



EBVNEI
HÖDGER
HÄDLER
FRAUEN

vielfältig – gemeinnützig – lebensnah



Jahresprogramm 2023



www.hädler-frauen.ch

Januar

Fr 06.01. Spatzenhöck



15.00 bis 17.00 Uhr im kath. Pfarreizentrum, Heiden
Spielen, lachen, singen, austauschen und neue Eltern und
Kinder kennenlernen.

Für die Kleinsten, in Begleitung einer Bezugsperson.

Di 10.01. Ludothek: Öffentlicher Spieleabend

Ab 19.00 Uhr im Restaurant Linde, Heiden
Spieelfreudige sind herzlich willkommen.

Sa 14.01. Schneeschuh-/Winterwanderung

10.00 Uhr Treffpunkt Schulhaus Gerbe, Heiden
Die Schneeschuhe nehmen alle selbst mit. Wenn der
Schnee fehlt, machen wir eine Winterwanderung.

Elsbeth Stark führt uns um Heiden mit Zwischenhalt im
Naturfreundehaus.

Anmeldung bis 12.01. bei Susann Metzger 071 891 33 20
oder info@haedler-frauen.ch

Fr 20.01. Spatzenhöck



15.00 bis 17.00 Uhr im kath. Pfarreizentrum, Heiden
Spielen, lachen, singen, austauschen und neue Eltern und
Kinder kennenlernen.

Für die Kleinsten, in Begleitung einer Bezugsperson.

Di 31.01. Mittagstisch 60+

11.45 Uhr im Restaurant Piazza, Betreuungszentrum Heiden
Gemeinsam essen, plaudern, jassen – für Seniorinnen,
Senioren und Alleinstehende.

Anmeldung bis 28.01. bei Heidi Walser 071 890 05 05



Februar

Di 07.02. Kurs «Atemzeit»

Di 14.02. 20.15 bis 21.45 Uhr im Oberen Werdbüchel 9, Heiden
Di 21.02. Einführung in die Techniken des bewussten Atmens für
Di 28.02. mehr Energie, Ausgleich und Entspannung unter der
Leitung von Tanja Dörig, dipl. Atemtherapeutin an 4
Abenden. Zusätzlich während 21 Tagen täglich 3 Audios
mit Übungen und Meditationen.
Kosten: CHF 245.00
Anmeldung bis 15.01. bei Nadja Rohner 079 438 30 68
oder nadja_rohner@icloud.com

Fr 10.02. Spatzenhöck



15.00 bis 17.00 Uhr im kath. Pfarreizentrum, Heiden
Spielen, lachen, singen, austauschen und neue Eltern und
Kinder kennenlernen.
Für die Kleinsten, in Begleitung einer Bezugsperson.

Di 14.02. Ludothek: Öffentlicher Spieleabend

Ab 19.00 Uhr im Restaurant Linde, Heiden
Spielfreudige sind herzlich willkommen.

Mi 15.02. Gottesdienst zum Thema «Mer bruuched enand»

09.00 Uhr in der evang. Kirche, Heiden
Anschliessend gemütliches Beisammensein bei Kaffee und
Zopf in der Kirche.

Fr 24.02. Spatzenhöck «Spatzen-Fasnacht»



15.00 bis 17.00 Uhr im kath. Pfarreizentrum, Heiden
Fasnachtsparty für Kinder bis 5 Jahren.
Egal ob als Clown, Pirat, Prinzessin oder Fee, bei uns sind
alle willkommen (in Begleitung einer Bezugsperson).
Anmeldung bis 17.02. bei Livia Steffen 076 317 03 91

Di 28.02. Mittagstisch 60+

11.45 Uhr im Restaurant Bären, Heiden
Gemeinsam essen, plaudern, jassen – für Seniorinnen,
Senioren und Alleinstehende.
Anmeldung bis 25.02. bei Heidi Walser 071 890 05 05

März

Mi 08.03. Internationaler Frauentag

19.00 Uhr in der Krone, Wolfhalden

Weitere Infos www.frauenzentrale-appenzellerland.ch

Fr 10.03. Spatzenhöck



15.00 bis 17.00 Uhr im kath. Pfarreizentrum, Heiden

Spielen, lachen, singen, austauschen und neue Eltern und Kinder kennenlernen.

