



KURSPROGRAMM 2024/2025

*Chum zuenis, häb ä gueti Zit bi üs u chum äs
angers mau ungeniert wider!*

*Es geht
wider los!*



PRALINEN SELBER HERSTELLEN

*Lass dich in die süsse Welt der Pralinen verführen.
Ob fruchtig, nussig, schnapsig oder farbig, in
diesem Workshop werden verschiedenste Sorten
von Pralinen unter fachkundiger Anleitung
hergestellt. Erfreue dich am Schluss über rund 50
Pralinen, die du mit nach Hause nehmen kannst
und dir oder deinen Freunden eine süsse
Adventsüberraschung bereiten.*

**Donnerstag, 14. November 2024
19.00-ca.22.00 Uhr**

Wo Schulküche, Schule Neumatt
Kosten 80.00 Fr. inkl. 50 Stk. Pralinen
Kursleitung Ramona Kruppenacher, Ettiswil
Mitnehmen Chromstahlschüssel Ø20cm, evtl.
Küchenschürze, Guetzlidose oder Behälter
für den Transport der Pralinen nach Hause.

WEBEN AUF DEM LANDFRAUENWEBSTUHL

Wo Webstube, Dorfzentrum
Kosten Preis nach Aufwand
Kursleitung Vreni Morgenthaler,
Mättenbach
Daten Nach Absprache. Nach der
Anmeldung nehmen wir mit dir
Kontakt auf.

*Aus alt mach neu! Webe aus alter Bettwäsche,
ausrangierten T-Shirts oder anderen Textilien, aus denen
du Streifen schneiden kannst, einen neuen Bettvorleger
oder eine komfortable Badematte.
Mit dem Webstuhl zu weben, ist eine besondere
Erfahrung. Wir wünschen dir viel Freude dabei!*



HANDLETTERING



*Faux-Calligraphy und Brushlettering, die
Möglichkeiten des "Buchstaben Zeichnens" sind
unbegrenzt! Nichts geht über persönlich gestaltete
Karten, Etiketten oder Geschenke.
Der Kurs eignet sich für Anfänger und
Fortgeschrittene.
Weitere Infos unter www.verformbar.ch*

**Donnerstag, 28. November 2024 und
Donnerstag, 5. Dezember 2024
19.30-21.30 Uhr**

Wo Hortraum, Schule Neumatt
Kosten 75.00 Fr. inkl. Material
Kursleitung Ruth Kühni, Wasen
Mitnehmen Schreibmaterial, Stifte (wenn vorhanden)

ÜBER UNS

Ausser den Kursen hat unser Verein noch folgendes zu bieten:

- Januarlochnachmittag
- Maibummel
- Landfrauentreffen
- Vereinsreise
- Bräteln
- Adventsfeier
- Krankenbesuch ab Spitalaufenthalt
- Stille Freundin



ATEM- UND BEWEGUNGSTRAINING

Donnerstags von 09.00-10.00 Uhr
9./16./23./30. Januar 2025,
6./13./20./27. Februar 2025 und 6./13. März 2025

Wo Dorfzentrum, Gemeindesaal, 2.Stock
Kosten Ganzer Kurs 120.00 Fr. pro Person ab 10 Teilnehmern.
Kursleitung Alice Buchmann, dipl.Atem- und Bewegungspädagogin, Huttwil
Mitnehmen Bequeme Kleidung, weiche Gymnastikschuhe oder Socken, Mätteli oder Wolldecke

Mit einfachen, leichten Übungen verbessern Sie Ihren Atem und die Beweglichkeit. Das bringt Ihnen neue Frische und Vitalität und hebt die Stimmung. Gewisse Beschwerden können gelindert oder leichter ertragen werden. Die Atemarbeit wirkt sich sowohl im Moment des Übens als auch längerfristig positiv auf Ihr Wohlbefinden aus.



QI GONG

Qi Gong - das sind schöne und sehr einfach zu erlernende, fließende Bewegungen aus der Traditionellen Chinesischen Medizin. Die Übungen fördern unsere Gesundheit und sind gleichzeitig sehr entspannend.

