

## Protokoll der 10. ordentlichen Generalversammlung

<b>Traktanden</b>
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Begrüssung und Appell</li><li>2. Wahl von Stimmenzählerinnen</li><li>3. Genehmigung Traktandenliste</li><li>4. Genehmigung Protokolls der Generalversammlung vom 19. März 2021</li><li>5. Mutationen / Mitglieder</li><li>6. Jahresbericht 2021 des Vorstandes</li><li>7. Jahresrechnung 2021 und Revisorinnen Bericht</li><li>8. Wahl des Vorstandes und Revisorinnen</li><li>9. Jahresprogramm 2022 / 2023</li><li>10. Budget 2022</li><li>11. Anträge</li><li>12. Verschiedenes</li></ol>
69
<b>Traktandum 1 – Begrüssung und Appell</b>
<p>Ruth Sonderegger begrüsst zum aller letzten Mal in ihrem Amt als Präsidentin der aktiven frauen alle Anwesenden im Namen des Vorstandes zur 10. Generalversammlung vom 18. März 2022. Ein herzlicher Dank an Heidi für die schöne Dekoration. Ein herzliches Dankeschön auch allen Helfenden für das feine Essen und das Dessertbuffet.</p> <p>Nach einer Stärkung startet der offizielle Teil der 10. Generalversammlung.</p> <p>Die Einladung mit Traktandenliste wurde allen fristgerecht zugestellt.</p> <p>Die Präsenzliste liegt seit Anfang an auf und es haben sich alle eingetragen und kontrolliert ob die Angaben stimmen.</p> <p>18 Vereinsmitglieder haben sich für die heutige GV persönlich entschuldigt. Auf der Präsenzliste haben sich 29 Mitglieder eingetragen, somit sind inkl. Vorstand 34 Vereinsmitglieder anwesend. (Beilage 1 Präsenzliste). Es sind keine Traktanden vorgesehen, die ein qualifiziertes Mehr verlangen. Somit gilt das relative Mehr für die heutigen Abstimmungen.</p>
<b>Traktandum 2 – Wahl von Stimmenzählerinnen</b>
<p>Der Vorstand schlägt Esther Wanner, Claudia Ebling und Jelena Jeremic als Stimmenzählerinnen vor. Die Stimmenzählerinnen sind einstimmig gewählt. Herzlichen Dank an Alle.</p>
<b>Traktandum 3 – Genehmigung der Traktandenliste</b>
<p>Im Vorfeld der GV sind keine zusätzlichen schriftlichen Anträge eingegangen. Somit gilt die vorliegende Traktandenliste als genehmigt.</p>
<b>Traktandum 4 – Genehmigung des Protokolls der Generalversammlung vom 19. März 2021</b>
<p>Da keine Einwände erfolgen, gilt das Protokoll als genehmigt. Herzlichen Dank Martina Wächter für das Verfassen des Protokolls.</p>

**Traktandum 5 – Mutationen / Mitglieder**

Im vergangen Vereinsjahr gab es folgende Mutationen.

Eintritt: 5 Neumitglieder (Tina Oberle, Nicole Gauder, Jelena Jeremic, Edith Erismann, Sibylle Novak)  
Austritt: 7 (Silvia Salm, Karin Bürgi, Annemarie Euler, Sonja Fehlmann, Sandra Lauber, Erika Tischler, Eveline Lutz)

Mit einem blumigen Gruss begrüßen wir unsere Neumitglieder herzlich und freuen uns auf die gemeinsamen Erlebnisse. Tina Oberle, Sibylle Novak und Edith Erismann haben sich entschuldigt.

Der Verein zählt zum heutigen Zeitpunkt 115 Mitglieder, davon 5 Vorstandsmitglieder.

Schön zählt unser Verein 115 Mitglieder. Aufgrund des stetigen Rückgangs der Mitgliederanzahl bittet die Präsidentin um aktive Mitgliederwerbung. An der Kleiderbörse wurde unser Flyer fleissig verteilt. Auch das Jugendfest wir uns nochmals eine gute Plattform dafür bieten. Die Präsidentin bedankt sich für die aktive Unterstützung durch die Mitglieder.

**Traktandum 6 – Jahresbericht 2021 des Vorstandes**

Schön konnten im letzten Vereinsjahr trotz Corona wieder einige Kurse und Ausflüge stattfinden. Die Anwesenden geniessen den durch die Vorstandsmitglieder gemeinsam präsentierten Jahresbericht (Beilage 2) und die alljährliche Fotopräsentation, welche die vergangenen Kurshighlights wieder in Erinnerung rufen. Zum Jahresbericht folgen keine Einwände. Somit ist dieser einstimmig genehmigt.

**Traktandum 7 – Jahresrechnung 2021 und Revisorinnen Bericht**

Franziska Zürcher präsentiert uns zum letzten Mal in ihrem Amt als Kassierin die Jahresrechnung 2021. (Beilage 3 Jahresrechnung). Das Rechnungsjahr schliesst mit einem Gewinn von CHF 502.20 ab. Herzlichen Dank Franziska für die Präsentation.

Iris Flückiger verliest den Revisorinnen Bericht und führt sogleich die Abstimmung zur Genehmigung der Jahresrechnung und die Entlastung des Vorstandes durch. (Beilage 4 Revisorinnen Bericht). Patrizia Furter ist krankheitshalber abwesend.

Keine Einwände, die Jahresrechnung wird einstimmig angenommen.

Nach 12 Jahren treuer Arbeit ist Schluss. Patrizia Furter und Iris Flückiger werden das Amt der Revisorinnen abgeben. Mit einem blumigen Dankeschön bedankt sich der Vorstand herzlich für die langjährige und zuverlässige Mitarbeit im Verein. Als Nachfolgerinnen stellen sich Alexandra Coutada und Eliane Bühler zur Wahl, herzlichen Dank euch beiden.

**Traktandum 8 – Wahl des Vorstandes und Revisorinnen**

Heute geht die Amtszeit von Heidi Kalt, Ruth Sonderegger, Franziska Zürcher und Martina Wächter zu Ende. Heidi Kalt und Martina Wächter stellen sich zur Wiederwahl.

Ruth bedankt sich mit liebenswerten Worten im Namen des Vorstandes herzlich bei Franziska für die großartige Arbeit. Das Abschiedsgeschenk wird Franziska überreicht.

Im Gegenzug bedankt sich Franziska bei Ruth mit liebenswerten Worten im Namen des Vorstandes herzlich für ihre langjährige und wertvolle Arbeit als Präsidentin und Mitwirkende im Vorstand. Das Abschiedsgeschenk wird Ruth überreicht.

Maja Hauri und Nicole Gauder werden neu im Vorstand mitwirken. Maja Hauri wird das Präsidium

und Nicole Gauder das Amt der Kassiererin übernehmen. Beide sind anwesend und stellen sich kurz persönlich vor.

Wie bereits erwähnt werden Iris und Patrizia das Amt der Revisorinnen abgeben. Neu gewinnen konnten wir Eliane Bühler und Alexandra Coutada. Eliane Bühler hat sich entschuldigt. Alexandra Coutada stellt sich kurz persönlich vor.

