

vlnr.: Silvia, Victoria, Klara, Birgit, Hildegund, Claudia, Julia, Cassandra, Marlies  
weitere Mitkriegerende: Michaela, Sarah, Ruth, Cornelia, Caroline, Doris, Lilo, Reinhard und Simone

## SALON 13 TEAM



## SALON 13 IN ZAHLEN #

### VEREIN

85 Mitglieder  
18 aktiv Mitkriegerende  
1.500 Stunden ehrenamtliche Einsatzstunden  
ca. 35 Vereins Arbeitssitzungen  
6 Nahrungstreffen  
3 Soziokratie Weiterbildungstreffen  
31 Portraits im Spinnennetz  
2 Rote Zelte (unseren Pavillon, DROPINA)

### FESTIVAL

4 Tage  
ca. 150 Besucher:innen  
29 Seminare  
116 Teilnehmer:innen  
1 Kunstausstellung

### TABU.AUF.BRUCH

Ca. 60 Besucher:innen  
6 Vorträge  
9 Spontanbeiträge  
1 Poetry Slam  
3 Musiker:innen  
1 Theater  
2 Kunstausstellungen

### JUGENDSEMINARE

2 Workshops  
28 Teilnehmer:innen

### WECHSELJAHRSEMINARE

2 Wechseljahr-Seminare  
5 Teilnehmer:innen



### > FESTIVAL Mai 2023

Am 17.05.2023 öffnete unser fünftes Festival der Weiblichkeit, bereits zum zweiten Mal im Freihof in Sulz, mit Gesang und Trommelklang seine Tore. Das Himmelfahrts-Wochenende bot ein schönes Ambiente für vier Tage Seminare, Workshops, Tanzzeiten, Austausch, Rote Zelt - Impressionen, Kinderprogramm, Naturerleben und Marktgeschehen. Die DROPINA erweiterte erstmals unser Festival als zusätzlicher Seminarraum im Zentrum von Zwischenwasser, in der es eine inspirierende Kunstausstellung zum Thema »Mütter« zu bewundern gab.

Der kunterbunte Salon 13 Handwerksmarkt an Christi Himmelfahrt mit 29 Aussteller:innen bezauberte alle Anwesenden und unser legendäres Rotes Zelt im Freihof-Garten zog viele neugierige Besucher:innen an. Über die vier Tage hinweg wurden rund 29 Seminare von 116 Teilnehmer:innen besucht, begleitet von Seminarleiter:innen aus Österreich, Deutschland, der Schweiz und dem Südtirol. Ein herzliches Dankeschön an alle Mitorganisatoren, Helfer, Besucher und Botschafter, die zum Gelingen des Festivals beigetragen haben.



## DANKE

» Danken möchten wir auch allen Unterstützer:innen auf unserem Weg, sowohl energetisch, wissend oder finanziell. All diese Menschen waren mit daran beteiligt, dass wir unsere Vision ein kleines Stück weiter in die Welt bringen konnten. «

## AKTIVITÄTEN IM VERGANGENEN JAHR



### > FRAUENKREIS IM ROTEN ZELT Januar bis Dezember 2023

Das monatliche Online - Rote Zelt hatte seit dem Start im Jahr 2022 bereits einen festen Platz in unserem Vereinsleben eingenommen. So genossen wir weiterhin von Jänner bis Mai 23 diese Treffen und widmeten uns unterschiedlichen Themen aus den »Zyklen des Lebens«. Wir tauchten ein in die verschiedenen Formen, welche die Kreisläufe auf unserer Erde verkörpern, wie z.B.: Sonnenkreis, Mondzyklus - Menstruation, Wechseljahre, Lebenszyklen. Neben Wissenserweiterung und Erinnern an die ureigene, innere Weisheit über Tanz, Gesang und geführte Meditationen ist der gemeinsame Austausch ein wichtiger Bestandteil unserer Roten Zelte.

Im Herbst war es endlich soweit: Wir konnten einen regelmäßigen, echten LIVE-Frauenkreis im Roten Zelt initiieren, welcher aktuell einmal im Monat in Dornbirn stattfindet.

Jede Frau ist auf ihre individuelle Art und Weise willkommen - sei es mit Worten oder in schweigender Präsenz - jede Einzelne trägt zur Besonderheit des Roten Zeltes bei.

### > JUGEND Februar & November 2023

Unser Jugendkreis hat in diesem Jahr einen wunderbaren Aufschwung erfahren. In Kooperation mit dem Familienverband Hard konnten wir im Februar 2023 einen Mädchenworkshop zum Thema Menstruation anbieten. Völlig ausgebucht mit 15 Teilnehmer:innen war es eine schöne Erfahrung.

Daraus entstand eine jetzt 3-köpfige neue Gruppe, bestehend aus Ruth, Sarah und Klara, die den Workshop inhaltlich verfeinert und aufgrund der großen Nachfrage im November in der Villa in Nenzing nochmals angeboten haben - dieses Mal in Eigenregie mit der Förderunterstützung der Gemeinde Nenzing. Auch für 2024 sind bereits Workshops geplant.



