



FRAUEN
GEMEINSCHAFT

Jona



PROGRAMM 2025

Unser vielfältiges Angebot

Sprachkurse

Englisch
Französisch
Spanisch
Italienisch

Fun

Frauenkino
Raclette-Schiff
Tagesausflug Tibet Institut Rikon und
Rikon Pfannen

Kreatives

Nähkurs
Makramee-Kurs
Adventskranz gestalten

Sportliches

Rückenfit
Yoga
Line Dance
Schneeschuhtour
Wanderung Alp Wielesch
Eisstockschiessen auf der Schloss Eis-
bahn in Grüningen

Spirituelles

Weltgebetstag
Frauefir
Maiandacht
Adventsfeier

Wissenswertes

Vortrag ätherische Hausapotheke
Führung Enea-Baummuseum

Sonstiges

HV
Börsen



Liebe Frauen,
das Impulsthema des SKF passt zu mir - und ich zu ihm!

Seit 2009 bin ich Teil des Vorstands der Frauengemeinschaft Jona. Als ich im Jahr 2013 zu eurer Präsidentin gewählt wurde, war das damalige Impulsthema des SKF «FRAUENBANDE», und nun, bald 12 Jahre später ist das aktuelle Impulsthema wieder «FRAUENBANDE», diesmal einfach noch mit dem Zusatz «2.0».

Eine so lange Zeit im Vorstand der Frauengemeinschaft (früher noch FMG) liegt hinter mir, vor mir sind es sicher nicht mehr gleich viele Jahre. Auch wenn die grauen Haare mehr wurden und die Zahl auf der Geburtstagskarte immer höher, die Leidenschaft für unsere FG ist in all den Jahren nicht weniger geworden. Die FRAUENBANDE in Jona macht Freude und ich bin stolz, Teil davon zu sein. Ich wünsche euch allen, dass auch ihr ein bisschen dieses FRAUENBANDE-Spirits spürt und mit Freude Mitglied der FG Jona seid.

Der Vorstand bemüht sich auf allen Ebenen, den Schritt in die Zukunft zu schaffen, wir wollen alle, dass unser Verein aktiv weiterlebt!
Vielleicht möchtest genau du aktives Teil der FG Jona werden, weisst aber nicht, wo du mithelfen könntest? Melde dich bei uns!

Und so wünsche ich euch für das kommende Jahr viele Momente, um FRAUENBANDE zu pflegen, mit anderen Frauen in Kontakt zu treten und vielleicht auch neue Freundschaften zu schliessen. Das neue Jahresprogramm bietet viele Gelegenheiten dazu!

Es ist mir eine Ehre, Präsidentin eines so tollen Vereins zu sein!
Barbara



Mach mit! Komm in unser Team!

Arbeitsgruppe mach mit!

Hast du neben deinen täglichen Verpflichtungen manchmal noch etwas freie Zeit? Könntest du dir vorstellen, ein bisschen dieser Zeit der FG Jona zu schenken; nur so viel, wie es deinem Leben gerade entspricht?

Arbeitsgruppe mach mit!

Während des Jahres kann der Vorstand nicht alle anstehenden Arbeiten selber bewältigen. Es ist schön, dass wir auf die Hilfe von zahlreichen Frauen aus der Arbeitsgruppe zählen können. Aber dennoch entstehen manchmal Lücken und Engpässe, die nur mit viel Aufwand und Mühe gefüllt werden können.

Darum wäre es schön, noch mehr freiwillige Helferinnen im Hintergrund zu wissen.

Arbeitsgruppe mach mit!

Gerade in den Jahren des Pfarreibazars sind die Frauen der Arbeitsgruppe fleissig und aktiv. Schon im Frühling beginnt die Ideensuche, im Verlauf des Jahres werden dann die zahlreichen Kleinigkeiten in Gruppen hergestellt.

Und schliesslich sind es unsere Frauen, die an den Ständen die hergestellten Produkte verkaufen.

Vielleicht hast du Lust, aktiv mitzuhelfen?

Arbeitsgruppe mach mit!

Fühlst du dich angesprochen? Dann melde dich bei mir, ich freue mich darauf.

Barbara Hediger

079 / 230 17 07

b.sprotte@bluemail.ch



Kursbestimmungen

Anmeldung Anmeldungen für unsere Kurse und Anlässe sind definitiv.

Abmeldung Bis zum Anmeldeschluss ist eine Abmeldung ohne Kostenfolge möglich. Bei später erfolgter Abmeldung bzw. unentschuldigtem Fernbleiben von Kursen und Anlässen (auch Hauptversammlung) sind die anfallenden Kosten zu bezahlen. Dies entfällt, wenn eine Warteliste besteht oder eine Ersatzteilnehmerin besorgt wird.

Haftung Die Versicherung ist Sache der Teilnehmerinnen. Die FG Jona lehnt jede Haftung ab.

Kurskosten Unsere Kurse sind günstig und fair berechnet. Das Kursgeld wird am ersten Kurstag bar eingezogen. Nichtmitglieder bezahlen für Sprach- und Nähkurse pro Semester Fr. 15.-- mehr als Mitglieder der FG Jona. Nichtmitglieder bezahlen generell einen Aufpreis auf unsere Angebote (gemäss Ausschrieb).

Annulation Bei ungenügenden Anmeldungen behalten wir uns vor, die Kurse nicht durchzuführen.



Wunscherfüller

Anlässe, welche mit diesem „Signet“ gekennzeichnet sind, wurden von einem unserer Mitglieder vorgeschlagen.



Nähkurs

Mittwoch (in Absprache mit Kursleiterin), 8.30 - 11.00 Uhr oder 14.00 - 16.30 Uhr

Am Mittwoch ist Nähtag im KGH! Am Morgen und am Nachmittag finden die beliebten Nähkurse statt.

Der Einstieg erfolgt nach Absprache mit der Kursleiterin.

Dauer	7 Lektionen à 2 ½ Std.
Kosten	Fr. 175.-- Mitglieder Fr. 190.-- Nichtmitglieder
Kursort	KGH Jona
Kursleiterin	Margrit Rickenbacher, Damenschneiderin / Schnitttechnikerin / Erwachsenenbildnerin
Teilnehmerinnen	Anzahl der Teilnehmerinnen ist begrenzt

Nichtmitglieder bezahlen pro Semester Fr. 15.-- mehr als FG-Mitglieder!