Ruth Sonderegger stellt sich nicht mehr zur Wahl und wird deshalb die Wahlen durchführen. Zu diesem Vorgehen gibt es keine Einwände.

Einfachheitshalber wird die Wieder- resp. Neuwahl sämtlicher Vorstandsmitglieder und der beiden Revisorinnen in einem Wahlgang durchgeführt.

Keine Einwände, die Vorgesetzten Vorstandsmitglieder sowie die beiden Revisorinnen sind einstimmig gewählt.

Herzlichen Dank allen beteiligten für das Engagement. Die Präsidentin bedankt sich bei allen und wünscht ihnen viel Spass mit den neuen Aufgaben.

#### **Traktandum 9 – Jahresprogramm 2022 / 2023**

Die neuen Kurse werden durch den Vorstand kurz vorgestellt (Beilage 5). Anmeldeschluss für die Kurse ist der 10. April 2022. Die Anmeldungen sind in Papierform, per Mail oder via Homepage an Heidi Kalt zu richten. Die Präsidentin weist darauf hin, dass in der Vergangenheit immer wieder Probleme bei der Übermittlung der Kursanmeldungen via die Website aufgetreten sind und sich die Mitglieder unbedingt mit Heidi in Verbindung setzen sollen, sofern sie bis spätestens 10 Tage vor Kursbeginn keine Teilnahmebestätigung erhalten haben sollten. Unser Webmaster ist auf der Suche nach einer Lösung.

#### **Traktandum 10 – Budget 2022**

Franziska stellt das Budget 2022 vor. Mit der Erwähnung, dass der Mitgliederbeitrag bei CHF 25.- sowie der Beitrag der Reise von CHF 1'000 bleibt. (Beilage 6 Budget).

Herzlichen Dank Franziska für die Ausarbeitung und Präsentation des Budgets 2022.

Keine Einwände, dass Budget ist, einstimmig angenommen.

#### **Traktandum 11 – Anträge**

Es sind keine weiteren schriftlichen Anträge zur heutigen Generalversammlung eingegangen.

#### **Traktandum 12 – Verschiedenes**

##### **Jugendfest**

Nach zweimaliger Verschiebung kann das Jugendfest endlich stattfinden. Und zwar am 10/11. Juni 2022. Maja Hauri hat an der letzten Jugendfest OK Sitzung teilgenommen und informiert kurz über den Anlass, wie auch Jeannette Widmer, welche im OK tätig ist.

Die Vorsitzende ruft zur Mithilfe am Jugendfest auf. Es werden Helferinnen zum Vorbereiten, Aufräumen, in verschiedenen Schichten am Fest selbst und Dessertmacherinnen gesucht. Die entsprechenden Listen gehen im Anschluss an die GV in den Umlauf. Im Anschluss an die GV wird per Mail ein Aufruf an alle Mitglieder verschickt. Corinnen Schnyder ist verantwortlich für die Koordination der Helferinnen und Desserts.

Zum Schluss der Generalversammlung ein herzliches Dankeschön an die Gemeinde, Schule welche uns

immer die Räumlichkeiten zur Verfügung stellt. Allen aktiven Vereinsmitgliedern aber auch allen nicht aktiven welche mit ihrer Mitgliedschaft die Verbundenheit zum Verein zeigen.

Die nächste Generalversammlung findet am 17. März 2023 statt. Der Durchführungsort wird noch bekanntgegeben.

Die Präsidentin bedankt sich im Namen des Vorstandes für die reibungslose Durchführung der Generalversammlung und lädt die Anwesenden zum wiederum umfangreichen Dessertbuffet und gemütlichen Zusammensein ein.

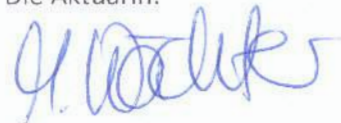
Villnachern, 18. März 2022

Die Vorsitzende:



Ruth Sonderegger

Die Aktuarin:



Martina Wächter

**Beilagen:**

- Beilage 1 - Präsenzliste
- Beilage 2 - Jahresbericht 2021 / 2022
- Beilage 3 - Jahresrechnung
- Beilage 4 - Revisorinnen Bericht
- Beilage 5 -Kursprogramm
- Beilage 6 - Budget

# Jahresrechnung 2021 aktive frauen Villnachern

## Jahresrechnung 2021 / Bilanz

Aktiven		Passiven	
Kasse	858.00	Vermögen per 31.12. 2020	14'036.00
Bank	13'680.20		
		Gewinn	502.20
Bilanzsumme	<b>14'538.20</b>		<b>14'538.20</b>

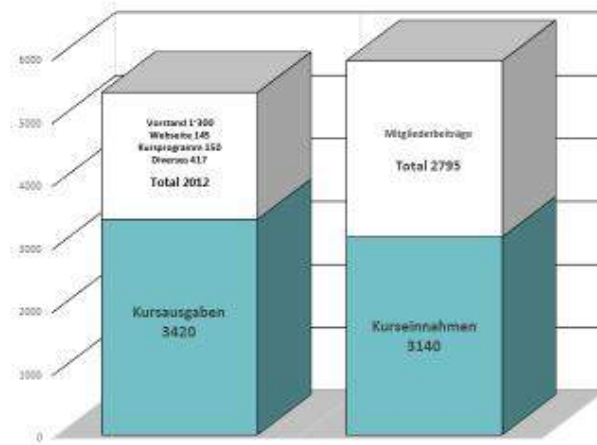
aktive frauen villnachern  
10. Generalversammlung vom 18. März 2022

## Jahresrechnung 2021 / Erfolgsrechnung

Aufwand		Ertrag	
Kursausgaben	2'430.40	Kurseinnahmen	2'415.00
Reise Ausgaben	990.00	Reise Einnahmen	725.00
Ausgaben GV	0		
Kursprogramm	150.00	Mitgliederbeiträge	2'795.00
Vorstand	1'300.00		
Webseite	145.20		
Diverses (Bank, Büro, Geschenke)	417.20		
Gewinn	502.20		
Ausgabensumme	<b>5'935.00</b>		<b>5'935.00</b>

aktive frauen villnachern  
10. Generalversammlung vom 18. März 2022

## Jahresrechnung 2021 / Vergleich



aktive frauen villnachern  
10. Generalversammlung vom 18. März 2022

## Budget 2022 aktive frauen Villnachern

### Budget 2022

	Budget 2021	Rechnung 2021	Budget 2022
Mitgliederbeiträge	2'800	2'795	<b>2'650</b>
Kurseinnahmen	8'800	3'140	<b>7'650</b>
Vorstand	1'300	1'300	<b>1'300</b>
GV	100	0	<b>500</b>
Kursausgaben	8'500	3'420	<b>7'600</b>
Kursprogramm	200	150	<b>300</b>
Webseite	400	145	<b>200</b>
Diverses	400	418	<b>400</b>
<b>Gewinn / Verlust</b>	<b>700</b>	<b>502</b>	<b>0</b>

aktive frauen villnachern  
10. Generalversammlung vom 18. März 2022

## Jahresbericht des Vorstands über das Kursjahr 2021/2022

Folie 6 – 7

### Generalversammlung 2021

**Ruth**

Folie 8

Aufgrund der ausserordentlichen Lage hat der Vorstand beschlossen, auf die Durchführung der Generalversammlung vom 19. März 2021 zu verzichten und stattdessen die Beschlussfassung auf dem Papierweg durchzuführen. Erfreulicherweise haben zahlreiche Mitglieder ihre Stimmen auf elektronischem Weg abgegeben und sämtliche Beschlüsse wurden einstimmig angenommen.

