

---

Impulsmotto



**FrauenBande 2.0**

Schweizerischer Katholischer Frauenbund

## **Liebe Mitglieder, liebe Leserinnen und liebe Leser,**

Auch wenn uns die moderne Welt mit Smartphones und Computer fest im Griff hat, so schätze ich den persönlichen Austausch unter uns Frauen sehr. Es sind jedes Mal Treffen, die mich bereichern. Es gibt doch nichts Schöneres, als mit Gleichgesinnten Freude und Leid zu teilen. Wenn wir dieses Gemeinschaftsgefühl an die nächste Generation weitergeben, haben wir etwas Grosses geschaffen.

Für das neue Jahr wünsche ich mir von Herzen, dass wir einmal eine DU-Kultur in unserem Verein einführen; immer habe ich ein Durcheinander, wem darf ich jetzt Du sagen und wem Sie - und für neue Mitglieder wäre es auch einfacher. Ein zweites Ziel wäre es, neue Frauen für unseren Verein zu gewinnen. Beides können wir erreichen. Die DU-Kultur können wir an der nächsten GV beschliessen, das geht einfach. Um neue Mitglieder zu gewinnen, braucht es einen grösseren Effort. Aber wenn wir alle mitmachen, schaffen wir auch das. Alle können das Programm an Nachbarn, Freunde und Familie weitergeben. Wir müssen uns nicht verstecken, denn wir bieten einen bunten Strauss an grossartigen Kursen und anderen speziellen Events an. Denkt nur an den letzten Jahresausflug oder das «lautstarke» Sommerfest. Wäre doch cool, mit vielen neuen Frauen in ein paar Jahren unser 100jähriges Bestehen zu feiern.

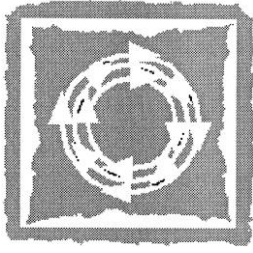
Zum Schluss möchte ich mich noch bei meinen Vorstandsfrauen und der Gruppe Junger Familien bedanken. Hier insbesondere bei Regula Thoma, die noch ein Jahr weiter dranhängt, obwohl sie eigentlich aufhören wollte. Dann möchte ich dem OK-Team für die Organisation des Jahresausflugs von Herzen danken, beim Nächsten bin ich dabei. Danke auch den Mitarbeitenden im Sekretariat der Pfarrei, die uns immer unterstützen und natürlich auch ein Dank an Christoph Pfister und Martin Schelbert, die immer alles für uns bereitstellen und wegräumen. Und immer braucht es Helferinnen bei Anlässen wie Chinderfiir, Frauengottesdienst, GV, denen ich von Herzen danke sagen möchte. Ich danke auch den Kursleiterinnen für ihre Zeit und Energie. Es braucht immer viel Engagement und wenn wir das auf viele Schultern verteilen, sind wir «sackstark»!

Herzliche Grüsse

Sandra Flückiger

KassiererIn der Frauengemeinschaft St. Martin Baar

---



[www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch)

### **Vorstand Frauengemeinschaft**

Natalie Vogel	Präsidentin	<a href="mailto:praesidentin@fg-baar.ch">praesidentin@fg-baar.ch</a>
Sandra Flückiger	Kassiererin	<a href="mailto:sflueckiger@fg-baar.ch">sflueckiger@fg-baar.ch</a>
Beate Kipp	Aktuarin	<a href="mailto:bkipp@fg-baar.ch">bkipp@fg-baar.ch</a>
Agnes Messmer	Vorstandsmitglied	<a href="mailto:amessmer@fg-baar.ch">amessmer@fg-baar.ch</a>
Andrea Miranda	Vorstandsmitglied	<a href="mailto:amiranda@fg-baar.ch">amiranda@fg-baar.ch</a>
Elke Reiter	Vorstandsmitglied	<a href="mailto:ereiter@fg-baar.ch">ereiter@fg-baar.ch</a>



**Natalie Vogel**



**Sandra Flückiger**



**Beate Kipp**



**Agnes Messmer**



**Andrea Miranda**



**Elke Reiter**

Möchten Sie sich gerne für die Frauengemeinschaft Baar einsetzen?

Wir sind stets auf der Suche nach engagierten Frauen, die uns innerhalb des Vorstands oder bei einzelnen Projekten unterstützen. Jederzeit kann man sich für einen Einblick in unsere Vorstandstätigkeiten melden. Wenden Sie sich an [praesidentin@fg-baar.ch](mailto:praesidentin@fg-baar.ch) bei Interesse. Wir würden uns über aktive Verstärkung in unserem Team freuen.

**Ihre Anmeldungen nehmen wir gerne via Homepage [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch), telefonisch oder schriftlich mit der Anmeldekarte auf der Rückseite entgegen.**

## Team Gruppe Junger Familien

Regula Thoma

Teamleiterin

[teamleiterin@fg-baar.ch](mailto:teamleiterin@fg-baar.ch)

Angela Beffa

[abeffa@fg-baar.ch](mailto:abeffa@fg-baar.ch)

Beate Kipp

[bkipp@fg-baar.ch](mailto:bkipp@fg-baar.ch)

Claudia Leutenegger

[cleutenegger@fg-baar.ch](mailto:cleutenegger@fg-baar.ch)



## **Symbolerklärung**

Nachfolgende Symbole gelten für folgende Anlässe:



**Gottesdienste**



**Kinderanlässe**

Immer aktualisiert und ergänzt mit Zusatzinformationen finden Sie uns  
unter [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch).

---

Januar



## Karateschnupperkurs für Kinder ab 5 Jahren

Einblick ins Karate: Erste Techniken, eine Abfolge und gegeneinander kämpfen (kleiner Wettkampf).

An drei Abenden kannst Du gemeinsam mit anderen Kindern das Kyokushinkai Karate kennenlernen. Du tauchst ein in eine alte Kampfkunst aus Japan und wirst der Tradition begegnen. Wir werden mit viel Spass und Abwechslung die wichtigsten Techniken kennenlernen. Mit der Zeit wirst Du sogar schon einige Abfolgen von Schlägen, Tritten und Blöcken kennen. Natürlich darf auch ein richtiges Kampftraining nicht fehlen. Bei einem kleinen Wettkampf werden wir schliesslich unsere Kräfte messen und das anwenden, was wir zuvor gelernt haben.

### 3 Abende

Datum **Mittwoch, 11. / 18. und 25. Januar 2023**

Zeit 18.00 – ca. 19.00 Uhr

Ort Pfarreiheim St. Martin

Leitung Nina Hächler

Kosten *Mitglieder:* Fr. 5.-  
*Nichtmitglieder:* Fr. 7.-

Spezielles Bequeme, sportliche Kleidung (Antirutschsocken oder Geräteschuhe mitnehmen; wir trainieren aber eigentlich barfuss)

Anmeldung bis 05. Januar 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Elke Reiter, 076 500 91 59

---

Januar

### **Stricktreff**

Jede Frau - mit oder ohne Strickkenntnisse - ist in unserer Runde willkommen. Wir tauschen Ideen aus und helfen einander mit Strickproblemen. Es ist keine Anmeldung erforderlich. Wer Zeit und Lust hat, kommt einfach vorbei.

Datum **ab dem 11. Januar 2023, wöchentlich jeweils am Mittwoch, ohne Schulferien und Feiertage**

Zeit 14.00 – 16.00 Uhr

Ort Nach Absprache

Auskunft [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder Sandra Flückiger,  
077 462 30 07

---

Januar

### **Wechseljahre und naturidentische Hormone**

Wechseljahre verlaufen bei jeder Frau anders, die meisten Frauen setzen sich sehr aktiv mit diesen Prozessen auseinander. Für manche stellt diese Lebensphase eine körperliche und psychische Herausforderung dar, bei der sie auf medikamentöse Hilfe angewiesen sind.

Welche Rolle eine Behandlung mit naturidentischen Hormonen in diesem Zusammenhang spielt, darüber informiert uns die Frauenärztin Dr. Mariele Keller.

Datum **Montag, 23. Januar 2023**

Zeit 19.15 – ca. 21.00 Uhr

Ort Pfarreiheim St. Martin

Leitung Dr. Mariele Keller, Spezialärztin FMH für  
Gynäkologie & Geburtshilfe

Kosten *Mitglieder:* Fr. 10.-  
*Nichtmitglieder:* Fr. 15.-

Anmeldung bis 16. Januar 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Natalie Vogel, 079 364 02 48

---

---

Januar

## Besichtigung Bike Corner



Was sind die Aufgaben eines Fahrradmechanikers? Wie wechselt man einen Schlauch? Zusammen besichtigen wir die Werkstatt des Bike Corners, lernen viel Neues kennen und dürfen sogar selbst anpacken.

Bist Du auch ein Bike-Fan und willst viel Interessantes entdecken und lernen? Dann komm mit zum Bike Corner.

Datum **Mittwoch, 25. Januar 2023**

Zeit 14.00 -15.00 Uhr

Ort Neuhofstrasse 21c, Baar

Leitung André Storari

Kosten *Mitglieder:* Fr. 3.-

*Nichtmitglieder:* Fr. 5.-

Spezielles Kinder ab 8 Jahren

**Teilnehmerzahl ist beschränkt!**

Anmeldung bis 22. Januar 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Claudia Leutenegger, 076 494 14 57

---

Januar

## Treffen der Herbstzeitlosen

Diskussionsfreudige Frauen 60+ sind herzlich eingeladen zu einer nächsten Gesprächsrunde. Ein aktuelles Thema aus unserem Alltag oder der Umwelt wird im Mittelpunkt stehen.