Für Fragen und Anmeldungen wendest du dich bitte direkt an die Kursleiterin.

Margrit Rickenbacher Tel. 079 / 225 53 38
 Mail margritrickenbacher2@gmail.com



Sprachkurse

Nichtmitglieder bezahlen für alle Sprachkurse pro Semester Fr. 15.-- mehr als FG-Mitglieder!

Kursort KGH Jona

Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag und Freitag Englisch

Möchtest du deine Englischkenntnisse vertiefen oder auffrischen? Jeweils am Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag und Freitag bieten wir Englischkurse auf verschiedenen Stufen an.

Kosten auf Anfrage.

Für Fragen und Anmeldungen wendest du dich bitte an die Kursleiterin.

Susanne Sutter
Tel. 055 / 211 08 81
Natel 079 / 210 61 52
Mail sutter-egli@bluewin.ch



Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag und Freitag Französisch

Nicht nur Diplomaten und NGO's brauchen Französisch. Als Landessprache der Schweiz bietet Französisch viele Vorteile für die Zukunft. Sei es für die Schule, das Studium oder die Ferien. Für alle kann der passende Französischkurs angeboten werden (Nachhilfe, Gymnasium-Vorbereitung, Diplom- oder Business-Kurs, Individualkurs... sprachliche Bedürfnisse und Ziele können individuell besprochen werden).

Kosten auf Anfrage.

Für Fragen und Anmeldungen wendest du dich bitte an die Kursleiterin.

Amina Brack
Tel. 079 / 554 96 51
Mail frauenverein@languesvivantes.ch



Yoga für jede Frau

Für Anfängerinnen und Fortgeschrittene

Yoga bringt dich in deine Mitte, in deine Kraft und in dein Vertrauen. Lust, eine Stunde in der Woche Körper, Geist und Seele auszugleichen, dir etwas Gutes tun? Lass das Aussen während dem Yoga-Üben los und schenke DIR deine ganze Aufmerksamkeit. Yoga unterstützt Gesundheit, bringt innere und äussere Balance, macht deinen Körper kräftiger und geschmeidiger, fördert deine Achtsamkeit und vieles mehr.

Möchtest du deine Yoga-Kenntnisse weiter ausüben? Oder ist es JETZT vielleicht Zeit, dass dein Yoga-Weg beginnt? Silvia Mazzoli freut sich über deine Kontaktaufnahme und darauf, dich auf deinem persönlichen Yoga-Weg zu begleiten!

Kursleiterin Silvia Mazzoli, yoga4balance

Treffpunkt KGH Jona

Kurszeiten Dienstag 16:30 - 17:30 Uhr, Einstieg jederzeit möglich

Kosten Fr. 100.-- Mitglieder 8 Lektionen

Fr. 115.-- Nichtmitglieder 8 Lektionen

Mitbringen Turn- oder Campingmatte, evtl. Yogablock, bequeme Trainingsbekleidung, warme Socken

Anmeldung laufend möglich

Silvia Mazzoli

Tel. 077 / 414 21 25

yoga4balance@bluewin.ch



**Es gibt keine
Work-Life-Balance - es ist
alles Leben. Das
Gleichgewicht muss in dir
sein.**

Sadhguru

Rückenfit

Mittwoch, 08.00 - 8.50 Uhr oder 9.00 - 9.50 Uhr

Dieser Kurs bietet ein gezieltes Training für einen gesunden und starken Rücken. Die Kursteilnehmerinnen lernen abwechslungsreiche Übungen zur Kräftigung der Rumpfmuskulatur, zur Stabilisierung und Mobilisierung der Wirbelsäule und zur gezielten Dehnung verkürzter Muskeln. Dein Rücken wird kräftig und beweglich. Du verbesserst deine Haltung, erfährst ein neues Körpergefühl und meisterst deinen Alltag mit Leichtigkeit.

Datum 8. Januar 2025 - 2. April 2025 (12 Lektionen)

Kosten Fr. 160.-- Mitglieder
Fr. 175.-- Nichtmitglieder

Kursort KGH Jona

Mitbringen Turnmatte und bequeme Trainingsbekleidung

Kursleiterinnen Judy Stübi / Beatrice Schmucki

Teilnehmerinnen Anzahl der Teilnehmerinnen ist begrenzt

Für Fragen und Anmeldungen wendest du dich bitte direkt an die Kursleiterinnen.

Judy Stüby Tel. 055 / 212 19 37
judy.stuebi@bluewin.ch

Bea Schmucki Tel. 079 / 695 80 82
bschmucki@gmx.ch



Termine kath. Frauenbund St. Gallen - Appenzell und Schweizerischer kath. Frauenbund

Übersicht 2025

Sa 17. Mai 2025

Generalversammlung kath. Frauenbund SGA

Die Generalversammlung findet in Goldach statt

Fr 23. Mai 2025

DV Schweiz. kath. Frauenbund

Die Delegiertenversammlung findet in Visp VS statt

Weitere Infos www.frauenbund.ch

Tel. 041 / 226 02 20



SKF Schweizerischer Katholischer Frauenbund

Di 14. Januar 2025, 19.30 Uhr

Vortrag von Karin Ammann, Drogistin EFZ/Aromaberaterin Farfalla – Die ätherische Hausapotheke - Eine Einführung in die Welt der Aromatherapie

Die Aromatherapie ist ein Spezialgebiet der Pflanzenheilkunde und kann einen grossen Beitrag zu unserem Wohlbefinden leisten.

Anhand von vielen praktischen Beispielen vermittelt uns Karin Ammann, das Basiswissen für den korrekten Umgang mit ätherischen Ölen. Wir lernen eine Auswahl an ätherischen Ölen, Pflanzenwasser und fetten Ölen kennen und wie sie optimal und sicher eingesetzt werden können.

Lasst euch inspirieren und erfahrt die wohltuende Wirkung der Düfte.

Wir freuen uns sehr, euch alle zu einem Vortrag über dieses spannende Thema einladen zu dürfen.