Für die Kleinsten, in Begleitung einer Bezugsperson.

Di 14.03. Ludothek: Öffentlicher Spieleabend

Ab 19.00 Uhr im Restaurant Linde, Heiden

Spielfreudige sind herzlich willkommen.

Mi 15.03. Frühlingsbasteln



14.00 bis 16.45 Uhr im kath. Pfarreizentrum, Heiden

Mit bastelfreudigen Kindern zwischen 4-14 Jahren (4-8 Jahre in Begleitung) gestalten wir kreative Frühlingswerke.

Kosten: CHF 5.00/Kind inkl. z'Vieri

Anmeldung per Mail bis 06.03. an sascha.haeni@bluewin.ch

Mi 15.03. Seniorentheater «Dä Adonis vom Chuästall»

14.00 Uhr in der MZA Walzenhausen

(Abfahrt 12.54 Uhr Bus 225 ab Post Heiden)

Gespielt von der Seniorenbühne Frauenfeld.

Im Anschluss sind alle herzlich zu Kaffee und Kuchen eingeladen.

Fr 24.03. Spatzenhöck



15.00 bis 17.00 Uhr im kath. Pfarreizentrum, Heiden

Spielen, lachen, singen, austauschen und neue Eltern und Kinder kennenlernen.

Für die Kleinsten, in Begleitung einer Bezugsperson.

Sa 25.03. Kinderartikelbörse

08.30 bis 10.30 Uhr im Kursaal, Heiden

Verkauf von Frühlings- und Sommerkleidern ab Babygrösse 50 bis Teenagergrösse 176, Schuhe und weitere saisonale Kinderartikel.

Auskunft und Anmeldung bei Nicole Naef 079 794 19 57
oder boerse@haedler-frauen.ch



Di 28.03. Mittagstisch 60+ - mit Musik
11.45 Uhr im Restaurant Hirschen, Heiden
Gemeinsam essen, plaudern, jassen – für Seniorinnen,
Senioren und Alleinstehende.
Anmeldung bis 25.03. bei Heidi Walser 071 890 05 05

Mo 20.03. bis Do 06.04. «Osterwunschbaum»
2 Wochen im Eingangsbereich, Gemeindehaus Heiden
In Zusammenarbeit mit dem Sozialamt organisieren wir
einen «Osterwunschbaum» mit dem Ziel, Personen die
Sozialhilfe beziehen, eine unbeschwerte Auszeit zu
ermöglichen. Helfen Sie mit, Wünsche zu erfüllen.
Informationen bei Rachel Züst-Merz 077 458 81 18 oder
rachel.merz@bluewin.ch

April

Di 11.04. Ludothek: Öffentlicher Spieleabend
Ab 19.00 Uhr im Restaurant Linde, Heiden
Spielfreudige sind herzlich willkommen.

Di 25.04. Mittagstisch 60+
11.45 Uhr im Restaurant Linde, Heiden
Gemeinsam essen, plaudern, jassen – für Seniorinnen,
Senioren und Alleinstehende.
Anmeldung bis 22.04. bei Heidi Walser 071 890 05 05

Mi 26.04. Haarflechtkurs
14.00 bis 16.00 Uhr im kath. Pfarreizentrum, Heiden
Mit Tipps und Tricks von der Kursleiterin Corinne Bohlhalter
(Coiffure My Style) können Frisuren direkt am eigenen Kind
ausprobiert werden. Kosten: CHF 5.00
Anmeldung bis 19.04. bei Simone Burtscher 071 890 04 39
oder s.burtscher@bluewin.ch

Fr 28.04. Spatzenhöck
15.00 bis 17.00 Uhr im kath. Pfarreizentrum, Heiden
Spielen, lachen, singen, austauschen und neue Eltern und
Kinder kennenlernen.
Für die Kleinsten, in Begleitung einer Bezugsperson.



Mai

Mi 03.05. Auf Spurensuche mit der Polizei

13.30 bis 17.00 Uhr im Dorf Heiden

Mit einem Polizisten der Kriminaltechnik schauen wir hinter die Kulissen seiner Arbeit und erfahren, wie Fingerabdrücke, Blutspuren oder Fasern an einem Tatort sichergestellt werden. Für Kinder ab 9 Jahren.