### Vorstandssitzungen

**Ruth**

Folie 9

Trotz der schwierigen Voraussetzungen traf sich der Vorstand im vergangenen Jahr zu vier Sitzungen. Dabei wurden die laufenden Kurse überwacht und wir mussten uns zudem immer wieder mit neuen Vorgaben des Bundesrates bezüglich Masken- und Zertifikatspflicht auseinandersetzen. In der zweiten Jahreshälfte wurden wieder neue Ideen für das Kursprogramm gesucht und diskutiert. Wie jedes Jahr fanden unsere Sitzungen im Turnus bei den Vorstandsfrauen statt und wir wurden dabei stets herzlichst bewirtet. Ein weiteres anspruchsvolles und unvorhersehbares Vereinsjahr geht heute zu Ende und ich bedanke mich bei allen Vorstandskolleginnen ganz herzlich für die engagierte und herzliche Zusammenarbeit und das Mittragen der Verantwortung.

### Vorstandssessen für das Vereinsjahr 2021

**Ruth**

Folie 10 - 16

Am Freitag, 8. August trafen sich alle Vorstandsfrauen bei wunderbar sommerlichen Temperaturen zum alljährlichen Vorstandssessen. Dieses wurde von Franziska organisiert und führte uns nach Baden. Bei einem feinen Aperó on the top of the Blue City Hotel – einer Bar hoch über den Dächern von Baden – wurde schon viel gelacht und gealbert. Ein kurzer Spaziergang der Limmat entlang – wo wir einen kurzen Fotostopp des neuen Vorstands einlegten – führte uns dann ins Bäderquartier, wo wir im neu eröffneten Restaurant Doorie & Du einen wunderschönen und geselligen Abend bei hervorragendem Essen verbrachten. Ein Spaziergang durch die überfüllten Gassen und Plätze Badens (wo war Corona an diesem Abend?) führte uns schliesslich zum Bahnhof und zurück ins dunkle Villnachern. Psssst...



## Kursprogramm 2021/2022

Folie 17

### Wildkräuter sammeln und geniessen

**Ruth**

Folie 18 – 26

Endlich konnte es wieder losgehen! Nach einem Jahr voller Aufschiebungen und Absagen fand am 6. April dann der erste Kurs im neuen Vereinsjahr statt. 9 Frauen trafen sich bei sehr wechselhaftem und kaltem Aprilwetter im Kurslokal von Claudia Ebling zum Wildkräuterkurs. Mit Maskenpflicht und grosszügigem Abstand führte uns Claudia im ersten Teil des Kurses in ihrem Kurslokal in die Welt der Wildkräuter ein. Draussen tobte derweil ein Schneesturm, doch zum Glück setzte der Schnee nicht an und wir mussten die Wildkräuter auf dem kurzen Spaziergang durch die Wiesen nicht ausgraben. Die Sonne zeigte sich sogar kurz, als wir auf den nicht kultivierten Wiesen Girsch, Knoblauchrauke, Wiesenschaumkraut u.v.m. sammelten, welche wir dann – zurück im warmen Kurslokal – zu feiner Suppe, Muffins, Dips, Aufstrichen und Crepesröllchen verarbeiteten und diese anschliessend bei gemütlichem Zusammensitzen auch geniessen konnten.

### Pralinen selber herstellen

**Martina**

Folie 27 – 28

Dieser Kurs wurde aufgrund der geltenden Vorschriften und mangels Anmeldungen abgesagt.

### Rankhilfe aus Metall

**Franziska**

Folie 29 – 42

Nach zweimaligem Verschieben konnte der Rankhilfekurs mit Börnie Flück am 17. Mai 2021 durchgeführt werden. Die Teilnehmerinnen haben ihren Projektentwurf vorgängig beim Kursleiter abgegeben, damit der ungefähre Materialverbrauch berechnet und bestellt werden konnte.

Voller Vorfreude trafen wir uns in der Werkstatt von Börnie und schufen vorerst etwas Platz zum Arbeiten.

Börnie erklärte uns kurz die verschiedenen Werkzeuge, den groben Ablauf und schon waren wir fleissig mit Schraubzwinde, Metallstangen und Biegehaken am Üben. Da es bei unserem Material eine Lieferverzögerung gab, blieb uns dazu genügend Zeit. Es war nicht ganz einfach und auch etwas kraftaufwendig, aber bald schon hatten wir den Dreh raus und es lief recht flüssig.

Als unser Material eingetroffen war, wurden zuerst die Metallstangen auf die gewünschte Länge zugeschnitten. Am oberen Ende bogen wir die Stangen mithilfe der Schraubzwinde und dem Biegehaken zu einigermaßen gleichmässigen Schnecken. Eine Arbeit die uns schön warmhielt und auch 2, 3 Schweisssperlen forderte.

Die Rundung der Rankhilfe wurde mit einem eigenhändig von Börnie gebautem Werkzeug aus alten Zahnrädern gedreht – es funktionierte prima.

Sobald alles Material abgemessen, gesägt, gebogen und gefeilt war, ging es mit Schweissarbeit weiter. Helm auf, Handschuhe an, Schutzgas-Schweissmaschine voran und schon gings los mit «Blaulicht» und Funken. Eine nicht alltägliche Arbeit, welche von uns so Einiges abverlangte. Aber mit der Hilfe von Börnie entstanden nach und nach zwei Rankhilfen, analog unseren Planobjekten.

Die einfache, unkomplizierte Arbeitsweise von Börnie wussten wir sehr zu schätzen – es war ein lehrreicher und «gschaffiger» Nachmittag mit genialem Endergebnis. Wir waren stolz auf uns!

Nun stützen diese wunderbaren Hilfen unsere Annabelle im Garten. Ein Aufwand der sich wirklich gelohnt hat.

## **Szenischer Rundgang Schloss Wildegg**

**Ruth**

### *Folie 43 – 60*

Am Mittwoch, 26. Mai fuhren 13 aktive Frauen zum Szenischen Rundgang auf das nahe gelegene Schloss Wildegg. Im schönen Schlosshof war auch noch Zeit für ein Gruppenfoto. Das muntere Geplauder wurde plötzlich von einer leicht verwirrt wirkenden Dame mit Hornbrille und Schreibmappe unterbrochen. Sie redete hektisch auf uns ein, doch was sie von uns wollte, war wohl niemandem klar. Die Verwirrung wurde dann von einer Zofe aufgelöst, die uns höflich bat, ihr ins Nebengebäude des Schlosses zu folgen. Coronabedingt fand kein Rundgang statt, stattdessen wurden wir gebeten, auf dem gedeckten Balkon Platz zu nehmen. Unter dem Titel „Geschichte der Industrie von Wildegg“ boten uns diese beiden Akteurinnen einen interessanten und humorvoll gespickten Einblick in die Zeit der Industrialisierung und auf die berühmten Persönlichkeiten, die im 18. und 19. Jahrhundert auf dem Schloss ein und aus gingen. Gefühlt im Minutentakt verwandelten sich die zwei Frauen in verschiedene Persönlichkeiten und begrüßten die damalige Prominenz wie Königin Hortense und General Masséna, Heinrich Pestalozzi - der übrigens als Herr auf dem Gutshof in Birr kläglich versagte und sich dann eher notgedrungen dem Schulwesen zuwandte. Auch die ortsansässigen Fabrikanten wie Laué baten um eine Audienz auf dem Schloss, um die Schlossherren von ihrer Idee einer Firmengründung zu überzeugen.

