



Volg

NATURENA

NATUR NAH ERLEBEN

**KURSE UND WORKSHOPS
AUF DEN VOLG ERLEBNISHÖFEN**

Programm 2024

SO FINDEN SIE ZU UNSEREN ERLEBNISHÖFEN





FRICKTAL

Erlenhof

Familie Schmid
5064 Wittnau
Telefon: 062 871 49 35
E-Mail: erlenhof@naturena.ch

Vom Bahnhof Frick oder Aarau mit Bus (Linie 136) nach Wittnau, Erlenhof (Halt auf Verlangen). Von dort erreichen Sie den Hof in 5 Gehminuten.

SEEBACHTAL

Haldenhof

Familie Jäger
Haldenhof 1
8536 Hüttwilen
Telefon: 052 747 17 70
Mobile: 079 257 90 56 oder 078 910 31 09
E-Mail: rebgut-jaeger@naturena.ch

Vom Bahnhof Frauenfeld oder von Stammheim mit Bus (Linie 823) bis Haltestelle Hüttwilen, Stutheien. Von dort erreichen Sie den Hof in 5 Gehminuten.

WERDENBERG

Büelsteihof

Familie Gabathuler
Winkelstrasse 20
9479 Oberschan
Telefon: 081 783 38 24
E-Mail: buelsteihof@naturena.ch

Mit der Bahn bis Sargans oder Buchs SG, dann mit Bus (Linie 400) bis Trübbach, Post, und weiter mit Kleinbus (Linie 420) nach Oberschan. Ab Haltestelle Oberschan, Alte Post, erreichen Sie den Hof zu Fuss in wenigen Gehminuten.

ZUGERLAND

Hotzenhof

Familie Hotz
Deinikon 11
6340 Baar
Telefon: 041 766 16 00
E-Mail: hofmaercht@naturena.ch

Vom Bahnhof Bäär mit Bus (Linie 3) nach Baar, Lättich. Von dort erreichen Sie den Hof in 15 Gehminuten.

SEELAND

Barryhof

Martin Schlup und Monika Flükiger
Christian und Sandra Schlup
Schüpberg 130
3054 Schüpfen
Mobile 079 258 04 70 oder 078 698 36 56
E-Mail: barryhof@naturena.ch

Mit Bus (Linie 104, Bern – Meikirch – Wahlen- lendorf) bis Grächwil. Von dort erreichen Sie den Hof in 30 Gehminuten entlang der Schüpbergstrasse. Unter den angegebenen Telefonnummern oder via E-Mail kann auch ein Fahrdienst ab Bahnhof Schüpfen angefragt werden.

KURSE UND WORKSHOPS 2024

Auf den Volg Erlebnishöfen können Sie Ihr handwerkliches und kreatives Potenzial entfalten. In vielseitigen Kursen und Workshops erhalten Sie im Werdenberg SG, Fricktal AG, Zugerland ZG, Seebachtal TG und Seeland BE innovative Anregungen für gestalterisches Werken, Kunst und Handwerk, praktische Tipps für Gesundheit und Schönheit sowie originelle Bastelideen.

PREISE

In den Kurs- und Workshopkosten sind Getränke und Verpflegung sowie das Material und die Benützung der Werkzeuge (falls benötigt) eingeschlossen.

INFOS UND ANMELDUNG

Internet naturena.ch

Telefon 058 433 54 09, Montag bis Freitag 8–12 und 13–17 Uhr

Adresse Volg Konsumwaren AG
Kundendienst NATURENA
Postfach 344
8401 Winterthur

ABMELDUNGEN

Abmeldungen bis zum offiziellen Anmeldeschluss des Kurses/Workshops sind ohne Kostenfolge, bei verspäteten Abmeldungen werden 50 % und bei Nichterscheinen am Veranstaltungstag ohne Abmeldung 100 % des Kurspreises in Rechnung gestellt.