### > WECHSELJAHR SEMINARE April & Okt./Nov. 2023

Die Wechseljahre - eines von vielen Tabuthemen, welches auch heute noch gerne unter den Tisch gekehrt wird. Doch nicht bei uns! Wir Frauen vom Salon 13 nehmen alle Tabus in unsere Mitte und schenken ihnen liebevolle Beachtung und Aufmerksamkeit. Keine Frau soll damit alleine sein!

Cassandra eröffnete den Raum für ein Tagesseminar im April in Nenzing und eine Seminarreihe, welche im Oktober/November in Sulz stattfand. Themen wie die dazugehörigen körperlichen Nebenerscheinungen, Stärkung und Erhalt der Gesundheit, passende Frauenkräuter und tiefgehende, innere Prozesse der Teilnehmer:innen bekamen während dieser besonderen Tage Raum und Beachtung. Das Wichtigste dabei war jedoch der Austausch und die Gespräche und die schlussendliche Erkenntnis, dass das, was nach den Wechseljahren kommt, ein Neubeginn ist - in eine neue Dimension des Seins!

### > VISIONSWOCHENENDE Oktober 2023

Hittisau war auch heuer wieder ein sehr nährendes Gemeinschaftswochenende für den Salon 13. Wenn auch dieses Jahr alles ein klein wenig anders war.

Zunehmend beansprucht vom vielen Wirken im Außen, Organisieren, Machen und Tun, nahmen wir das Angebot der Südtiroler Schamanin Karin Raffener dankbar an, uns von ihr an dem Wochenende begleiten zu lassen. Unser bisheriger »Arbeitssamstag« wurde so kurzerhand zu einem sehr tiefgreifenden und transformierenden Erlebnis, das uns in unserem Gemeinschaftsgefühl stärkte und uns unsere Batterien wieder aufladen ließ.

Karin Raffener führte uns mit ihrer Trommel in den nährenden Schoß der großen Urmutter. Auf den Reisen zum Salon 13 Geist durften wir uns unserer eigenen Bedürfnisse in Bezug auf den Verein klar werden und Balance erfahren im Geben und Empfangen. Außerdem schauten wir uns unsere eigenen Themen im verletzten Feld der Weiblichkeit an, in dem wir oft mit dem Salon 13 tätig sind.

Die Erlebnisse wirken nach und bilden eine wichtige, weichenstellende Grundlage für die weiteren Prozesse, die uns in den neuen Vereinsjahren erwarten.

### > NÄHRUNGSTREFFEN Januar bis Dezember 2023

Unsere diesjährigen Nahrungstreffen waren wunderbar erholsam, inspirierend, kommunikativ, vernetzend - mit einem Wort »nährend« auf allen Ebenen. Unsere Begegnungen vereinten inspirierende Aktivitäten, Naturerlebnisse und intensiven Austausch. Angefangen beim ersten Treffen im Februar über ein Sonnwendritual bei den Steinkreisen am Bürserberg bis zu einem familiären Treffen in Schönenbach - jede Zusammenkunft verlieh der Gruppe eine spürbare Vielfalt und Tiefe.

Im November und Dezember legten wir den Fokus dann nach innen. Wir befüllten unseren Salon 13- Ahnrentopf mit Naturschätzen, Wünschen und Visionen. Wir stimmten uns auf die Raunächte ein mit Meditationen und reflektierten unser vergangenes Jahr. Der Austausch von Wissen und Erfahrungen, sowie gemeinsames Essen und Trinken bildeten immer einen bedeutenden Bestandteil unseres Zusammenseins.



