

Bildungsprogramm 2023/2024

Die Bäuerinnen im Bezirk Gänserndorf

ZVR Nr. 229676454

Mit den Gebieten

Gänserndorf

Groß Enzersdorf

Marchegg

Zistersdorf



Impressum

Eigentümer, Herausgeber und Verleger: Bezirksbauernkammer Gänserndorf, Hauptstraße 8, 2230 Gänserndorf;
Tel.: 05 0259 DW 40403, Fax: 05 0259 95 40403, Montag bis Freitag von 8 bis 12 Uhr,
E-Mail: office@gaenserndorf.lk-noe.at

Für den Inhalt verantwortlich: Bezirksbäuerin Mandl Manuela

Redaktion und Gestaltung: Dagmar Weber

Redaktionsschluss: 31. Juli 2023

Wünsche und Anregungen für das nächste Kursprogramm 2024/25 bitte bis April 2024 an die Bezirksbauernkammer Gänserndorf weitergeben.

Titelseite Gestaltung: Bildungssekretärin Dagmar Weber

Vorwort Foto: Bildrechte Manuela Mandl

Überblick Gebietsbäuerinnen Fotos: Fotograf Heidemarie Lahofer - LK Zuschmann Michaela,

Fotograf Caroline Zatschkowitsch – Ing. Scheit Elke und Kuhn Sandra, Pfeiffer Edith

Foto Seite 15, Bildrechte: Frau Daniela Dworzak, MA

Foto Seite 16, Bildrechte: Herr Meisterflorist Michael Josef Zihl

Foto Seite 17, Bildrechte: Frau Elisabeth Zieserl

Foto Seite 21, Bildrechte: Frau Martina Pfneisl

Das gesamte Bildungsprogramm finden Sie auf der Homepage des Vereins
„Die Bäuerinnen vom Bezirk Gänserndorf“ (www.baeuerinnen-noe.at/gaenserndorf) Aktuelles

Organisatorische Hinweise für Kurse auf Bezirks- / Gebietsebene

Auch wenn im Text nicht explizit ausgeschrieben, beziehen sich alle personenbezogenen Formulierungen auf weibliche und männliche Personen.

Termin-, Orts- und Programmänderungen vorbehalten.

Stornobedingungen: Jede Anmeldung bei Kursen wo der Bäuerinnenverein als Veranstalter aufscheint sind verbindlich. Bei Nichtteilnahme wird das **Kursgeld nicht rückerstattet**. Die Nominierung und Entsendung eines Ersatzteilnehmers ist gerne möglich. Für LFI Kurse wie KOMM und KOCH gelten die Geschäftsbedingungen der Bäuerinnen NÖ (siehe S. 34).

Hinweise zu Fotos von Veranstaltungen: Wird im Rahmen von Seminaren oder sonstigen Veranstaltungen der Bäuerinnenorganisation fotografiert, so erteilt die am Foto abgebildete Person ihre ausdrückliche unentgeltliche Zustimmung, dass eine Bewerbung des LFI bzw. der Bäuerinnenorganisation mit diesem Foto in Medien jeder Art, insbesondere in Printmedien und auf Websites, zulässig ist.

Anmeldung für Kurse und Veranstaltungen



Bei allen Workshops, Vorträgen und Seminaren bei denen neben dem Kurs dieses Symbol aufscheint, sind die Kurse nur online über

www.baeuerinnen-noe.at/gaenserndorf /Veranstaltungen und Termine buchbar.

Bei der Anmeldung ist es wichtig, eine **funktionierende Mailadresse anzugeben, da diese für die Übermittlung der Rechnung mit Erlagschein zwecks Einzahlung der Kursgebühren verwendet wird.**

Bei den anderen Kursen erfolgt die **Kursanmeldung mit Kursnummer, Datum und Uhrzeit** und Kurseinzahlung ausschließlich über Ihre zuständige Ortsbäuerin bis zum angegebenen Termin.

Vorwort



Liebe Freunde der Bäuerinnen!

Liebe Mitglieder!

Wir freuen uns sehr, euch unser neues Bildungsprogramm für die Saison 2023/2024 präsentieren zu dürfen.

Nach dem Motto „Man lernt nie aus“ ist unser vielfältiges Programm gestaltet.

Vom Kochkurs bis zur Thermenfahrt ist bestimmt für jeden wieder etwas dabei.

Besucht unsere Veranstaltungen und nutzt die Gelegenheit, euch zu vernetzen und die Gemeinschaft zu pflegen.

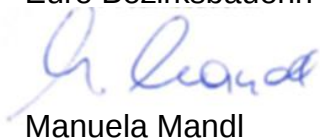
Mein Team und ich freuen uns schon sehr, miteinander schöne Stunden zu verbringen und wünschen viel Freude beim Durchblättern.

Das Programm ist online zu finden unter:

www.baeuerinnen-noe.at/Bezirk_Gänserndorf_/Aktuelles

Mit Besten Grüßen

Eure Bezirksbäuerin



Manuela Mandl

Überblick Gebietsbäuerinnen aller Gebiete:



Zuschmann Michaela

Gebietsbäuerin
des Gebietes Gänserndorf

0699/81903711

m.zuschmann@aon.at

Die Bäuerinnen.

... im Gebiet Gänserndorf
ZVR Nr. 165960060



Ing. Scheit Elke

Gebietsbäuerin
des Gebietes Groß-Enzersdorf

0664/1301128

scheit.45@aon.at

Die Bäuerinnen.

... im Gebiet Groß Enzersdorf
ZVR Nr. 410675670



Kuhn Sandra

Gebietsbäuerin
des Gebietes Marchegg

0676/3445535

biohof-kuhn@hotmail.com

Die Bäuerinnen.

... im Gebiet Marchegg
ZVR Nr. 309161109



Pfeiffer Edith

Gebietsbäuerin
des Gebietes Zistersdorf

0699/12220111

pfeiffer14@aon.at

Die Bäuerinnen.

... im Gebiet Zistersdorf
ZVR Nr. 946313214

Inhaltverzeichnis

Impressum	2
Organisatorische Hinweise für Kurse auf Bezirks- / Gebietsebene.....	2
Anmeldung für Kurse und Veranstaltungen.....	2
Vorwort	3
Überblick Gebietsbäuerinnen aller Gebiete	4
Inhaltverzeichnis	5
Programm auf Bezirksebene	8
Komm & koch mit der Bäuerin: Bowls - Die bunte Vielfalt in der Schüssel Aufkocht is!	8
Programm auf Gebietsebene – Gebiet Gänserndorf.....	9
Weihnachtsbäckerei mal anders	9
Schlafst du wohl? – ein Tagesworkshop für einen achtsamen Schlaf	9
Qi Gong - ein Weg zur inneren Ausgeglichenheit.....	10
Autogenes Training - ein Weg zur Entspannung	10
Endlich gut schlafen - ein 5-Elemente Kochworkshop.....	11
Schwung für den Darm	11
Zwirnknopfkurs für Anfänger	12
Thermenfahrt St. Martins Therme	12
Komm & koch mit der Bäuerin: Erdäpfelkreationen Aufkocht is!.....	13
Thermenfahrt Laa	13
Programm auf Gebietsebene – Gebiet Groß Enzersdorf	14
Zellgesundheit - Gesundheitsvortrag	14
Nachhaltig gesund und fit.....	15
Tag der Gefäßgesundheit	16
DIY Workshop - Türkranz mit Metallring.....	16
Germteig Allerlei	17
Fotografieren mit dem Smartphone - Die Kamera in der Tasche.....	18
Programm auf Gebietsebene – Gebiet Marchegg	19
Komm & koch mit der Bäuerin: Fermentieren - Gemüse haltbar gemacht! Saison is!.....	19
Grüne Hausapotheke.....	20
Entspannt und gestärkt durch Yoga.....	20
Stoffdruck	21
Komm & koch mit der Bäuerin: Vegetarisch is(s)t Vielfalt! Aufkocht is!.....	22
Naturkosmetik für jeden Tag	23
Natürlich sauber - Putz- und Reinigungsmittel selbst gemacht.....	24

Graskörbe flechten für Ostern	24
Hausgartl I - Das Nutzgartenjahr für Einsteiger	25
Achtsamkeitsspaziergang	26
Programm auf Gebietsebene – Gebiet Zistersdorf.....	27
Englische Küche	27
Männerkochen	28
Beckenbodentraining	29
Römertherme Baden.....	29
Blumenfenster mit Trockenblumen basteln	30
Kinderkochen von 7-14 Jahre	30
Salate haben immer Saison	31
SVS - Nordic Walking Runde	31
Online Angebote „Die Bäuerinnen NÖ“	33
Allgemeine Geschäftsbedingungen für die Bäuerinnenorganisationen in NÖ.....	34
Datenschutzmitteilung der Bäuerinnenorganisationen in NÖ.....	35



Kochseminare mit der Bäuerin!

