Frauenverein
Schangnau

Kursprogramm
2025 / 2026

Bitte Kursreglement auf letzter Seite beachten!

Unsere Kurse sind auch für Männer offen!

Besuchen Sie uns auf www.frauenvereinschangnau.ch

Adventswäg

Mir säge a dere Steu aune Freiwiuige **DANKE VIU MAU,** wo im 2024 öppis a üsem Härzensprojekt bytreit u ghuufe hi.

Dr Rundgang im Dorf bis zur Landi im Fischbach isch mit schöne Latärne belüchtet worde. Es hett ufem freie Fäud u i Schüürli wunderschöni u mit viu Härzbluet gstauteti Sujets gäh zum Bestuune.

Dr Adväntswäg hett grosse Aaklang im Dorf aber o bi viune usswärtige Lüt gfunge. O si die drü Ääbete bim Beizli im Fischbach mit Glüewy u dr Wiehnachtsgschicht sehr guet bsuecht worde.

Die verschneiti Landschaft u ds Prachtwätter über d' Feschttäg hi zuesätzlech für unvergässlechi Momänte gsorget. Au das, isch e Aasporn für o das Jahr vom 30. Novämber 2025 bis 06. Januar 2026 ume e Adväntswäg z'realisiere.

Mir sueche für ds 2025 wieder Lüt wo mit Härzbluet derbi si. Mir mache derzue **am 08. September 2025 e Infoaabe.**
Bitte mäudet öich doch mitem Talon vom Kursprogramm füre Infoaabe a.

witeri schöni Biuder gseht dir uf üsere Website

Besichtigung Dittigmühle, Längenbühl
Gantrisch Goldkorn

Datum: Mittwoch, 22. Oktober 2025
Carfahrt: Abfahrt:12.30 Uhr ab Kirchgemeindeparkplatz;
Ankunft in Schangnau ca. 19.00 Uhr
Kosten: Mitglieder: CHF 30.00 / Nichtmitglieder:
CHF 40.00

Der Müller wird uns viel Interessantes zum Anbau, zur Verarbeitung, und zum Prozess der Herstellung der verschiedenen Mehle erzählen. In einem Film erfahren wir, was im Innern der Maschinen abläuft, wie aus dem Korn helles und dunkles Mehl entsteht.
Danach begeben wir uns auf den Rundgang durch die Mühle.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Wir beachten die Reihenfolge der Anmeldungen!

Kerzen ziehen

Kursleitung: Christian Schlüchter, Klefelen, 3537 Eggiwil
079 458 10 77

Kursort: Schulhaus Bumbach
Kursdatum: Mittwoch, 05. November 2025
Zeit: Durchgehend 13.30 Uhr bis ca. 22.00 Uhr
Kurskosten: Kinder: CHF 10.00 / Erwachsene CHF 20.00
Für Material: CHF 25.00 pro Kilo Wachs

Brauchst du ein geniales selbergemachtes Weihnachtsgeschenk für die Gotte, den Götti das Grosi oder du hast einfach selbst Freude an schönen Kerzen, dann bist du dabei.

Nicht schulpflichtige Kinder können in Begleitung eines Erwachsenen teilnehmen.

Adventskranz rund stecken mit 4 Kerzen

Kursleitung: Nicole Siegenthaler, Witt, Schangnau

Kursort: Gemeindehaus, Schangnau
Kursdatum: Mittwoch, 26. November 2025
Zeit: 19.30 Uhr bis ca. 22.00 Uhr
Kurskosten: Mitglieder: CHF 60.00 / Nichtmitglieder:
CHF 70.00 **exkl. Kerzen**

Die Kerzenfarbe kann gewünscht werden und verschiedenes Grün, wie auch kleine Deko-Artikel stehen zur Verfügung bereit.

Wohltuende Wickel

Kursleitung: Sandra Breu, Thierachern; Tel: 077/ 406 95 18
www.heilpflanzenwerkstatt.ch

Kursort: Gemeindehaus, Schangnau
Kursdatum: Donnerstag, 15. Januar 2026,
Zeit: 19.30 Uhr bis ca. 21.30 Uhr
Kurskosten: Mitglieder: CHF 30.00 / Nichtmitglieder: CHF 40.00 **plus Skript** CHF 8.00

Im Kurs lernen wir wohltuende Wickel und verschiedene Wickelanwendungen mit Naturmaterialien kennen.
Nebst einem theoretischen Teil üben wir uns auch praktisch.

