

Jahresbeitrag Fr. 20.-

www.baeuerinnen-sz.ch

JAHRESPROGRAMM 2021-2022



Haare flechten



Eine Flechtfrisur kommt immer gut an. Möchtest du dir selber oder deiner Tochter einen Zopf flechten? Schritt für Schritt zeigt uns Erna Vogel die Technik und gibt uns Tipps und Tricks dazu. Fischgrätenzopf, Bauernzopf, Wasserfall, das Trio und viele Ideen mehr.

Datum	Mi 10. November 2021
Zeit	13.30 bis 15.00 (noch wenige Plätze) 15.15 bis 16.45 Uhr (ausgebucht)
Ort	Märchtstübli Rothenthurm
Leitung	Erna Vogel
Mitnehmen	eigene Haarbürste, Haarspängeli und Haargummis
Kurskosten	Fr. 20.–, inkl. Anleitungen Nichtmitglieder plus Fr. 10.–
Anmeldung	bis Sa 30. Oktober 2021 an: Jeannette Knüsel, Tel. 041 850 09 51, kurse@baeuerinnen-sz.ch



Wellness-Kurzferien



In Bad Reuthe vier Tage Ausspannen und sich verwöhnen lassen!

Entspannen Sie sich bei einer wohltuenden Massage. Geniessen Sie pflegende Kosmetikbehandlungen und das heisse Moor... Fühlen Sie sich einfach rundum wohl!

Datum	Do 11. bis So 14. November 2021
Anmeldung Auskunft	Anni Inderbitzin, Mühlemoosweg 17, Arth Tel. 041 855 48 54, Mob. 078 625 19 88, a.inderbitzin@bluewin.ch
Kurskosten	Flyer ist auf der Homepage aufgeschaltet

Für die Agenda: Wellness-Kurzferien im 2022: Vom Do 10. bis So 13. November 2022



Räuchern mit heimischen Pflanzen



Unsere Vorfahren wussten, dass das Verräuchern bestimmter Kräuter die Luft reinigt. Haus und Hof können energetisch gereinigt werden um wieder Klarheit und Harmonie zu erschaffen. Zum Schluss darf eine eigene Räuchermischung hergestellt werden.

Datum	Kurs 1: Mi Nachmittag, 17. November 2021 Kurs 2: Mi Abend, 17. November 2021 Kurs 3: Do Nachmittag, 18. November 2021 Kurs 4: Do Abend, 18. November 2021
Zeit	14.00 bis ca. 16.30 Uhr, 19.00 bis ca. 21.30 Uhr
Ort	Chrüterstübli im Hasli, Haslistr. 21, 6422 Steinen (Navi nur Hasli, 6422 Steinen, eingeben)
Leitung	Margrit Steiner-Büeler, www.haslihof.ch
Kurskosten	Fr. 45.–, inkl. Getränk, Kräuterdegustation, Kursunterlagen und eigene Räuchermi- schung, Nichtmitglieder plus Fr. 10.–
Anmeldung	bis Sa 6. November 2021 an: Jeannette Knüsel, Tel. 041 850 09 51, kurse@baeuerinnen-sz.ch



Eiskaltes Vergnügen



An unserem Glacekurs erlernen wir die Herstellung von Glacearten wie Sorbet, Rahmglace, Parfait, Frozenjogurt und Glacedesserts, mit und ohne Glacemaschine. Zudem backen wir aus dem übrigen Eiweiss feines Gebäck wie Amaretti und Meringues.

Datum	Kurs 1: Di Nachmittag, 30. November 2021 Kurs 2: Di Abend, 30. November 2021 Kurs 3: Di Nachmittag, 17. Mai 2022 Kurs 4: Di Abend, 17. Mai 2022
Zeit	14.00 bis 16.30 Uhr oder 19.00 bis 21.30 Uhr
Ort	Märchtstübli Rothenthurm
Leitung	Astrid Auf der Maur-Rohrer, Ingenbohl
Mitnehmen	kleine Kühlbox
Kurskosten	Fr. 55, inkl. Rezepte und Getränke Nichtmitglieder plus Fr. 10
Anmeldung	Kurs 1 + 2, bis Sa 13. November 2021 Kurs 3 + 4, bis Sa 30. April 2022 an: Jeannette Knüsel, Tel. 041 850 09 51, kurse@baeuerinnen-sz.ch

