

Erwachsenenbildung in unserer Region

Kurse der Gemeinden Jegenstorf, Kirchlindach, Moosseedorf, Urtenen-Schönbühl und Zollikofen

April bis September 2011

Fremdsprachen / Literatur

Titel des Kurses	Konversationskurs Italienisch
Kursinhalt	In einer Kleingruppe Kenntnisse anwenden, festigen und erweitern: praxisnah und Ihren Bedürfnissen angepasst! Stufe A2 / B1 Weitere Kurse unter www.talkinfo.ch
VeranstalterIn	Sprachstudio TALK
Kursleitung	Liliana Negri
Datum, Zeit	Ab 2. Mai 2011, 9 x, je Montag, 09.00 Uhr
Ort	Bäriswil
Kurskosten	6 – 8 Tn.: Fr. 270.00 / 4 – 5 Tn.: Fr. 302.00
Materialkosten	Lehrmittel und Kopien: ca. Fr. 60.00
Anmeldung an	Tel. 031 859 07 72, www.talkinfo.ch
Anmeldeschluss	Samstag, 16. April 2011
Titel des Kurses	Let's speak English
Kursinhalt	Für alle, die im Zeitalter des Computers und der Globalisierung mitreden wollen! Kleingruppe, lockere Lernatmosphäre, praxisnaher Unterricht. Kurse auf verschiedenen Stufen unter www.talkinfo.ch
VeranstalterIn	Sprachstudio TALK
Kursleitung	Elisabeth Scheurer
Datum, Zeit	Ab Ende April 2011, 10 x, Kurszeiten gemäss Kursprogramm
Ort	Bäriswil oder Urtenen-Schönbühl
Kurskosten	6 – 8 Tn.: Fr. 300.00 / 4 – 5 Tn.: Fr. 335.00
Materialkosten	Lehrmittel und Kopien: ca. Fr. 60.00
Anmeldung an	Tel. 031 859 07 72, www.talkinfo.ch
Anmeldeschluss	Samstag, 16. April 2011
Titel des Kurses	Italienisch A2 – 815412
Kursinhalt	Für Teilnehmende mit guten Basiskenntnissen
Lehrmittel	Allegro 2
Kursinhalt	Wiederholung und Konversation
Lehrmittel	Wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.
VeranstalterIn	Volkshochschule Bern
Kursleitung	Gianna Schnell-Bigolin
Datum, Zeit	29. April, 13./27. Mai, 17. Juni und 1. Juli 2011, je Freitag, 5 x, 09.00 – 10.30 Uhr
Ort	Kirchgemeindehaus, Markusraum, Jegenstorf
Kurskosten	Fr. 165.00
Anmeldung an	Volkshochschule Bern, Tel. 031 320 30 30, info@vhsbe.ch
Anmeldeschluss	10 Tage vor Kursbeginn
Titel des Kurses	Englisch A2 – 815212
Kursinhalt	Für Teilnehmende mit guten Basiskenntnissen
Lehrmittel	Wird im Kurs bekannt gegeben.
VeranstalterIn	Volkshochschule Bern
Kursleitung	Divine Harrison
Datum, Zeit	Ab 27. April 2011, 10 x, je Mittwoch, 17.30 – 19.00 Uhr
Ort	Schulanlage Gyrisberg, Mehrzweckraum, Jegenstorf
Kurskosten	Fr. 210.00
Anmeldung an	VHS Bern, Grabenpromenade 3, 3011 Bern, Tel. 031 320 30 30, info@vhsbe.ch
Anmeldeschluss	10 Tage vor Kursbeginn
Titel des Kurses	Englisch B1 – 815312
Kursinhalt	Für Teilnehmende mit guten Basiskenntnissen
Lehrmittel	Wird im Kurs bekannt gegeben.
VeranstalterIn	Volkshochschule Bern
Kursleitung	Divine Harrison
Datum, Zeit	Ab 27. April 2011, 10 x, je Mittwoch, 19.15 – 20.45 Uhr
Ort	Schulanlage Gyrisberg, Mehrzweckraum, Jegenstorf
Kurskosten	Fr. 210.00

Anmeldung an Anmeldeabschluss	VHS Bern, Grabenpromenade 3, 3011 Bern, Tel. 031 320 30 30, info@vhsbe.ch 10 Tage vor Kursbeginn
Titel des Kurses	Italienisch A2 – 815413
Kursinhalt	Für Teilnehmende mit guten Basiskenntnissen
Lehrmittel	Allegro 2
Kursinhalt	Wiederholung und Konversation
Lehrmittel	Wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.
VeranstalterIn	Volkshochschule Bern
Kursleitung	Gianna Schnell-Bigolin
Datum, Zeit	19. August, 2. und 16. September 2011, 3 x, je Freitag, 09.00 – 10.30 Uhr
Ort	Kirchgemeindehaus, Markusraum, Jegenstorf
Kurskosten	Fr. 99.00
Anmeldung an Anmeldeabschluss	Volkshochschule Bern, Tel. 031 320 30 30, info@vhsbe.ch 10 Tage vor Kursbeginn
Titel des Kurses	Englisch A2 – 815213
Kursinhalt	Für Teilnehmende mit guten Basiskenntnissen
Lehrmittel	Wird im Kurs bekannt gegeben.
VeranstalterIn	Volkshochschule Bern
Kursleitung	Divine Harrison
Datum, Zeit	Ab 17. August 2011, 6 x, je Mittwoch, 17.30 – 19.00 Uhr
Ort	Schulanlage Gyrisberg, Mehrzweckraum, Jegenstorf
Kurskosten	Fr. 126.00
Anmeldung an Anmeldeabschluss	VHS Bern, Grabenpromenade 3, 3011 Bern, Tel. 031 320 30 30, info@vhsbe.ch 10 Tage vor Kursbeginn
Titel des Kurses	Englisch B1 – 815313
VeranstalterIn	Volkshochschule Bern
Kursinhalt	Für Teilnehmende mit guten Basiskenntnissen
Lehrmittel	Wird im Kurs bekannt gegeben.
Kursleitung	Divine Harrison
Datum, Zeit	Ab 17. August 2011, 6 x, je Mittwoch, 19.15 – 20.45 Uhr
Ort	Schulanlage Gyrisberg, Mehrzweckraum, Jegenstorf
Kurskosten	Fr. 126.00
Anmeldung an Anmeldeabschluss	VHS Bern, Grabenpromenade 3, 3011 Bern, Tel. 031 320 30 30, info@vhsbe.ch 10 Tage vor Kursbeginn
Titel des Kurses	Deutsch für Fremdsprachige
Kursinhalt	Grundkurs Verbessern Sie Ihre Deutschkenntnisse in einer Kleingruppe: lockere Lernatmosphäre, praxisnaher Unterricht! Weitere Kurse unter: www.talkinfo.ch
VeranstalterIn	Sprachstudio TALK
Kursleitung	Karin Balmer
Datum, Zeit	Ab 28. April 2011, 10 x, je Donnerstag, 20.15 Uhr
Ort	Urtenen-Schönbühl
Kurskosten	6 – 8 Tn.: Fr. 300.00 / 4 – 5 Tn.: Fr. 335.00
Materialkosten	Lehrmittel und Kopien: ca. Fr. 60.00
Anmeldung an Anmeldeabschluss	Tel. 031 859 07 72, www.talkinfo.ch Samstag, 16. April 2011
Titel des Kurses	Vorbereitungskurs Sprachtest Deutsch für die Einbürgerung
Kursinhalt	Schriftliche und mündliche Inhalte der Sprachstandanalyse A2 für die Einbürgerung werden gezielt trainiert. Voraussetzung: Grundkenntnisse in Deutsch. Kurzer Einstufungstest vor Kursbeginn.
VeranstalterIn	Sprachstudio TALK
Kursleitung	Karin Balmer
Datum, Zeit	Ab Ende April, 10 x, Kurszeit nach Vereinbarung
Ort	Urtenen-Schönbühl
Kurskosten	6 – 8 Tn.: Fr. 300.00 / 4 – 5 Tn.: Fr. 335.00
Materialkosten	Kopien: Fr. 15.00
Anmeldung an Anmeldeabschluss	Tel. 031 859 07 72, www.talkinfo.ch Samstag, 16. April 2011
Titel des Kurses	Französisch für den Alltag
Kursinhalt	Auffrischkurs In einer Kleingruppe Kenntnisse auffrischen und erweitern: praxisnah und Ihren Bedürfnissen angepasst! Weitere Kurse unter: www.talkinfo.ch

VeranstalterIn	Sprachstudio TALK
Kursleitung	Karin Balmer
Datum, Zeit	Ab 28. April 2011, 10 x, je Donnerstag, 19.00 Uhr
Ort	Urtenen-Schönbühl
Kurskosten	6 – 8 Tn.: Fr. 300.00 / 4 – 5 Tn.: Fr. 335.00
Materialkosten	Lehrmittel und Kopien: ca. Fr. 60.00
Anmeldung an	Tel. 031 859 07 72, www.talkinfo.ch
Anmeldeschluss	Samstag, 16. April 2011
Titel des Kurses	English for Kids (7 – 9 Jahre)
Kursinhalt	Auf spielerische Art erwerben die Kinder Grundkenntnisse in der Weltsprache.
VeranstalterIn	Sprachstudio TALK
Kursleitung	Elisabeth Scheurer
Datum, Zeit	Ab 27./29. April 2011, 10 x, je Mittwoch/Freitag, 16.00/14.00 Uhr
Ort	Urtenen-Schönbühl , Schulanlage Lee
Kurskosten	Ab 13 Tn.: Fr. 150.00 / 10 – 12: Fr. 175.00 / 7 – 9 Tn.: Fr. 195.00 / 5 – 6 Tn.: Fr. 220.00
Materialkosten	Keine
Anmeldung an	Tel. 031 859 07 72, www.talkinfo.ch
Anmeldeschluss	Samstag, 16. April 2011
Titel des Kurses	English for Teens (10 – 12 Jahre)
Kursinhalt	Grundkenntnisse und grammatische Strukturen erwerben. Förderung der vier Sprachkompetenzen Sprechen, Lesen, Hören und Schreiben.
VeranstalterIn	Sprachstudio TALK
Kursleitung	Elisabeth Scheurer
Datum, Zeit	Ab 28. April 2011, 10 x, je Donnerstag, 16.30 Uhr
Ort	Urtenen-Schönbühl , Schulanlage Lee
Kurskosten	Ab 13 Tn.: Fr. 150.00 / 10 – 12: Fr. 175.00 / 7 – 9 Tn.: Fr. 195.00 / 5 – 6 Tn.: Fr. 220.00
Materialkosten	Lehrmittel ca. Fr. 50.00
Anmeldung an	Tel. 031 859 07 72, www.talkinfo.ch
Anmeldeschluss	Samstag, 16. April 2011
Titel des Kurses	Italienisch für Ferien und Job
Kursinhalt	Anfänger 2 In einer Kleingruppe lernen Sie locker und praxisnah, sich in dieser schönen Sprache zu verständigen. Sehr wenig Kenntnisse erforderlich. Weitere Kurse unter: www.talkinfo.ch
VeranstalterIn	Sprachstudio TALK
Kursleitung	Liliana Negri
Datum, Zeit	Ab 28. März 2011, 10 x, je Montag, 20.20 Uhr
Ort	Urtenen-Schönbühl
Kurskosten	6 – 8 Tn.: Fr. 300.00 / 4 – 5 Tn.: Fr. 335.00
Materialkosten	Lehrmittel und Kopien: ca. 60.00
Anmeldung an	Tel. 031 859 07 72, www.talkinfo.ch
Anmeldeschluss	Freitag, 25. März 2011
Titel des Kurses	Italienisch für Ferien und Job
Kursinhalt	Auffrischkurs (Stufe A2) In einer Kleingruppe Kenntnisse verbessern und erweitern: praxisnah und Ihren Bedürfnissen angepasst! Grundkenntnisse erforderlich. Lehrmittel: Allegro 2 Weitere Kurse unter: www.talkinfo.ch
VeranstalterIn	Sprachstudio TALK
Kursleitung	Liliana Negri
Datum, Zeit	Ab 4. April 2011, 10 x, je Montag, 19.15 Uhr
Ort	Urtenen-Schönbühl
Kurskosten	6 – 8 Tn.: Fr. 300.00 / 4 – 5 Tn.: Fr. 335.00
Materialkosten	Lehrmittel und Kopien: ca. Fr. 60.00
Anmeldung an	Tel: 031 859 07 72, www.talkinfo.ch
Anmeldeschluss	Freitag, 25. März 2011
Titel des Kurses	Spanisch für Ferien und Job
Kursinhalt	Anfängerkurs In einer Kleingruppe lernen Sie locker und praxisnah, sich in dieser schönen Sprache zu verständigen. Weitere Kurse unter www.talkinfo.ch
VeranstalterIn:	Sprachstudio TALK
Kursleitung	Altagracia Hefti oder Karin Balmer
Datum, Zeit	Ab Ende April 2011, 10 x, Kurszeit nach Vereinbarung
Ort	Urtenen-Schönbühl
Kurskosten	6 – 8 Tn.: Fr. 300.00 / 4 – 5 Tn.: Fr. 335.00

