



Schweizerischer Gemeinnütziger
Frauenverein
Chur

Vereins-Programm

Herbst / Frühling 2018/19

September

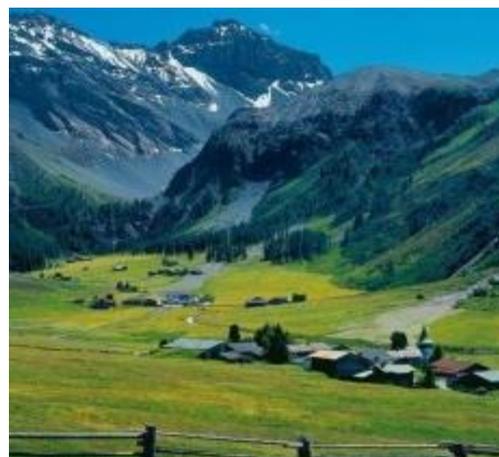
Donnerstag, 6. September 2018

Wanderung Davos - Sertig-Dörfli

Treffpunkt: 08.15 Uhr Bahnhof SBB-Schalter
Kosten: Billette Chur - Davos Clavadel oder
Sertig retour (selber lösen)
Anmeldung/ bis Montag, 3. September
Auskunft: bei Helen Frischknecht 081 353 80 50 /
079 582 32 40 frisch.h@bluewin.ch

Nicht nur das Kirchlein und die prächtigen
Walserhäuser locken Besucher an. Das Sertig gilt als
besonders schützenswerte Region der Schweiz. Zu
Beginn wanderst du durch Lärchen- und Tannwälder,
später durch saftige Weideflächen, von denen du eine
atemberaubende Aussicht auf prächtige Berggipfel wie
Mittagshorn, Plattenflue und Hoch Ducan hast.

**Für Kurz- oder Nichtwanderer Postautomöglichkeit
bis Sertig, von dort 20 Minuten zum Wasserfall.**



September

Dienstag, 25. September 2018

Early bird

Treffpunkt: 07.00 Uhr Kehrplatz „Kleinwaldegg“
06.45 Uhr ab Bahnhofplatz, Buslinie 2
Anmeldung: Keine erforderlich

Etwas für Frühaufsteherinnen – zäma uf da Mittaberg.
Das gemeinsame Erleben des neuen Tages, das
muntere Zwitschern unserer gefiederten
Waldbewohner, die ersten milden Sonnenstrahlen und
die Freude, den Hausberg gemeinsam zu erwandern,
stehen hier im Vordergrund.
Marschzeit gemäss Wanderwegweiser 1¼ Std.



Oktober

Dienstag, 2. Oktober 2018

Bad Ragartz

Treffpunkt: 13.15 Uhr Bahnhof-Kiosk
Unterführung, Chur - Bad Ragaz
(Billette selber lösen)
Kosten: Fr. 10.00 Kostenanteil für die Führung
Anmeldung: bis Freitag, 21. September
bei Elisabeth Hauri 081 284 04 44 /
079 699 32 24, eli.hauri@bluewin.ch

Kunst soll für das Leben inspirieren.
77 Künstler aus 17 Ländern stellen bei der 7. Bad
Ragartz ihre Kunstwerke aus.
Mit kompetenter Führung werden wir uns diese
schöne Openair-Kunstaussstellung ansehen.
Danach können wir uns noch bei Kaffee und Kuchen
gemütlich darüber austauschen.



Oktober

Donnerstag, 11. Oktober 2018

Die heilenden Kräfte der Gewürze mit Marina Rutishauser, Heilpflanzen-Coaching

Treffpunkt: Restaurant Tennis-in, 14.00 Uhr
ca. 3 Std.
Felsenaustrasse 55, Chur
Buslinie 2 bis Obere Au
Kosten: Fr. 50.00 inkl. Material und Kursunterl.
Anmeldung/ bis Montag, 8. Oktober
Auskunft: bei Helen Frischknecht 081 353 80 50 /
079 582 32 40 frisch.h@bluewin.ch

Wir lernen die Gewürze kennen, welche eine heilende
Wirkung haben und wie sie verwendet werden.
Riechen, schmecken, probieren. Gewürze sind
wertvolle Schätze in der Küche und bereichern viele
Gerichte. Gewürze verfügen aber auch über eine
enorme Heilkraft. Was für Kräfte stecken in
Kardamom, Ingwer, Zimt oder Lorbeer?
In einem praktischen Teil stellen wir ein Gewürzsalz
und einen Gewürztee her.



Die heilenden Kräfte
der
GEWÜRZE

November

Donnerstag, 8. November 2018

Kochabend „Chinesische Küche“

mit Rosmarie Barandun, Köchin und Erwachsenenbildnerin,
und Mei Freudenstein

Treffpunkt: 18.00 Uhr Schulküche
Quaderschulhaus
Kurskosten: Fr. 70.00
Anmeldung/ bis Montag, 5. November
Auskunft: bei Helen Frischknecht 081 353 80 50 /
079 582 32 40 frisch.h@bluewin.ch
Teilnehmerzahl beschränkt!