Bäuerinnentage 2022 vom 17. bis 19. Januar 2022



Im Hotel Allegro, Lincolnweg 23, 8840 Einsiedeln

«Deine innere Stimme zu hören, ist eine Frage deiner Achtsamkeit – ihr auch zu folgen, eine Frage deines Mutes.» Unbekannt

Mo 17. Januar 2022

09.50 Uhr Begrüssung

10.00 Uhr «WEITER GEHEN. Zu Fuss durch den Himalaya»

Maria-Theresia Zwyssig fährt vom Berner Oberland allein mit dem Velo nach Kathmandu. Dort will sie als eine der ersten Frauen die schwierigste und höchstgelegenste Trekkingroute der Welt bewältigen, den «Great Himalaya Trail». Sie kommt an ihre körperlichen und mentalen Grenzen.



12.00 Uhr Mittagessen im Allegro

14.00 Uhr EM - Effektive Mikroorganismen. Ueli Rothenbühler von der EM Schweiz AG gibt uns einen Einblick über dieses vielseitig einsetzbare Produkt und spezialisiert sich dabei auf die Einsatzgebiete Garten und Haushalt.

17.30 Uhr HI. Messe im Kloster Einsiedeln

18.30 Uhr Nachtessen - gemütliches Beisammensein am Kaminfeuer.

19.30 Uhr Marei Kälin aus Egg SZ erzählt aus dem Leben und der Landwirtschaft in Irland, von den Erfahrungen ihrer ausgewanderten Tochter.

Di 18. Januar 2022

08.00 Uhr Morgenessen

09.50 Uhr Begrüssung

10.00 Uhr

Biobergbäuerin und Gynäkologin – ein Leben zwischen den Welten und trotzdem mittendrin. Esther Müller erzählt aus ihrem Leben als Fachärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe mit Weiterbildungen in Phytotherapie, Homöopathie, matriarchaler Medizin, altem Heilwissen und spiritual care. Sie ist Heilerin und Wandlerin zwischen den Welten: Der Schulmedizin und dem alten Heilwissen. Nach einer schweren persönlichen und gesundheitlichen Krise hat sie ihre Lebensaufgabe angenommen, andere Menschen auf ihrem Lebensweg zu begleiten. Zusammen mit ihrem Mann betreibt sie einen Bergbiobetrieb im Solothurner Jura, wo sie sich für die Erhaltung alter Nutztierrassen, Obst, Gemüse und Beeren engagiert.



Wechseljahre – Wechselzeit. Lebensmitte, Frau sein. Was passiert hormonell in den Wechseljahren, was passiert mit dem Körper. Behandlungsmöglichkeiten der verschiedenen möglichen Beschwerden: Hormontherapie, Phytotherapie, Homöopathie. Diskussionsrunde

12.00 Uhr Mittagessen

14.00 Uhr Weisefrauen - Heilkunde. Spirituelle Aspekte des Frauseins. Die grossen Zyklen des Lebens. Gibt es ein Leben nach den Wechseljahren? An der Schwelle zur inneren Freiheit. Die etwas andere Schwangerschaft. Wie will ich leben? Was sind meine Wünsche? Meine Qualitäten als Frau? Wo ist meine Position in Familie, Beruf und Gesellschaft? Achtsamkeit.

16.00 Uhr Diskussionsrunde

17.30 Uhr Abendstunde

18.30 Uhr Nachtessen – Jassen, Spielen und «rede mitenand» (nicht vergessen, das kleine Überraschungspaket).

Zum Jassabend sind alle herzlich eingeladen. Er kann auch ohne Teilnahme an den Kursen besucht werden!

Mi 19. Januar 2022

08.00 Uhr Morgenessen

09.20 Uhr Begrüssung

09.30 Uhr Gedächtnistraining - geistig aktiv sein und bleiben.

Wer trainiert, bleibt fit und gesund. Das gilt sowohl für den Körper als auch für den Geist. Wie aber können wir das Gehirn trainieren, um es flexibel und beweglich zu

behalten? Von Regula Bruhin und Patricia Riniker, Gedächtnistrainerinnen SVGT, erfahren wir in lockerer Atmosphäre, wie wir unser Gehirn im Alltag mit einfachen, zielgerichteten und unterhaltsamen Übungen auf Trab halten können.



