

Bildungsprogramm 2026/2027

Die Bäuerinnen im Bezirk Waidhofen/Thaya

Die Bäuerinnen im Gebiet Dobersberg

Die Bäuerinnen im Gebiet Raabs/Thaya

Die Bäuerinnen im Gebiet Waidhofen/Thaya

in Zusammenarbeit mit der Bezirksbauernkammer Waidhofen/Thaya



Anmeldungen
vom 5. bis 26. Oktober 2026
online möglich!

Die Bäuerinnen.

6 Schritte
für eine erfolgreiche Anmeldung!

- 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!

Video-Anleitung dazu:

Anmeldungen sind bis zum **26. Oktober 2026** online möglich - Ihre Anmeldung ist verbindlich - bei Verhinderung bitte einen Ersatz suchen.

Für spätere An- oder Abmeldungen bitte direkt die zuständige Kursverantwortliche kontaktieren.

Falls Sie keine Möglichkeit haben, sich online anzumelden, können Sie sich am 5., 6., 12. und 19. Oktober 2026 telefonisch in der Bezirksbauernkammer Waidhofen/Thaya bei Frau Österreicher unter 05 0259 41802 anmelden.

Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen für Die Bäuerinnen NÖ und deren Mitgliedsvereine, abrufbar unter www.baeuerinnen-noe.at/agb.

Kostenlose Stornomöglichkeit bei den Kursen und Veranstaltungen bis 3 Wochen vorher möglich (außer die Stornofristen sind in den Beschreibungen anders angegeben).

Es wird darauf hingewiesen, dass am Veranstaltungsort Fotos und/oder Filme angefertigt werden und zum Zweck der Nachberichterstattung veröffentlicht werden können.

Impressum:

Eigentümerin, Herausgeberin und Verlegerin:

Bezirksbauernkammer Waidhofen/Thaya in Zusammenarbeit mit „Die Bäuerinnen im Bezirk Waidhofen/Thaya“,
Raiffeisenpromenade 2/1/2, 3830 Waidhofen/Thaya, Tel.: 05 0259 41800, E-Mail: office@waidhofen-thaya.lk-noe.at

Für den Inhalt verantwortlich:

Die Bäuerinnen im Bezirk Waidhofen/Thaya ZVR-Nr.: 188649908

Bezirksbäuerin KO-Stv. Ing. Barbara Widner

Redaktion: Die Gebietsbäuerinnen in Zusammenarbeit mit den Kursverantwortlichen

Gestaltung: Bildungssekretärin Barbara Österreicher

Redaktionsschluss: 1. September 2026

Fotos: dielechnerei, Astrid Zeilinger, Doris Schandl, Iris Stein, Fritz Kadernoschka, Katharina Windbacher

Titelfoto: Die Bäuerinnen im Bezirk Waidhofen/Thaya

Druck: Hauseigene Druckerei

Termin-, Orts- und Programmänderungen vorbehalten!

Vorwort

Liebe Bäuerinnen und Funktionärinnen,
geschätzte Mitglieder und Kursteilnehmerinnen!

Mein Name ist Michaela Praschinger-Reischl – Gebietsbäuerin vom Gebiet Raabs/Thaya. Heuer darf ich euch das neue Bildungsprogramm präsentieren. Kurz zu meiner Person: Seit 2024 bin ich Gebietsbäuerin in Raabs/Thaya und somit auch Teil der Bezirksleitung Waidhofen/Thaya. Gemeinsam mit meiner Familie bewirtschafte ich einen Milchviehbetrieb mit Rinderzucht, Ackerbau und Forst.



**Gebietsbäuerin, KR
Michaela Praschinger-Reischl**

Wir **Bäuerinnen Niederösterreich** feiern heuer unser **50-jähriges Bestehen**. Viele tolle Veranstaltungen haben wir schon abgehalten. Hervorheben möchte ich unseren Brunch im Park in Waidhofen/Thaya, den wir als Bezirksleitung mit sehr viel Liebe zum Detail und zur Region gestaltet haben. Es wurden unsere Schwerpunkte hervorgehoben – wie die Regionalität der Lebensmittel - ein Familienfest gefeiert sowie spielerisches Erklären der Landwirtschaft geboten - in gemütlichem Ambiente, das zum Verweilen einlud. Dieses Projekt ist uns dank eines kreativen, dynamischen Bezirksteams hervorragend gelungen. Hier möchte ich mich bei allen Beteiligten herzlichst bedanken!

Die Bäuerinnen.

Leider bleiben nicht nur diese schönen Erinnerungen im Jubiläumsjahr 2026. Es gibt heuer ein historisches Dürrejahr, welches unseren Bezirk Waidhofen/Thaya besonders hart trifft. Wir stehen vor Herausforderungen: Futterknappheit, niedere Erträge in unserer Region sowie der Rückschlag in der Aufforstung unserer Wälder, um nur einige zu nennen. Die Folgen sind enorm und die Last für unsere Betriebe ist schwer zu tragen. Wir bemühen uns trotzdem, positiv in die Zukunft zu blicken und gemeinsam die kommenden Herausforderungen zu meistern.

Deshalb freut es mich umso mehr, dass wir wieder ein attraktives Kursprogramm ausgearbeitet haben. Eine Vielfalt an Themen und Veranstaltungen wurden von unseren engagierten Funktionärinnen zusammengestellt.

Nutzt die Chance auf Weiterbildung, euch auszutauschen und um neue Kontakte zu knüpfen!

Wir sind alle ein Teil eines starken Netzwerkes, welches Zusammenhalt und Rückhalt für unsere Zukunft bringt.

Ich wünsche euch viel Spaß mit den Kursen und freue mich auf ein baldiges Wiedersehen!

Michaela Praschinger-Reischl



Inhaltsverzeichnis

Programm auf Bezirksebene - Bezirk Waidhofen/Thaya

Komm & koch mit der Bäuerin: Fische aus heimischen Gewässern - schnell & kreativ gekocht.....	5
Depression? Was? Wie? Wer?	5
Mental fit & gut informiert - SVS Infoabend.....	5

Programm auf Gebietsebene - Gebiet Dobersberg

Zwirnknopfanhänger für dein Dirndl	6
Komm & koch mit der Bäuerin: Strudelfreuden	6
Knusperhäuschen für Groß und Klein.....	6
Gemütliches Weihnachtssingen.....	7
Wecke deine innere Stärke - Beckenboden Grundkurs.....	7
Kraft aus der Mitte - Beckenboden intensiv	7
Sehkraft erhalten, stärken und zurückgewinnen.....	8
Für die Gesundheit – 3-tägige Thermenfahrt nach Bad Blumau	8
"Die Farbe steht dir aber gut!"	8
"Welcher Stil passt zu mir?"	9
Accessoires - Dekoration mit Funktionalität.....	9
Komm & koch mit der Bäuerin: Tortenwerkstatt - Klassiker einfach backen, füllen & verzieren	9
Lust auf Berge, Skifahren und Hüttengaudi? Skitag am Stuhleck/Semmering	10
Yoga - Rückenfit im Alltag.....	10
Tag der Bäuerin und Frauen im ländlichen Raum	11

Programm auf Gebietsebene – Gebiet Raabs/Thaya

"Töpfern mit Iris" - Schalen selber töpfern	12
Basteln mit Astscheiben.....	12
Wecke deine innere Stärke - Beckenboden Grundkurs.....	12
Kraft aus der Mitte - Beckenboden intensiv	13
Schmink-Workshop - Betone deine Vorzüge	13
Mit Durchblick gut versichert – Versicherungswissen für die Landwirtschaft	13
Komm & koch mit der Bäuerin: Joghurt, Topfen & Co - einfach selbstgemacht.....	14
Abend der Bäuerin	14
Komm & koch mit der Bäuerin: Regionale Hülsenfrüchte - klein, knackig & ganz viel Power.....	15
Erste Hilfe Kindernotfallkurs (4h)	15
Weg vom Drama, hin zur Leichtigkeit!	15
Thermenfahrt Therme Wien.....	16
Komm & koch mit der Bäuerin: Palatschinken, Waffeln & Co - kinderleicht selbstgemacht	16

Programm auf Gebietsebene – Gebiet Waidhofen/Thaya

Wecke deine innere Stärke - Beckenboden Grundkurs.....	17
Weihkorbdeckerl sticken	17
Patchwork für Anfänger und Fortgeschrittene	17
Relax-Yoga	18
Komm & koch mit der Bäuerin: Nudelküche - handgemacht & kreativ	18
Line Dance	18
Dein Zyklus als Wegweiser – Entdecke die Kraft deiner inneren Jahreszeiten.....	19
Flechten mit Weide - Einsteigerkurs	19
Komm & koch mit der Bäuerin: Regionale Hülsenfrüchte - klein, knackig & ganz viel Power.....	19
Tag der Bäuerin und Frauen im ländlichen Raum	20
Kreativ sein mit Gonis	20
Schnupperkurs Bogenschießen	20

Programm auf Bezirksebene - Bezirk Waidhofen/Thaya

Komm & koch mit der Bäuerin:

Fische aus heimischen Gewässern - schnell & kreativ gekocht

Zielgruppe: Alle, die gerne kochen!