Dienstag, 11. Februar 2025, 19.00-21.00 Uhr

Wo Dorfzentrum, Gemeindesaal, 2.Stock
Kosten 50.00 Fr. bei 10 Teilnehmern
Kursleitung Anja Kienass, Koppigen
Mitnehmen Yoga-/Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, ggf. 2tes Paar Socken. (Auf Wunsch kann vorgängig ein Beleg für die Krankenkasse erstellt werden. Dazu Mail an qimotion@gmx.ch mit Angaben deiner Daten, Versichertennummer und Krankenkasse.)

VEGETARISCHER KOCHKURS

Donnerstag, 13. März 2025, 18.30-21.30 Uhr

Wo Kurslokal Gärbizyt, Gerbe 12, Busswil
Kosten 80.00 Fr.
Kursleitung Beatrice Berger, Busswil
www.gärbizyt.ch
Mitnehmen Nichts

Vegetarisch zu kochen liegt im Trend und es gibt so feine Gerichte, dass auch Fleischliebhaber gerne davon probieren. Wir werden gemeinsam reichhaltige Gerichte mit verschiedenen saisonalen und regionalen Zutaten zubereiten. Snacks und Menüs zum Mitnehmen, Suppe, Poké Bowl, Ofengerichte und sicher auch ein Dessert. Vegetarische, ausgewogene Gerichte erhalten wir durch eine gute Kombination von Nahrungsmitteln, die zusammen eine gute biologische Wertigkeit erreichen. Wir kochen kreativ und ohne teure Ersatzprodukte für Fleisch und Fisch.



HOMÖOPATHIE FÜR MENSCH UND TIER

Die klassische Homöopathie ist eine ganzheitliche Behandlungsmethode, die das ganze Individuum und nicht nur seine kranken Körperteile behandelt. Die homöopathischen Mittel regen die Selbstheilungskräfte an und behandeln die Ursache der Krankheit, sodass eine dauerhafte Heilung möglich wird. Dazu werde ich Ihnen/dir an meinem Vortrag mehr erzählen.

Dienstag, 18. März 2025, 19.30-21.30 Uhr

Wo Hortraum, Schule Neumatt
Kosten 10.00 Fr.
Kursleitung Stephanie Wittwer, Madiswil
www.bellana-tierhomoeopathie.ch
Mitnehmen Nichts

GUT ZU WISSEN

- Eine Kursteilnahme ist ohne Mitgliedschaft möglich. Ohne Erwartung unsererseits eine Mitgliedschaft eingehen zu müssen. Ganz nach dem Motto: "Chum zuenis, hüb ä gueti Zit und chum äs anders mou ungeniert wider!".
- Auch Männer und Jugendliche sind ebenso herzlich willkommen!
- Die Anmeldung ist verbindlich. Wir verschicken keine Kursbestätigung!
- Bei Verhinderung kann eine Ersatzperson gestellt werden. Bei Abwesenheit und unentschuldigtem Fernbleiben werden die vollen Kurskosten in Rechnung gestellt.
- Eine Versicherung ist Sache der Teilnehmer.
- Der Betrag wird am ersten Tag vor Ort in bar bezahlt. Die Bezahlung des Kursgeldes ist Voraussetzung für die Teilnahme.
- Dein Wunschkurs ist bereits ausgebucht? Kein Problem! Gerne setzen wir dich auf die Warteliste. Falls wir einen zweiten Kurs durchführen können, melden wir uns gerne bei dir.
- Für weitere Auskünfte oder Fragen, melde dich bitte bei Nadja Zimmermann unter nadja.z@besonet.ch.
- Last but not least: Wir freuen uns, dich in einem unserer Kurse zu sehen!

Programm bitte ausschneiden und aufbewahren, da keine Kursbestätigung verschickt wird! Herzlichen Dank!

Anmeldung bis 31. Oktober 2024 an Nadja Zimmermann

Kurs _____

Name _____ Vorname _____

Adresse _____

Telefon _____ E-Mail _____