12.00 Uhr Mittagessen im Allegro Abschiednehmen und Heimkehr

Kosten:

Für die Referate pro Halbtag Fr. 10.-Interne Fr. 5.-Nichtmitglieder Fr. 15.-

Verpflegung und Unterkunft für 2 ½ Tage pro Person Einzelzimmer (DU/WC) Fr. 316.−

Anmeldung: bis Mo 3. Januar 2022

Bitte auch für einzelne Kurse mit vorgedruckter Karte (siehe hinterste Seite), per E-Mail oder via Kontaktformular auf unserer Homepage. Alice Gwerder, Haselbach 4, 6436 Muotathal, info@baeuerinnen-sz.ch

Aufgrund der Corona-Massnahmen bitte dringend vollständige Adresse und Telefonnummer jeder Teilnehmerin angeben.



Osterhasen aus Holz



Unter professioneller Anleitung basteln wir originelle, dekorative Osterhasen mit Holzrugeli aus verschiedenen einheimischen Holzarten. Grösse ca. 25 bis 35 cm.

Datum:	Kurs 1: Di 15. Feb. 2022 / 09.0 Kurs 2: Di 15. Feb. 2022 / 13.30 Kurs 3: Mi 16. Feb. 2022 / 09.0 Kurs 4: Mi 16. Feb. 2022 / 13.30	0 – 15.30 Uhr 0 – 11.00 Uhr
Ort	Märchtstübli Rothenthurm	
Leitung	Gaby und Ruedi Kyburz	
Teilnehmer	Max. 12 Personen pro Kurs	
Kosten	Kurs inkl. 1 Hase und Getränk Jeder weitere Hase Nichtmitglieder plus	Fr. 40 Fr. 15 Fr. 10
Material	Material ist in den Kurskosten	inbegriffen
Anmeldung	bis am Sa 8. Januar 2022 an: Daniela Kistler, Tel. 055 444 19 kurse@baeuerinnen-sz.ch	03,



Frühlingsküche



Daniela Dettling kocht für uns ein Frühlingsmenü: Bärlauchschaumsuppe, Frühlingsflammkuchen, Cannelloni mit Hackfleisch und Gemüsefüllung und vieles mehr. Mit vielen Tipps zeigt sie uns, dass das Menü leicht vorzubereiten ist. Mit dem Degustieren und Geniessen der sieben Gänge geht sicher niemand hungrig nach Hause. Jede Teilnehmerin darf die Rezepte «Frühlingsküche» mit nach Hause nehmen.

Datum	Di 8. März 2022 Mi 9. März 2022
Zeit	19.00 Uhr
Ort	Märchtstübli Rothenthurm
Leitung	Daniela Dettling
Kurskosten	Fr. 65, inkl. Wasser (ohne Wein) Nichtmitglieder plus Fr. 10
Anmeldung	bis am So 27. Februar 2022 an: Priska Abegg, Tel. 041 832 09 73, kurse@baeuerinnen-sz.ch Beschränkte Teilnehmerzahl!



Witwentagung: Wie die Zeit vergeht! \\3



Das Jodlerduett Marie Reichlin und Martha Styger vom Steinerberg erzählen uns von früher. Die Jodlerinnen durften nach Amerika reisen und auch auf einer Schiffkreuzfahrt teilnehmen. Natürlich werden sie uns ein paar Lieder zum Besten geben und uns einladen mitzusingen.

Zu einem gemütlichen Nachmittag sind alle Witwen herzlich eingeladen.

