

Die Frauenzentrale AR setzt sich ein für die Chancengleichheit der Geschlechter. Sie vernetzt Frauen in unserem Kanton und ist mit schweizerischen Frauenorganisationen in Verbindung. Die Anliegen von Frauen in Familie, Bildung, Beruf und Politik werden durch die Frauenzentrale AR unterstützt.



# 2018

## Kurse Veranstaltungen

Inhaltsverzeichnis	SEITE
# 1 Steuererklärung ausfüllen	2
# 2 Nothelferkurs Kinder	2
# 3 Mit Kompetenz zu effizienter Vorstandsarbeit	2
# 4 Aufgetischt – Genuss und Anregungen	2
# 5 «Wiedereinstieg ins Berufsleben»	3
# 6 «Mehrgenerationen-Projekt»	3
# 7 Stadtführung in St.Gallen	3
# 8 Permakultur – Eine Gartenführung	3
# 9 Pannenhilfekurs	4
#10 Kommunikationstraining	4
Filmabend im August	4
#11 Besuch Obergericht in Trogen	5
#12 Adventslesung mit Führung durch Appenzeller Druckerei	5

## #1 Steuererklärung ausfüllen – Samstag, 24. Februar 2018, 8.30 – 12.00 Uhr Appenzeller Volkskunde-Museum Stein

Selbst ist die Frau. Die Grundlagen zum Ausfüllen einer Steuererklärung sind rasch erlernt.

**Referenten** Sandra Nater, Herisau

**Anmeldung** bis Freitag, 16. Februar 2018 an  
kurse@frauenzentrale-ar.ch,  
Hester Ryffel, 071 353 96 30 (Bürozeit)

**Infos** [www.frauenzentrale-ar.ch](http://www.frauenzentrale-ar.ch)

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit der Beratung  
im ländlichen Raum AR.

## #3 Mit Kompetenz zu effizienter Vorstands- arbeit – Samstag, 17. März 2018, 9 – 16.30 Uhr, Appenzeller Druckerei, Herisau

Sie erhalten Inputs zu kompetenter Sitzungs-  
vorbereitung, Leitung von Sitzungen und Haupt-  
versammlungen.

**Leitung** Anita Keller-Klemm, Kommunikation  
und Clownerie

**Anmeldung** bis Freitag, 9. März 2018 an  
kurse@frauenzentrale-ar.ch,  
079 479 52 87, Caterina Mancuso

**Infos** [www.frauenzentrale-ar.ch](http://www.frauenzentrale-ar.ch)

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit der Beratung  
im ländlichen Raum AR.

## #2 Aufgetischt – Genuss und Anregungen – Montag, 5. März 2018, 19.30 – ca. 23.00 Uhr, Haldenhof, Urnäsch

Ein Abend für Paare aus der Landwirtschaft.  
Aufgetischt werden Köstlichkeiten aus der Küche.  
Zu jedem Gang kommen Denkanstösse zu  
Generationen – Paare – Chancengleichheit

**Anmeldung** Fr, 23. Februar 2018, Amt für  
Landwirtschaft, 071 353 67 52,  
lisbeth.lieberherr@ar.ch

**Infos** <http://www.ar.ch/alw/weiterbildung>

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit der Beratung  
im ländlichen Raum AR, AI und dem Forum Mann.

## #4 Nothelferkurs Kinder – Samstag, 24. März 2018, 8 – 11 Uhr Huber+Suhner Schulungsraum

Im Kurs lernen Sie, wie Sie sich richtig verhalten,  
schnell und richtig helfen, wenn ein Kleinkind verunfallt  
oder erkrankt. IVR-Zertifizierter Kurs.

**Leitung** Tamara Rottach, Samariterverein Herisau

**Anmeldung** bis Freitag, 9. März 2018 an  
kurse@frauenzentrale-ar.ch,  
Hester Ryffel, 071 353 96 30 (Bürozeit)

**Spezial** Wir bieten einen Kinderhort an.

## #5 «Wiedereinstieg ins Berufsleben nach längerer Familienzeit» – Do, 26. April 2018, 19 – 22 Uhr; Sa, 28. April 2018, 8.30 – 14 Uhr inkl. Stehlunch Verein Mensch-Natur, Herisau

Wie können Sie Ihre Ressourcen für den Arbeitsmarkt nutzen, welche Bewerbungsstrategien sind möglich und welche Unterstützung ermöglicht Ihnen das RAV.