ERLEBNISHOF WERDENBERG

Kurs 1: Freitag, 9. Februar, 9.30–16 Uhr | Kurs 2: Samstag, 10. Februar, 9.30–16 Uhr

Edel-Destillate aus Fallobst. NATURENA-Bauer und Brennmeister Markus Gabathuler erklärt, wie aus Fallobst Edelbrände entstehen. In der hofeigenen Brennerei zeigt er einen Brenndurchgang, an dem Sie aktiv mitwirken und danach ein bis drei Destillate (1 dl und 3,5 dl) mitnehmen können. **Preis: Fr. 120.– pro Person.**

Kurs 1: Freitag, 15. März, 9–16 Uhr | Kurs 2: Samstag, 16. März, 9–16 Uhr

Frühlingshaftes Naturnest. Sie schlingen aus Nielen und Birkenästen ein Nest, kleiden es mit Moos und Heu aus und füllen es mit Frühlingsblüchern, Ostereiern sowie Hasenohren aus Rostblech. Wahlweise können Sie das Nest (H: ca. 35 cm, Ø ca. 35 cm) auf einen Holzbalken (B × H × T: 15 × 60 × 15 cm) oder ein Brett (40 × 40 cm) montieren. **Preis: Fr. 180.– pro Person.**

Kurs 1: Freitag, 26. April, 9–17 Uhr | Kurs 2: Samstag, 27. April, 9–17 Uhr

Malen nach Bob Ross – Nordlichter. In der speziellen Nass-in-nass-Technik malen Sie mit Ölfarben die Schönheit der Nordlichter auf die Leinwand (30 × 40 cm). Auch ohne Vorkenntnisse gelingt Ihnen in dieser Maltechnik ein ausdrucksstarkes Bild. **Preis: Fr. 260.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 25. Mai, 9–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 25. Mai, 13.30–17.30 Uhr

Natürliche Körperpflege für den Sommer. Sie erstellen Ihre individuelle Hautpflegelinie und mischen aus Mandelöl, Pflanzenwasser, Sheabutter, ätherischen Ölen etc. ein Körperfluid (100 ml), ein Körperpeeling auf Salzbasis (100 g), ein Deo (15 ml) und einen Insektenstich-Roll-on. **Preis: Fr. 135.– pro Person.**

Kurs 1: Freitag, 14. Juni, 9–16 Uhr | Kurs 2: Samstag, 15. Juni, 9–16 Uhr

Lieblingsstücke aus Silber. Mit 20 g Art Clay Silver und 5 g Silberspritzmasse formen Sie drei bis vier Schmuckstücke aus Feinsilber 999. Die Fingerringe, Anhänger, Ohrringe oder Armbänder können beliebig mit Zirkonen verziert und die feinen Muster mit Patina betont werden. **Preis: Fr. 205.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 27. Juli, 9–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 27. Juli, 13.30–17.30 Uhr

Senf – natürlich hausgemacht. Sie erhalten eine umfassende Einführung in die Grundzubereitung von Senf unter Beigabe einer Vielzahl von Kräutern, Früchten oder Gewürzen und stellen vier verschiedene Senfzubereitungen (je 100 g) her. **Preis: Fr. 90.– pro Person.**

Kurs 1: Freitag, 30. August, 9–17 Uhr | Kurs 2: Samstag, 31. August, 9–17 Uhr

Holzbildhauen mit der Motorsäge. Begleitet von einem erfahrenen Holzbildhauer schaffen Sie Kunst mit der Kettensäge. Aus Rundholz modellieren Sie einen bis zwei Pilze (H: ca. 40 cm, ca. 20 kg/Pilz), die sich auch perfekt als Hocker im Aussenbereich eignen. **Preis: Fr. 270.– pro Person.**

Kurs 1: Freitag, 20. September, 9–17 Uhr | Kurs 2: Samstag, 21. September, 9–17 Uhr

3D-Bild in Acryl-/Mischtechnik. Lieblingsstücke (Kleider, Accessoires u. a.), Babysachen oder Naturmaterialien werden auf einen Keilrahmen (max. 60 × 80 cm) aufgetragen und mit Tusche, Asche, Farbpigmenten und Kaffeesatz zu einem dreidimensionalen Bild ausgestaltet. **Preis: Fr. 230.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 19. Oktober, 8.30–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 19. Oktober, 13.30–18 Uhr

Makramee-Armband. In der Makramee-Technik knüpfen Sie zwei filigrane Armbänder, die Sie beliebig mit Zwischenstücken oder Zierperlen aus Edelstahl (Gold, Silber und Roségold) sowie Edelsteinen (Labradorit, Tigerauge u. v. m.) individuell aufhübschen. **Preis: Fr. 135.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 9. November, 9–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 9. November, 13.30–17.30 Uhr

