



Landfrauenverband
Obwalden

KURSPROGRAMM

2025/2026



Gemeinsam – engagiert – verwurzelt



Landfrauenverband
Obwalden

**Mitgliederversammlung Landfrauenverband
Obwalden und Gesellschafterversammlung
Landfrauen Apéro-Gruppe Obwalden GmbH
in Sarnen
12. März 2025**



Die Sarnnerfrauen und der Vorstand freuen sich darauf, zahlreiche Mitglieder
in der Aula Cher begrüßen zu dürfen.



Landfrauenverband
Obwalden

Traktorfahrkurs für Frauen



Dieser Kurs richtet sich an Frauen, welche ihre praktischen Kenntnisse an landwirtschaftlichen Fahrzeugen verbessern wollen. Es werden landwirtschaftliche Fahrzeuge erklärt, sowie Anhänger und Dreipunktanbaugeräte kennengelernt, angehängt und damit gefahren. Dies ohne Zeitdruck, damit wir das nächste Mal, wenn «Not an der Frau» ist, Bescheid wissen.

- Ziele: - Bedienung der Fahrzeuge
- Wichtige Kontrollen
- Sicheres Manövrieren
- Gefahrensituationen erkennen

PW- oder Traktorfahrausweis ist Voraussetzung!

Kursleitung: Schweizerischer Verband für Landtechnik, Sektion Obwalden

Ort: Areal H&R Durrer, Kernserstr. 47, Ennetmoos

Datum: Freitag, 21. März 2025 oder Samstag, 22. März 2025

Zeit: Jeweils von 09.00 Uhr – 16.30 Uhr

Kosten: Mitglieder Fr. 125.- / Nichtmitglieder Fr. 130.- inkl. Mittagessen

Anmeldung: bis Sonntag, 02. März 2025

Irene Langensand Tel. 078 879 14 28

gebr.langensand@bluewin.ch



Landfrauenverband
Obwalden

Frühlingskräuter - kraftvolle Powerpflanzen



Entdecke auf einem Streifzug durch unsere Botanischen Heilpflanzengärten, die kraftvollen Frühlingskräuter. Du wirst erstaunt sein, welche interessanten Verwendungsmöglichkeiten du für deine Haus- und Stallapotheke sowie für die genussvolle und gesunde Kräuter-Kulinarik entdecken wirst. Lass dir die immense Heilkraft und die traditionellen Hintergründe von Brennnesseln, Gundermann, Storchenschnabel und weiteren Wildkräutern erklären und nutze die Powerenergie des Frühlings, um dein Wohlbefinden auf ganz neue Weise zu steigern.

- Datum:** Donnerstag, 10. April 2025
- Kursleitung:** Beatrice Bissig-Odermatt
Kräuterbäuerin und Heilpflanzenspezialistin
- Kursort:** Botanischer Heilpflanzengarten Hof Neufallenbach, Grafenort
- Zeit:** 13.30 Uhr bis ca. 16.30 Uhr
- Kosten:** Mitglieder Fr. 125.- / Nichtmitglieder Fr. 130.- inkl. Unterlagen und einer selbst gemachten Tinktur
- Infos:** Dieser Kurs findet bei jedem Wetter draussen statt. Achte auf Wetter entsprechende Kleidung und Schuhe. Bei uns im Tal ist es nachmittags früh schattig und es weht oft ein zügiger und kalter Wind.

Anfahrt mit dem Auto: Nach der Autobahn Ausfahrt Stans Süd Hauptstrasse Richtung Engelberg nehmen. Zwischen Wolfenschiessen und Grafenort biegst du nach Antik Grafenort, beim Wegweiser Bielenbahn ab, fährst über die Brücke und biegst wieder rechts ab. Nach 300 Meter kommt der Hof Neufallenbach. Parkplätze sind beschränkt vorhanden.

Anmeldung: bis Donnerstag, 27. März 2025

Esther Burch

Tel. 079 321 84 97

esther.burch@outlook.com

Tagesausflug zum Creux du Van



Unser Landfrauen Tagesausflug führt uns dieses Jahr in die Westschweiz, Richtung Neuenburg. Auf dem Weg machen wir unsere übliche Kaffeepause. Mit Koch Reisen besuchen wir den Creux du Van und haben Zeit, diese imposante Felsrundung zu bestaunen und bildlich festzuhalten.