Kursinhalt: Ob Forelle, Karpfen, Saibling, Wels & Co - entdecken Sie die Vielfalt heimischer Fische. Die Seminarbäuerin vermittelt im Kochseminar köstliche Rezepte und praktisches Wissen. Erfahren Sie außerdem, wo Sie heimische Fischspezialitäten beziehen können - so landet Qualität aus nächster Nähe direkt in Ihrer Pfanne.

Mitzubringen: Kochschürze, Geschirrtücher

Die Lebensmittelkosten von ca. 35 € werden vor Ort einkassiert (Achtung: Bei Nichterscheinen werden die Lebensmittelkosten per Erlagschein nachverrechnet)

Anzahl: mind. 12 Personen, max. 16 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0095601

Kursnummer: 3-0095601

Datum: Di, 3.11.2026, 9 - 13 Uhr

Kursort:

BBK Waidhofen/Thaya
Raiffeisenpromenade 2/1/2
3830 Waidhofen/Thaya

Referent:in: Marion Kuben

Kosten: 35 € Teilnahmebeitrag
(exkl. Lebensmittelkosten)

Kursverantwortlich:

Barbara Widner, T 0676/4556616



Depression? Was? Wie? Wer?

Zielgruppe: Alle, die an psychischer Gesundheit interessiert sind, mehr erfahren möchten und sich über Unterstützungsmöglichkeiten informieren wollen.

Kursinhalt:

- Aufklärung zum Thema psychischer Erkrankungen. Welche Anzeichen gibt es? Wie gehe ich damit um?
- Bewusstseinsbildung und Entstigmatisierung für Betroffene und Angehörige
- Information, Vernetzung und Unterstützung für Angehörige und Betroffene
- Prävention und Stärkung
- Zeit zum Austausch

Anzahl: mind. 12 Personen, max. 20 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096793

Kursnummer: 3-0096793

Datum: Do, 11.2.2027, 19.30 - 21.30 Uhr

Kursort:

BBK Waidhofen/Thaya
Raiffeisenpromenade 2/1/2
3830 Waidhofen/Thaya

Referent:in: Julia Pichler

Kosten: freie Spende

Kursverantwortlich:

Barbara Widner, T 0676/4556616



Mental fit & gut informiert – SVS Infoabend

Zielgruppe: Versicherte der SVS jeden Alters, die sich über die aktuellen Angebote und Änderungen informieren wollen.

Kursinhalt: Informationen über Angebote und Unterstützung der SVS: Welche SVS Gesundheitsangebote gibt es? Wo kann ich finanzielle Unterstützung in Anspruch nehmen (Gesundheitsrunderter (Junior), Sicherheitsrunderter,...)? Wie kann ich den SVS Vorsorgepass nutzen? Tipps und Tricks für die mentale Fitness (Gedächtnistraining)

Anzahl: mind. 12 Personen, max. 20 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096634

Kursnummer: 3-0096634

Datum: Di, 9.3.2027, 19.30 - 21.30 Uhr

Kursort:

BBK Waidhofen/Thaya
Raiffeisenpromenade 2/1/2
3830 Waidhofen/Thaya

Referent:in: Christina Gradwohl, BA

Kosten: 5 € Teilnahmebeitrag

Kursverantwortlich:

Barbara Widner, T 0676/4556616



Programm auf Gebietsebene - Gebiet Dobersberg

Zwirnknopfanhänger für dein Dirndl

Zielgruppe: Frauen/Mädchen mit etwas "Fingerspitzengefühl"

Kursinhalt: Zum mitgebrachten Dirndl/Kleidungsstück werden passende Farben und Muster ausgesucht, dann wird ein Zwirnknopf als Kettenanhänger gemacht.

Preis inklusive Kette.

Mitzubringen: Dirndl oder Kleidungsstück zu dem der Zwirnknopf passen soll.

Anzahl: mind. 4 Personen, max. 6 Personen

Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096620 (17 - 19 Uhr)

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096618 (19 - 21 Uhr)

Kursnummer: 3-0096620

Datum: Fr, 6.11.2026, 17 - 19 Uhr

Kursnummer: 3-0096618

Datum: Fr, 6.11.2026, 19 - 21 Uhr

Kursort:

ehem. BBK Dobersberg

Hauptplatz 20

3843 Dobersberg

Referent:in: Astrid Zeillinger

Kosten: 35 € Teilnahmebeitrag

Kursverantwortlich:

Ulrike Strobl, T 0664/9766423



Komm & koch mit der Bäuerin: Strudelfreuden

Zielgruppe: Alle, die gerne kochen!

Kursinhalt: Vom Germteig über den Erdäpfelteig bis zum hauchzarten Blätterteig: Ein selbst gemachter Strudelteil ist eine Kunst, aber keine Hexerei. Und immer eine Gaumenfreude am Esstisch! Im Strudelseminar zeigt Ihnen die Seminarbäuerin, wie Sie Teige kneten, rollen – und auf vielfältige Weise füllen: als pikanten Käse-Schinkenstrudel, als Suppeninlage – oder als fruchtig-süßen Beerenstrudel!

Mitzubringen: Kochschürze, Geschirrtücher, Hausschuhe

Die Lebensmittelkosten von ca. 16 € werden vor Ort einkassiert (Achtung: Bei Nichterscheinen werden die Lebensmittelkosten per Erlagschein nachverrechnet)

Anzahl: mind. 12 Personen, max. 14 Personen

Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096033 (13.11.)

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096037 (14.11.)

Kursnummer: 3-0096033

Datum: Fr, 13.11.2026, 8.30 - 12.30 Uhr

Kursnummer: 3-0096037

Datum: Sa, 14.11.2026, 8.30 - 12.30 Uhr

Kursort:

ehem. BBK Dobersberg

Hauptplatz 20

3843 Dobersberg

Referent:in: Maria Exl

Kosten: 35 € Teilnahmebeitrag

(exkl. Lebensmittelkosten)

Kursverantwortlich:

Ulrike Strobl, T 0664/9766423



Knusperhäuschen für Groß und Klein

Zielgruppe: 5 - 99 (Kinder unter 14 Jahren nur mit Begleitung)

Kursinhalt: Backe unter Anleitung von Doris Schandl dein eigenes Lebkuchenhäuschen - kunstvoll, kreativ und einzigartig. Der Teig und die Dekoration warten vor Ort auf euch, es kann sofort angefangen werden.

Preis pro Lebkuchenhaus.

Mitzubringen: Kochschürze, Geschirrtücher, Topflappen, Hausschuhe, Nudelholz, Platte/Teller 30 cm, Keksdose

Anzahl: mind. 7 Personen, max. 10 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096613

Kursnummer: 3-0096613

Datum: Sa, 28.11.2026, 13 - 17 Uhr

Kursort:

ehem. BBK Dobersberg

Hauptplatz 20

3843 Dobersberg

Referent:in: Doris Schandl

Kosten: 47 € Teilnahmebeitrag

Kursverantwortlich:

Doris Schandl, T 0664/8661871



Gemütliches Weihnachtssingen

Zielgruppe: Alle, die gerne einen vorweihnachtlichen Nachmittag verbringen wollen.