Anmeldungen unter

www.kommundkoch.at | www.noefi.at | www.baeuerinnen-noe.at
www.seminarbaeuerinnen-noe.at | www.landwirtschaft-verstehen.at

SEMINAR
BÄUER
INNEN

Die Bäuerinnen.

Ländliches
Fortbildungs
Institut **LF**

KOMM & KOCH
MIT DER BÄUERIN
Verlass di drauf!

lk Landwirtschaftskammer
Niederösterreich

Digitalisierung? Für uns Bäuerinnen kein Problem!



Die Digitalisierung ist gekommen um zu bleiben!
Und sie ist schon heute nicht mehr aus unserem Alltag wegzudenken.

In der Bäuerinnenorganisation haben wir uns daher bewusst entschieden, unsere Mitglieder – das heißt, euch – auf diesem digitalen Weg mitzunehmen. Wir haben deshalb ein digitales Abwicklungssystem für Bäuerinnenkurse und -veranstaltungen entwickelt.

Es handelt sich dabei um ein durchgängiges digitales Bildungsmanagement-System, mit dem man jederzeit digital bewerben, informieren, anmelden, erinnern und einzahlen kann. Dabei werden unsere Ortsbäuerinnen und Kursbetreuerinnen weiterhin die zentralen Erfolgsfaktoren sein. Aber die Abwicklung wird einfacher und flexibler.

Unsere Bitte an euch ist, das neue digitale System anzunehmen und zu nutzen, um gemeinsam mit der Digitalisierung zu wachsen. Und nehmt bitte auch jene an die Hand, denen der Schritt in die Digitalisierung vielleicht schwerer fällt.

*Danke, dass ihr Teil dieses Projekts seid!
Viel Erfolg!*

Die Bäuerinnen.

- 1 Homepage der Bäuerinnen aufrufen
www.baeuerinnen-noe.at
- 2 Gewünschte Bezirksseite auswählen
- 3 "Veranstaltungen und Termine" aufrufen
- 4 Gewünschte Veranstaltung suchen und auswählen
- 5 Anmelden **Wichtig!**
Füllt das Anmeldeblatt mit euren persönlichen Daten vollständig aus!
Keine E-Mail-Adresse? Frage ein Familienmitglied um Hilfe!
- 6 E-Mail Postfach im Auge behalten!

6 Schritte

für eine erfolgreiche Anmeldung!

Video-Anleitung
dazu:



Programm auf Bezirksebene

Komm & koch mit der Bäuerin: Bowls - Die bunte Vielfalt in der Schüssel Aufkocht is!

Zielgruppe:

Alle, die gerne kochen!

Kursinhalt:

Schichten und genießen - Bowls machen es möglich. Dabei steht das englische Wort „Bowl“ für die gute alte österreichische Schüssel. Also Schüssel her und los geht's. Schicht für Schicht holt man sich dabei eine ausgewogene Mahlzeit in die Schüssel. Die Basis für die bunte Bowl sind Erdäpfel, Nudeln oder Reis. Weiters machen Gemüse, Fleisch, Tofu oder Hülsenfrüchte das Trendgericht zum schnell gekochten Alleskönner. Ob kalt oder warm, als Jause oder Hauptgericht – sie ist bunt, sie ist gesund und ein Geschmackserlebnis für den Mund.

Mitzubringen:

- Kochschürze (wenn vorhanden)
- Die **Lebensmittelkosten von ca. 15€** werden vor Ort bar einkassiert

Teilnehmerzahl:

mind. 12 Personen, max. 14 Personen

Anmeldung ausschließlich online möglich!

unter www.baeuerinnen-noe.at/Gänserndorf

Anmeldeschluss: 22.02.2024



Kursnummer: 3-0081405

Fr, 08.03.2024

16:00 - 20:00 Uhr

Kursnummer: 3-0081413

Sa, 09.03.2024

09:00 - 13:00 Uhr

Kursort:

BBK Gänserndorf LK NÖ

Hauptstraße 8

2230 Gänserndorf

Referent/in:

Mag. Petra Kargl

Kursbeitrag:

€ 30,00 ohne Lebensmittelkosten



Datum	Uhrzeit	Link zur Anmeldung
Fr, 08.03.2024	16:00 – 20:00	www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081405
Sa, 09.03.2024	09:00 – 13:00	www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081413

Programm auf Gebietsebene – Gebiet Gänserndorf

Weihnachtsbäckerei mal anders

Zielgruppe:

Alle interessierte Bäuerinnen und Bauern

Kursinhalt:

Weihnachtsbäckereien mit Kräutern gemacht

Teilnehmerzahl:

mind. 5 Personen, max. 8 Personen

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081531

Anmeldeschluss: 30.11.2023



Kurs 2

Kursnummer: 3-0081531

Fr, 17.11.2023

15:00 - 18:30 Uhr

Kursort:

Tallesbrunner Hauptstraße 11,
2253 Weikendorf

Referent/in:

Karin Kriz

Kursbeitrag:

€ 52,00

Schlafst du wohl? – ein Tagesworkshop für einen achtsamen Schlaf

Zielgruppe: Für alle Interessierten.

Kursinhalt:

Schlafe besser und fühle dich erholter!
Freue dich auf einen abwechslungsreichen Workshop zwischen Alltags-Praxis und theoretischen Schlaf-Ritualen. Lerne deine Schlafräuber zu identifizieren, bessere Gute-Nacht Routinen zu kreieren und wie du Mithilfe der traditionellen chinesischen Medizin (5-Elemente Ernährung und Akupressur) zu einem erholsamen Schlaf findest. Ein Mix aus unterschiedlichen schlaffördernden Entspannungsübungen (Yin Yoga, Autogenes Training, Qi Gong- und Atemübungen, Klangschalen Reisen...) und Achtsamkeits-Übungen erwarten dich. Gönn dir eine Auszeit der inneren Ruhe und finde im Alltag deinen „wohligen Schlaf“

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081537

Anmeldeschluss: 30.11.2023



Kurs 3

Kursnummer: 3-0081537

Sa, 18.11.2023

09:30 - 16:30 Uhr

(1 Stunde Mittagspause)

Kursort:

BBK Gänserndorf LK NÖ
Hauptstraße 8
2230 Gänserndorf

Referent/in:

Eva Dötzl

Teilnehmerzahl:

mind. 7 - max. 14 Personen

Mitzubringen: Matte, eventuell
auch Decke/Polster

Kursbeitrag: € 90,00 inkl. Skript

Qi Gong – ein Weg zur inneren Ausgeglichenheit

Zielgruppe:

Für alle Interessierten.

Kursinhalt:

Qi Gong ist eine Kombination aus Atem- und Entspannung mit sanften Bewegungen, auf Basis der traditionellen chinesischen Medizin. In diesen 8 Ruhe findenden Einheiten lernst du die Qi Gong Übungsreihe „8 Brokate“ näher kennen, welche eine Balance von Körper und Geist bewirken. Ein abwechslungsreicher Mix aus sanften Bewegungen, Atem- und Entspannungs-Übungen im Liegen erwarten dich. Gönn dir eine Auszeit von den Anforderungen des Tages und stärke deine Mitte.

Mitzubringen: Matte, eventuell auch Decke/Polster

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081540

Anmeldeschluss: 14.11.2023



Autogenes Training – ein Weg zur Entspannung

Zielgruppe: Für alle interessierte Mitglieder.

Kursinhalt: Das Autogene Training ist eine Tiefenentspannungstechnik, um die innere Balance zu stärken. Neben einer höheren Stresstoleranz wird bei regelmäßigem Training eine Verbesserung seiner allgemeinen Lebens- und Schlafqualität erreicht. Die Selbstheilungskräfte des Körpers werden aktiviert und das körperliche & seelische Gleichgewicht gesteigert. Lernen Sie die Autogenen Training Übungen in Theorie & Praxis kennen.

Mitzubringen: Matte, eventuell auch Decke/Polster

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081541

Anmeldeschluss: 14.11.2023



Kurs 4

Kursnummer: 3-0081540

8 Teiltermine – immer Mittwoch

18:00 - 19:00

29.11.23, 06.12.23, 13.12.23,

20.12.23, 10.01.24, 17.01.24,

24.01.24, 31.01.24

Kursort:

BBK Gänserndorf LK NÖ

Hauptstraße 8

2230 Gänserndorf

Referent/in:

Eva Dötzl

Teilnehmerzahl:

mind. 6 - max. 12 Personen

Kursbeitrag:

€ 95,00 inkl. Skript

Kurs 5

Kursnummer: 3-0081541

8 Teiltermine – immer Mittwoch

19:15 – 20:15

29.11.23, 06.12.23, 13.12.23,

20.12.23, 10.01.24, 17.01.24,

24.01.24, 31.01.24

Kursort:

BBK Gänserndorf LK NÖ

Hauptstraße 8

2230 Gänserndorf

Referent/in:

Eva Dötzl

Teilnehmerzahl:

mind. 6 - max. 12 Personen

Kursbeitrag:

€ 95,00 inkl. Skript

Endlich gut schlafen - ein 5-Elemente Kochworkshop für einen erholsamen Schlaf

Zielgruppe: Für alle interessierten Mitglieder.