Natürlich durch die Wechseljahre

Vortrag: Christian Stettler, dipl. Drogist HF, Eggiwil

Ort: Gasthof Löwen, Schangnau
Datum: Dienstag, 24. März 2026
Zeit: 20.00 Uhr bis ca. 21.30 Uhr
Kosten: Mitglieder: CHF 20.00 / Nichtmitglieder: CHF 30.00

Natürliche Wege zu mehr Wohlbefinden und Lebensfreude, wenn die Hormone verrückt spielen.
Mit vielen Tipps für die Prophylaxe und Behandlung: Hormonregulation ganz natürlich, Osteoporose-Prophylaxe ab 30, die Bedeutung eines starken Beckenbodens und des Leberstoffwechsels, Anwendungsbeispiele aus Homöopathie, Spagyrik und Pflanzenheilkunde.

Muttertagsgeschenk

Kursleitung: Anita + Andreas Wüthrich, Bäckerei Bieri Schangnau; Tel. 034 493 31 17

Kursort: Backstube Bäckerei Bieri, Schangnau
Kursdatum: Mittwoch, 06. Mai 2026
Zeit: 13.00 Uhr bis ca. 16.00 Uhr evtl. noch 17.00 Uhr bis 20.00 Uhr
Kursgeld: CHF 20.00 pro Kind

Kinder (ab Kindergartenalter)/Jugendliche backen, modelieren und giessen eine Überraschung zum Muttertag. Jüngere Kinder bitte in Begleitung von einem Erwachsenen (Elternteil, Gotte/Götti, Grosi etc.). Es darf auch eine erwachsene Person ein schon älteres Kind begleiten und mitmachen.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Wir beachten die Reihenfolge der Anmeldungen!

Wildkräuter-Wanderung und Gourmet-Schmaus

Kursleitung: Martina Krähenbühl, Zollbrück

Kursort: Rundtour Schattsite
(Treffpunkt wird noch bekanntgegeben)
Kursdatum: Montag, 18. Mai 2026
Zeit: 9.00 Uhr bis ca. 14.00 Uhr
Kurskosten: Mitglieder: CHF 70.00 / Nichtmitglieder: CHF 80.00 **inkl. Mittagessen**

Essbare Wiesen- und Waldpflanzen mit allen Sinnen kennenlernen. Unterwegs vertiefen wir uns in ihre Erkennungsmerkmale, lernen ihre natürliche Standorte kennen und kosten unterschiedlichste Geschmacksrichtungen. Wir sammeln diverse frische Kräuter und verarbeiten sie über dem Feuer zu einem wild-würzigen Mittagessen.

Frauenjass

Datum: Freitag, 01. Mai 2026, 20.00 Uhr

Ort: Gasthof Löwen, Schangnau

Mitbringen: Freude am Jassen => **Plauschjass**

Mir jasse zur Früüd u hi e gäbige Aabe. Derzue darf o es Dessär oder öppis Gluschtigs us dr Chuchi zäme gnosse wärde ☺

MUKI-VAKI-Turnen für 3 – 6-jährige Kinder

mit Mutter oder Vater

Beginn: Kurs 1: Oktober 2025 (7x),
Kurs 2: Januar 2026 (10x)

Kursort: Turnhalle Bumbach

Kosten: Kurs 1: CHF 28.00 / Kurs 2: (CHF 40.00)

Versicherung ist Sache der Teilnehmenden

Anmeldung: bei Monika Egli, Färzbach, Tel. 079/ 311 88 70

Stricken im Pfarrhaus

Wir laden alle Frauen herzlich dazu ein, jeden zweiten Donnerstag im Pfarrhaus zu stricken, eine Geschichte anzuhören und bei einem guten Zvieri zu plaudern. Lusi und Volker Niesel sind sehr bestrebt, den Strickerinnen einen schönen Nachmittag zu bereiten. Einmal im Jahr machen wir zusammen einen Ausflug.