Kursinhalt: Es wird gemeinsam gesungen. Michaela Haidl wird uns mit traditionellen Weihnachtsliedern an diesem Nachmittag in eine gemütliche vorweihnachtliche Stimmung versetzen. Die Bäuerinnen werden diesen Nachmittag mit "Selbstgebackenem" auch noch versüßen.

Anzahl: mind. 15 Personen, max. 100 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096632

Kursnummer: 3-0096632

Datum: Mi, 9.12.2026, 15 - 17 Uhr

Kursort:

Meli's Café-Restaurant
Sparkassenplatz 15
3843 Dobersberg

Referent:in: Michaela Haidl

Kosten: freie Spende

Kursverantwortlich:

Martina Schmied, T 0664/7860565



Wecke deine innere Stärke - Beckenboden Grundkurs

Zielgruppe: Frauen aller Altersgruppen

Kursinhalt: Ein starker und gut funktionierender Beckenboden hilft dabei, Inkontinenzen vorzubeugen, fördert - gemeinsam mit anderen Muskelgruppen - die aufrechte Haltung und kann das sexuelle Wohlbefinden steigern. In diesem Grundkurs verbinden wir die Theorie mit der Praxis: jede Woche beleuchten wir einen anderen theoretischen Blickwinkel auf deinen Beckenboden und üben alle Komponenten eines effizienten Trainings - die Wahrnehmung, die Kräftigung und die Entspannung. Nach Abschluss des Kurses weißt du ganz genau um die Funktionsweise deines Beckenbodens und bekommst eine Übungssammlung für zu Hause.

Mitzubringen: Turnmatte, Trinkflasche, evtl. warme Socken und Decke

Anzahl: mind. 10 Personen, max. 15 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096621

Kursnummer: 3-0096621

Termine: Do, 7.1., 21.1., 28.1., 11.2., 18.2. und 25.2.2027

je 19.30 - 21 Uhr

Kursort:

FF-Haus und Dorfhaus
Gr. Taxen 4
3851 Kautzen

Referent:in: Jana Koll

Kosten: 110 € Teilnahmebeitrag
(inkl. aller Nebenkosten)

Beitrag wird bar einkassiert.

Kursverantwortlich:

Sandra Hagenauer, T 0664/4408082



Kraft aus der Mitte - Beckenboden intensiv

Zielgruppe: Frauen aller Altersgruppen

Voraussetzung: Besuch Grundkurs

Kursinhalt: Ein starker und gut funktionierender Beckenboden hilft dabei Inkontinenzen vorzubeugen, fördert - gemeinsam mit anderen Muskelgruppen - die aufrechte Haltung und kann das sexuelle Wohlbefinden steigern. In diesem Aufbaukurs wiederholen wir die Grundpfeiler des Beckenbodentrainings, festigen beckenbodenfreundliches Alltagsverhalten und heben die Kraft aus der Mitte auf die nächste Ebene. Die Übungen finden hauptsächlich im Stehen oder in diversen Positionen auf der Matte statt.

Mitzubringen: Turnmatte, Trinkflasche, evtl. warme Socken und Decke

Anzahl: mind. 15 Personen, max. 20 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096623

Kursnummer: 3-0096623

Datum:

Do, 7.1., 21.1., 28.1., 11.2., 18.2. und 25.2.2027

je 18 - 19 Uhr

Kursort:

FF-Haus und Dorfhaus
Gr. Taxen 4
3851 Kautzen

Referent:in: Jana Koll

Kosten: 94 € Teilnahmebeitrag
(inkl. aller Nebenkosten)

Beitrag wird bar einkassiert.

Kursverantwortlich:

Sandra Hagenauer, T 0664/4408082



Kraftquelle Beckenboden
Haltung | Kontinenz | Sexualität



Sehkraft erhalten, stärken und zurückgewinnen

Zielgruppe: Alle, die Interesse haben (ab 16 Jahren).

Kursinhalt: Sehkraft erhalten und die Augen bewusst entspannen – ist das möglich? Ja, in diesem Workshop mit der ganzheitlichen Sehtrainerin Birgit Schrammel lernst du einfache Übungen kennen, die sich leicht in den Alltag integrieren lassen und das natürliche Sehvermögen unterstützen können. Der Kurs eignet sich für alle, die ihre Sehkraft erhalten, bewusster mit ihren Augen umgehen oder bestehende Sehschwächen begleiten möchten. Die Übungen sind auch zu Hause und gemeinsam mit Kindern gut anwendbar – ideal für die ganze Familie.

Anzahl: mind. 15 Personen, max. 25 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096631

Kursnummer: 3-0096631

Datum: Sa, 9.1.2027, 8.30 - 11.30 Uhr

Kursort:

ehem. BBK Dobersberg

Hauptplatz 20

3843 Dobersberg

Referent:in: Birgit Schrammel

Kosten: 25 € Teilnahmebeitrag

Kursverantwortlich:

Sandra Hagenauer

T 0664/4408082



Für die Gesundheit – 3-tägige Thermenfahrt nach Bad Blumau

Zielgruppe: Für alle, die sich eine kurze Auszeit und Erholung gönnen wollen.

Im Preis inkludierte Leistungen: zwei Nächtigungen im Thermenhotel Rogner in Bad Blumau inkl. Halbpension, drei Tage Thermen- und Saunaeintritt, Busfahrt mit Waldviertelreisen

Abfahrt:

4.35 Uhr Thuma

4.40 Uhr Karlstein/Thaya (Gemeinde)

4.50 Uhr Riegers

5.00 Uhr Dobersberg

5.05 Uhr Merkengersch

5.15 Uhr Thaya (Kriegerdenkmal)

5.25 Uhr Waidhofen/Thaya (Parkplatz -Waldrapp)

Kurze Toilettenpause von ca. 30 Minuten auf der Strecke

Rückfahrt: 14. Jänner 2027, 18 Uhr (kurze Toilettenpause auf der Strecke)

Anzahl: mind. 35 Personen, max. 58 Personen

Kursnummer: 3-0096624

Datum: Di, 12.1. - Do, 14.1.2027

Kursort: Therme Blumau

Nr. 100, 8283 Blumau

Kosten pro Person im Doppelzimmer:

ab 35 Teilnehmer:innen 527 Euro

ab 45 Teilnehmer:innen 497 Euro

ab 55 Teilnehmer:innen 487 Euro

Einzelzimmerzuschlag 60 Euro

Kursverantwortlich:

Sabine Hündler, T 0650/2737302

Anmeldung: bei Waldviertelreisen, Firma Rieder, Oberndorf 17, 3823 Weikertschlag/Thaya, T 02845 243 (bitte Adresse, Einstiegsstelle und Zimmerbelegung bekanntgeben) Achtung! Bei Abmeldung ab 10. November 2026 fallen Stornokosten an!

Wenn möglich bitte Ersatz suchen - Danke!

"Die Farbe steht dir aber gut!"

Zielgruppe: Alle, die Interesse haben.

Kursinhalt: Welcher Farbtyp bin ich? In welchen Farben wirke ich besonders harmonisch und attraktiv?

Anzahl: mind. 6 Personen, max. 8 Personen

Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096625 (9 - 12 Uhr)

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096627 (13 - 16 Uhr)



Kursnummer: 3-0096625

Datum: Fr, 15.1.2027, 9 - 12 Uhr

Kursnummer: 3-0096627

Datum: Fr, 15.1.2027, 13 - 16 Uhr

Kursort: ehem. BBK Dobersberg

Hauptplatz 20

3843 Dobersberg

Referent:in: Sonja Hofbauer

Kosten: 38 € Teilnahmebeitrag

Kursverantwortlich:

Eva-Maria Resl, T 0664/73875092

"Welcher Stil passt zu mir?"

Zielgruppe: Alle, die Interesse haben.

Kursinhalt: Durch Stilberatung mein Erscheinungsbild positiv hervorheben. In diesem Kurs lernen die Teilnehmerinnen, welche Schnitte und Kleidungsstücke die eigene Persönlichkeit und Figur optimal unterstreichen. Durch praktische Tipps zur Garderobenauswahl wird mehr Sicherheit im Auftreten gewonnen und ein individueller Stil entwickelt.

