frauen
gemeinschaft
sarnen

Jahresprogramm

2025

Liebe Frauen

An der Generalversammlung 2024 haben wir uns nach euren Wünschen fürs Jahresprogramm erkundigt. Es ist eine Liste mit vielen Ideen und Inputs entstanden. Einige davon findet ihr im neuen Programm.

Im neuen Vereinsjahr starten wir mit der Umsetzung unseres Leitbildes. Jedes Jahr legen wir einen Schwerpunkt für eine Anspruchsgruppe fest. Dieses Jahr setzen wir den Fokus auf «Alle». Wir informieren euch an der GV im Februar genauer darüber.

Die Frauengemeinschaft Sarnen lebt. So wird es im neuen Vereinsjahr wieder Veränderungen im Vorstand geben. Das ist gut so und es geht mit neuen Ideen und frischem Wind weiter. Die Zusammenarbeit im Vorstand macht viel Freude. Wir arbeiten, diskutieren viel, aber ebenso oft lachen wir zusammen, unternehmen etwas und haben einen regen Austausch. Ich persönlich (Jolanda) möchte all die Jahre im Vorstand nicht missen. Es war eine bereichernde Zeit. Vielen Dank.

Wir freuen uns auf viele Begegnungen mit euch.
Herzliche Grüsse

Frauengemeinschaft Sarnen
Co-Präsidium

Jolanda Rohrer und Daniela Häller

WILLKOMMEN im Frauengemeinschafts-Jahr 2025

JANUAR

MI, 1.1. **Abendspaziergang**
Wir treffen uns um 18.30 Uhr bei der Dreifachhalle Sarnen, flanieren gemeinsam eine Stunde und geniessen die Zeit.
Weitere Daten: immer am ersten Mittwoch im Monat

SO, 5.1. **Kinder- und Familiensegnung**
anschliessend Königskuchen essen
Zeit: 16.30 bis 17.30 Uhr
Ort: Pfarrkirche Sarnen
Eingeladen: Familien mit jüngeren Kindern

DI, 7.1. **Chrabblä, spielä, zämä sii – Generationenübergreifendes Käfälä**
Zeit: 9.00 bis ca. 11.00 Uhr
Ort: Altersresidenz am Schärmä, Sarnen, Haus Schmetterling

MI, 15.1. **Strickrunde** 13.30 Uhr bei Erika Stifani

MI, 15.1. **Selbstverteidigungskurs** «Ich stehe für mich ein»
Stärke dein Selbstvertrauen und lerne, dich zu verteidigen. Unterstützt werden wir von Felix Martinez, einem ausgebildeten Personenschützer und Träger des 3. Dan in Shotokan Karate.
Zeit: 1. Gruppe (max. 16 Personen) 13.00 bis 14.00 Uhr
2. Gruppe (max. 16 Personen) 14.00 bis 15.00 Uhr
3. Gruppe (max. 16 Personen) 15.00 bis 16.00 Uhr
Ort: Alte Dorfturnhalle, Schulhaus Sarnen
Kosten: CHF 15.– pro Familie (mit eigenen Kindern)
CHF 8.– pro Kind ohne Begleitperson
Mitnehmen: Turnkleidung, Schuhe mit weissen Sohlen oder barfuss, Trinkflasche
Wichtig: Alter 7 – 99 Jahre

Jüngere Kinder am besten mit einer erwachsenen Begleitperson. Kinder ab der Mittelstufe dürfen auch allein teilnehmen.

Anmeldung: bis 10. Januar mittels QR-Code

MI, 22.1. **Eltern-Kind-Singen im Jahreskreis**

Mütter, Väter, Gottis, … mit Kindern sind eingeladen zum gemeinsamen Singen und Bewegen. Wir lernen Lieder und Tänze zu den jeweiligen Jahreszeiten und Festen kennen. Wir empfehlen diesen Anlass für Kinder von 1½ bis 4 Jahre mit je einer erwachsenen Person.

Zeit: 15.30 bis 16.15 Uhr
Ort: Peterhofsaal 1. OG
Leitung: Melanie Gasser-Imfeld, Kindergärtnerin
Kosten: CHF 5.– pro Familie
Mitnehmen: Rutschfeste Socken, Getränk

SO, 26.1. **Frauenfondue «Fäden ziehen» organisiert vom Frauenforum Obwalden**

Ort: Landgasthof Schlüssel, Alpnach Dorf
Anmeldung: bis 17. Januar an Veronika Wagner, veronika.wagner@bluewin.ch oder 041 660 23 26

DO, 30.1. **Spannendes von unseren FG-Frauen**

mit Helen Keiser-Fürrer, Juristin, Kantonsrätin, Mitglied FG Sarnen. Auch in Obwalden ist es nicht nur immer friedlich. Helen Keiser-Fürrer gibt uns einen Einblick in ihre Zeit als Verhörrichterin in unserem Kanton. Die «Leichen in den Fässern im Lungerersee» wurden in ihrer Amtszeit entdeckt. Von diesem und anderem werden wir an diesem Abend hören. Den Abend runden wir mit einem Apéro ab.

Ort: Pfarreizentrum Sarnen
Zeit: 19.00 bis ca. 19.45 Uhr/anschliessend Apéro
Kosten: gratis/Türkollekte
Anmeldung: bis 17. Januar an Ursi Wirz, 079 202 85 47 oder fgsarnen@gmx.ch

Bereits haben uns Gabriela Lischer aus ihrer Klosterzeit und Julia Koch, Autorin, aus einem Teil ihres Lebens berichtet. Mit Helen Keiser-Fürrer setzen wir diese Reihe fort. Vielleicht hast auch du eine Idee, wer aus unserem Verein im nächsten Programm etwas erzählen könnte? Melde dich bei uns.