Handlettering auf Glas und Stoff. Sie lernen, Vorrats- oder Konfitürengläser und Aufbewahrungsbehälter sowie Stoffsäckchen in Schönschrift zu verzieren – direkt auf dem Behältnis oder mit Kärtchen. Ein beletztetes Einmachglas (H: 16,5 cm, Ø 12 cm) und ein Stoffsäckchen (20 × 28 cm) nehmen Sie mit nach Hause. **Preis: Fr. 125.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 7. Dezember, 8.30–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 7. Dezember, 13.30–18 Uhr

Adventsstimmung aus Rostblech und Schwemholz. Mit kleinen Tannen, Sternen und Minihäuschen basteln Sie eine Winterlandschaft (B × H: 60 × 40 cm) und befestigen sie auf einem Stück Treibholz. Das Arrangement wird von einem goldenen Metallring umrahmt und mit Moos, kleinen Zapfen, Hirschen sowie einer Lichterkette ausgeschmückt. **Preis: Fr. 135.– pro Person.**

ERLEBNISHOF FRICKTAL

Kurs 1: Samstag, 3. Februar, 9–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 3. Februar, 13.30–17.30 Uhr

Farb- und Stilberatung. Welche Farben Ihre Persönlichkeit optimal zur Geltung bringen, lernen Sie anschaulich von der kompetenten Stilberaterin und Kursleiterin. Überdies erhalten Sie nebst einem Handout wertvolle Tipps, wie Sie von Problemzonen ablenken können. **Preis: Fr. 120.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 16. März, 9.30–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 16. März, 13.30–17 Uhr

Armband aus Leder und Glasperlen. Für ein doppeltes Armband (L: 18–22 cm) fädeln Sie bunte Glasperlen auf einen Schmuckdraht auf. Dann leimen Sie Lederbänder in Perlkappen, bringen den Verschluss an und fertig ist Ihr individuelles Schmuckstück. **Preis: Fr. 120.– pro Person.**

Kurs 1: Freitag, 12. April, 9–15 Uhr | Kurs 2: Samstag, 13. April, 9–15 Uhr

Kunstvolle Objekte aus Altpapier (Pulp). Sie stellen selber Pulp oder Papiercellulose aus Altpapier her. Aus diesem Grundmaterial formen Sie unter Anleitung wahlweise eine Figur, eine Vase (wasserdicht), eine Schale oder anderes (B × H × T: max. 30 × 30 × 30 cm). **Preis: Fr. 120.– pro Person.**

Kurs 1: Freitag, 10. Mai, 9–18 Uhr | Kurs 2: Samstag, 11. Mai, 9–18 Uhr

Yoga-Dame. Aus Alufolie und Modelliermasse modellieren Sie eine weibliche Figur in sitzender Yoga-Position, die Sie nach dem Trocknen schleifen und bunt mit Acrylfarbe bemalen. Den porzellanartigen Glanz erhält die Yoga-Dame (B × H: ca. 15 × 13 cm) durch den Anstrich mit Hochglanzlack. **Preis: Fr. 145.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 8. Juni, 9–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 8. Juni, 13.30–17.30 Uhr

Pflegekosmetik aus der Natur. Eine ausgebildete Heilpflanzenfachfrau lehrt Sie, mit Hydrolaten, Ölen, Tinkturen und ätherischen Ölen auf Pflanzenbasis natürliche Pflegeprodukte herzustellen. Sie mischen einen Aroma-Körperspray (75 ml), ein Deo (50 ml) und ein Fussgel (50 ml) zum Mitnehmen. **Preis: Fr. 135.– pro Person.**

Kurs 1: Freitag, 5. Juli, 9–16 Uhr | Kurs 2: Samstag, 6. Juli, 9–16 Uhr

Silberanhänger im Sandguss. Sie kreieren mit der Sandguss-Methode aus 15 g Silber (925) einen bis drei edle Anhänger. Als Vorlage dienen Ihnen Muscheln, Schneckenhäuser oder harte Pflanzenteile, die sich detailgetreu abformen oder als Stempel verwenden lassen. **Preis: Fr. 190.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 17. August, 9–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 17. August, 14–18 Uhr