Anzahl: mind. 6 Personen, max. 8 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096628

Kursnummer: 3-0096628

Datum: Fr, 22.1.2027, 9 - 12 Uhr

Kursort:

ehem. BBK Dobersberg

Hauptplatz 20

3843 Dobersberg

Referent:in: Sonja Hofbauer

Kosten: 40 € Teilnahmebeitrag

Kursverantwortlich:

Eva-Maria Resl, T 0664/73875092



Accessoires - Dekoration mit Funktionalität

Zielgruppe: Alle, die Interesse haben.

Kursinhalt: Mit Schmuck und Tüchern mein Outfit aufwerten. Die Teilnehmerinnen erfahren, wie Accessoires gezielt eingesetzt werden können, um Outfits zu ergänzen und verschiedene Stilwirkungen zu erzielen. Anhand praktischer Beispiele wird gezeigt, wie Schmuck, Tücher und andere Accessoires vielseitig kombiniert werden können und so den persönlichen Look unterstreichen.

Anzahl: mind. 8 Personen, max. 12 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096629

Kursnummer: 3-0096629

Datum: Fr, 29.1.2027, 9 - 11.30 Uhr

Kursort:

ehem. BBK Dobersberg

Hauptplatz 20

3843 Dobersberg

Referent:in: Sonja Hofbauer

Kosten: 38 € Teilnahmebeitrag

Kursverantwortlich:

Eva-Maria Resl, T 0664/73875092



Komm & koch mit der Bäuerin: Tortenwerkstatt - Klassiker einfach backen, füllen & verzieren

Zielgruppe: Alle, die gerne backen - ideal für Anfänger!

Kursinhalt: In diesen vier Stunden zeigt unsere erfahrene Seminarbäuerin & Konditorin Christine Berthold die einzelnen Torten beim Schaubacken vor. Unter fachkundigen Anleitung erfahren Sie, wie beliebte österreichische Klassiker wie Linzer-, Schwarzwälderkirch-, Topfen- und Esterhazytorte zubereitet werden. Dieses Seminar ist perfekt für alle, die Schritt für Schritt die Grundlagen des Tortenbackens kennenlernen möchten. Es werden nicht nur die Böden gebacken, sondern auch verschiedene Füllungen zubereitet sowie das Schichten und Verzieren der Torten anschaulich erklärt und vorgeführt.

Mitzubringen: Kochschürze, Geschirrtücher, Hausschuhe
Die Lebensmittelkosten von ca. 16 € werden vor Ort einkassiert (Achtung: Bei Nichterscheinen werden die Lebensmittelkosten per Erlagschein nachverrechnet)

Anzahl: mind. 12 Personen, max. 15 Personen

Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096030 (12.2.)

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096032 (13.2.)

Kursnummer: 3-0096030

Datum: Fr, 12.2.2027, 14 - 18 Uhr

Kursnummer: 3-0096032

Datum: Sa, 13.2.2027, 8.30 - 12.30 Uhr

Kursort:

ehem. BBK Dobersberg

Hauptplatz 20

3843 Dobersberg

Referent:in: Christine Berthold

Kosten: 35 € Teilnahmebeitrag
(exkl. Lebensmittelkosten)

Kursverantwortlich:

Manula Deimel, T 0664/4039300



Lust auf Berge, Skifahren und Hüttengaudi? Skitag am Stuhleck/Semmering

Zielgruppe: Alle, die gerne einen Tag in den Bergen verbringen möchten.

Kursinhalt: Skifahren, Wandern, Rodeln ja nach Schneelage, Yoonern (nur mit Guide möglich), Hüttengaudi

Kosten: Tageskarte 62,50 € + 3 € Pfand für Keycard

Einzelfahrten für Wanderer möglich

Liftkarte wird im Bus einkassiert

Abfahrt: 4.15 Uhr Karstein/Thaya (Gemeinde)

4.30 Uhr Dobersberg (Parkplatz Hauptplatz)

4.50 Uhr Waidhofen/Thaya (AK-Parkplatz)

Frühstückspause bei einer Raststation oder Kaffee wird im Bus gemacht und mitgebrachter Snack kann dabei auf dem Parkplatz verzehrt werden. Bitte bei der Anmeldung bekannt geben, ob in der Raststation gefrühstückt wird oder beim Bus!

Ankunft: 9.15 Uhr Stuhleck/Semmering

Zeit zur freien Verfügung inkl. Abendessen bzw. Apres Ski im Alpengasthof Eichtbauer - das Iglu

Rückfahrt: 18.15 Uhr, direkte Heimreise (WC Pause)

Anmeldung: Waldviertelreisen Firma Rieder, T 02845/243, office@waldviertelreisen.at Bei der Anmeldung bitte bekanntgeben: Name, Einstiegstelle, Telefonnummer, Frühstückswunsch, Auswahl der Aktivität und Liftkartenwunsch.

Anzahl: mind. 30 Personen, max. 50 Personen

Kursnummer: 3-0096630

Datum: Di, 16.2.2027, 4.15 - 22.30 Uhr

Kursort:

Bergbahnen Stuhleck

Bundesstraße 6c

8684 Spital am Semmering

Buskosten sind gestaffelt und werden vorab in Rechnung gestellt:

bei 30 Teilnehmer:innen 63 €

bei 35 Teilnehmer:innen 54 €

bei 40 Teilnehmer:innen 48 €

bei 45 Teilnehmer:innen 42 €

bei 50 Teilnehmer:innen 38 €

Achtung! Bei Abmeldung nach dem 6. Jänner 2027 fallen Stornokosten an. Wenn möglich bitte Ersatz suchen.

Kursverantwortlich:

Sandra Hagenauer, T 0664/4408082

Yoga - Rückenfit im Alltag

Kursinhalt:

Rücken-Yoga vereint klassische Asanas mit funktionellem Rückentraining. Das stärkt deine Körpermitte, verbessert deine Haltung und hilft Rücken- und Nackenbeschwerden nachhaltig vorzubeugen und zu lindern.

Mitzubringen: Yogamatte, evtl. Yogablöcke

Anzahl: mind. 8 Personen, max. 12 Personen

Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096589 (25.2.)

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096607 (4.3.)

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096609 (11.3.)

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096611 (18.3.)

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096612 (25.3.)



Kursnummer: 3-0096589

Datum: Do, 25.2.2027, 17.30 - 18.30 Uhr

Kursnummer: 3-0096607

Datum: Do, 4.3.2027, 17.30 - 18.30 Uhr

Kursnummer: 3-0096609

Datum: Do, 11.3.2027, 17.30 - 18.30 Uhr

Kursnummer: 3-0096611

Datum: Do, 18.3.2027, 17.30 - 18.30 Uhr

Kursnummer: 3-0096612

Datum: Do, 25.3.2027, 17.30 - 18.30 Uhr

Kursort:

Gemeinschaftshaus Immenschlag

Immenschlag 7

3852 Gastern

Referent:in: Katharina Essbüchl

Kosten: 18 € Teilnahmebeitrag pro Termin

Kursverantwortlich:

Katharina Haidl, T 0664/75059456

Tag der Bäuerin und Frauen im ländlichen Raum

Zielgruppe: alle Bäuerinnen und die bäuerliche Jugend; Vereinsmitglieder und Frauen im ländlichen Raum

Kursinhalt:

Eröffnung und Begrüßung

13.45 Uhr "Risiko- und Krisenkommunikation"

Krisen sind ungeplante und ungewollte Prozesse von begrenzter Dauer und Beeinflussbarkeit sowie mit ungewissem Ausgang. Gibt es Themen oder Entwicklungen, die mir, meinem Betrieb bzw. meiner Branche "gefährlich werden könnten"?

Do's and Don'ts während der Krisenbewältigung

Do's & Don'ts bei der Krisenkommunikation

Präventionsarbeit - Die beste Krise ist die, die es nie gegeben hat!

Kaffee- und Kuchenpause

"Gut begleitet älter werden - Einblicke und Perspektiven - Zentrum für Altersmedizin am LK Waidhofen/Thaya"

Nach der Vorstellung des Zentrums für Altersmedizin am LK Waidhofen/Thaya wird ein Einblick gegeben, für wen diese Strukturen von Nutzen sind und welche Patient:innen von dem breiten Angebot profitieren. Zudem wird aufgezeigt, wie und mit welchen Anliegen sich Betroffene sowie Zuweiser:innen an das Zentrum für Altersmedizin wenden können, welche Leistungen angeboten werden und wofür das Team der ZAM steht. Abschließend wird ein kurzer Ausblick gegeben, welche Entwicklungen und Perspektiven das LK Waidhofen/Thaya künftig für die regionale Bevölkerung bieten kann.