Kosten pro Person: CHF 5.00

Anmeldung bis 02.04. bei Angela Leisebach 079 404 57 14 oder angela.hohl@gmx.ch



Di 09.05. Ludothek: Öffentlicher Spieleabend

Ab 19.00 Uhr im Restaurant Linde, Heiden

Spielfreudige sind herzlich willkommen.

Mi 10.05. Hauptversammlung Häädler Frauen

18.15 Uhr kath. Kirche, Heiden

Einstimmung zum Thema «Frauenbande 2.0»

18.45 Uhr kath. Pfarreizentrum

Hauptversammlung mit anschliessendem Imbiss



Fr 12.05. Spatzenhöck

15.00 bis 17.00 Uhr im kath. Pfarreizentrum, Heiden

Spielen, lachen, singen, austauschen und neue Eltern und Kinder kennenlernen.

Für die Kleinsten, in Begleitung einer Bezugsperson.



Do 18.05. Pfarreiwallfahrt nach St. Iddazell

Details zur gegebenen Zeit im Pfarreiforum.

Di 30.05. Mittagstisch 60+

11.45 Uhr im Restaurant Piazza, Betreuungszentrum Heiden

Gemeinsam essen, plaudern, jassen – für Seniorinnen, Senioren und Alleinstehende.

Anmeldung bis 27.05. bei Heidi Walser 071 890 05 05





Vorstand/Ressort

Präsidentin	Ursula Locher	071 890 00 11
Kassierin	Simone Burtscher	071 890 04 39
Aktuarin	Susann Metzger	071 891 33 20
Mittagstisch 60+	Susanne Rietdijk	071 891 42 80
Dorfschwalben	Ursula Locher	071 890 00 11
Ludothek	Nadja Rohner	079 438 30 68
Kinder und Familie	Rachel Züst-Merz	071 891 10 70
Spirituelles	Hedi Inauen	076 472 13 75

Aktuelle Informationen: www.häädler-frauen.ch

Ludothek



Anita Sonderegger	071 890 02 11	
Ludothek	071 890 00 15	
Öffnungszeiten Ludothek:	Mittwoch	14.00 – 16.00
	Freitag	17.00 – 19.00

Kommen Sie vorbei und wir zeigen Ihnen gerne unsere grosse Spiel-Auswahl.

Spatzenhöck

Livia Steffen	076 317 03 91
Manuela Wyser	078 821 41 00

Kleinkinder und ihre Bezugsperson treffen sich im katholischen Pfarreizentrum. Bei schönem, trockenem Wetter auf dem Spielplatz oder im Waldpark. Ort wird jeweils per WhatsApp mitgeteilt.

Mittagstisch 60+

Heidi Walser	071 890 05 05
--------------	---------------

Das Mittagessen findet einmal im Monat, um 11.45 Uhr jeweils am letzten Dienstag (ausser Dezember) statt und kostet CHF 20.50.

Veranstaltungen:

Weitere Infos zu den Veranstaltungen erscheinen jeweils im Aufwind.

Kosten:

Die Preisangaben gelten für Mitglieder. Nichtmitglieder sind jeweils herzlich willkommen, bezahlen aber einen Zuschlag.

Juni

Fr 02.06. Wanderung «von Egg zu Egg zur Vögelinsegg»

08.30 Uhr Treffpunkt Kirchplatz (Fahrt mit Postauto)
Die Wanderung führt uns von Niederteufen zur Fröhlichsegg - Schäflisegg – Waldegg. Nach einem Mittagshalt in der Waldegg mit Verpflegung und Besichtigung der Kuriositäten geht es weiter zum Kaffeehalt in die Besenbeiz Birt oberhalb Vögelinsegg. Wanderzeit total 3 Stunden. Voraussichtliche Ankunft Post Heiden 17.00 Uhr.

Verschiebedatum: Freitag, 09. Juni

Anmeldung bis 25.05. bei Gabrielle Wachter 078 811 17 60 oder stern.gabrielle@gmx.ch

Fr 02.06. Spatzenhöck



15.00 bis 17.00 Uhr im kath. Pfarreizentrum, Heiden
Spielen, lachen, singen, austauschen und neue Eltern und Kinder kennenlernen.