FEBRUAR

DI, 4.2. **Chrabblä, spielä, zämä sii – Generationenübergreifendes Käfälä**
familien treff sarnen
Zeit: 9.00 bis ca. 11.00 Uhr
Ort: Altersresidenz am Schärmä, Sarnen, Haus Schmetterling

MI, 5.2. **Blasiussegen mit Brotsegnung für alle**
FAMILIÄ CHILÄ
Zeit: 15.30 Uhr
Ort: Dorfkapelle Sarnen

MI, 5.2. **Abendspaziergang**
Wir treffen uns um 18.30 Uhr bei der Dreifachhalle Sarnen, flanieren gemeinsam eine Stunde und geniessen die Zeit.

DO, 6.2. **Mittagessen mit gemütlicher Unterhaltung für Witwen und alleinstehende Frauen, organisiert vom Frauenbund OW**
Zeit: 12.00 bis ca. 16.00 Uhr
Ort: Landgasthof Grossteil, Giswil
Kosten: CHF 35.–
Anmeldung: bis 27. Januar an Frauenbund Obwalden, 079 700 77 84 oder frauenbund-ow@bluewin.ch

FR, 7.2. **Generalversammlung**
Zeit: 19.00 Uhr Besinnliche Feier in der Pfarrkirche Sarnen
20.00 Uhr Generalversammlung im Pfarreizentrum Sarnen (siehe separate Einladung)
Anmeldung: bis 31. Januar an fgsarnen@gmx.ch
Daniela Häller, 041 660 93 71
Jolanda Rohrer, 079 422 42 14

SA, 15.2. **Spielgruppe Peterhof «Tag der offenen Tür»**
spielgruppe peterhof sarnen
Zeit: 10.00 bis 14.00 Uhr
Ort: Wilerstrasse 2, Sarnen
www.spielgruppe-peterhof.ch

MI, 19.2. **Strickrunde** 13.30 Uhr bei Erika Stifani

MI, 19.2. **Fasnachtsparty**
mit Basteln, Schminken, Musik, Tanzanimation mit Judith und mit ganz viel Spass!
Zeit: 14.00 bis 16.00 Uhr
Ort: Pfarreizentrum Peterhof
Kosten: CHF 5.– pro Kind für Mitglieder FG Sarnen
CHF 7.– pro Kind für Nicht-Mitglieder
Wichtig: Kinder und Begleitpersonen sind fasnächtlich verkleidet
Anmeldung: bis 16. Februar mittels QR-Code

familien treff sarnen

DO, 20.2. **Jass- und Spieleabend**
Wir verbringen einen gemütlichen Abend mit Jassen und/oder Spielen. Verschiedene Spiele können ausprobiert werden. Kennst auch du ein interessantes, spannendes oder geselliges Spiel? Bring es mit und zeige es uns an diesem Abend. Für Getränk und Knabberei wird gesorgt.
Zeit: 19.00 Uhr
Ort: Pfarreizentrum Sarnen
Kosten: gratis/Türkollekte
Anmeldung: bis 13. Februar an Ursi Wirz, 079 202 85 47 oder fgsarnen@gmx.ch

MÄRZ

MI, 5.3. **Abendspaziergang**
Wir treffen uns um 18.30 Uhr bei der Dreifachhalle Sarnen, flanieren gemeinsam eine Stunde und geniessen die Zeit.

FR, 7.3. **Weltgebetstagfeier – Frauen von den Cookinseln**
Eine Zusammenarbeit der FGs von Kägiswil, Stalden, Sarnen und Alpnach
Die Cookinseln befinden sich, von der Schweiz aus gesehen, auf der anderen Seite der Welt, wo der Tag 11 Stunden später beginnt als bei uns, genauer: im sogenannten Polynesischen Dreieck im südpazifischen Ozean. Die 15 Inseln mit einer Gesamtfläche von 240 km² verteilen sich über eine Meeresfläche von über 2 Millionen km². «Wunderbar geschaffen» sind die Menschen dieser Inseln und wir alle.

Machen wir uns also auf zu einer weiten imaginären Reise zu den Frauen, die uns diesen Gottesdienst schenken. Gerne laden wir alle Interessierten aller Konfessionen zum gemeinsamen Begegnen ein. Nach der Feier werden Kaffee/Tee und Spezialitäten aus dem Gastland angeboten.

Treffpunkt: 19.10 Uhr Parkplatz Ei für Fahrgemeinschaft
19.30 Uhr Feier in der reformierten Kirche Alpnach, Chlewigenmatt 6

SA, 8.3. **Fiire mit de Chliinä und Familiä Chilä**

Zeit: 10.00 Uhr
Ort: Reformierte Kirche Sarnen
Eingeladen: Familien mit jüngeren Kindern bis Kindergarten

MI, 12.3. **Häkelkörbchen mit Bobbiny Garn**

Gemeinsam häkeln wir ein kleines Körbchen. Dabei lernst du alle Techniken, die du dafür benötigst:
- Häkeln in Runden mit dem Maschenstich
- Zunahmen an der richtigen Stelle
- Unsichtbare Übergänge

Voraussetzungen:
- Du kannst bereits Luftmaschen, Kettenmaschen und feste Maschen häkeln.
- Bringe, falls vorhanden, Häkelnadeln in den Grössen Nr. 5–6 und 8–10 sowie Schreibzeug und eine Schere mit.

Kursleiterin: Andrea Gerber
Zeit: 19.00 bis ca. 21.30 Uhr
Ort: Garnart, Poststrasse 4, Sarnen
Kosten: CHF 50.– für Mitglieder FG Sarnen, plus Material
CHF 60.– für Nicht-Mitglieder, plus Material
Anmeldung: bis 22. Februar an Gabriela Schöni, 079 300 72 24 oder fgsarnen@gmx.ch

DO, 13.3. **Gemütlicher Schlummertrunk für Mamis/Papis**

Bei Lagerfeuer, Kaffee, Punsch und Lebkuchen sich einen freien Abend gönnen… Mal Zeit und Raum für gemütliche Gespräche mit Gleichgesinnten – einfach spontan vorbeikommen!