"Nonverbale Körperkunst - Pantomimenperformance"

Kursnummer: 3-0096933

Datum: Fr, 26.2.2027, 13.30 - 17 Uhr

Kursort:

Gemeindezentrum

Nr. 30

3844 Waldkirchen/Thaya

Referent:innen:

DI Bernadette Laister, LK NÖ

OÄ Dr. Elke Maurer, Landesklinikum WT

Dr. Nina Hlava, Waldviertel Exklusiv

Kosten: kein Teilnahmebeitrag

Kursverantwortlich:

Elisabeth Hummel, T 0676/7087144

Keine Anmeldung erforderlich.



Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

 Bundesministerium
Land- und Forstwirtschaft,
Klima- und Umweltschutz,
Regionen und Wasserwirtschaft

**WIR leben Land**
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich



Programm auf Gebietsebene – Gebiet Raabs/Thaya

"Töpfern mit Iris" - Schalen selber töpfen

Zielgruppe: Alle, die gerne mit Ton kreativ sind.

Kursinhalt: Es werden einzelne Tonstücke in eine Hohlform gedrückt, dadurch entstehen verschiedene Formen ohne Töpferscheibe. Für die Gestaltung stehen verschiedene Muster und Stempel zur Verfügung. Nach dem Rohbrand werden die Stücke von der Kursleiterin in Naturoptik gestaltet und können ca. 6 Wochen nach dem Workshop abgeholt werden. Die Materialkosten belaufen sich auf 15 € je 1 Kilo verarbeiteten weißem Ton inkl. Brennkosten und Fertigstellung in Naturoptik.

Mitzubringen: Bequeme und unempfindliche Kleidung, die schmutzig werden darf.

Anzahl: mind. 5 Personen, max. 6 Personen

Anmeldung: bis 19. Oktober 2026!

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096816 (9 - 12 Uhr)

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096820 (14 - 17 Uhr)

Kursnummer: 3-0096816

Datum: Sa, 24.10.2026, 9 - 12 Uhr

Kursnummer: 3-0096820

Datum: Sa, 24.10.2026, 14 - 17 Uhr

Kursort und Referent:in:

Iris Stein

Ludweis 45, 3762 Ludweis-Aigen

Kosten: 35 € Teilnahmebeitrag

Kursverantwortlich:

Petra Trimmel, T 0664/6550159



Basteln mit Astscheiben

Zielgruppe: Alle, die gerne basteln.

Kursinhalt: Wir basteln mit Astscheiben: Weihnachtsbäume, Wichteln, Glocken, Schneemänner, Herzen, Topfuntersetzer, Igel... Alle Materialien werden beige gestellt - Materialkosten je nach Größe und Motiv - werden vor Ort einkassiert.

Anzahl: mind. 8 Personen, max. 15 Personen

Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096906 (6.11.)

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096907 (7.11.)



Kursnummer: 3-0096906

Datum: Fr, 6.11.2026, 18.30 - 21 Uhr

Kursnummer: 3-0096907

Datum: Sa, 7.11.2026, 8.30 - 11 Uhr

Kursort:

Alte Wagnerei

Ludweis 62, 3762 Ludweis-Aigen

Referent:in: Fritz Kadernoschka

Kosten: 13 € Teilnahmebeitrag

Beitrag wird bar einkassiert.

Kursverantwortlich:

Sabine Gföller, T 0664/88705554



Wecke deine innere Stärke - Beckenboden Grundkurs

Zielgruppe: Frauen aller Altersgruppen

Kursinhalt: Ein starker und gut funktionierender Beckenboden hilft dabei, Inkontinenzen vorzubeugen, fördert - gemeinsam mit anderen Muskelgruppen - die aufrechte Haltung und kann das sexuelle Wohlbefinden steigern. Wir beginnen mit anfänglicher Wahrnehmungsschulung und steigern die Intensität der Übungen bis zu einem leichten Ganzkörper-Workout. Nach Abschluss des Kurses weißt du ganz genau um die Funktionsweise deines Beckenbodens, kannst deinen Alltag beckenbodenfreundlich gestalten und erhältst eine Übungssammlung für zu Hause.

Mitzubringen: Turnmatte, Trinkflasche, gemütliche Kleidung, evtl. eine Decke zur Abschlussentspannung

Anzahl: mind. 10 Personen, max. 15 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096821

Kursnummer: 3-0096821

Datum: Mi, 11.11., 18.11., 25.11., 2.12., 9.12., 16.12.2026, 13.1. und 20.1.2027 je 17.30 - 19 Uhr

Kursort:

Saal zur Linde

Oberndorf 7

3820 Raabs/Thaya

Referent:in: Jana Koll

Kosten: 137 € Teilnahmebeitrag

Beitrag wird bar einkassiert.

Kursverantwortlich:

Anita Danzinger, T 0664/75125416



Kraftquelle Beckenboden
Haltung | Kontinenz | Sexualität



Kraft aus der Mitte - Beckenboden intensiv

Zielgruppe: Frauen aller Altersgruppen (Teilnahme am Grundkurs ist bereits erfolgt)

Kursinhalt: Ein starker und gut funktionierender Beckenboden hilft dabei, Inkontinenzen vorzubeugen, fördert - gemeinsam mit anderen Muskelgruppen - die aufrechte Haltung und kann das sexuelle Wohlbefinden steigern. In diesem 6-wöchigen Aufbaukurs wiederholen wir die Grundpfeiler des Beckenbodentrainings, festigen beckenbodenfreundliches Alltagsverhalten und heben die Kraft aus der Mitte auf die nächste Ebene. Die Übungen finden hauptsächlich im Stehen oder in diversen Positionen auf der Matte statt.

Mitzubringen: Turnmatte, Trinkflasche, gemütliche Kleidung, evtl. eine Decke zur Abschlussentspannung

Anzahl: mind. 15 Personen, max. 20 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096822

Kursnummer: 3-0096822

Datum: Mi, 11.11., 18.11., 25.11., 2.12., 9.12. und 16.12.2026
je 19.30 – 20.30 Uhr

Kursort:

Saal zur Linde
Oberndorf 7
3820 Raabs/Thaya

Referent:in: Jana Koll

Kosten: 87 € Teilnahmebeitrag
Beitrag wird bar einkassiert.

Kursverantwortlich:

Christa Gutkas, T 0664/3782750



Kraftquelle Beckenboden
Haltung | Kontinenz | Sexualität



Schmink-Workshop - Betone deine Vorzüge

Zielgruppe: Interessierte aller Altersgruppen. Für Anfängerinnen und alle, die ihren perfekten Look perfektionieren möchten.

Kursinhalt: Lerne Schritt für Schritt, wie du ein natürliches, frisches und typgerechtes Tages-Make-up kreierst - individuell auf dich abgestimmt, alltagstauglich und mit viel Spaß. Das erwartet dich:

- Vorbereitung der Haut
- Concealer richtig anwenden
- passendes Make-up finden
- Augenbrauen-Styling
- Highlighter gezielt einsetzen
- Rouge richtig platzieren
- passende Lippenfarbe entdecken

Anzahl: mind. 6 Personen, max. 8 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096823

Kursnummer: 3-0096823

Datum: Fr, 13.11.2026, 15 - 18 Uhr

Kursort: Saal zur Linde
Oberndorf 7, 3820 Raabs/Thaya

Referent:in: Katja Holluger

Kosten: 78 € Teilnahmebeitrag

Im Preis enthalten sind Pinsel, Spiegel, etc. (Leihhausrüstung für Workshop) sowie alle Produkte, die während des Workshops verwendet werden.

Beitrag wird bar einkassiert.