Nach dem Aufenthalt fahren wir in die Asphaltminen von La Presta im Val-de-Travers. Dort werden wir mit einem feinen Mittagessen verwöhnt und haben Zeit für Geselligkeit.

Am Nachmittag besuchen wir die Galerieführung. Dauer ca. 1.5 Stunden.

Sie besteht aus einem kurzen Einführungsteil im Museum, gefolgt von einem Rundgang von ungefähr 1 km in den unterirdischen Stollen. Setzen Sie Ihren Helm auf, schalten Sie die Taschenlampe ein und lassen Sie sich durch das unterirdische Labyrinth der Asphaltminen von La Presta im Val-de-Travers führen. Erfahren Sie im Lauf der Führung, wie die Minenarbeiter dem Berg zwei Millionen Tonnen eines seltenen und wertvollen Gesteins entrissen haben: den Asphalt.

Nach diesen Eindrücken werden wir die Heimreise unter die Räder nehmen...

Datum: Mittwoch, 30. April 2025

Kosten: Mitglieder Fr. 95.- / Nichtmitglieder Fr. 100.-

Abfahrt: 06:45 Uhr Lungern 07:00 Uhr Giswil
07:10 Uhr Sachseln 07:20 Uhr Sarnen Ei
07:30 Uhr Kerns

Rückkehr: ca. 19.00 Uhr

Anmeldung: bis Freitag, 18. April 2025

Anita Britschgi Tel. 078 813 52 87
anitabritschgi@hotmail.com



Landfrauenverband
Obwalden

Rundwanderung auf Aelggialp



Aelggialp – Mittelpunkt der Schweiz – Ziflucht – Gschwanten – Lungerer Seefeld – Sachsler Seefeld – Aelggialp

Besichtigung von Naturschönheiten

Informationen über die Alpwirtschaft in Sachseln

Informationen über die Besonderheiten auf Aelggialp, Seefeld und Matt

Entstehung und Bedeutung des geografischen Mittelpunktes der Schweiz

Hast auch du Lust in der Natur zu sein und eine 4-stündige Wanderung (ohne Pausen) mit einer

Distanz von 9.5 km und einem Auf-/Abstieg von je 540 m mit gleichgesinnten zu unternehmen?

Dann pack deinen Rucksack mit Proviant, zieh dich dem Wetter entsprechend an, schnür deine

Bergschuhe, pack deine Wanderstöcke und geniesse die herrliche Bergwelt.

Kursleitung: Susi von Ah/Peter Rohrer

Datum: Dienstag, 10. Juni 2025 **Zeit:** 09.00 Uhr bis ca. 17.00 Uhr

Treffpunkt: Sachseln, Bahnhof 09.00 Uhr

Besonderes: Wanderung auf Bergwegen (weiss/rot/weiss),
die Wanderung findet bei jeder Witterung statt.

Verpflegung: aus dem Rucksack

Ausrüstung: Bergschuhe, Wanderstöcke empfohlen, dem Wetter angepasste Bekleidung

Kosten: Fr. 35.- pro Person (Fahrt mit Bus ins Aelggi und Retour)

Anmeldung: bis Sonntag, 08. Juni 2025
Susi von Ah Tel. 079 486 42 73

widi.vonah@bluewin.ch

Fussreflexzonenmassage für den Hausgebrauch



Die Reflexzonenmassage fördert die Gesundheit auf vielfältige Weise und in allen Lebensphasen. Durch Druck auf spezielle Zonen an den Füessen erzeugt man eine Heilreaktion im Körper. Wir üben einfache Griffe und Berührungen, um z.B. Verdauungsbeschwerden, Kopfschmerzen oder eine Erkältung zu lindern.

Kursleitung: Stefanie Imfeld (www.einfachbewusst.ch) Dipl. Fussreflexzonen-Therapeutin und Therapeutische Masseurin

Ort: Kirchplatz 1, 6074 Giswil

Datum: Freitag, 12. September 2025 **Zeit:** 19.00 Uhr – 21.30 Uhr

Kosten: Mitglieder Fr. 40.- / Nichtmitglieder Fr. 50.-
Mitglieder Paar Fr. 75.- / Nichtmitglieder Paar Fr. 90.-

Mitnehmen: bequeme Kleider, grosses Frottiertuch, Wolldecke, Schreibzeug

Anmeldung: bis Freitag, 29. August 2025

Hedi Ming Tel. 079 204 90 67

ming.hag@bluewin.ch



Landfrauenverband
Obwalden

Social-Media-Auftritt Workshop



Kommunikation ist, was ankommt!