Ein kurzweiliger Nachmittag trotz viel Geschichte, die uns aber auf unterhaltsame und witzige Weise vermittelt wurde, beendeten wir mit einem feinen Apéro im Schloss-Bistro.

## **Führung und Degustation Weinbau Baumgartner, Tegerfelden**

**Martina**

### *Folie 61 – 80*

Zu Besuch bei der Winzerfamilie Baumgartner in Tegerfelden. Die Familie, inklusive aller drei Kinder, führt das Weingut seit 2002 mit grossem Herzblut in der 2. Generation. Produziert wird an verschiedenen Standorten rund um Tegerfelden. Bei traumhaftem Sommerwetter begrüßte uns das Winzerpaar Sandra & Lukas Baumgartner ganz herzlich. Mit einem Blick in das sehenswerte Verkaufslokal starteten wir die Besichtigung des Unternehmens. Im Verkaufslokal sind die drei verschiedenen Weinkategorien zu sehen, von der ganz simplen

Weinlinie bis hin zur höchsten Qualität, der Grand Cru Linie. Eindrücklich auch der Blick durch den Glasboden zu den Weinfässern im Keller. Weiter ging es zu Fuss in die Rebberge, ein Stück entlang des Weinweges. Unterwegs erzählte uns Lukas immer wieder Interessantes zu den verschiedenen Standorten, Bodenbeschaffenheiten, Traubensorten, Schädlingen etc. Die Produktion von edlen Qualitätsweinen beginnt im Rebberg. Die Auswahl der Rebsorte und deren Klone, des Unterlageholzes und der Erziehungsart muss auf den vorhandenen Boden und das lokale Mikroklima abgestimmt werden. Reifes und gesundes Traubengut aus gepflegten Rebbergen und ein angepasster Ertrag sind die Basis für hochstehende Qualitätsweine. Produziert wird mit dem Gütesiegel FAIR'N GREEN. FAIR'N GREEN ist das Siegel für nachhaltigen Weinbau. Es hilft Winzern dabei, Nachhaltigkeitsziele (z.B. Reduktion der CO<sub>2</sub>-Emissionen, höhere Biodiversität, Gesellschaftliches Engagement) objektiv mess- und überprüfbar zu machen und integrativ zu erreichen. Das Bestreben, Weine und Destillate höchster Güte zu produzieren, erfüllt den Alltag, dies spürt man bei der Familie Baumgartner ganz fest. Angebaut wird in Tegerfelden, Goldwand Ennetbaden, Lengnau, Klingnau und Endingen. Bei traumhafter Aussicht, einem feinen Apéro inklusive Weindegustation inmitten der Rebberge, liessen wir den wunderbaren Sommertag ausklingen.

## Ganztagesreise an den Brienzersee

**Ruth**

### Folie 81 – 101

Aufgrund der kleinen Teilnehmerzahl stiegen diesmal 11 Frauen in einen Kleinbus – nicht ganz so komfortabel wie ein Car – doch zweckmässig und einiges günstiger. Unser flotter Chauffeur Hanspeter Berner führte uns via Luzern und Brünigpass nach Iseltwald. Kaffee und Gipfeli verlegten wir dann aufgrund der doch eher kühlen Morgentemperaturen von der Gartenwirtschaft ins Innere des Restaurants Chalet Du Lac. Gestärkt und etwas aufgewärmt ging unsere kleine Wanderung dann los auf dem Uferweg entlang dem wunderschönen Brienzersee. Leider immer noch im Schatten, führte der Weg mehrheitlich geradeaus durch den Wald, teilweise unter massiven Felsplatten oder durch Tunnels dem türkisblauen See entlang. Nach rund eineinhalb Stunden gemütlichem Wandern, wobei dank minimaler Anstrengung viel geplaudert und gelacht werden konnte, näherten wir uns der Talstation der Giessbachbahn, welche uns in bloss fünf Minuten Fahrt zum Hotel Giessbach hinaufführte.

Die noch spärlich besetzte Gartenwirtschaft des Grandhotels Giessbach füllte sich zusehends und es brauchte etwas Geduld, bis wir unsere Bestellung aufgeben konnten. Das Essen war hervorragend, doch der individuelle Service brauchte seine Zeit, so dass wir in ziemlicher Hektik aufbrechen mussten, um das in wenigen Minuten fahrende Kursschiff zu erreichen. Der kurze Weg zum See hinunter liess dann kurzfristig den Puls ansteigen, aber wir schafften es alle rechtzeitig an Board! Auf dem gut besetzten Schiff suchten wir uns dann alle ein Plätzchen und genossen die rund einstündige Fahrt nach Interlaken bei wolkenlosem Sonnenschein. Die letzte Stunde unseres Aufenthaltes genossen wir grüppchenweise bei einem Coupe oder beim Lädeler. Um fünf Uhr nahm uns Hanspeter wieder in Empfang und chauffierte uns via Bern und durch zahlreiche Staus wieder zurück nach Villnachern.

## **Kreativkurs geflochtene Betonkugel**

### *Folie 102 – 116*

Am Mittwoch, 15. September 2021 trafen sich Mitglieder des Vereins wie auch Neuinteressierte um 17.00 Uhr zum Betonkugel-Kurs bei Erika Meier in der Vorstadt, welche uns die Scheune zur Verfügung gestellt hatte. Herzlichen Dank an dieser Stelle an Erika! Unsere Kursleiterin Claudia Hanselmann, eine äusserst kreative und herzliche Persönlichkeit, begrüsst uns. Man kennt sie wohl, sie ist sehr aktiv mit Kursen im Gartencenter Zulauf engagiert und betreibt mit einer Kollegin ihr eigenes Unternehmen die inboxkreativ. Es lohnt sich, auf ihrer Webseite zu stöbern. Alle ausgestattet mit „Dreckelikleidern“, Leintüchern, Beton und einem aufblasbaren Ball ging es los. Claudia erklärte uns Schritt für Schritt wie diese Betonkugeln entstehen sollten. Leintuchstreifen um Leintuchstreifen wurde im Beton gewälzt und mit reiner Fleissarbeit zu einer individuellen Kugel geflochten. So entstanden 9 unterschiedliche und wundervolle Betonkugeln, welche das eine oder andere Zuhause - sei es im Garten, beim Eingang oder sonst an einem schönen Ort - erstrahlen lassen. Auch wunderschön mit einer Kerze oder einer Lichterkette. Es war nach der langen Coronapause ein tolles Erlebnis für uns Teilnehmerinnen wie auch für die Kursleiterin, wieder einmal einen Kursabend zu geniessen.