Datum	Fr 11. März 2022
Zeit	13.30 Uhr
Ort	Märchtstübli Rothenthurm
Leitung	Marie Reichlin & Martha Styger, Steinerberg
Auskunft	Priska Abegg, Tel. 041 832 09 73
Kurskosten	Fr. 20.–, inkl. Kaffee und Kuchen Nichtmitglieder sind herzlich willkommen Kostenbeitrag plus Fr. 10.–
Anmeldung	keine Anmeldung erforderlich



Frühlingswanderung in Arth



Wir laden alle Bäuerinnen herzlich zu unserer Frühlingswanderung nach Arth ein. Wir starten bei der Kirche in Arth und laufen via Römerhof-Rotacher-Mühlemoos zum Sonnenberg. Bei Familie Kenel dürfen wir nach einer guten Stunde Laufzeit Kuchen und Kaffee geniessen.

Den Rückweg zum Parkplatz kann man danach individuell starten.

Der Weg ist kinderwagentauglich!

Datum	Mi 20. April 2022
Zeit	13.30 Uhr
Treffpunkt	Parkplatz bei der Kirche in Arth (gebührenpflichtig)
Auskunft	Jeannette Knüsel, Tel. 041 850 09 51
Anmeldung	keine Anmeldung erforderlich

Kurse aus dem Landwirtschaftskalender

Hofliebe - wenn die Liebe Sie auf den Bauernhof führt

Datum/Zeit	Sa 6. und 13. November 2021, 9.00 bis 17.00 Uhr
Anmeldung	bis am Fr 22. Oktober 2021
Ort	LBBZ Schluechthof Cham
Kurskosten	Fr. 300.– pro Person inkl. Verpflegung und Unterlagen

Milchverarbeitung in der Küche

Datum/Zeit	Mo 29. November 2021, 8.30 bis 16.00 Uhr
Anmeldung	bis am Mo 8. November 2021
Ort	BWZ Uri, A Pro-Strasse 44a, Seedorf
Kurskosten	Fr. 160.–(exkl. Verpflegung)

Fleisch aus dem Ofen

Datum/Zeit	Do 18. November 2021, 18.00 bis 22.30 Uhr
Anmeldung	bis am So 7. November 2021
Ort	Kochwärchstatt, Schreinerei Holdener, Oberiberg
Kurskosten	Fr. 100.–(inkl. Kursunterlagen, Essen, Getränke)

Modul Tafelkernobst BF17

Datum/Zeit	ab Do 2. Dezember 2021, 8.30 bis 16.00 Uhr
Anmeldung	bis am Fr 19. November 2021
Ort	BBZN Hohenrain und LBBZ Schluechthof
Kurskosten	Fr. 1′500.–, zzgl. Fr. 150.– für Kursunterlagen, Fr. 100.– für Einzeltage

Rucksack-Tasche nähen

Datum/Zeit	Sa 27. November 2021, 9.00 bis 17.00 Uhr
Anmeldung	bis am So 7. November 2021
Ort	BBZ Pfäffikon, Römerrain 9, 8808 Pfäffikon
Kurskosten	Fr. 130(inkl. Material, Schnittmuster, Getränke)

Obstbaumpflege für Selbstversorger

Datum/Zeit	Sa 15. Januar 2022, 9.00 bis 16.00 Uhr
Anmeldung	bis am Mo 3. Januar 2022
Ort	Region Ausserschwyz
Kurskosten	Fr. 70

Zusammenarbeit mit Sohn und Tochter auf dem Betrieb

Datum/Zeit	Do 17. Februar 2022, 19.30 bis 21.30 Uhr
Anmeldung	bis am Do 3. Februar 2022
Ort	LBBZ Schluechthof Cham
Kurskosten	Fr. 30.– pro Person inkl. Unterlagen (Fr. 50.– für zwei Personen vom gleichen Betrieb)

Süssmosten zur Selbstversorgung

Datum/Zeit	Sa 2. April 2022, 8.00 bis 17.00 Uhr
Anmeldung	bis am Mo 21. März 2022
Ort	Betrieb Silvia & Thomas Arnold, Talmatt 1, Küssnacht
Kurskosten	Fr. 150.– (ohne Verpflegung)

Wenn die Lebensmittelinspektorin klingelt...