Keramikmalen. Mit verschiedenen Techniken und Hilfsmitteln bemalen Sie ein dreiteiliges, spülmaschinenfestes Tee- oder Aperó-Set. Für die selbst designten Keramikteile steht Ihnen eine grosse Auswahl an Farben (Lebensmittelecht, bleifrei, ungiftig) zur Verfügung. **Preis: Fr. 150.– pro Person.**

Kurs 1: Freitag, 20. September, 9.30–16.30 Uhr | Kurs 2: Samstag, 21. September, 9.30–16.30 Uhr

Echinacea – Booster für das Immunsystem. Von der Heilkräuterexpertin erfahren Sie die wohltuenden und heilenden Eigenschaften des Sonnenhuts (Echinacea) und stellen mit den Blüten eine Tinktur (30 ml) und eine Heilsalbe (35 ml) aus einem Harz-Öl-Auszug her. **Preis: Fr. 135.– pro Person.**

Kurs 1: Freitag, 18. Oktober, 9.30–14.30 Uhr | Kurs 2: Samstag, 19. Oktober, 9.30–14.30 Uhr

Skizzieren und Illustrieren. Zuerst üben Sie das Skizzieren eines einfachen Sujets (ab Foto). Nach ein paar Schwarz-Weiss-Skizzen folgen farbige Illustrationen (5–10 Skizzen, A3), wobei der Fokus weniger auf der Perfektion, sondern auf der individuellen Wiedergabe eines Motivs oder einer Idee liegt. **Preis: Fr. 150.– pro Person.**

Kurs 1: Freitag, 8. November, 9–16 Uhr | Kurs 2: Samstag, 9. November, 9–16 Uhr

Tiffany-Glaskranz. Mit geschmolzenen Scherben aus Altglas und Glasnuggets gestalten Sie drei bis vier dekorative Glaskränze (Ø 12–25 cm) für Fenster und Türen. Dabei lernen Sie folgende Schritte der klassischen Tiffanytechnik kennen: Folieren, Löten, Patinieren und Versiegeln. **Preis: Fr. 115.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 7. Dezember, 9–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 7. Dezember, 13.30–17.30 Uhr

Bunte Geschenke mit Fingerloop. Ein kreativer Spass für Kinder und Erwachsene. Fingerloop oder Finger-schlaufenflechten ist eine uralte Fertigkeit, um Bänder aller Art herzustellen. Nach einer Einführung flechten Sie aus bunten Garnen unterschiedliche Bänder mit attraktiven Mustern für hübsche Couverts, Armbänder, Schlüsselanhänger u. v. m. **Preis: Fr. 55.– pro Person.**

ERLEBNISHOF ZUGERLAND

Kurs 1: Samstag, 17. Februar, 8.30–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 17. Februar, 13.30–18 Uhr

Zopf und Birnenweggen backen. Wie ein perfekt geflochtener Butterzopf gemacht wird, verrät Ihnen Bäuerin Bernadette Hotz. Sie flechten zwei Zöpfe mit zwei und drei Strängen (400 g / 500 g) und lernen, wie Sie einen feinen Birnenweggen (500 g) mit Dörrbirnen backen können. **Preis: Fr. 130.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 2. März, 9–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 2. März, 14–18 Uhr

Dekokugeln aus Naturmaterialien. Mit Efeu, Weidenkätzchen, Ranken, Moos und Flechten gestalten Sie insgesamt 12 Kugeln in verschiedenen Grössen (Ø ca. 2–12 cm). Die stylischen Dekokugeln sind lange haltbar und verschönern Ihren Tisch oder Wohnbereich. **Preis: Fr. 130.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 20. April, 8.30–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 20. April, 14–18.30 Uhr

Geflochtenes Weidenherz. Das Chaosgeflecht ist eine leicht erlernbare Technik der Weidenverarbeitung für dreidimensionale Flechtwerke. Sie flechten unter Anleitung ein stabiles und formschönes Weidenherz (50 x 60 cm) für den Innen- oder Aussenbereich. **Preis: Fr. 140.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 18. Mai, 9–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 18. Mai, 13.30–17.30 Uhr

