

Januar bis  
Dezember  
2026



# Impuls LEBEN

**SPIRITUELLE ANGEBOTE**

**FÜR JUNGE ERWACHSENE**

**Das eigene Leuchten finden**

# »Ich lebe, was ich wirklich will!«

Das sagen zu können ist ein großes Glück.

**ImpulsLEBEN** bietet die Gelegenheit, dem auf die Spur zu kommen.

Die Angebote richten sich an junge Erwachsene bis 35 Jahren.



Herzlich willkommen!

*Melanie Wolfers*

Melanie Wolfers sds

**Impuls**  
**LEBEN**

## BERGSILVESTER SCHWEIGEND INS NEUE JAHR

So. 28.12.2025 (18.00 Uhr) – Do. 01.01.2026 (10.00 Uhr)

**Begleitung:** Verena Maria Haselmann sds,  
Felix Schaich sj, Floriane-Luisa Thorak  
**Ort:** Zukunftswerkstatt Innsbruck  
**Kosten:** € 180–220

## UNRUHIG ZU GOTT IGNATIANISCHE EXERZITIEN

Mo. 13.04.2026 (18.00 Uhr) – So. 19.04.2026 (13.00 Uhr)

**Begleitung:** Isabelle Allmendinger sds, Peter Gangl sj  
**Ort:** Kardinal König Haus Wien  
**Kosten:** € 463 Unterkunft, Verpflegung und Begleitung

## SPUREN IM WALD WALDBADETAG

Mo. 25.05.2026 (09.00 Uhr – 17.00 Uhr)

**Begleitung:** Verena Maria Haselmann sds,  
Ewald Nathanael Donhoffer O.Praem.  
**Ort:** Mühlviertel, Treffpunkt: Seminarzentrum  
Stift Schlägl  
**Kosten:** € 20

## BERGWOCHELENDE SPIRITUELLE IMPULSE IN DER NATUR

Fr. 26.06.2026 (18.00 Uhr) – So. 28.10.2026 (10.00 Uhr)

**Begleitung:** Verena Maria Haselmann sds,  
Felix Schaich sj, Stefanie Strobel sa  
**Ort:** Zukunftswerkstatt Innsbruck  
**Kosten:** € 90–110

## UNRUHIG ZU GOTT IGNATIANISCHE EXERZITIEN

Sa. 22.08.2026 (18.00 Uhr) – Sa. 29.08.2026 (10.00 Uhr)

**Begleitung:** Isabelle Allmendinger sds, Felix Schaich sj,  
Stefanie Strobel sa  
**Ort:** Zukunftswerkstatt Innsbruck  
**Kosten:** € 315–385

## BACK TO THE ROOTS EIN TAG AUF DEM BIOHOF HASELMANN

Ein Tag im Herbst 2026  
(der Termin wird auf die Homepage gestellt)

**Begleitung:** Verena Maria Haselmann sds,  
Josef Haselmann  
**Ort:** Waldviertel, Niederösterreich  
**Kosten:** € 20 inkl. Verpflegung

## UNRUHIG ZU GOTT KURZEXERZITIEN FÜR JUNGE ERWACHSENE

Fr. 16.10.2026 (18.00 Uhr) – So. 18.10.2026 (10.00 Uhr)

**Begleitung:** Verena Maria Haselmann sds,  
Felix Schaich sj, Christa Huber cj  
**Ort:** Zukunftswerkstatt Innsbruck  
**Kosten:** € 90–110

## UNRUHIG ZU GOTT KURZEXERZITIEN FÜR JUNGE ERWACHSENE

Fr. 16.10.2026 (18.00 Uhr) – So. 18.10.2026 (13.00 Uhr)

**Begleitung:** Isabelle Allmendinger sds, Hans Brandl sj  
**Ort:** Kardinal König Haus Wien  
**Kosten:** € 155 Unterkunft, Verpflegung und  
Begleitung