Datum **Montag, 30. Januar 2023**

Zeit 09.00 – 10.30 Uhr

Ort Pfarreiheim St. Martin

Leitung Hanni Waller und andere Freiwillige

---

**Februar    Keramik bemalen wie Picasso**

Es erwarten Dich viele verschiedene Techniken der Keramikmalerei, Tricks und Tipps, die Du für dein einzigartiges Keramik Kunstwerk benötigst. Unser aufmerksames und freundliches Team erklärt Dir alles Schritt für Schritt und hilft Dir dabei, Dein Kunstwerk fertigzustellen. Dein Kunstwerk wird nach dem Kurs im grossen Ofen versiegelt und Dir nach Hause geschickt. Es wartet eine tolle, entspannte, kreative Atmosphäre auf Dich, wo Deiner Picasso-Kreativität nichts im Wege steht!

Datum            **Freitag, 03. Februar 2023**

Zeit              19.00 – 22.00 Uhr

Ort                Glärnischstrasse 1, 8800 Thalwil

Leitung         Gabriella Györfi  
www.creative-you.ch

Kosten          *Mitglieder:*            Fr.    44.-  
*Nichtmitglieder:*    Fr.    49.-

Zusätzliche Materialkosten: Die zu bemalende und versiegelnde Schale wird individuell nach Wunsch ausgesucht. Kosten zwischen Fr. 40.- und Fr. 60.-

Spezielles     Minimum 8 Teilnehmer

**Teilnehmerzahl ist beschränkt!**

Anmeldung    bis 16. Januar 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Andrea Miranda, 076 528 12 11

---



---

Februar

## Fasiball



Der traditionelle Fasiball findet auch dieses Jahr wieder statt! Alle Kinder bis und mit Kindergarten sind (in Begleitung eines Erwachsenen) herzlich eingeladen, verkleidet mit uns zu feiern. Auch eine tolle Unterhaltung wartet auf Euch!

Datum **Montag, 20. Februar 2023**

Zeit Türöffnung nach dem traditionellen Kinderumzug bis 17.00 Uhr

Ort Pfarreiheim St. Martin

Kosten *pro Person:* Fr. 5.-  
*inkl. ein Stück Kuchen*

Spezielles Wir führen eine Kaffeestube mit kalten und warmen Getränken

---

Februar

## Gottesdienst zum Aschermittwoch



Heute beginnt die Fastenzeit – Wir setzen neue Akzente! Wir stimmen uns ein mit einem Gottesdienst und danach einer Runde im Pfarreiheim bei Tee und Brot.

Datum **Mittwoch, 22. Februar 2023**

Zeit 09.00 Uhr

Ort Kirche St. Martin

---

März

**Weltgebetstag – Taiwan**

«Ich habe von Eurem Glauben gehört». Wir hören aus diesem fernen Land und verbinden uns mit den Menschen zum gemeinsamen Gebet. Wir feiern am Sonntagmorgen in der reformierten Kirche und freuen uns auf einen kleinen Apéro.

Das ökumenische Vorbereitungsteam mit Barbara Wehrle und Bruno Baumgartner lädt herzlich ein.

Bitte beachten Sie den beiliegenden Flyer.

Datum           **Sonntag, 05. März 2023**

Zeit              10.00 Uhr

Ort                Reformierte Kirche

---

---

## März **Homöopathische Hausapotheke für die Familie**

Fieber, Schnupfen, Verletzungen, Insektenstiche – homöopathische Mittel können bei vielen akuten Beschwerden schnelle Linderung verschaffen.

Was ist Homöopathie, wie setze ich sie ein, welche Mittel sind in einer homöopathischen Hausapotheke enthalten, wie suche ich das passende Mittel aus, was muss ich dabei beachten?

Lernen Sie die gebräuchlichsten homöopathischen Arzneien kennen. Erfahren Sie, wie Sie die richtigen Mittel für sich und Ihre Familie finden.

Datum **Montag, 06. März 2023**

Zeit 19.15 - ca. 21.00 Uhr

Ort Pfarreiheim St. Martin

Leitung Angela Rogenmoser, dipl. Naturheilpraktikerin  
TEN und dipl. Homöopathin  
[www.naturheilpraxis-rogenmoser.ch](http://www.naturheilpraxis-rogenmoser.ch)

Kosten *Mitglieder:* Fr. 10.-  
*Nichtmitglieder:* Fr. 15.-

Anmeldung bis 27. Februar 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Natalie Vogel, 079 364 02 48

---

## März **Handlettering-Kurse I und II: Glückwunschkarte mit falscher Kalligraphie**

Handlettering beschreibt die Fertigkeit Buchstaben, Wörter und kurze Texte ganz individuell von Hand zu schreiben. Für diese sehr persönliche Schreibkunst brauchst Du keine besonderen Voraussetzungen. Du hast Freude am Handwerklichen Gestalten und bringst etwas Geduld mit. Ich zeige Dir in einer Schritt-für-Schritt- Anleitung, wie Du eine Glückwunschkarte skizzierst und ausführst. In Teil II folgt dann, wie Du diese auch mit Schmuckelementen versiehst.

### Kurs I: Grundlagen

- Einführung in die Falsche Kalligraphie – Materialkunde
- Komposition von Letterings
- Schritt-für-Schritt-Anleitung: Du arbeitest nach einer Vorlage und hast am Ende des Abends eine Glückwunschkarte. Je nach Arbeitstempo und Vorwissen kannst Du diese auch individualisieren

### Kurs II: Schrift dekorieren, Schnörkel setzen

- Baut auf dem ersten Teil auf: Du warst idealerweise im Kurs I oder hast ein Vorwissen vom letzten Kurs
  - Du lernst Buchstaben mit Schatten und Schmuckelementen zu versehen
  - Du arbeitest mit farbigen Stiften
  - Ich gebe Dir Tipps zur Digitalisierung und Weiterbearbeitung
-

---

**Angebot Kurs I:**Datum **Dienstag, 14. März 2023**

Zeit 17.30 – 20.30 Uhr

**Angebot Kurs II:**Datum **Dienstag, 28. März 2023**

Zeit 17.30 – 20.30 Uhr

Ort Pfarreiheim St. Martin

Leitung Franziska Hochuli, seit über 30 Jahren als  
Grafikerin tätigKosten *Mitglieder:* Fr. 55.-*Nichtmitglieder:* Fr. 60.-Spezielles: **Teilnehmerzahl ist beschränkt!**Kurs I: Weicher Bleistift, weicher Radiergummi,  
Lineal bitte mitbringenKurs II: Farbige Stifte: Filzschreiber, Farbstifte –  
es müssen nicht viele verschiedenen Farben  
sein. Sie sollen einen Kontrast bilden zur  
Hauptschrift, die in einer dunklen Farbe  
gezeichnet ist.

weiteres Material wird zur Verfügung gestellt.

Anmeldung bis 6. März 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Sandra Flückiger, 077 462 30 07

März

**Nähkurse – Einsteigerin bis Fortgeschrittene**

Als **Einsteigerin** lernen Sie die Nähmaschine bedienen, und an einer einfachen Arbeit verzeichnen Sie schon Ihren ersten Näherfolg.

Als **Wiedereinsteigerin** machen Sie sich mit Nadel, Faden und Nähmaschine wieder vertraut. Sie wagen sich an ein angepasstes Nähprojekt und entdecken voll und ganz Ihre Freude am Nähen.

Als **Fortgeschrittene** bringen Sie viel Erfahrung und Übung im Nähen mit. Sie realisieren unter fachlicher Anleitung Ihr Lieblingsstück.

**Angebot****A**Datum **ab Freitag, 17. März 2023**

Zeit 08.30 – 11.00 Uhr

**Angebot****B**Datum **ab Dienstag, 21. März 2023**

Zeit 13.45 – 16.15 Uhr

**Angebot****C**Datum **ab Dienstag, 21. März 2023**

Zeit 19.30 – 22.00 Uhr

Ort Pfarreiheim St. Martin

Leitung Bernadette Pajaziti, Schneiderin

Kosten *Mitglieder:* Fr. 235.-*Nichtmitglieder:* Fr. 255.-

Spezielles Bitte notieren Sie bei der Anmeldung Ihr Level. Eigene Näh Sachen mitbringen. Nähmaschine, Overlockmaschinen und Bügeleisen stehen zur Verfügung.

**Teilnehmerzahl ist beschränkt!**

4 x vor und 4 x nach den Frühlingsferien

Anmeldung bis 01. März 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Beate Kipp, 076 457 18 84

**März 98. Generalversammlung**

Die Einladung zur Generalversammlung wird Ihnen Anfang 2023 zugestellt.

Bitte entnehmen Sie daraus nähere Angaben zur Generalversammlung und reichen allfällige Anträge bis sechs Wochen im Voraus schriftlich bei der Präsidentin ein.

Datum **Montag, 20. März 2023**

Zeit 19.00 Uhr

Ort Pfarreiheim St. Martin

---

März

## Fermentationsworkshop Basiskurs

Fermentation ist die älteste, natürlichste, schonendste und gesündeste Konservierungsmethode der Welt. Wir machen Gemüse für mindestens ein Jahr haltbar, ohne es zu erhitzen. Ausserdem geben wir ihm einen ganz aussergewöhnlichen guten Geschmack.

Viele Krankheiten entstehen im Darm. Darüber wird in den letzten Jahren viel geschrieben und diskutiert. Fermentiertes Essen verhilft uns, Krankheiten vorzubeugen und den Darm durch die Milchsäurebakterien gesünder zu machen. Mit dem Genuss von fermentiertem Essen fühlen wir uns fitter und vitaler.