Start 19.30 Uhr im KGH Jona
Kosten freier Eintritt
Anmeldung keine Anmeldung nötig



Angebot für euch:

Am 16.01.2025 ist ein öffentlicher Aromatherapie-Tag in der APODRO Reform Drogerie Jona geplant. Die Besucherinnen des Vortrags erhalten einen Gutschein für ein Produkt, den sie an diesem Tag einlösen dürfen. Im Rahmen eines kostenlosen „Mini-Workshops“ kann ein Aroma-Roll-on nach den individuellen Bedürfnissen gemischt werden.

Am Vortragsabend wird eine Anmeldeleiste aufgelegt sein.



Mi 22. Januar 2025, 19.30 - ca. 22.00 Uhr

Frauenkino auf Grossleinwand „Der Zopf – La Tresse“

Eine Geschichte dreier Frauen an drei verschiedenen Orten der Erde. In unterschiedlichen Situationen kämpfen sie um ihre Freiheit. Die Unberührbare, Smita, träumt davon, ihrer Tochter eine Schulbildung ermöglichen zu können. Auf Sizilien steht Giulia vor dem Untergang ihres Familienunternehmens. Und die kanadische Anwältin Sarah erfährt kurz nach einer bedeutenden beruflichen Beförderung, dass sie schwer krank ist.

Sie leben auf verschiedenen Kontinenten, Selbstlosigkeit und Mut sind die Eigenschaften, die die drei Frauen in «La Tresse» teilen.

Verweilt anschliessend noch ein wenig und diskutiert mit den anderen Frauen über den Film... wir werden uns als Bettmüpfeli etwas Spezielles einfallen lassen.

Ort: KGH Jona



Mi 12. Februar 2025, 14.30 Uhr

Schneeschuhtour auf den Tanzboden

Wir stapfen vom Parkplatz Müselen durch die tiefuerschnellte Landschaft zum Tanzboden. Oben angelangt erfreuen wir uns an der Aussicht und geniessen ein feines Abendessen in der Berghütte.

Hoffentlich empfängt uns wieder ein bezaubernder Sternenhimmel...

Der Aufstieg dauert etwa 1 3/4 Std., der Abstieg 1 Std.

Bei Bedarf können Schneeschuhe bei uns für Fr. 5.-- gemietet werden.

Treffpunkt ab 14.30 Uhr Schuhe anpassen beim KGH

15.00 Uhr Abfahrt ab KGH

Wir bilden Fahrgemeinschaften

Kosten ca. Fr. 30.-- Mitglieder für Fahrt und Abendessen

ca. Fr. 35.-- Nichtmitglieder für Fahrt und Abendessen

Ausrüstung Wanderschuhe, Stöcke, Stirnlampe, Kleider in Schichten, eutl. Ersatzkleidung

Anmeldung bis 3. Februar 2025

Esther Rüthemann

Tel. 055 / 225 78 34

esther.ruethemann@krj.ch



Fr 21. Februar 2025, 19.00 Uhr

125. Hauptversammlung

An der Hauptversammlung informieren wir über vergangene und kommende Anlässe. Zudem bietet die HV eine wunderbare Gelegenheit, einander besser kennenzulernen, alte Kontakte zu pflegen und neue zu knüpfen.

Vor und nach dem „geschäftlichen Teil“ werden wir mit einem feinen Znacht mit Dessert verwöhnt.

Herzliche Einladung an alle Mitglieder sowie Neumitglieder. Wir freuen uns auf euch alle!

Ort KGH Jona
Zeit 19.00 Uhr Start der HV
 Türöffnung 18.30 Uhr
Motto "Frau mit Hut ist immer gut"



Anmeldung bis 10. Februar 2025
 Petra Büsser
 Tel. 079 / 627 38 48
 petra.buesser@bluewin.ch



Fr 28. Februar und Sa 1. März 2025

Kinderwaren Börse für Frühlings- und Sommerartikel & Spielwaren, KGH Jona

Es werden Kleider der Grössen 50 – 176 angenommen und verkauft. Die Öffnungszeiten, Konditionen und weitere Informationen findest du auf unserer Homepage oder auf den Flyern, die im KGH Jona aufliegen.

Artikel-Annahme **Freitag, 28. Februar 2025**

Möchtest du als Verkäuferin teilnehmen, registriere dich bitte bei basarlino App! Weitere Informationen findest du auf unserer Homepage sowie auf den Flyern.

Artikelverkauf **Samstag 1. März 2025**

Kinderhort

Am Samstag ist unser Kinderhort geöffnet.