China hat eine traditionsreiche Küche, die aufgrund
der Ressourcen der verschiedenen Regionen
unglaublich vielfältig ist.
Sie lebt durch eine Vielfalt an Aromen und wunderbar
exotischen Gemüse- und Obstsorten.



November

Donnerstag, 22. November 2018

Spiel- und Jass-Nachmittag

Jassen und spielen für Anfängerinnen
und Fortgeschrittene

Treffpunkt: 14.00 Uhr, Restaurant Tennis-in,
Felsenaustrasse 55, Chur
Buslinie 2 bis Obere Au
5 Min. Fussweg
Anmeldung/ bis Montag, 19. November
Auskunft: bei Helen Frischknecht 081 353 80 50 /
079 582 32 40 frisch.h@bluewin.ch

In gemütlicher Runde verbringen wir einen Nachmittag
mit einem kleinen Jass-Turnier oder einem anderen
Spiel nach Anleitung und einer gemütlichen
Kaffeepause.



Dezember

Dienstag, 4. Dezember 2018

Advents-Anlass im Hotel ABC

Treffpunkt: 15.00 Uhr, Hotel ABC
Kosten: Fr. 15.00
Anmeldung/ bis Freitag, 30. November
Auskunft: bei Elisabeth Hauri 081 284 04 44 /
079 699 32 24, eli.hauri@bluewin.ch

Traditionell findet auch der diesjährige Advents-Anlass im Hotel ABC statt.

Wie gewohnt mit Geschichten, passend zur Weihnachtszeit, und einem reichhaltigen Zvieri-Buffer. Geniesst diesen Nachmittag im Kreise von Freundinnen und Bekannten aus dem Frauenverein.



Januar

Samstag, 12. Januar 2019

Neujahrs-Apéro



Ein kurzweiliger Abend mit
Hans Joss und den
jazzfriends4

Offener Anlass für Freunde und Bekannte

Beginn: 17.00 Uhr, Loësaal
Kosten: Fr. 40.00
Anmeldung/ bis Freitag, 4. Januar
Auskunft: bei Elisabeth Hauri 081 284 04 44 /
079 699 32 24, eli.hauri@bluewin.ch

Februar

Mittwoch, 6. Februar 2019

Spiel- und Jass-Nachmittag

Jassen und spielen für Anfängerinnen
und Fortgeschrittene

Treffpunkt: 14.00 Uhr, Restaurant Tennis-in,
Felsenastrasse 55, Chur
Buslinie 2 bis Obere Au
5 Min. Fussweg
Anmeldung/ bis Freitag, 1. Februar
Auskunft: bei Helen Frischknecht 081 353 80 50 /
079 582 32 40 frisch.h@bluewin.ch

In gemütlicher Runde verbringen wir einen Nachmittag
mit einem kleinen Jass-Turnier oder einem anderen
Spiel nach Anleitung und einer gemütlichen
Kaffeepause.



März

Dienstag, 5. März 2019

Winterwanderung vom alten Walserdörfchen Monbiel zur stillen Alp Garfiun
mit seinem gemütlichen Bergbeizli – eine Oase der Ruhe.

Treffpunkt: 08.10 Uhr SBB-Schalter
Kosten: Billett Chur – Klosters Monbiel
Parkplatz retour Klosters-Chur
(selber lösen)
Anmeldung/ bis Freitag, 1. März
Auskunft: bei Helen Frischknecht 081 353 80 50 /
079 582 32 40 frisch.h@bluewin.ch

Vom hübschen Weiler Monbiel geht's Tal einwärts.
Fantastische Bergpanoramen wo man hinschaut. Beim
Wendepunkt auf der Alp Garfiun wird bei gemütlicher
Bergbeizatmosphäre deftige Hausmannskost feil
geboten. Mit ständigem Blick auf die Gotschna geht's
schliesslich der Landquart entlang hinunter nach
Klosters (2.30 Std.)

**Kann auch mit der Pferdekutsche gefahren
werden.**



März

Dienstag, 12. März 2019

Generalversammlung SGF 2019 im Restaurant „VA BENE“ **18.00 Uhr**



Die Generalversammlung beginnt mit einem kleinen gemeinsamen Znacht, gefolgt vom offiziellen Teil der Versammlung.

April

Dienstag, 30. April 2019

Bündner Naturmuseum „Überlebenskünstler“ Pflanzen und Tiere in hohen Lagen

Treffpunkt: 13.50 Uhr vor dem Naturmuseum
Kosten: ca. Fr. 10.00
Anmeldung/ bis Freitag, 26. April
Auskunft: bei Elisabeth Hauri 081 284 04 44 /
079 699 32 24 eli.hauri@bluewin.ch

Tiere und Pflanzen in hohen Lagen haben erstaunliche Fähigkeiten, Anpassungsmechanismen und Strategien entwickelt.