Fermentierte Getränke. Sie erhalten Einblick in das Fermentieren von Wasserkefir, Kombucha sowie Ginger Beer und probieren verschiedene Geschmacksrichtungen. Eine mit Beeren, Früchten, Kräutern oder Gewürzen selber aromatisierte Flasche Wasserkefir (1 l) nehmen Sie mit. **Preis: Fr. 140.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 1. Juni, 9.30–16 Uhr | Kurs 2: Freitag, 7. Juni, 9.30–16 Uhr

Jassen lernen. Einfach und spielerisch werden Sie ins Jassen eingeführt und lernen die Karten und ihre Werte sowie die wichtigsten Jass-Ausdrücke kennen. Danach können Sie bereits bei beliebten Jass-Arten mitspielen. **Preis: Fr. 150.– pro Person.**

Kurs 1: Freitag, 12. Juli, 9–16.30 Uhr | Kurs 2: Samstag, 13. Juli, 9–16.30 Uhr

Acryl-/Mischtechnik – Rosen. Die Rose gilt unter anderem als Symbol der Liebe und des Glücks. Mit Acrylfarbe, Asche, Bitumen und Dispersion malen Sie einen abstrakten Hintergrund und bringen Schicht um Schicht die Schönheit von Rosenranken auf die Leinwand (60 x 60 cm). **Preis: Fr. 230.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 10. August, 10–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 10. August, 14–17 Uhr

Faszination Greifvögel. Ein Falkner erzählt Wissenswertes über Lebensweise und Eigenschaften der Könige der Lüfte und erläutert das Falkneriehandwerk und die Beizjagd. Vor Ort sind vier bis sechs Greifvögel, die Sie von der eigenen behandschuhten Faust fliegen lassen können. **Preis: Fr. 50.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 28. September, 9.30–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 28. September, 13.30–17 Uhr

Handyfotografie und Bildbearbeitung. Wie können Fotos mit dem Smartphone noch besser und eindrucksvoller werden? Sie lernen in Theorie und Praxis, Linien und Formen zu erkennen, das beste Motiv zu finden und einfachste Bildbearbeitung direkt am Handy vorzunehmen. **Preis: Fr. 130.– pro Person.**

Kurs 1: Freitag, 25. Oktober, 9–16 Uhr | Kurs 2: Samstag, 26. Oktober, 9–16 Uhr

Modernen Engel schnitzen. Holzbildhauer Paul Widmer führt Sie in die wichtigsten Schnitztechniken ein. Er begleitet Sie beim Bearbeiten der Figur, so dass aus dem Arven- oder Lindenholzrohling sukzessive ein anmutiger Engel entsteht (H: 30 cm). **Preis: Fr. 210.– pro Person.**

Kurs 1: Freitag, 22. November, 9–15.30 Uhr | Kurs 2: Samstag, 23. November, 9–15.30 Uhr

Malakette mit Silberanhänger. Sie knüpfen aus 109 natürlichen Edelsteinen (Ø 6–8 mm) wie Rosenquarz, Amethyst, Bergkristall u. v. m. eine Malakette (L: 60–80 cm oder 100–120 cm, je nach Wahl der Steine). Mit 10 g Art Clay Silver kreieren Sie Ihren individuellen Anhänger und vervollständigen das trendige Accessoire mit einer farblich passenden Quaste. **Preis: Fr. 210.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 7. Dezember, 9–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 7. Dezember, 13.30–17.30 Uhr

Räuchern mit heimischen Kräutern. Der alte Brauch des Räucherns entspannt und hilft, das seelische Gleichgewicht zu finden. Nach einer Einführung stellen Sie zwei Räuchermischungen (je 20–30 g) aus einer grossen Auswahl an Kräutern zum Räuchern mit Räucherkohle oder im Räucherstövchen zusammen. **Preis: Fr. 110.– pro Person.**

ERLEBNISHOF SEEBACHTAL

Kurs 1: Freitag, 16. Februar, 9–15 Uhr | Kurs 2: Samstag, 17. Februar, 9–15 Uhr

Aquarellmalerei. Beim Aquarellmalen bleibt der Untergrund sichtbar, und besonders schön wirkt diese Maltechnik bei Landschaften. Sie werden mit praktischen Anwendungen in die Grundtechniken eingeführt und malen unter Anleitung ein bis zwei Bilder (20 × 30 cm, 30 × 40 cm oder 40 × 50 cm) mit individuellen Sujets. **Preis: Fr. 190.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 9. März, 9.30–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 9. März, 13.30–17 Uhr

