

*Kursprogramm 2025-2026*  
*Landfrauen Wynigen - Rumendingen*



*Spannende Kurse des Landfrauenvereins*  
*Wynigen-Rumendingen*  
*warten auf Dich!*



1

## Abendwanderung mit Bräteln

Von vier Richtungen her besteigen wir gemeinsam den Wyniger Hausberg „Chnubel“ und geniessen anschliessend unsere feinen, von jedem selbst mitgebrachten Grilladen und Beilagen.

Datum/Zeit: Mittwoch, 03. September 2025

Treffpunkt: Wynigen Kirchenparkplatz: 18.30 Uhr

Kappelen bei Lädeli Beizli: 18.45 Uhr

Rüedisbach Parkplatz Ueli Ledermann: 19.00 Uhr

Ferrenberg Parkplatz wilder Mann: 19.30 Uhr

Mitbringen: mariniertes Fleisch, Beilagen, Teller, Besteck

Kosten: Freiwilliger Beitrag für Kaffee & Kuchen, Getränke können vor Ort gekauft werden

2

## Rasch, frisch + lecker: Hausgemachte Schnellgerichte für jeden Tag

In diesem Kurs entdecken wir, wie schnell und einfach köstliche Mahlzeiten gezaubert werden können – ohne Kompromisse beim Geschmack. Wir kreieren blitzschnelle Gemüsegerichte, Ofenklassiker und frische Turbosalate. Ausserdem kommen kleine Fleischgerichte und kreative Ideen auf den Tisch. Perfekt für all jene, die Genuss und Schnelligkeit vereinen möchten – ganz ohne Stress und aufwendige Vorbereitung.

Leitung: Nicole Reusser, Waldhof Langenthal

Datum/Zeit: Montag, 08. September und Mittwoch, 10. September 2025 von 19.00 - ca. 22.00 Uhr

Kursort: Schulküche, Wynigen

Kosten: CHF 55.- pro Person plus CHF 15.- Materialkosten

3

## Auf in den Wald – auf Pilzsuche mit den Landfrauen!

Entdecke die faszinierende Welt der einheimischen Pilze mit den Landfrauen. Wir laden dich herzlich ein zu einem spannenden Nachmittag in der Natur. Gemeinsam mit einem Pilzexperten streifen wir durch die Wälder der Region Wynigen/Rumendingen, lernen essbare und giftige Arten sicher zu unterscheiden und erhalten wertvolle Tipps zur Zubereitung.

Leitung: Bernhard Bachmann, Safenwil

Datum/Zeit: Samstag, 20. September 2025, von 15.00 bis 19.00 Uhr,

Ersatzdatum bei schlechtem Pilzaufkommen: Sonntag, 5. Oktober 2025 (15.00–19.00 Uhr)

Kursort: Wald Rumendingen, Treffpunkt Hornusserhaus Rumendingen

Mitnehmen: Wettergerechte Kleidung

Kosten: CHF 130.- pro Person inkl. Geschenk

4

## Gschänkli us dr Chuchi

Selbstgemachtes aus der Küche, das bereitet Freude auf beiden Seiten. Wir machen: Aperonüsse, Müesligranola, Himbeeressig, Trinkschoggi, Mandel Rochers, Knäckebröt, Nidletäfel, Sirup.... Jeder der Teilnehmenden geht mit mind. 10 verschiedenen „Gschänkli“ nach Hause, inkl. Rezeptdossier und vielen Ideen.

Leitung: Anita Mumentahler, Schwanden

Datum/Zeit: Montag, 20. Oktober 2025 um 18.30 - ca. 22.00 Uhr

Kursort: Schulküche, Wynigen

Kosten: CHF 90.- pro Person inklusive Essen & Rezepte

5

## Froue Zmorge mit anschliessendem Überraschungsvortrag

Als Geschenk für deine Mitgliedschaft bei den Landfrauen Wynigen-Rumendingen geniesst du mit uns ein feines Frühstück.