An diesem Workshop fermentieren wir Weisskohl zu Sauerkraut oder diverse gehobelte/ geraspelte Gemüse wie Kohl, Rettich, Randen, Fenchel, Karotten, Sellerie, Lauch, Zwiebel, Knoblauch und diverse Gewürze. im eigenen Saft. Nach Hause geht man mit einem 750 ml Weckglas voller Gesundheit. Zu guter Letzt braucht es nur noch etwas Geduld bis zur Esreife.

Datum	<b>Donnerstag, 23. März 2023</b>
Zeit	18.00 - 21.00 Uhr
Ort	Pfarreiheim St. Martin
Leitung	Frau Roswitha Kristoffy, Heilpflanzen-Fachfrau TEN
Kosten	<i>Mitglieder:</i> Fr. 65.- <i>Nichtmitglieder:</i> Fr. 70.- Inbegriffen: Weckglas, Gemüse, Unterlagen
Spezielles	Maximal 8 Teilnehmer <b>Teilnehmerzahl ist beschränkt!</b>
Anmeldung	bis 09. März 2023, <a href="http://www.fg-baar.ch">www.fg-baar.ch</a> oder Andrea Miranda, 076 528 12 11





---

März

## Suppentag



Traditionsgemäss sind wir für die Kaffeestube zuständig. Jeder gespendete Kuchen unterstützt das Pfarreiprojekt.

Datum **Sonntag, 26. März 2023**

Zeit 12.00 – ca. 15.00 Uhr

Ort Pfarreiheim St. Martin

Spezielles Kuchen können ab 10.30 Uhr im Pfarreiheim abgegeben werden

---

März

## Treffen der Herbstzeitlosen

Diskussionsfreudige Frauen 60+ sind herzlich eingeladen zu einer nächsten Gesprächsrunde. Ein aktuelles Thema aus unserem Alltag oder der Umwelt wird im Mittelpunkt stehen.

Datum **Montag, 27. März 2023**

Zeit 09.00 – 10.30 Uhr

Ort Pfarreiheim St. Martin

Leitung Hanni Waller und andere Freiwillige

---

März

**Osterhasenbacken**

Im Bäckergewand darf jedes Kind in der Backstube sein eigenes Süssteigosterhäsli backen und hinter die Kulissen der Backstube sehen.

**Angebot A**Datum **Mittwoch, 29. März 2023**

Zeit 13.30 – ca. 14.30 Uhr

**Angebot B**Datum **Mittwoch, 29. März 2023**

Zeit 15.00 – ca. 16.00 Uhr

Ort Bäckerei Hotz-Rust, Schutzengel, Baar

Leitung Martin Rust

Kosten *Mitglieder:* Fr. 10.-*Nichtmitglieder:* Fr. 12.-Spezielles **Teilnehmerzahl ist beschränkt!**Anmeldung bis 26. März 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Claudia Leutenegger, 076 494 14 57

April

**Ökumenische Chinderfiir**

Rund um eine Geschichte erleben wir zusammen mit unseren Kleinsten und Kleinen bis und mit Kindergartenalter, ihren Familien, Angehörigen, Freundinnen und Freunden eine liebevoll gestaltete Feier.

Anschliessend treffen wir uns zum gemütlichen Beisammensein bei Kaffee, Sirup und Gipfeli im Pfarreiheim, wo die Kinder spielen oder zur Geschichte etwas gestalten können.

Datum **Samstag, 01. April 2023**

Zeit 09.15 Uhr

Ort Kapelle St. Anna, Baar

---

## April **Knigge-Aperitif im Stilrausch**

Was früher undenkbar war, nämlich im Stehen zu essen und dabei Kontakte zu pflegen, ist in unserer Zeit sehr angesagt. Die Variante des stehenden Aperitifs hat durchaus Vorteile. Jeder Teilnehmende kann so mit vielen Anwesenden in Kontakt treten. Nur lauern in diesen Situationen einige Fettnäpfe. Was ist, wenn das Gegenüber zu den Dauerrednern gehört und der Mitteilungsfluss nicht abreißen will? Oder die angebotenen Speisen sind nicht Häppchen, sondern vielmehr Happen, die sich als Fingerfood-untauglich erweisen. Diese und andere Knigge-Themen rund um den stehenden Aperitif werden lust-, genuss- und humorvoll vermittelt.

Datum	<b>Dienstag, 04. April 2023</b>
Zeit	19.00 – 21.00 Uhr
Ort	Stilrausch Mode- und Weinlounge Neudorfstrasse 7 6313 Menzingen
Leitung	Doris Pfyl
Kosten	<i>Mitglieder:</i> Fr. 10.- <i>Nichtmitglieder:</i> Fr. 15.-
Spezielles	Falls ihr eine Mitfahrgelegenheit benötigt, bitte bei Elke Reiter melden
Anmeldung	bis 27. März 2023, <a href="http://www.fg-baar.ch">www.fg-baar.ch</a> oder Elke Reiter, 076 500 91 59

---

April

**Flechtfrisuren erlernen für Mami mit Girl**

Steht ein grosses Fest vor der Tür und Deine Tochter hat Lust auf eine schöne Frisur?

Bei diesem Kurs lernst Du, wie man auf einfache Art schöne Flechtfrisuren machen kann. Deine Tochter sollte mindestens schulterlange Haare haben und schon kann es los gehen.

(Die Kursleiterin spricht Englisch oder Bulgarisch und die Kursassistentin Deutsch.)

Datum **Freitag, 14. April 2023**

Zeit 15.30 – 16.30 Uhr

Ort Pfarreiheim St. Martin

Leitung Vera Teneva

Assistentin Claudia Leutenegger

Kosten *Mitglieder:* Fr. 25.-  
*Nichtmitglieder:* Fr. 30.-

Spezielles Kinder ab 4 Jahren mit jeweils einer Begleitperson

**Teilnehmerzahl ist beschränkt!**

Anmeldung bis 12. April 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Claudia Leutenegger, 076 494 14 57

---

April

**Einstieg in die Fotografie**

Du hast eine Kamera, möchtest damit schöne Momente oder Objekte festhalten? Aber Du knipst nur im Automatikmodus und bist mit dem Ergebnis nicht so wirklich zufrieden? In diesem Anfängerkurs zeige ich Euch, wie das Zusammenspiel zwischen Blende, Belichtungszeit und Iso funktioniert; wie man ein Bild gestaltet, dass es ansprechender wirkt; und wie Ihr das Beste aus Eurer Kamera rausholt. Auch gehen wir zusammen die gängigsten Einstellungen durch, damit Ihr versteht, was mit welchem Punkt gemeint ist und welchen Einfluss es hat. Im 2. Teil werden wir draussen Objekte finden und das Gelernte direkt umzusetzen. Die Teilnehmer sollten mitbringen: Eigene Kamera mit M-Modus (DSLR oder DSLM), keine Kompaktkamera. Und unterschiedliche Objektive, falls vorhanden. Gute Ergänzung - aber kein Muss - wäre auch ein Stativ.

Datum	<b>Samstag, 15. April 2023</b>
Zeit	13.30 – ca. 15.30 Uhr (1h Theorie; 1h Praxis)
Ort	Pfarreiheim St. Martin
Leitung	Michael Uebelhart, <a href="http://www.modern-pix.ch">www.modern-pix.ch</a>
Kosten	<i>Mitglieder:</i> Fr. 50.- <i>Nichtmitglieder:</i> Fr. 55.-
Spezielles	<b>Teilnehmerzahl ist beschränkt!</b>
Anmeldung	bis 1. April 2023, <a href="http://www.fg-baar.ch">www.fg-baar.ch</a> oder Natalie Vogel, 079 364 02 48

Mai

**Hopp-la Plausch für Jung und Junggebliebene**

Der Hopp-la Plausch am **Donnerstag** ist ein angeleitetes Angebot mit Spielmaterial auf dem Hopp-la Parcours Spielplatz (Marktplatz – Zugerwegli – Dorfmatte 1).

Die Mobile Spielanimation am **Samstag** hingegen versteht sich als ein Angebot mit Spielmaterial auf dem Hopp-la Spielplatz Parcours (Marktplatz – Zugerwegli – Dorfmatte 1).

Beide Angebote richten sich an Kinder, Eltern und SENOR\*INNEN. Freude an Bewegung und Spiel für vereinte Generationen!

**Angebot A**

Datum **Donnerstag, Mai bis Okt. 2023**

Zeit 14.10 – 15.00 Uhr

**Angebot B**

Datum **Samstag, Mai bis Okt. 2023**

Zeit 15.00 – 17.00 Uhr

Ort Hopp-la Parcours Spielplatz auf der Wiese neben dem Schwesternhaus

Leitung Baar / Hopp-la Baar/ Generationen in Bewegung

**Der genaue Durchführungsort und aktuelle Daten (ohne Sommerferien und wetterabhängig) sind jeweils zu finden im Zugerbieter, Instagram und [fkjbaar.ch](https://www.fkjbaar.ch)**

---

---

## Mai **Kräuterspaziergang**

Du möchtest mehr erfahren, zu den vielen Kräutern, die bei uns am Wegrand, auf der Wiese oder im Wald wachsen? Einige besonders schmackhafte und vitaminreiche Pflanzen bekämpfst Du vielleicht sogar als Unkraut in Deinem Garten.

Wir spazieren gemeinsam, wir entdecken, riechen und schmecken. Ich zeige Dir, welche Pflanzen Du in der Küche verwenden kannst, oder welche Du bei einem Insektenstich, bei einer Blase oder anderen kleinen Blessuren einsetzen kannst.