Kursverantwortlich:

Claudia Zeilinger, T 0660/3601500



Mit Durchblick gut versichert – Versicherungswissen für die Landwirtschaft

Zielgruppe: Bäuerinnen und Bauern

Kursinhalt:

Das bäuerliche Beitragsrecht in der SVS

Vom Einheitswert zur Option – Systeme der Beitragsberechnung, Aktueller Stand bei Nebentätigkeiten, Versicherungspflicht für Gesellschafter:innen, Beantwortung aktueller Fragen

Brennpunkt Bauernhof – Gut versichert im landwirtschaftlichen Bereich

Anhand von Praxis-Beispielen werden

- Unklarheiten beseitigt
- Interessante Situationen erörtert
- Wissenswertes besprochen

Anzahl: mind. 25 Personen, max. 40 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096946

Kursnummer: 3-0096946

Datum: Fr, 20.11.2026, 9 - 12 Uhr

Kursort:

Saal zur Linde
Oberndorf 7
3820 Raabs/Thaya

Referent:innen:

AL Florian Mauthe, BA
Daniela Aigelsreiter, MA

Kosten: 5 € Teilnahmebeitrag

Kursverantwortlich:

Sabine Weißkirchner, T 0680/3324604



Komm & koch mit der Bäuerin: Joghurt, Topfen & Co - einfach selbstgemacht

Zielgruppe: Alle, die gerne kochen!

Kursinhalt: Milch ist ein echtes Allround-Talent! Aus ihr lassen sich mit wenig Aufwand viele leckere Produkte zu Hause herstellen - zum Beispiel Joghurt, Topfen, Grillkäse oder Mozzarella. In diesem Kurs zeigt dir unsere Seminarbäuerin Schritt für Schritt, wie du diese Köstlichkeiten selbst zubereiten kannst. Mit einfachen Rezepten und vielen praktischen Tipps gelingt das auch Anfängern mühelos. Das Beste: Du brauchst kein spezielles Equipment - ein Topf, ein Sieb und ein Thermo-meter reichen meist völlig aus. Ganz nebenbei erfährst du auch, was es mit Lab und Milchsäurebakterien auf sich hat und warum sie so wichtig für die Milchverarbeitung sind.

Mitzubringen: Kochschürze, Geschirrtücher, Hausschuhe
Die Lebensmittel- und Materialkosten von ca. 25 € werden vor Ort einkassiert (Achtung: Bei Nichterscheinen werden die Kosten per Erlagschein nachverrechnet)

Anzahl: mind. 12 Personen, max. 16 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096041

Kursnummer: 3-0096041

Datum: Sa, 21.11.2026, 13 - 18 Uhr

Kursort:

Mittelschule Raabs/Thaya
Puchheimstraße 25
3820 Raabs/Thaya

Referent:in: Maria Exl

Kosten:

70 € Teilnahmebeitrag
(exkl. Lebensmittelkosten)

Kursverantwortlich:

Barbara Strobl, T 0664/6372672



Abend der Bäuerin

Zielgruppe: Alle Bäuerinnen und die bäuerliche Jugend

Kursinhalt:

Wir Frauen am Land - miteinander reden, miteinander wirken! Frauen stärken die Landwirtschaft und die Region

Wir Frauen am Land - Teil von Familie, Hof, Region und Gemeinschaft.

- 50 Jahre Engagement
- Neue Herausforderungen
- Stolz & Bewusstsein für unsere Stärke

Erfolgreicher Start ins Gartenjahr!

Ihr wollt euren Garten fit für die Saison machen? Gärtner Johannes Käfer, bekannt aus Radio NÖ und TV, teilt sein Expertenwissen mit euch! Er informiert über wichtige Themen wie die richtige Aussaat, die Gemüse-Vorzucht und die perfekte Vorbereitung auf die Pflanzzeit. Bringt eure Fragen mit! Im Anschluss beantwortet er gerne eure ganz persönlichen Fragen und Anliegen.

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096909

Kursnummer: 3-0096909

Datum: Fr, 15.01.2027, 19 - 21.30 Uhr

Kursort:

Saal zur Linde
Oberndorf 7
3820 Raabs/Thaya

Referent:innen:

Mag. Karin Riemer
Ing. Johannes Käfer

Kosten: kein Teilnahmebeitrag

Kursverantwortlich:

Michaela Praschinger-Reischl
T 0664/1009644



KÄFER
dein Gärtner



Komm & koch mit der Bäuerin: Regionale Hülsenfrüchte - klein, knackig & ganz viel Power

Zielgruppe: Alle, die gerne kochen!

Kursinhalt: Ob Linsen, Erbsen oder Bohnen - Hülsenfrüchte sind genussvolle Kraftpakete! In diesem Kochseminar zeigt die Seminarbäuerin, wie vielfältig und köstlich die heimischen Eiweißpflanzen in der Küche eingesetzt werden können. Gemeinsam kochen, probieren und staunen - für alle, die Lust auf nachhaltigen Genuss haben!

Mitzubringen: Kochschürze, Geschirrtücher, Hausschuhe
Die Lebensmittelkosten von ca. 16 € werden vor Ort einkassiert (Achtung: Bei Nichterscheinen werden die Lebensmittelkosten per Erlagschein nachverrechnet)

Anzahl: mind. 12 Personen, max. 16 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096038

Kursnummer: 3-0096038

Datum: Sa, 23.01.2027, 9 - 13 Uhr

Kursort:

Mittelschule Raabs/Thaya

Puchheimstraße 25

3820 Raabs/Thaya

Referent:in: Maria Exl

Kosten: 35 € Teilnahmebeitrag
(exkl. Lebensmittelkosten)

Kursverantwortlich:

Andrea Waitz, T 0664/3526142



Erste Hilfe Kindernotfallkurs (4h)

Zielgruppe: Alle, die ihr Wissen um die Erste Hilfe speziell bei Kindern erweitern wollen.

Kursinhalt: Kinder entdecken die Welt mit einer gehörigen Portion Neugierde und Unbefangenheit. Dabei können schnell Stürze, Verletzungen, Verschlucken oder auch allergische Reaktionen etc. passieren. Besonders wenn das eigene Kind betroffen ist, fällt es oft schwer, einen klaren Kopf zu behalten. In diesem Erste Hilfe Kurs lernen Eltern, Großeltern und alle anderen Betreuungspersonen, wie man bei Kindernotfällen richtig reagiert und vorbereitet ist. Es wird speziell auf die Erste-Hilfe-Leistung bei Säuglingen und Kindern eingegangen, wenn diese durch eine Erkrankung oder Verletzung notwendig wird.

Anzahl: mind. 10 Personen, max. 40 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096899

Kursnummer: 3-0096899

Datum: Sa, 13.2.2027, 13.30 - 17.30 Uhr

Kursort:

Saal zur Linde

Oberndorf 7

3820 Raabs/Thaya

Referent:in: Michael Hofstätter

Kosten: 40 € Teilnahmebeitrag
Beitrag wird bar einkassiert.

Kursverantwortlich:

Johanna Kernstock, T 0664/9460629



Weg vom Drama, hin zur Leichtigkeit!

Zielgruppe: Interessierte aller Altersgruppen

Kursinhalt: Viel zu oft lassen wir uns - innerlich wie auch im Miteinander - in Dramen verstricken, die uns runterziehen und viel Energie kosten! Dabei wünschen wir uns doch alle dasselbe: Mehr Leichtigkeit, mehr Gelassenheit und mehr innere Ruhe!

Anzahl: mind. 20 Personen, max. 50 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096897

Kursnummer: 3-0096897

Datum: Mo, 15.02.2027, 19 – 20.30 Uhr

Kursort:

Saal zur Linde

Oberndorf 7

3820 Raabs/Thaya

Referent:in: Helga Steindl

Kosten: 25 € Teilnahmebeitrag
Beitrag wird bar einkassiert.

Kursverantwortlich:

Maria Gererstorfer, T 0664/4550554



Thermenfahrt Therme Wien

Zielgruppe: Bäuerinnen, die in der Therme entspannen möchten.

Kursinhalt: Lassen Sie den Alltag hinter sich und verbringen einen entspannenden Tag in der Therme Wien!