Datum/Zeit	Di 1. März 2022, 19.30 bis 21.30 Uhr
Anmeldung	bis am Di 15. Februar 2022
Ort	LBBZ Schluechthof Cham
Kurskosten	Fr. 30 pro Person inkl. Unterlagen

Schwimmende Zeitgenossen... Fisch auf dem Teller

Datum/Zeit	Do 7. April 2022, 18.30 bis 22.30 Uhr
Anmeldung	bis am So 27. März 2022
Ort	Kochwärchstatt, Schreinerei Holdener, Oberiberg
Kurskosten	Fr. 110.– (inkl. Kursunterlagen, Essen, Getränke)

Gekocht im Steamer/Dampfgarer

Datum/Zeit	Fr 25. März 2022, 18.30 bis 22.30 Uhr
Anmeldung	bis am So 13. März 2022
Ort	Kochwärchstatt, Schreinerei Holdener, Oberiberg
Kurskosten	Fr. 85 (inkl. Getränke, Wein und Kaffee, Kursunterlagen und Material)

Neophyten und andere Problempflanzen in der BFF

Datum/Zeit	Do 21. April 2022, 9.00 bis 12.00 Uhr
Anmeldung	bis am Do 7. April 2022
Ort	Region Innerschwyz
Kurskosten	Fr. 50

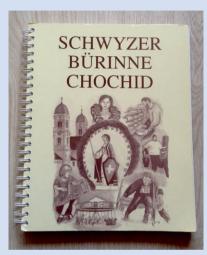
Kochbücher, Gilets und T-Shirts



Schwyzer Bürinne chochid Fr. 27.-

Zahlreiche köstliche Rezepte von den Schwyzer Bäuerinnen finden Sie in diesem gelungenen Kochbuch. Ob zum Verschenken oder selber Ausprobieren - Sie werden begeistert sein!

Das Kochbuch kann bestellt werden bei: **Fdith Camenzind** Oberbrüggen, 6442 Gersau Tel. 0418282375 info@baeuerinnen-sz.ch



Neu auch auf





Für die Agenda:

Generalversammlung: Fr 4. März 2022

Links:

Schweizerischer Bäuerinnen- und Landfrauenverband: www.landfrauen.ch

Bauernvereinigung des Kantons Schwyz: www.bvsz.ch



Schwarzes Gilet

Fr. 59.-

Das schöne schwarze Gilet, welches das Logo der Schwyzer Bäuerinnenvereinigung eingestickt hat, kann bei Daniela Kistler bezogen werden: Tel. 055 444 19 03.

An der Generalversammlung hat sie den Artikel jeweils dabei. Sie können diesen dann direkt bei ihr einkaufen.

T-Shirt Fr. 49.-

Das qualitativ hochwertige Bäuerinnen T- Shirt mit Polokragen aus Baumwolle ist in weiss und schwarz erhältlich.

Infos bei Daniela Kistler, Telefon 055 444 19 03. Sie hat einige Grössen an Lager.

Haushaltservice der Schwyzer Bäuerinnen

Ihr Partner für Reinigung, Gesellschaft und Betreuung

Die ideale Lösung für Ihre Entlastung im Haushalt. Ob allgemeine oder saisonale Reinigungsarbeiten, Wäschepflege, Pflanzenpflege, Kochen, Unterstützung bei der Betreuung von Kindern und Familienangehörigen, Gesellschaft oder Reinigung Ihrer Geschäftsräume.

Unsere rund 60 Mitarbeiterinnen legen grossen Wert auf Sauberkeit und führen ihre Arbeit mit Sorgfalt aus.

Wir helfen im Haushalt

Für unsere stetig wachsende Kundschaft suchen wir laufend motivierte Mitarbeiterinnen, welche für den Haushaltservice arbeiten möchten.

Maschinenring Service AG www.maschinenringservice.ch hhs-sz@maschinenring.ch Tel. 0418102127







Anmeldung für die Bäuerinnentage in Einsiedeln

Mo 17. bis Mi 19. Januar 2022



	Mo	Di	Mi
Morgenessen			
Kurs Vormittag			
Mittagessen			
Kurs Nachmittag			
Nachtessen			
Übernachtung			

Absender:	
Name:	
Vorname:	
Strasse:	
PLZ:	
Ort:	
Telefon:	

Bitte zutreffendes ankreuzen und Karte bis Mo 3. Januar 2022, einsenden:

Alice Gwerder, Haselbach 4, 6436 Muotathal info@baeuerinnen-sz.ch