Weitere Infos www.fg-jona.ch

Auskunft Börsenteam

Tel. 079 / 426 94 34

boerse@fg-jona.ch



Fr 7. März 2025, 19.30 Uhr

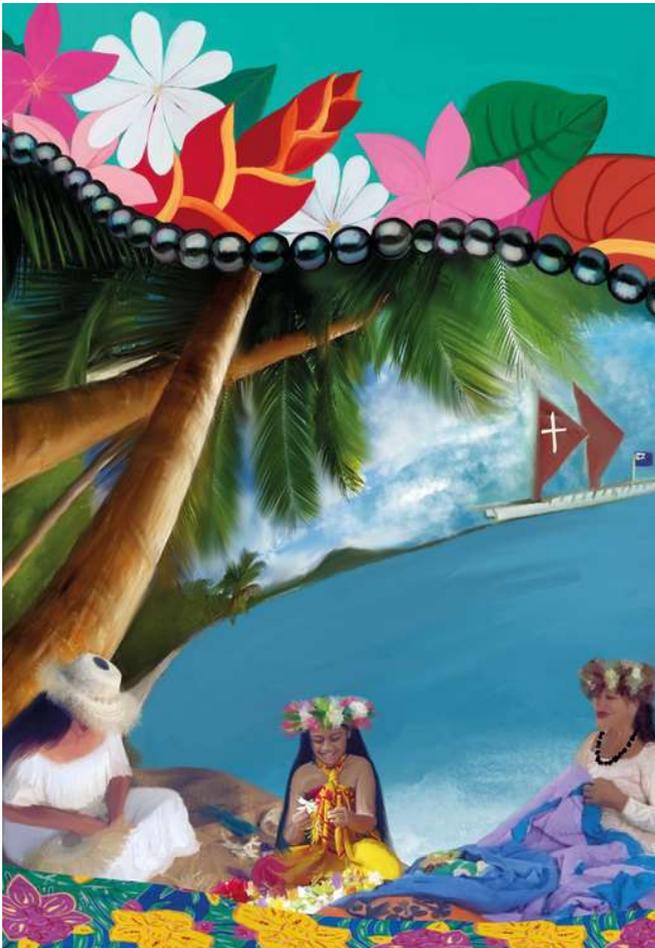
Weltgebetstag der Frauen - Cook Inseln

Thema: „Wunderbar geschaffen“

Wir feiern diesen ökumenischen Gottesdienst in der kath. Kirche Jona. Anschliessend sind alle herzlich eingeladen, bei einem Apéro noch ein bisschen zu verweilen.

Nähere Angaben zu gegebener Zeit via Stadtpfarrblatt, Homepage, Flyer oder Reminder.

Treffpunkt 19.30 Uhr kath. Kirche Jona



Di 11. März 2025, 19.00 Uhr - ca. 22.00 Uhr

oder

Mo 17. März 2025, 19.00 Uhr - ca. 22.00 Uhr

Hängewindlicht in Makramee-Technik gestalten

Seit einiger Zeit ist das Gestalten mit Makramee-Technik wieder hoch im Kurs. Fabienne Oberholzer wird uns an diesem Abend in die Grundtechniken von Makramee einführen und jede Teilnehmerin gestaltet ihr eigenes Hängewindlicht. Ob mit Kerzenlicht oder frischen Blumen bestückt, ist das Windlicht eine zauberhafte Dekoration für den kommenden Frühling.

Zwischendurch verwöhnt uns die Kursleiterin mit einem kleinen Apéro.

Leitung	Fabienne Oberholzer
Kursort	KGH Jona
Kosten	Fr. 87.-- Mitglieder Fr. 92.-- Nichtmitglieder
Teilnehmerinnen	Anzahl der Teilnehmerinnen ist begrenzt

Anmeldung bis 17. Februar 2025
Esther Briel
Tel. 055 / 210 53 17
e_briel@bluewin.ch



Mi 2. April 2025, 19.30 - ca. 22.00 Uhr

Frauenkino auf Grossleinwand „Bon Schuur Ticino“

Richtig ernst nimmt die «No Bilingue-Initiative» niemand. Doch dann wird sie angenommen und fortan soll in der Schweiz nur noch Französisch gesprochen werden. Das bringt manch einen in die Bredouille. So auch den Bundespolizisten Walter Egli. Er kann kein Französisch und wird mit einem Westschweizer Kollegen ins Tessin versetzt, um einigen Widerständler das Handwerk zu legen. In der Sonnenstube der Schweiz gibt es nicht nur Rebellen, Risotto und guten Wein, sondern auch die fesche Francesca.

Verweilt anschliessend noch ein wenig und diskutiert mit den anderen Frauen über den Film... wir werden uns als Bettmümpfeli etwas Spezielles einfallen lassen.

Ort: KGH Jona



Di 15.04./22.04./29.04./13.05./20.05., Mi 28.05.2025, 18.00 - 19.30 Uhr

Line Dance

Für Jung und Alt, zur Freude, für deine Fitness und dein Wohlbefinden.

Beim Line Dance tanzt man in einer Gruppe ohne Partner. Man stellt sich in Reihen neben- und hintereinander auf und tanzt eine vorgegebene Schrittfolge. Meist nach 32 oder 64 Schritten wiederholt sich das Muster.

Line Dance ist für alle Altersgruppen geeignet und kann in verschiedenen Schwierigkeitsstufen getanzt werden.

Dieser Kurs ist für jede Frau offen, egal ob du schon Erfahrung hast oder zum ersten Mal dabei bist!

Kursleiterinnen Judy Stübi und Yvonne Schweizer
Kursort KGH Jona
Kosten Fr. 90.-- Mitglieder
Fr. 100.-- Nichtmitglieder
Teilnehmerinnen Anzahl der Teilnehmerinnen ist begrenzt

Anmeldung bis 31. März 2025
Barbara Hediger
079 / 230 17 07
b.sprotte@bluemail.ch



Di 6. Mai 2025, 19.30 Uhr

Maiandacht in der kath. Kirche Jona

Sie ist Mutter, Freundin, Königin, Verlobte, Gottesmutter, Jüdin, Fürbitterin, eine einfache Frau mit einem grossen JA. Ein JA tief aus dem Herzen, ein JA, das ihr und unser Leben veränderte, ein JA uns zum Vorbild.

Maria ist so vielseitig und facettenreich, so unglaublich und umstritten - aber so nah am Geschehen im Himmel und auf Erden - das lohnt sich zu feiern und genauer unter die Lupe zu nehmen.

Wir laden euch herzlich zu unserer gemeinsamen Maiandacht mit dem Chor Cantate ein. Im Anschluss findet wiederum das gemütliche Beisammensein im KGH statt.

Einladung der FG Rapperswil-Kempraten zur Maiandacht in der Kirche St. Johann in Rapperswil am Dienstag 20. Mai 2025, 19.00 Uhr mit anschliessendem gemütlichen Beisammensein im Forum St. Johann. Ihr alle seid dazu herzlich eingeladen.



Fr 9. und Sa 10. Mai 2025

Second Hand Damen Mode für Frühlings- und Sommerartikel, KGH Jona

Unsere beliebte Börse für Damenbekleidung, -schuhe und Accessoires. Die Öffnungszeiten, Konditionen und weitere Informationen findest du auf unserer Homepage oder auf den Flyern, die im KGH Jona aufliegen.

Artikel-Annahme Freitag 9. Mai 2025

Möchtest du als Verkäuferin teilnehmen, registriere dich bitte bei basarlino App! Weitere Informationen findest du auf unserer Homepage sowie auf den Flyern.