## **Gartenfenster und Herbst-Modenschau bei Minder Mode**

### *Folie 117 – 126*

Bereits zum zweiten Mal traten wir die Reise ins Oberaargau/Emmental an. Am Nachmittag des 24. September trafen sich 13 Frauen beim Volg in Villnachern und fuhren mit Privatautos nach Dürrenroth ins Gartenfenster, unserem ersten Tagesziel. Immer wieder schön und eindrücklich. Man kann staunen, bewundern, Ideen sammeln und selbstverständlich auch einige Fränkli liegen lassen. Von der Pfeffermühle über Pflanzen, Vasen, Badartikel, Kerzen, unzähligen Dekoartikeln bis hin zu Leinenstoffen ist fast alles vorhanden.

Ein wirklich atemberaubender Garten und liebevoll eingerichtete Räume liessen uns kurz in eine andere Welt eintauchen. Nach dem Bummeln und Einkaufen sassen wir gemütlich im gegenüberliegenden Gartenrestaurant und genossen einen kühlen Drink.

Bald schon machten wir uns auf zu unserem 2. Tagesziel, dem Modehaus Minder in Huttwil. Dort wurden wir bereits erwartet und herzlich begrüsst. Die Herbst- und Winterkollektion war grösstenteils schon eingetroffen und sämtliche Sommerartikel, egal ob Bluse, Hose, Jacke oder Top wurden für je 10 Franken angeboten. Aber jetzt schön der Reihe nach...

Im Untergeschoss, zwischen Festmode in allen Farben, wurden uns die aktuellsten Trends an 2 Models vorgeführt. Der Lauf wurde mit Musik umrahmt und von Frau Minder persönlich mit Tipps und Tricks und Kombinationsmöglichkeiten ergänzt.

Nach der Modenschau wurden wir mit einem kleinen Apéro verwöhnt und stärkten uns für die folgenden Stunden. Das Modehaus war zwischenzeitlich nur noch für die aktiven Frauen geöffnet. Mehrere Verkäuferinnen standen uns mit Rat und Tat zur Seite. Schon bald waren sämtliche Umkleidekabinen besetzt und es wurde alles Mögliche anprobiert - wir haben oft gestaunt und viel gelacht.

Der Sommerausverkauf war jedoch das Highlight des Abends, wir wurden immer wieder wie magisch von den 10 Franken-Kleidern angezogen. Gegen 22 Uhr machten wir uns mit mehreren Minder-Mode-Taschen auf den Heimweg. Ein wunderbarer und total zufriedener Ausflug ging zu Ende.

Einige Frauen liessen den Abend im Bären in Villnachern gemütlich ausklingen.

## **Kochkurs Orientalische Küche**

**Heidi**

*Folie 127 – 128*

Leider musste auch dieser Kurs aufgrund zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt werden.

## **Führung durchs Kriminalmuseum**

**Franziska**

*Folie 129 – 154*

Am 28. Oktober um 14:15 Uhr starten wir unsere Reise per Bus und Bahn nach Zürich ins Kriminalmuseum. Was uns dort wohl erwartet? Die Gruppe mit 13 Frauen war frühzeitig in Zürich, so dass vor dem Museumsbesuch noch genügend Zeit für einen Kaffee- oder Apérohalt blieb.

Bei sonnigem Herbstwetter führte unser Weg der Sihl entlang bis zur Polizeikaserne, wo wir bereits erwartet wurden. Nach der Zertifikatsprüfung wurden wir von Herr Krebs am Empfang abgeholt. Das Museum befindet sich in der obersten Etage des im 19. Jahrhundert erbauten Kasernenareals.

Herr Krebs, seit kurzem pensioniert, stellte sich vor und erzählt von seiner 40-jährigen, abwechslungsreichen Tätigkeit bei der Polizei. Man spürte sofort, dass er durch und durch Polizist war. 1901 schuf die Kapo Zürich das erste Kriminalmuseum der Schweiz; vor 63 Jahren wurde das Museum der Öffentlichkeit zugänglich gemacht und die ersten Führungen angeboten. Jährlich besuchen ca. 6000 Personen das Kriminalmuseum.

Mittels einer Tonbildschau erhielten wir Einblick ins frühere Geschehen und die heutigen Aufgaben und Ermittlungsarbeiten der Polizei. Die Geschichte der Justiz und die Entwicklung der Kapo Zürich werden dokumentiert. Schnell ist uns klar, dass die Polizei ein breites Aufgabengebiet umfasst. Die Polizei kommt zu Einsätzen bei Unfällen, bei Unruhestörung, bei Todesfällen, bei Feuer, Überfällen, Demonstrationen usw.

Der Rundgang durchs Museum startete in einem Raum mit unzähligen Gewehren, Pistolen, Revolver und sogar einer Gummischrot-Waffe. Letztere kommt z.B. bei Demos zum Einsatz, denn damit können 64 Schüsse auf einmal abgefeuert werden. Herr Krebs erzählte uns von Schützenvereinsbesuchern, welche kaum mehr von der exquisiten Sturmgewehrwand wegzubringen sind...und wenn, dann meist mit Augenwasser 😊.

Ein massgetreues Modell der Zürcher Guillotine, welche 1839 erbaut wurde, durften wir auch bestaunen – unvorstellbar und kaum zu glauben welche Sitten damals geherrscht haben. Und stellt euch vor, zwischen 1845 und 1865 wurden in Zürich 6 Personen guillotiniert...

Weiter wird der Fraumünster-Postraub vom 1. September 1997 dargestellt. Herr Krebs erzählte uns voller Enthusiasmus den Hergang des sorgfältig geplanten Raubes.

Die Schmugglerecke ist auch spannend. Da wird z.B. Haschisch im Heidibüechli, Cannabis in Pistazien, Heroin in Sohlen von Damenschuhen geschmuggelt. Auch in elastischen Seilen, in Zigarren und sogar am oder im eigenen Körper werden Drogen in die Schweiz geschmuggelt – meist reisen die Schmuggler aus Sao Paulo an.

Angeregte Geschichten zu aussergewöhnlichen Todesfällen, wie Selbsttötung, Selbstunfall, höhere Gewalt, Fremdtötung, fahrlässige Tötung usw. hatte Herr Krebs noch auf Lager. Unfassbar all die Geschichten und schon etwas gruselig. Aber die lockere und frische Art von Herr Krebs liess uns über die doch eher nachdenklichen, und zum Teil abscheulichen Informationen hinwegsehen. Nach über zwei Stunden verabschiedeten wir uns von Herr Krebs.

Frische Luft, das war nun genau was wir brauchten. So machten wir uns auf den Weg zum nahe gelegenen Restaurant Riithalle und genossen dort ein wirklich feines Nachtessen in gemütlicher Runde.