Nur auf welchem Kanal, mit welchem Bild?

An diesem Tages-Workshop lernst du viele praktische Tipps und Tricks aus der Kommunikationskiste. Basis ist dabei das neue Praxishandbuch zur Kommunikation direkt von deinem Hof. Tauche ein in die Social-Media-Welt, erfahre mehr zum Schreiben fürs Web und Social Media. Theoriesequenzen und praktische Übungen wechseln sich dabei ab. Am Nachmittag dreht sich alles um das perfekte Bild: vom Licht, dem Ausschnitt und der Sujet Auswahl, unsere Fotografin verrät dir aus ihrem Nähkästchen.

- Kursleitung:** Nina Hübner und Jasmine Baumann (LID), Anja Fonseka Fotografin
- Ort:** Familie Müller Kernmatt, 6056 Kägiswil
- Datum:** Samstag, 27. September 2025 **Zeit:** 09.00 Uhr – 16.30 Uhr (inkl. Mittagslunch)
- Kosten:** Mitglieder Fr. 110.- / Nichtmitglieder Fr. 120.-
plus Verpflegung Fr. 20.-
- Mitbringen:** Handy, Ladekabel und Schreibzeug
- Anmeldung:** bis Samstag, 13. September 2025

Christa von Deschwanden
Tel. 079 535 55 65 christa@von-deschwanden.ch



Landfrauenverband
Obwalden

Ledergurt selbst gestalten



Es stehen dir 40 Lederfarben und zirka 200 Sorten Gurtschnallen und unzählige Ziernieten zur Auswahl. Ob «Chuäli, Edelwys oder Ross», es hat fast alles, was das Herz begehrt! Du darfst aus dem Vollen schöpfen und von A-Z mehrere persönliche Lederartikel wie Gürtel, Armbändeli und Schlüsselanhänger fertigen. Eigene Schnallen und defekte Gürtel dürfen gerne mitgebracht werden.

Kursleitung: Rahel Trüb www.ateliercuire.ch

Ort: Familie Müller Kernmatt, 6056 Kägiswil

Datum:

09. Oktober 2025	Nachmittag	von 14 - 17 Uhr
09. Oktober 2025	Abend	von 19 - 22 Uhr
10. Oktober 2025	Nachmittag	von 14 - 17 Uhr
10. Oktober 2025	Abend	von 19 - 22 Uhr
11. Oktober 2025	Morgen	von 09 - 12 Uhr
11. Oktober 2025	Nachmittag	von 14 - 17 Uhr

Kosten: Pro Person Fr. 60.- plus Material Fr. 20.- bis Fr. 50.-

Anmeldung: bis Montag, 29. September 2025

Christa von Deschwanden
Tel. 079 535 55 65 christa@von-deschwanden.ch

Landfrauen Gedächtnis



Dienstag, 14. Oktober 2025 20.00 Uhr in der Pfarrkirche Sachseln

Die Sachslere Landfrauen gestalten den Gottesdienst

Nimm diär Zyt und chum doch ai!

Wir gedenken allen verstorbenen Mitgliedern und erwähnen jene, die im letzten Vereinsjahr verstorben sind.

Es freuen sich die Sachslere Ortsvertreterinnen und der Vorstand.

Anschliessend treffen wir uns im Gasthaus Engel zum gemütlichen zusammen sein.

Bäuerinnen und Landfrauen Wallfahrt nach Einsiedeln

Donnerstag, 20. November 2025

Kosten: ca. 30.- Fr. Car und ca. 40.- Fr. Mittagessen

Anmeldung: Judith Wallimann

079 296 38 31 oder judith.wallimann@hotmail.com

Besichtigung Kaffeerösterei und Papeterie Engelberg

Das Team der Roastery Engelberg zeigt uns ihr vielseitiges Sortiment. Wir dürfen bei der Verarbeitung und beim Rösten dabei sein. Verschiedene Kaffeevariationen warten darauf, von uns entdeckt zu werden. Anschliessend führt uns Andrea die alte Heidelberger Druckmaschine vor. Sie stellt eine Verpackung her in der wir unseren Kaffee abfüllen und nach Hause nehmen dürfen.