**Referenten** Do: Personalberaterin RAV Herisau  
Sa: Roswitha Michels, Fachfrau Integration

**Anmeldung** bis Montag, 16. April 2018,  
kurse@frauenzentrale-ar.ch,  
Petra Schwab, 079 749 31 74 (Bürozeit)

**Infos** www.frauenzentrale-ar.ch

## #6 «Mehrgenerationen-Projekt» – Donnerstag, 3. Mai 2018, 19 – ca. 21 Uhr Alte Drogerie, Trogen

Die MGP Ostschweiz Baugenossenschaft gibt einen Einblick in ihre Arbeit. Wir erhalten einen Eindruck, wie ein Mehrgenerationenprojekt umgesetzt werden kann.

**Leitung** Bernhard Müller

**Anmeldung** bis Donnerstag, 26. April 2018,  
kurse@frauenzentrale-ar.ch,  
Petra Schwab, 079 749 31 74 (Bürozeit)

**Infos** www.frauenzentrale-ar.ch

## #7 Stadtführung in St.Gallen – mit Abendessen in der Denkbar Donnerstag, 21. Juni 2018, 17 – 21 Uhr

Begleiten Sie uns auf einen medizingeschichtlichen Rundgang durch St.Gallen.

**Leitung** FZ SG und FZ AR mit Denkbar

**Zeit** Führung von 17.00 – 18.30 Uhr  
Denkbar von 18.30 – 21.00 Uhr

**Anmeldung** bis Mittwoch, 23. Mai 2018, info@fzsg.ch

**Infos** www.fzsg.ch

## #8 Permakultur – Eine Gartenführung – Samstag, 16. Juni 2018, 10 – 12 Uhr, Saum, Herisau

Wir besuchen einen beispielhaften Garten für eine nachhaltige und naturnahe Lebensweise.

**Leitung** Kurt Forster, dipl. Permakulturdesigner

**Zeit** 10 – 12 Uhr

**Kosten** Fr. 8.– für Mitglieder,  
Fr. 10.– für Nichtmitglieder, inkl. Getränke

**Anmeldung** bis Freitag, 8. Juni 2018 an  
kurse@frauenzentrale-ar.ch,  
Hester Ryffel, 071 353 96 30 (Bürozeit)

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit der Beratung im ländlichen Raum AR.

## #9 Pannenhilfekurs -

**In Notsituationen selber «Frau der Lage» sein  
Donnerstag, 6. September 2018, 19 - 21 Uhr  
Auto Lanter AG, Herisau**

Wir schauen unter die Motorhaube, lernen mehr über Räder und Reifen, Winter-Fitness und Keep it Cool bei einem Unfall.

**Leitung** Philipp Lanter, Auto Lanter AG

**Anmeldung** bis Freitag, 24. August 2018 an  
kurse@frauenzentrale-ar.ch,  
Hester Ryffel, 071 353 96 30 (Bürozeit)

**Infos** [www.frauenzentrale-ar.ch](http://www.frauenzentrale-ar.ch)

## #10 Kommunikationstraining -

**Samstag, 22. September 2018, 8.30 - 16.30 Uhr,  
ev.-ref. Kirchgemeindehaus, Teufen**

Das Kommunikationstraining bietet die Möglichkeit, alltägliche Gesprächssituationen zu üben.

**Leitung** Anita Keller-Klemm, Heiden

**Kosten** Fr. 120.- für Mitglieder,  
Fr. 160.- für Nichtmitglieder (inkl.  
Jahresmitgliedschaft), exkl. Mittagessen

**Anmeldung** bis Freitag, 5. September 2018 an  
kurse@frauenzentrale-ar.ch,  
079 479 52 87, Caterina Mancuso

## Filmabend im August

Geniessen Sie den lauen Sommerabend mit einem aktuellen Film über Frauen oder von Frauen.

**Leitung** FZ SG und FZ AR mit Denkbar

**Zeit** Die genauen Angaben erfahren Sie im Newsletter der Frauenzentrale Ausserrhodens.

**Anmeldung** nicht nötig

**Infos** [www.frauenzentrale-ar.ch](http://www.frauenzentrale-ar.ch)

## #11 Besuch Obergericht in Trogen - Mittwoch, 31. Oktober 2018, 9 - 11 Uhr

Wir erhalten kostenlos Einblick in die Arbeitswelt des Obergerichtsvizepräsidenten Walter Kobler sowie der Obergerichtsschreiberin Barbara Widmer.