Kursinhalt:

„Schlafe entspannter und fühle dich erholter“ - mit der 5 Elemente Ernährung. Ein Umdenken in den Gewohnheiten der Abendmahlzeiten können helfen, das Ein- und Durchschlafen zu verbessern. Freue dich auf einen abwechslungsreichen Kochworkshop zwischen Alltags-Koch Praxis und theoretischen 5-Elemente Ernährungsempfehlungen für einen erholsamen Schlaf. Ein Mix aus unterschiedlichen schlaffördernden Gerichten (pikante- und süße-, vegetarische- und Fleischgerichte), welche gemeinsam in kleiner Gruppe zubereitet und im Anschluss verkostet werden, erwarten dich. Großer Wert wird auf die Einfachheit der Gerichte mit saisonalen und regionalen BIO Zutaten gelegt.

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081542

Anmeldeschluss: 16.11.2023



Kurs 6

Kursnummer: 3-0081542

Datum: Fr, 01.12.2023

16:00 - 20:00 Uhr

Kursort:

BBK Gänserndorf LK NÖ
Hauptstraße 8
2230 Gänserndorf

Referent/in:

Eva Dötzl

Teilnehmerzahl:

mind. 7 - max. 12 Personen

Kursbeitrag:

€ 70,00

Schwung für den Darm

Zielgruppe:

Für alle Interessierten.

Kursinhalt:

Workshop mit Speisenzubereitung und Verkostung. Haben Sie schon mal etwas über "Schutzengelbakterien" gehört? Wieviel Leben lebt in uns und auf welcher Fläche? Wir erhalten Infos wie wir unsere Körpermitte stärken können, was die Reste Küche für Potential hat, wie wir das nachhaltig und im Alltag vereinen können!

Teilnehmerzahl: mind. 20 - max. 30 Personen

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081543

Anmeldeschluss: 14.12.2023



Kurs 7

Kursnummer: 3-0081543

Do, 11.01.2024

18:00 - 21:00 Uhr

Kursort:

BBK Gänserndorf LK NÖ
Hauptstraße 8
2230 Gänserndorf

Referent/in:

Mag. Julia Geißler-Katzmann

Kursbeitrag:

€ 39,00

Zwirnknopfkurs für Anfänger

Zielgruppe:

Für alle Interessierten.

Kursinhalt:

Nähen eines Zwirnknopfes

Teilnehmerzahl:

mind. 8 Personen, max. 10 Personen

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081544

Anmeldeschluss: 30.01.2024



Kurs 8

Kursnummer: 3-0081544

Sa, 17.02.2024

14:00 - 17:00 Uhr

Kursort:

BBK Gänserndorf LK NÖ

Hauptstraße 8

2230 Gänserndorf

Referent/in:

Maria Pachler

Kursbeitrag:

€ 52,00

Thermenfahrt St. Martins Therme

Zielgruppe:

Alle, die sich eine Auszeit gönnen wollen.

Ruhe und Genuss! Sich verwöhnen lassen und neue Kraft schöpfen! Ein erholsamer Entspannungstag in der St. Martins Therme & Lodge in Frauenkirchen.

Kursinhalt:

7.00 Uhr **Abfahrt Lassee** - Bushaltestelle vor dem Pfarrhof

7.30 Uhr **Abfahrt Gänserndorf** - großer Parkplatz hinter Rathaus Scheunengasse

Rückfahrt ca. 19 Uhr von Frauenkirchen

Mitzubringen:

Der im Februar 2024 gültige Tageseintritt wird im Bus einkassiert.

Teilnehmerzahl:

mind. 40 Personen, max. 55 Personen

Anmeldung: Bei ihrer Ortsbäuerin

Anmeldeschluss: 6. Oktober 2023

Kurs 9

Kursnummer: 3-0081565

Datum: Do, 29.02.2024

08:00 - 19:30 Uhr

Kursort:

Therme Seewinkel Betriebs-GesmbH St. Martins Therme & Lodge

Im Seewinkel 1

7132 Frauenkirchen

Kursbeitrag:

€ 26,00 für Bus

Kursverantwortlich:

Stix Monika

0660/1991964

Komm & koch mit der Bäuerin: Erdäpfelkreationen Aufkocht is!

Zielgruppe:

Alle, die gerne kochen!

Kursinhalt:

Er gehört zum G'schmackigsten, Vielseitigsten und Beständigsten, was der heimische Boden hervorbringt: der Erdäpfel. In diesem Seminar lassen wir ihn alle Stückerl spielen: als Knabberei in Form von Erdäpfelstangerl, als würzigen „Erdäpfelkas“ zum Aufstreichen, als bissfeste Erdäpfelgnocchi mit Topfenfülle für den Mittags- oder Abendtisch – und sogar als süßes Dessert.

Mitzubringen:

- Kochschürze (wenn vorhanden)
- Die **Lebensmittelkosten von ca. 15€** werden vor Ort bar einkassiert

Teilnehmerzahl: mind. 12 - max. 14 Personen

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081444

Anmeldeschluss: 14.02.2024



Kursnummer: 3-0081444

Sa, 02.03.2024,
09:00 - 13:00 Uhr

Kursort:

BBK Gänserndorf LK NÖ
Hauptstraße 8
2230 Gänserndorf

Referent/in:

Kathrin Zöchmann

Kursbeitrag:

€ 30,00 ohne Lebensmittelkosten



Thermenfahrt Laa

Zielgruppe:

Bäuerinnen die einen Tag für Erholung und Entspannung nutzen möchten.

Kursinhalt:

7.15 Uhr **Abfahrt Lassee** - Bushaltestelle vor dem Pfarrhof
7.45 Uhr **Abfahrt Gänserndorf** - Scheunengasse großer Parkplatz hinter Rathaus

Heimfahrt ca. 18.30 Uhr von der Therme Laa

Mitzubringen:

Thermeneintritt **€ 32,90 vorbehaltlich Preiserhöhung** 2024 ohne Sauna

Anmeldung: Bei ihrer Ortsbäuerin

Anmeldeschluss: 6. Oktober 2023

Kurs 11

Kursnummer: 3-0081576

Do, 07.03.2024
07:15 - 19:30 Uhr

Kursort:

Therme Laa
Thermenplatz 1
2136 Laa an der Thaya

Kursbeitrag:

€ 26,00 für Bus

Teilnehmerzahl:

mind. 40 - max. 100 Personen

Kursverantwortlich:

Duben Marianne - 0664/1400545

Programm auf Gebietsebene – Gebiet Groß Enzersdorf

Zellgesundheit - Gesundheitsvortrag

Zielgruppe:

Alle Interessierte Bäuerinnen und Bauern

Kursinhalt:

Zellgesundheit

Mehr Gesundheit - Mehr Leben

Teilnehmerzahl:

mind. 5 Personen, max. 30 Personen

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081588

Anmeldeschluss: 13.11.2023



Kurs 12

Kursnummer: 3-0081588

Di, 28.11.2023

18:30 - 19:30 Uhr

Kursort:

BBK Gänserndorf LK NÖ

Hauptstraße 8

2230 Gänserndorf

Referent/in:

Andrea Löffler

Kursbeitrag:

€ 10,00

Hauptexkursion nach Wien

Termin: Montag, 20. November 2023

Die Bäuerinnen.

... im Gebiet Groß Enzersdorf

Programm:

Parlament Österreich, Dr. Karl-Renner-Ring 3, 1017 Wien, Führung ca. 1,5 Stunden, danach ab ca. 10:30 Uhr Treffen mit Abg.z.NR Angela Baumgartner

Führung rund um das Parlament, mit Fremdenführerin KommR Mag. Monika Burket

Mittagsmenü in der Gärtnerei Ganger, Genuss Region Wiener Gemüse,

Führung mit Adventausstellung und gemütlichem Ausklang

Weitere Informationen folgen zeitgerecht!

Nachhaltig gesund und fit

Zielgruppe:

Alle Interessierten

Kursinhalt:

Starte in ein neues Lebensgefühl!

Willst du?

- Wieder mehr Energie für dich selbst und im Job haben
- Mit Stress besser umgehen können
- Leistungsfähiger und belastbarer sein
- Gewicht reduzieren und dein Wohlfühlgewicht erreichen
- Spaß an Bewegung erlangen oder deine Fitness verbessern
- Besser schlafen, ausgeglichener, zufriedener und glücklicher sein

Im Rahmen einer Körperanalyse (BIA-Messung) schauen wir uns gemeinsam an, wie ich dich dabei unterstützen kann, deine Gesundheits- und Fitnessziele zu erreichen.

Dabei erkläre ich dir mit einfachen praktischen Tipps, was du selbst sofort tun kannst, um dich besser zu fühlen und neue Routinen in deinen Alltag zu integrieren.

Drei Monate nach unserer ersten Messung treffen wir uns zum 2. Termin, besprechen, wie es dir gegangen ist und kontrollieren gemeinsam, wie sich deine Werte entwickelt haben.