Materialkosten	Lehrmittel und Kopien ca. Fr. 60.00
Anmeldung an	Tel. 031 859 07 72, www.talkinfo.ch
Anmeldeschluss	Samstag, 16. April 2011
Titel des Kurses	Diplomkurs Spanisch (Certificado DELE)
Kursinhalt	In einer Kleingruppe werden Sie gezielt auf das Certificado DELE vorbereitet. Spanischkenntnisse sind für diesen Kurs erforderlich. Weitere Kurse unter www.talkinfo.ch
VeranstalterIn:	Sprachstudio TALK
Kursleitung	Altagracia Hefti
Datum, Zeit	Ab Ende April 2011, 10 x, Kurszeit nach Vereinbarung
Ort	Urtenen-Schönbühl
Kurskosten	6 – 8 Tn.: Fr. 320.00 / 4 – 5 Tn.: Fr. 355.00
Materialkosten	Lehrmittel und Kopien ca. Fr. 60.00
Anmeldung an	Tel. 031 859 07 72, www.talkinfo.ch
Anmeldeschluss	Samstag, 16. April 2011

Gesundheit / Gymnastik / Sport

Titel des Kurses	YOGA – Kraft und Lebensfreude
Kursinhalt	entfalten mit Körper-, Atem-, Entspannungs-, Konzentrations- und Meditationsübungen.
Veranstalter/in	Marianne Rymann
Kursleitung	Marianne Rymann, dipl. Yogalehrerin YS/EYU
Datum, Zeit	Ab 4. Mai 2011, 10 x, je Mittwoch, 17.45 – 19.00 Uhr und 20.00 – 21.15 Uhr
Ort	Röhrehütte, Bäriswil
Kurskosten	Fr. 220.00
Anmeldung	Marianne Rymann, vor. Hubel 23, 3323 Bäriswil, Tel. 031 859 43 58, 079 737 35 43 www.yogarama.ch, marianne.rymann@gmx.ch
Anmeldeschluss	Anmeldung jederzeit möglich
Titel des Kurses	Fitgym-Gymnastik ab 55 (Frauen und Männer)
Kursinhalt	Kreislauf in Schwung bringen, Gelenke mobilisieren-stabilisieren, Beweglichkeit von Kopf bis Fuss
VeranstalterIn	Pro Senectute Bern
Kursleitung	Ruth Locher, Stv. Annette Boinay
Datum, Zeit	Je Dienstag, 08.45 – 09.45 Uhr, ausser Schulferien
Ort	Halengasse 9, Turnhalle, Herrenschwanden
Kurskosten	Fr. 170.00 Jahresabo / Quartalsabo möglich: 1., 2. und 4. Quartal Fr. 65.00, 3. Quartal Fr. 40.00
Anmeldung an	Ruth Locher, Thalmatt 1, 3037 Herrenschwanden, Tel. 031 301 14 54, 079 485 45 58, ruth.locher3@bluewin.ch
Titel des Kurses	Turnen / Fitgym für Seniorinnen
Kursinhalt	Kraft und Beweglichkeit erhalten und aufbauen
VeranstalterIn	Pro Senectute
Kursleitung	Marie-Louise Andres, Tel. 034 445 44 05 Christine Wehrli, Tel. 031 761 16 01
Datum, Zeit	Je Freitag, 08.45 – 09.45 Uhr
Ort	Pavillon der kath. Kirchgemeinde, Jegenstorf
Kurskosten	Fr. 6.00 pro Lektion
Anmeldung an	Nicht erforderlich
Titel des Kurses	Turnen / Fitgym für Seniorinnen
Kursinhalt	Kraft und Beweglichkeit erhalten und aufbauen
VeranstalterIn	Pro Senectute
Kursleitung	Marie-Louise Andres, Tel. 034 445 44 05 Christine Wehrli, Tel. 031 761 16 01
Datum, Zeit	Je Freitag, 10.00 – 11.00 Uhr
Ort	Pavillon der kath. Kirchgemeinde, Jegenstorf
Kurskosten	Fr. 6.00 pro Lektion
Anmeldung an	Nicht erforderlich
Titel des Kurses	YOGA – der Weg in unserer Mitte
Kursinhalt	Yoga will den Körper stärken, dehnen und den Geist zentrieren und so miteinander verbinden.
VeranstalterIn	Caroline Schneider Limacher, dipl. Yogalehrerin YS
Kursleitung	Caroline Schneider Limacher, dipl. Yogalehrerin YS
Datum, Zeit	Je Donnerstag, 09.30 – 10.45 Uhr
Ort	Atelier l'espace, Bernfeldweg 8, Jegenstorf
Kurskosten	Schnupperlektion gratis, Fr. 18.00 pro Lektion
Anmeldung an	Caroline Schneider Limacher, Tel. 079 383 32 61, info@yoga-derweg.ch, www.yoga-derweg.ch
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Koordinatives Krafttraining (Sypoba)
Kursinhalt	Effizientes Muskel- und Gelenktraining; Optimierung der Balance- und Reaktionsfähigkeit
VeranstalterIn	Gymriege Jegenstorf
Kursleitung	Eva Huber, Susanne Sterchi
Datum, Zeit	Je Freitag, 09.55 – 11.00 Uhr (ausgenommen Schulferien)
Ort	Turnhalle Gyrisberg, Jegenstorf
Kurskosten	Jahresbeitrag Fr. 150.00 (für sämtliche Kurse der Gymriege)
Anmeldung an	Eva Huber, Tel. 034 411 10 90, eva@apicus.ch
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Aerobic Mix
Kursinhalt	Stepp- und Mixed-Aerobic mit Bodyforming (Kinder können mitgebracht werden.)
VeranstalterIn	Gymriege Jegenstorf

Kursleitung	Barbara Künzli
Datum, Zeit	Je Montag, 08.15 – 08.55 Uhr (ausgenommen Schulferien)
Ort	Turnhalle Gyrisberg, Jegenstorf
Kurskosten	Jahresbeitrag Fr. 150.00 (für sämtliche Kurse der Gymriege)
Anmeldung an	Barbara Künzli, Tel. 031 761 11 55 (mittags), barbara-k@bluewin.ch
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Dance Aerobic
Kursinhalt	Dance-Aerobic verbindet klassische Elemente des Aerobic mit lässigen Moves. Eine spannende Abwechslung zum legendären Aerobic-Workout.
VeranstalterIn	Studio pilates & more, www.pilates-and-more.ch
Kursleitung	Nadine Buache
Datum, Zeit	Je Montag, 10.15 – 11.15 Uhr und Donnerstag, 20.00 – 21.00 Uhr
Ort	Studio pilates & more, Bernstrasse 41, Jegi-Center, 2. Stock, Jegenstorf
Kurskosten	Fr. 150.00 (10 x)
Anmeldung an	Trix Grigioni, Oberdorfstrasse 21, 3303 Jegenstorf, Tel. 031 762 02 25 oder 079 686 02 02, trix.grigioni@bluewin.ch
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Power Aerobic
Kursinhalt	Stepp- und Mixed-Aerobic mit hoher Intensität
VeranstalterIn	Gymriege Jegenstorf
Kursleitung	Barbara Künzli
Datum, Zeit	Je Mittwoch, 19.00 – 19.50 Uhr (ausgenommen Schulferien)
Ort	Turnhalle Gyrisberg oder Sporthalle Gyrisberg hinterer Drittel, Jegenstorf
Kurskosten	Jahresbeitrag Fr. 150.00 (für sämtliche Kurse der Gymriege)
Anmeldung an	Barbara Künzli, Tel. 031 761 11 55 (mittags), barbara-k@bluewin.ch
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Pilates
Kursinhalt	Das Training nach der Methode Pilates kräftigt die tiefliegende Muskulatur und stabilisiert die Wirbelsäule.
VeranstalterIn	Studio pilates & more
Kursleitung	Trix Grigioni
Datum, Zeit	Jeweiliger Stundenplan unter www.pilates-and-more.ch oder telefonisch anfordern
Ort	Studio pilates & more, Bernstrasse 41, Jegi-Center, 2. Stock, Jegenstorf
Kurskosten	Fr. 150.00 (10 x)
Anmeldung an	Trix Grigioni, Oberdorfstrasse 21, 3303 Jegenstorf, Tel. 031 762 02 25, 079 686 02 02, trix.grigioni@bluewin.ch
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Pilates 60+
Kursinhalt	Pilates-Training kräftigt die tiefliegende Muskulatur und stabilisiert die Wirbelsäule.
VeranstalterIn	Studio pilates & more, www.pilates-and-more.ch
Kursleitung	Trix Grigioni
Datum, Zeit	Je Donnerstag, 09.00 – 10.00 Uhr und Freitag, 09.00 – 10.00 Uhr weitere Kurse auf Anfrage
Ort	Studio pilates & more, Bernstrasse 41, Jegi-Center, 2. Stock, Jegenstorf
Kurskosten	Fr. 150.00 (10 x)
Anmeldung an	Trix Grigioni, Oberdorfstrasse 21, 3303 Jegenstorf, Tel. 031 762 02 25, 079 686 02 02, trix.grigioni@bluewin.ch
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Hatha Yoga – Grundkurse
Kursinhalt	Entspannen – Energiequellen wecken – die Freude am Sein entdecken
VeranstalterIn	Margareta Selina Bürgi
Kursleitung	Margareta Selina Bürgi, dipl. Yogalehrerin, Craniosacral Therapeutin
Datum, Zeit	Je Montag, 19.30 – 21.00 Uhr Je Dienstag, 19.30 – 21.00 Uhr
Ort	Atelier l'espace, Bernfeldweg 8, Jegenstorf
Kurskosten	Fr. 25.00 pro Lektion, quartalweise zahlbar Einzellektion Fr. 28.00
Anmeldung an	Margareta Selina Bürgi, Tel. 031 869 45 10
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Antara
Kursinhalt	Training der tiefliegenden Muskulatur für einen starken Rücken und eine gute Haltung
VeranstalterIn	Gymriege Jegenstorf
Kursleitung	Barbara Künzli
Datum, Zeit	Je Mittwoch, 20.00 – 20.50 Uhr (ausgenommen Schulferien)
Ort	Turnhalle Gyrisberg oder Sporthalle Gyrisberg hinterer Drittel, Jegenstorf

