

Backen Sa 24. Okt 2026

im Heimat- und Rebbaumuseum Spiez

Hast du Lust auf selbst gebackenes Brot und frischen Zopf aus dem Holzofen? Wir heizen ein - du bringst deinen Teig und nimmst dein gebackenes Brot und die frischen Zöpfe nach Hause.

Wann: Samstag, 24. Oktober 2026

Wo: In der Küche des Heimat- und Rebbaumuseums Spiez

Wie: Du bringst deinen fertigen Teig oder die geformten Brote /Zöpfe à ca. 500g
(1kg Mehl = 2-3 Laibe Brot /Zopf)

Kosten: CHF 2.-- pro kg Mehl, mindestens CHF 2.--
Der Erlös geht an das Heimat- und Rebbaumuseum.

Anmeldung: Mit Name, Telefonnummer, Anzahl Gebäcke und gewünschtem Backgang bis am Donnerstag, 12:00 vor dem Backtag bei:
sepp.zahner@wasserzyt.ch - 076 / 576 41 94 - Briefkasten Spiezbergstr. 33a

	1. Backgang ca. 9:00	2. Backgang ca. 11:00
Anzahl Brote/Zöpfe à ca. 300g - 500g Mehl		
Bestellung Pirozhkis Stück 2.- (ca. 80g)	Anzahl:	
Name:	Tel:	Mail: O ja, ich möchte in den Mailverteiler aufgenommen werden!

Erneut wollen wir möglichst ohne Nachheizen zwischen den Backgängen backen. Gut, wenn du ca. 15' vorher da bist. Wir freuen uns auf das gemeinsame Backen!

Annik Flühmann, Natalia Prokhorovich, Fernande Gächter, Res Blaser und Sepp Zahner

Yoga Sa 24. Okt 2026

im Heimat- und Rebbaumuseum Spiez

Kombiniere das Brot backen mit Yoga. Oder hast du einfach Lust an einem ganz besonderen Ort Yoga zu machen? Auch dann bist du herzlich willkommen. Dieses Yoga richtet sich an alle - ob Anfänger, Fortgeschrittene, Senioren oder Jugendliche. Lasse dich von der positiven Wirkung des Yoga überzeugen.

Wann: Samstag, 24. Oktober 2026

09.15 - 10.00 Yoga zum Thema Erde
10.15 - 11.00 Yoga zum Thema Wasser
11.15 - 12.00 Yoga zum Thema Feuer
12.15 - 13.00 Yoga zum Thema Luft

Wo: In der Stube des Heimat- und Rebbaumuseums
Je nach Wetter, Temperatur teilweise im Freien.

Wie: Bequeme Kleidung - Matten benötigen wir keine.

Kosten: CHF 17.--pro Yoga-Einheit. Ein Teil des Erlös geht an das Heimat- und Rebbaumuseum.

Anmeldung: erwünscht an Regula Nowak 079 283 78 61 / regula.nowak@bluewin.ch
Regula Nowak und das Backteam