Dreh die Zeit ein paar Monate voraus und stelle dir vor, wie es sich anfühlt, wenn du dich gesünder, fitter und glücklicher fühlst.

Ich bin Daniela, ehemalige Triathletin, Trainerin seit mehr als 12 Jahren und Expertin für Frauenfitness und freue mich darauf, dich kennenzulernen.

Teilnehmerzahl:

mind. 10 Personen, max. 20 Personen

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081604

Anmeldeschluss: 03.01.2024



Kurs 13

Kursnummer: 3-0081604

2 Teiltermine

18:00 - 20:00 Uhr

Mi, 17.01.2024 und

Mi, 17.04.2024

Kursort:

Landwirtschaftliche Fachschule

Obersiebenbrunn

Feldhofstraße 6

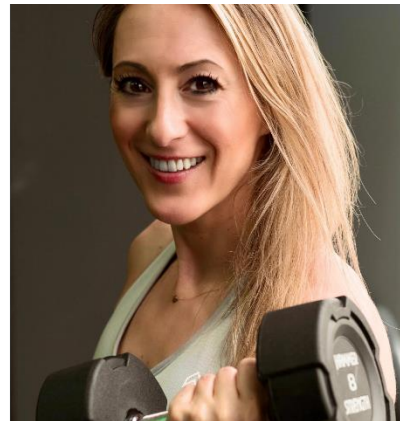
2283 Obersiebenbrunn

Referent/in:

Daniela Dworzak MA

Kursbeitrag:

€ 60,00



© Daniela Dworzak MA

Tag der Gefäßgesundheit

Zielgruppe:

Alle interessierten Bäuerinnen und Bauern.

Kursinhalt:

Komm, wir machen eine Reise ...
Eine Reise durch den menschlichen Körper.
Faszination Mikrozirkulation.
Eine Stunde Vortrag plus die Möglichkeit seine Durchblutung unter Mikroskop anzuschauen.

Teilnehmerzahl: mind. 5 - max. 20 Personen

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081615

Anmeldeschluss: 03.01.2024



DIY Workshop – Türkranz mit Metallring

Zielgruppe:

Alle interessierten Bäuerinnen und Bauern.

Kursinhalt:

Kränze binden gehört zu den ältesten Techniken der Blumenverarbeitung. Seit mehr als 3500 Jahren ist der Mensch damit vertraut. Jetzt sind sie soweit diese exzellente Technik zu erlernen.
Meisterflorist Michael J. Zihl wird alles Notwendige an Theorie und praktischen Tipps & Tricks erklären und Schritt für Schritt mit ihnen durchgehen.
Freuen sie sich über einen schönen und heiteren Abend beim Türkranz binden.

Teilnehmerzahl:

mind. 4 Personen, max. 10 Personen

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081617

Anmeldeschluss: 10.01.2024



Kurs 14

Kursnummer: 3-0081615

Datum: Fr, 19.01.2024

9:00 - 21:00 Uhr

Kursort:

BBK Gänserndorf LK NÖ
Hauptstraße 8
2230 Gänserndorf

Referent/in:

Andrea Löffler

Kursbeitrag:

€ 10,00

Kurs 15

Kursnummer: 3-0081617

Datum: Do, 25.01.2024

17:30 - 19:00 Uhr

Kursort:

Floristik Zihl
Hauptstraße 62-64
2304 Orth an der Donau

Referent/in:

Michael Josef Zihl

Kursbeitrag:

€ 57,00



© Michael J. Zihl

Germteig Allerlei – werde zum Germteig Fan

Zielgruppe:

Alle Interessierten im ländlichen Raum.

Kursinhalt:

Bei diesem Backkurs dreht sich alles um das 1x1 des Germteiges und wie gelingsicher und einfach die Zubereitung mit dem Thermomix funktioniert. Selbstgemachte saftige Backstücke wie Mohnkronen, Nussstangerl, gefüllte Topfengolatschen/-tascherl usw. werden zubereitet und können mit nach Hause genommen werden. Vor Ort ist ein Lebensmittelbeitrag von 10 Euro zu bezahlen.

Mitzubringen:

10€ Lebensmittelbeitrag werden vor Ort bar einkassiert

Kochschürze, Tupperdose oder Karton

Teilnehmerzahl:

mind. 8 Personen, max. 12 Personen

Anmeldung ausschließlich online möglich!

unter www.baeuerinnen-noe.at/Gänserndorf

Anmeldeschluss: 06.02.2024



Kurs 16

Kursnummer: 3-0081640

Mi, 21.02.2024

09:00 - 12:00 Uhr

Kursnummer: 3-0081671

Fr, 23.02.2024

17:00 - 20:00 Uhr

Kursort:

BBK Gänserndorf LK NÖ

Hauptstraße 8

2230 Gänserndorf

Referent/in:

Elisabeth Zieserl

Kursbeitrag:

€ 30,00 ohne Lebensmittelkosten



© Zieserl Elisabeth

Datum	Uhrzeit	Link zur Anmeldung
Mi, 21.02.2024	09:00 – 12:00	www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081640
Fr, 23.02.2024	17:00 – 20:00	www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081671

Fotografieren mit dem Smartphone - Die Kamera in der Tasche

Kurs 17

Zielgruppe:

Interessierte Personen, die die Möglichkeiten ihrer Smartphone-Kamera optimal nutzen möchten. Für das Fotografieren sind keine Vorkenntnisse nötig. Die grundsätzliche Bedienung des Smartphones wird vorausgesetzt.

Kursinhalt:

Die beste Kamera ist jene, die man ständig bei sich hat. Immer mehr Smartphones haben leistungsfähige Kameras und erfüllen somit die modernen Anforderungen an die digitale Kommunikation. Um Augenblicke mit aussagekräftigen Fotos festhalten zu können, brauchst du aber doch Grundkenntnisse:

- Einsatzmöglichkeiten von Smartphones
- Anforderungen an aussagekräftige Fotos
- Komposition, Gestaltung und Perspektiven
- Kameraeinstellungen
- Praktische Übungen, Tipps und Tricks

Mitzubringen:

Smartphone mit aufgeladenem Akku und Ladegerät (ACHTUNG: für ausreichend Speicherplatz am Smartphone sorgen), **installierte kostenlose APP Snapseed**

Teilnehmerzahl:

mind. 10 Personen, max. 14 Personen

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081767

Anmeldeschluss: 21.03.2024



Kursnummer: 3-0081767

Fr, 05.04.2024

15:00 - 19:00 Uhr

Kursort:

BBK Gänserndorf LK NÖ

Hauptstraße 8

2230 Gänserndorf

Referent/in:

Ing. Gerald Pfabigan

Kursbeitrag:

€ 45,00

Programm auf Gebietsebene – Gebiet Marchegg

Komm & koch mit der Bäuerin: Fermentieren - Gemüse haltbar gemacht! Saison is!

Zielgruppe:

Alle, die gerne kochen!

Kursinhalt:

Mit Kreativität, Gemüse, Salz und Zeit kann jeder seine eigenen fermentierten Spezialitäten herstellen. Milchsäuregärung bzw. Fermentation ist ein Verfahren aus Omas Zeiten, das gerade wiederentdeckt wird. Das vergorene Gemüse bietet eine wunderbare Aromenvielfalt: Die belebende Säure, die prickelnde Frische und der exquisite Geschmack geben ihm eine besondere Note. Lassen Sie sich inspirieren von der regionalen Geschmacksvielfalt und tauchen Sie ein in die wunderbare Welt des Fermentierens von Gemüse. Viel Freude beim Hobeln, Stampfen und natürlich beim Verkosten von selbstgemachten Köstlichkeiten wie Sauerkraut, Kimchi und Wurzelgemüsemix!

Mitzubringen:

- Kochschürze (wenn vorhanden)
- Die **Lebensmittelkosten von ca. 15€** werden vor Ort bar einkassiert

Teilnehmerzahl:

mind. 12 Personen, max. 14 Personen

Anmeldung ausschließlich online möglich!

unter www.baeuerinnen-noe.at/Gänserndorf

Anmeldeschluss: 30.10.2023



Kursnummer: 3-0081446

Di, 14.11.2023

16:00 - 20:00 Uhr

Kursnummer: 3-0081448

Mi, 15.11.2023

09:00 - 13:00 Uhr

Kursort:

BBK Gänserndorf LK NÖ
Hauptstraße 8
2230 Gänserndorf

Referent/in:

Kathrin Zöchmann

Kursbeitrag:

€ 30,00 ohne Lebensmittelkosten



Datum	Uhrzeit	Link zur Anmeldung
Di, 14.11.2023	16:00 – 20:00	www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081446
Mi, 15.11.2023	09:00 – 13:00	www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081448

Grüne Hausapotheke

Zielgruppe:

Alle Interessierten

Kursinhalt:

Wolltest du schon immer die natürliche Kraft von Heilpflanzen für dich nutzen? Speziell im Winter können Heilpflanzen helfen, dein Immunsystem zu unterstützen und zu stärken. Nach einer kurzen Einleitung und Beschreibung der verwendeten Heilkräuter, stellen wir gemeinsam eine kleine, aber feine grüne Hausapotheke bestehend aus einem stärkenden Immun-Oxymel, einem Thymian-Erkältungsbalsam und einer reinigenden Räuchermischung her, die jeder Teilnehmende mit nach Hause nehmen kann.

