

Jahresprogramm 2024/2025

DI, 5. März 2024

GENERALVERSAMMLUNG

19.00 Uhr, Würzenbachsaal

FR, 22. März 2024

CURLING-PLAUSCH

17.00 – 20.00 Uhr, Eiszentrum Luzern

Die Curling Erfolge der Schweizer Frauen spornen uns an. Es ist Zeit, diesen Sport selber einmal auszuprobieren. Dies in einer Gruppe von 10 Personen und mit einer Einführung.

Kosten Fr. 40

Anmeldungen bis 10. März 2024 an Gabriela Eisserle Studer 078 608 32 93.

April

FR, 19. APRIL 2024

WAS IST GLÜCK?

19.00 – 20.30 Uhr, Raum Gerlisberg

Annette Omachen liest ausgewählte Textauszüge, Kolumnen und Kurzgeschichten rund um das Thema Glück. Lassen Sie sich überraschen.

Kosten Mitglieder Fr. 10, Nichtmitglieder Fr. 15

Keine Anmeldung erforderlich.

SA, 27. APRIL 2024

DISCO FÜR ALLE

20.00 – 24.00 Uhr, Würzenbachsaal

Schon zum dritten Mal lassen wir es zusammen mit den Club Gangsters im Würzenbachsaal rocken. Lasst uns gemeinsam das Tanzbein schwingen zu Rhythmen der 70er, 80er und 90er Jahre. Für gute Stimmung und leckere Drinks ist gesorgt.

Eintritt Fr. 15

Keine Anmeldung erforderlich.

DI, 7. Mai 2024

MAIANDACHT

19.00 Uhr, Johanneskirche

Anschliessend stossen wir gemeinsam auf den Mai an.

DO, 16. Mai 2024

FRAU CHLÄMMERLISACK – VORTRAG TEAM SÄLBER MACHE

19.30 – 21.00 Uhr, Würzenbachsaal

Ich bin ich – du bist du. Gemeinsam sind wir erfolgreich. Authentisch und direkt zeigt Eveline wie einfach gewisse Dinge anzugehen sind. Sie setzt sich dafür ein, öfters etwas auszuprobieren statt nach Ausreden zu suchen. Frau Chlämmerlisack ist eine grossartige Mischung aus Wissen, Unterhaltung und Motivation und begeistert von der ersten Minute an. Die Tips sind hilfreich und sehr einfach umzusetzen.

Kosten Fr. 25

Anmeldung bis 10. Mai 2024 an Gabriela Eisserle Studer 078 608 32 93.

DO, 6. Juni 2024

FRAUENSTAMM

18.00 – 21.00 Uhr, Ort wird noch bekannt gegeben

Mit gleichgesinnten Frauen einen Abend verbringen und gemeinsam über verschiedene Themen reden – dies bei einem guten Glas Wein und etwas zu knabbern? Dann komm doch einfach vorbei. Keine Anmeldung erforderlich.

DI, 11. Juni 2024

ZEITGUT – NACHBARSCHAFTSHILFE ERLEBEN

19.30 – 21.30 Uhr, Würzenbachsaal

Das Zeitgut Konzept «Zyt nä, Zyt Gä» ist für Jung und Alt sowie für Vereine und soziale Institutionen gedacht. Spende deine Zeit, erhalte Zeitgutschriften und sei Teil einer wachsenden sorgenden Gemeinschaft. Alle, unabhängig von Alter oder Geschlecht, sind herzlich eingeladen, sich dieser Veranstaltung anzuschliessen. Gemeinsame Zeit verbindet uns – auch in Form dieser Veranstaltung. Eintritt frei

Anmeldung bis 8. Juni 2024 an Carmen Fährndrich 079 784 54 21.

DI, 25. Juni 2024

MEDITATION

19.30 – 21.30 Uhr, Treffpunkt Vita Parcours Parkplatz «Büttenen»

In der Ruhe liegt die Kraft. In diesem Sinne machen wir uns auf den Weg ins Innere und nutzen dafür die Kraft der Natur.

Kosten Mitglieder Fr. 10, Nichtmitglieder Fr. 15

Anmeldung bis 22. Juni 2024 an Carmen Fährndrich 079 784 54 21.

FR, 13. September 2024

FRAUENSTAMM

9.00 – 11.00 Uhr, Romerohaus

Gemeinsam am Morgen bei einem Kaffee plaudern? Dafür ist der Frauenstamm am Vormittag wie gemacht. Kommt doch einfach vorbei und schaut, wer auch da ist, oder nehmt eine Freundin mit. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

SA, 14. September 2024

WEINDEGUSTATION

14.00 – 16.00 Uhr, Bioweingut Sitenrain, Meggen

Tauche ein in die Welt des biologischen Weinbaus und entdecke die Vielfalt der edlen Tropfen, die auf dem idyllischen Weingut Sitenrain hergestellt werden. Lasse dich von den Aromen verführen und erfahre mehr über die nachhaltige Herstellung dieser einzigartigen Weine. Die Weindegustation bietet dir die Möglichkeit, verschiedene Sorten zu probieren. Neben den köstlichen Weinen erwartet dich auch eine Auswahl an leckeren Knabbereien, die perfekt mit den edlen Tropfen harmonieren.

