

Programm Januar - Juni 2025

Anmeldungen unter kurse@frauenverein-malans.ch



JAN	SA 25.01. 09:00-11:30	Beerenschnittkurs Beerenrückschnitt im Frühjahr lohnt sich für eine reiche Herbsterte. Roland Ungricht zeigt wichtige Pflgetipps und lässt Gelerntes direkt vor Ort anwenden.
FEB	SA 01.02. 14:00-17:00	Von der Idee zur Collage: Schritt für Schritt In diesem Kurs erklärt Manuela Widera, wie wir mit verschiedenen Materialien kreative Collagen gestalten.
	MO 10.02. 13:00-18:00	Besuch Sessionstag des Bündner Grossen Rats Erstmals leiten zwei Frauen den Grossen Rat Graubündens. Silvia Hofmann und Valérie Favre Accola laden ein, eine Session von der Tribüne aus zu verfolgen.
	MI 12.02. 19:00-22:00	Erste-Hilfe-Repetitionskurs, Defibrillator Lerne, wo Defibrillatoren im Dorf sind, wie sie richtig eingesetzt werden und frische gleichzeitig deine Erste-Hilfe-Kenntnisse mit dem Samariterverein Landquart auf.
MÄR	FR 07.03. 19:00	138. Generalversammlung Frauenverein Malans Mit einem feinen Essen starten wir einen gemeinsamen Abend, halten die alljährlichen Traktanden ab und lassen den Abend gemütlich ausklingen.
	SA 15.03. SA 22.03.	Entschlackungswoche Gemeinsam fasten und wieder mit viel Schwung durchstarten. An 5 Abenden treffen wir uns zum Austausch und Plausch.
APR	FR 04.04. SA 05.04.	Bring- und Holtag (zeitgleich mit Sperrgut-Tag Gemeinde) «Gebraucht aber noch brauchbar», lautet das Motto. Manch gutes Ding findet an diesem Tag neue BesitzerInnen, anstatt auf dem Müll zu landen.
	MI 16.04. 14:00-18:00	Eierfärben Die fleissigen Osterhasen des Frauenvereins färben in froher Runde mehrere Hundert kreative Ostereier mit Naturfarben für den Verkauf am Markt.
	DO 17.04. 16:00-19:00	Malanser Ostermarkt Neben wunderschönen Ostereiern des Frauenvereins, werden auch von anderen MarktfahrerInnen frühlingshafte Kreationen und Köstlichkeiten angeboten.
MAI	DO 08.05. 19:30	Frauenstamm Spezial mit Vera Schmidt Die Kinderbuchillustratorin und Autorin zeigt ihre Liebe zur Schweiz und ihrem früheren Wohnort Malans in ihrem Comic «Mops und Kätt erkunden die Berge».
	DO 15.05. 18:30-21:30	Starke Füsse – Gesunder Rücken Lass uns gemeinsam deine Füsse aus ihrem Schattendasein befreien. Entdecke ihre Bedeutung für ein gesundes Rückengefühl und finde Freude an der Fussbewegung.
JUN	FR 06.06. 18:00-22:00	Fritigstreff mit Kinderflohmarkt Gemeinsam verwöhnen wir unser Dorf mit feinen Wähen und Kuchen am traditionellen Fritigstreff-Abend mit gleichzeitigem Kinderflohmarkt.

Frauenstammtisch

Hast du Lust einen gemütlichen Abend unter Frauen zu verbringen? Wir treffen uns jeweils am **zweiten Donnerstagabend** im Monat ab 19:30 Uhr im **Gleis 3**.

Termine: Termine: 09.01./13.02./13.03./10.04./08.05. mit Vortrag im Rathausstall/12.06./10.07.

Walking-Gruppe

Wir treffen uns freitags gegen 8:30 Uhr beim Volg und sind ca. eine Stunde unterwegs. Jede, die mitkommen möchte, ist herzlich willkommen. Für weitere Informationen meldet euch gerne bei Stefanie, 078 944 6121.

«MACHSCH AU MIT?» Details auf frauenverein-malans.ch