Für die Kleinsten, in Begleitung einer Bezugsperson.

Di 13.06. Ludothek: Öffentlicher Spieleabend

Ab 19.00 Uhr im Restaurant Linde, Heiden
Spilfreudige sind herzlich willkommen.

So 18.06. Spatzenhöck – «Familienbrötlä»



Ab 11.00 Uhr im Waldpark, Heiden
Eigenes Grillgut mitbringen. Für Getränke und Schlangenbrot ist gesorgt.

Anmeldung bis 11.06. bei Manuela Wyser 078 821 41 00

Di 27.06. Mittagstisch 60+

11.45 Uhr im Restaurant Bären, Heiden
Gemeinsam essen, plaudern, jassen – für Seniorinnen, Senioren und Alleinstehende.

Anmeldung bis 24.06. bei Heidi Walser 071 890 05 05

Fr 30.06. Spatzenhöck



15.00 bis 17.00 Uhr im kath. Pfarreizentrum, Heiden
Spielen, lachen, singen, austauschen und neue Eltern und Kinder kennenlernen.

Für die Kleinsten, in Begleitung einer Bezugsperson.

Juli

- Di 11.07. Ludothek: Öffentlicher Spieleabend**
Ab 19.00 Uhr im Restaurant Linde, Heiden
Spielfreudige sind herzlich willkommen.
- Di 25.07. Mittagstisch 60+**
11.45 Uhr im Restaurant Hirschen, Heiden
Gemeinsam essen, plaudern, jassen – für Seniorinnen,
Senioren und Alleinstehende.
Anmeldung bis 22.07. bei Heidi Walser 071 890 05 05

August

- Di 08.08. Ludothek: Öffentlicher Spieleabend**
Ab 19.00 Uhr im Restaurant Linde, Heiden
Spielfreudige sind herzlich willkommen.
- Fr 18.08. Jahresausflug ins Emmental**
06.45 Uhr Abfahrt Parkplatz evang. Kirche, Heiden
Die Carfahrt führt uns ins Herzen der Schweiz nach
Schwarzenbach/Huttwil zum Bauernhof «untere Bäch». Auf
einer geführten Besichtigung des Wollparadies Spycher-
Handwerk erleben wir die Geschichte der Wolle und ihre
Verarbeitung hautnah. Das Mittagessen geniessen wir im
Restaurant «Sagi – Rinderbach» in Rüegsbach. Weiterfahrt
nach Zug mit Zeit zur freien Verfügung für einen
Spaziergang am See und ein Stück Kirschtorte.
Kosten: CHF 80.00
Anmeldung bis 31.07. bei Béatrice Sutter 078 671 51 51
oder besu51@gmx.ch
Die Anmeldung ist verbindlich. Bei Abmeldung nach dem
31.07. werden die vollen Kosten in Rechnung gestellt.
- Fr 18.08. Spatzenhöck**
15.00 bis 17.00 Uhr im kath. Pfarreizentrum, Heiden
Spielen, lachen, singen, austauschen und neue Eltern und
Kinder kennenlernen.
Für die Kleinsten, in Begleitung einer Bezugsperson.



Sa 26.08. Gartenpflanzen Tauschbörse

08.00 bis 11.30 Uhr im Kursaal, Heiden
Parallel zum Bring- und Holmarkt und dem Repair Café (Reparieren statt Wegwerfen) der Gemeinde Heiden, findet unsere traditionelle Gartenpflanzen-Tauschbörse und Kaffeestube der Häädler Frauen statt.
Der Erlös wird dem Solidaritätsfonds «Mütter in Not» gespendet.

Sa 26.08. Kinderflohmarkt



08.00 bis 11.30 Uhr neben Bring- und Holmarkt in Heiden
Die Kinder verkaufen ihre Spielsachen zu selbst bestimmten Preisen. Nehmt eine Decke mit und seid dabei!
Informationen bei Rachel Züst-Merz 077 458 81 18 oder rachel.merz@bluewin.ch

Di 29.08. Mittagstisch 60+

11.45 Uhr im Restaurant Linde, Heiden
Gemeinsam essen, plaudern, jassen – für Seniorinnen, Senioren und Alleinstehende.
Anmeldung bis 26.08. bei Heidi Walser 071 890 05 05

September

Fr 01.09. Spatzenhöck



15.00 bis 17.00 Uhr im kath. Pfarreizentrum, Heiden
Spielen, lachen, singen, austauschen und neue Eltern und Kinder kennenlernen.
Für die Kleinsten, in Begleitung einer Bezugsperson.