Zeit: ab 19.30 Uhr
Ort: Feuerstelle beim Schulhaus 3 Spielplatz, neben der Sarner Aa (beim grünen Sportplatz)

Anmeldung: Keine erforderlich
Wichtig: Findet bei jedem Wetter statt, ausser bei Sturm, bitte wetterfest anziehen. Möglichkeit von gedecktem Platz vorhanden. Bei Fragen 079 603 67 57

SA, 15.3. **Familiengottesdienst anschliessend Fastenznacht für alle**
Zeit: 17.00 Uhr
Ort: Pfarrkirche Sarnen, Pfarreizentrum

MI, 19.3. **Strickrunde** 13.30 Uhr bei Erika Stifani

DO, 20.3. **Workshop für Eltern**
Mit Kindern Spiritualität leben, Rituale gestalten
Zeit: 19.30 bis 21.00 Uhr
Ort: Pfarreizentrum Peterhof
Eingeladen: Eltern von Kindern im Vorschulalter bis und mit 3. Klasse.
Anmeldung: bis 12. Februar an Agnes Kehrli, 077 496 25 57

FR, 21.3. **GV 64 Jahre Frauenbund Obwalden**

SA, 29.3. **Minigolf für alle**
Ob mit der ganzen Familie oder einfach ein KollegInnen-Kindertrüppli – beim Minigolfen ist Spass doch garantiert!
Zeit: 13.30 bis 16.00 Uhr
Ort: Minigolfanlage Seefeld, Sarnen
Kosten: CHF 2.– pro Person (ab 6 bis 99 Jahre)
Kinder unter 6 Jahren sind gratis
Anmeldung: keine erforderlich
Wichtig: Anlass findet nur bei trockener Witterung statt. Bei unsicherer Wetterlage, wird ab 12.00 Uhr auf der Homepage www.fgsarnen.com ersichtlich sein, ob die Minigolfanlage für uns geöffnet wird.
Pro Gruppe muss mindestens 1 Person unter 12 Jahren sein.
Minigolfanlage ist rollstuhlgängig und kinderwagentauglich.

APRIL

DI, 1. 4. **Chrabblä, spielä, zämä sii – Generationenübergreifendes Käfälä**

familien treff sarnen

Zeit: 9.00 bis ca. 11.00 Uhr
Ort: Altersresidenz am Schärmä, Sarnen, Haus Schmetterling

MI, 2. 4. **Abendspaziergang**
Wir treffen uns um 18.30 Uhr bei der Dreifachhalle Sarnen, flanieren gemeinsam eine Stunde und geniessen die Zeit.

SA, 12. 4. **Auf der Suche nach dem richtigen Osternest**
Hast du eine gute Schnüffelnase, gute Augen oder ein Detektiv-Gespür für versteckte Sachen? Finde das richtige Osternest! Nein, nicht irgendeins – sondern dein persönliches!
Zeit: 10.30 bis 12.00 Uhr
Ort: Enetriederwald Sarnen, Waldplatz Blätterdach, neben Startpunkt VitaParcours, Weg ist markiert

familien treff sarnen

Kosten: CHF 5.– pro Nest für Mitglieder FG Sarnen
CHF 7.– pro Nest für Nicht-Mitglieder
Wichtig: Findet bei jedem Wetter statt, ausser bei Sturm. Bitte wald- und wetterfest anziehen. Anschliessend machen wir bei der Feuerstelle noch ein gemütliches Feuer, wo gebrätelt werden kann. Die Familien, die möchten, dürfen ihr Zmittag und etwas zum Trinken mitnehmen und die abenteuerliche Osternestsuche gemütlich ausklingen lassen.
Anmeldung: bis 6. April mittels QR-Code

MI, 16. 4. **Strickrunde** 13.30 Uhr bei Erika Stifani

FR, 18. 4. **Karfreitagsweg für alle**
Zeit: 17.00 Uhr
Ort: um die Pfarrkirche Sarnen

FAMILIÄ CHILÄ

MO, 21. 4. **Meditation in Musik und Wort**
Besinnung und Entspannung
Zeit: 19.00 Uhr
Ort: Dorfkapelle Sarnen

MAI

MO, 5.5. **Babysitterkurs** wird in Zusammenarbeit mit dem Schweizerischen Roten Kreuz Luzern Unterwalden Zug durchgeführt. Im Kurs werden interessierte Jugendliche mit Grundlagen der Kinderbetreuung vertraut gemacht, damit sie die anspruchsvolle Aufgabe als Babysitterin oder Babysitter verantwortungsvoll und sicher ausüben können. Der Kurs richtet sich an Jugendliche im Alter von 13 bis 17 Jahren.

Daten: MO, 5.5. / DO, 8.5. / MO, 12.5. / DO, 15.5.
Zeit: jeweils 17.30 bis 20.00 Uhr
Ort: Peterhofsaal, 1. OG, Bergstrasse 2A, Sarnen
Preis: CHF 120.– wird vom SRK Luzern Unterwalden Zug in Rechnung gestellt
Leitung: Julia Durrer, 079 225 86 89, roethlinjulia@hotmail.com
Anmeldung: bis 14. April unter www.srk-zentralschweiz.ch oder an Edith Wallimann, 041 662 22 22 oder edith.wallimann@gmx.ch
Wichtig: Bei Abmeldung gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) für Bildungsangebote vom SRK Luzern Unterwalden Zug. Die Abmeldung muss schriftlich erfolgen.