Eine 1-stündige Führung durch
Flurin Camenisch, Museumspädagoge, oder
Ueli Rehsteiner, Direktor Bündner Naturmuseum.
Danach gemütliches Zusammensitzen
im Restaurant B12.



Mai

Dienstag, 14. Mai 2019

SGF – Vereinsreise

Ulm



Ulm ist eine mittelalterliche Stadt im süddeutschen Bundesland Baden-Württemberg. In der Stadtmitte befindet sich das imposante Ulmer Münster, eine jahrhundertalte Kirche im gotischen Baustil. Ihr Kirchturm bietet Blick auf die Stadt und bei klarem Wetter lassen sich sogar die Alpen erkennen. Das Rathaus zeichnet sich durch seine Fassade aus der Frührenaissance, seine Fresken und seine astronomische Uhr aus dem 16. Jahrhundert aus. Die engen Gassen des Fischerviertels, einem Stadtteil an der Donau, werden durch Fachwerkhäuser geprägt.



Juni

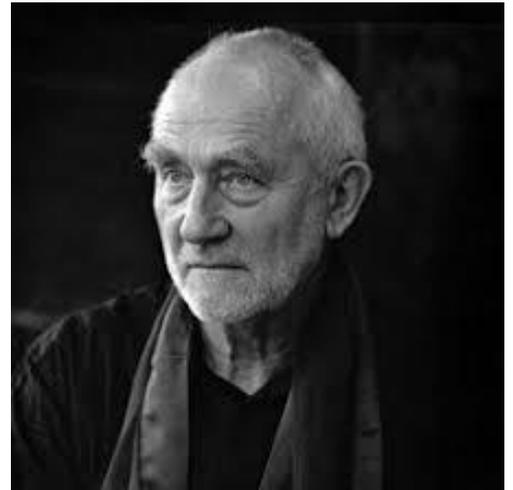
Donnerstag, 6. Juni 2019

Besuch beim international bekannten Architekten Peter Zumthor in Haldenstein
(danach noch ein Spaziergang durch den Rosengarten)

Treffpunkt: 13.45 Uhr
Bushaltestelle Haldenstein Dorf (Bus 3)
Kosten: keine
Anmeldung: bis Montag, 3. Juni
bei Helen Frischknecht 081 353 80 50 /
079 582 32 40 frischi.h@bluewin.ch

Teilnehmerzahl beschränkt!

Nebst vielen anderen Auszeichnungen wurde er für sein Lebenswerk 2009 mit einem bedeutenden Architekturpreis ausgezeichnet, dem Pritzker-Preis. Zumthors Bauten sind von ihren grundlegenden Elementen des Lichts und des Materials her konstruiert. Sinnliche Lehrstücke, erzählen davon, wie man mit minimalen Mitteln maximale Wirkung erreicht. Das Geheimnis seiner Baukunst liegt nicht zuletzt in der Erfahrung, die mit ihr verbunden ist. So lassen auch Besucher in Haldenstein auf eine gewisse Weise die Welt hinter sich. Haus, Mitarbeiter und mittendrin der Meister wirken mitunter wie ein beeindruckendes Gesamtkunstwerk .



Juni

Dienstag, 25. Juni 2019

Early bird

Treffpunkt: 07.00 Uhr Kehrplatz „Kleinwaldegg“
06.45 Uhr ab Bahnhofplatz, Buslinie 2
Anmeldung: Keine erforderlich

Etwas für Frühaufsteherinnen – zäma uf da Mittaberg.
Das gemeinsame Erleben des neuen Tages, das muntere Zwitschern unserer gefiederten Waldbewohner, die ersten milden Sonnenstrahlen und die Freude, den Hausberg gemeinsam zu erwandern, stehen hier im Vordergrund.
Marschzeit gemäss Wanderwegweiser 1¼ Std.



Präsidentin

Irène Kobelt
Cadonastrasse 45
7000 Chur

Telefon 081 284 20 86
Mobile 079 323 99 16
E-Mail i.kobelt@bluewin.ch

Kassierin

Bürkli Aita
Gürtelstrasse 81
7000 Chur

Telefon 081 284 89 56
Mobile 076 401 42 20
E-Mail buerkli.aita@sunrise.ch

Jahresaktivitäten

Elisabeth Hauri
Adlerweg 5
7000 Chur

Telefon 081 284 04 44
Mobile 079 699 32 24
E-Mail eli.hauri@bluewin.ch

Helen Frischknecht
Lochertstrasse 8
7000 Chur

Telefon 081 353 80 50
Mobile 079 582 32 40
E-Mail frisch.h@bluewin.ch

Seniorenarbeit / Aktuarin

Cornelia Zogg
Aehrenweg 6
7000 Chur

Telefon 081 250 27 30
Mobile 079 265 05 70
E-Mail corneliazogg@outlook.com