Do 07.09. Startkurs «Pilzexkursion»

14.00 – 16.30 Uhr – Treffpunkt Löchli Weiher, Heiden
Der Pilzkontrolleur Matthias Müller zeigt uns den Umgang mit Pilzen. Der Kurs ist auch für Fachleute geeignet und findet bei jedem Wetter statt.
Mitnehmen: Messer und Körbli (oder Tupperware)
Kosten: CHF 25.00
Anmeldung bis 06.07. bei Susann Metzger 071 891 33 20 oder info@haedler-frauen.ch

Di 12.09. Ludothek: Öffentlicher Spieleabend
Ab 19.00 Uhr im Restaurant Linde, Heiden
Spilfreudige sind herzlich willkommen.

Fr 15.09. Spatzenhöck
15.00 bis 17.00 Uhr im kath. Pfarreizentrum, Heiden
Spielen, lachen, singen, austauschen und neue Eltern und Kinder kennenlernen.
Für die Kleinsten, in Begleitung einer Bezugsperson.



Di 19.09. Kinoabend mit Apéro
18.30 Uhr Kino Rosental, Heiden
Partner, Freunde und Bekannte sind herzlich willkommen!
Die Filmauswahl wird im September im «aufwind» publiziert.
Kosten: CHF 22.00 (inkl. Kinoeintritt/Apéro)
Anmeldung bis 15.09. bei Ursula Locher 079 437 80 88
oder ursula.locher-rohner@bluewin.ch

Mi 20.09. Gottesdienst zum Thema «Mein Freund der Baum»
09.00 Uhr in der kath. Kirche, Heiden
Anschliessend gemütliches Beisammensein bei Kaffee und Zopf im Pfarreizentrum.

Sa 23.09. Kinderartikelbörse
08.30 bis 10.30 Uhr im Kursaal, Heiden
Verkauf von Herbst- und Winterkleidern ab Babygrösse 50 bis Teenagergrösse 176, Schuhe und weitere saisonale Kinderartikel.
Auskunft und Anmeldung bei Nicole Naef 079 794 19 57
oder boerse@haedler-frauen.ch



Di 26.09. Mittagstisch 60+
11.45 Uhr im Restaurant Piazza, Betreuungszentrum Heiden
Gemeinsam essen, plaudern, jassen – für Seniorinnen, Senioren und Alleinstehende.
Anmeldung bis 23.09. bei Heidi Walser 071 890 05 05

Fr 29.09. Spatzenhöck
15.00 bis 17.00 Uhr im kath. Pfarreizentrum, Heiden
Spielen, lachen, singen, austauschen und neue Eltern und Kinder kennenlernen.
Für die Kleinsten, in Begleitung einer Bezugsperson.



Oktober

Di 10.10. Ludothek: Öffentlicher Spieleabend

Ab 19.00 Uhr im Restaurant Linde, Heiden
Spielfreudige sind herzlich willkommen.

Fr 27.10. Spatzenhöck



15.00 bis 17.00 Uhr im kath. Pfarreizentrum, Heiden
Spielen, lachen, singen, austauschen und neue Eltern und
Kinder kennenlernen.

Für die Kleinsten, in Begleitung einer Bezugsperson.

Di 31.10. Mittagstisch 60+

11.45 Uhr im Restaurant Bären, Heiden
Gemeinsam essen, plaudern, jassen – für Seniorinnen,
Senioren und Alleinstehende.

Anmeldung bis 28.10. bei Heidi Walser 071 890 05 05

November

Sa 04.11. «PI PA PAUSE»

14.00 Uhr in der Aula, Schulhaus Gerbe, Heiden
Die Clowninnen Mili und Märi spielen das lustige Stück zum
20 Jahre Jubiläum der Ludothek.

Geeignet für Kinder ab 4 Jahren.