## UNRUHIG ZU GOTT IGNATIANISCHE EXERZITIEN NACH MASS

Do. 19.11.2026 (18.00 Uhr) – So. 22.11.2026 (10.00 Uhr)  
Dauer frei wählbar

**Begleitung:** Floriane-Luisa Thorak, Felix Schaich sj,  
Isabelle Allmendinger sds  
**Ort:** Zukunftswerkstatt Innsbruck  
**Kosten:** € 45–55 pro Nacht

## STÄRKENDE STILLE IN DER VORWEIHNACHTSZEIT DURCHATMEN IM ADVENT

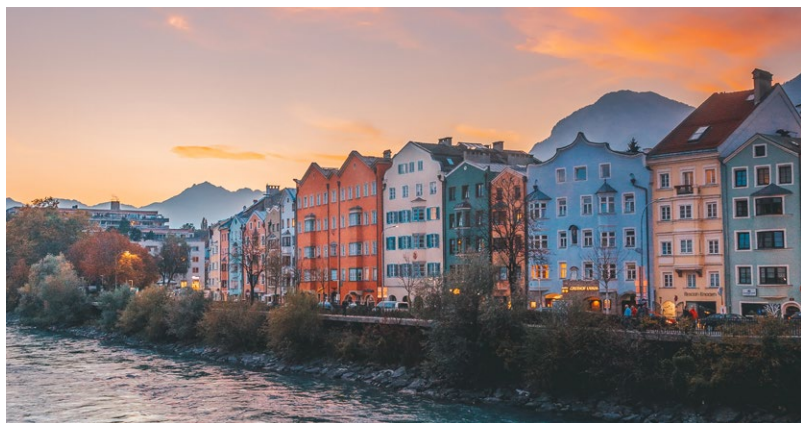
Fr. 11.12.2026 (18.00 Uhr) – So. 13.12.2026 (10.00 Uhr)

**Begleitung:** Isabelle Allmendinger sds, Felix Schaich sj  
**Ort:** Zukunftswerkstatt Innsbruck  
**Kosten:** € 90–110

## BERGSILVESTER SCHWEIGEND INS NEUE JAHR

Mo. 28.12.2026 (18.00 Uhr) – Fr. 01.01.2027 (10.00 Uhr)

**Begleitung:** Isabelle Allmendinger sds, Felix Schaich sj,  
Floriane-Luisa Thorak  
**Ort:** Zukunftswerkstatt Innsbruck  
**Kosten:** € 180–220