Artikelverkauf Freitag 9. Mai 2025 ab 14.00 Uhr,
Samstag 10. Mai 2025 gem. Flyer, Homepage

Modeschau Freitag 9. Mai 2025, 18.30 Uhr mit anschliessendem Apéro

Kaffee-Ecke Während der Verkaufszeiten gibt es eine Kaffee-Ecke mit Kuchen

Weitere Infos www.fg-jona.ch

Auskunft Börsenteam

Tel. 079 / 426 94 34

boerse@fg-jona.ch



Mi 25. Juni 2025, 13.45 - ca. 17.00 Uhr

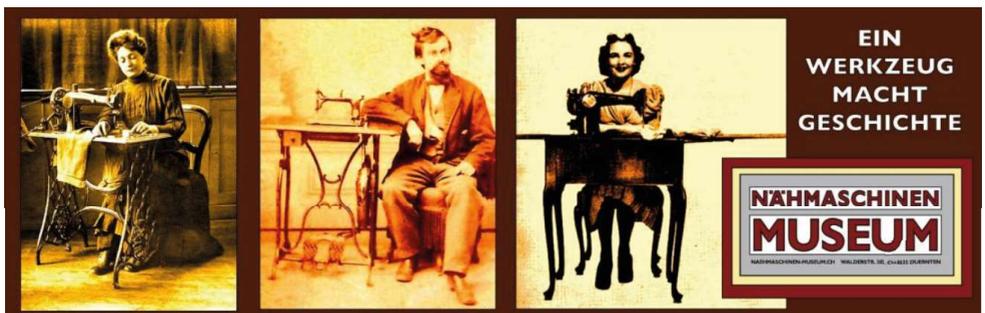
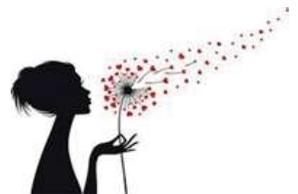
Besuch Nähmaschinen Museum Dürnten Werkzeug und Statussymbol: Die Nähmaschine

Die Nähmaschine war eines der ersten mechanischen Hilfsmittel, welches weltweit und praktisch in jedem Haushalt anzutreffen war und gilt als Musterbeispiel für die Entwicklung und den Fortschritt.

Im Nähmaschinenmuseum Dürnten, welches im Frühjahr 2013 seine Türen öffnete, werden wir während etwa 90 Minuten viel Spannendes über diese „Wundermaschine“ erfahren. Während der Führung werden einige ausgewählte Maschinen erklärt und mit praktischer Demonstration nähergebracht.

Im museumseigenen Shop kann nach dem Rundgang noch etwas gestöbert werden. Ausklingen lassen wir den Nachmittag bei einer Tasse Kaffee oder Tee und Kuchen inmitten dieser historischen Kulisse.

Treffpunkt	13.45 Uhr beim KGH Jona 14.00 Uhr Abfahrt ab KGH / Beginn Führung 14:30 Uhr Wir bilden Fahrgemeinschaften
Veranstaltungsort:	Nähmaschinen-Museum, Walderstrasse 202, 8635 Dürnten
Kosten	Fr. 30.-- Mitglieder für Eintritt/Führung, Zuieri (Kaffee/ Tee + Gebäck) Fr. 35.-- Nichtmitglieder für Eintritt/Führung, Zuieri (Kaffee/Tee + Gebäck) Beteiligung an den Fahrspesen
Teilnehmerinnen	Anzahl der Teilnehmerinnen ist begrenzt
Anmeldung	bis 16. Mai 2025 Alexandra Zürrer Tel. 079 / 330 44 36 alexandra.zuerrerr@bluewin.ch



Di 1. Juli 2025, 18.00 Uhr

Tavolata in der Strandbeiz Stampf

Bei einer gemütlichen Tavolata im Restaurant Stampf geniessen wir einen geselligen Abend. Ob Fleisch, Fisch oder Vegetarisch, für jede Frau ist etwas dabei.

Bist du auch dabei? Komm mit und geniess einen schönen Abend im Stampf.

Zur Auswahl stehen folgende Menues:

Menu 1: Zigeunerspiess (Rindshuft) und gebratene Felchenfilets, Pommes frites, Salzkartoffeln und Gemüse plus 1 Kugel Glacé nach Wahl als Dessert

Menu 2: Baked Potato gefüllt mit Gemüse und Sauerrahm plus 1 Kugel Glacé nach Wahl als Dessert

Treffpunkt 18.00 Uhr direkt in der Strandbeiz Stampf in Jona
Meldet euch bitte, wenn ihr einen Fahrdienst ab KGH Jona wünscht

Kosten Fr. 60.-- Zigeunerspiess inkl. Dessert
Fr. 35.-- Baked Potatoes gefüllt inkl. Dessert
Getränke werden von jeder Frau selbst bezahlt

Teilnehmerinnen Anzahl der Teilnehmerinnen ist begrenzt

Anmeldung bis 15. Mai 2025 mit Angabe des gewünschten Menues
Sylwia Zimmermann
Tel. 055 / 211 00 67
sylwia.zimi4@gmail.com



Fr 22. August 2025, 16.00 Uhr

Abendstimmung auf der Alp Wielesch

Ein bisschen wandern auf der Krete zwischen Linthgebiet und Toggenburg, traumhafte Aussicht auf unser Zuhause, ein wunderbarer Sonnenuntergang und äs feins Znacht (jede, was sie grad gluschtet).

Der Aufstieg führt uns, in ca. 1 ½ Std über den Wurzelweg zur Oberbächen und weiter auf die Wielesch.

Über die Zufahrtsstrasse sind wir in 30 Minuten wieder beim Auto.

Bitte beachtet, dass eine kurzfristige Programmänderung möglich sein kann.

Treffpunkt 16.00 Uhr Abfahrt ab KGH

Wir bilden Fahrgemeinschaften

Kosten 5.-- Kostenbeteiligung Fahrspesen, Konsumation wird von jeder Frau selbst bezahlt

Ausrüstung Wanderschuhe evt. Stöcke, Geld zum Einkehren

Anmeldung bis 15. August 2025

Esther Rüthemann

Tel. 055 / 225 78 34

esther.ruethemann@krj.ch



Di 2. September 2025, 14.00 - ca. 16.00 Uhr

Besuch des Enea-Baum museums in Jona

Bei einem gemütlichen Rundgang durch das wunderschöne spätsommerliche Baum museum mit seinen altherwürdigen Bäumen, vielen Pflanzen und Kunstobjekten aus aller Welt, entdecken wir die spannenden Geschichten, welche hinter der harmonischen Verbindung von Natur und Kunst stehen. Am Ende unseres Rundgangs verweilen wir beim malerischen Teich und lassen bei Kaffee und etwas Süßem den Nachmittag gemütlich ausklingen.

