 10,-; Aufschlag bei Doppelbelegung für großes Doppelzimmer: + € 6,- p.P./Nacht, für große Suiten und Ferienwohnung (mit Balkon und Küche): + € 12,- (bei Einzelbelegung jeweils doppelter Aufschlag). Aufschlag für Studio mit Balkon für 3-4 Personen: + € 6, bei 2 Personen + € 12,- bei 1 Personen + € 24,- p.P./Nacht

Nächtigung im Gruppenschlafraum und Zelt (inkl. Essen): € 30,- bis 40,- je nach Anzahl und Dauer.  
Preis für Aufenthalt in eigenem Wohnwagen auf Anfrage.

Kosten- und Aufwandspauschale für Seminarteilnehmer: + € 3,- p.P./Nacht bei Wochenseminaren;  
+ € 5,- p.P./Nacht bei Wochenendseminaren (bis 3 Nächte).

### Zusätzliche Informationen zum Aufenthalt

Am gesamten Gelände von TamanGa gibt es – ganz bewusst – keinen W-LAN Empfang, also keine entsprechende Strahlung. Das Mobilnetz ist verfügbar, jedoch ersuchen wir um einen auf das Nötigste reduzierten Umgang mit dem Handy oder ein Weglassen. Für Notfälle können wir eine Nummer bekanntgeben, die von Angehörigen jederzeit angerufen werden kann, sodass Du (und alle anderen) eine weitgehend handyfreie Zeit genießen kannst.

Es gilt Rauchverbot in den Klausen, in allen Räumen und Gebäuden. Wir möchten aus Rücksicht auf die Nichtraucher möglichst das gesamte Areal rauchfrei halten, also eine gute Möglichkeit, sich zu entwöhnen. Eine kleine RaucherInnenzone im Freien ist vorgesehen.

Es gibt auch ein paar private Fahrräder, die zum Verleih stehen.

### Anreise

Die Adresse ist Labitschberg 4, 8462 Gamlitz, Südsteiermark, Österreich

<https://www.google.de/maps/place/Labitschberg+4b/@46.7245875,15.5347144,17z>

Ältere Navigationssysteme finden den Platz gelegentlich nur unter „Samerweg, Gamlitz“.

Die Schnellbahn vom Flughafen Graz benötigt ca. 40 min bis Ehrenhausen, das ca. 6 km von uns entfernt ist. Von dort aus bringt Dich ein Taxi gerne zu uns (z.B.: Taxi Petra +43 664 207 0 207).

\*\*\*\*\*

## Veranstaltungen der DaSeinsZeit in 2018 (Auszug)

### Autarkie Akademie

„Ernährungsautonomie und Selbstversorgung“ – eine 40-tägige Theorie- und Praxisausbildung mit internationaler Permakulturdesign-Zertifizierung.: [www.autarkie.tamanga.at](http://www.autarkie.tamanga.at)

### Vegane Kochpraxisseminare

Eröffnen Dir die Geheimnisse der veganen Kochkunst. Küchentechniken - Tipps & Tricks ausgewogener und gesunder Ernährung - mit viel Grün und Gemüse aus der eigenen Bio-Landwirtschaft: [www.taman-ga.at/veranstaltungen/seminare-im-rahmen-der-daseinszeit.html](http://www.taman-ga.at/veranstaltungen/seminare-im-rahmen-der-daseinszeit.html)

Weitere Veranstaltungen, Seminare und Kurse auf: [www.taman-ga.at](http://www.taman-ga.at)

Kontakt und Anmeldung für die „DaSeinsZeit“ [info@daseinszeit.at](mailto:info@daseinszeit.at) [www.daseinszeit.at](http://www.daseinszeit.at)