Ich freue mich, wenn Du dabei bist.

Datum	<b>Montag, 01. Mai 2023</b>
Zeit	18.30 – ca. 20.00 Uhr
Ort	Waldweg beim Parkplatz Otto's in Baar
Leitung	Rahel Halter, Heilpflanzenfachperson TEN
Kosten	<i>Mitglieder:</i> Fr. 20.- <i>Nichtmitglieder:</i> Fr. 25.-
Spezielles	<b>Teilnehmerzahl ist beschränkt!</b>
Anmeldung	bis 24. April 2023, <a href="http://www.fg-baar.ch">www.fg-baar.ch</a> oder Sandra Flückiger, 077 462 30 07

---

Mai

**Dessertvariationen**

Desserts - kein Menü ist komplett ohne die süsse Sünde zum Abschluss. Allen Schlankeitskuren und Diätvorschriften zum Trotz hat diese schöne Regel auch heute noch uneingeschränkte Gültigkeit. Frische Kreationen aus einheimischen und exotischen Früchten, luftige Mousse sowie süsse Klassiker werden Sie an diesem Abend am Kalorienzählen hindern. Freuen Sie sich auf einen Kurs voller Versuchungen!

**Angebot A**Datum **Mittwoch, 03. Mai 2023**

Zeit 19.00 – 22.00 Uhr

**Angebot B**Datum **Mittwoch, 10. Mai 2023**

Zeit 19.00 – 22.00 Uhr

Ort Schulküche Wiesental, Baar

Leitung Elisabeth Roth

Kosten *Mitglieder:* Fr. 35.-*Nichtmitglieder:* Fr. 40.-

Nahrungsmittel Fr. 23.- – 27.-

Spezielles **Teilnehmerzahl ist beschränkt!**Anmeldung bis 19. April 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Andrea Miranda, 076 528 12 11

---



---

## Mai **Hopp-la-Fest für Jung und alle Junggebliebenen**

Das Hopp-la Fest bedeutet Freude an Bewegung und Spiel für vereinte Generationen!

Mit Kaffee, Tee und Kuchen feiern wir den Start der Hopp-la Saison des Jahres 2023 mit vielen Menschen, klein und gross, jung und alt, die sich mit Vergnügen gemeinsam bewegen, sich unterstützen, teilnehmen, zusehen und erfreuen! Macht mit und lasst Euch hinreissen, es anderen gleichzutun.

Wir freuen uns auf Euch!

Datum	<b>Samstag, 06. Mai 2023</b>
Zeit	14.00 – 17.00 Uhr
Ort	Hopp-la Spielort (siehe FG-Homepage, Facebook, Zugerbieter, Instagram, fkjbaar.ch)
Leitung	Fachstelle Kind und Jugend (FKJ) Baar, FG St. Martin
	<b>kostenfreier Anlass ohne Anmeldung</b>

---

## Mai **Ökumenische Chinderfiir**



Zusammen mit den Kleinsten (bis Kindergarten) erleben wir eine interessante und kindergerechte Geschichte. Nebst der Geschichte gibt's für die Kinder im Anschluss spannende Aktivitäten, die immer etwas mit der Geschichte zu tun haben.

Anschliessend treffen wir uns zum gemütlichen Beisammensein bei Kaffee, Sirup und Gipfeli im reformierten Kirchgemeindehaus.

Datum	<b>Mittwoch, 10. Mai 2023</b>
Zeit	09.15 Uhr
Ort	Reformierte Kirche

---

Mai

**Maiandacht**

Verbinden wir den Besuch der Maiandacht mit einem kleinen Spaziergang. Wir treffen uns in der Heiligkreuz-Kapelle an der Wishalde. Nach der Feier geniessen wir noch kurz ein Getränk und ein feines Guezli!

Datum **Mittwoch, 10. Mai 2023**

Zeit 19.30 Uhr

Ort Heiligkreuz-Kapelle, Baar

Mai

**Heilsteine von A – Z: Ein kleines Seminar**

Margrit Herzog teilt ihr grosses Wissen, erklärt die Bestandteile und die Wirkung der Mineralsteine. Sie zeigt ihre Schätze mit Freude, beantwortet Fragen, unterstützt und berät Dich beim Wählen, wenn Du Steine gleich kaufen möchtest.

Datum **Donnerstag, 18. Mai 2023**

Zeit 19.30 – 21.30 Uhr

Ort Pfarreiheim St. Martin Raum 3/4

Leitung Margrit Herzog

Kosten *Mitglieder:* Fr. 10.-

*Nichtmitglieder:* Fr. 12.-

Anmeldung bis 04. Mai 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder

Agnes Messmer, 079 446 9408

Mai

**T-Shirt malen**

Hättest Du gerne ein cooles neues Shirt? Bei uns lernst Du verschiedene Techniken kennen. Bring weisse oder helle Unterhemden / T-Shirts in Deiner Grösse mit und schon kann es los gehen. T-Shirts zu bemalen macht mega Spass, ist kinderleicht und sieht richtig klasse aus.

Datum **Mittwoch, 24. Mai 2023**

Zeit 14.00 – 16.00 Uhr

Ort Robi Spielplatz, Im Jöchler 9, Baar

Leitung Claudia Leutenegger

Kosten *Mitglieder:* Fr. 5.-  
*Nichtmitglieder:* Fr. 8.-

Spezielles Kinder ab 4 Jahren mit jeweils einer Begleitperson

**Teilnehmerzahl ist beschränkt!**

Anmeldung bis 22. Mai 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Claudia Leutenegger, 076 494 14 57

Juni

**Rosenduft liegt in der Luft - Floristikkurs**

Die Rose ist eine der wundervollsten und symbolstärksten Blumen. Darum hat sie auch einen eigenen Kurs verdient! Wir werden in diesem Kurs Gaumen und Nase verwöhnen. Ich erzähle Euch von der langen Liebe, die uns mit der Rose verbindet und wir werden sie zu wunderbar duftigen Kränzen, Gestecken und Vasenfüllungen verarbeiten. Herrlich romantisch!

**Angebot A**Datum **Freitag, 02. Juni 2023**

Zeit 19.00 – ca. 21.30 Uhr

**Angebot B**Datum **Samstag, 03. Juni 2023**

Zeit 13.30 – 16.00 Uhr

Ort Werkraum der Familie Baer, Lindenhof 2  
8911 Rifferswil

Leitung Maya Baer-Bossert, Floristin

Kosten *Mitglieder:* Fr. 40.-  
*Nichtmitglieder:* Fr. 45.-  
*Material:* Fr. 30.- - 60.-

Spezielles Baumschere und evtl. eigene zarte Körbe oder Glasgefäße mitbringen. Es gibt sie auch vor Ort zu kaufen.

Wenn ihr eine Mitfahrgelegenheit benötigt oder anbietet, bitte bei Elke Reiter melden.

**Teilnehmerzahl ist beschränkt!**Anmeldung bis 19. Mai 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Elke Reiter, 076 500 91 59

---

Juni



## Ökumenische Chinderfiir

Rund um eine Geschichte erleben wir zusammen mit unseren Kleinsten und Kleinen bis und mit Kindergartenalter, ihren Familien, Angehörigen, Freundinnen und Freunden eine liebevoll gestaltete Feier.

Anschliessend treffen wir uns zum gemütlichen Beisammensein bei Kaffee, Sirup und Gipfeli im Pfarreiheim, wo die Kinder spielen oder zur Geschichte etwas gestalten können.

Datum           **Samstag, 03. Juni 2023**

Zeit              09.15 Uhr

Ort               Kapelle St. Anna, Baar

Juni



## Schatzsuche mit Ponys

Räuber haben in der Nacht den KiTi-Hof Schatz gestohlen! Wir putzen und satteln die Ponys und gehen zusammen mit Mami, Papi oder Grosi auf die Suche. Die Kinder reiten und führen die Ponys abwechselnd, die Begleitpersonen helfen dabei. Für Kinder ab 4 Jahren.

Datum **Samstag, 17. Juni 2023**

Zeit 15.30 – ca. 18.30 Uhr

Ort KiTi-Hof, Wolfacker 2, 8926 Uerzlikon

Leitung Beate Kipp

Kosten *Mitglieder:* Fr. 55.-  
*Nichtmitglieder:* Fr. 60.-

Spezielles Bitte Fahrradhelme und mit ÖV oder Velo kommen. Es fährt der Bus 280 ab Baar Bahnhof um 14.06 Uhr

**Teilnehmerzahl ist beschränkt!**

Verkauf von Kaffee und Kuchen

Anmeldung bis 02. Juni 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder Beate Kipp, 076 457 18 84

Juni

**Frauengottesdienst**

Vor der Sommerpause feiern wir nochmals gemeinsam Gottesdienst, und danach geniessen wir eine Runde im Pfarreiheim.

Datum **Mittwoch, 21. Juni 2023**

Zeit 09.00 Uhr

Ort Kapelle St. Anna, Baar

Juli

**Skizzierkurs mit Ludek Martschini**

Lerne Tipps und Tricks des Zeichnens und Skizzieren. Beobachten – Skizzieren – mit fachlicher Beratung und Anleitung.

Gemeinsam skizzieren wir mitgebrachte Gegenstände (z.B. Apfel)

Datum **Montag, 03. Juli 2023**

Zeit 18.30 – 20.30 Uhr

Ort Pfarreiheim St. Martin

Leitung Ludek Martschini, Grafiker & Illustrator,  
martschini.ch/sketch

Kosten *Mitglieder:* Fr. 70.-  
*Nichtmitglieder:* Fr. 75.-

Spezielles Bitte Material wie A4-Papier, Bleistift, Radiergummi und Spitzer und das Sujet zum Abzeichnen selbst mitbringen.