Kurskosten	Jahresbeitrag Fr. 150.00 (für sämtliche Kurse der Gymriege)
Anmeldung an	Barbara Künzli, Tel. 031 761 11 55 (mittags), barbara-k@bluewin.ch
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Atmen und Bewegen
Kursinhalt	Die Atemtherapie nach Klara Wolf verbindet Atem und Bewegung zu einem organischen Ganzen.
VeranstalterIn	Pro Senectute Emmental-Oberaargau
Kursleitung	Rudolf Rohn, Burgdorf, Tel. 034 422 55 61
Datum, Zeit	Ab 21. März 2011, je Montag, 7 x, 09.30 – 10.30 Uhr
Ort	Kirchgemeindehaus Jegenstorf
Mitbringen	Dicke Wollsocken, Gymnastikschuhe, Decke oder Matte
Kurskosten	Fr. 100.00 (von Krankenkassen-Zusatzversicherung anerkannt)
Anmeldung an	Pro Senectute E-O Langenthal, Bildung, Bützbergstrasse 19, 4900 Langenthal, Tel. 062 916 80 95, bildung.eo@be.pro-senectute.ch
Titel des Kurses	Nordic Walking und Classic Walking
Kursinhalt	Nordic Walking und Classic Walking
VeranstalterIn	Frauenriege Jegenstorf
Kursleitung	Ruth Althaus
Datum, Zeit	Ab 18. April 2011, je Montag, 08.30 – 09.45 Uhr
Ort	Vitaparcours Parkplatz, Jegenstorf
Kurskosten	Fr. 100.00, inkl. Stockmiete
Anmeldung an	Ruth Althaus, Weissensteinweg 12, 3303 Jegenstorf Tel. 031 761 11 62, 079 475 82 16, ruth.althaus@bluewin.ch
Anmeldeschluss	Samstag, 16. April 2011
Titel des Kurses	Nordic Walking und Classic Walking
Kursinhalt	Nordic Walking und Classic Walking
VeranstalterIn	Frauenriege Jegenstorf
Kursleitung	Ruth Althaus
Datum, Zeit	Ab 20. April 2011, je Mittwoch, 18.15 – 19.30 Uhr
Ort	Vitaparcours Parkplatz, Jegenstorf
Kurskosten	Fr. 100.00, inkl. Stockmiete
Anmeldung	Ruth Althaus, Weissensteinweg 12, 3303 Jegenstorf Tel. 031 761 11 62, 079 475 82 16, ruth.althaus@bluewin.ch
Anmeldeschluss	Montag, 18. April 2011
Titel des Kurses	FitGym
Kursinhalt	Kräftigen, lockern, dehnen im Sitzen und im Stehen
VeranstalterIn	Pro Senectute
Kursleitung	Beatrice Kunz
Datum, Zeit	Je Montag, 14.15 – 15.15 Uhr
Ort	Aula Schulhaus, Kirchlindach
Kurskosten	Jahresabo Fr. 170.00, 10er Abo Fr. 70.00 (Probelektion gratis)
Anmeldung an	Beatrice Kunz, Tel. 031 829 16 59
Anmeldeschluss	Anmeldung jederzeit möglich
Titel des Kurses	Chakra Diagnostik
Kursinhalt	Die 7 Chakren: Harmonisierung, Selbsterfahrung, Zuordnung der Organsysteme
Lehrmittel	Das Chakra Aura System, Wiwi R. Raupach
VeranstalterIn	Elisabeth Eberhard, Shimodainstitut
Kursleitung	Frau Roswitha Raupach, Essen
Datum, Zeit	14. – 17. April 2011, Donnerstag 14.00 – 19.00 Uhr, Freitag – Sonntag, 10.00 – 17.15 Uhr
Ort	Oeliweg 5, Weissenstein, Meikirch
Kurskosten	Fr. 795.00
Anmeldung an	Elisabeth Eberhard, Tel. 031 829 17 86, e.eberhard@bluewin.ch
Anmeldeschluss	Sonntag, 10. April 2011
Titel des Kurses	Turnen / Fitgym für Seniorinnen
Kursinhalt	Kraft und Beweglichkeit erhalten und aufbauen.
VeranstalterIn	Pro Senectute
Kursleitung	Doris Zbinden, Tel. 031 869 27 95 Erika Aeberhard, Tel. 031 761 07 14
Datum, Zeit	Je Donnerstag, 14.00 – 15.00 Uhr
Ort	Altes Schulhaus, Moosseedorf
Kurskosten	Fr. 6.00 pro Lektion
Anmeldung	Nicht erforderlich
Titel des Kurses	Bewegung und Spiel

Kursinhalt	Spass und Gesundheit
VeranstalterIn	Pro Senectute
Kursleitung	Annekäti Hubacher, Heidi Brombacher
Datum, Zeit	Ab 1. April 2011, je Freitag, 15.30 – 17.00 Uhr
Ort	Turnhalle Staffel 3, Moosseedorf
Kurskosten	Fr. 10.00 pro Doppellektion
Anmeldung	Annekäti Hubacher, Tel. 031 859 03 45, annekaeti.hubacher@gmx.ch
Titel des Kurses	YOGA – Kraft und Lebensfreude
Kursinhalt	entfalten Körper-, Atem-, Entspannungs-, Konzentrations- und Meditationsübungen.
Veranstalter/in	Marianne Rymann
Kursleitung	Marianne Rymann, dipl. Yogalehrerin YS/EYU
Datum, Zeit	Ab 3. Mai 2011, 10 x, je Dienstag, 17.15 – 18.30 Uhr
Ort	Stiftung Tannacker, Turnhalle, Moosseedorf
Kurskosten	Fr. 220.00
Anmeldung	Marianne Rymann, vor. Hubel 23, 3323 Bärswil, Tel. 031 859 43 58, 079 737 35 43 www.yogarama.ch, marianne.rymann@gmx.ch
Anmeldeschluss	Anmeldung jederzeit möglich
Titel des Kurses	Soft-Ball-Tennis
Kursinhalt	Bewegung und Spiel – Spass und Gesundheit
VeranstalterIn	Pro Senectute
Kursleitung	Annekäti Hubacher, Heidi Brombacher
Datum, Zeit	Ab 21. Oktober 2011, jeden 2. Freitag, 15.30 – 17.00 Uhr
Ort	Turnhalle Staffel 3, Moosseedorf
Kurskosten	Fr. 10.00 pro Doppellektion
Anmeldung	Annekäti Hubacher, Bernstrasse 91, 3322 Urtenen-Schönbühl, Tel. 031 859 03 45 E-Mail: annekaeti.hubacher@gmx.ch
Titel des Kurses	Qigong und Yoga (fortlaufender Kurs)
Kursinhalt	Langsame, fließende Bewegungen aktivieren Energie, der Körper wird gestärkt, gedehnt und entspannt.
Veranstalterin	Gemeinnütziger Frauenverein Münchenbuchsee
Kursleitung	Therese Aeschlimann, Bern
Datum, Zeit	Je Montag, 18.00 – 19.30 Uhr
Ort	Turnhalle Schulhaus Allmend, Münchenbuchsee
Kurskosten	Auf Anfrage
Anmeldung an	Barbara Hofmann, 3053 Münchenbuchsee, Tel. 031 869 52 01, kurse@unser-gfm.ch
Anmeldeschluss	Auf Anfrage
Titel des Kurses	Fitness im Wasser Sommerkurs 2011
Kursinhalt	Förderung von Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer durch gelenkschonendes Training im Wasser.
Veranstalterin	Therapie und Training Zentrum AG
Kursleitung	Eveline Gut, dipl. Physiotherapeutin
Datum, Zeit	Ab 2. Juni 2011 bis 25. August 2011, je Donnerstag, 09.50 – 10.40 Uhr
Ort	Sportzentrum Hirzenfeld, Radiostrasse 23, Münchenbuchsee
Kurskosten	Fr. 195.00 für 13 Lektionen, zusätzlich Fr. 60.00 für Eintritt und Weste
Anmeldung an	TTZ AG, Kirchlindachstrasse 7, 3052 Zollikofen, Tel. 031 914 20 40
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Aqua-Gym für Schwangere
Kursinhalt	Fit – für – 2 ist ein sicheres und schonendes Bewegungsangebot für Schwangere in brusttiefem Wasser
Veranstalterin	Aquateam Bern, die Profis für Wasserfitness
Kursleitung	Edith Locher Brunner
Datum, Zeit	Bitte Stundenplan anfordern
Ort	Münchenbuchsee, Ittigen, Bern
Kurskosten	Fr. 237.00 für 10 x, inkl. Eintritt
Anmeldung an	Aquateam Bern, Burgunderstrasse 138, 3018 Bern, Tel. 031 990 10 00, info@aquateam.ch, www.aquateam.ch
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Aqua-Gym
Kursinhalt	Aqua-Gym ist sportliche Wassergymnastik mit toller Musik im brusttiefen Wasser. Unser Motto: Gesundheit-Fitness-Spass
Veranstalterin	Aquateam Bern, die Profis für Wasserfitness
Kursleitung	Edith Locher Brunner
Datum, Zeit	Bitte Stundenplan anfordern
Ort	Münchenbuchsee, Ittigen, Bern
Kurskosten	Fr. 208.00 für 10 x, inkl. Eintritt

Anmeldung an	Aquateam Bern, Burgunderstrasse 138, 3018 Bern, Tel. 031 990 10 00 info@aquateam.ch, www.aquateam.ch
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Selbstverteidigung für Frauen
Kursinhalt	Unter fachkundiger Leitung lernen Sie einfache, effiziente Übungen zu Ihrem Selbstschutz.
VeranstalterIn	Gemeinnütziger Frauenverein Münchenbuchsee
Kursleitung	Ursula Aegler, Sicherheitsberatung KAPO Bern
Datum, Zeit	Mittwoch, 31. August 2011, 19.30 – 21.00 Uhr
Ort	Dachstock Kirchgemeindehaus, Münchenbuchsee
Kurskosten	Fr. 30.00, für Mitglieder und Jugendliche Fr 20.00
Anmeldung an	Barbara Hofmann, 3053 Münchenbuchsee, Tel. 031 869 52 01, kurse@unser-gfm.ch
Anmeldeschluss	Freitag, 19. August 2011
Titel des Kurses	Notfälle bei Kleinkindern
Kursinhalt	Erste Hilfe bei Unfällen und Krankheiten
VeranstalterIn	Tageselternverein Kirchlindach, Bremgarten, Meikirch
Kursleitung	Esther Bieri, Samariterlehrerin
Datum, Zeit	Freitag, 27. Mai 2011, 19.00 – 22.00 Uhr Samstag, 28. Mai 2011, 09.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 15.00 Uhr
Ort	Gemeinsames Mittagessen Oberstufenzentrum Uettligen, Schülerweg 16/18, Uettligen
Kurskosten	Fr. 100.00 pro Person / Fr. 180.00 pro Paar Die Kurskosten für Tageseltern übernehmen die Vereine.
Anmeldung an	Cécile Uhr, Freudenreichstrasse 42, 3047 Bremgarten, Tel. 079 504 72 30, cecile.uhr@bluewin.ch
Anmeldeschluss	Montag, 9. Mai 2011
Titel des Kurses	Turnen / Fitgym für Seniorinnen
Kursinhalt	Kraft und Beweglichkeit erhalten und aufbauen
VeranstalterIn	Pro Senectute
Kursleitung	Jetti Blaser, Tel. 031 859 05 61 Esther Nabholz, Tel. 034 411 19 00
Datum, Zeit	Je Freitag, 13.30 - 14.30 Uhr
Ort	Turnhalle Lee Ost, Urtenen-Schönbühl
Kurskosten	Fr. 6.00 pro Lektion
Anmeldung	Nicht erforderlich
Titel des Kurses	Fit for fun
Kursinhalt	Gemeinsam eine fähige Aerobic oder Step-Stunde erleben!
VeranstalterIn	Turnverein Urtenen-Schönbühl
Kursleitung	Rahel Zwahlen
Datum, Zeit	Je Donnerstag, 19.00 – 20.00 Uhr, ausser Schulferien
Ort	Turnhalle MZA, Urtenen-Schönbühl
Kurskosten	Fr. 80.00 für 11er Abo
Anmeldung an	Rahel Zwahlen, Tel. 034 411 16 17, rahel.zwahlen@bluewin.ch
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Energie und Kraft tanken für den Alltag
Kursinhalt	Oft bemerken wir zu spät, dass wir ausser Atem sind. Je besser wir in Kontakt mit unserem Atem sind, umso leichter finden wir zu innerer Ausgeglichenheit. Mit verschiedenen Atem-Körperwahrnehmungs- und Bewegungsübungen lösen wir Blockaden, werden gelassener und steigern das Wohlbefinden. Wir tanken neue Energie und schöpfen Kraft für den Alltag.
VeranstalterIn	Landfrauenverein Urtenen-Schönbühl
Kursleitung	Barbara Spahni, Eigerpark, Urtenen-Schönbühl
Datum, Zeit	Ab 2. Mai 2011, 8 x, je Montag, 2./16./30.Mai, 20. Juni, 4. Juli, 15./29. August und 12. September 2011, 19.00 – 20.00 Uhr
Ort	Musikzimmer Schulhaus Lee 3, Urtenen-Schönbühl
Mitbringen	Weiche Unterlage, warme Socken, Decke
Kurskosten	Fr. 136.00, Mitglieder Landfrauenverein Fr. 120.00
Anmeldung an	Katrin Huber, Tel. 031 859 01 46, huckers@bluewin.ch
Anmeldeschluss	Dienstag, 26. April 2011
Titel des Kurses	LINEdance
Kursinhalt	LINEdance ist eine Tanzform, bei der neben- sowie hintereinander getanzt wird.
VeranstalterIn	Gemeinnütziger Frauenverein Münchenbuchsee
Kursleitung	Larissa Ruf
Datum, Zeit	Ab 3. Mai 2011, 5 x, je Dienstag, 20.00 – 21.30 Uhr
Ort	TANZfabrik, Solothurnstrasse 30, Urtenen-Schönbühl
Kurskosten	Fr. 110.00, für Mitglieder und Jugendliche Fr. 100.00
Anmeldung an	Barbara Hofmann, 3053 Münchenbuchsee, Tel. 031 869 52 01, kurse@unser-gfm.ch