- Kursleitung:** Andrea Camenzind
- Ort:** ROASTERY Engelberg, Dorfstrasse 9, 6390 Engelberg
- Datum:** Dienstag, 04. November 2025
- Zeit:** 14.00 Uhr – ca. 16.00 Uhr
- Kosten:** Mitglieder Fr. 30.- / Nichtmitglieder Fr. 35.-
- Anmeldung:** bis Dienstag, 28. Oktober 2025
- Ruth Arnold Tel. 079 784 02 54
staefelialp@bluwin.ch

Weihnachtsguetzli einfach und lecker



Gemeinsam

Guetzli macht mehr Spass als allein.

Möchtest auch du an einem Tag verschiedene gluschtige Weihnachtsguetzli in gemütlicher Atmosphäre kredenzen? Weihnachtsguetzli welche schnell und einfach auch noch zu Hause nachbacken werden können? Wir backen ca.10 Sorten gemeinsam und jede darf mind. 3 kg mit nach Hause nehmen. «Gluschtig gmacht?» Dann melde dich schnell an. Anzahl der Teilnehmerinnen beschränkt.
Rezepte werden abgegeben

- Kursleitung:** Karin Ettlín Huser (webbeck.ch) und Pia Sigrist
Kursort: Kochschule Alpnach, Schulhausstrasse 4, 6055 Alpnach Dorf
- Datum:** Samstag, 22. November 2025 **Zeit:** 09.00 Uhr - 16.00 Uhr
- Kosten:** Mitglieder Fr. 110.- / Nichtmitglieder Fr. 115.-
inkl. kleines Mittagessen
- Mitnehmen:** Schürze, Guetzlidosen und gute Laune
- Anmeldung:** bis Samstag, 08. November 2025
- Pia Sigrist Tel. 079 482 70 10
 pia-sigrist@bluewin.ch



Landfrauenverband
Obwalden

Jassplausch mit Sonia Kälin



Wir erhalten von Sonia Kälin aus Giswil, Donnschtig-Jass-Schiedsrichterin bei SRF, eine kurze Einführung der Jassregeln vom Schieber und Differenzler. Anschliessend setzen wir die Theorie in die Praxis um und Jassen gemeinsam bei Kaffee und Kuchen.

Ob Profi oder Anfänger, alle sind herzlich willkommen.

- Datum:** Donnerstag, 11. Dezember 2025
- Zeit:** 13.30 Uhr – 16.30 Uhr
- Kursort:** Pfarreisaal, Kerns
- Kosten:** Mitglieder Fr. 35.- / Nichtmitglieder Fr. 40.-
- Anmeldung:** bis Donnerstag, 27. November 2025
- Monika Zelger Tel. 079 790 76 86
hr.zelger@bluewin.ch



Landfrauenverband
Obwalden

Trockenblumenkranz mit Motiv



Wir verschönern einen Holzkrans mit diversen Trockenblumen und erstellen so ein toller Blickfang für z.B. an die Wohnungstür. Das Motiv wird nach der Anmeldung ausgesucht. Wer hat, darf seine selbst getrockneten Blumen mitbringen.

Kursleitung: Lydia Barmettler

Datum und Ort: 07. & 08. Januar 2026 im **Neuheim, Kägiswil**

14. Januar 2026 in **Engelberg** bei Fam. Scheuber Schweizerhausstrasse 35,
6390 Engelberg

Zeit: 20.00 Uhr

Kosten: Mitglieder Fr. 95.- / Nichtmitglieder Fr. 100.-
(inkl. Material)

Anmeldung: bis Montag, 01. Dezember 2025

Lydia Barmettler Tel. 079 567 44 87
kontakt@hof-neuheim.ch

FRAUENFORUM OBWALDEN
FRAUENFORUM • LANDFRAUEN • KANTONSSTÄTTEN

Fäden ziehen

Sonntag, 25. Januar 2026



Landfrauenverband
Obwalden

DOG ABEND



**Wir treffen uns zum
gemütlichen Spielabend und lassen uns kulinarisch verwöhnen.**

Anforderungen: Gute Laune und Freude am Spielen, Vorkenntnisse sind keine notwendig