Datum/Zeit: Samstag, 08. November 2025 um 08.30 - ca. 11.30 Uhr

Kursort: Chnubelmilchbeizli, bei Hansueli und Esther Reinhard, Wil 261, 3474 Rüedisbach

Kosten: CHF 20.- für nicht Mitglieder - für Mitglieder gratis

6

## „Natur mit Latour“ Biodiversität in Garten und Landschaft

Hanspeter Latour gilt seit vielen Jahren als versierter Naturliebhaber. Er erzählt packend über Themen der Biodiversität und der Artenvielfalt der einheimischen Tiere. Er ist überzeugt, dass es in der Schweiz möglich ist, Gesellschaft, Tourismus, Industrie und Landwirtschaft gemeinsam für einen respektvollen, nachhaltigen Umgang mit der Natur zu vereinen. Ganz nach dem Motto: Das eine tun und das andere nicht lassen

Leitung: Hanspeter Latour

Datum/Zeit: Freitag, 21. November 2025 um 20.00 - ca. 21.30 Uhr

Kursort: Uhlmannhaus, Wynigen

Kosten: CHF 25.- pro Person

7

## „Advent, Advent ein Lichtlein brennt“ - passende Windlichtdeko gestalten

Es muss nicht immer ein Adventskranz sein, welcher die Deko der Adventszeit darstellt. Unter Anleitung einer Floristin gestaltest du einen Windlicht mit Floristikgarnitur für die Winterzeit. Du kannst mit einem kleinen Kranz um das Windlicht die kombinierten, natürlichen Materialien richtig ausgarnieren. Der ideale Adventsschmuck, welcher auch nach dem 24. Dezember ein toller Hingucker ist.

Leitung: Lorena Riechsteiner, Blumen Campanula, Niederbipp

Datum/Zeit: Donnerstag, 04. Dezember 2025 um 19.00 - ca. 21.00 Uhr

Kursort: Dorfstrasse 10, 4704 Niederbipp

Mitnehmen: Warme Kleidung

Kosten: CHF 80.- pro Person inklusive Materialkosten, Getränke und Snacks

8

## Töpfer & bemale deinen eigenen Krug

Modellierst du dir deinen eigenen Wasser-, oder Teekrug im Handaufbau mit Ton bauchig oder doch zylindrisch? Du modellierst in diesem Workshop deinen eigenen Krug. Du wirst dabei professionell unterstützt von der dipl. Künstlerin und Keramikdesignerin Ursula Seiler Kombaratov, Inhaberin der kreativ Art Box, Burgdorf. In diesem Workshop sind zwei Termine enthalten:

1. Termin: Herstellung vom Krug, Handaufbau

2. Termin: Du bemalst deinen Krug ganz nach deinen Vorstellungen

Passt der 2. Termin nicht? Vereinbare selbst einen individuellen zweiten Termin

Leitung: Ursula Seiler Kombaratov, Burgdorf

Datum/Zeit: Samstag, 17. Januar und 07. Februar 2026 von 08.30- ca. 12.30 Uhr

Kursort: kreativ Art Box, Bahnhofstrasse 53, 3400 Burgdorf

Kosten: CHF 185.-, inbegriffen sind Material sowie beide Termine vom Herstellen und Malen

9

## FinanzSicher in Geld- und Vorsorgefragen

Für ein gutes Geldmanagement ist es wichtig, als erstes eine sichere Basis zu schaffen und aufbauend die Freiheit, welche Geld mit sich bringt, zu erweitern. Der Kursabend «FinanzSicher in Geld- & Vorsorgefragen» ist geeignet für alle, die ihren Umgang mit Geld verbessern wollen und so langfristig den Vermögensaufbau vorantreiben. Zusätzlich wird das Vorsorgesystem der Schweiz erklärt. Am Kursabend lernst Du die 8 grundlegenden Regeln zum Geldmanagement, die 5 wichtigsten Tipps um Geld zu sparen, das Vorsorgesystem der Schweiz kennen und ideal für dich zu nutzen, die persönlichen negativen Geld-Glaubenssätze zu erkennen und daraus positive Glaubenssätze zu machen. Zusätzlich habst Du während des ganzen Abends die Möglichkeit, Fragen zu stellen.

Leitung: Annelie Wüthrich, Trub

Datum/Zeit: Montag, 26. Januar 2026 um 19.30 - ca. 22.00 Uhr

Kursort: Uhlmannhaus, Wynigen

Kosten: CHF 25.- pro Person

10

## Kochkurs - Cordon Bleu Festival

Cordon Bleu lassen unser Herz höher schlagen. Im Kochkurs machen wir gemeinsam ein Poulet Cordon Bleu mit Pfiff, Cordon Bleu Hawaii, Fleischkäse Cordon Bleu Rolle, raffiniertes Rinds-Cordon Bleu, Arbeiter Cordon Bleu und ein Cordon Bleu mit Nuss-Käse Füllung. Für Fleischliebhaber\*innen der genau richtige Kurs um neue Ideen für die eigene Küche zu gewinnen.