Anmeldeschluss	Donnerstag, 21. April 2011
Titel des Kurses	Erste Hilfe
Kursinhalt	Auffrischen oder erarbeiten der Grundlagen der ersten Hilfe
Veranstalterin	Landfrauenverein Urtenen-Schönbühl
Kursleitung	Peter Gurtner, Samariterverein Urtenen-Schönbühl
Datum, Zeit	Donnerstag, 12. Mai 2011, 19.30 – ca. 22.30 Uhr
Ort	Lee-Saal, Urtenen-Schönbühl
Kurskosten	Fr. 38.00, Mitglieder Landfrauenverein Fr. 35.00
Anmeldung an	Katrin Huber, Tel. 031 859 01 46, huckers@bluewin.ch
Anmeldeschluss	Mittwoch, 27. April 2011
Titel des Kurses	Aikido (Selbstverteidigung)
Kursinhalt	Aikido ist in seiner heutigen Anwendung eine defensive Selbstverteidigung. Durch seinen Reichtum an natürlichen Bewegungen ist Aikido ideal, um einen Ausgleich zum heutigen oft bewegungsarmen Alltag zu bieten und den Körper zu reaktivieren und gesund zu bleiben.
Veranstalterin	Aikido Zollikofen
Kursleitung	Thomas Moser
Datum, Zeit	Je Montag, 18.15 – 19.45 Uhr; Donnerstag, 12.15 – 13.30 Uhr oder 17.45 – 19.00 Uhr; Kindertraining (9 – 14 Jahre), Donnerstag, 17.30 – 18.30 Uhr
Ort	Dojo Budo Sport, Bernstrasse 99, Zollikofen
Kurskosten	Erwachsene Fr. 30.00/Monat, Kinder Fr.15.00/Monat
Anmeldung an	Thomas Moser, Tel. 079 606 97 23, aikido@aikido-bern.ch, www.aikido-bern.ch
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Yoga? Yoga ist ein Weg, der von "ganz aussen ganz nach innen" führt
Kursinhalt	Mit Körper-, Atem- und Konzentrationsübungen können wir Alltagsstress abbauen. Wir erfahren äussere und innere Ruhe und Ausgeglichenheit. Entdecke deinen inneren Reichtum!
Kursleitung	Yvonne Brand-Westphale, dipl. Yogalehrerin YS/EYU
Datum, Zeit	Montag, 09.00 – 10.15 Uhr, 18.00 – 19.15 Uhr, 19.30 – 20.45 Uhr, Dienstag, 09.00 – 10.15 Uhr, 19.30 – 20.45 Uhr, Freitag, 08.45 – 10.00 Uhr
Ort	Montagsmorgen, Montagabend, Dienstagmorgen und Freitagmorgen, Dachstock Jugendfoyer, Wahlackerstrasse 58, Zollikofen , Dienstagabend, TTZ, Kirchlindachstrasse 7, Zollikofen
Kurskosten	Fr. 220.00 (10 Lektionen à 75 Min.)
Anmeldung an	Yvonne Brand-Westphale, Unterfeldweg 60, 3053 Münchenbuchsee, Tel. 031 869 40 47
Anmeldeschluss	Eintritt jederzeit möglich, Anmeldung bitte 3 Tage vor Kursbeginn
Titel des Kurses	Taebo
Kursinhalt	Karatebewegungen nach Musik
Veranstalterin	Karateschule Weisser Adler Grauholz
Kursleitung	Z. Markovic, 6. Dan Karate
Datum, Zeit	Dienstag und Donnerstag, 20.00 – 21.00 Uhr
Ort	Industriestrasse 31, Zollikofen
Kurskosten	24er Abo Fr. 240.00
Anmeldung an	U. Grutsch, Lindachstrasse 64, 3038 Kirchlindach, Tel. 031 911 74 54, u.grutsch@gmx.ch, www.karatewa.ch
Anmeldeschluss	Einstieg laufend möglich
Titel des Kurses	Bewege, Begägne, Gsundheit
Kursinhalt	Senioren-Gym, Sport git Läbesfröid
Veranstalterin	Pro Senectute
Kursleitung	Lisabeth von Wartburg
Datum, Zeit	Dienstag, 14.00 – 15.00 Uhr oder 15.15 – 16.15 Uhr und Mittwoch 14.00 – 15.00 Uhr
Ort	Dienstag Kirchengemeindehaus, Mittwoch Turnhalle Steinibach, Zollikofen
Kurskosten	Jahresabo Fr. 160.00 oder 10er Fr. 70.00
Anmeldung an	Lisabeth von Wartburg, Tel.031 911 30 58, lisabeth.vonwartburg@gmx.ch
Anmeldeschluss	Mitmache, schnuppere jederzeit. Nie afa ufhöre.
Titel des Kurses	Aktiv über die Mittagspause – Rückenfit
Kursinhalt	Gönnen Sie Ihrem Rücken etwas Bewegung, ein gezieltes dynamisches Training wirkt Wunder
Veranstalterin	Therapie und Training Zentrum AG, Kirchlindachstr. 7, 3052 Zollikofen
Kursleitung	Mirjam Blaser dipl. Bewegungspädagogin
Datum, Zeit	Je Mittwoch, 12.10 – 13.10 Uhr
Ort	Tanzfabrik, Bernstrasse 171, Zollikofen
Kurskosten	Fr. 240.00 , 12 x 60 Min.
Anmeldung an	TTZ AG, Kirchlindachstrasse 7, Zollikofen, Tel. 031 914 20 50
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Beckenbodenkurs

Kursinhalt	Kraft aus der Mitte, ein dynamisches Training für den Beckenboden.
Veranstalterin	Therapie und Training Zentrum AG, Kirchlindachstr. 7, 3052 Zollikofen
Kursleitung	Mirjam Blaser, dipl. Bewegungspädagogin
Datum, Zeit	Je Mittwoch, 10.10 – 11.00 Uhr
Ort	Tanzfabrik, Bernstrasse 171, Zollikofen
Kurskosten	Fr. 200.00, 12 x 50 Min.
Anmeldung an	TTZ AG, Kirchlindachstrasse 7, 3052 Zollikofen, Tel. 031 914 20 50
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Fit im Alter
Kursinhalt	Die Förderung der Kraft, der Beweglichkeit, des Gleichgewichts und der Ausdauer ermöglicht es auch im Alter selbständig und fit zu bleiben.
Veranstalterin	Therapie und Training Zentrum AG, Kirchlindachstrasse 7, Zollikofen
Kursleitung	Eveline Gut, dipl. Physiotherapeutin
Datum, Zeit	Je Mittwoch, 09.00 – 09.45 Uhr
Ort	Tanzfabrik, Bernstrasse 171, Zollikofen
Kurskosten	Fr. 180.00 für 3 Monate
Anmeldung an	TTZ AG, Kirchlindachstrasse 7, Zollikofen, Tel. 031 914 20 50
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses:	Turnen für bewegungsfreudige Frauen 35+
Kursinhalt:	Aerobic, Step, Fitball, Pilates, Rücken- und Beckenbodengym, Entspannung, Spiel, Spass usw.
Veranstalterin	Frauenriege Zollikofen
Kursleitung	Gut ausgebildete, erfahrene Leiter/innen (Schweizerischer Turnverband)
Datum, Zeit	Je Montag, 18.00 – 19.00 Uhr ältere Turnerinnen, 19.05 – 20.05 Uhr normales Vereinsturnen, 20.15 – 21.30 Uhr Gym-mix: anspruchsvolles Fitness-Programm für fitness- und leistungsbewusste Frauen ab 35 Jahren, die gerne gefordert werden.
Ort	Turnhalle Sekundarstufe I, oben, Schulhausstrasse 32, Zollikofen
Kurskosten	Fr. 140.00 Jahresbeitrag
Anmeldung an	Technische Leiterin: Margrit Traber, Seniorinnen Annemarie Zahnd, Tel. M. Traber 031 911 21 40, Tel. A. Zahnd 031 911 05 49
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Nordic Walking
Kursinhalt	Ein Ganzkörper-Konditionstraining im Outdoorbereich mit Spass und Dynamik in der Gruppe.
Veranstalterin	Therapie und Training Zentrum AG
Kursleitung	Adrian Treyer, dipl. Physiotherapeut
Datum, Zeit	Je Donnerstag, 09.30 – 10.30 Uhr
Ort	TTZ AG, Kirchlindachstr. 7, Zollikofen
Kurskosten	Fr. 120.00 für 3 Monate
Anmeldung an	TTZ AG, Kirchlindachstrasse 7, Zollikofen, Tel. 031 914 20 50
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Karate
Kursinhalt	Kein Kontaktkarate
Veranstalterin	Karateschule Weisser Adler Grauholz
Kursleitung	Z. Markovic, 6. Dan Karate
Datum, Zeit	Dienstag und Donnerstag, 19.00 – 20.00 Uhr
Ort	Industriestrasse 31, Zollikofen
Kurskosten	3 Monate Fr. 210.00 (Familienrabatt)
Anmeldung an	U. Grutsch, Lindachstrasse 64, 3038 Kirchlindach, Tel. 031 911 74 54, u.grutsch@gmx.ch, www.karatewa.ch,
Anmeldeschluss	Einstieg laufend möglich
Titel des Kurses	Sport tut gut
Kursinhalt	Turnen für Frauen jeden Alters: Erhalten von Gesundheit, Kraft, Ausdauer, Selbstständigkeit und Beweglichkeit in jedem Lebensalter im Einklang mit der Atmung
Veranstalterin	SVKT Frauensport Zollikofen-Münchenbuchsee
Kursleitung	Marianne Steck / Annalies Weber / Karin Wüthrich
Datum, Zeit	Je Montag, 08.15 – 09.15 Uhr und 09.15 – 10.15 Uhr / je Mittwoch, 09.15 – 10.00 Uhr / je Donnerstag, 18.30 – 19.30 Uhr während der Schulzeit
Ort	Allmendenschulhaus, Münchenbuchsee ; Jugendfoyer oder Sek.-Turnhalle, Zollikofen
Kurskosten	Fr. 100.00 pro Jahr
Anmeldung an	Andrea Neuhaus, Mühlerain 22, Zollikofen, Tel. 031 911 49 48, andrea.neuhaus@netjump.ch
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	dance 2Bfit
Kursinhalt	Tanzen, Bewegung, Muskeltraining, Bodenübungen, dehnen, Entspannung → tanzende Fitnessmethode
Veranstalterin	Dance Aerobics Company