## **Gesundheitskurs/Vortrag Faszien**

**Ruth**

*Folie 155 – 156*

Was es mit Thema Faszien auf sich hat, wollten an diesem 22. November 12 Frauen genauer wissen und trafen sich dafür im Raum Habsburgblick im Gemeindehaus Villnachern. Barbara Prögler, Physiotherapeutin, Pilates- und Faszientrainerin aus Villnachern, begrüßte das Grüppchen, das aus Frauen jeden Alters bestand und führte uns in einem ersten theoretischen Teil unter die Haut des menschlichen Körpers. Klar, informativ und doch nicht allzu trocken erklärte uns Barbara den Aufbau und die Funktion der verschiedenen Schichten. Anhand von Bildern zeigte sie uns den Unterschied zwischen gesundem, gut durchblutetem Faszienewebe gegenüber verklebtem Gewebe. Nach dem gemütlichen Teil ging es dann auf die Matten. Mit Hilfe von einfachen Hilfsmitteln – statt der Faszienrolle kann zum Beispiel genauso gut ein Wallholz verwendet werden – zeigte uns Barbara, wie wir unsere Faszien bearbeiten können. Mit einfachen Übungen aus dem Yoga und dem Pilates zeigte sie uns zudem, wie wir unsere Gelenke und unsere Beweglichkeit geschmeidig halten können. Nur ein paar einfache Übungen, welche aber trotzdem bei der einen oder anderen Teilnehmerin ein paar Schweißstropfen auf die Stirne zauberten...

## **Winterwanderung**

**Heidi**

*Folie 157 – 179*

Am Mittwoch, 26. Januar 2022 trafen sich 10 Frauen und 3 Vierbeiner um zehn vor zwei beim Volg Villnachern.

Bei strahlendem Sonnenschein und winterlichen Temperaturen – aber leider ohne Schnee – machten wir uns auf den Weg. Unsere Winterwanderung führte uns via Schryberhof und Sindelhof hinauf auf den Bözberg. Weiter ging es Richtung Oberredlibrunn und Maiacher zur Linner Linde. Nach einem kurzen Fotoshooting und einem fantastischen Weitblick haben wir uns wieder von der Linner Linde verabschiedet und marschierten via Gunnmatt, Hinterdohr und Kohlplatz zum Waldhaus Villnachern. Dort wurden wir mit einem feinen „Hot Apérol“

in Empfang genommen. Draussen am Feuer konnten wir uns dann mit einer feinen Gerstensuppe und frischem selbstgebackenem Brot stärken und aufwärmen.

Zum Abschluss genossen wir noch ein Stück Kuchen und Kaffee oder Tee, bevor wir uns um halb sechs Uhr nach einem tollen Nachmittag auf den Heimweg machten.

## **Führung durch Badens Bäderstadt**

**Ruth**

*Folie 180 – 181*

Dieser Anlass wurde aufgrund zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt.

## **Englisch mit Jenny Näf**

**Ruth**

*Folie 182*

Der Englisch-Kurs, unter der Leitung von Frau Jenny Näf, läuft bereits seit vielen Jahren und erfreut sich nach wie vor grosser Beliebtheit. Die Lektionen finden jeden zweiten Mittwochmorgen statt. Die Planung wird von der Kursleiterin direkt organisiert. Lediglich die Raumreservierungen erfolgen über uns.

## **Qi Gong mit Meriem Meier**

**Ruth**

*Folie 183*

Ebenfalls seit Jahren läuft der Qi Gong Kurs unter der Leitung von Meriem Meier. Ein eingespieltes Grüppchen von Frauen trifft sich jeden Montagmorgen im Gemeindesaal zum gemeinsamen Qi Gong. Auch Meriem plant und koordiniert ihren Kurs selbständig und wir haben damit – ausser der Raumreservation – keinen weiteren Aufwand.

Villnachern, 18. März 2022

2022 / 2023

# Kursprogramm

The logo consists of the letters 'a' and 'f' in a cursive script. The 'a' is black, and the 'f' is red. The 'f' is significantly larger and overlaps the 'a'.

aktive *frauen* villnachern



## Kursprogramm im Überblick

2022

30.03. – 08.04.2022	Begleitetes Fasten	3
Do, 28.04.2022	Brotbackkurs	4
Do, 19.05.2022	Ganztagesreise nach Solothurn	5
Fr, 10. / Sa, 11.06.2022	Mitwirkung am Jugendfest Villnachern	6

*Sommerpause*

Fr, 19.08.2022	Farb- und Stilberatung	7
Do, 22.09.2022	Rundgang durch die Studios am Leutschenbach	8
Do, 20.10.2022	Kreativkurs Keramikmalen	9
Sa, 22.10.2022	Husky-Fahrt und Outdoor-Fondue	10
Fr, 11.11.2022	Abendführung durch den Zürcher Zoo	11

2023

Mo, 23.01.2023	Gesundheitskurs/Vortrag Gedächtnistraining	12
Fr, 17.03.2023	Generalversammlung 2023	13
Jeden Montag	Gesundheitskurs Qi Gong	14
Jeden 2. Mittwoch	Sprachkurs Englisch	15



Stärke dein Immunsystem und erhöhe dein Energielevel!

Während 10 Tagen verzichtest du auf feste Nahrung. Die benötigte Energie führst du dir über klare Suppe und Säfte zu. Der Körper wird gereinigt, der Kopf frei und die Kilos purzeln.

An vier Abenden wirst du seriös angeleitet, erhältst wertvolle Informationen über Gesundheit und Ernährung und tauschst dich in der Gruppe aus. Für persönliche Fragen und Anliegen ist die Fastenbegleiterin auch untertags erreichbar.

Kursleitung:	Maddy Hoppenbrouwers, Schinznach Bad Pflegefachfrau, Erwachsenenbildnerin
Datum:	Fastenzeit: 30. März - 8. April 2022
Treffen:	Dienstag, 29. März, Donnerstag, 31. März, Montag, 4. April und Mittwoch, 6. April 2022
Zeit:	19.00 - 21.30 Uhr
Ort:	Raum Habsburgblick, Gemeindehaus Villnachern
Teilnehmer:	mind. 4 Personen
Kosten:	CHF 250.00 pro Person inkl. Kursunterlagen
Kursorganisation:	Maja Hauri



Tipps und Tricks auf dem Weg zu einem luftigen Focacciabrot, bekömmlichen Brezeln oder Vollkornbrot. Du hast noch nie mit fermentiertem Wasser experimentiert oder es hat bisher nicht funktioniert? Wir erklären, wie man fermentiertes Wasser herstellt, füttert, pausiert und reaktiviert und zeigen dir die verschiedenen Stadien einer Zucht. Du lernst, wie du aus fermentiertem Wasser einen Sauerteig herstellen kannst.

Du kannst alles berühren, beschnuppern und probieren und du erhältst Ratschläge zu folgenden Themen: fermentieren, kneten, falten, formen, schneiden und backen.

Wir backen gemeinsam ein luftiges Focacciabrot und bei einem kleinen Imbiss mit frischem StadtKLATSCH-Brot bleibt genügend Zeit, um all deine Fragen zu beantworten.