Das vom international bekannten Landschaftsarchitekten Enzo Enea 2010 eröffnete Baum museum lockt Gartenliebhaber und seit 2013 auch Kunstinteressierte an. Die über 50 Bäume aus 25 Arten, die im Baum museum ihren Platz gefunden haben, erzeugen eine Aura der Unvergänglichkeit. Die Skulpturen von Vertretern der internationalen Gegenwartskunst setzen aufsehenerregende Akzente in diese Gartenlandschaft.

Treffpunkt 14.00 Uhr beim Eingang des Baum museums an der Buechstrasse 12, 8645 Jona

Kosten Fr. 25.-- Mitglieder inkl. Eintritt ins Baum museum, Führung mit Audioguide, Kaffee oder Tee mit einem Stück Gebäck
Fr. 30.-- Nichtmitglieder inkl. Eintritt ins Baum museum, Führung mit Audioguide, Kaffee oder Tee mit einem Stück Gebäck

Teilnehmerinnen Anzahl der Teilnehmerinnen ist begrenzt

Anmeldung bis 31. Juli 2025
Alexandra Zürrer
Tel. 055 / 210 01 80
alexandra.zuerrerr@bluewin.ch



Fr 12. September 2025, 18.00 - ca. 23.00 Uhr

Kino Nacht auf Grossleinwand „Top Gun und Top Gun Maverick“

Wir freuen uns, mit euch zusammen nicht nur einen, sondern hintereinander zwei Filme zu sehen; der eine davon ist ein Film aus dem Jahr 1986, der andere aktuell.

Lasst euch darauf ein und seid dabei!

„Top Gun“ (1986, 109 Min.)

Lieutenant Pete „Maverick“ Mitchell (Tom Cruise) ist ein ehrgeiziger junger Pilot, dessen Traum in Erfüllung geht, als er für eine Elite-Ausbildung zum Kampfpiloten ausgewählt wird. Aber durch seine Disziplinlosigkeit und Impulsivität macht er sich rasch unbeliebt. Vor allem seine rücksichtslose Flugweise kommt schlecht an. Als sein Kamerad verunglückt, gerät Maverick in eine Krise und zweifelt an dem Sinn seiner Ausbildung.



Nach dem ersten Film werden wir gemeinsam Znacht essen und dann gestärkt in den zweiten Film starten.

“Top Gun Maverick” (2022, 130 Min.)

Seit mehr als 30 Jahren ist Pete Maverick Mitchell als Top-Pilot für die Navy im Einsatz. Als furchtloser Testflieger lotet er die Grenzen des Möglichen aus und drückt sich vor der Beförderung, die ihn auf den Boden verbannen würde. Als er eine Gruppe von Top-Gun-Auszubildenden für eine Sondermission trainieren soll, trifft er auf Lt. Bradley Bradshaw mit dem Spitznamen Rooster, den Sohn von Mavericks verstorbenem Co-Piloten und Freund Nick Bradshaw, Goose. Konfrontiert mit den Geistern der Vergangenheit, ist Maverick gezwungen, sich seinen tiefsten Ängsten zu stellen, denn die Sondermission wird von allen, die für diesen Einsatz auserwählt werden, das ultimative Opfer fordern.

Ort	KGH Jona
Kosten	25.-- Mitglieder für Filme und Znacht
	30.-- Nichtmitglieder für Filme und Znacht

Anmeldung bis 5. September 2025
Barbara Hediger
Tel. 079 / 230 17 07
b.sprotte@bluemail.ch



Fr 19. und Sa 20. September 2025

Second Hand Damen Mode für Herbst- und Winterartikel, KGH Jona

Unsere beliebte Börse für Damenbekleidung, -schuhe und Accessoires. Die Öffnungszeiten, Konditionen und weitere Informationen findest du auf unserer Homepage oder auf den Flyern, die im KGH Jona aufliegen.

Artikel-Annahme Freitag 19. September 2025

Möchtest du als Verkäuferin teilnehmen, registriere dich bitte bei basarino App! Weitere Informationen findest du auf unserer Homepage sowie auf den Flyern.

Artikelverkauf Freitag 19. September 2025 ab 14.00 Uhr,
Samstag 20. September 2025 gem. Flyer, Homepage

Modeschau Freitag 19. September 2025, 18.30 Uhr mit anschließendem Apéro

Kaffee-Ecke Während der Verkaufszeiten gibt es eine Kaffee-Ecke mit Kuchen

Weitere Infos www.fg-jona.ch

Auskunft Börsenteam

Tel. 079 / 426 94 34

boerse@fg-jona.ch



Di 23. September 2025, 7.15 - ca. 18.30 Uhr

Tagesausflug Kuhn Rikon und Tibet Institut in Rikon

Wolltest du schon immer wissen, wie dein Kochgeschirr hergestellt wird? Wir besuchen die Produktion der Firma Kuhn Rikon. Nach der spannenden Führung werden wir ein feines Mittagessen vor Ort geniessen. Nach dem Essen spazieren wir zum Tibet Institut. Dort werden wir während einer Führung die Geschichte und die Aufgaben des tibetischen Kloster kennenlernen. Zusätzlich erhalten wir eine Einführung in die Meditation durch einen tibetischen Mönch.