- Fahrt mit einem Komfortbus von „Waldviertelreisen“
- Eintritt Therme Wien

Abfahrt:

6.30 Uhr Weikertschlag/Thaya

6.35 Uhr Süssenbach

6.40 Uhr Großau

6.45 Uhr Modsiedl

6.50 Uhr Raabs/Thaya, Zwicklparkplatz

7.05 Uhr Oberndorf bei Raabs, Bushaltestelle

7.10 Uhr Aigen

7.25 Uhr Imfritz, Ort

18 Uhr direkte Rückfahrt

Wir bitten um Anmeldung bis spätestens 26. Oktober 2026 beim Busunternehmen Rieder GmbH - Waldviertelreisen an office@waldviertelreisen.at oder unter Tel.: 02845/243 mit Name, Adresse, Telefonnummer und gewünschter Zustiegsstelle.

Kursnummer: 3-0096908

Datum: Mo, 22.2.2027, 6.30 - 20 Uhr

Kursort:

Therme Wien

Kurbadstraße 14

1100 Wien

Kosten pro Person:

ab 25 Anmeldungen 108 €

ab 30 Anmeldungen 98 €

ab 40 Anmeldungen 88 €

Preisänderungen vorbehalten!

Kursverantwortlich:

Michaela Praschinger-Reischl,

T 0664/1009644

Komm & koch mit der Bäuerin: Palatschinken, Waffeln & Co - kinderleicht selbstgemacht

Zielgruppe: Kinder im Alter von 7 bis 11 Jahre!

Kursinhalt: Bunt, flaumig und kinderleicht - im Palatschinken-Kochkurs für Kinder dreht sich alles um süße und pikante Lieblingsgerichte aus der Pfanne: von Palatschinken über Pancakes bis zu knusprigen Waffeln! Gemeinsam wird gerührt, gebacken und kreativ gefüllt. Dazu zaubern wir feine, selbstgemachte Soßen. Ein Kurs voller Spaß, Farben und Genuss!

Mitzubringen: Hausschuhe, Kochschürze, Geschirrtücher
Die Lebensmittelkosten von ca. 12 € werden vor Ort einkassiert (Achtung: Bei Nichterscheinen werden die Lebensmittelkosten per Erlagschein nachverrechnet)

Anzahl: mind. 8 Personen, max. 12 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096043

Kursnummer: 3-0096043

Datum: Sa, 6.3.2027, 9.30 - 12 Uhr

Kursort:

Mittelschule Raabs/Thaya

Puchheimstraße 25

3820 Raabs/Thaya

Referent:innen:

Kathrin Zöchmann

Marion Kuben

Kosten: 30 € Teilnahmebeitrag
(exkl. Lebensmittelkosten)

Kursverantwortlich:

Monika Pfabigan, T 0664/5556075



Programm auf Gebietsebene - Gebiet Waidhofen/Thaya

Wecke deine innere Stärke - Beckenboden Grundkurs

Zielgruppe: Frauen aller Altersgruppen

Kursinhalt: Ein starker und gut funktionierender Beckenboden hilft dabei Inkontinenzen vorzubeugen, fördert - gemeinsam mit anderen Muskelgruppen - die aufrechte Haltung und kann das sexuelle Wohlbefinden steigern. Wir beginnen mit anfänglicher Wahrnehmungsschulung und steigern die Intensität der Übungen bis zu einem leichten Ganzkörper-Workout. Nach Abschluss des Kurses weißt du ganz genau um die Funktionsweise deines Beckenbodens, kannst deinen Alltag beckenbodenfreundlich gestalten und bekommst eine Übungssammlung für zu Hause.

Mitzubringen: Turnmatte, Trinkflasche, evtl. warme Socken und Decke

Anzahl: mind. 10 Personen, max. 15 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096751

Kursnummer: 3-0096751

Datum: Fr, 6.11., 13.11., 27.11., 4.12., 11.12. und 18.12.2026, je 19.30 – 21 Uhr

Kursort:

FF-Haus Sparbach
Sparbach 44, 3902 Vitis

Referent:in: Jana Koll

Kosten: 110 € Teilnahmebeitrag
(inkl. Nebenkosten)

Beitrag wird bar einkassiert.

Kursverantwortlich:

Regina Marchsteiner, T 0664/5821061



Kraftquelle Beckenboden
Haltung | Kontinenz | Sexualität

Weihkorbdeckerl sticken

Zielgruppe: Alle, die eine traditionelle Sticktechnik lernen möchten.

Kursinhalt: Wir lernen den Ebenseer-Kreuzstich. Traditionelles Kreuzstich-Deckerl für die Speisenweihe zu Ostern. Gerne können auch Ostereier bestickt werden. Der Kurs besteht aus drei Abenden. Erster Abend Besprechung, danach zwei Abende im Jänner bzw. Februar 2027 zu je ca. zwei Stunden - die Termine dafür werden bei der Besprechung vereinbart.

Mitzubringen: Stoff, Garne, Sticknadel, Schere (wird bei der Besprechung genau erklärt)

Anzahl: mind. 10 Personen, max. 15 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096762

Kursnummer: 3-0096762

Datum: Mo, 23.11.2026, 18.30 – 19.30 Uhr

Kursort:

BBK Waidhofen/Thaya
Raiffeisenpromenade 2/1/2
3830 Waidhofen/Thaya

Referent:in: Sonja Sam

Kosten: 30 € Teilnahmebeitrag

Kursverantwortlich:

Maria Lauscher, T 0664/73949984



Patchwork für Anfänger und Fortgeschrittene

Zielgruppe: Für alle nähbegeisterten Patchwork-Fans - Anfänger und Fortgeschrittene.

Kursinhalt: Und die Reise geht weiter - neue Muster, neue Blöcke (Geschenktascherl, Läufer - Decken - Polster in Crazy-Technik (Kassenrolle...) und Mystery-Quilt. Der Kurs besteht aus vier Abenden. Erster Abend Besprechung, danach drei Abende im Jänner 2027 zu je ca. drei Stunden - die Termine dafür werden bei der Besprechung vereinbart.

Mitzubringen: Eigene Nähmaschine und allgemeines Nähzeug.

Anzahl: mind. 7 Personen, max. 10 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096765

Kursnummer: 3-0096765

Datum: Mo, 30.11.2026, 18.30 – 19.30 Uhr

Kursort:

BBK Waidhofen/Thaya
Raiffeisenpromenade 2/1/2
3830 Waidhofen/Thaya

Referent:in: Sonja Sam

Kosten: 35 € Teilnahmebeitrag

Kursverantwortlich:

Maria Lauscher, T 0664/73949984



Relax-Yoga

Zielgruppe: Alle, die etwas für Körper, Geist und Seele tun möchten.

Kursinhalt: Die sanfte Form des Yogas soll vor allem dazu dienen, den eigenen Körper bewusst wahrzunehmen und Atem- und Körperübungen achtsam auszuführen. Jede Einheit beginnt mit einer Anfangsentspannung, gefolgt von Aufwärmübungen, dem Sonnengruß und verschiedenen Yoga Asanas. Zum Schluss gibt es eine Endentspannung.

Mitzubringen: Yoga-Matte, Decke

Anzahl: mind. 10 Personen, max. 15 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096750

Kursnummer: 3-0096750

Datum: Mi, 13.1., 20.1., 27.1., 3.2., 10.2., 17.2., 24.2. und 3.3.2027
je 19.30 - 20.45 Uhr

Kursort:

Gemeindesaal Thaya
Hauptstraße 32
3842 Thaya

Referent:in: Nicole Fuchs-Fuchs

Kosten: 100 € Teilnahmebeitrag

Kursverantwortlich:

Claudia Trappl, T 0664/6486994



Komm & koch mit der Bäuerin: Nudelküche - handgemacht & kreativ

Zielgruppe: Alle, die gerne kochen!

Kursinhalt: Entdecken Sie die Vielfalt der Nudelherstellung - ob mit dem Nudelwalker oder einer Nudelmaschine. In unserem Kurs kreieren Sie verschiedenste Nudelteige, von klassischen Ravioli und Tortellini mit ihren köstlichen Füllungen bis hin zu süßen Schokoladenudeln. Zusätzlich erlernen Sie die Pastagerichte mit selbstgemachten Pestos und Soßen zu perfektionieren.

Mitzubringen: Kochschürze, Geschirrtücher, Hausschuhe
Die Lebensmittelkosten von ca. 16 € werden vor Ort einkassiert (Achtung: Bei Nichterscheinen werden die Lebensmittelkosten per Erlagschein nachverrechnet)

Anzahl: mind. 12 Personen, max. 16 Personen

Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096045 (14.1.)