Mitbringen: Wer hat, bitte Dog Spiel mitnehmen

Datum: Freitag, 30. Januar 2026

Wo: 19.00 Uhr bei Fam. Ettlín Bord, Kerns

Kosten: Mitglieder Fr. 40.- / Nichtmitglieder Fr. 45.-

Inklusiv Menü:

**Kürbiscrèmesuppe
Pastetli, Country-frites
Marktgemüse
Apfelküchlein mit Vanillesauce**

Anmeldung: bis Samstag, 24. Januar 2026

Irene Langensand Tel. 078 879 14 28
gebr.langensand@bluewin.ch

Wellnesswochenende im Solbadhotel Sigriswil



Die Seele baumeln lassen und ein Wochenende geniessen...

- Willkommens-Drink bei Anreise
- 1 Übernachtung im Komfortzimmer mit Bad oder Dusche/WC
 - Benutzung des Solbades, Whirlpool und Kneippbecken
- Finnischer Sauna, Aussensauna mit Kaltwasser-Tauchbecken und Felsendusche
 - 4 Gang Nachtessen mit Menüauswahl
 - Reichhaltiges Frühstücksbuffet

Datum: Samstag, 21. Februar 2026 bis Sonntag, 22. Februar 2026

Kosten: Fr. 205.- inkl. Halbpension im Doppelzimmer
Fr. 230.- inkl. Halbpension im Einzelzimmer

Neues Angebot: Zusätzliches Frühstücksbuffet am Samstagmorgen von
09.00 Uhr – 11.00 Uhr für Fr. 20.-

bei 2 Übernachtungen von FR-SO Spezialpreis von Fr. 185.- pro Person und
Nacht

Anmeldung: bis Samstag, 31. Januar 2026
Hedi Ming Tel. 079 204 90 67 ming.hag@bluewin.ch



Wenn Obwaldner Landfrauen reisen

Auf Holland folgt die zweite Reise...

Wir wollen im Jahr 2026 gemeinsam mit Ernst Gerber AG in Richtung Italien reisen.

Die Reise beginnt am Montag, 13. April 2026 bis Freitag, 17. April 2026

Wenn auch du wieder dabei sein willst, dann kannst du nähere Infos ab Sommer 2025 von unserer Homepage entnehmen. Auch die detaillierten Angaben wie Preise und Anmeldeformular findest du dort.

Also, reservier dir schonmal das Datum und sei dabei, wenn es wieder heisst:

«Die Obwaldner Landfrauen gehen auf Reisen!»...

Information

Mit der Kursanmeldung erkläre ich mich einverstanden, dass meine Personalien auf einer Teilnehmerliste erfasst werden. Zur Vereinfachung des Informationsaustausches dürfen auch Gruppen erstellt werden.
z.B. WhatsApp-Chat, Mailverteiler usw....

Wir machen während den Anlässen Fotos. Diese verwenden wir gerne für unsere Homepage, Socialen Medien und die Zeitung. Bitte melde dich bei uns, wenn du das nicht möchtest.

Alle Besucher unserer Anlässe haften bei einem Unfall privat. **Der Verein übernimmt keine Haftung!**

Bitte beachten: Anmeldungen haben bis spätestens zum angegebenen Anmeldeschluss-Datum zu erfolgen. Bei späteren Abmeldungen werden die vollen Kurs- oder Reisekosten in Rechnung gestellt. Umbuchungen auf Ersatzteilnehmer sind ohne Kostenfolge möglich.



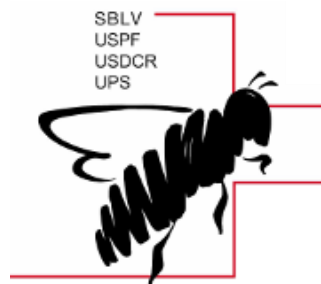
Landfrauenverband
Obwalden

www.landfrauen-ow.ch



**Landfrauen
Apéro-Gruppe Obwalden
GmbH**

www.aperogruppe.ch



SBLV
USPF
USDCR
UPS

Dürfen wir dir in Zukunft die Rechnung, Informationen über Anlässe und Kurse etc. per Mail senden? Dann melde dich bitte bei unserer Kassierin (andrea.durrer@sunrise.ch) für den elektronischen Versand an.