Kräutergarten aus Palettenfüßen. Ganz im Sinne von Upcycling verwandeln Sie Palettenfüsse in ein schmuckes Kräutergärtchen (B × H × T: 70 × 14 × 10 cm) für den Fenstersims oder Balkon. Mit Farben, Pasten und Bunsenbrenner gestalten Sie Ihr Kistchen beliebig aus und bepflanzen es mit drei Kräutern. **Preis: Fr. 135.– pro Person.**

Kurs 1: Freitag, 5. April, 9–16 Uhr | Kurs 2: Samstag, 6. April, 9–16 Uhr

Kugel aus Ton. Sie formen aus Steinzeugton wahlweise eine Kugel zum Bepflanzen oder Beleuchten. Bei der Leuchtkugel (Ø 25 cm) werden die Muster (Löcher, Sterne etc.) ausgeschnitten, bei der Pflanzkugel (Ø 15 oder 20 cm) mit Stempeln und Spitzen auf den Ton aufgetragen. **Preis: Fr. 195.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 4. Mai, 8.30–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 4. Mai, 13.30–18 Uhr

Sommerboten in kreativen Gefässen. Für diese florale Raumdekoration (B: ca. 60 cm, Ø 30 cm) verkleiden Sie eine halbrunde Styroporkugel mit Laub oder Sisalschnur. Dann füllen Sie das Pflanzgefäss beliebig mit Sommerblühern und Dekomaterial und befestigen es auf Rebenwurzeln. **Preis: Fr. 140.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 15. Juni, 9–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 15. Juni, 13.30–17.30 Uhr

Handlettering auf Aquarell. Sie lernen die Faux Calligraphy und erste Schwünge mit speziellen Brush-Pens. Auf farbigen Aquarellhintergründen kommen die Schriftzüge wirkungsvoll zur Geltung. So entstehen sechs stilvolle Karten mit Couverts (15 × 15 cm bis Format A6). **Preis: Fr. 125.– pro Person.**

Kurs 1: Freitag, 19. Juli, 9–16 Uhr | Kurs 2: Samstag, 20. Juli, 9–16 Uhr

Kunst aus Fund- und Rebholz. Ein vom Wetter geprägtes Holz verwandeln Sie mit Werkzeug und Schleifpapier in eine einzigartige Skulptur (B: 10–20 cm / H: 15–25 cm / T: 8–12 cm). Mit Leinöl veredelt montieren Sie Ihr Holzkunstwerk abschliessend auf einen Holzsockel (H: 10 cm). **Preis: Fr. 220.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 24. August, 9.30–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 24. August, 13.30–17 Uhr

Rosen-Lichterkette. Mit weissem und farbigem Seidenpapier kreieren Sie filigrane Rosen und befestigen sie auf einer LED-Lichterkette. Die Rosen-Lichterkette (L: 130 cm, inkl. 30 cm Zuleitung) können Sie beliebig mit Bändern, Perlen und Federn ausschmücken. **Preis: Fr. 120.– pro Person.**

Kurs 1: Freitag, 6. September, 9–16 Uhr | Kurs 2: Samstag, 7. September, 9–16 Uhr

Silberschmuck mit Formen aus der Natur. Sie überziehen echte Blätter von Bäumen, Sträuchern und anderen Pflanzen mit 20 g Art-Clay-Silver-Paste (Silber 999) und erhalten dadurch einen detaillierten Abdruck für zwei bis drei einzigartige Anhänger und Ohringe. **Preis: Fr. 205.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 26. Oktober, 9.30–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 26. Oktober, 14–17.30 Uhr

Nielenkranz mit Eichhörnchen aus Beton. Aus Nielen (Waldreben) binden Sie einen Kranz (Ø aussen ca. 36 cm, innen ca. 18 cm) und schmücken ihn mit Naturmaterialien herbstlich aus. Aus Beton gegossene Eichhörnchen verpassen dem Kranz den gewünschten Jöö-Effekt. **Preis: Fr. 140.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 16. November, 9.30–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 16. November, 13.30–17 Uhr