Leitung: Susanne Friedli, Ferrenberg

Datum/Zeit: Donnerstag, 19. Februar und Mittwoch, 25. Februar 2026 um 19.00 - ca. 22.00 Uhr

Kursort: Schulküche, Wynigen

Kosten: CHF 75.- pro Person inklusive Essen & Rezepte

11

## Betonkurs - Vogelbad

Du giesst mit Hilfe von vorhandenen Formen 1-2 kleine Vögel. Mit Schnellbeton formst du anschliessend eine Vogeltränke. Nach dem Erhärten befestigst du die Vögel. Nach Wunsch kann die Vogeltränke auf einem Armier-Eisen befestigt werden.

Leitung: Maria Hirsbrunner, Häusermoos

Datum/Zeit: Dienstag, 03. März 2026 um 19.00 - 22.00 Uhr

Kursort: Otterbach 4, 3463 Häusermoos

Mitbringen: Warme Arbeitskleider & Schuhe, Kiste für Transport

Kosten: CHF 85.- pro Person inklusive Materialkosten

12

## Fit in den Frühling

Im Winter ist unser Stoffwechsel eher träge und daher liegt es nahe, dass wir uns im Frühling oft müde und antriebslos fühlen. Eine gute Entschlackungskur kann da Wunder wirken und die Vitalität die man verspürt danach ist unvergleichlich. Um dem Körper wieder auf die Sprünge zu helfen und den Stoffwechsel anzukurbeln, gibt es verschiedene Möglichkeiten. Ziel ist es am heutigen Abend, dass du die Grundlagen des körperlichen Stoffwechsels und die wichtigsten Massnahmen für die Stoffwechselentgiftung kennen lernst.

Leitung: Helene Elmer, Drogistin HF, Inhaberin Swidro Drogerie Elmer in Bätterkinden  
 Datum/Zeit: Freitag, 20. März 2026 um 19.30 - ca. 22.00 Uhr  
 Kursort: Uhlmannhaus, Oberbühl - Chnubel, Wynigen  
 Kosten: CHF 35.-

13

## Alpaka Trecking in Niederösch

Entdecke die Schönheit der Natur bei unseren entspannenden Treckingtouren. Die Alpakas begleiten dich durch die malerische Landschaft am Rande des Emmentals. Genieße die Schönheit und lasse dich von unseren erfahrenen Guides führen. Unsere begleiteten Treckings sind ein unvergessliches Abenteuer.

Leitung: Martina und Fabienne Christen, Alpakas vor Flueh  
 Datum/Zeit: Samstag, 18. April 2026 von 14.00 und 17.00 Uhr  
 Kursort: Dorfstrasse 39, 3424 Niederösch  
 Kosten: für Kinder 3-16 Jahre CHF 20.-, Jugendliche ab 17 Jahren und Erwachsene CHF 30.-

14

## Vortrag: Zeiten ändern s(d)ich – wie wir positiv mit Veränderungen und Umbrüchen umgehen können.

Unser Leben ist geprägt von ständigen Veränderungen: Sei es in der Familie oder im Beruf – sei es unser Körper, der sich im Laufe der Zeit verändert. Wie können wir positiv mit diesen Umbrüchen umgehen lernen? Was gibt es für hilfreiche Punkte, die uns unterstützen und ermutigen? Diesen Fragen möchte die Referentin nachgehen.

Zur Referentin: Die Referentin, Frau Simea Schwab, ist freischaffende Theologin, Erwachsenenbildnerin und Autorin. Im August 2022 hat sie ihr drittes Buch «Fussnotizen – begrenzt, grenzenlos» veröffentlicht. Seit ihrer Geburt lebt sie mit einer schweren körperlichen Beeinträchtigung und gestaltet ihr Leben auch ohne Arme aktiv.

Datum/Zeit: Freitag, 29. April 2026 um 20.00 bis 21.00, anschliessend Kaffee und Kuchen zum Austausch  
 Kursort: Uhlmannhaus, Wynigen  
 Kosten: CHF 25.- pro Person

15

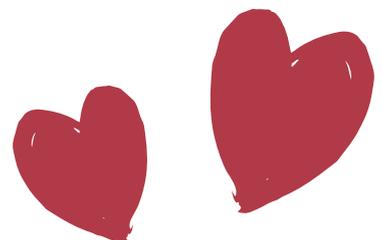
## Grosser Kleidertausch in Wynigen

Es muss nicht immer alles neu gekauft werden. Sicherlich hast auch du Kleidung, Schuhe oder Schmuck Zuhause, welche dir nicht mehr passen oder gefallen. Der zweite Kleidertausch in Wynigen soll ein Ort für Begegnung, Austausch oder gegenseitige modische Beratung sein. Du kannst stöbern, anprobieren und am Schluss mitnehmen was dir gefällt und passt.