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081772

Anmeldeschluss: 08.11.2023



Kurs 19

Kursnummer: 3-0081772

Do, 23.11.2023

17:00 - 19:00 Uhr

Kursort:

BBK Gänserndorf LK NÖ
Hauptstraße 8
2230 Gänserndorf

Referent/in:

Katharina Hansi

Teilnehmerzahl:

mind. 8 Personen, max. 15 Personen

Kursbeitrag:

€ 45,00



Entspannt und gestärkt durch Yoga

Zielgruppe:

Alle Interessierten

Kursinhalt:

Entspannt und gestärkt durch Yoga - 4 Einheiten

Teilnehmerzahl:

mind. 6 Personen, max. 12 Personen

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081777

Anmeldeschluss: 13.12.2023



Kurs 20

Kursnummer: 3-0081777

4 Teiltermine immer Dienstag

18 - 19 Uhr

09.01.24, 16.01.24, 23.01.24,
30.01.24

Kursort:

BBK Gänserndorf LK NÖ
Hauptstraße 8
2230 Gänserndorf

Referent/in:

Martina Müller

Kursbeitrag:

€ 50,00

Stoffdruck

Zielgruppe:

Alle Interessierten

Kursinhalt:

Mit Stoffdruck kann man T-Shirts, Vorhänge, Tischwäsche, Polster uvm., gestalten. Es können Stoffe aus Baumwolle, Leinen aber auch T-Shirts und Schals bedruckt werden! Bitte alles vorher waschen!

Mitzubringen:

Material das bedruckt werden kann, Decke als Unterlage, Pinsel, Moosgummi, Zeitungspapier, Bleistift

Es besteht auch die Möglichkeit Stoffe, Pölster etc. vor Ort direkt bei der Referentin zu kaufen.

Teilnehmerzahl:

mind. 8 Personen, max. 12 Personen

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081815

Anmeldeschluss: 09.01.2024



© Pfneisl Martina

Kurs 21

Kursnummer: 3-0081815

Mi, 24.01.2024

09:00 - 13:00 Uhr

Kursort:

BBK Gänserndorf LK NÖ
Hauptstraße 8
2230 Gänserndorf

Referent/in:

Martina Pfneisl

Kursbeitrag:

€ 42,00



Komm & koch mit der Bäuerin: Vegetarisch is(s)t Vielfalt! Aufkocht is!

Zielgruppe:

Alle, die gerne kochen!

Kursinhalt:

Veggie-Rezepte gelten heute als fixe Bausteine moderner und bewusster Ernährung. Dabei haben sie in Österreich als „Freitagsküche“ eine lange Tradition. Gemeinsam zaubern wir in diesem Kochkurs aus Gemüse, Hülsenfrüchten, Getreide und anderen Zutaten Gerichte „mit Biss und Geschmack“. Von pikant bis süß. Und so köstlich, dass gerne ein paar Mal die Woche Freitag sein darf.

Mitzubringen:

- Kochschürze (wenn vorhanden)
- Die **Lebensmittelkosten von ca. 15€** werden vor Ort bar einkassiert

Teilnehmerzahl:

mind. 12 Personen, max. 14 Personen

Anmeldung ausschließlich online möglich!

unter www.baeuerinnen-noe.at/Gänserndorf

Anmeldeschluss: 29.01.2024



Kursnummer: 3-0081451

Di, 13.02.2024

16:00 - 20:00 Uhr

Kursnummer: 3-0081452

Mi, 14.02.2024

09:00 - 13:00 Uhr

Kursort:

BBK Gänserndorf LK NÖ
Hauptstraße 8
2230 Gänserndorf

Referent/in:

Kathrin Zöchmann

Kursbeitrag:

€ 30,00 ohne Lebensmittelkosten



Datum	Uhrzeit	Link zur Anmeldung
Di, 13.02.2024	16:00 – 20:00	www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081451
Mi, 14.02.2024	09:00 – 13:00	www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081452

Naturkosmetik für jeden Tag

Zielgruppe:

Alle Interessierten

Kursinhalt:

Wir beginnen mit einem Überblick über die allgemeinen Grundlagen selbst gemachter Naturkosmetik. Welche Rohstoffe verwende ich und wie stelle ich Pflegeprodukte überhaupt her? Was brauche ich in meiner Naturkosmetik - Rüchküche alles? Mein Schwerpunkt liegt auf regionalen Zutaten aus dem Küchenkastl. Jeder Teilnehmende rührt ein Deo, eine Lippenpflege und eine Gesichtscreme, welche am Ende auch mit nach Hause genommen werden kann.

Teilnehmerzahl:

mind. 8 Personen, max. 15 Personen

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081822

Anmeldeschluss: 31.01.2024



Kurs 23

Kursnummer: 3-0081822

Do, 15.02.2024

17:00 - 19:00 Uhr

Kursort:

BBK Gänserndorf LK NÖ

Hauptstraße 8

2230 Gänserndorf

Referent/in:

Katharina Hansi

Kursbeitrag:

€ 45,00



Hauptexkursion nach Schönbrunn

Die Bäuerinnen.

... im Gebiet Marchegg

Termine: Montag, 15. April 2024
Mittwoch, 17. April 2024

Programm:

Schlosspark Schönbrunn, Besichtigung Kaiserliche Pflanzensammlung, Kronprinzengarten, Orangeriegarten

Mittagessen, Restaurant & Dinnertheater Schönbrunner Stöckl

Schlossgarten Schönbrunn, Fahrt mit der Panoramabahn mit Guide

Weitere Informationen folgen zeitgerecht!

Natürlich sauber – Putz- und Reinigungsmittel selbst gemacht

Zielgruppe:

Alle Interessierten

Kursinhalt:

In diesem Workshop stellen wir drei umweltfreundliche und gesundheitlich unbedenkliche Reinigungsprodukte aus einigen einfachen Zutaten her, die die meisten von uns bereits zu Hause haben. Nach einer kurzen Einleitung und Beschreibung der verwendeten Zutaten werden wir gemeinsam ein Scheuerpulver gegen härteren Schmutz, einen Kalkreiniger oder Reiniger und ein duftendes Fensterputzmittel herstellen, welche jeder Teilnehmende gleich mit nach Hause nimmt.

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081824

Anmeldeschluss: 21.02.2024



Kurs 24

Kursnummer: 3-0081824

Do, 07.03.2024

17:00 - 19:00 Uhr

Kursort:

BBK Gänserndorf LK NÖ

Hauptstraße 8

2230 Gänserndorf

Referent/in:

Katharina Hansi

Teilnehmerzahl:

mind. 8 - max. 15 Personen

Kursbeitrag:

€ 45,00

Graskörbe flechten für Ostern

Zielgruppe:

Alle Interessierten

Kursinhalt:

Graskörbe flechten

Mitzubringen:

Arbeitskleidung (keine Wollkleidung)

Teilnehmerzahl:

mind. 5 Personen, max. 15 Personen

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081828

Anmeldeschluss: 21.02.2024



Kurs 25

Kursnummer: 3-0081828

Sa, 09.03.2024

13:00 - 18:00 Uhr

Kursort:

"Tenne" Michaeler

Hauptstraße 56

2292 Marchegg

Referent/in:

Walter Friedl

Kursbeitrag:

€ 57,00

Hausgartl I –

Das Nutzgartenjahr für Einsteiger -

Zielgruppe:

Funktionärinnen des Vereins "Die Bäuerinnen" sowie interessierte Personen, die grundlegende Kenntnisse zum Hausgarten erlernen möchten.

Kursinhalt:

Hausgartl I - Das Nutzgartenjahr für Einsteiger und Fortgeschrittene - Theorie und Praxis.

Ziel: Einen Garten als persönlichen Erlebnisraum zu gestalten und zu pflegen gehört zu den schönsten und befriedigendsten Freizeitaktivitäten. Doch bei allem Tun sollte die Freude nicht fehlen und auch Früchte tragen.

Inhalt: Bodenbearbeitung, Fruchtwechsel und sonstige bodenverbessernde Maßnahmen dienen als Grundlage für ein natürliches Pflanzenwachstum. Als Grundausrüstung für den Garten lernen Sie Geräte und Gartenhilfsmittel kennen. Eine gute Planung, mit erfolgreicher Saat und fachgerechter Pflanzung, sowie professioneller Pflege und Düngung erleichtern Ihnen den Einstieg im Hausgartl – ein Platz der Freude und Erholung schenkt.

