**Jahresbericht «Ressort Freizeit» 2024**

Im Ressort Freizeit konnten wir viele unterschiedliche und spannende Vorträge und Kurse anbieten. Hier eine kleine Zusammenfassung vom 2024:

**Line Dance Kurs**

Unter der Leitung von Irene Schori fand Ende Februar ein Line Dance Kurs statt. 19 Frauen tanzten an 6 Abenden in Linien zu Country- und Popmusik. Am letzten Abend durften die Teilnehmerinnen Kleider im Country Stil anziehen. Das gesamte erlernte Repertoire des Kurses wurde an diesem Abend zum Besten gegeben. Was anfangs vielleicht ein «Geknorze» war, wurde an diesem letzten Abend flüssig und mit viel Freude getanzt. Die strahlenden Gesichter der Frauen verrieten, dass Tanzen einfach glücklich macht.

**Happy Painting**

In zwei Kursen am 15. Und 16. März haben 13 Frauen unter der Anleitung von Sandra Imfeld aus Konolfingen kreative und bunte Happy Painting-Bilder hergestellt. Jedes Bild war ein Unikum und hat allen Teilnehmerinnen viel Freude und Spass bereitet. Wir hoffen, dass die Teilnehmerinnen auch zu Hause noch weitere einzigartige Bilder gestalten konnten.

**Frauenkleidertausch**

Der dritte Kleidertausch in Oberdiessbach konnten wir am 24. und 25. Mai 2024 im Kirchgemeindehaus durchführen. Die Auswahl der vorbeigebrachten Kleider und Accessoires war gross. In diesen zwei Tagen fanden viele Kleider und Accessoires ein neues Zuhause. Die Ludothek hat zusätzlich am Samstag im KGH einen «Gänggelimärit« gemacht, viele Kinder haben hier ihre Spielsachen zum Verkauf angeboten. Die Auswahl an Kuchen und Leckereien haben zum Verweilen an unserem Event eingeladen. Vielen Dank an alle, die uns bei diesem Anlass unterstützt haben.

**Der Kreativität auf der Spur**

Diesen Workshop mussten wir aufgrund zu wenig Anmeldungen absagen. Wir möchten an dieser Stelle jedoch ein Dankeschön an Ursula Zurbrügg aussprechen, dass sie sich für einen Workshop bereit erklärt hat. Vielleicht klappt es ein anders mal.

**Selbstverteidigungskurs für Mädchen und Frauen**

“Stopp! La mi la sy- Ig bi starch- Ig bi parat!» Dies war das Motto des Selbstverteidigungskurses für Mädchen und Frauen, der Mitte Oktober durchgeführt wurde. Vor allem bei Mädchen und Teenager fand der Kurs grossen Anklang und so war an diesem Samstag in der Turnhalle viel Girls-Power zu spüren. Die Mädchen und Frauen hatten viel Spass und gingen mit gestärktem Selbstvertrauen nach Hause. Herzlichen Dank an den Karate Club Bern, der diesen Workshop ermöglicht hat.

**Elternpower in der Pubertät**

Am 06. November 2024 konnten wir diesen Vortrag in der Aula der Sekundarschule durchführen. Nathalie Guex, Sexual- und Sozialpädagogin hat den 18 Teilnehmerinnen ihr Wissen rund um das Thema Sexualität in der Pubertät nähergebracht. Ein intensiver Austausch zwischen den Teilnehmerinnen und Frau Guex entstand.

**Weihnachtswichtel**

Aus verschiedenen Naturmaterialien entstand unter der Leitung von Beatrice Reusser in Aeschlen in zwei Kursen 15 individuelle Weihnachtswichtel. Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen hatten einen kreativen Abend und konnten voller Stolz ihren Weihnachtswichtel mit nach Hause nehmen. Bei allen stand nun über die Adventszeit ein lustiger Wichtel und hiess die Bewohner und Besucher willkommen.

**Märlistunde für Jung und Alt**

Mit Esther Gertsch durften wir Anfang Dezember in die Welt der Märchen abtauchen. In ihrer wunderbaren Erzählkunst durften wir vielen schönen Geschichten im schönem Berndeutsch lauschen. In weihnachtlicher Atmosphäre wurden wir im «Sunnsitli» von Annelies Eichenberger mit feinem Gewürztee und heisser Schokolade verwöhnt. Natürlich gab es auch allerhand «Weihnachtsgüetzi», die beim gemütlichen Ausklang genossen werden konnten. Insgesamt waren 24 Frauen von jung bis alt an diesen Märchenabend. Ein grosses Dankeschön an Annelies Eichenberger für die grosszügige Gastfreundschaft.

Ein vielfältiges und interessantes Kursprogramm durften wir im 2024 präsentieren. Alle Angebote haben grossen Anklang gefunden und wurden sehr gut besucht. Dies freut uns sehr und wir planen jetzt schon wieder die nächsten Kurse, Workshops und Vorträge und hoffen auch im 2025 auf ein gutes Gelingen.

Isabelle Graf & Brigitte Scherz