DI, 6.5. **Wallfahrt nach Einsiedeln für Witwen und alleinstehende Frauen, organisiert vom Frauenbund OW**

Hinfahrt: 8.50 Uhr, Bahnhof Sarnen mit dem Car
Kosten: CHF 38.–, Mittagessen individuell
Hl. Messe: 11.15 Uhr Konventamt in der Kirche
Segen: 15.15 Uhr vor der Gnadenkapelle
Rückfahrt: ca. 15.45 Uhr
Anmeldung: bis 26. April an Frauenbund Obwalden, 079 700 77 84 oder frauenbund-ow@bluewin.ch

DI, 6.5. **Chrabblä, spielä, zämä sii – Generationenübergreifendes Käfälä**

familien treff sarnen

Zeit: 9.00 bis ca. 11.00 Uhr
Ort: Altersresidenz am Schärmä, Sarnen, Haus Schmetterling

MI, 7.5. **Wie verhalte ich mich im Strassenverkehr**

PolizistInnen zeigen den Kindern (ca. 2½ bis 6 Jahre), was sie beachten sollen, wenn sie mit dem Laufrad, Kickboard oder Velo im Strassenverkehr unterwegs sind.

Zeit: 14.00 bis ca. 15.30 Uhr

Ort: Verkehrsgarten Schulhausareal, Sarnen
Kosten: CHF 5.– pro Kind für Mitglieder FG Sarnen
CHF 7.– pro Kind für Nicht-Mitglieder
Mitnehmen: Laufrad, Kickboard oder Velo
Gut sitzender Helm ist Pflicht!
Wichtig: Kinder kommen in Begleitung einer erwachsenen Person. Findet bei jedem Wetter statt, ausser bei Sturm.
Anmeldung: bis 29. April mittels QR-Code

MI, 7.5. **Abendspaziergang**
Wir treffen uns um 18.30 Uhr bei der Dreifachhalle Sarnen, flanieren gemeinsam eine Stunde und geniessen die Zeit.

DO, 8.5. **Meditation – Stille erleben**
Ein wenig zur Ruhe kommen, Kraft tanken und geniessen. Karin Dähler nimmt uns mit auf eine geführte Meditation. Wir freuen uns auf einen entspannenden Abend und lassen ihn mit einer Tasse Tee ausklingen.
Ort: Kursraum Körper und Bewegung, Büntenterminal, Güterstrasse 3, Sarnen
Zeit: 19.00 bis 20.00 Uhr
Kursleitung: Karin Dähler
Kosten: CHF 20.– Mitglieder FG Sarnen, CHF 30.– Nicht-Mitglieder
Anmeldung: bis 25. April an Carmen Kiser, Telefon 041 660 81 68 oder fgsarnen@gmx.ch

MI, 14.5. oder MI, 21.5. **Ponyreiten**
Wir machen einen kleinen Spaziergang mit den Ponys und wir wechseln uns mit dem Reiten ab. Natürlich werden wir die Ponys zuerst noch gemeinsam putzen und mit ihnen kuscheln.
Zeit: 14.00 bis ca. 16.30 Uhr
Ort: Ponyspielgruppe Langstrumpf, Oberimatt 2, Giswil
Kosten: CHF 5.– pro Kind für Mitglieder FG Sarnen
CHF 7.– pro Kind für Nicht-Mitglieder
Wichtig: Das Kind kann selbstständig auf dem Pferd sitzen. Mit Begleitperson. Findet bei jedem Wetter statt, ausser bei Sturm, wetterfest anziehen. Eigenen Velohelm/Skihelm mitbringen. Geschlossene Schuhe tragen. Anzahl Plätze pro Datum limitiert
Anmeldung: bis 8. Mai mittels QR-Code

SA, 17.5. **Kinderkonzert mit Bruno Hächler**

Bruno Hächler singt Ohrwürmer aus seinem Kinderliederrepertoir und stellt sein 20. Buch «Lotta, das Feuerwehrauto» vor. Seit vielen Jahren schreibt und singt Bruno Hächler für Kinder und die ganze Familie.
Dauer des Konzerts 1 Std. Geeignet für Kinder ab 4 Jahren.

Zeit: 17.00 Uhr
Ort: «Hüetli»-Areal, Marktstrasse 5, Sarnen
Kosten: CHF 10.– (für Gross und Klein)
Tickets: www.fzo.ch/veranstaltungen/brunohaechler

familien treff sarnen

Eine Veranstaltung des Freizeitzentrums Obwalden und der Kantonsbibliothek Obwalden. Für das leibliche Wohl sorgt das Restaurant «La mesa».

DI, 20.5. **Vereinsausflug nach Bern**

Unser Vereinsausflug führt uns dieses Jahr in die Bundeshauptstadt Bern. Wir besuchen das Museum für Kommunikation mit der Sonderausstellung «Dance» und erleben die verschiedenen Facetten der Kommunikation. Das Mittagessen geniessen wir in der Berner Altstadt. Danach bleibt genügend Zeit, um unter den Lauben von Bern zu flanieren.

Abfahrt: 7.15 Uhr Wilen Post
7.20 Uhr Bushaltestelle Kirchhofen
7.30 Uhr Parkplatz Ei
Rückkehr: 19.00 Uhr
Kosten: CHF 95.– Mitglieder FG Sarnen, CHF 105.– Nicht-Mitglieder
Anmeldung: bis 12. Mai an Daniela Häller, 041 660 93 71
oder fgsarnen@gmx.ch
Bitte Einsteigeort angeben. Teilnehmerzahl beschränkt

MI, 21.5. **Eltern-Kind-Singen im Jahreskreis**

Mütter, Väter, Gottis, ... mit Kindern sind eingeladen zum gemeinsamen Singen und Bewegen. Wir lernen Lieder und Tänze zu den jeweiligen Jahreszeiten und Festen kennen. Wir empfehlen diesen Anlass für Kinder von 1½ bis 4 Jahre mit je einer erwachsenen Person.