Teilnehmerzahl:

mind. 12 Personen, max. 20 Personen

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081836

Anmeldeschluss: 12.03.2024



Kurs 26

Kursnummer: 3-0081836

Mi, 27.03.2024

09:00 - 13:00 Uhr

Kursort:

Landwirtschaftliche Fachschule
Obersiebenbrunn
Feldhofstraße 6
2283 Obersiebenbrunn

Referent/in:

Anna Moser

Kursbeitrag:

€ 17,00



Achtsamkeitsspaziergang

Zielgruppe:

Alle Interessierten die den Wald einmal anders erleben möchten

Kursinhalt:

Den Wald mit allen Sinnen wahrnehmen und bei sich selbst ankommen. Der Wald steht uns immer und zu jeder Zeit zur Verfügung. Bei unserem Spaziergang geht es nicht nur um Achtsamkeit, sondern auch um Energie tanken und um Bewusstwerdung der eigenen Ressourcen. Wir laden zu einem Spaziergang ein, wo ihr mit uns den Wald einmal anders erleben dürft und für zu Hause auch ein kleines Geschenk mitnehmen könnt.

Mitzubringen:

Ihr benötigt adäquate Kleidung, festes Schuhwerk, Gelsenspray, Sonnenschutz, Trinkflasche und ein Sackerl für den Abfall

Teilnehmerzahl:

mind. 8 Personen, max. 10 Personen

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081838

Anmeldeschluss: 27.03.2024



Kurs 27

Kursnummer: 3-0081838

Sa, 13.04.2024

08:30 - 12:00 Uhr

Kursort:

Au/Wald

2305 Eckartsau

Treffpunkt: Parkplatz vis a vis
Kindergarten Eckartsau,

Referent/in:

Birgit Dutt

Kursbeitrag:

€ 25,00

Programm auf Gebietsebene – Gebiet Zistersdorf

Englische Küche

Zielgruppe:

Alle, die die englische Küche lieben oder kennenlernen möchten ...

Kursinhalt:

Wir machen einen Streifzug durch die englische Küche - vom English Breakfast mit Porridge, gebackenen Bohnen und crumpets, über Shepard's Pie und Chicken Curry hin zum Nachmittagstee mit Scones, Shortbread und Sandwiches und zur Nachspeise einen Victoria Sponge Cake.

Mitzubringen:

Hausschuhe, Schürze, Geschirrtuch

Die **Lebensmittelkosten von ca. 20€** werden vor Ort bar einkassiert

Teilnehmerzahl:

mind. 12 Personen, max. 14 Personen

Anmeldung: Bei ihrer Ortsbäuerin

Anmeldeschluss: 6. Oktober 2023



Kurs 28

Kursnummer: 3-0081848

Do, 30.11.2023

18:00 - 22:00 Uhr

Kursnummer: 3-0081852

Fr, 01.12.2023

18:00 - 22:00 Uhr

Kursnummer: 3-0081854

Sa, 02.12.2023

09:00 - 13:00 Uhr

Kursnummer: 3-0081856

Sa, 02.12.2023

14:00 - 18:00 Uhr

Kursort:

Gebäude der Volksschule

Im Meierhof

2225 Zistersdorf

Der Eingang befindet sich auf der Rückseite der Volksschule

Referent/in:

Mag. Petra Kargl

Kursbeitrag:

€ 30,00 ohne Lebensmittelkosten

Männerkochen –

Kulinarische Reise durch die EU-Länder Kurs 29

Zielgruppe:

Alle Männer jeden Alters, die gerne kochen

Kursinhalt:

Wir kochen wieder ein internationales Menü, das wir anschließend gemeinsam genießen: Buchweizenblinis mit Lachs, Schafkäse in Blätterteig, Bohnensuppe, Debreziner Rostbraten, Belgische Waffeln

Mitzubringen:

Hausschuhe, Schürze, Geschirrtuch

Die **Lebensmittelkosten von ca. 20€** werden vor Ort bar einkassiert

Teilnehmerzahl:

mind. 12 Personen, max. 16 Personen

Anmeldung: Bei ihrer Ortsbäuerin

Anmeldeschluss: 6. Oktober 2023



Kursnummer: 3-0081858

Do, 11.01.2024

18:00 - 22:00 Uhr

Kursnummer: 3-0081859

Fr, 12.01.2024

18:00 - 22:00 Uhr

Kursnummer: 3-0081860

Fr, 26.01.2024

18:00 - 22:00 Uhr

Kursnummer: 3-0081862

Do, 01.02.2024

18:00 - 22:00 Uhr

Kursnummer: 3-0081863

Fr, 02.02.2024

18:00 - 22:00 Uhr

Kursort:

Gebäude der Volksschule

Im Meierhof

2225 Zistersdorf

Der Eingang befindet sich auf der Rückseite der Volksschule

Referent/in:

Gerlinde Wiesinger

Kursbeitrag:

€ 30,00 ohne Lebensmittelkosten

Beckenbodentraining nach dem Bebo-Konzept

Zielgruppe:

Alle, die Gutes für ihren Körper tun wollen.

Kursinhalt:

Wir erfahren an 7 Abenden die Wirkung der Grundübungen und die Möglichkeiten, im Alltag den Beckenboden sowohl zu kräftigen als auch zu entspannen. Ebenso erhalten wir umfassendes Hintergrundwissen über die Anatomie des Beckenbodens, Miktion, Inkontinenz, Senkung, Atmung, Haltung, Bauchmuskulatur und Balance.

Im Kursbeitrag ist auch das Buch "Entdeckungsreise zur weiblichen Mitte" enthalten.

Alle SVS-Versicherten können bei diesem Kurs den Gesundheits-Hunderter einlösen!

Link zur Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0081907

Anmeldeschluss: 14.12.2023



Kurs 30

Kursnummer: 3-0081907

7 Teiltermine immer Donnerstag
18 - 19:30 Uhr

11.1.24, 18.1.24, 25.1.24, 1.2.24,
15.2.24, 22.2.24, 29.2.24

Kursort:

Stadtgemeindeamt Zistersdorf
Hauptstraße 12
2225 Zistersdorf

Referent/in: Leopoldine Rauscher

Mitzubringen: bequeme Kleidung,
dicke Socken

Teilnehmerzahl:

mind. 7 - max. 12 Personen

Kursbeitrag:

€ 190,00

Römertherme Baden

Zielgruppe:

Alle, die sich einen Tag zur Entschleunigung gönnen wollen

Kursinhalt:

Wir gönnen uns einen Tag zur Erholung und Entspannung in der Therme. Ruhesuchende werden von der vielfältigen Saunalandschaft ebenso begeistert sein, wie Badenixen, die sich in verschiedenen Becken austoben können

Teilnehmerzahl:

mind. 40 Personen, max. 100 Personen

Anmeldung: Bei ihrer Ortsbäuerin

Anmeldeschluss: 6. Oktober 2023

Kurs 31

Kursnummer: 3-0081909

Di, 30.01.2024
08:15 - 20:00 Uhr

Kursort:

Badener BäderbetriebsgesmbH
Brusattiplatz 4
2500 Baden

Kursbeitrag:

€ 59,00 beinhaltet die Busfahrt und
den Eintritt in die Therme mit Sauna

Blumenfenster mit Trockenblumen basteln

Zielgruppe:

Alle kreativen Damen und Herren

Kursinhalt:

Trockenblumen haben ihr verstaubtes Image abgelegt und sind wieder voll im Trend. Wir gestalten ein Blumenfenster mit getrockneten Blumen, Samenständen und Gräsern in der Größe von 30x30 cm. Egal ob kunterbunt, einfarbig oder in Grüntönen, der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

Mitzubringen: Gute Laune

Teilnehmerzahl:

mind. 5 Personen, max. 15 Personen

Anmeldung: Bei ihrer Ortsbäuerin

Anmeldeschluss: 6. Oktober 2023

Kurs 32

Kursnummer: 3-0081913

Do, 22.02.2024

18:00 - 20:00 Uhr

Kursnummer: 3-0081914

Fr, 23.02.2024

18:00 - 20:00 Uhr

Kursort:

Stadtgemeindeamt Zistersdorf

Hauptstraße 12

2225 Zistersdorf

Referent/in: Petra Reidlinger-Kuril

Kursbeitrag:

€ 65,00 inkl. Materialkosten

Kinderkochen von 7-14 Jahre

Zielgruppe:

Alle Kinder, die ihre Kreativität in der Küche ausleben wollen

Kursinhalt:

Die Kinder kochen eine bunte Allerlei – Früchtesmoothie, Hühnernuggets mit Wedges, kleine Pizzen, Nougatknödel und Cake pops

Mitzubringen:

Hausschuhe, Schürze, Geschirrtuch

Die **Lebensmittelkosten von ca. 17,- Euro** werden vor Ort bar einkassiert

Teilnehmerzahl:

mind. 8 Personen, max. 10 Personen

Anmeldung: Bei ihrer Ortsbäuerin

Anmeldeschluss: 6. Oktober 2023

Kurs 33

Kursnummer: 3-0081915

Fr, 01.03.2024

15:00 - 18:00 Uhr

Kursnummer: 3-0081919

Sa, 02.03.2024

09:00 - 12:00 Uhr

Kursort:

Gebäude der Volksschule

Im Meierhof

2225 Zistersdorf

Der Eingang befindet sich auf der Rückseite der Volksschule

Referent/in: Mag. Petra Kargl

Kursbeitrag:

€ 25,00 ohne Lebensmittelkosten

Salate haben immer Saison

Zielgruppe: Alle, die die Vielfalt von Salaten interessiert

Kursinhalt: Wir kredenzen eine bunte Mischung aus Salaten – aus warm und kalt; süß und pikant. Bulgursalat mit Kichererbsen, Nudelsalat mit Sesam-Tofuwürfeln, Hühnersalat mit Ananas und Curry, italienischer Brotsalat mit Kräuterpolenta, Wurstsalat mit Bubble Bread, Obstsalat mit French Toast und einiges mehr.