### > TABU.AUF.BRUCH September 2023

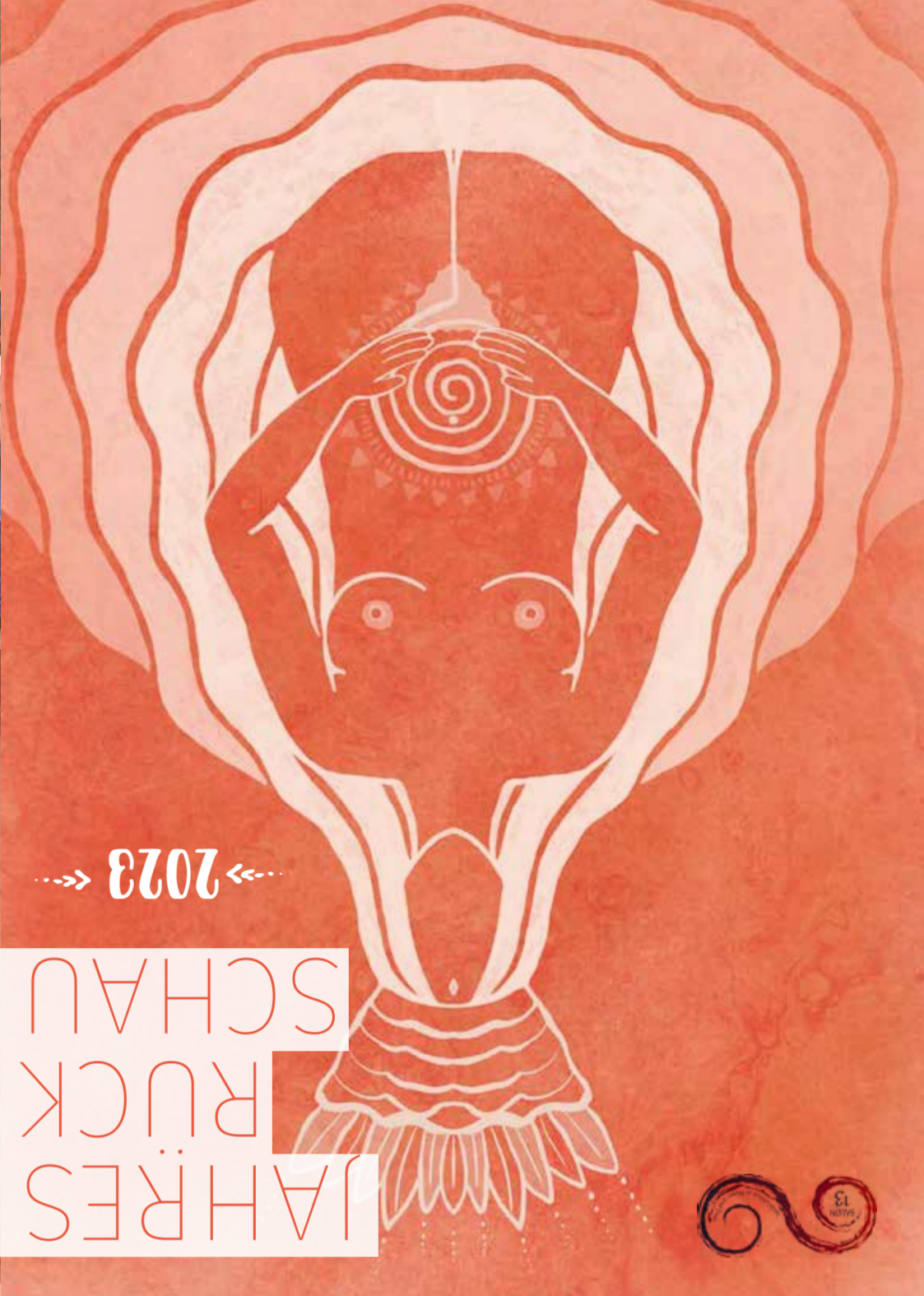
Im September fand eine besondere Veranstaltung des Salon 13 statt: Der TABU.auf.BRUCH im stein.um.bruch in Ludesch. Drei Tage lang stellten wir unterschiedlichste »weibliche« TABU's in unsere Mitte, gaben ihnen eine Bühne und nahmen uns Zeit zu lauschen, reflektieren, zu fühlen und schließlich auch auszusteigen aus dem Schweigen, dem Tabuisieren. Denn uns Frauen vom Salon 13 ist es wichtig, TABU's sichtbar zu machen. Der TABU.auf.BRUCH war ein Fest, wachüttelnd und sehr berührend. Besonders beeindruckt hat uns die Power der Frauen, wenn sie auf der Bühne standen, sich getraut haben, sich zu öffnen, ihre TABU's anzusprechen, ihr Wissen und ihre Kreativität zu teilen und sich damit auch mit einer verletzlichen und berührbaren Seite gezeigt haben.

Das Event im stein.um.bruch ist für uns ein Same, der sehr gerne aufbrechen und weiter wachsen darf - bei uns, bei dir, bei vielen: Ob es die Gespräche, Begegnungen und Gedanken rund um die TABU's sind oder neue Ideen und Projekte ins Leben geboren werden.



### > SOZIOKRATIEWEITERBILDUNG Januar bis Dezember 2023

Aufbauend auf die interne Ausbildung zur Soziokratie, die wir mit Lisa Praeg (Kollaborationsbüro) genossen haben, bilden wir seit 2023 auch neue Mitglieder in diesem Bereich weiter. Uns ist es wichtig, dass alle aktiv mitarbeitenden Menschen Wissen erlangen über unsere Art der Organisation und Zusammenarbeit, und dies auch selber in die Praxis umsetzen können. Zwei unserer Obfrauen, Cassandra und Birgit, haben die Trainerrolle übernommen und begleiten aktuell 6 neue Mitglieder durch die Welt der Soziokratie und unserer Kreisstruktur. Ein Mehrwert um unser Wirken im Salon 13 zu optimieren und ebenso ein Mehrwert für jede Einzelne von uns.



Dieser Flyer kann wiederverwendet werden!  
Zum Beispiel als Geschenkpapier! Also - wem willst du eine Freude machen?  
Bildmaterial: ©Salon 13 | @bassadome, Illustrationen von: Ilka Pia Claren  
Ina Cagranic @art.from.ilka.s.heart www.artfromilkaheart.com  
Grafik: Doris Fraisch, www.fraisch.co

SALON 13  
Latz 57, A 6710 Nenzing  
info@salon13.at  
www.salon13.at