**Referenten** Walter Kobler  
Barbara Widmer

**Anmeldung** bis Mittwoch, 24. Oktober 2018 an  
kurse@frauenzentrale-ar.ch,  
Hester Ryffel, 071 353 96 30 (Bürozeit)

**Infos** [www.frauenzentrale-ar.ch](http://www.frauenzentrale-ar.ch)

## #12 Adventslesung mit Führung durch Appenzeller Druckerei, Mittwoch, 21. November 2018, 19 - 21.30 Uhr, Herisau

«Der Samichlaus ist da» erzählt die Geschichte eines kleinen Jungen, der am 6. Dezember mit dem Nikolaus unterwegs sein darf – von der Autorin gelesen.

**Referentin** Susi Germann-Läuchli

**Zeit** Führung von 19.00 – 20.30 Uhr  
Lesung von 20.30 – 21.30 Uhr

**Anmeldung** bis Mittwoch, 14. November 2018 an  
kurse@frauenzentrale-ar.ch,  
Hester Ryffel, 071 353 96 30 (Bürozeit)

**Infos** [www.frauenzentrale-ar.ch](http://www.frauenzentrale-ar.ch)

▼ Kurse mit Frauenzentrale St.Gallen. Die Vergünstigungen gelten auch für die Mitglieder der Frauenzentrale SG.

♂ Männer sind ebenfalls herzlich willkommen.

Bestehendes behalten – Neues integrieren?

## Helfen Sie mit die Zukunft des Frauentages vom 8. März zu gestalten.

dieses Jahr knüpfen wir mit Essen und Kultur an Bekanntem an. Aber vorgängig sind Ihre Ideen und Visionen gefragt. Wie sollen wir künftig den Frauentag gestalten?

Details und Flyer folgen.

[frauenzentrale-ar.ch](http://frauenzentrale-ar.ch)

### Frauentag in Heiden 8. März 2018

Gestalten Sie den Frauentag mit.

**Leitung** Neu: Frauenzentrale Ausserrhoden

**Zeit** Die genauen Angaben erfahren Sie im Newsletter der Frauenzentrale Ausserrhoden oder unter [www.frauenzentrale-ar.ch](http://www.frauenzentrale-ar.ch)

### Wahlen 2019

Überlegen Sie sich eine Kandidatur! Wir unterstützen mit einem Kurs anfangs 2019 und vermitteln Mentorinnen.

# Kennen Sie das «Frauen Netz AR»?

Sind Sie selbständig oder bieten Sie eine Dienstleistung oder ein Produkt an?  
Vernetzen Sie sich – bei Frauen Netz AR der Frauenzentrale Appenzell Ausserrhoden.

Die Frauenzentrale AR macht sich stark für die Vernetzung unter Frauen im Kanton.

Als Mitglied der Frauenzentrale AR können Sie sich gratis eintragen lassen und so für sich Werbung machen.

Schauen Sie rein und machen Sie mit!  
[www.frauenzentrale-ar.ch](http://www.frauenzentrale-ar.ch)

gemeinsam stark!

Werden Sie Mitglied und profitieren Sie von diversen Vergünstigungen und dem grossen Netzwerk.



Like Us!

@frauen\_zentrale\_ar

Wir sind neu auch auf  
Facebook zu finden.

Die Veranstaltungen der Frauenzentrale AR finden  
in Absprache und mit Unterstützung des Amtes für  
Soziales von Appenzell Ausserrhoden statt.



Mit Unterstützung von

**Appenzell Ausserrhoden**

frauen ar  
Frauenzentrale Appenzell Ausserrhoden

## Die Stimme für Ausserrhoder Frauen

Als unabhängiger kantonaler Frauendachverband  
vernetzen wir 41 Kollektiv- und rund 450 Einzelmitglieder.  
Die Frauenzentrale engagiert sich im gesellschaftlichen  
und politischen Bereich.

### Kontakt

[info@frauenzentrale-ar.ch](mailto:info@frauenzentrale-ar.ch), [www.frauenzentrale-ar.ch](http://www.frauenzentrale-ar.ch)  
Telefon 079 279 16 02

Sind Sie zufrieden mit unserer Arbeit? Dann sprechen Sie  
über uns und werben Neumitglieder. Vielen Dank.

Termin für Ihre Agenda

Hauptversammlung  
Frauenzentrale AR  
Mittwoch, 2. Mai 2018,  
Gerbe, Heiden