Eintritt: CHF 5.00

Auskunft bei Anita Sonderegger 071 890 00 15 oder
ludothek.heiden@gmail.com

Sa 04.11. Ludothek: DOG-Turnier

19.00 Uhr in der Aula, Schulhaus Gerbe, Heiden
Spielfreudige sind herzlich willkommen.

Auskunft bei Anita Sonderegger 071 890 00 15 oder
ludothek.heiden@gmail.com

Mo 06.11. Ätherische Öle für die Winterzeit

19.00 Uhr im Barissimo, Poststrasse 32a, Heiden
Sabrina Epicocco stellt uns ätherische Öle vor, die unser
emotionales und körperliches Wohlbefinden in der kalten
Jahreszeit unterstützen. Im Anschluss haben die

Teilnehmenden die Möglichkeit, einen eigenen Öroller herzustellen.

Kosten: CHF 20.00, inkl. Material

Anmeldung bis 04.11. bei Susann Metzger 071 891 33 20 oder info@haedler-frauen.ch

Fr 10.11. Spatzenhöck



15.00 bis 17.00 Uhr im kath. Pfarreizentrum, Heiden
Spielen, lachen, singen, austauschen und neue Eltern und Kinder kennenlernen.

Für die Kleinsten, in Begleitung einer Bezugsperson.

Di 14.11. Ludothek: Öffentlicher Spieleabend

Ab 19.00 Uhr im Restaurant Linde, Heiden
Spielfreudige sind herzlich willkommen.

Mi 15.11. Adventsbasteln



14.00 bis 16.45 Uhr im kath. Pfarreizentrum, Heiden
Für kleine und grosse bastelfreudige Kinder von 4-14 Jahren (4-8 Jahre in Begleitung).

Umrahmt von Adventsmusik und Kerzenschein basteln wir gemeinsam kreative Weihnachtswerke, wo der Glitzer sicher nicht fehlen wird.

Kosten: CHF 5.00 pro Kind, inkl. Punsch

Anmeldung per Mail bis 06.11. an sascha.haeni@bluewin.ch

Fr 24.11. Spatzenhöck



15.00 bis 17.00 Uhr im kath. Pfarreizentrum, Heiden
Spielen, lachen, singen, austauschen und neue Eltern und Kinder kennenlernen.

Für die Kleinsten, in Begleitung einer Bezugsperson.

Sa 25.11. Häädler Frauen am Advents-Markt in Heiden

So 26.11. Sa 16.00 bis 21.00 Uhr / So 11.00 bis 17.00 Uhr

Am heimischen Advents-Markt stellen wir unseren Verein vor. Wir freuen uns auf euren Besuch!

Di 28.11. Mittagstisch 60+ - mit Musik

11.45 Uhr im Restaurant Hirschen, Heiden

Gemeinsam essen, plaudern, jassen – für Seniorinnen, Senioren und Alleinstehende.

Anmeldung bis 25.11. bei Heidi Walser 071 890 05 05

Dezember

Mi 06.12. Rorate zum Thema «Frieden»

06.00 Uhr in der kath. Kirche, Heiden
Anschliessend gemeinsamer Zmorge im Pfarreizentrum.

Fr 08.12. Spatzenhöck «dä Samichlaus chunnt»

15.30 Uhr im Waldpark, Heiden
Der Samichlaus kommt zusammen mit dem Schmutzli in den Waldpark und erzählt eine spannende Adventsgeschichte. Jedes angemeldete Kind erhält ein Säckli.
Kosten pro Familie: CHF 5.00 plus Chlaussäckli CHF 5.00
Anmeldung bis 17.11. bei Manuela Wyser 078 821 41 00



Mo 11.12. Offene Adventsfeier

18.00 Uhr im kath. Pfarreizentrum, Heiden
Die Feier wird gestaltet vom Team Spirituelles.
Anschliessend sind alle herzlich zum geselligen Beisammensein eingeladen.

Di 12.12. Ludothek: Öffentlicher Spieleabend

Ab 19.00 Uhr im Restaurant Linde, Heiden
Spielfreudige sind herzlich willkommen.

Di 19.12. Mittagstisch 60+

11.45 Uhr im Restaurant Linde, Heiden
Gemeinsam essen, plaudern, jassen – für Seniorinnen, Senioren und Alleinstehende.
Anmeldung bis 16.12. bei Heidi Walser 071 890 05 05