Ein kleines Skizzenbuch mit Bleistift, Spitzer und Radiergummi kann für 15 CHF dazu gekauft werden.

**Teilnehmerzahl ist beschränkt!**

Anmeldung bis 19. Juni 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Elke Reiter, 076 500 91 59

**Juli Treffen der Herbstzeitlosen**

Diskussionsfreudige Frauen 60+ sind herzlich eingeladen zu einer nächsten Gesprächsrunde. Ein aktuelles Thema aus unserem Alltag oder der Umwelt wird im Mittelpunkt stehen.

Datum **Montag, 31. Juli 2023**  
Zeit 09.00 – 10.30 Uhr  
Ort Pfarreiheim St. Martin  
Leitung Hanni Waller und andere Freiwillige

---

**August Feuerwehrbesichtigung**

Bist Du schon mal in einem Feuerwehrauto gesessen? Was ist zu tun, wenn es brennt? Wir besichtigen zusammen die Feuerwehr Baar und lernen und entdecken viel Interessantes. Für Kinder ab vier Jahren (ohne Begleitung).

Datum **Mittwoch, 23. August 2023**  
Zeit 14.00 – 15.00 Uhr  
Ort Feuerwehrdepot Baar  
Leitung Sandra Dürr, Feuerwehr Baar  
Kosten *Mitglieder:* Fr. 3.-  
*Nichtmitglieder:* Fr. 5.-  
Spezielles **Teilnehmerzahl ist beschränkt!**  
Anmeldung bis 20. August 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Regula Thoma, 079 381 13 24

---



---

August

## **Kinderleicht kochen mit dem Thermomix**



Willst Du ohne Hilfe eines Erwachsenen kochen? Der Thermomix macht es möglich, ohne sich die Finger zu verbrennen!

Bei diesem Kochkurs bist Du der Star in der Küche. Du erhältst clevere und leckere Idee für die Thermomix Küche und lernst tolle und kinderleichte Rezepte für jeden Tag. Den Abschluss von unserem Kochkurs bildet ein selbst zubereitetes Essen, zu dem Dein Mami zu uns stossen darf.

Binde Dir Deine Kochschürze um und schon kann es los gehen.

Datum **Samstag, 26. August 2023**

Zeit 10.00 -13.00 Uhr

Ort Pfarrei St. Martin, Baar

Leitung Roberta Schürmann und Jana Brügger

Assistentin Claudia Leutenegger

Kosten *Mitglieder:* Fr. 20.-  
*Nichtmitglieder:* Fr. 25.-

Spezielles **Teilnehmerzahl ist beschränkt!**

Kinder ab 8 Jahren mit jeweils einer Begleitperson

Anmeldung bis 22.August 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Claudia Leutenegger, 076 494 14 57

---

---

## August **Tagesausflug Frauengemeinschaft 2023**

Da wir bis zum Redaktionsschluss des Programmheftes noch kein konkretes Ausflugsangebot ausarbeiten konnten, bitten wir Euch, den folgenden Termin für den Tagesausflug der Frauengemeinschaft Baar freizuhalten:

### **Dienstag, 29. August 2023**

Weitere Informationen folgen mit der GV-Einladung. Besten Dank für Euer Verständnis.

Für kommende Jahresausflüge suchen wir ein neues OK-Team. Habt Ihr schon Ideen für ein schönes Ziel? Meldet Euch beim FG-Vorstand.

---

## September **Kräuterspaziergang**

Du möchtest mehr erfahren, zu den vielen Kräutern, die bei uns am Wegrand, auf der Wiese oder im Wald wachsen? Einige besonders schmackhafte und vitaminreiche bekämpfst Du vielleicht sogar als Unkraut in Deinem Garten.

Wir spazieren gemeinsam, wir entdecken, riechen und schmecken. Ich zeige Dir, welche Pflanzen Du in der Küche verwenden kannst oder welche Du bei einem Insektenstich, bei einer Blase oder anderen kleinen Blessuren einsetzen kannst.

Ich freue mich, wenn Du dabei bist.

Datum	<b>Dienstag, 05. September 2023</b>
Zeit	18.30 – 20.00 Uhr
Ort	Waldweg beim Parkplatz Otto's, Baar
Leitung	Rahel Halter, Heilpflanzenfachperson TEN
Kosten	<i>Mitglieder:</i> Fr. 20.- <i>Nichtmitglieder:</i> Fr. 25.-
Spezielles	<b>Teilnehmerzahl ist beschränkt!</b>
Anmeldung	bis 29. August 2023, <a href="http://www.fg-baar.ch">www.fg-baar.ch</a> oder Sandra Flückiger, 077 462 30 07

---

---

## September **Sackmesserkurs**



Mit Hilfe eines Sackmessers lassen sich aus einem Stück Holz die unglaublichsten Dinge anfertigen.

Du lernst verschiedene Schnitztechniken kennen und den sicheren Umgang mit dem Sackmesser.

Bist Du bereit für ein tolles und lehrreiches Erlebnis, dann steck Dein Sackmesser ein und komme zu uns.

Datum **Mittwoch, 06. September 2023**

Zeit 14.00 – 15.30 Uhr

Ort Heiligkreuzkapelle (wir gehen zum Waldsofa)

Leitung Claudia Leutenegger

Kosten *Mitglieder:* Fr. 8.-  
*Nichtmitglieder:* Fr. 10.-

Spezielles Der Anlass findet nur bei trockenem Wetter statt  
Kinder ab 6 Jahren  
eigenes Sackmesser mitbringen  
Versicherung ist Sache des Teilnehmers

**Teilnehmerzahl ist beschränkt!**

Anmeldung bis 04. September 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Claudia Leutenegger, 076 494 14 57

---

---

## September **Nähkurse – Einsteigerin bis Fortgeschrittene**

Als **Einsteigerin** lernen Sie die Nähmaschine bedienen, und an einer einfachen Arbeit verzeichnen Sie schon Ihren ersten Näherfolg.

Als **Wiedereinsteigerin** machen Sie sich mit Nadel, Faden und Nähmaschine wieder vertraut. Sie wagen sich an ein angepasstes Nähprojekt und entdecken voll und ganz Ihre Freude am Nähen.

Als **Fortgeschrittene** bringen Sie viel Erfahrung und Übung im Nähen mit. Sie realisieren unter fachlicher Anleitung Ihr Lieblingsstück.

### **Angebot A**

Datum **ab Dienstag, 12. September 2023**

Zeit 13.45 – 16.15 Uhr

### **Angebot B**

Datum **ab Dienstag, 12. September 2023**

Zeit 19.30 – 22.00 Uhr

### **Angebot C**

Datum **ab Freitag, 15. September 2023**

Zeit 08.30 – 11.00 Uhr

Ort Pfarreiheim St. Martin

Leitung Bernadette Pajaziti, Schneiderin

Kosten *Mitglieder:* Fr. 235.-

*Nichtmitglieder:* Fr. 255.-

Spezielles Bitte notieren Sie bei der Anmeldung Ihr Level. Eigene Näh Sachen mitbringen. Nähmaschine, Overlockmaschinen und Bügeleisen stehen zur Verfügung.

### **Teilnehmerzahl ist beschränkt!**

4 x vor und 4 x nach den Herbstferien

Anmeldung bis 23. August 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Beate Kipp, 076 457 18 84

---

---

## September **Frauengottesdienst**



Ein herbstliches Thema begleitet uns durch den Gottesdienst und danach durch die Kaffee-Runde im Pfarreiheim.

Datum **Mittwoch, 13. September 2023**  
Zeit 09.00 Uhr  
Ort Kapelle St. Anna, Baar

---

## September **Spiel und Spass an der Lorze**



Wir treffen uns zu einem lustigen und gemütlichen Nachmittag an der Lorze. Die Kinder erkunden zusammen die Umgebung und die Erwachsenen haben Zeit für eine Plauderstunde. Wir machen ein Feuer und wer will, darf etwas zum Bräteln mitbringen.

Datum **Mittwoch, 13. September 2023**  
Zeit 14.00 – 16.30 Uhr  
Ort Die Koordinaten senden wir Dir per E-mail zu  
Kosten *Mitglieder:* Fr. 3.-  
*Nichtmitglieder:* Fr. 5.-  
(inkl. Zvieri und Kaffee)  
Spezielles **Bei Regenwetter findet der Anlass nicht statt**  
Anmeldung bis 10. September 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Regula Thoma, 079 381 13 24

---

**September Herbstfrüchte - Floristikkurs**

Die Natur verabschiedet sich überschwänglich und schenkt uns eine bunte Fülle an Früchten und Beeren.

Dankbar nehmen wir die Geschenke der Natur an und gestalten damit haltbare Gestecke und Kränze, die nicht gleich verblühen.

Der Herbst hat auch ganz viele spannende Symbole und Bräuche. Eine Zeit zum Schwelgen und sich Bedanken.

**Angebot A**

Datum **Freitag, 15. September 2023**

Zeit 19.00 – ca. 21.30 Uhr

**Angebot B**

Datum **Samstag, 16. September 2023**

Zeit 9:00 – ca 11.30 Uhr

Ort Werkraum der Familie Baer, Lindenhof 2  
8911 Rifferswil

Leitung Maya Baer-Bossert, Floristin

Kosten *Mitglieder:* Fr. 40.-  
*Nichtmitglieder:* Fr. 45.-  
*Material:* Fr. 35.- - 60.-

Spezielles Baumschwere, Seitenschneider, eigene Körbe oder kleinere Gefässe mitbringen. Es gibt sie auch vor Ort zu kaufen.