Zeit: 15.30 bis 16.15 Uhr
Ort: Peterhofsaal 1. OG
Leitung: Melanie Gasser-Imfeld, Kindergärtnerin
Kosten: CHF 5.– pro Familie
Mitnehmen: rutschfeste Socken, Getränk

FAMILIÄ CHILÄ

MI, 21.5. **Strickrunde** 13.30 Uhr bei Erika Stifani

DO, 22.5. **Maiandacht – gemeinsam mit der FG Stalden**
Zeit: 19.15 Uhr
Ort: Kirchenplatz Stalden
Wir feiern draussen eine stimmige Andacht, rund ums Feuer, zusammen mit Judith Wallimann. Bei jeder Witterung. Eine Überdachung und Sitzbänke sind vorhanden, anschliessend gemütliches Zusammensein bei Kaffee/Tee und Kuchen.

JUNI

DI, 3.6. **Chrabblä, spielä, zämä sii – Generationenübergreifendes Käfälä**
familien treff sarnen
Zeit: 9.00 bis ca. 11.00 Uhr
Ort: Altersresidenz am Schärmä, Sarnen, Haus Schmetterling

MI, 4.6. **Abendspaziergang**
Wir treffen uns um 18.30 Uhr bei der Dreifachhalle Sarnen, flanieren gemeinsam eine Stunde und geniessen die Zeit.

SA, 14.6. **Morgenspaziergang mit anschliessendem Morgenessen im Mittelpunkt von Obwalden**
Wir spazieren von Flüeli-Ranft über Churigen nach Glotersegg. Dort erwartet uns ein feines Morgenessen. Zurück geht es wieder über Churigen nach Flüeli-Ranft.
Zeit: 7.00 Uhr Parkplatz Ei für Fahrgemeinschaft
Kosten: Die Frauengemeinschaft Sarnen offeriert das Morgenessen.
Anmeldung: bis Samstag, 7. Juni an Nelly Durrer, 077 411 03 40 oder fgsarnen@gmx.ch

MI, 18.6. **Strickrunde** 13.30 Uhr bei Erika Stifani

JULI

DI, 1.7. **Chrabblä, spielä, zämä sii – Generationenübergreifendes Käfälä**
familien treff sarnen
Zeit: 9.00 bis ca. 11.00 Uhr
Ort: Altersresidenz am Schärmä, Sarnen, Haus Schmetterling

MI, 2.7. **Abendspaziergang**
Wir treffen uns um 18.30 Uhr in der Dreifachhalle Sarnen, flanieren gemeinsam eine Stunde und geniessen die Zeit.

FR, 4.7. **Meditation in Musik und Wort**
Besinnung und Entspannung
Zeit: 19.00 Uhr
Ort: Dorfkapelle Sarnen

Sommerferien – wir wünschen euch allen erholsame Tage

AUGUST

MI, 6.8. **Abendspaziergang**
Wir treffen uns um 18.30 Uhr bei der Dreifachhalle Sarnen, flanieren gemeinsam eine Stunde und geniessen die Zeit.

SO, 17.8. **Segnungsritual zum neuen Schuljahr «To go»**
Zeit: ab 16.00 bis 17.30 Uhr
Ort: Dorfkapelle Sarnen
Eingeladen: Kindergarten, Unterstufe/Primar mit Begleitpersonen

MI, 20.8. **Strickrunde** 13.30 Uhr bei Erika Stifani

DI, 26.8. **Kin-Ball Schnupperabend –**
Entdecke den Spass am Kin-Ball
Hast du Lust auf eine neue, aufregende Sportart? Dann komm zu unserem Kin-Ball Schnupperabend! Kin-Ball ist ein Teamspiel, das Geschicklichkeit, Teamarbeit und jede Menge Spass vereint. Egal ob du Anfänger oder bereits sportlich aktiv bist – jede ist herzlich willkommen.
Was erwartet dich?
- Einführung in die Regeln und Techniken des Kin-Ball
- Spielerische Übungen und erste Spiele
- Gelegenheit, neue Leute kennenzulernen
- Spass und Bewegung in einer entspannten Atmosphäre

Wir freuen uns auf einen spannenden Abend voller Bewegung und Teamgeist! Sei dabei und erlebe Kin-Ball hautnah.
Treffpunkt: Vor der Dreifachhalle Sarnen
Zeit: 17.30 bis 20.30 Uhr

Mitnehmen: Sportkleidung und Turnschuhe (no-marking)
Kosten: CHF 5.– Mitglieder FG Sarnen, CHF 15.– Nicht-Mitglieder
Anmeldung: bis 18. August an Sabine Wieland, 079 376 12 43 oder fgsarnen@gmx.ch
Wichtig: Teilnehmeranzahl ist beschränkt

SEPTEMBER

Frauen-Netzwerk-Adventskalender
Der Frauen-Netzwerk-Adventskalender geht dieses Jahr bereits «in die dritte Runde». Hast du Lust, Teil dieses Projekts zu werden?

So funktioniert es:
- Jede Teilnehmerin überlegt sich ein Adventsgschänkli (24x das Gleiche). Das Gschänkli darf etwas ganz Kleines, etwas Persönliches, etwas Gekauftes, etwas Selbstgemachtes, etwas ganz Normales, etwas sehr Spezielles … sein.
- Du machst mit deinem Gschänkli 24 kleine Päckli. Du schreibst das zugeteilte Datum auf jedes deiner 24 Päckli.
- Am 28. November treffen wir uns um 19.00 Uhr zum Adventspäckli-Austausch und zu einem gemütlichen Umtrunk und Beisammensein im Peterhofsaal.
- Und dann kann's bei dir zu Hause losgehen … Vom 1. bis 24. Dezember wartet täglich die kleine Adventsüberraschung einer anderen «Gschänklifee» auf dich.

Anmeldung: bis 22. September an Ruth Schwab, 076 462 42 50 oder fgsarnen@gmx.ch (Melden sich mehr als 24 Frauen, gibt es eine zweite Gruppe.)

Bis Ende September erhältst du von der Koordinatorin deinen Adventskalendertag (1.–24.) zugeteilt und die weiteren wichtigen Infos.