Es ist **nicht Pflicht** für den Frauenverein zu stricken.

Strickwaren
Die Strickwaren sind bei Lusi Niesel erhältlich.

Fritigsträff 60+

Wer Freude hat an einem gemeinsamen Mittagessen, guter Gemeinschaft, Jassen und Lotto,
ist herzlich eingeladen zum «Fritigsträff 60+».

Daten: Die Daten werden jeweils im Kirchenblatt und im Anzeiger publiziert.

Papiersammlung

Auch diesen Herbst führt der Frauenverein wiederum eine Papiersammlung durch.
Datum: Dienstag, 30. September und Mittwoch, 01. Oktober 2025 (Flugblatt folgt).

Hauptversammlung

Datum: Samstag, 31. Januar 2026, 20.00 Uhr
Ort: Gasthof Löwen, Schangnau

Männerkochkurs

Da der Kurs bereits voll belegt ist, schreiben wir ihn dieses Jahr nicht aus.

Anmeldungen

... werden bis **15. Juli 2025**

- → schriftlich an Christine Reber, Schmittli 47, 6197 Schangnau
- → per Mail: frauenverein.schangnau@gmail.com
- → via Homepage: www.frauenvereinschangnau.ch
- → per WhatsApp: 079/ 766 96 68 (Christine Reber)

entgegengenommen.

Bei allen Kursen ist eine begrenzte Teilnehmerzahl möglich! Die Kursteilnehmenden werden nach den ein - gegangenen Anmeldungen berücksichtigt.

Kurse werden bei mindestens 8 Teilnehmenden durchgeführt.

Die Anmeldungen sind verbindlich. Wir behalten uns vor, Kursgelder auch bei Nichterscheinen einzu- ziehen, da wir die Kurskosten einhalten müssen.

Allen Kursteilnehmenden wünschen wir viel Vergnügen und gutes Gelingen.

Mit freundlichen Grüssen

Der Vorstand

Kursreglement

1. Nichtmitglieder des Frauenvereins bezahlen zum jeweiligen Kursgeld einen Zusatzbeitrag:
   CHF 10.00 / 1 Kurseinheit
   CHF 20.00 / 2 Kurseinheiten
   CHF 30.00 / 3 Kurseinheiten und mehr
   (1 Kurseinheit = 1 Nachmittag oder 1 Abend)
2. Alle Angehörige von Vereinsmitgliedern (Kinder ab dem 16. Altersjahr) bezahlen das Kursgeld und den Zusatzbeitrag, sofern sie nicht selbst Vereinsmitglied sind.
3. Für Männerkochkurse wird kein Zusatzbeitrag verrechnet.
4. Schulpflichtige Kinder ohne Begleitung eines Elternteils bezahlen das ganze Kursgeld ohne Zusatzbeitrag.
5. Schulpflichtige Kinder in Begleitung eines kursteilnehmenden Elternteils bezahlen das halbe Kursgeld ohne Zusatzbeitrag.
6. Für jeden Kurs ist das ganze Kursgeld zu bezahlen, auch wenn nicht jede Kurseinheit besucht wird.
7. Die Anmeldungen sind verbindlich.
8. Der Zusatzbeitrag wird in die Vereinskasse einbezahlt.
9. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden

Anmeldetalon

Name: .....

Adresse: .....

Tel. Mobile .....

- ☺ **Adventsweg gemeinsam gestalten**
- ☺ **Ausflug und Besichtigung Dittigmühle, Längenbühl**
- ☺ **Kerzen ziehen**
- ☺ **Adventskranz rund stecken mit 4 Kerzen**
- ☺ **Wohltuende Wickel**
- ☺ **Natürlich durch die Wechseljahre**
- ☺ **Muttertagsgeschenk**
- ☺ **Wildkräuterwanderung und Gourmet-Schmaus**
- ☺ **Frauenjass im Gasthof Löwen Schangnau**

Bemerkungen: .....

Anmeldeschluss: 15. Juli 2025