Treffpunkt	7.15 Uhr beim Bahnhof Jona (Gleis 2)
Abfahrt	7.31 Uhr mit der S5
Kosten	Fr. 75.-- Mitglieder Fr. 80.-- Nichtmitglieder
Kosten inkl.	Führung Kuhn Rikon, Mittagessen, Führung Tibet Institut
Kosten exkl.	Bahnillet wird von jeder Frau selbst organisiert (Jona via Wald nach Rikon), Getränke, persönliche Auslagen im Kuhn Rikon Fabrik-laden
Mitnehmen	bequeme Schuhe, Spaziergang zum Tibet Institut dauert ca. 25 Min.
Teilnehmerinnen	Anzahl der Teilnehmerinnen ist begrenzt
Anmeldung	bis 1. August 2025 Bettina Spiess Tel. 079 / 825 94 66 bspiess@blacktime.ch



Fr 24. und Sa 25. Oktober 2025

Kinderwaren Börse für Herbst- und Winterartikel & Spielwaren, KGH Jona

Es werden Kleider der Grössen 50 – 176 angenommen und verkauft. Die Öffnungszeiten, Konditionen und weitere Informationen findest du auf unserer Homepage oder auf den Flyern, die im KGH Jona aufliegen.

Artikel-Annahme **Freitag, 24. Oktober 2025**

Möchtest du als Verkäuferin teilnehmen, registriere dich bitte bei basarlino App! Weitere Informationen findest du auf unserer Homepage sowie auf den Flyern.

Artikelverkauf **Samstag, 25. Oktober 2025**

Kinderhort Am Samstag ist unser Kinderhort geöffnet.

Weitere Infos www.fg-jona.ch
Auskunft Börsenteam
Tel. 079 / 426 94 34
boerse@fg-jona.ch



Di 4. November 2025, 19.30 - ca. 22.00 Uhr

Frauenkino auf Grossleinwand „Ein Mann namens Otto“

Wenn eines sicher ist, dann das: Ständig hat Otto (Tom Hanks) es mit Idioten zu tun! So zumindest sieht es der pedantische Rentner, der nach dem Tod seiner geliebten Ehefrau eigentlich mit seinem Leben abgeschlossen hat. Gerade als er sich in seinem Haus erhängen will, stören ihn jedoch die neuen Nachbarn Marisol und Tommy, die offenbar nicht wissen, wie man einen Anhänger richtig einparkt.

Verweilt anschliessend noch ein wenig und diskutiert mit den anderen Frauen über den Film... wir werden uns als Bettmüpfeli etwas Spezielles einfallen lassen.

Ort: KGH Jona



November 2025

Witfrauen Zmorge

Wir freuen uns, einmal im Jahr (jeweils im November) unsere verwitweten Mitglieder-Frauen zu einem gemütlichen Frühstück einzuladen. Die Einladung zu diesem Zmorge erfolgt persönlich in der ersten Oktoberhälfte.

Leider ist unsere Adressliste der Witfrauen nicht vollständig, so dass vielleicht gerade DU bisher nicht eingeladen worden bist. Wir möchten dich darum ermuntern, dich zu melden, wenn dies bei dir der Fall ist.

Wir freuen uns auf dich!

Kontakt Sylvia Zimmermann
Tel. 055 / 211 00 67
sylvia.zimi4@gmail.com



So 16. November 2025

Begegnungstag in Gommiswald

Genauere Angaben findest du zu gegebener Zeit im Stadtpfarrblatt, auf unserer Homepage oder auf den Flyern im KGH Jona.

Auskunft Barbara Hediger
Tel. 079 / 230 17 07
b.sprotte@bluemail.ch



Mo 17. November 2025, 13.00 - ca. 16.30 Uhr oder 17.30 - ca. 21.00 Uhr

Adventskranz oder Adventsgesteck gestalten

Im Blumencafe von Simone Hottinger gestalten wir schöne Weihnachtskränze oder Weihnachtsgestecke im Holzkistli. Ob Kugeln, Kerzen oder andere schöne Weihnachtsdekorationen, alles ist erlaubt für einen schönen Kranz oder Gesteck. Kugeln, Halterli für die Kerzen oder sonstige Deko können vor Ort bezogen werden, dürfen aber auch von Zuhause mitgebracht werden.

Für den Adventskranz eignen sich Stabkerzen oder dicke Kerzen (Ø ca. 8cm und Höhe ca. 15cm). Für das Gesteck im Holzkistli eignen sich ebenfalls Stabkerzen oder dicke Kerzen (Ø ca. 6-8cm und Höhe ca. 12-15cm).

Dazu gibt es von Simone ein selbstgemachtes Kuchenbuffet als Stärkung für zwischendurch.

Treffpunkt 13.00 Uhr KGH Jona für den Nachmittagskurs

17.30 Uhr KGH Jona für den Abendkurs

Wir bilden Fahrgemeinschaften

Kosten Fr. 100.-- Mitglieder

Fr. 105.-- Nichtmitglieder

Beteiligung an den Fahrspesen

Mitnehmen Gartenschere und Kerzen, evtl. eigenes Dekomaterial

Teilnehmerinnen Anzahl der Teilnehmerinnen ist begrenzt

Anmeldung bis 3. Oktober 2025

Syluia Zimmermann

Tel. 055 / 211 00 67

syluia.zimi4@gmail.com



Do 27. November 2025, ab 18.00 Uhr

Eisstockschiessen auf der Schloss-Eisbahn in Grüningen

Wer hat Lust auf einen lustigen und unterhaltsamen Abend? Wir versuchen uns im Eisstockschiessen auf der Schloss-Eisbahn in Grüningen! Die Eisbahn bei den historischen Kulissen des Schlosses mit Sicht auf die Berge, bedeutet Eisstockschiessen in einzigartigem Ambiente. Im Anschluss geniessen wir einen Apéro mit Glühwein oder Punsch und sitzen noch bei einem Fondue gemütlich in der Schloss-Bar zusammen. Bitte beachtet, dass eine kurzfristige Programmänderung möglich sein kann.