Scheen, wenn dui ai (wieder) derbiä bisch …

DI, 2.9. **Chrabblä, spielä, zämä sii – Generationenübergreifendes Käfälä**

familien treff sarnen

Zeit: 9.00 bis ca. 11.00 Uhr
Ort: Altersresidenz am Schärmä, Sarnen, Haus Schmetterling

MI, 3.9. **Besuch bei der Feuerwehr**

Fühl dich wie ein Feuerwehrmann oder eine Feuerwehrfrau! Ein Feuerwehrauto von innen betrachten, mit dem Hubretter hoch hinaus oder ein Feuer löschen? Komm zu diesem interessanten und unvergesslichen Nachmittag mit viel Action.

Zeit: 14.00 bis ca. 16.30 Uhr
Ort: Feuerwehrlokal Ei, Sarnen
Kosten: CHF 5.– pro Kind für Mitglieder FG Sarnen
CHF 7.– pro Kind für Nicht-Mitglieder
Wichtig: Mit Begleitperson, Ersatzkleider mitnehmen
Findet bei jedem Wetter statt, ausser bei Sturm.
Anmeldung: bis 29. August mittels QR-Code

familien treff sarnen

MI, 3.9. **Abendspaziergang**

Wir treffen uns um 18.30 Uhr bei der Dreifachhalle Sarnen, flanieren gemeinsam eine Stunde und geniessen die Zeit.

MI, 17.9. **Strickrunde** 13.30 Uhr bei Erika Stifani

MI, 17.9. **Eltern-Kind-Singen im Jahreskreis**

Mütter, Väter, Gottis, … mit Kindern sind eingeladen zum gemeinsamen Singen und Bewegen. Wir lernen Lieder und Tänze zu den jeweiligen Jahreszeiten und Festen kennen. Wir empfehlen diesen Anlass für Kinder von 1½ bis 4 Jahre mit je einer erwachsenen Person.

Zeit: 15.30 bis 16.15 Uhr
Ort: Peterhofsaal 1. OG
Leitung: Melanie Gasser-Imfeld, Kindergärtnerin
Kosten: CHF 5.– pro Familie
Mitnehmen: rutschfeste Socken, Getränk

FAMILIÂ CHILÂ

MO, 29.9. **Sternwarte Glaubenberg**

Geniesse eine Reise in die Tiefe des Weltalls auf dem Glaubenberg. Edy von Bergen wird uns in seiner Sternwarte Glaubenberg mit grossen Teleskopen viel Wissenswertes über unser Universum berichten. Bei schlechter Witterung wird uns mit moderner Software das himmlische Erlebnis ins Restaurant Kaltbad gebracht. Vorgängig werden wir im Schwendi Kaltbad ein gemeinsames Nachtessen geniessen.

Treffpunkt: 17.45 Uhr Parkplatz Ei

Rückkehr: ca. 23.00 Uhr
Kosten: CHF 25.– plus Nachtessen Mitglieder FG Sarnen,
CHF 35.– plus Nachtessen Nicht-Mitglieder
Anmeldung: bis 15. September an Daniela Häller, 041 660 93 71
oder fgsarnen@gmx.ch

OKTOBER

MI, 1.10. **Abendspaziergang**
Wir treffen uns um 18.30 Uhr bei der Dreifachhalle Sarnen, flanieren gemeinsam eine Stunde und geniessen die Zeit.

DI, 7.10. **Chrabblä, spielä, zämä sii – Generationenübergreifendes Käfälä**
familien treff sarnen
Zeit: 9.00 bis ca. 11.00 Uhr
Ort: Altersresidenz am Schärmä, Sarnen, Haus Schmetterling

MO, 13.10. **Elternkurs – Erziehung durch Beziehung mit liebevoller Führung**
Bei der elterlichen Führung, welche auf dem Wertefundament von Jesper Juul basiert, liegt der Fokus auf der Beziehung und nicht auf dem Gehorsam. Anita Kurmann wird mit uns (Müttern und Vätern) an diesem Abend den Fokus darauf richten, wie elterliche Führung ohne Manipulationen wie Belohnung, Bestrafung und Drohungen, gelingen kann. Neben ihren Inputs besteht Raum für Austausch und Fragen. Für einen Familienalltag, in welchem Freude und Gelassenheit mehr Raum bekommen.
Leitung: Anita Kurmann, Familienberaterin, Sozialpädagogin, Mutter
Treffpunkt: Pfarreizentrum Sarnen
Zeit: 19.30 bis ca. 21.30 Uhr
familien treff sarnen
Kosten: CHF 10.– pro Person für Mitglieder FG Sarnen,
CHF 20.– pro Person für Nicht-Mitglieder
Anmeldung: bis 6. Oktober an Sabine Wieland,
079 376 12 43 oder fgsarnen@gmx.ch

MI, 15.10. **Fiire mit de Chliinä und Familiä Chilä**
Zeit: 9.00 Uhr
Ort: Pfarrkirche Sarnen
Eingeladen: Familien mit jüngeren Kindern bis Kindergarten
FAMILIÄ CHILÄ

MI, 15.10. **Strickrunde** 13.30 Uhr bei Erika Stifani

MI, 15.10. **Wir helfen beim Mosten**

Wie viele Apfelsorten kennst du? Elmar wird uns vieles über diese leckere Frucht erzählen können. Du darfst unterschiedliche Äpfel degustieren. Welcher schmeckt dir am besten? Wir dürfen Elmar beim Mosten helfen. Hast du auch schon ganz frischen Most ab der Presse getrunken? Lecker! Deinen Lieblingsbecher von zu Hause nicht vergessen!