Wenn Ihr eine Mitfahrgelegenheit benötigt oder anbietet, bitte bei Elke Reiter melden.

**Teilnehmerzahl ist beschränkt!**

Anmeldung bis 1. September 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Elke Reiter, 076 500 91 59

---

---

## September **Ökumenische Chinderfiir**



Zusammen mit den Kleinsten (bis Kindergarten) erleben wir eine interessante und kindergerechte Geschichte. Nebst der Geschichte gibt's für die Kinder im Anschluss spannende Aktivitäten, die immer etwas mit der Geschichte zu tun haben.

Anschliessend treffen wir uns zum gemütlichen Beisammensein bei Kaffee, Sirup und Gipfeli im reformierten Kirchgemeindehaus.

Datum **Mittwoch, 20. September 2023**

Zeit 09.15 Uhr

Ort Reformierte Kirche

**September Menstruationsbeschwerden – natürlich behandeln**

Bauchschmerzen, Krämpfe, Stimmungsschwankungen, starke Blutungen, unregelmässige Zyklen, Brustspannen; welche Frau kennt solche Beschwerden nicht aus eigener Erfahrung oder aus Berichten von Töchtern, Müttern oder Freundinnen?

Gerne stelle ich Ihnen einige Methoden aus der Naturheilkunde vor, die uns Frauen Linderung von Beschwerden während der Menstruation verschaffen können.

Lernen Sie wirkungsvolle Heilpflanzen kennen, welche uns die Natur zur Verfügung stellt. Erfahren Sie praktisch Umsetzbares für Ihren persönlichen Alltag während der roten Tage im Monat.

Datum	<b>Montag, 25. September 2023</b>
Zeit	19.15 – ca. 21.00 Uhr
Ort	Pfarreiheim St. Martin
Leitung	Angela Rogenmoser, Naturheilpraktikerin und Homöopathin <a href="http://www.naturheilpraxis-rogenmoser.ch">www.naturheilpraxis-rogenmoser.ch</a>
Kosten	<i>Mitglieder:</i> Fr. 10.- <i>Nichtmitglieder:</i> Fr. 15.-
Anmeldung	bis 18. September 2023, <a href="http://www.fg-baar.ch">www.fg-baar.ch</a> oder Natalie Vogel, 079 364 02 48

---



---

## September **Treffen der Herbstzeitlosen**

Diskussionsfreudige Frauen 60+ sind herzlich eingeladen zu einer nächsten Gesprächsrunde. Ein aktuelles Thema aus unserem Alltag oder der Umwelt wird im Mittelpunkt stehen.

Datum **Montag, 25. September 2023**  
 Zeit 09.00 – 10.30 Uhr  
 Ort Pfarreiheim St. Martin  
 Leitung Hanni Waller und andere Freiwillige

---

## September **Experimente**



Ausprobieren – Staunen – Experimentieren. An diesem Nachmittag können Kinder Spannendes erforschen und beobachten.

Angebot A ist für Kinder von ca. 5-8 Jahren

Angebot B ist für Kinder von ca. 9-12 Jahren

### **Angebot A**

Datum **Mittwoch, 27. September 2023**  
 Zeit 14.00 – 15.00 Uhr

### **Angebot B**

Datum **Mittwoch, 27. September 2023**

Zeit 15.30 – 16.30 Uhr

Ort Robi Spielplatz, Baar

Leitung Armin Dörzbach, Physiker

Kosten *Mitglieder:* Fr. 6.-

*Nichtmitglieder:* Fr. 8.-

Spezielles **Teilnehmerzahl ist beschränkt!**

Anmeldung bis 23. September 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
 Angela Beffa, 078 828 39 88

---

**September Creativa Ton Workshop**

Gestalte Deinen eigenen Teller aus Ton!

Nimm an diesem ganz besonderen Workshop teil und wir zeigen Dir, wie man seine eigenen Teller aus Ton herstellt.

Wir rollen unsere eigenen Fliesen für die Teller aus mit vielen Formen zur Auswahl! Wir zeigen Dir alle Tricks, daher sind keine Vorkenntnisse benötigt. Es werden Blumen, Pflanzen und andere interessante Materialien verwendet, um das Kunstwerk zu personalisieren. Den letzten Schliff erhält Dein Kunstwerk mit Deinen Lieblingsfarben und -Maltechniken. Dein Kunstwerk wird nach dem Kurs im grossen Ofen versiegelt und Dir nach Hause geschickt. Es wartet eine tolle, entspannte, kreative Atmosphäre auf Dich, wo Deinem Ton-Kunstwerk nichts im Wege steht!

Datum **Samstag, 30. September 2023**

Zeit 10.00 – 12.30 Uhr

Ort Glärnischstrasse 1, 8800 Thalwil

Leitung Gabriella Györfi, [www.creative-you.ch](http://www.creative-you.ch)

Kosten *Mitglieder:* Fr. 44.-  
*Nichtmitglieder:* Fr. 49.-

Material: Die Grösse des Tontellers wird selbst ausgesucht und danach bemalt und versiegelt

Kosten zwischen Fr. 50.- bis 60.-

Spezielles **Teilnehmerzahl ist beschränkt!**

Anmeldung bis 15. September 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Andrea Miranda, 076 528 12 11

---

---

**Oktober Hybris Fingerring Workshop**

Fertigen Sie unter kundiger Anleitung Ihre persönlichen Fingerringe aus hautverträglichem Chirurgenstahl und Schmuckkeramik.

Eine grosse Auswahl an Fingerring-Schmuckrohlingen sowie Schmuckkeramik und vorgefertigten Canes stehen Ihnen zur Verfügung, und bilden eine Basis für einzigartige Schmuckstücke.

Im Preis enthalten ist ein Guthaben von 15.- Fr. Jedes weitere Schmuckstück, das kreiert wird, kostet zwischen Fr. 14.- und 25.-

Datum **Montag, 02. Oktober 2023**

Zeit 19.00 – 22.00 Uhr

Ort Pfarreiheim St. Martin

Leitung Barbara Denzler

Kosten *Mitglieder:* Fr. 48.-  
*Nichtmitglieder:* Fr. 55.-  
*Material:* Fr. 14.- bis 25.-  
pro Schmuckstück

Spezielles Die extra Rohlinge kann man in bar, TWINT und EC direkt bezahlen.

**Teilnehmerzahl ist beschränkt!**

Anmeldung bis 18. September 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder Elke Reiter, 076 500 91 59

---

## Oktober **Fermentationsworkshop Basiskurs**

Fermentation ist die älteste, natürlichste, schonendste und gesündeste Konservierungsmethode der Welt. Wir machen Gemüse für mindestens ein Jahr haltbar, ohne es zu erhitzen. Ausserdem geben wir ihm einen ganz aussergewöhnlichen guten Geschmack.

Viele Krankheiten entstehen im Darm. Darüber wird in den letzten Jahren viel geschrieben und diskutiert. Fermentiertes Essen verhilft uns, Krankheiten vorzubeugen und den Darm durch die Milchsäurebakterien gesünder zu machen. Mit dem Genuss von fermentiertem Essen fühlen wir uns fitter und vitaler.

An diesem Workshop fermentieren wir Weisskohl zu Sauerkraut oder diverse gehobelte/ geraspelte Gemüse wie Kohl, Rettich, Randen, Fenchel, Karotten, Sellerie, Lauch, Zwiebel, Knoblauch und diverse Gewürze. im eigenen Saft. Nach Hause geht man mit einem 750 ml Weckglas voller Gesundheit. Zu guter Letzt braucht es nur noch etwas Geduld bis zur Esreife.

Datum **Donnerstag, 05. Oktober 2023**

Zeit 18.00 - 21.00 Uhr

Ort Pfarreiheim St. Martin

Leitung Frau Roswitha Kristoffy, Heilpflanzen-Fachfrau  
TEN

Kosten *Mitglieder:* Fr. 65.-

*Nichtmitglieder:* Fr. 70.-

Inbegriffen: Weckglas, Gemüse, Unterlagen

Spezielles **Teilnehmerzahl ist beschränkt!**

Anmeldung bis 18. September 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Andrea Miranda, 076 528 12 11



---

## Oktober **Fingerfood und Partysnacks**

Ob eine grosse Party oder eine Einladung im kleinen Kreis, Fingerfood und Partyhäppchen machen jeden Anlass perfekt. Aber nicht nur auf Festlichkeiten ist Fingerfood eine gute Möglichkeit, die Speisen raffiniert zu servieren. Auch als kleine Mahlzeit für das Picknick oder als Snack für zwischendurch ist Fingerfood beliebt. In diesem Kurs können bunte Partysnacks und pikantes Fingerfood neu entdeckt werden. Aromatische Dips, würzige Häppchen, pikantes Gebäck und weitere köstliche Rezepte warten darauf, ausprobiert zu werden.

### **Angebot A**

Datum **Mittwoch, 25. Oktober 2023**

Zeit 19.00 – 22.00 Uhr

### **Angebot B**

Datum **Dienstag, 31. Oktober 2023**

Zeit 19.00 – 22.00 Uhr

Ort Schulküche Wiesental, Baar

Leitung Elisabeth Roth

Kosten *Mitglieder:* Fr. 35.-

*Nichtmitglieder:* Fr. 40.-

Nahrungsmittel Fr. 23.- – 27.-

Spezielles **Teilnehmerzahl ist beschränkt!**

Anmeldung bis 09. Oktober 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Andrea Miranda, 076 528 12 11

---

**Oktober Ökumenische Chinderfiir**

Rund um eine Geschichte erleben wir zusammen mit unseren Kleinsten und Kleinen bis und mit Kindergartenalter, ihren Familien, Angehörigen, Freundinnen und Freunden eine liebevoll gestaltete Feier.