Kursleitung	Gerda Hall
Datum, Zeit	Je Mittwoch, 19.30 – 20.30 Uhr / je Freitag, 09.30 – 10.30 Uhr
Ort	Mittwoch: Blindenschule Zollikofen / Freitag: Saalanlage Münchenbuchsee
Kurskosten	Fr. 13.00 pro Mal (Quartalsrechnung), Schnupperlektion gratis
Anmeldung an	Gerda Hall, Tel. 031 862 07 11, gerda.hall@gmx.ch
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses:	Besser laufen mit der Feldenkrais-Methode
Kursinhalt:	Das eigene Laufmuster wahrnehmen, Fehlbelastung entdecken, mehr Leichtigkeit und gesteigerte Leistung erleben. Bitte Gymnastikmatte mitbringen.
Kursleitung	Jana Marti
Datum, Zeit	Samstag, 7. Mai 2011, 09.30 – 18.00 Uhr
Ort	Dachstock Jugendfoyer, Wahlackerstrasse 58, Zollikofen
Kurskosten	Fr. 100.00
Materialkosten	Bitte eine Gymnastikmatte mitbringen
Anmeldung an	Jana Marti, Tel. 031 911 16 79, 076 431 17 09, berunka@gmx.ch
Anmeldeschluss	Freitag, 29. April 2011
Titel des Kurses	Gemeinsam lernen und lehren / Bildung zur Gesundheit
Kursinhalt	Erarbeitung Ihrer mitgebrachten Themen / Weiterbildung zur Gesundheit, in Familie und am Arbeitsplatz, Bewältigung des Alltags. Gemeinsam im Dialog mit einem Hausarzt und weiteren interessierten Personen aus dem Bildungs- und Gesundheitsbereich.
Lehrmittel	Protokolle und Informationsmaterial, Literaturangabe
Veranstalterin	dialog-gesundheit Forum
Kursleitung	Dr. med. Michael Deppeler, Susanna Haller
Datum, Zeit	2. Mai, 27. Juni, 29. August und 31. Oktober, je Montag, 19.00 – 20.30 Uhr
Ort	Aula Sek-Stufe I, Schulhausstrasse 30, Zollikofen
Kurskosten	Freier Zugang für alle / Beitrag frei / Mitgliedschaft frei, Mitglieder Jahresbeitrag Fr. 10.00
Materialkosten	Fr. 5.00
Anmeldung an	dialog-gesundheit Forum, pA: Susanne Haller, Schützenstrasse 15, 3052 Zollikofen, Tel. 031 911 77 04, susanna.haller@bluewin.ch, www.dialog-gesundheit.ch /Regionen/Bern/dialog-gesundheit Forum Zollikofen
Anmeldeschluss	Am Veranstaltungstag
Titel des Kurses	YOGA – in Einheit von Körper, Atem und Geist
Kursinhalt	Jede Bewegung wird bewusst vom Atem geführt, der Geist kommt zur Ruhe. Die Konzentration wird erhöht, mehr Beweglichkeit und mehr Energie.
Kursleitung	Anja Engel dipl. Yogalehrerin, Ayurveda-Massage, med. Therapeutin Kinesiologin
Datum, Zeit	Ab 26. April 2011, je Dienstag, 18.30 – 20.00 Uhr / ab 28. April 2011, je Donnerstag, 18.30 – 20.00 Uhr
Ort	Jugendfoyer, Wahlackerstrasse 58, Zollikofen
Kurskosten	10 Abende Fr. 220.00, Probelektion möglich
Anmeldung an	Anja Engel, Tel. 031 911 97 67, an.engel@bluewin.ch, www.gesundheitspraxis-engel.ch
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Meditation, Atemübungen, Gedankenstille, Tiefenentspannung, Energielenkung
Kursinhalt	Im Sitzen, Liegen, Stehen und Gehen
Kursleitung	Anja Engel dipl. Yogalehrerin, Ayurveda-Massage, med. Therapeutin Kinesiologin
Datum, Zeit	Ab 26. April 2011, je Dienstag, 20.15–21.30 Uhr
Ort	Jugendfoyer, Wahlackerstrasse 58, Zollikofen
Kurskosten	10 Abende Fr. 200.00
Anmeldung an	Anja Engel, Tel. 031 911 97 67, an.engel@bluewin.ch, www.gesundheitspraxis-engel.ch
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Atmen und bewegen – Leben – 880112
Kursinhalt	Unsere Atmung wird uns erst richtig bewusst, wenn wir durch Stress, Überforderung oder von Ängsten geplagt nach Luft ringen müssen. Durch Atemschulung - verbunden mit Körperübungen zur Anregung der Kreislauf-, Stoffwechsel- und Drüsentätigkeit - sowie Übungen zur Harmonisierung vegetativer Funktionen erlangen wir Kondition, Energie und innere Kraft.
Veranstalterin	Volkshochschule Bern
Lehrmittel	Mitbringen: Bequeme Turnbekleidung, weiche Gymnastikschuhe, Decke für Bodenübungen
Kursleitung	Barisi Margrit
Datum, Zeit	Ab 26. April – 5. Juli 2011, 10 x, je Dienstag, 19.00 – 20.00 Uhr
Ort	Musikzimmer, Sekundarschule, Zollikofen
Kurskosten	Fr. 150.00
Anmeldung an	Tel. 031 320 30 30, info@vhsbe.ch, www.vhsbe.ch
Anmeldeschluss	10 Tage vor Kursbeginn
Titel des Kurses	Fühl dich fit! – 880312
Kursinhalt	Schulung von Kraft, Gleichgewicht und Fitness zu Musik. Geeignet für Frauen ab 40.

Lehrmittel	Mitbringen: Lockere Turnbekleidung und Turnschuhe
Veranstalterin	Volkshochschule Bern
Kursleitung	Zahnd Annemarie
Datum, Zeit	Ab 26. April – 5. Juli 2011, 11 x, je Dienstag, 09.10 – 10.10 Uhr
Ort	Geisshubel Turnhalle, Zollikofen
Kurskosten	Fr.165.00
Anmeldung an	Tel. 031 320 30 30, info@vhsbe.ch, www.vhsbe.ch
Anmeldeschluss	10 Tage vor Kursbeginn
Titel des Kurses	Atmen und bewegen – Leben – 880212
Kursinhalt	Unsere Atmung wird uns erst richtig bewusst, wenn wir durch Stress, Überforderung oder von Ängsten geplagt nach Luft ringen müssen. Durch Atemschulung - verbunden mit Körperübungen zur Anregung der Kreislauf-, Stoffwechsel- und Drüsentätigkeit - sowie Übungen zur Harmonisierung vegetativer Funktionen erlangen wir Kondition, Energie und innere Kraft.
Veranstalterin	Volkshochschule Bern
Lehrmittel	Mitbringen: Bequeme Turnbekleidung, weiche Gymnastikschuhe, Decke für Bodenübungen
Kursleitung	Barisi Margrit
Datum, Zeit	Ab 28. April – 7. Juli 2011, 10 x, je Donnerstag, 09.15 – 10.15 Uhr
Ort	Dachstock Jugendfoyer, Wahlackerstrasse 58, Zollikofen
Kurskosten	Fr.150.00
Anmeldung an	Tel. 031 320 30 30, info@vhsbe.ch, www.vhsbe.ch
Anmeldeschluss	10 Tage vor Kursbeginn
Titel des Kurses:	Feldenkrais-Methode, Bewusstheit durch Bewegung
Kursinhalt:	Aus dem Kopf in den Körper. Sich besser spüren, die Leichtigkeit und die Ausdehnung erfahren. Neues entdecken. Bitte Gymnastikmatte mitbringen.
Kursleitung	Jana Marti
Datum, Zeit	2. Mai – 4. Juli 2011, 9 x, je Montag, 13.45 – 15.00 Uhr
Ort	Dachstock Jugendfoyer, Wahlackerstrasse 58, Zollikofen
Kurskosten	Fr. 180.00
Materialkosten	Bitte eine Gymnastikmatte mitbringen
Anmeldung an	Jana Marti, Tel. 031 911 16 79, 076 431 17 09, berunka@gmx.ch
Anmeldeschluss	Freitag, 29. April 2011, Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Einführung Medialität
Kursinhalt	In diesem Kurs kann jeder Teilnehmer seine eigenen medialen Fähigkeiten entdecken und auch vertiefen. Sie lernen die verschiedenen Formen der Medialität kennen.
Kursleitung	Marietta Keller
Datum, Zeit	Ab 12. Mai, 7 x, je Donnerstag, 19.30 – 21.30 Uhr
Ort	Das Zentrum, Buchsweg 9, Zollikofen
Kurskosten	Fr. 150.00
Anmeldung an	Marietta Keller, Tel. 031 922 48 02, marietta_keller@bluewin.ch, www.das-zentrum.ch
Anmeldeschluss	Donnerstag, 5. Mai 2011
Titel des Kurses	Atmen und bewegen - Leben - 880113
Kursinhalt	Unsere Atmung wird uns erst richtig bewusst, wenn wir durch Stress, Überforderung oder von Ängsten geplagt nach Luft ringen müssen. Durch Atemschulung - verbunden mit Körperübungen zur Anregung der Kreislauf-, Stoffwechsel- und Drüsentätigkeit - sowie Übungen zur Harmonisierung vegetativer Funktionen erlangen wir Kondition, Energie und innere Kraft.
Lehrmittel	Mitbringen: Bequeme Turnbekleidung, weiche Gymnastikschuhe, Decke für Bodenübungen
Veranstalterin	Volkshochschule Bern
Kursleitung	Barisi Margrit
Datum, Zeit	16. August – 20. September 2011, 6 x, je Dienstag, 19.00 – 20.00 Uhr
Ort	Musikzimmer Sekundarschule, Zollikofen
Kurskosten	Fr. 90.00
Anmeldung an	Tel. 031 320 30 30, info@vhsbe.ch, www.vhsbe.ch
Anmeldeschluss	10 Tage vor Kursbeginn
Titel des Kurses	Atmen und bewegen - Leben - 880213
Kursinhalt	Unsere Atmung wird uns erst richtig bewusst, wenn wir durch Stress, Überforderung oder von Ängsten geplagt nach Luft ringen müssen. Durch Atemschulung - verbunden mit Körperübungen zur Anregung der Kreislauf-, Stoffwechsel- und Drüsentätigkeit - sowie Übungen zur Harmonisierung vegetativer Funktionen erlangen wir Kondition, Energie und innere Kraft.
Lehrmittel	Mitbringen: Bequeme Turnbekleidung, weiche Gymnastikschuhe, Decke für Bodenübungen
Veranstalterin	Volkshochschule Bern
Kursleitung	Barisi Margrit
Datum, Zeit	18. August – 22. September 2011, 6 x, je Donnerstag, 09.15 – 10.15 Uhr
Ort	Dachstock Jugendfoyer, Wahlackerstrasse 58, Zollikofen

Kurskosten Fr. 90.00
Anmeldung an Tel. 031 320 30 30, info@vhsbe.ch, www.vhsbe.ch
Anmeldeschluss 10 Tage vor Kursbeginn

Titel des Kurses **Turnen / Fitgym für Seniorinnen**
Kursinhalt Kraft und Beweglichkeit erhalten und aufbauen
VeranstalterIn Pro Senectute
Kursleitung Erika Aeberhard, Tel. 031 761 07 14
 Therese Hämmerli, Tel. 032 859 41 67

Datum, Zeit Je Dienstag, 08.45 – 09.45 Uhr
Ort Turnhalle, **Zuzwil**
Kurskosten Fr. 6.00 pro Lektion
Anmeldung an Nicht erforderlich

Titel des Kurses **Bewegte Vormittage**
Kursinhalt Auf spielerische Weise zieht sich das Thema „leichter laufen, gehen, sitzen und stehen“ durch alle Kurse.