Mitzubringen: Hausschuhe, Schürze, Geschirrtuch
Die **Lebensmittelkosten von ca. 20€** werden vor Ort bar einkassiert

Kursort: Gebäude der Volksschule, Im Meierhof
2225 Zistersdorf

Der Eingang befindet sich auf der Rückseite der Volksschule

Anmeldung: Bei ihrer Ortsbäuerin
Anmeldeschluss: 6. Oktober 2023



Kurs 34

Kursnummer: 3-0081922
Do, 14.03.2024
18:00 - 22:00 Uhr

Kursnummer: 3-0081923
Fr, 15.03.2024
18:00 - 22:00 Uhr

Kursnummer: 3-0081925
Sa, 16.03.2024
09:00 - 13:00 Uhr

Kursnummer: 3-0081926
Sa, 16.03.2024
14:00 - 18:00 Uhr

Teilnehmerzahl:
mind. 12 - max. 14 Personen

Referent/in: Mag. Petra Kargl

Kursbeitrag:
€ 30,00 ohne Lebensmittelkosten

SVS - Nordic Walking Runde

Zielgruppe:
Alle, die sich gerne bewegen und etwas Gutes für ihren Körper tun wollen.

Kursinhalt:
Nach einigen Aufwärmübungen werden wir mit den Nordic-Walking-Stöcken eine ausgedehnte Runde marschieren. Nordic Walking-Stöcke werden vom Kursleiter zur Verfügung gestellt.

Mitzubringen:
Gute Laune, Nordic-Walking-Stöcke sofern vorhanden

Teilnehmerzahl:
mind. 5 Personen, max. 25 Personen

Anmeldung: Bei ihrer Ortsbäuerin
Anmeldeschluss: 6. Oktober 2023

Kurs 35

Kursnummer: 3-0081929
Mi, 20.03.2024
14:00 - 16:00 Uhr

Kursort:
M. Wiedermann
Wiesengasse 1 A
2225 Zistersdorf

Referent/in:
Hubert Lukse



Kursbeitrag:
€ 5,00

Die Bäuerinnen Niederösterreich

Als größte niederösterreichische Frauenorganisation sind wir
DIE Stimme für Bäuerinnen und Frauen aus dem ländlichen Raum!



Foto: Georg Pomassl/Landwirtschaftskammer NO

Die Bäuerinnen.

Hier geht's
zum Imagefilm



Die Bäuerinnen - Mitten im Leben

- ... bauen wir Brücken zwischen Landwirtschaft und Kunden von heute und morgen.
- ... entwickeln wir neue Chancen für unsere Familienbetriebe.
- ... fördern wir die politische Teilhabe der Frauen.
- ... sorgen wir für mehr Lebensqualität in der Land- und Forstwirtschaft.
- ... gestalten wir unsere Region und unseren Lebensraum.

Die Bäuerinnen Niederösterreich, Wiener Straße 64, 3100 St.Pölten
ZVR-Nr. 782513532, baeuerinnen@lk-noe.at, www.baeuerinnen-noe.at, www.facebook.com/diebaeuerinnennoe

Online Angebote „Die Bäuerinnen NÖ“

Unterlagen auf der Lernplattform e.lfi

Um die Bäuerinnenvereine zu unterstützen, werden laufend Unterlagen vom Bäuerinnenreferat erstellt. Damit die Funktionärinnen immer auf die aktuellen Versionen zugreifen können, haben alle Bezirks- und Gebietsbäuerinnen Zugangsdaten zur Internetplattform <https://e.lfi.at> erhalten. Weitere aktive Funktionärinnen können auf Wunsch ebenfalls einen Zugang erhalten.

Ansprechperson: Sandra Bieder, sandra.bieder@lk-noe.at

Homepage: www.baeuerinnen-noe.at - Immer top informiert!

Halte dich über Aktuelles auf der Landesebene und in den Bezirken auf dem Laufenden!

Wir freuen uns auf deinen Besuch auf unserer Homepage!



Newsletter der Bäuerinnen NÖ

Erhalte monatlich die aktuellsten Informationen der Landes- und Bezirksebene automatisch in deinem E-Mail-Postfach!

Jetzt gleich hier zum kostenlosen Newsletter anmelden!



Bäuerinnen-Facebook-Seite

Auf unserer Seite findet ihr nicht nur Aktuelles aus der Bäuerinnenorganisation, sondern auch Informationen und Fakten über Lebensmittel, ihre Produktionsweisen und die Leistungen der Landwirtschaft.



Um jeden Bäuerinnen-Post im eigenen News-Feed angezeigt zu bekommen, kann man unter „Einstellungen für Abonnieren“ die Auswahl „Favoriten“ treffen. Somit erhaltet ihr jedenfalls immer die aktuellsten Informationen von unserer Facebook-Seite.

Über ein Teilen, Kommentieren oder Liken unserer Posts freuen wir uns sehr!

Gleich jetzt Seite abonnieren!

www.facebook.com/diebaeuerinnennoe/



Allgemeine Geschäftsbedingungen für Die Bäuerinnen NÖ und deren Mitgliedsvereine

Anmeldung

Anmeldungen zu Bildungsveranstaltungen haben bis zum angeführten Anmeldeschluss, jedenfalls aber bis spätestens 1 Woche vor Kursbeginn, zu erfolgen. Der Bäuerinnenverein behält sich vor, zu einzelnen Veranstaltungen Zugangsvoraussetzungen zu definieren. Es besteht kein Rechtsanspruch auf eine Teilnahme an einer Veranstaltung. Die Teilnahmeberechtigung besteht erst mit der schriftlich oder per E-Mail erteilten Teilnahmezusage seitens des Bäuerinnenvereins. Bei offenen Forderungen ist eine Anmeldung nicht möglich.

Teilnahmebeitrag

Der angegebene Teilnahmebeitrag ist, wenn nicht anders angegeben, vor Veranstaltungsbeginn fällig. Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung sind, sofern nicht anders angeführt, nicht im Teilnahmebeitrag enthalten. Die jeweiligen Zahlungsmodalitäten werden den Teilnehmenden rechtzeitig bekannt gegeben.

Stornobedingungen

Die Anmeldung kann, wenn nicht anders angegeben, bis 7 Tage vor Veranstaltungsbeginn kostenfrei storniert werden. Bei Stornierung nach Ablauf dieser Frist sowie bei unentschuldigtem Fernbleiben von der Veranstaltung behält sich der Bäuerinnenverein die Vorschreibung des gesamten Teilnahmebeitrag als Stornogebühr vor. Die Nominierung und Entsendung einer Ersatzperson ist möglich. Die ursprünglich angemeldete Person bleibt jedoch für den Teilnahmebeitrag haftbar. Ist eine Teilnahme an live durchgeführten digitalen Weiterbildungen aufgrund technischer Probleme nicht möglich, muss dies dem Veranstalter vor Veranstaltungsende nachvollziehbar mitgeteilt werden.

Veranstaltungsabsage

Der Bäuerinnenverein behält sich vor, bei einer zu geringen Zahl von Anmeldungen die geplante Bildungsveranstaltung abzusagen. In diesem Fall oder bei sonstigen Gründen für eine Veranstaltungsabsage (wie z.B. Erkrankung von Vortragenden, höhere Gewalt o.a.) werden bereits eingezahlte Teilnahmebeiträge rückerstattet. Der Bäuerinnenverein behält sich weiters Änderungen von Terminen, Beginnzeiten, Veranstaltungsorten, Veranstaltungsformaten (Online statt Präsenz) sowie bei den Vortragenden vor. Die Teilnehmenden werden davon rechtzeitig und in geeigneter Weise verständigt. Aus Absagen oder Terminverschiebungen können - abgesehen von der Rückerstattung des Teilnahmebeitrages - keine weiteren Ersatzansprüche abgeleitet werden.

Haftung

Der Bäuerinnenverein übernimmt trotz sorgfältiger Prüfung keine Gewähr für Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität von Kursunterlagen und sonstigen im Rahmen der Veranstaltungen verwendeten Publikationen und haftet auch nicht für die Richtigkeit der von den jeweiligen Vortragenden geäußerten Ansichten, Standpunkte, Rechtsmeinungen etc.

Datenschutz

Alle Hinweise zum Datenschutz entnehmen Sie der Datenschutzerklärung der Bäuerinnen NÖ.