### So funktioniert:

Gewaschene und gut erhaltene Kleider ab Grösse XS (**keine Unterwäsche**), Schuhe oder Schmuck können vorgängig abgegeben werden (Details folgen). Diese werden am Samstag schön sortiert für dich bereit liegen. Am Schluss übriggebliebene Kleider werden an eine soziale Organisation gespendet.

Leitung: Team von InnOrdnung zusammen mit Landfrauenverein  
 Datum/Zeit: Samstag, 02. Mai 2026 um 09.30 - 14.00 Uhr mit Kaffee und Kuchen  
 Kursort: Uhlmannhaus, Wynigen  
 Kosten: Vor Ort haben wir eine Kollekte



## *Adventsfenster in der Gemeinde Wynigen - Rumendingen*

Ein Adventsfenster kann ein weihnachtlich geschmücktes Fenster sein oder einfach eine Figur, die auf der Treppe steht. Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. Der Weihnachtsgedanke zählt und das Datum des jeweiligen Tages sollte sichtbar sein. Wer möchte, kann den Besuchern, passend zur Jahreszeit, etwas Kulinarisches anbieten.

Anmeldungen mit Wunschkdatum, evt. auch ein zweites Datum, Zeitangabe und Hinweis mit oder ohne Ausschank, nehmen wir gerne bis 28. September 2025 entgegen.

Schön wäre es, wenn sich Personen und Familien aus unterschiedlichen Ortsteilen sowie aus Rumendingen anmelden.

Die Liste der teilnehmenden Adventsfenster werden im der Wyniger-Poscht, im Gemeindeblatt Rumendingen und auf unserer Homepage [www.landfrauen-wy-ru.ch](http://www.landfrauen-wy-ru.ch) publizieren.

Anmeldung bis 28. September 2025 an:

Susanne Friedli Tel. 079 654 79 78 oder [sueasch@hotmail.com](mailto:sueasch@hotmail.com)

*Sichere dir jetzt deinen Platz und melde dich noch heute für unsere beliebten Kurse an:*

Anmelden auf [www.landfrauen-wy-ru.ch](http://www.landfrauen-wy-ru.ch)

Via QR-Code auf die Webseite gelangen



**Bei Fragen: 033 744 18 61 (Michaela Schönauer)**

### **Wichtige Infos:**

- ✓ Die Anmeldungen via Webseite werden automatisch bestätigt via E-Mail.
- ✓ Die Teilnehmerzahl ist bei allen Kursen begrenzt. Frühere Anmeldungen haben deshalb Vorrang. Alle Anmeldefristen sind auf der Webseite aufgeführt.
- ✓ Männer sind bei unseren Kursen herzlich willkommen.
- ✓ Weitere Infos, AGB's oder Bilder der Kurse findest du auf unserer Webseite.
- ✓ Die angegebenen Preise gelten für Mitglieder. Nicht-Mitglieder bezahlen einen Aufpreis von CHF 5.-.

# *Vorinformation:*

Der Samichlaus kommt am 06. Dezember 2025 wieder nach Wynigen (genauere Infos im Gemeindeblatt).

Im Juni 2026 findet zum Abschluss der Kurssaison die Landfrauen Reise statt. Genauere Infos und Anmeldung werden an der Hauptversammlung bekannt gegeben!

Die Hauptversammlung findet am 18. Februar 2026 statt und das Landfrauenbeizli am 08. März 2026. Wir freuen uns auf deinen Besuch!

Haben wir dich neugierig gemacht, auf unseren Verein? Wir freuen uns jederzeit über neue Mitglieder, welche unseren Verein bereichern. Melde dich bei einem unserer Vorstandsmitglieder oder direkt auf unserer Webseite als neues Mitglied an.

*Wir freuen uns auf dich!*

*Der Vorstand der Landfrauen*

*Wynigen-Rumedingen freut sich über*

*zahlreiche Anmeldungen für unsere Kurse!*