Kosten Fr. 53

Anmeldung bis 9. September 2024 an Erika Stadelmann: e.stadelmann@gmx.net

SA, 21. September 2024

FRAUENSTADTRUNDGANG

10.00 – 12.00 Uhr, Treffpunkt Torbogen Bahnhofplatz Luzern

«Frauen, die Luzern bewegten» erzählt, von mutigen Luzernerinnen und weiblichen Persönlichkeiten, die unsere Stadt auf wichtige Weise mitgeprägt haben. Ob als Hebamme, Politikerin oder internationaler Star – die Frauen der Leuchtenstadt begeistern in vielerlei Hinsicht.

Kosten Fr. 20

Anmeldungen bis 19. August 2024 an Carmen Fährndrich 079 784 54 21.

DI, 15. Oktober 2024

OKTOBERANDACHT

19.00 Uhr, Johanneskirche

Anschliessend stossen wir gemeinsam auf den Herbst an.

MO, 21. Oktober 2024

LOTTO FÜR JUNG UND ALT

14.30 – 16.30 Uhr, Raum Gerlisberg

Bei einem Montagslotto geniessen wir das Zusammensein.

Einsatz pro Karte Fr. 1, geplant sind 5 Gänge.

Anmeldung bis 14. Oktober 2024 an Trudy Frei 079 690 28 05.

DI, 5. November 2024

MEDITATION

19.00 – 19.30 Uhr, Johanneskirche

Zeit der Stille, der Besinnung und der Vorbereitung. Mit einer geführten Meditation kehren wir in unser Inneres ein.

Kosten Mitglieder Fr. 10, Nichtmitglieder Fr. 15

Anmeldung bis 3. November 2024 an Carmen Fähndrich 079 784 54 21.

DI, 12. November 2024

HANDLETTERING

18.00 – 21.00 Uhr, Raum Gerlisberg

Hast du Freude am Schreiben, Malen und Zeichnen oder bist du neugierig und hast Lust etwas Neues auszuprobieren? Dann ist Handlettering genau das Richtige für dich. Kreativ schreiben kann jeder und es macht Spass. Nach dem Workshop bist du gerüstet, selber Karten und anderes zu beschriften und zu bemalen. Alle Teilnehmerinnen erhalten ein Dossier, eine Kartonmappe sowie coole Stifte, um zuhause zu üben. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Kosten Fr. 80, Workshop inklusive Material, Dossier und Stifte.

Anmeldungen bis 31. Oktober 2024 an Gabriela Eisserle Studer 078 608 32 93.

DI, 7. Januar 2025

ANDACHT VON FRAUEN FÜR FRAUEN

9.00 Uhr Johanneskirche

Anschliessend gibt es Kaffee und Gipfeli

DO, 16. und 23. Januar 2025

JODELN FÜR ANFÄNGERINNEN

19.00 – 21.00 Uhr, Würzenbachsaal

Einst jodelten die Hirten, um zu kommunizieren. Wir juchzen heute voller Freude. Jodeln macht Spass und ist gesund. Trau dich und lass dich auf dieses Abenteuer ein. Jodeln ist nicht nur für Ländler-Freunde. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Kosten für beide Abende zusammen Fr. 50

Anmeldung bis 10. Januar 2025 an Gabriela Eisserle Studer 078 608 32 93.

04. Februar 2025

FRAUENPOWER AUCH NACH DER MENOPAUSE

19.00 – 21.00 Uhr, Raum Gerlisberg

Ein Ladies-Abend der anderen Art geleitet von Sarah Studer.

Frau sein ist nicht immer leicht und nachdem wir Jahrelang in der sogenannten „Blüte unseres Lebens“ monatlich die Menstruation erleben, kommt dann irgendwann die Menopause. Was dann mit uns und unserer Sexualität passiert, wie und warum wir so fühlen und wie wir trotzdem sexy Powerfrauen bleiben, erfahrt ihr an diesem interaktiven Vortrag.

Kosten Fr. 25

Anmeldung bis 27. Januar 2025 an Carmen Fähndrich 079 784 54 21.

DI, 11. März 2025

GENERALVERSAMMLUNG

19.00 Uhr, Würzenbachsaal

www.frauen-kreis.ch