Schulungsunterlagen, Bild- und Tonaufnahmen

Den Teilnehmenden überlassene Seminarunterlagen oder Datenträger dürfen ohne ausdrückliche Genehmigung des Veranstalters weder vervielfältigt noch Dritten überlassen werden. Bild- und Tonaufnahmen sind ohne ausdrückliche Erlaubnis der Vortragenden nicht gestattet.

Bildaufnahmen und Veröffentlichung

Die Teilnehmer:innen nehmen zur Kenntnis, dass bei einzelnen Veranstaltungen Fotografien und/oder Filme erstellt werden und zum Zwecke der Nachberichterstattung in regionalen Medien sowie in Medien und Websites der Bäuerinnen, des LFI und der Landwirtschaftskammer NÖ sowie ihnen nahestehenden Verbänden veröffentlicht werden können. Selbiges gilt für Screenshots und Aufzeichnungen bei Online-Veranstaltungen. Mit der Anmeldung erklären sie sich mit diesen Nutzungen einverstanden.

Ausschluss von Bildungsveranstaltungen

Wenn es die Gewährleistung der Kurs- bzw. Veranstaltungsziele erfordert, ist der Bäuerinnenverein berechtigt, Teilnehmende aus sachlichen Gründen (z.B. Stören der Veranstaltung, aggressives oder destruktives Verhalten gegenüber anderen Kursteilnehmenden bzw. Vortragenden oder Kursleiter:innen) von der Veranstaltung ohne Rückerstattung eines allfälligen Teilnahmebeitrages auszuschließen. Das Ausschließen beinhaltet die Nicht-Zulassung zu bzw. Wegweisung von einer Veranstaltung.

Teilnehmende mit besonderen Bedürfnissen

Teilnehmende mit besonderen Bedürfnissen werden aufgefordert, rechtzeitig vor der Veranstaltung mit dem Veranstalter Kontakt aufzunehmen.

Kooperation mit dem LFI NÖ

Bei Kooperationsveranstaltungen, bei denen das LFI NÖ als Hauptveranstalter auftritt (rechtliche Verantwortung hinsichtlich sozial- und steuerrechtlicher Verantwortung liegt beim LFI), gelten jedenfalls die AGBs des LFI NÖ. In diesen Fällen wird das LFI NÖ als Hauptveranstalter ausgewiesen bzw. bei der Anmeldung auf die Website des LFI weitergeleitet.

Gerichtsstand

Gerichtsstand ist das sachlich zuständige Gericht in St. Pölten.

www.baeuerinnen-noe.at/agb

Datenschutzmitteilung der Bäuerinnenorganisation in NÖ für Vereinsmitglieder



Allgemeine Informationen

1. Verantwortlicher ist der Verein „Die Bäuerinnen Niederösterreich“ (ZVR-Nr: 782513532, Sitz: Wiener Straße 64, 3100 St.Pölten, Tel: 05 0259 26000, E-Mail: baeuerinnen@lk-noe.at; Homepage: www.baeuerinnen-noe.at) und seine Mitgliedsvereine auf Bezirks-, Gebiets- und Gemeindeebene.

2. Der Zweck des Vereins ist in den Vereinsstatuten festgelegt, die auch die vertragsrechtliche Grundlage für die Verarbeitung von Mitgliederdaten durch den Verein bilden. Sämtliche Datenverarbeitungen richten sich nach dem Zweck des Vereins:

- die Weiterbildung von Frauen im ländlichen Raum,
- die Förderung des allgemeinen Verständnisses für die Land- und Forstwirtschaft, sowie deren Produkte und Leistungen,
- die Förderung des Engagements von Frauen in allen Entscheidungsgremien des ländlichen Raums,
- die Erhöhung der Wertschätzung der familiären Strukturen in der Land- und Forstwirtschaft,
- die Förderung der Gesundheit und der sozialen Lage der Bäuerinnen und der bäuerlichen Familien,
- die Förderung des Gemeinschaftslebens und Gemeinschaftsdenkens im ländlichen Raum,
- die Förderung der Kultur und der bäuerlichen Brauchtumpflege sowie
- die Unterstützung von materiell oder persönlich hilfsbedürftigen Personen.

Datenverarbeitungen, die nicht zur Erfüllung des Vereinszwecks erfolgen, bedürfen ebenfalls einer eigenen rechtlichen Grundlage, die jeweils anzugeben ist.

3. Der Verein verarbeitet zum Zwecke der Mitgliederverwaltung und – information die im Beitrittsformular bekannt gegebenen Daten seiner Mitglieder. Konkret sind das: Vor- und Nachname, Adresse, Telefon Festnetz und Mobil, E-Mail, Geburtsdatum, Sozialversicherungsnummer (vor Eintritt am 25. Mai 2018), Betriebsnummer. Außerdem werden auch Datum des Beitritts zum Mitgliedsverein und Datum des Austritts sowie der zugehörige Wahlsprengel verarbeitet.

4. Wenn sich Mitglieder zu Vereinsveranstaltungen anmelden, verarbeitet der Verein Name und Datum der Veranstaltung sowie die personenbezogenen Daten der Teilnehmer.

5. Die Mitgliederdaten werden bis zur Beendigung der Mitgliedschaft bzw. bis zum Ablauf geltender Verjährungs- oder gesetzlicher Aufbewahrungsfristen aufbewahrt. Im Falle eines Rechtsstreits werden die Daten bis zur Beendigung dieses aufbewahrt.

6. Bei Nichtbereitstellung von personenbezogenen Daten können wir dem unter Punkt 2 beschriebenen Vereinszweck nicht nachkommen und das Vereinsmitglied nicht mit den entsprechenden Informationen versorgen.

7. Übernehmen Mitglieder Funktionen in den Bäuerinnenvereinen auf Landes-, Bezirks, Gebiets- oder Gemeindeebene, so werden sie bei Funktionsübernahme über die Verarbeitung ihrer personenbezogener Daten informiert.

8. Die Mitgliederdaten werden zur Erfüllung des oben genannten Zweckes an folgende Institutionen weitergegeben:

- Landwirtschaftskammer Niederösterreich
- Niederösterreichische Bezirksbauernkammern
- LFI Niederösterreich
- Fa. Digiconcept – Dienstleister für Homepage und Newsletter (Sitz: 1080 Wien, www.digiconcept.net)

9. Eine automatisierte Entscheidungsfindung, Scoring, Profiling oder Vergleichbares findet seitens des Vereins „Die Bäuerinnen Niederösterreich“ mit den personenbezogenen Daten seiner Mitglieder nicht statt.

10. Für die Nutzung unserer Homepage www.baeuerinnen-noe.at und die damit verbundene Erhebung und Verarbeitung von (personenbezogenen) Daten kommt die auf der Homepage unter www.baeuerinnen-noe.at/datenschutz vorliegende Datenschutzerklärung zur Anwendung.

Datensicherheit

Wir unterhalten aktuelle technische Maßnahmen zur Gewährleistung der Datensicherheit, insbesondere zum Schutz Ihrer personenbezogenen Daten vor Gefahren bei Datenübertragungen sowie vor Kenntniserlangung durch Dritte.

Wahrnehmung der Betroffenenrechte

Als Betroffene stehen Ihnen folgende Rechte zu: Recht auf Auskunft (Artikel 15 DSGVO), Recht auf Berichtigung (Artikel 16 DSGVO), Recht auf Löschung (Artikel 17 DSGVO), Recht auf Einschränkung (Artikel 18 DSGVO), Datenübertragbarkeit (Artikel 20 DSGVO) sowie Recht auf Widerspruch (Artikel 21 DSGVO). Die genannten Betroffenenrechte können Sie per E-Mail an baeuerinnen@lk-noe.at geltend machen oder alternativ per Brief an die Adresse des Vereins.

Beschwerderecht bei der Datenschutzbehörde

Sollte es Anlass zur Beschwerde wegen der Verarbeitung Ihrer Daten durch den Verein „Die Bäuerinnen Niederösterreich“, bzw. seiner Mitgliedsvereine geben, so können Sie sich damit auch jederzeit an die österreichische Datenschutzbehörde wenden: Wickenburggasse 8-10, 1080 Wien, Tel +43 1 52 152-0, E-Mail: dsb@dsb.gv.at.

Allgemeines und Kontakt

Wir behalten uns das Recht vor, diese Datenschutzerklärung jederzeit mit Wirkung für die Zukunft zu ändern, die jeweils aktuelle Version ist auf unserem Webauftritt (www.baeuerinnen-noe.at/datenschutz) abrufbar.

Bei Fragen oder Anliegen wenden Sie sich bitte an Ihren zuständigen Bäuerinnen-Verein auf Gemeinde-, Gebiets- oder Bezirksebene bzw. den Verein „Die Bäuerinnen Niederösterreich“ (3100 St. Pölten, Wiener Straße 64, Tel. 05 0259 26000, E-Mail: baeuerinnen@lk-noe.at, www.baeuerinnen-noe.at).