- Treffpunkt** 18.00 Uhr bei der Schloss-Eisbahn
Schloss Grüningen, Kirchgass 5, 8627 Grüningen
(es empfiehlt sich mit ÖV anzureisen, Haltestelle «Stedtli», da es in der Nähe kaum Parkplätze gibt)
- Kosten** Fr. 55.-- Mitglieder Miete Eisfeld und Fondue (ohne Getränke)
Fr. 60.-- Nichtmitglieder Miete Eisfeld und Fondue (ohne Getränke)
- Mitnehmen** Der Witterung und Temperatur angepasste Kleider, warme Schuhe mit Gummisohlen und allenfalls eine Mütze und Handschuhe
- Teilnehmerinnen** Anzahl der Teilnehmerinnen ist begrenzt
- Anmeldung** bis 13. November 2025
Manuela Luraschi
Tel. 079 / 567 57 71
manuela.luraschi@bluewin.ch



Fr 5. Dezember 2025, 8.00 Uhr

Adventsfeier in der kath. Kirche Jona

Mit ganzem Herzen stimmen wir uns gemeinsam in die grossen Festlichkeiten der Weihnachtszeit ein. Anschliessend werden wir im Kerzenschein des KGH's mit einem feinen Zmorge verwöhnt.

Advent - Ankunft. Wir freuen uns, mit euch der Menschwerdung Gottes entgegen zu gehen!



FRAUEN
GEMEINSCHAFT

Jona

Mi 10. Dezember 2025, 19.00 - 21.30 Uhr

Raclette-Schiff

Schlemmen während einer Abendrundfahrt im bezaubernden Lichtermeer.

Mit dem Raclette-Öfeli zaubert sich jede Frau selbst herrliche Käseportionen auf den Teller, serviert mit den klassischen Beilagen.

- Treffpunkt** 19.00 Uhr im Hafen Rapperswil (Schiffahrtsbetrieb Hensa)
Ab 19.00 Uhr gibt's Apéro auf dem Schiff
- Kosten** Fr. 69.-- für Schifffahrt und Essen, exkl. Getränke
Jede Frau bezahlt ihre Konsumation (Fr. 69.-- plus Kosten für Getränke) auf dem Schiff direkt an Hensa
- Anmeldung** bis 20. November 2025
Petra Büsser
Tel. 079 / 627 38 48
petra.buesser@bluewin.ch



Vorstand Frauengemeinschaft Jona

Präsidentin

Barbara Hediger
Holzwiesstrasse 33, Jona
079 / 230 17 07, b.sprotte@bluemail.ch

Aktuarin

Petra Büsser
Weinhaldenstrasse 18, Jona
079 / 627 38 48, petra.buesser@bluewin.ch

Finanzen

Mitgliederverwaltung

Manuela Luraschi
Weinhaldenstrasse 54, Jona
079 / 567 57 71, manuela.luraschi@bluewin.ch

Vorstandsfrau

Sylvia Zimmermann
Sennhüttenstrasse 2, Jona
055 / 211 00 67, sylvia.zimi4@gmail.com

Vorstandsfrau

Bettina Spiess
Schlüsselstrasse 3, Jona
079 / 825 94 66, bspiess@blacktime.ch

Vorstandsfrau

Alexandra Zürrer
Hombrechtikerstrasse 30, Jona
055 / 210 01 80, alexandra.zuerrer@bluewin.ch

Vorstandsfrau



Yolanda Vetter
Eisenbahnstrasse 28, Jona
078 / 721 30 30, yoli_us@hotmail.com

Präses



Esther Rüthemann
Friedhofstrasse 2, Jona
055 / 225 78 34, esther.ruethemann@krj.ch

Yolanda stellt sich an der HV 2025 zur Wahl als Vorstands-frau

Informationen

Jahresbeitrag 2025

Bitte überweise den Jahresbeitrag von Fr. 30.-- mit beiliegendem Einzahlungsschein auf unser Bankkonto. Vielen Dank!

Adressänderungen / Austritte

Bitte meldet Adressänderungen und Austritte an:

Manuela Luraschi, Weinhaldenstrasse 54, Jona

079 / 567 57 71, manuela.luraschi@bluewin.ch

Ihr erspart uns damit unnötige Kosten und Umtriebe.

Herzlichen Dank für eure Mithilfe.

Der Vorstand der FG Jona



Wir lassen Frauen und Kinder Freudensprünge machen

Wir spenden weiterhin für jedes getaufte Kind in unserer Pfarrei Fr. 25.-- an den Solidaritätsfonds für Mutter und Kind (SOFo), schreiben der grösser gewordenen Familie eine Karte und gratulieren im Namen der FG Jona.

Solidaritätsfonds für Mutter und Kind

„Man kann nicht gegen Abtreibung sein, aber gleichzeitig Frauen, die durch Schwangerschaft in Not geraten, im Stich lassen!“ – Vor über 40 Jahren setzte sich der Schweizerische Katholische Frauenbund SKF intensiv mit der Abtreibungsfrage auseinander. Auch innerhalb dieser Organisation waren nicht alle gleicher Meinung. Aber es handelte sich um patente, lebenserprobte Frauen, die nicht nur heftig zu debattieren, sondern auch Nägel mit Köpfen zu machen wussten. Und so riefen sie 1976 den „Solidaritätsfonds für Mutter und Kind“ ins Leben. Die Gründungsmotive gelten auch heute noch:

Mitverantwortung und Einsatz für das ungeborene und geborene Leben. Der Fonds unterstützt diejenigen Frauen, die sich als Mutter für ihr Kind entschieden haben. Er gewährt dringend benötigte Überbrückungshilfe an verheiratete und alleinstehende Frauen jeder Konfessionszugehörigkeit, die durch Schwangerschaft, Geburt und/oder Kleinkinderbetreuung (jüngstes Kind nicht älter als 6 Jahre) in Not geraten. Denn trotz Mutterschaftsversicherung drohen nach wie vor viele junge Familien durch die Maschen des sozialen Netzes zu fallen.



Hat unser Programm dein Interesse geweckt?

Du bist noch nicht Mitglied?

Wir freuen uns über deine Anmeldung. Bitte fülle den Talon komplett aus und sende ihn an unsere Kassierin:

Manuela Luraschi, Weinhaldenstrasse 54, 8645 Jona
079 / 567 57 71, manuela.luraschi@bluewin.ch

Selbstverständlich kannst du dich auch über unsere Homepage
www.fg-jona.ch anmelden.



Anmeldung Neumitglied FG Jona

Name, Vorname: _____

Strasse, Ort: _____

Telefon: _____

Mobile: _____

E-Mail: _____

Geburtsdatum: _____