VeranstalterIn Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kursleitung Brigitta Walpen, Feldenkraispädagogin, dipl. Gymnastiklehrerin
Datum, Zeit 8. April, 20. Mai, 1. Juli, 19. August und 16. September 2011, je Freitag, 08.45 – 10.45 Uhr
Ort Die Käserei, Kultur- und Kursraum, **Zuzwil**
Kurskosten Fr. 50.00 pro Morgen
Anmeldung an Doris Eggel, Tel. 079 208 30 06, www.diekäserei.ch, info@diekaeserei.ch

Erziehung / Familie / Partnerschaft

Titel des Kurses	Anleitung zur Babymassage
Kursinhalt	Sinn der Babymassage, üben am eigenen Baby
VeranstalterIn	Mütter- und Väterberatung
Kursleitung	Christine Giger oder Silvia Glauser
Datum, Zeit	Donnerstag, 24. März 2011, 13.30 Uhr und Donnerstag, 12. Mai 2011, 09.30 Uhr
Ort	Kirchgemeindehaus, Jegenstorf
Kurskosten	keine
Anmeldung an	Schriftlich an: Mütter- und Väterberatung, Bernstrasse 28A, 3303 Jegenstorf oder mvb.amtfracbrunnen@bluewin.ch
Titel des Kurses	Das Kinderspiel
Kursinhalt	Lernen – ein Kinderspiel oder wie Kinder spielend lernen
VeranstalterIn	Tageselternverein Kirchlindach, Bremgarten, Meikirch
Kursleitung	Raphaela Walker Schmid, Heilpädagogin und Psychologin, Praxisnetz Düringen
Datum, Zeit	Mittwoch, 8. Juni 2011, 19.00 – 21.30 Uhr
Ort	Familientreff Uetligen, Ortschwabenstrasse 5, Uetligen
Kurskosten	Fr. 35.00 pro Person / Fr. 60.00 pro Paar
Anmeldung an	Cécile Uhr, Freudenreichstrasse 42, 3047 Bremgarten, Tel. 079 504 72 30, cecile.uhr@bluewin.ch
Anmeldeschluss	Montag, 23. Mai 2011
Titel des Kurses	Erste Hilfe für Kleinkinder
Kursinhalt	Kinder nehmen aktiv am Leben teil. Ihr natürlicher Bewegungsdrang bringt oft Verletzungen mit sich. Im Kurs lernen Sie, wie Sie sich richtig verhalten, wie Sie Ihrem Kind schnell und richtig helfen. Dieses Wissen gibt Sicherheit und Selbstvertrauen
Kursleitung	Gerda von Burg, Edith Schreyer
Datum, Zeit	Freitag, 13. Mai 2011, 18.00 – 21.30 Uhr und Samstag, 14. Mai, 08.30 – 16.30 Uhr
Ort	Alte Tiefenastrasse 6, Worblaufen
Kurskosten	Fr. 160.00 inkl. offiziellem Kursausweis
Anmeldung an	gerda.vonburg-kaatzsch@bkw-fmb.ch, Tel. 031 330 51 11
Anmeldeschluss	Montag, 2. Mai 2011, der Kurs findet ab 10 Teilnehmenden statt
Titel des Kurses	Medienerziehung (Vorschulkinder)
Kursinhalt	Den Mediengebrauch in der Familie kindgerecht und sinnvoll gestalten und damit die Entwicklung und den späteren Schulerfolg des Kindes unterstützen. Auswirkungen des Bücherlesens, des Fernsehens und des Computergebrauchs.
Veranstalterin	KIBEZ Kinderbetreuung Zollikofen
Kursleitung	M. Enderli Signer, A. Faedi Tschannen, Eltern- und Erwachsenenbildnerinnen VEB
Datum, Zeit	Samstag, 3. und 10. September 2011, jeweils 09.00 – 12.30 Uhr
Ort	Oberstufenzentrum, Schulhausstrasse, Zollikofen
Kurskosten	Fr. 100.00
Anmeldung an	KIBEZ Zollikofen, Patricia Zangger, Tel. 031 911 67 66, kibez@bluewin.ch
Anmeldeschluss	Montag, 1. August 2011
Titel des Kurses	Grundkurs für Tageseltern, Eltern und Grosseltern
Kursinhalt	Kinderbetreuung, Schwerpunkt Fremdbetreuung
VeranstalterIn	KIBEZ Zollikofen
Kursleitung	Marlies Bieri, dipl. Erwachsenenbildnerin, lösungsorientierte Beraterin
Datum, Zeit	FH, Präventionsfachfrau und Sexualpädagogin Donnerstag, 27. Oktober 2011, 19.00 – 22.00 Uhr Samstag, 29. Oktober 2011, 08.30 – 16.30 Uhr Donnerstag, 3. November 2011, 19.00 – 22.00 Uhr
Ort	GEWA Stiftung für berufliche Integration, Haupteingang, Alpenstrasse 58, Zollikofen
Kurskosten	Fr. 200.00 pro Person / Fr. 380.00 pro Paar. Die Kurskosten für die Tageseltern werden von den Vereinen übernommen.
Anmeldung an	Cécile Uhr, Freudenreichstrasse 42, 3047 Bremgarten, Tel. 079 504 72 30, cecile.uhr@bluewin.ch
Anmeldeschluss	Samstag, 1. Oktober 2011

Gesellschaft

Titel des Kurses	Nothelferkurs / Der Kurs zum Lehrfahrausweis
Kursinhalt	Ziele: Eine Notfallsituation richtig einschätzen. Weitere Schäden für Betroffene und Helfende verhindern. Die lebensrettenden Sofortmassnahmen situationsgerecht einsetzen. Zur Erlangung des Führerausweises für Lenker von Motorfahrzeugen und Motorrädern ist der Kurs obligatorisch.
Kursleitung	Gerda von Burg, Edith Schreyer
Datum, Zeit	Freitag, 10. Juni 2011, 19.00 – 22.00 Uhr und Samstag, 11. Juni 2011, 09.00 – 17.00 Uhr
Ort	Alte Tiefenastrasse 6, Worblaufen
Kurskosten	Fr. 160.00, inkl. offiziellem Kursausweis
Anmeldung an	Tel. 031 330 51 11, gerda.vonburg-kaatzsch@bkw-fmb.ch,
Anmeldeschluss	Freitag, 3. Juni 2011 / Der Kurs findet ab 10 Teilnehmenden statt.

Musik

Titel des Kurses	Eltern-Kind-Singen
Kursinhalt	Lieder, Verse und Bewegungsspiele für Kinder (1½ - 4 Jahre) und ihre Eltern
VeranstalterIn	Musikschule Region Wohlen
Kursleitung	Karin Baumgartner
Datum, Zeit	Dienstag- und Freitagmorgen
Ort	Dienstag: Musikschulräume, Schulstrasse 4, Hinterkappelen Freitag: Schulhaus, Kirchlindachstrasse 7, Ortschwaben
Kurskosten	Fr. 180.00 für 18 Lektionen à 40 Min.
Anmeldung an	Musikschule Region Wohlen, Sekretariat, Postfach, 3032 Hinterkappelen, Tel. 031 909 10 34, sekretariat@musikschule-regionwohlen.ch
Anmeldeschluss	Anmeldung jederzeit möglich
Titel des Kurses	Eltern-Kind-Singen
Kursinhalt	Erste aktive Begegnung mit Musik für Kinder von 2½ bis 5 Jahren in Begleitung von Erwachsenen.
VeranstalterIn	Musikschule Jegenstorf
Kursleitung	Sarah Aeberhard (Jegenstorf), Ursula Pfund (Grafenried) und Christine Rubin (Bätterkinden)
Datum, Zeit	1. Kurs ab 22./25./26. August 2011 2. Kurs ab 13./16./17. Februar 2012
Ort	Montag, 10.00 – 10.45 Uhr Donnerstag, 10.00 – 10.45 Uhr und 10.50 – 11.00 Uhr Freitag, 09.20 – 10.05 Uhr und 10.15 – 11.00 Uhr Montag: Kirchgemeindehaus Grafenried/Fraubrunnen Donnerstag: Kirchgemeindehaus, Bätterkinden Freitag: Aula Sägetschulhaus, Jegenstorf
Kurskosten	Fr. 240.00 pro Familie
Anmeldung an	Sekretariat Musikschule Jegenstorf, Iffwilstrasse 4, 3303 Jegenstorf, Tel. 031 762 07 00, info@msjegenstorf.ch, www.msjegenstorf.ch
Anmeldeschluss	Mittwoch, 15. Juni 2011 für den 1. Kurs Donnerstag, 15. Dezember 2011 für den 2. Kurs
Titel des Kurses	Pan – Träume für Erwachsene
Kursinhalt	Einführung in die Kunst des Panflötenspiels, erlernen einfacher Stücke und musizieren in der Gruppe.
VeranstalterIn	Musikschule Jegenstorf
Kursleitung	Jonas Jenzer
Datum, Zeit	Beginn ab August und Februar möglich, jeweils abends, Semesterkurs, Tag und Zeit nach Absprache
Ort	2. Stock, Musikschule Jegenstorf, Iffwilstrasse 4, Jegenstorf
Kurskosten	Fr. 415.00 pro Person (mind. 4 Personen)
Materialkosten	Panflöten werden zur Verfügung gestellt (Fr. 25.00 pro Monat).
Anmeldung an	Sekretariat Musikschule Jegenstorf, Iffwilstrasse 4, 3303 Jegenstorf, Tel. 031 762 07 00, info@msjegenstorf.ch, www.msjegenstorf.ch
Anmeldeschluss	Mittwoch, 15. Juni 2011, resp. Donnerstag, 15. Dezember 2011
Titel des Kurses	Volksmusik Spielkurs
Kursinhalt	Gemeinsam musizieren: aus dem reichhaltigen Fundus der europäischen Volksmusik und der Volksmusik aus dem Balkan erarbeitet das Kursensemble sein Repertoire. Willkommen sind alle in der Volksmusik gebräuchlichen Instrumente.
VeranstalterIn	Musikschule Jegenstorf
Kursleitung	Res Hafner
Datum, Zeit	Erster Kursabend: Montag, 22. August 2011, 20.00 Uhr Weitere Daten nach gemeinsamer Absprache.
Ort	Musikschule Jegenstorf, Iffwilstrasse 4, 2. Stock, Jegenstorf
Kurskosten	Ab 8 Teilnehmenden Fr. 470.00, exkl. Notenmaterial. Bei weniger Teilnehmenden erhöht sich das Kursgeld proportional (nach Rücksprache mit den Beteiligten).
Anmeldung an	Sekretariat Musikschule Jegenstorf, Iffwilstrasse 4, 3303 Jegenstorf, Tel. 031 762 07 00, info@msjegenstorf.ch, www.msjegenstorf.ch oder www.ethnoson.ch
Anmeldeschluss	Mittwoch, 15. Juni 2011
Titel des Kurses	Kammermusik-BAROCK-Ensemble
Kursinhalt	Zusammenspiel: aus dem grossen Repertoire der Barockmusik erarbeiten die Teilnehmenden ihr eigenes Programm. Willkommen sind alle in der Barockmusik gebräuchlichen Instrumente.
VeranstalterIn	Musikschule Jegenstorf
Kursleitung	Damaris Di Bennardo

Datum, Zeit	6 Kursabende, je 2 x 40 Min. Erster Kursabend: Dienstag, 23. August 2011, 19.00 Uhr Weitere Daten nach gemeinsamer Absprache
Ort	Musikschule Jegenstorf, Iffwilstrasse 4, 2. Stock, Jegenstorf
Kurskosten	Ab 5 Teilnehmenden Fr. 275.00, exkl. Notenmaterial. Bei weniger Teilnehmenden erhöht sich das Kursgeld proportional (nach Rücksprache mit den Beteiligten).
Anmeldung an	Sekretariat Musikschule Jegenstorf, Iffwilstrasse 4, 3303 Jegenstorf, Tel. 031 762 07 00, info@msjegenstorf.ch, www.msjegenstorf.ch oder www.ethnoson.ch
Anmeldeschluss	Bei Kursbeginn
Titel des Kurses	Schnupper-Angebot Musikunterricht
Kursinhalt	Einführung in die Welt der Musik/Begleitung beim Wiedereinstieg/Aufbau eines eigenen Repertoires
VeranstalterIn	Musikschule Moossee
Kursleitung	Je nach Instrument, Lehrperson der Musikschule
Datum, Zeit	Nach Absprache
Ort	Urtenen-Schönbühl, Moosseedorf
Kurskosten	Je nach Anzahl Lektionen
Anmeldung an	Musikschule Moossee, Unterdorfstrasse 7, 3322 Urtenen-Schönbühl, Tel. 031 859 60 16, m.scheurmann@swissonline.ch
Anmeldeschluss	Anmeldung jederzeit möglich
Titel des Kurses	Eltern-Kind-Singen & Musizieren in Zollikofen
Kursinhalt	Fröhliches Singen, Bewegungen und Tanzen fördert die Entwicklung der Kinder und legt auf eine unbeschwertere Weise den Grundstein für ein späteres Musizieren. Mit einfachen Liedern, Versen, Tänzchen und Spielen wollen wir uns ein vielseitiges Repertoire erarbeiten. Der Kurs vermittelt auch Anregungen, wie mit einfachen Mitteln musikalische und soziale Erfahrungen gesammelt werden können.
Kursleitung	Ursula Maria Meier, 031 971 52 71
Datum, Zeit	Start: Mittwoch, 27. April 2011 / Gruppe A: 09.00 – 09.50 Uhr; Gruppe B: 10.00 – 10.50 Uhr / 9 Lektionen à 50 Min.
Ort	Schulhaus Oberstufenzentrum, Schulhausstrasse 32, Trakt II, Parterre Zimmer E2, Zollikofen
Kurskosten	Fr. 180.00 für Betreuungsperson (Kinder gratis)
Anmeldung an	Sekretariat der Musikschule Zollikofen-Bremgarten, Aeschenbrunnmattstrasse 6, 3047 Bremgarten, Tel. 031 822 03 43, info@mszb.ch, www.mszb.ch
Anmeldeschluss	Dienstag, 5. April 2011
Titel des Kurses	Volksmusik Spielkurs für Erwachsene
Kursinhalt	Ensemblespiel mit internationaler Folklore, u. a. Mittel- und Osteuropa, Balkan. Momentan wird das Konzept des Jahreskurses überarbeitet. Infos sind ab Ende März auf www.mszb.ch aufgeschaltet.
Veranstalterin	Musikschule Zollikofen-Bremgarten
Kursleitung	Res Hafner
Datum, Zeit	Mitte August 2011, vorzugsweise am Dienstagabend
Ort	Oberstufenzentrum, Schulhausstrasse 32, Zollikofen
Kurskosten	In Bearbeitung
Anmeldung an	Sekretariat der Musikschule Zollikofen-Bremgarten, Aeschenbrunnmattstrasse 6, 3047 Bremgarten, Tel. 031 822 03 43, info@mszb.ch, www.mszb.ch
Anmeldeschluss	Freitag, 15. Mai 2011