# SALVATORIANERIN WERDEN

## SALVATORIANISCHES COUCH-SURFING

EIN ANGEBOT FÜR FRAUEN,  
DIE SICH FÜRS ORDENSLEBEN INTERESSIEREN

**Linz** Isabelle Allmendinger sds,  
Verena Maria Haselmann sds  
**Termin** nach Vereinbarung

## INFOTAG

LEBEN & SPIRITUALITÄT DER SALVATORIANERINNEN

**Programm:** Kennenlernen des weltweites Engagements,  
Begegnung, Gebet

**Sa. 02.05.2026**

**Begleitung:** Isabelle Allmendinger sds,  
Martina Winklehner sds  
**Ort:** Linz

**Sa. 03.10.2026**

**Begleitung:** Verena Maria Haselmann sds,  
Melanie Wolfers sds  
**Ort:** Wien

**Anmeldung:** Bis spätestens eine Woche vor dem Termin

## SALVATORIANERINNEN



Erika  
Moser sds



Isabelle  
Allmendinger sds



Martina  
Winklehner sds



Melanie  
Wolfers sds



Verena Maria  
Haselmann sds

## **SPIRITUELLES WALDBADEN** **EINFACH SEIN, EINTAUCHEN, DURCHATMEN**

Termin nach Vereinbarung, ab 4 Personen

**Begleitung:** Verena Maria Haselmann sds  
**Ort:** Mühlviertel, Waldviertel oder Wiener Wald

## **EXERZITIEN À LA CARTE IM ALLTAG** **MIT IMPULSEN VON MADELEINE DELBRËL**

Termin nach Vereinbarung, Dauer 7 bis 21 Tage

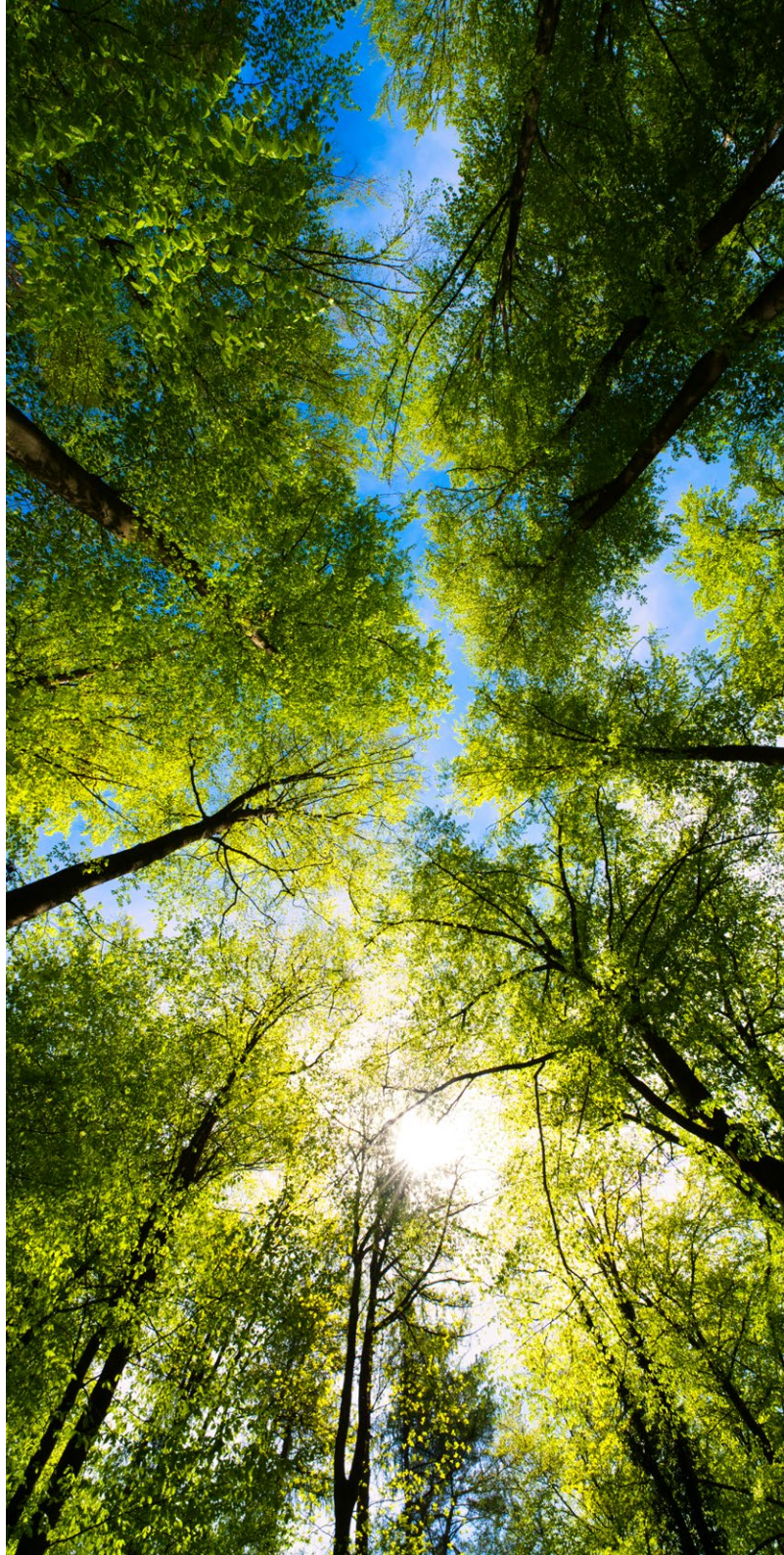
**Begleitung:** Erika Moser sds,  
Martina Winklehner sds  
**Ort:** Begleitung online oder in Präsenz möglich  
(Wien/Linz)