«Alleskönner» Apfelessig. Sie erfahren, wie Sie Apfelessig als Heilmittel, Beautyprodukt und Haushaltsreiniger einsetzen können. Dann setzen Sie unter Anleitung 400 ml Apfelessig an und stellen auf dieser Basis ein Oxydel (Elixier, 225 ml) und ein Gesichtswasser (100 ml) her. **Preis: Fr. 105.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 14. Dezember, 8.30–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 14. Dezember, 13.30–18 Uhr

Siebrdruck mit Recyclingmaterial. Mit ausgedienten Plastik- oder Aktenhüllen als Schablonen und Milch- oder Fruchtsafttüten als Siebdruckrahmen bedrucken Sie vier Stoffe (37 × 37 cm) mit verschiedenen Motiven. Die bunten Stoffe lassen sich zuhause zu edlen Karten, hübschen Taschen oder anderem weiterverarbeiten. **Preis: Fr. 135.– pro Person.**

ERLEBNISHOF SEELAND

Kurs 1: Samstag, 3. Februar, 9–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 3. Februar, 13.30–17.30 Uhr

Nielenkugeln – mini bis maxi. Sie wickeln lange Nielenranken (Waldreben) zu bis zu drei robusten und stabilen Kugeln auf. Die Kugeln (Ø 20–50 cm) verschönern, beliebig ausdekoriert, am Boden liegend oder an einer rustikalen Kordel aufgehängt Ihren Wohnbereich. **Preis: Fr. 135.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 2. März, 9.30–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 2. März, 13.30–17 Uhr

Nostalgische Ostereier. Sie lernen die einfache Découpage-Technik (Dekorieren mit Papier) und gestalten aus einer grossen Auswahl an Farben, Motiven, Federn, Spitzen, Knöpfen und Perlen acht bis zehn nostalgische Ostereier im Shabby Look (Ø 6–7 cm). **Preis: Fr. 120.– pro Person.**

Kurs 1: Freitag, 19. April, 9–16.30 Uhr | Kurs 2: Samstag, 20. April, 9–16.30 Uhr

Edelsteinarmbänder mit Silberanhänger. Aus Metal-Clay-Silbermasse (7 g) modellieren Sie bis zu drei silberne Anhänger. Dann ziehen Sie mit Halbedelsteinen (6 mm) wie Tigerauge, div. Achate etc. drei Armbänder auf und kombinieren sie mit den Silberanhängern und -zwischenstücken. **Preis: Fr. 205.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 4. Mai, 10–16 Uhr | Kurs 2: Montag, 6. Mai, 10–16 Uhr

Lieblingmöbel im Shabby Chic. Verwandeln Sie Ihr Lieblingsmöbel in ein trendiges Wohnaccessoire. Sie bemalen ein mitgebrachtes Möbelstück (B × H × T: max. 100 × 100 × 50 cm) mit weisser oder pastellfarbiger Spezialkalkfarbe und bearbeiten es dann im typischen Shabby Style weiter. **Preis: Fr. 150.– pro Person.**

Kurs 1: Freitag, 7. Juni, 9–16.30 Uhr | Kurs 2: Samstag, 8. Juni, 9–16.30 Uhr

Acrylbild mit Blumen und Blüten. Mit Acrylfarbe, Pastellkreide, Kohlenstift und diversen Strukturmaterialien lassen Sie Schicht um Schicht ein Blütenmeer entstehen. Beim reliefartigen Aufbau Ihres Bildes (60 × 60 cm) lernen Sie drei Techniken der Acrylmalerei kennen. **Preis: Fr. 230.– pro Person.**

Kurs 1: Freitag, 19. Juli, 9–17 Uhr | Kurs 2: Samstag, 20. Juli, 9–17 Uhr

Messer schmieden. Unter Anleitung eines Messerschmieds formen Sie mit Hammer und Amboss aus einem vorgefertigten Klingenrohling ein Allzweckmesser (L: max. 25 cm) mit einer rund 10 cm langen Klinge. Für den sicheren Halt wird der Griff mit einer Lederkordel umwickelt. **Preis: Fr. 160.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 17. August, 9–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 17. August, 13.30–17.30 Uhr