Anschliessend treffen wir uns zum gemütlichen Beisammensein bei Kaffee, Sirup und Gipfeli im Pfarreiheim, wo die Kinder spielen oder zur Geschichte etwas gestalten können.

Datum **Samstag, 28. Oktober 2023**

Zeit 09.15 Uhr

Ort Kapelle St. Anna, Baar

---

**November Martinsteilet**

Traditionsgemäss sind wir auch dieses Jahr für die Kaffeestube zuständig. Jeder gespendete Kuchen unterstützt das Pfarreiprojekt. Vielen Dank.

Datum **Sonntag, 05. November 2023**

Zeit 12.00 – ca. 15.00 Uhr

Ort Pfarreiheim St. Martin

Spezielles Kuchen können ab 10.30 Uhr im Pfarreiheim abgegeben werden

---

---

## November **Gschichtliabig**



Wir tauchen ein in Geschichten rund um das Thema Herbst. Auch frische Herbstfrüchte und Gebäck wird es zum knabbern geben. Für Kinder ab drei Jahren in Begleitung.

Datum	<b>Freitag, 10. November 2023</b>
Zeit	17.00 – ca. 18.30 Uhr
Ort	Pfarreiheim St. Martin
Leitung	Iris Weiss, Spielgruppe Baar Andrea Andrey-Geiger, Sagadula Baar
Kosten	<i>Mitglieder:</i> Fr. 6.- <i>Nichtmitglieder:</i> Fr. 8.-
Spezielles	Preis pro Kind inklusive kleiner Verpflegung
Anmeldung	bis 07. November 2023 <a href="http://www.fg-baar.ch">www.fg-baar.ch</a> oder Angela Beffa, 078 828 39 88

---

November **Kinderleicht kochen mit dem Thermomix**

Willst Du ohne Hilfe eines Erwachsenen kochen? Der Thermomix macht es möglich, ohne sich die Finger zu verbrennen!

Bei diesem Kochkurs bist Du der Star in der Küche. Du erhältst clevere und leckere Idee für die Thermomix Küche und lernst tolle und kinderleichte Rezepte für jeden Tag. Den Abschluss von unserem Kochkurs bildet ein selbst zubereitetes Essen, zu dem Dein Mami zu uns stossen darf.

Binde Dir Deine Kochschürze um und schon kann es los gehen.

Datum **Samstag, 11. November 2023**

Zeit 10.00 -13.00 Uhr

Ort Pfarrei St. Martin, Baar

Leitung Roberta Schürmann und Jana Brügger

Assistentin Claudia Leutenegger

Kosten *Mitglieder:* Fr. 20.-

*Nichtmitglieder:* Fr. 25.-

Spezielles **Teilnehmerzahl ist beschränkt!**

Kinder ab 8 Jahren mit jeweils einer Begleitperson

Anmeldung bis 07.November 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Claudia Leutenegger, 076 494 14 57

---



**November Heilsteine von A – Z: Ein kleines Seminar**

Margrit Herzog teilt ihr grosses Wissen, erklärt die Bestandteile und die Wirkung der Mineralsteine. Sie zeigt ihre Schätze mit Freude, beantwortet Fragen, unterstützt und berät Dich beim Wählen, wenn Du Steine gleich kaufen möchtest.

Datum **Donnerstag, 16. November 2023**

Zeit 19.30 – 21.30 Uhr

Ort Pfarreiheim St. Martin Raum 3/4

Leitung Margrit Herzog

Kosten *Mitglieder:* Fr. 10.-

*Nichtmitglieder:* Fr. 12.-

Anmeldung bis 02. November 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder an Agnes Messmer, 079 446 94 08

---

**November Besinnungstag 2023**

Die Mädchen von damals sind die Frauen von heute. Lebenserfahrung, Geschichten und viele Erlebnisse später...

Lasst die Mädchen von heute davon wissen und erzählt es ihnen, um auch von ihnen zu erfahren, wie sich ihre Mädchenjahre gestalten.

Vereinte Generationen, jung und alt....

Datum **Montag, 20. November 2023**

Zeit 09.00 – 16.30 Uhr

Ort Pfarreizentrum St. Thomas, Inwil

Leitung Brigitte Mercoli und Agnes Messmer

Kosten *Mitglieder:* Fr. 15-  
*Nichtmitglieder:* Fr. 19.-  
*Mittagessen:* wird nach Anmeldungsende  
geplant

Anmeldung bis 04. November 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder an  
Agnes Messmer, 079 446 94 08

---

---

November **Tannenzapfen-Kranz**



Mit Tannenzapfen erarbeitet Ihr euren ganz individuellen Kranz.

Dieser Kranz ist ein Blickfang und dies nicht nur zur Adventszeit. Wer eine eigene Heissleimpistole besitzt darf sie gerne mitbringen.

(Die Kursleiterin spricht Englisch und Bulgarisch und die Kursassistentin Deutsch)

Datum **Freitag, 24. November 2023**

Zeit 15.30 – 17.30 Uhr

Ort Pfarreiheim St. Martin

Leitung Vera Teneva

Assistentin Claudia Leutenegger

Kosten *Mitglieder:* Fr. 35.-  
*Nichtmitglieder:* Fr. 40.-

Zuzüglich Dekomaterial

Spezielles Kinder ab 5 Jahren mit jeweils einer Begleitperson

**Teilnehmerzahl ist beschränkt!**

Anmeldung bis 22. November 2023, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder  
Claudia Leutenegger, 076 494 14 57

---

**November Treffen der Herbstzeitlosen**

Diskussionsfreudige Frauen 60+ sind herzlich eingeladen zu einer nächsten Gesprächsrunde. Ein aktuelles Thema aus unserem Alltag oder der Umwelt wird im Mittelpunkt stehen.

Datum **Montag, 27. November 2023**  
Zeit 09.00 – 10.30 Uhr  
Ort Pfarreiheim St. Martin  
Leitung Hanni Waller und andere Freiwillige

---

**Dezember Adventsfeier**

Gönnen Sie sich einen ruhigen und besinnlichen Abend. Herzliche Einladung zur Adventsfeier!

Zuerst in der Kapelle St. Anna und danach im Pfarreiheim.

Datum **Donnerstag, 14. Dezember 2023**  
Zeit 19.00 Uhr  
Ort Kapelle St. Anna, Baar

---

---

Dezember **Ökumenische Weihnachts-Chinderfiir**



Zusammen mit den Kleinsten, bis und mit Kindergarten, ihren Familien, Angehörigen Freundinnen und Freunden erleben wir eine frohe Weihnachts-Chinderfiir.

Der Gottesdienst ist wie immer für alle offen. Anschliessend gemütliches Beisammensein im Pfarreiheim oder draussen unter dem Zelt.

Datum **Samstag, 16. Dezember 2023**

Zeit 16.30 Uhr

Ort Kapelle St. Anna, Baar

Kosten Es werden kleine Wienerli und Brot angeboten. Hierfür entstehen keine Kosten, jedoch freut sich das Sternsingerprojekt über einen Zustupf im bereitstehenden Kässeli.

Spezielles **Bitte die Anzahl der gewünschten kleinen Wienerli bei der Anmeldung angeben.**

Anmeldung für das Essen bis 14. Dezember 2023  
barbara.wehrle@pfarrei-baar.ch oder Pfarramt Barbara Wehrle 041 769 71 40 / 041 760 06 51

---

## Weitere Angebote

---

### **Spielgruppe Baar** (für Kinder ab ca. 3 Jahren)

Wir bieten an vier Standorten in Baar viele unterschiedliche Gruppen an:

- Sunnematt, Landhausstrasse 15
- Neugasse 45
- Reformierte Kirche, Haldenstrasse 6a
- Kirche St. Thomas Inwil, Talacherstrasse 19

Detaillierte Informationen über unser Angebot finden Sie auf der Homepage [www.spielgruppebaar.ch](http://www.spielgruppebaar.ch).

Frau Silvia Spirgi gibt Ihnen unter Telefon 041 760 62 88 oder per E-Mail [info@spielgruppebaar.ch](mailto:info@spielgruppebaar.ch) gerne Auskunft.

---

### **Babysittervermittlung der Gemeinde Baar**

Infos Joëlle Vogt, [babysittervermittlung@baar.ch](mailto:babysittervermittlung@baar.ch) oder  
041 501 41 42

---

### **Suchen Sie eine Tagesmutter oder möchten gerne Tagesmutter werden?**

Infos Janine Brülhart, [janine.bruehart@kibiz-zug.ch](mailto:janine.bruehart@kibiz-zug.ch) oder  
041 712 33 02

---

### **ELKI-Turnen**

Spiel und Spass für Eltern mit Kindern im Alter von drei bis fünf Jahren.

Infos <https://tvbaar.ch/eltern-kind-turnen/>

---

### **Kinderturnen**

Gymnastik, Rhythmik, Geräteturnen und Spiel für Kindergartenkinder.

Infos Eveline Uster, 079 478 59 48, [fam.uster@bluewin.ch](mailto:fam.uster@bluewin.ch)  
[www.tvbaar.ch/eltern-kind-turnen](http://www.tvbaar.ch/eltern-kind-turnen)

---

---

**Sunntigsfiire** - Für Kinder im Kindergartenalter und 1./2. Schuljahr  
(ältere Geschwister dürfen auch teilnehmen)

Datum 05. März; 07. Mai; 01. Oktober;

03. Dezember 2023 (17.00 Uhr Krippensegnung)

Zeit / Ort jeweils 10.45 Uhr im Pfarreiheim mit Ausnahme vom  
03. Dez.