Zeit: 14.00 bis 16.00 Uhr
Ort: Demeter-Bauernhof Burch Elmar, Mattacher 1, Wilen
Kosten: CHF 5.– pro Kind für Mitglieder FG Sarnen
CHF 7.– pro Kind für Nicht-Mitglieder
Wichtig: Mit Begleitperson, eigenen Becher und Znüni mitbringen, findet bei jedem Wetter statt, ausser bei Sturm, wetterfest anziehen
Anmeldung: bis 10. Oktober mittels QR-Code

familien treff sarnen

DO, 23.10. **Creme, Salbe und Lotion**

Herstellung von Naturkosmetika

Wir tauchen an diesem Abend ein in die Welt der einheimischen Heilpflanzen und deren Wirkungen, lernen Grundlagen der Kosmetikherstellung kennen und stellen selber verschiedene naturkosmetische Produkte her. Du wirst mit einem Sammelsurium an Salben, Lotionen, … nach Hause gehen. Lass dich überraschen!

Zeit: 19.00 bis 21.30 Uhr
Ort: Pfarreizentrum Sarnen
Leitung: Ruth Schwab, Heilpflanzenfachfrau, creadivers.ch
Kosten: CHF 25.– Mitglieder FG Sarnen, CHF 35.– Nicht-Mitglieder
Zusätzliche Materialkosten: ca. CHF 45.–
Mitnehmen: saubere Küchenschürze, Gummischaber, Trichter, Schreibzeug/Farb-/Filzstifte zur Gestaltung der Etiketten
Anmeldung: bis 4. Oktober an Ruth Schwab, 076 462 42 50 oder fgsarnen@gmx.ch

NOVEMBER

SO, 2.11. **Gedenkfeier für Sternenkinder**
Zeit: 17.00 Uhr
Ort: Reformierte Kirche Sarnen
Eingeladen: Betroffene Familien und Angehörige

MO, 3.11. **Zytladä Lindenhof/Strick- und Nährunde**
Verkauf der selbsthergestellten Artikel in dieser Woche

DI, 4.11. **Chrabblä, spielä, zämä sii – Generationenübergreifendes Käfälä**
Zeit: 9.00 bis ca. 11.00 Uhr
Ort: Altersresidenz am Schärmä, Sarnen, Haus Schmetterling

MI, 5.11. **Abendspaziergang**
Wir treffen uns um 18.30 Uhr bei der Dreifachhalle Sarnen, flanieren gemeinsam eine Stunde und geniessen die Zeit.

DI, 11.11. **Besinnungstag für Witfrauen**
Ort: Residenz am Schärmä, Sarnen
Zeit:
9.30 Uhr Saalöffnung
10.00 Uhr Begrüssungskaffee mit Gipfeli
10.30 Uhr Vortrag
12.00 Uhr Mittagessen
14.00 Uhr Abschlussgottesdienst
Kosten: CHF 35.–
Anmeldung: bis 2. November an Frauenbund Obwalden, 079 700 77 84 oder frauenbund-ow@bluewin.ch

SA, 15.11. **Frauenzmorgä, organisiert vom Frauenforum Obwalden**
Ort: Landgasthof Grossteil, Giswil
Anmeldung: bis 9. November an Veronika Wagner, veronika.wagner@bluewin.ch oder 041 660 23 26

MI, 19.11. **Eltern-Kind-Singen im Jahreskreis**
Mütter, Väter, Gottis, … mit Kindern sind eingeladen zum gemeinsamen Singen und Bewegen. Wir lernen Lieder und Tänze zu den jeweiligen Jahreszeiten und Festen kennen. Wir empfehlen diesen Anlass für Kinder von 1½ bis 4 Jahre mit je einer erwachsenen Person.

Zeit: 15.30 bis 16.15 Uhr
Ort: Peterhofsaal 1. OG
Leitung: Melanie Gasser-Imfeld, Kindergärtnerin
Kosten: CHF 5.– pro Familie
Mitnehmen: rutschfeste Socken, Getränk

MI, 19.11. **Strickrunde** 13.30 Uhr bei Erika Stifani

MI, 19.11. **Besinnliche Feier zum Fest der heiligen Elisabeth**
(nähere Infos folgen)

FR, 28.11. **Latärnli basteln mit anschliessendem Latärnliumzug**
Lass deiner Kreativität freien Lauf und bastle deine persönliche Laterne. Nach einer kleinen Stärkung machen wir einen Laternenumzug durchs Dorf. Start beim Altersresidenz am Schärmä, Ende beim Dorfplatz. Alle, die noch mögen, dürfen sich zum Abschluss in der Dorfkapelle Sarnen eine schöne Geschichte anhören.
Zeit: 16.00 Uhr Beginn mit dem Basteln
Ort: Altersresidenz am Schärmä,
Haus Schmetterling, grosser Saal 3
17.00 Uhr Stärkung mit Wienerli und Brot
17.45 Uhr Umzugsstart mit den anwesenden Familien und Bewohnern des Altersheims
Kosten: CHF 6.– pro Kind für Mitglieder FG Sarnen
CHF 8.– pro Kind für Nicht-Mitglieder
(Preis enthält Latärnli und die Stärkung)
Findet bei jedem Wetter statt, ausser bei Sturm.
Bitte wetterfest anziehen
Anmeldung: bis 23. November mittels QR-Code

FR, 28.11. **Frauen-Netzwerk-Adventspäckli-Austausch**
Zeit: 19.00 Uhr
Ort: Peterhofsaal 1. OG

SO, 30.11. **Adventsfiir, eine besinnliche halbe Stunde für alle**
Zeit: 17.00 Uhr
Ort: Dorfkapelle Sarnen
Weitere Daten: SO, 7.12., SO, 14.12. und SO, 21.12

DEZEMBER

DI, 2.12. **Chrabblä, spielä, zämä sii – Generationenübergreifendes Käfälä**

familien treff sarnen

Zeit: 9.00 bis ca. 11.00 Uhr
Ort: Altersresidenz am Schärmä, Sarnen, Haus Schmetterling

MI, 3.12. **Rorate-Lichtfeier**
Zeit: 6.00 Uhr
Ort: Pfarrkirche Sarnen, anschliessend gemeinsames «Zmorgeässä» im Pfarreizentrum Sarnen

MI, 3.12. **Adventsnachmittag 60 plus für Sie und Ihn**
Wir feiern zusammen Advent und geniessen ein feines Zabig. Für die Unkosten gibt es eine Türkollekte.
Zeit: 14.00 Uhr
Wo: Pfarreizentrum Sarnen
Anmeldung: bis 27. November an Daniela Häller, 041 660 93 71 oder fgsarnen@gmx.ch

MI, 3.12. **Abendspaziergang**
Wir treffen uns um 18.30 Uhr bei der Dreifachhalle Sarnen, flanieren gemeinsam eine Stunde und geniessen die Zeit.