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096048 (15.1.)

Kursnummer: 3-0096045

Datum: Do, 14.1.2027, 17 - 21 Uhr

Kursnummer: 3-0096048

Datum: Fr, 15.1.2027, 8.30 – 12.30 Uhr

Kursort:

BBK Waidhofen/Thaya
Raiffeisenpromenade 2/1/2
3830 Waidhofen/Thaya

Referent:in: Maria Exl

Kosten: 35 € Teilnahmebeitrag
(exkl. Lebensmittelkosten)

Kursverantwortlich:

Sabine Bauer, T 0664/9645272



Line Dance

Zielgruppe: Alle interessierten Mitglieder

Kursinhalt: Line Dance Kurs für Anfänger – Lust auf tolle Musik, jede Menge gute Laune und Bewegung in einer netten Runde? Schritt für Schritt lernen wir gemeinsam die coolsten Choreos! Seid dabei!

Mitzubringen: Hallenturnschuhe

Anzahl: mind. 15 Personen, max. 20 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096767

Kursnummer: 3-0096767

Datum: Mo, 18.1., 25.1., 1.2., 8.2., 15.2., 22.2., 1.3., 8.3.2027
je 19 - 20.30 Uhr

Kursort:

Kindergarten Turnsaal
Kindergartenstraße 1
3830 Waidhofen/Thaya

Referent:in: Margit Deutsch

Kosten: 49 € Teilnahmebeitrag

Kursverantwortlich:

Monika Drucker, T 0650/5658653



Dein Zyklus als Wegweiser – Entdecke die Kraft deiner inneren Jahreszeiten

Zielgruppe: alle interessierte Frauen

Kursinhalt: Der weibliche Zyklus folgt den Rhythmen der Natur. Jede Zyklusphase bringt eigene Qualitäten, Bedürfnisse und Stärken mit sich. In diesem Workshop lernst du die vier inneren Jahreszeiten kennen und erhältst wertvolle Impulse zu Zyklustracking, zyklusgerechter Lebensweise und Selbstfürsorge. So lernst du, deinen Körper besser zu verstehen und deine Energie im Einklang mit deinem Zyklus zu nutzen. Außerdem entdeckst du die Wirkung ausgewählter Kräuter und ätherischer Öle und stellst deinen persönlichen Begleiter für den Alltag her, den du mit nach Hause nimmst.

Anzahl: mind. 8 Personen, max. 15 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096771

Kursnummer: 3-0096771

Datum: Mi, 27.1.2027, 18.30 – 21.30 Uhr

Kursort:

BBK Waidhofen/Thaya
Raiffeisenpromenade 2/1/2
3830 Waidhofen/Thaya

Referent:in: Petra Bogg

Kosten: 49 € Teilnahmebeitrag

Kursverantwortlich:

Monika Drucker, T 0650/5658653



Flechten mit Weide - Einsteigerkurs

Zielgruppe: Alle, die gerne kreativ sind.

Kursinhalt: In diesem Einsteigerkurs werden die Grundlagen des traditionellen Weidenflechtens vermittelt. Die Teilnehmer:innen lernen den Umgang mit dem Naturmaterial Weide kennen und erhalten einen Einblick in verschiedene Flechttechniken. Der Kurs richtet sich an Anfänger:innen sowie an alle, die Freude am kreativen Gestalten mit natürlichen Materialien haben. Mittagspause: 12 bis 13 Uhr

Mitzubringen: Arbeitskleidung, Gartenschere

Anzahl: mind. 8 Personen, max. 15 Personen

Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0097097 (19.2.)

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0097101 (20.2.)

Kursnummer: 3-0097097

Datum: Fr, 19.2.2027, 9 - 16 Uhr

Kursnummer: 3-0097101

Datum: Sa, 20.2.2027, 9 - 16 Uhr

Kursort:

Dorfzentrum Ulrichschlag
Ulrichschlag 16a
3830 Waidhofen/Thaya

Referent:in: Franz Höfer

Kosten: 120 € Teilnahmebeitrag

Kursverantwortlich:

Ulrike Wurz, T 0664/4427601



Komm & koch mit der Bäuerin: Regionale Hülsenfrüchte - klein, knackig & ganz viel Power

Zielgruppe: Alle, die gerne kochen!

Kursinhalt: Ob Linsen, Erbsen oder Bohnen - Hülsenfrüchte sind genussvolle Kraftpakete! In diesem Kochseminar zeigt die Seminarbäuerin, wie vielfältig und köstlich die heimischen Eiweißpflanzen in der Küche eingesetzt werden können. Gemeinsam kochen, probieren und staunen - für alle, die Lust auf nachhaltigen Genuss haben!

Mitzubringen: Kochschürze, Geschirrtücher, Hausschuhe
Die Lebensmittelkosten von ca. 16 € werden vor Ort einkassiert (Achtung: Bei Nichterscheinen werden die Lebensmittelkosten per Erlagschein nachverrechnet)

Anzahl: mind. 12 Personen, max. 16 Personen

Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096202

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096203

Kursnummer: 3-0096202

Datum: Fr, 26.2.2027, 14 - 18 Uhr

Kursnummer: 3-0096203

Datum: Sa, 27.2.2027, 8.30 – 12.30 Uhr

Kursort:

BBK Waidhofen/Thaya
Raiffeisenpromenade 2/1/2
3830 Waidhofen/Thaya

Referent:in: Maria Exl

Kosten: 35 € Teilnahmebeitrag
(exkl. Lebensmittelkosten)

Kursverantwortlich:

Petra Hengst, T 0664/1142155



Tag der Bäuerin und Frauen im ländlichen Raum

Zielgruppe: Alle Bäuerinnen und die bäuerliche Jugend

Kursinhalt:

"KawaReh" - Programmsplitter aus "Die Reise geht weiter"
(Elisabeth Seidl-Kases, Guntmar und Josef Müller)

Keine Anmeldung erforderlich.

Kursnummer: 3-0096775

Datum: Do, 4.3.2027, 9 - 13 Uhr

Kursort:

Gasthof Pichler

Schremser Straße 9

3902 Vitis

Kosten: kein Teilnahmebeitrag

Kursverantwortlich:

Ulrike Wurz, T 0664/4427601

Kreativ sein mit Gonis

Zielgruppe: Alle, die gerne kreativ sind.

Kursinhalt: Willkommen in der kreativen Welt von Gonis! Gestalte mit wenig Aufwand einzigartige Blumentöpfe, Vasen oder Bilder aus Holzsticks.

Anzahl: mind. 5 Personen, max. 7 Personen

Anmeldung:

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096758 (19.3.2027, 14 - 18 Uhr)

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096760 (20.3.2027, 8 - 12 Uhr)

www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096761 (20.3.2027, 14 - 18 Uhr)



Kursnummer: 3-0096758

Datum: Fr, 19.3.2027, 14 - 18 Uhr

Kursnummer: 3-0096760

Datum: Sa, 20.3.2027, 8 - 12 Uhr

Kursnummer: 3-0096761

Datum: Sa, 20.3.2027, 14 - 18 Uhr

Kursort:

BBK Waidhofen/Thaya

Raiffeisenpromenade 2/1/2

3830 Waidhofen/Thaya

Referent:in: Ing. Katharina Windbacher

Kosten: 58 € Teilnahmebeitrag

Kursverantwortlich:

Daniela Mödlagl, T 0664/73910130

Schnupperkurs Bogenschießen

Zielgruppe: Alle, die Interesse haben.

Kursinhalt: Gemeinsamer Ausflug zum 3D-Bogenparcours der Thayaner Bogenschützen. Ob Anfängerin oder erfahrene Schützin - alle sind herzlich willkommen!

Mitzubringen: festes Schuhwerk, Trinkflasche, evtl. Gelsenspray

Anzahl: mind. 10 Personen, max. 20 Personen

Anmeldung: www.baeuerinnen-noe.at/nr/3-0096794

Kursnummer: 3-0096794

Datum: Sa, 5.6.2027, 13 - 16 Uhr

Kursort:

Oberedlitz - Radweg

3842 Thaya

Referent:in: Barbara Russ

Kosten: 27 € Teilnahmebeitrag

Kursverantwortlich:

Ulrike Wurz, T 0664/4427601