Kursleitung:	Maya Rey, Team Stadtklatsch
Datum:	Donnerstag, 28. April 2022
Zeit:	18.00 – 21.30 Uhr
Ort:	Café StadtKLATSCH, Brugg
Teilnehmer:	mind. 5 – max. 10 Personen
Kosten:	CHF 120.00 pro Person inkl. Kursunterlagen, Starterkultur, Bäckerklinge, ein von dir geflochtener Laugenbrezel und ein Brot mit deinem Brotschnitt, 2,5 kg Mehl nach deiner Wahl von der Mühle Mühlebach, Würenlingen
Kursorganisation:	Martina Wächter



Dieses Jahr führt uns die Reise in die schöne Barockstadt an der Aare – Solothurn.

Wir fahren mit dem Car nach Solothurn und starten nach einem stärkenden Kaffeehalt mit der Stadtführung «Die magische Zahl 11». Während 1½ Stunden werden wir durch die vielen Gassen von Solothurn geführt und erfahren unter anderem was es mit der Zahl 11 auf sich hat.

Das Mittagessen nehmen wir Restaurant «Pier 11» etwas ausserhalb der Stadt ein. Anschliessend heisst es am Pier 11 einsteigen und Platz nehmen im ÖUFI-Boot. Kaffee und Dessert geniessen wir während der ca. 90-minütigen Fahrt auf der Aare.

Anschliessend bleibt uns noch genügend Zeit, Solothurn auf eigene Faust zu erkunden und/oder bei einem Apéro die vielen Eindrücke auf uns wirken zu lassen.

Datum: Donnerstag, 19. Mai 2022

Treffpunkt/Abfahrt: 07.15 Uhr beim Gemeindehaus Villnachern  
07.30 Uhr Abfahrt

Teilnehmer: mind. 15 – max. 25 Personen

Kosten: CHF 90.00 inkl. Kaffeehalt, Stadtführung, Mittagessen,  
Bootsfahrt mit Kaffee und Dessert

Organisation: Franziska Zürcher



Im Juni 2022 soll nun endlich das Jugendfest in Villnachern stattfinden! Die aktiven frauen werden diesen Anlass wiederum mit der „Kafistube“ bereichern. Dafür benötigen wir eure Unterstützung vor Ort und/oder als Kuchen-/Tortenbäckerin. Es besteht die Möglichkeit, sich an der Generalversammlung auf der Helfer- und Backliste einzutragen. Zudem wird nach der GV ein Doodle per Mail verschickt, in dem ihr euch direkt in die gewünschte Schicht eintragen könnt oder ihr meldet euch direkt bei einem Vorstandsmitglied.

Datum: Freitag, 10. und Samstag, 11. Juni 2022

Organisation: Gesamtvorstand



Benötigst du Hilfe bei der Suche nach deinem eigenen Stil und der passenden Farbe? In diesem Kurs lernst du die sechs Stilrichtungen und Muster kennen. Welche Farbe, Ausschnittform und Linienführung ist vorteilhaft für dich? Was brauchst du für deine Basisgarderobe? Wie setzt du Accessoires gekonnt ein und welches Outfit passt zu welchem Anlass?

Mit deinem Farbpass kannst du bequem zur richtigen Farbe greifen und stilgerecht einkaufen.

Datum:	Freitag, 19. August 2022
Zeit:	13.30 – ca. 17.30 Uhr
Ort:	Raum Lichtenau, Gemeindehaus Villnachern
Kursleitung:	Leandra Deck
Teilnehmer:	6 – 8 Personen
Kosten:	CHF 125.00 inkl. Dossier und Farbberatung Ein persönlicher Farbpass kann für CHF 40.00 bezogen werden.
Organisation:	Heidi Kalt

## Rundgang durch die Studios am Leutschenbach



Im Studio Leutschenbach werden sämtliche Fernsehprogramme von SRF produziert. Möchtest du erfahren, was alles hinter den Angeboten steckt, die du über Radio, Fernsehen oder online nutzt? Bei diesem informativen und unterhaltsamen Rundgang durch die Studios erhalten wir einen Einblick, wie Radio und Fernsehen gemacht wird.

Beim anschliessenden Nachtessen im Restaurant Tibits in Oerlikon lassen wir den Tag ausklingen.

Datum: Donnerstag, 22. September 2022

Führung: 16.00 bis 17.30 Uhr  
Wir fahren mit ÖV nach Zürich-Oerlikon

Ort: Studio Leutschenbach

Teilnehmer: max. 20 Personen

Kosten: Die Führung ist kostenlos  
Die Kosten für Anreise, Nachtessen etc. trägt jede Teilnehmerin selbst.

Organisation: Corinne Schnyder



Taucht ein in die Welt der Keramikmalerei. Es ist kinderleicht! Wählt zwischen vielen verschiedenen Rohlingen, Farben, Hilfsmitteln und Maltechniken aus und erstellt unter fachkundiger Anleitung euer ganz besonderes und einzigartiges Keramikwerk.

Datum: Donnerstag, 20. Oktober 2022

Zeit: 18.30 – ca. 21.30 Uhr

Ort: Atelier von Jasmin Granella in Würenlingen  
Wir fahren mit den PWs nach Würenlingen.

Teilnehmer: mind. 4 – max. 8 Teilnehmerinnen

Kosten: CHF 40.00 zuzüglich Materialkosten von ca. CHF 50.00 je nach Rohling

Organisation: Martina Wächter



## Husky-Fahrt und Outdoor Fondue



Mit Tempo durch den Wald! Die Huskys von Janine und Andy Matsch aus Villnachern lieben es, wenn es nicht mehr ganz so warm ist und kommen dann so richtig in Schwung und wir in Fahrt! Wir dürfen auf dem Trainingswagen Platz nehmen, der von 6 Huskys gezogen und von Andy oder Janine gesteuert wird. Ein rasantes Abenteuer... Im Anschluss geniessen wir in aller Ruhe ein feines Fondue vom Feuer.

Datum: Samstag, 22. Oktober 2022

Zeit: 10.00 – 13.00 Uhr  
Treffpunkt 09.15 beim Volg und Fussmarsch zum Heinz-Pfister-Platz (Militärstrasse/Passhöhe Bözberg)

Kursleitung: Janine und Andy Matsch, Villnachern

Teilnehmer: 6 – 14 Personen

Kosten: CHF 50.00 inkl. Fondue und Getränk

Organisation: Maja Hauri



Wir fahren in den Zoo nach Zürich und werden nach Zooschliessung eine Abendführung besuchen. Im Zentrum steht die besondere Stimmung am Abend und – je nach Wetter – mit Schnee im Zoo. Die Zooführer thematisieren Fragen wie: Können Tiere im Dunkeln sehen? Wie gehen Tiere mit der Kälte um? Wie schlafen Tiere?

Für uns ist dann aber noch nicht Schlafenszeit! Wir lassen den Abend gemütlich im Restaurant „Altes Klösterli“ (direkt neben dem Zoo) ausklingen.

Datum:	Freitag, 11. November 2022
Treffpunkt:	14.00 Uhr beim Volg Villnachern Wir fahren mit PWs oder ÖV nach Zürich.
Führung:	17.00 – 18.00 Uhr
Teilnehmer:	mind. 15 – max. 20 Personen
Kosten:	CHF 50.00 inkl. Zoeeintritt zuzügl. Kosten für Nachtessen und ev. ÖV
Organisation:	Corinne Schnyder



Wie funktioniert unser Gedächtnis und wie können wir geistig fit bleiben?