FR, 5.12. **Meditation in Musik und Wort**
Besinnung und Entspannung
Zeit: 19.00 Uhr
Ort: Dorfkapelle Sarnen

SO, 7.12. **Riesen-Mailänderli verzieren / Offener Sonntag, Sarnen**
Verziere dein persönliches Riesen-Mailänderli. Zum Weiterverschenken oder doch selber essen? Egal, gut aussehen und lecker wird es auf jeden Fall!
Zeit: ab 11.00 bis ca. 15.30 Uhr
Ort: im Spritzenhaus auf dem Dorfplatz, Sarnen
Kosten: CHF 5.– pro Mailänderli
Anmeldung: keine Anmeldung erforderlich
Es hed solangs hed!

familien treff sarnen

DI, 9.12. **Gemeinsames Weihnachts-Guetzli-Backen**

Lust auf eine besinnliche und kreative Vorweihnachtszeit? Dann laden wir dich herzlich zu unserem Weihnachts-Guetzli-Backen ein. Bringe deinen eigenen Guetzliteig von zu Hause mit und lass uns gemeinsam ausstechen, plaudern und backen. Tausche dich mit anderen Teilnehmerinnen über Rezepte und Backtipps aus. Nach dem Backen teilen wir die verschiedenen Guetzli auf die mitgebrachten Guetzlidosen auf, sodass jede eine bunte Auswahl mit nach Hause nehmen kann. Wir freuen uns auf einen fröhlichen und genussvollen Abend voller Weihnachtsstimmung und leckeren Guetzli.

Treffpunkt: Pfarreizentrum Sarnen
Zeit: 18.30 bis ca. 21.30 Uhr
Mitbringen: Guetzliteig, Guetzlidosen, Ausstecher und wenn vorhanden Wallholz, Teighölzli
Anmeldung: bis 1. Dezember an Sabine Wieland, 079 376 12 43 oder fgsarnen@gmx.ch
Wichtig: Bei der Anmeldung angeben, welcher Guetzliteig mitgebracht wird.

MI, 17.12. **Strickrunde** 13.30 Uhr bei Erika Stifani

MI, 24.12. **Familienweihnachtsfeier mit dem Kinderchor für alle**

Zeit: 16.00 Uhr
Ort: Pfarrkirche Sarnen

2026

FR, 6.2. **Generalversammlung**

19.00 Uhr Besinnliche Feier in der Pfarrkirche Sarnen
20.00 Uhr Generalversammlung im Pfarreizentrum

Wichtige Informationen und Adressen

Die Frauengemeinschaft übernimmt keinerlei Haftung bei Unfällen, Diebstahl und Beschädigungen persönlicher Gegenstände.

Wenn du dich für einen Kurs oder einen Ausflug angemeldet hast, jedoch nicht teilnehmen kannst, melde dich bitte frühzeitig ab. Abmeldungen nach Anmeldefrist sind kostenpflichtig.

An unseren Kursen werden oft Fotos gemacht. Diese werden zum Teil auf unserer Homepage gezeigt, für Presseberichte benutzt oder auch auf Facebook veröffentlicht, aber jeweils ohne Namensangabe. Bitte melde dich jeweils am entsprechenden Anlass, falls du dies nicht möchtest.

Bekommst du schon Informationen via E-Mail zu unseren Veranstaltungen? Wenn nicht, kannst du dich unter fgsarnen@gmx.ch melden. Wir nehmen dich gerne auf die Verteilerliste.

Unsere Datenschutzbestimmungen findest du auf unserer Homepage.

Babysitter-Vermittlung	Diese Kontaktstelle der FG vermittelt Babysitter und ist der richtige Ort für Teenager, welche sich für einen solchen Vertrauensjob interessieren. Edith Wallimann-Nietlispach Telefon 041 662 22 22
Obwaldner Familienfonds	Nicola Küchler Telefon 079 256 38 64 kontakt@familienfonds-ow.ch
E-Mail	fgsarnen@gmx.ch
Homepage	www.fgsarnen.com

VORSTAND

Co-Präsidium	Jolanda Rohrer Krummenacher bis GV 2025	041 660 98 78
	Daniela Häller-Hinter	041 660 93 71
Finanzchefin	Carmen Kiser-Barrasso	041 660 81 68
Aktuarin	Ursi Wirz-Burch	079 202 85 47
Mitglieder	Gabriela Schöni-Staffelbach	079 300 72 24
	Christa Schmitter bis GV 2025	079 587 23 07
	Ruth Schwab	076 462 42 50
	Nelly Durrer	077 411 03 40
	Sabine Wieland-Dillier	079 376 12 43
Geistliche Begleitung	Gabriela Lischer	041 662 40 29 077 526 85 90

UNTERGRUPPEN

Familientreff	Sybille Rüegg-Aufdermauer, Regula von Rotz-Küchler, Stephanie Imfeld-Jud, Svenja Britschgi-Läubli, Simone Straumann-Ryser Familientreff-Telefon	079 603 67 57
Spielgruppe	Edith Wallimann-Nietlispach	041 662 22 22
Strickrunde	Erika Stifani-Vlach	041 660 10 47

Frauenbund OW

Kantonalverband
des Schweizerischen Katholischen Frauenbundes