Werken / Gestalten / Nähen

Titel des Kurses	Betonblätter
Kursinhalt	Rechaudkerzenhalter, Gartendekorationen oder Apéroschalen – alles aus Betonblättern kreiert
Veranstalterin	Gemeinnütziger Frauenverein Münchenbuchsee
Kursleitung	Elisabeth Liechi
Datum, Zeit	Montag, 6. Juni 2011, 19.30 – ca. 21.30 Uhr und Donnerstag, 9. Juni 2011, 19.30 – ca. 21.30 Uhr
Ort	Dorfstrasse 25, Ersigen
Kurskosten	Fr. 43.00, für Mitglieder und Jugendliche Fr. 33.00
Anmeldung an	Barbara Hofmann, 3053 Münchenbuchsee, Tel. 031 869 52 01, kurse@unser-gfm.ch
Anmeldeschluss	Freitag, 27. Mai 2011
Titel des Kurses	Kreativ Töpfern
Kursinhalt	Verwirklichen Sie Ihre Ideen und lassen Sie sich inspirieren. Mehr unter www.kunstwerkstaette.ch
VeranstalterIn	Elisabeth Eberhard, Kunstwerkstätte
Kursleitung	Elisabeth Eberhard, Kunstwerkstätte
Datum, Zeit	Je Mittwoch, 19.00 – 22.00 Uhr
Ort	Oeliweg 5, Weissenstein, Meikirch
Kurskosten	Fr. 22.00 pro Std.
Materialkosten	Nach Aufwand
Anmeldung an	Elisabeth Eberhard, Tel. 031 829 17 86, liz.kunstwerkstaette@gmail.ch
Anmeldeschluss	Laufend am Vortag
Titel des Kurses	Kindergartentäschli nähen
Kursinhalt	Aus Blachenstoff entsteht ein individuelles Kindergartentäschli
Veranstalterin	Familienclub Zollikofen
Kursleitung	Benita Reidy
Datum, Zeit	Samstag, 21. Mai 2011, 09.00 – ca. 17.00 Uhr
Ort	Dachstock Jugendfoyer, Wahlackerstrasse 58, Zollikofen
Kurskosten	Mitglieder Fr. 75.00, inkl. Material, Nichtmitglieder Fr. 90.00
Anmeldung an	Karin Zimmermann, Birkenstrasse 20, 3052 Zollikofen, Tel. 031 911 66 17, zimmermann.karin@familienclub-zollikofen.ch , www.familienclub-zollikofen.ch
Anmeldeschluss	Montag, 2. Mai 2011
Titel des Kurses	Blachenstofftasche
Kursinhalt	An nur einem Nachmittag nähen wir uns unsere coole „Einkaufstasche“.
Veranstalterin	Familienclub Zollikofen
Kursleitung	Benita Reidy
Datum, Zeit	Samstag, 21. Mai 2011, 13.00 – ca. 17.00 Uhr
Ort	Dachstock Jugendfoyer, Wahlackerstr. 58, Zollikofen
Kurskosten	Mitglieder Familienclub Fr. 65.00 / Nichtmitglieder Fr. 80.00
Anmeldung an	Karin Zimmermann, Birkenstrasse 20, 3052 Zollikofen, Tel. 031 911 66 17, karin.zimmermann@familienclub-zollikofen.ch , www.familienclub-zollikofen.ch
Anmeldeschluss	Montag, 2. Mai 2011
Titel des Kurses	Raku-Keramik für Anfänger
Kursinhalt	Die Raku-Brenntechnik ist ein Experiment. Jedes Stück ist einmalig mit seiner individuellen Ausdruckskraft.
VeranstalterIn	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kursleitung	Esther Schertenleib
Datum, Zeit	28. April, 05./19./26. Mai 2011 (Brennen), je Donnerstag, 18.30 – 21.00 Uhr
Ort	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kurskosten	Fr. 60.00 pro Kursabend
Materialkosten	Ton und Glasur nach Verbrauch
Anmeldung an	Doris Eggel, Tel. 079 208 30 06, www.diekaserei.ch , info@diekaeserei.ch
Anmeldeschluss	Dienstag, 19. April 2011
Titel des Kurses	Keramik für Anfänger
Kursinhalt	Mit der Künstlerin Hannelore Milani herausfinden, wie spannend es ist, mit den Händen Ton zu bearbeiten.
VeranstalterIn	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kursleitung	Hannelore Milani
Datum, Zeit	9./16./23. Mai. und 6. Juni 2011 (Brennen), je Montag, 18.30 – 20.30 Uhr
Ort	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kurskosten	Fr. 60.00 pro Kursabend
Materialkosten	Ton und Glasur nach Verbrauch
Anmeldung an	Doris Eggel, Tel. 079 208 30 06, www.diekaserei.ch , info@diekaeserei.ch

Anmeldeschluss	2 Wochen vor Kursbeginn
Titel des Kurses	Keramik für Anfänger
Kursinhalt	Mit der Künstlerin Hannelore Milani herausfinden, wie spannend es ist, mit den Händen Ton zu bearbeiten.
VeranstalterIn	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kursleitung	Hannelore Milani
Datum, Zeit	5./12./19. September und 3. Oktober 2011 (Brennen), je Montag, 18.30 – 20.30 Uhr
Ort	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kurskosten	Fr. 60.00 pro Kursabend
Materialkosten	Ton und Glasur nach Verbrauch
Anmeldung an	Doris Eggel, Tel. 079 208 30 06, www.diekaserei.ch , info@diekaeserei.ch
Anmeldeschluss	2 Wochen vor Kursbeginn
Titel des Kurses	Kreativ-Schweisskurs
Kursinhalt	Kerzenständer, Feuerkorb, Schrottojekt-Umsetzung eines eigenen Projektes unter fachkundiger Leitung
VeranstalterIn	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kursleitung	Bene Tschanz
Datum, Zeit	Vorkurs (Besprechung), Montag, 11. Juli 2011, 19.00 – 21.00 Uhr Schweisskurs, Samstag, 6. August 2011, 08.00 – 17.30 Uhr
Ort	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kurskosten	Fr. 280.00, inkl. Verpflegung
Materialkosten	Je nach Verbrauch
Anmeldung an	Doris Eggel, Tel. 079 208 30 06, www.diekaserei.ch , info@diekaeserei.ch
Anmeldeschluss	Montag, 30. Mai 2011
Titel des Kurses	Kreativ-Schweisskurs
Kursinhalt	Kerzenständer, Feuerkorb, Schrottojekt-Umsetzung eines eigenen Projektes unter fachkundiger Leitung
VeranstalterIn	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kursleitung	Bene Tschanz
Datum, Zeit	Vorkurs (Besprechung), Montag, 27. Juni 2011, 19.00 – 21.00 Uhr Schweisskurs, Samstag, 30. Juli 2011, 08.00 – 17.30 Uhr
Ort	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kurskosten	Fr. 280.00, inkl. Verpflegung
Materialkosten	Je nach Verbrauch
Anmeldung an	Doris Eggel, Tel. 079 208 30 06, www.diekaserei.ch , info@diekaeserei.ch
Anmeldeschluss	Montag, 13. Juni 2011
Titel des Kurses	Kreativ-Schweisskurs
Kursinhalt	Kerzenständer, Feuerkorb, Schrottojekt-Umsetzung eines eigenen Projektes unter fachkundiger Leitung
VeranstalterIn	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kursleitung	Bene Tschanz
Datum, Zeit	Vorkurs (Besprechung), Montag, 25. Juli 2011, 19.00 – 21.00 Uhr Schweisskurs, Samstag, 27. August 2011, 08.00 – 17.30 Uhr
Ort	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kurskosten	Fr. 280.00, inkl. Verpflegung
Materialkosten	Je nach Verbrauch
Anmeldung an	Doris Eggel, Tel. 079 208 30 06, www.diekaserei.ch , info@diekaeserei.ch
Anmeldeschluss	Montag, 18. Juli 2011
Titel des Kurses	Kreativ-Schweisskurs
Kursinhalt	Kerzenständer, Feuerkorb, Schrottojekt-Umsetzung eines eigenen Projektes unter fachkundiger Leitung
VeranstalterIn	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kursleitung	Bene Tschanz
Datum, Zeit	Vorkurs (Besprechung), Montag, 8. August 2011, 19.00 – 21.00 Uhr Schweisskurs, Samstag, 17. September, 08.00 – 17.30 Uhr
Ort	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kurskosten	Fr. 280.00, inkl. Verpflegung
Materialkosten	Je nach Verbrauch
Anmeldung an	Doris Eggel, Tel. 079 208 30 06, www.diekaserei.ch , info@diekaeserei.ch
Anmeldeschluss	Montag, 25. Juli 2011

Kochen / Ernährung / Getränke / Haushalt

Titel des Kurses	Einführung in die Bedarfsorientierte Ernährung
Kursinhalt	Ein Tag Theorie und Praxis. Danach können Sie das Erlernte zu Hause anwenden: Ernährung im biologischen Tagesrhythmus, sinnvolle Menüzusammenstellungen, Wirkung der Nahrungsmittel auf Körper und Psyche (er)kennen, Zubereitungsarten und Kochdemonstrationen.
VeranstalterIn	www.manna-ernaehrung.ch
Kursleitung	Gaby Stampfli
Datum, Zeit	Samstag, 14. Mai 2011, 09.30 – 17.00 Uhr
Ort	Eigerweg 4, Urtenen-Schönbühl
Kurskosten	Fr. 190.00, inkl. Verpflegung, Getränke und Kursunterlagen
Anmeldung an	Tel. 031 767 72 22, www.manna-ernaehrung.ch, gaby.stampfli@manna-nahrung.ch
Anmeldeschluss	Samstag, 30. April 2011
Titel des Kurses	Schnelle Küche aus dem Glas
Kursinhalt	Auch in der heutigen Küche muss vieles schnell gehen. Wer nicht auf Qualität verzichten will, kann Zeit und Energie 1 x fürs Einmachen aufwenden und hat dann bei Bedarf sofort ein hochwertiges Gericht zur Verfügung!
Veranstalterin	Landfrauenverein Urtenen-Schönbühl
Kursleitung	Marlise Minder, Ernährungsberatung nach TCM
Datum, Zeit	Mittwoch, 24. August 2011, 19.30 – 21.30 Uhr
Ort	Theorieraum Hauswirtschaft, Schulhaus Lee 2, Urtenen-Schönbühl
Kurskosten	Fr. 52.00, Mitglieder Landfrauenverein Fr. 47.00
Materialkosten	Fr. 10.00 für Kursunterlagen
Anmeldung an	Katrin Huber, Tel. 031 859 01 46, huckers@bluewin.ch
Anmeldeschluss	Dienstag, 12. August 2011
Titel des Kurses	Winter ade – energievoll in den Frühling
Kursinhalt	Zusammenhänge der gesunden Ernährung und Bewegung mit Leichtigkeit vermittelt beim gemeinsamen Kochen
VeranstalterIn	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kursleitung	Miriam Kindler, Ernährungscoach
Datum, Zeit	Dienstag, 12. April 2011, 18.30 – 21.30 Uhr
Ort	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kurskosten	Fr. 115.00, inkl. Nacht und Kursunterlagen
Anmeldung an	Doris Eggel, Tel. 079 208 30 06, www.diekaserei.ch, info@diekaeserei.ch
Anmeldeschluss	Freitag, 25. März 2011
Titel des Kurses	Kräuter und Gemüse im Frühjahr
Kursinhalt	Was die Frühlingsboten uns in der gesunden Ernährung und in der kreativen Küche alles bieten.
VeranstalterIn	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kursleitung	Miriam Kindler, Ernährungscoach
Datum, Zeit	Dienstag, 5. Mai 2011, 18.30 – 21.30 Uhr
Ort	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kurskosten	Fr. 115.00, inkl. Nacht und Kursunterlagen
Anmeldung an	Doris Eggel, Tel. 079 208 30 06, www.diekaserei.ch, info@diekaeserei.ch
Anmeldeschluss	Mittwoch, 20. April 2011
Titel des Kurses	5 Elemente-Ernährung
Kursinhalt	Holz – Feuer – Erde – Metall – Wasser in Theorie und Praxis erfahren und gemeinsam geniessen
VeranstalterIn	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kursleitung	Esther Schertenleib, Ernährungsberaterin 5 Elemente (TCM)
Datum, Zeit	Dienstag, 21. Juni 2011, Theorie mit kleiner Praxis, 19.00 – 22.00 Uhr Dienstag, 28. Juni 2011, Kochen nach den 5 Elementen, 19.00 – 22.00 Uhr
Ort	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kurskosten	Fr. 200.00, inkl. Verpflegung und Unterlagen
Anmeldung an	Doris Eggel, Tel. 079 208 30 06, www.diekaserei.ch, info@diekaeserei.ch
Anmeldeschluss	Dienstag, 24. Mai 2011
Titel des Kurses	5 Elemente-Ernährung
Kursinhalt	Holz – Feuer – Erde – Metall – Wasser in Theorie und Praxis erfahren und gemeinsam geniessen
VeranstalterIn	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kursleitung	Esther Schertenleib, Ernährungsberaterin 5 Elemente (TCM)
Datum, Zeit	Dienstag, 13. September 2011, Theorie mit kleiner Praxis, 19.00 – 22.00 Uhr Dienstag, 20. September 2011, Kochen nach den 5 Elementen, 19.00 – 22.00 Uhr