Wie beeinflussen die Hirnfunktionen den Alltag? Was gibt es für Strategien und lustvolle Übungen oder Spiele, um das Gehirn aktiv zu halten? Alle diese Fragen beantwortet uns Yvonne Furrer in einem interaktiven Referat und mit praktischen Übungen.

Datum: Montag, 23. Januar 2023  
Zeit: 19.00 – 21.00 Uhr  
Ort: Raum Lichtenau, Gemeindehaus Villnachern  
Teilnehmer: mind. 10 Personen  
Kursleitung: Yvonne Furrer, Geschäftsführerin SVGT  
Kosten: CHF 50.00  
Organisation: Heidi Kalt



Datum: Freitag, 17. März 2023  
Zeit: 19.00 Uhr Imbiss  
20.00 Uhr Generalversammlung  
Ort: noch offen



Qi Gong bedeutet, durch achtsames und bewusstes Üben (Gong) die Lebensenergie (Qi) zu stärken und zu harmonisieren. In kürzester Zeit werden die Meridiane und Gelenke aktiviert, die Sehnen gedehnt, die Muskeln trainiert und die Atmung vertieft. Regelmässig angewendet hilft Qi Gong, die Gesundheit zu erhalten und innerlich ruhig und gelassen zu werden. Qi Gong unterstützt zudem die Regeneration bei gesundheitlichen Problemen.

Die Planung und Durchführung des Qi Gongkurses wird von der Kursleiterin direkt organisiert und koordiniert. Bei Fragen zum Kurs bitte direkt mit der Kursleiterin Kontakt aufnehmen.

- Termin/Zeit:           Montags von 09.15 – 10.30 Uhr (ausser Schulferien)  
                              Zusätzlich ist ab den Frühlingsferien von 10.30 – 11.30 Uhr ein Anfängerkurs geplant. Details direkt bei der Kursleitung.
- Ort:                        Gemeindesaal Mehrzweckgebäude Villnachern
- Kursleitung:           Meriem Meier, Küttigen (Dipl. Qi Gong Lehrerin)  
                              Telefon 062 827 04 00 oder meriem.meier@gmx.ch
- Kosten:                  auf Anfrage bei der Kursleiterin



Die Teilnehmerinnen bringen unterschiedliche Vorkenntnisse ab 'lower intermediate level' mit. Die Gesprächsrunde zu verschiedenen Themen wird ergänzt mit einer Buchdiskussion. Über mehrere Wochen wird gemeinsam ein Buch in vereinfachtem Englisch gelesen.

Die Planung und Durchführung des Englischkurses wird von der Kursleiterin direkt organisiert und koordiniert. Bei Fragen zum Kurs bitte direkt mit der Kursleiterin Kontakt aufnehmen.

**Termin/Zeit:** In der Regel jeden 2. Mittwoch von 09.00 - 11.00 Uhr inkl. Kaffeepause. Die Termine werden durch die Kursleiterin jeweils für ein Semester festgelegt.

**Ort:** Raum Lichtenau, Gemeindehaus Villnachern

**Kursleitung:** Jenny Naef, Oberflachs  
Telefon 056 443 30 14 oder [jennynaef@hotmail.com](mailto:jennynaef@hotmail.com)

**Teilnehmer:** maximal 10 – 11 Personen

**Kosten:** CHF 200.00 für 10 Doppellektionen

## Allgemeine Informationen zu den Kursen

Wir freuen uns, den aktiven Frauen und allen Interessierten wiederum ein umfangreiches und abwechslungsreiches Kursprogramm anbieten zu können. Ideen und Anregungen für künftige Kurse und Ausflüge nehmen wir jederzeit gerne entgegen.

Bitte melde dich an der Generalversammlung oder bis spätestens 10. April 2022 wenn immer möglich direkt über die Webseite [www.aktivefrauen.ch](http://www.aktivefrauen.ch) für sämtliche Kurse an. Anmeldungen sind auch per Mail an [heidi@aktivefrauen.ch](mailto:heidi@aktivefrauen.ch) oder mittels nachfolgendem Anmeldeformular an Heidi Kalt, Im Muracher 16, 5213 Villnachern möglich.

Bitte beachte, dass deine Kursanmeldung verbindlich ist. Im Verhinderungsfall ist in Absprache mit der Kursorganisatorin oder direkt mit der Kursleitung selber für Ersatz zu sorgen. Bei Kursen, für welche die Kursleitung im Voraus Material bezogen und vorfinanziert hat, sind die Hälfte der Kurskosten oder mindestens die Materialkosten zu begleichen, wenn keine Ersatzteilnehmerin gefunden werden kann.

Mindestens 10 Tage vor Kursbeginn erhältst du eine Teilnahmebestätigung. Sollte dies nicht der Fall sein, wende dich bitte an Heidi Kalt.

Die Kurskosten für Nicht-Mitglieder erhöhen sich jeweils um CHF 5.00. Die Versicherung ist bei jedem Kurs bzw. Ausflug Sache der Teilnehmerinnen.

Bei Fragen zu den Kursen/Ausflügen wende dich bitte an die zuständige Organisatorin:

Nicole Gauder – [nicole@aktivefrauen.ch](mailto:nicole@aktivefrauen.ch)

Maja Hauri – [maja@aktivefrauen.ch](mailto:maja@aktivefrauen.ch)

Heidi Kalt – [heidi@aktivefrauen.ch](mailto:heidi@aktivefrauen.ch)

Corinne Schnyder – [corinne@aktivefrauen.ch](mailto:corinne@aktivefrauen.ch)

Martina Wächter – [martina@aktivefrauen.ch](mailto:martina@aktivefrauen.ch)

Ergänzende Links zu den Kursen und Ausflügen:

[www.fasten-zeit.ch](http://www.fasten-zeit.ch)

[www.stadtklatsch.ch](http://www.stadtklatsch.ch)

[www.srf.ch](http://www.srf.ch)

[www.zoo.ch](http://www.zoo.ch)

[www.svg.t.swiss](http://www.svg.t.swiss)



2022

- Gesundheitskurs Begleitetes Fasten 30.03. – 08.04.2022
  
- Brotbackkurs Do, 28.04.2022  
 ich fahre
  
- Ganztagesreise nach Solothurn Do, 19.05.2022
  
- Farb- und Stilberatung Fr, 19.08.2022
  
- Rundgang durch die Studios am Leutschenbach Do, 22.09.2022  
 mit Nachtessen       ohne Nachtessen/individuelle Rückreise
  
- Kreativkurs Keramikmalen Do, 20.10.2022  
 ich fahre
  
- Husky-Fahrt und Outdoor-Fondue Sa, 22.10.2022
  
- Abendführung durch den Zürcher Zoo Fr, 11.11.2022  
 ich fahre  
 mit Nachtessen       ohne Nachtessen/individuelle Rückreise

2023

- Gesundheitskurs/Vortrag Gedächtnistraining Mo, 23.01.2023

Vorname/Name: .....

Adresse: .....

Telefon/Mobile/Mail: .....

Datum/Unterschrift: .....

*www.aktivefrauen.ch*