Sanfte Hausmittelchen mit Hydrolaten. Hydrolate (Blütenwasser) enthalten aktive Elemente aus dem Pflanzenmaterial und kleine Mengen des ätherischen Öls. In Gruppen produzieren Sie drei Hydrolate (je 50 ml) für einen guten Schlaf, gegen Halsschmerzen und um geistig fit zu bleiben. **Preis: Fr. 135.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 14. September, 9–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 14. September, 13.30–17.30 Uhr

Eukalyptuskranz. Mit Nielen-, Birken- und Eukalyptuszweigen binden Sie einen dekorativen Kranz mit einem Durchmesser von ca. 35 cm und schmücken ihn mit saisonalen Materialien aus. Der fein duftende Kranz kommt sowohl liegend wie hängend wunderbar zur Geltung. **Preis: Fr. 120.– pro Person.**

Kurs 1: Freitag, 11. Oktober, 9–16.30 Uhr | Kurs 2: Samstag, 12. Oktober, 9–16.30 Uhr

Bunte Papierwerkstatt. Sie arbeiten mit einer Gelli-Platte (Gelatineplatte) und Acrylfarben. Im Monotypie-Verfahren bedrucken Sie mit Schablonen, Stempeln, Blättern u. v. m. eine Fülle von Papieren mit überraschenden Mustern für Karten, bunte Couverts oder farbige Etiketten. **Preis: Fr. 190.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 16. November, 9–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 16. November, 13.30–17.30 Uhr

Wandspiegel mit Schwemmholzrahmen. Ein einfacher Spiegel (25 × 35 cm) auf einer Holzplatte (ca. 45 × 55 cm) wird mit Schwemmholzstücken aus den Gewässern des Seelands umrahmt und so zum einzigartigen Wohnaccessoire. **Preis: Fr. 170.– pro Person.**

Kurs 1: Samstag, 14. Dezember, 9.30–13 Uhr | Kurs 2: Samstag, 14. Dezember, 13.30–17 Uhr

Naturkosmetik selbstgemacht. Aus natürlichen Rohstoffen stellen Sie hochwertige Kosmetikprodukte für sich selber oder zum Verschenken her. Sie mischen vier Lippenbalsame «à la melisse» im Döschen (je 7 ml) und ein Massageöl (50 ml) aus reinen ätherischen Bioölen und den passenden Blütenblättern. **Preis: Fr. 135.– pro Person.**

Volg

NATURENA

NATUR NAH ERLEBEN

Volg NATURENA ist eine Erlebniswelt für Gross und Klein. Sie erhalten Einblick in den Alltag auf dem Bauernhof, erleben faszinierende Sinneseindrücke auf den Sinnespfaden und lernen die Lebensgemeinschaft von Pflanzen und Tieren in der Natur kennen. Auf den fünf Volg Erlebnishöfen finden monatlich interessante und abwechslungsreiche Veranstaltungen für die ganze Familie statt.



Am Samstag, 11. Mai 2024, laden Volg und die Stiftung Theodora zum Familienanlass ein. Besuchen Sie mit Ihrer Familie den Volg Erlebnishof von Familie Hotz im Zugerland ZG und lassen Sie sich von einem feinen Buffet à discrétion verwöhnen. Es erwartet Sie und Ihre Kinder überdies ein bunter Strauss an Attraktionen. Auch Traumdoktoren der Stiftung Theodora sind anwesend und erzählen über ihre wertvolle Aufgabe.

Volg

JASS

In allen fünf NATURENA-Regionen veranstaltet Volg den beliebten Volg Jass mit stimmungsvoller Unterhaltungsmusik und einem feinen Bauernmenü. In zehn Halbtagssturnieren, darunter auch der «Volg Jass mit Herz» zugunsten der Stiftung Theodora, spielen Sie um attraktive Tagespreise und Finalpreise im Gesamtwert von rund Fr. 3000.–.

Informationen über **Volg NATURENA** und Details zum aktuellen Kurs- und Veranstaltungsprogramm mit Formular für die Onlineanmeldung finden Sie unter naturena.ch, im monatlich erscheinenden Volg-Kundenmagazin «Öise Lade» oder in Ihrem nächsten Volg-Laden.



Folgen Sie Volg NATURENA auch auf naturena.erlebniswelten