Ort	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kurskosten	Fr. 200.00, inkl. Verpflegung und Unterlagen
Anmeldung an	Doris Eggel, Tel. 079 208 30 06, www.diekaserei.ch , info@diekaeserei.ch
Anmeldeschluss	Donnerstag, 25. August 2011
Titel des Kurses	Der krönende Abschluss – Desserts klein aber fein
Kursinhalt	Süßes geniessen ohne schlechtes Gewissen. Wieviel Süßes hat Platz in der gesunden Ernährung? Herstellung kleiner Schleckereien.
VeranstalterIn	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kursleitung	Miriam Kindler, Ernährungscoach
Datum, Zeit	Donnerstag, 29. September 2011, 18.30 – 21.30 Uhr
Ort	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kurskosten	Fr. 115.00, inkl. Lebensmittel und Kursunterlagen
Anmeldung an	Doris Eggel, Tel. 079 208 30 06, www.diekaserei.ch , info@diekaeserei.ch
Anmeldeschluss	Montag, 12. September 2011
Titel des Kurses	Aromen der Adventszeit
Kursinhalt	Inhaltstoffe und Wirkung der Weihnachtsgewürze kennen und geniessen lernen und in der Küche einsetzen.
VeranstalterIn	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kursleitung	Miriam Kindler, Ernährungscoach
Datum, Zeit	Donnerstag, 24. November 2011, 18.30 – 21.30 Uhr
Ort	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
Kurskosten	Fr. 115.00, inkl. Material und Kursunterlagen
Anmeldung an	Doris Eggel, Tel. 079 208 30 06, www.diekaserei.ch , info@diekaeserei.ch
Anmeldeschluss	Freitag, 4. November 2011

Kunst und Kultur

Titel des Kurses	Malen, ein Ausdruck von Lebensfreude
Kursinhalt	Naturalistische Malerei (Landschaftsmalerei) auf Leinwand in Acryl, für Anfänger und Fortgeschrittene. Keine Vorkenntnisse nötig!
Lehrmittel	Originale, Kunstbücher, Malen in der freien Natur
Veranstalterin	Atelier 44, Institute of Art
Kursleitung	Jürg U. Güngerich, Atelier 44, Institute of Art
Datum, Zeit	Je Montag bis Freitag, Vormittag/Nachmittag/Abend
Ort	Gewerbezentrum Ey 5, Ittigen (hinter Testcenter TCS)
Kurskosten	Fr. 280.00, für 10 Besuche im Atelier à 2 Std.
Materialkosten:	Ca. Fr. 70.00 bis 90.00, Bezug bei Jürg U. Güngerich
Anmeldung an	Jürg U. Güngerich, Tel. 079 415 22 66, info@atelier44.ch, www.atelier44.ch
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	Aquarell Malen
Kursinhalt	Farben mischen, freies Malen, themenbezogenes Malen Mehr unter www.kunstwerkstaette.ch
VeranstalterIn	Elisabeth Eberhard, Kunstwerkstätte
Kursleitung	Elisabeth Eberhard, Kunstwerkstätte
Datum, Zeit	Jeden zweiten Dienstag. Genaue Daten auf der Webseite ersichtlich.
Ort	Oeliweg 5, Weissenstein, Meikirch
Kurskosten	Fr. 22.00 pro Std.
Materialkosten	Eigenes Material
Anmeldung an	Elisabeth Eberhard, Tel. 031 829 17 86, liz.kunstwerkstaette@gmail.ch
Anmeldeschluss	Laufend am Vortag
Titel des Kurses	SteinHolzTon, Bildhauerei
Kursinhalt	Für Personen, die einmal ganz freilassend Formen im langsamen Wachstum und deren Veränderung beobachten möchten. Das Spielende, Ungebundene soll den Weg weisen zu einer schöpferischen Gestaltung. Keine Vorkenntnisse nötig.
Kursleitung	François Nussbaumer, Bildhauer, Sieberweg 9, 3063 Ittigen
Datum, Zeit	Montag, 18.30 – 21.00 Uhr; Samstag, 8.30 – 12.00 Uhr
Ort	ArtOrt, Sägebachweg 3, Im Graben, Zollikofen
Kurskosten	Montag Fr. 450.00, Samstag Fr. 500.00, je 10 x, Tage frei wählbar
Anmeldung an	François Nussbaumer, Sieberweg 9, 3063 Ittigen, Tel. 031 921 25 26, p.f.nussbaumer@bluewin.ch
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich
Titel des Kurses	DAS MODERNE AQUARELL für Einsteigende und Geübte
Kursinhalt	Wir erarbeiten und vertiefen die Vielfalt der handwerklichen Techniken im Zusammenwirken von Bildgestaltung und Bildsprache.
Veranstalterin	"malschule im graben", Zollikofen
Kursleitung	Hanspeter Fiechter, Kunstmaler u. dipl. Erwachsenenbildner
Datum, Zeit	Ab 15. August 2011 bis 26. Januar 2012, 17 x, je Montag, 18.45 – 21.00 Uhr und Donnerstag, 13.30 – 15.30 Uhr und 18.45 – 21.00 Uhr
Ort	"malschule im graben", Waldeckstrasse 12, Zollikofen
Kurskosten	Fr. 625.00 (51 Lekt.) od. Fr. 646.00 (17 Doppelstunden à Fr. 19.00/Std.)
Materialkosten	Je nach Arbeitsintensität zwischen, Fr. 0.00 und Fr. 150.00
Anmeldung an	"malschule im graben", Waldeckstrasse 12, Zollikofen, Tel. 031 911 96 06, ha_fiechter@bluewin.ch, www.hanspeterfiechter.ch
Anmeldeschluss	Mittwoch, 3. August 2011 (bitte frühzeitig)

Geschichte / Religion

Titel des Kurses **Was das Leben prägt und trägt**

Kursinhalt Grundlagen des Vertrauens in der Spannung zur materiellen Sicherheit aufgrund von Bibeltexten diskutieren

VeranstalterIn Ref. Kirchgemeinde Jegenstorf-Urtenen

Kursleitung Alfred Aeppli, Pfarrer, Verena Aeppli, dipl. Erwachsenenbildnerin HF

Datum, Zeit 19./26. Mai und 9./16. Juni 2011, je Donnerstag, 20.00 – 22.00 Uhr

Ort Kirchgemeindehaus **Jegenstorf**

Anmeldung an Verena Aeppli-Kobel, Aesplifeld 22, 3303 Jegenstorf, Tel. 031 761 30 73, verena.aeppli@kirche-jegenstorf.ch oder www.kirche-jegenstorf.ch

Anmeldeschluss Montag, 16. Mai 2011

Titel des Kurses **Alphalve-Kurs**

Kursinhalt Entdeckungsreise zu den Grundlagen des christlichen Glaubens in zeitgemässer Form

VeranstalterIn Ref. Kirchgemeinde Jegenstorf-Urtenen

Kursleitung Alfred Aeppli, Pfarrer, Verena Aeppli, dipl. Erwachsenenbildnerin HF

Datum, Zeit 8./15./22. September, 20./27. Oktober und 10./17./24. November und 1. Dezember 2011, je Donnerstag, 19.00 – 21.45 Uhr

Wochenende: Freitag, 4. November, abends bis Sonntag, 6. November 2011, mittags

Ort Kirchgemeindehaus **Jegenstorf**

Kurskosten Kein Kursgeld, Spesen für Essen und Wochenende

Anmeldung an Verena Aeppli-Kobel, Aesplifeld 22, 3303 Jegenstorf, Tel. 031 761 30 73, verena.aeppli@kirche-jegenstorf.ch oder www.kirche-jegenstorf.ch

Anmeldeschluss Montag, 5. September 2011

Umwelt / Ökologie / Natur

Titel des Kurses	Biologischer Gemüsegarten naturnah gepflegt
Kursinhalt	In zwei Kursteilen befassen wir uns mit den Grundthemen: Biogarten warum? Bodenpflege, der Kompost, das Herz des Biogartens, Düngung und der Gemüsegarten in Mischkultur. Der Kurs ist als Einstieg theoretisch gestaltet, bei entsprechender Nachfrage organisieren wir gerne nächstes Jahr einen aufbauenden Praxiskurs!
Veranstalterin	Landfrauenverein Urtenen-Schönbühl
Kursleitung	Ruth Ruef, Gysenstein
Datum, Zeit	Samstag, 2. April 2011, 09.00 – 11.00 Uhr Donnerstag, 5. Mai 2011, 19.30 – 21.30 Uhr
Ort	Biologiezimmer Schulhaus Lee 3, Urtenen-Schönbühl
Kurskosten	Fr. 80.00, Mitglieder Landfrauenverein Fr. 72.00
Materialkosten	Fr. 10.00 für Kursunterlagen
Anmeldung an	Katrin Huber, Tel. 031 859 01 46, huckers@bluewin.ch
Anmeldeschluss	Freitag 18. März 2011
Titel des Kurses	Vortrag ENTRÜMPELN
Kursinhalt	Entrümpeln ist oft ein langsamer Vorgang. Was sich im Laufe von Jahren angesammelt hat, lässt sich nicht einfach im Handumdrehen entsorgen. Tipps und Tricks
Veranstalterin	Coop Frauentreff und Frauenverein Zollikofen
Kursleitung	Regula Isenring, Etwilen
Datum, Zeit	Mittwoch, 13. April 2011, 19.00 Uhr
Ort	Ref. Kirchgemeindehaus, Lindenweg 3, Zollikofen
Anmeldung an	nicht erforderlich

Schönheit / Wellness / Wohlbefinden

Titel des Kurses	Schminkkurs für Teenager
Kursinhalt	Bring Deine eigenen Schminksachen mit und lasse Dir professionelle Schminktipps geben.
Veranstalterin	Gemeinnütziger Frauenverein Münchenbuchsee
Kursleitung	Karin Guldenfels, Farb- und Modestilberaterin
Datum, Zeit	Mittwoch, 18. Mai 2011, 14.30 – 16.30 Uhr
Ort	Dachstock Kirchgemeindehaus, Münchenbuchsee
Kurskosten	Fr. 20.00
Anmeldung an	Barbara Hofmann, 3053 Münchenbuchsee, Tel. 031 869 52 01, kurse@unser-gfm.ch
Anmeldeschluss	Montag, 9. Mai 2011