## **SCHALT:JAHR** **EINE ZEIT FÜR DEINE ENTSCHEIDUNGEN**

derzeit laufend, weiterer Kurs geplant

**Zielgruppe:** Wir richten uns mit unserem Schalt:jahr an all jene, die vor einer konkreten Lebensentscheidung stehen. Menschen, die etwa über Ehe, Partnerschaft, Ausbildung, Berufswahl, Berufung etc. entscheiden müssen, an alle, die sich mit dem Gedanken an ein geistliches Leben tragen oder vor einem anderen lebensprägenden Entschluss stehen.

**Ort:** Impulswochenenden in der Zukunftswerkstatt SJ Frankfurt



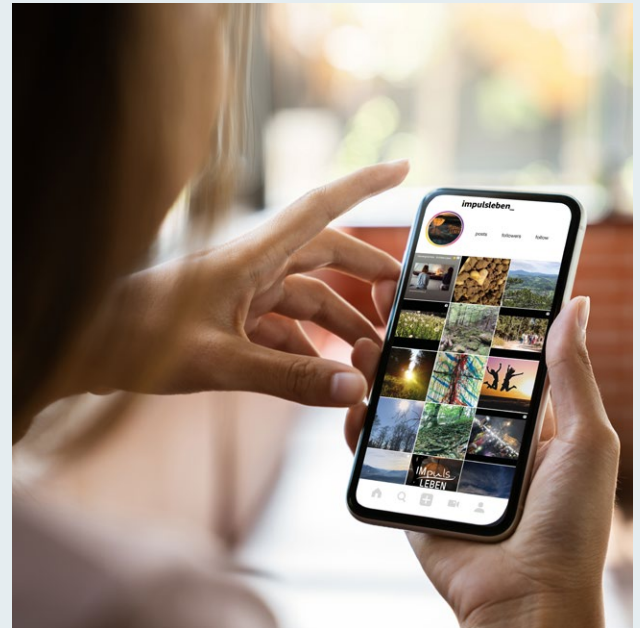
## GEISTLICHE BEGLEITUNG BIETEN AN:

**Isabelle Allmendinger:** Linz oder online

**Erika Moser:** Wien oder online; Sprachen: Deutsch, Ungarisch

**Martina Winklehner:** Linz oder online

---



## NÄHERE INFOS ZU ALLEN ANGEBOTEN VON IMpulsLEBEN

auf der Homepage: [www.impulsleben.at](http://www.impulsleben.at)

auf Instagram: [@impulsleben\\_](https://www.instagram.com/impulsleben_)



## ANMELDUNG FÜR VERANSTALTUNGEN

über die Homepage von IMpulsLEBEN ([www.impulsleben.at](http://www.impulsleben.at))

**TIPP:** Schau regelmäßig auf die Homepage, denn:  
Wir sind immer für Überraschungen gut!

# IMpuls LEBEN

## KONTAKT

[impulsleben@salvatorianerinnen.at](mailto:impulsleben@salvatorianerinnen.at)

Isabelle Allmendinger sds, Linz:

[isabelle.allmendinger@salvatorianerinnen.at](mailto:isabelle.allmendinger@salvatorianerinnen.at)

Verena Maria Haselmann sds, Linz:

[verena-maria.haselmann@salvatorianerinnen.at](mailto:verena-maria.haselmann@salvatorianerinnen.at)

Erika Moser sds, Wien:

[erika.moser@salvatorianerinnen.at](mailto:erika.moser@salvatorianerinnen.at)

Martina Winklehner sds, Linz:

[martina.winklehner@salvatorianerinnen.at](mailto:martina.winklehner@salvatorianerinnen.at)

Melanie Wolfers sds, Wien:

[impulsleben@salvatorianerinnen.at](mailto:impulsleben@salvatorianerinnen.at)

## HERAUSGEBERINNEN

Salvatorianerinnen • Seuttergasse 6 • A – 1130 Wien

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