Aktuelle Informationen entnehmen Sie bitte dem Pfarreiblatt  
oder informieren Sie sich beim Pfarramt, 041 769 71 40.

---

**Familiengottesdienste** - Für Familien mit Kindern im Schulalter

Datum 26. März; 03. September; 05. November

24. Dezember 2023 (17.00 Uhr Krippenspiel)

Zeit / Ort jeweils 10.45 Uhr in der Kirche St. Martin

Aktuelle Informationen entnehmen Sie bitte dem Pfarreiblatt,  
oder informieren Sie sich beim Pfarramt, 041 769 71 40.

---

**Atem- und Kreislauftraining**

Zeit / Ort jeden Montag, 08.15 Uhr im Altersheim Bahnmatt (Pavillon)

Zeit / Ort jeden Dienstag, 09.15 Uhr im Pfarreiheim St. Martin

Leitung Ottilia Stierli, 041 763 11 83

Kosten Fr. 7.- pro Stunde

---

**Donschtig-Träff**

Datum Einmal im Monat, jeweils am Donnerstag

Zeit / Ort 09.00 Uhr in der Rathaus-Schüür

Mit Kaffee und Gipfeli

Infos Monica Riedi, 041 761 59 89

[www.baar.ch/programm/rathusschuer](http://www.baar.ch/programm/rathusschuer)

---

**Inwiler Frauen-Zmorge**

Datum jeweils am Mittwoch 18. Januar / 22. März / 24. Mai / 20.  
September / 22. November 2023

Zeit / Ort 08.30 – 11.00 Uhr im St. Thomas-Zentrum (1. Stock), mit  
Kinderspielecke

Infos Marianne Steiner, 041 760 62 72

---

## **Kinderkleiderbörsen**

### *Sommerbörse 2023*

Annahme	Dienstag	04.04.2023, 09.00 – 10.30 + 13.30 – 16.00 Uhr
Verkauf	Mittwoch	05.04.2023, 13.30 – 17.00 Uhr
Auszahlung	Donnerstag	06.04.2023, 13.00 – 15.00 Uhr

### *Winterbörse 2023*

Annahme	Dienstag	03.10.2023, 09.00 – 10.30 + 13.30 – 16.00 Uhr
Verkauf	Mittwoch	04.10.2023, 13.30 – 17.00 Uhr
Auszahlung	Donnerstag	05.10.2023, 13.00 – 15.00 Uhr

Es werden auch Kinderwagen, Schuhe und Spielwaren angenommen.  
Neue Verkäuferinnen erhalten Informationen und die obligatorische  
Kundennummer bei:

Infos           Manuela Poeffel, 041 857 00 30,  
                  manuela.poeffel@p-con.ch

---

## **Turngruppe Wiesental**

Turnen für «Jedefrau» ab 55 Jahren. Schnupperturnen jederzeit möglich.

Datum	jeweils am Dienstag
Zeit / Ort	08.00 – 09.00 Uhr, Waldmannhalle, Mehrzwecksaal
Leitung	Miriana Huber, Dipl. Bewegungspädagogin BGB
Infos	Caroline de Sepibus-von Burg, 041 761 48 50

---

## **Meditatives Tanzen**

Datum	28. März; 23. Mai; 26. September, 19. Dezember 2023
Zeit / Ort	19.30 Uhr im reformierten Kirchgemeindehaus
Leitung	Barbara Wehrle, 041 760 06 51, barbara.wehrle@pfarrei-baar.ch

---



## Allgemeine Hinweise

Alle Veranstaltungen werden nur durchgeführt, wenn sich **genügend Interessierte** angemeldet haben.

Bitte **Anmeldefristen beachten**. Wir berücksichtigen Ihre Anmeldungen in der Reihenfolge des Eingangs. Ihre Anmeldung ist definitiv und wird von uns nicht bestätigt. Sollten Sie verhindert sein, bitten wir Sie, sich wieder abzumelden.

**Abmeldungen:** Wer sich *nach* Anmeldeschluss abmeldet oder den Kurs *nicht* oder *nur teilweise* besucht, muss das ganze Kursgeld bezahlen. Bei Kursen ohne fixes Kursgeld wird ein Unkostenbeitrag von Fr. 30.- in Rechnung gestellt.

Bei einigen Kursen werden die Kurskosten vor Kursbeginn in Rechnung gestellt. Die Zahlungsbestätigung ist jeweils bei Kursbeginn vorzuweisen. Die Versicherung ist Sache des Teilnehmers. Die Frauengemeinschaft bzw. die Gruppe Junger Familien übernimmt dabei keine Haftung.

Mit der Anmeldung erklären sich die Teilnehmer einverstanden, dass im Laufe der Kurse Fotos gemacht werden, die sowohl online auf der Webseite der Frauengemeinschaft veröffentlicht werden mit dem Zweck, einen Eindruck von der Art der Veranstaltung an Interessierte zu vermitteln. An jedem Kurs fragt die Kursleiterin nochmal das Einverständnis ab. Sollten Teilnehmerinnen nicht einverstanden sein, können Sie dies bei der Anmeldung oder vor der Veranstaltung vor Ort an die Kursleiterin melden.

**Weitere Programme** sind beim Pfarramt erhältlich.

Interessierte Neumitglieder melden sich bei Sandra Flückiger, 041 760 09 57, [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch) oder benutzen die **Anmeldekarte** oder den **QR-Code** auf der Rückseite.

**Allfällige Änderungen** und Details zu den Anlässen entnehmen Sie bitte unserer Homepage [www.fg-baar.ch](http://www.fg-baar.ch), dem Pfarreiblatt oder dem Aushang im Anschlagkasten beim Pfarreiheim.

**Postanschrift:** Frauengemeinschaft St. Martin Baar, 6340 Baar

---

# Übersicht Programm 2023

Januar	11.	Karateschnupperkurs für Kinder ab 5 Jahren	GJF
	11.	Beginn: Stricktreff	FG
	23.	Wechseljahre und naturidentische Hormone	FG
	25.	Besichtigung Bike Corner	GJF
	30.	Treffen der Herbstzeitlosen	FG
Februar	03.	Keramik bemalen wie Picasso	FG
	20.	Fasiball	GJF
	22.	Gottesdienst zum Aschermittwoch	FG
März	05.	Weltgebetstag – Taiwan	
	06.	Homöopathische Hausapotheke für die Familie	FG
	14.	Handlettering Kurs I	FG
	17.	Beginn: Nähkurse	FG
	20.	98. Generalversammlung	FG / GJF
	23.	Fermentationsworkshop Basiskurs	FG
	26.	Suppentag	FG / GJF
	27.	Treffen der Herbstzeitlosen	FG
	28.	Handlettering Kurs II	FG
	29.	Osterhasenbacken	GJF
April	01.	Ökumenische Chinderfiir Kapelle St. Anna	
	04.	Knigge-Aperitif im Stilrausch	FG
	14.	Flechtfrisuren erlernen für Mami mit Girl	GJF
	15.	Einstieg in die Fotografie	FG
Mai	01.	Beginn: Hopp-la-Plausch	
	01.	Kräuterspaziergang	FG
	03.	Kochkurs: Dessertvariationen	FG
	06.	Hopp-la-Fest für Jung und alle Junggebliebenen	FG / GJF
	10.	Ökumenische Chinderfiir reformierte Kirche	
	10.	Kochkurs: Dessertvariationen	FG
	10.	Maiandacht	FG
	18.	Heilsteine von A bis Z: Ein kleines Seminar	FG
	24.	T-Shirt bemalen	GJF
Juni	02.	Rosenduft liegt in der Luft – Floristikkurs	FG
	03.	Rosenduft liegt in der Luft – Floristikkurs	FG

---

	03. Ökumenische Chinderfiir Kapelle St. Anna	
	17. Schatzsuche mit Ponys	GJF
	21. Frauengottesdienst	FG
Juli	03. Skizzierkurs mit Ludek Martschini	FG
	31. Treffen der Herbstzeitlosen	FG
August	23. Feuerwehrbesichtigung	GJF
	26. Kinderleicht kochen mit dem Thermomix	GJF
	29. Tagesausflug	FG
September	05. Kräuterspaziergang	FG
	06. Sackmesserkurs	GJF
	12. Beginn: Nähkurse	FG
	13. Frauengottesdienst	FG
	13. Spiel und Spass an der Lorze	GJF
	15. Herbstfrüchte – Floristikkurs	FG
	16. Herbstfrüchte – Floristikkurs	FG
	20. Ökumenische Chinderfiir reformierte Kirche	
	25. Menstruationsbeschwerden – natürlich behandeln	FG
	25. Treffen der Herbstzeitlosen	FG
	27. Experimente für Kinder	GJF
	30. Creativa Ton Workshop	FG
Oktober	02. Hybris Fingerring Workshop	FG
	05. Fermentationsworkshop Basiskurs	FG
	25. Kochkurs: Fingerfood und Partysnacks	FG
	28. Ökumenische Chinderfiir Kapelle St. Anna	
	31. Kochkurs: Fingerfood und Partysnacks	FG
November	05. Martinsteilet	FG / GJF
	10. Gschichtliabig	GJF
	11. Kinderleicht kochen mit dem Thermomix	GJF
	16. Heilsteine von A bis Z: Ein kleines Seminar	FG
	20. Besinnungstag	FG
	24. Tannenzapfen-Kranz	GJF
	27. Treffen der Herbstzeitlosen	FG
Dezember	14. Adventsfeier	FG
	16. Ökumenische Weihnachts-Chinderfiir	

---

Notizen:

---