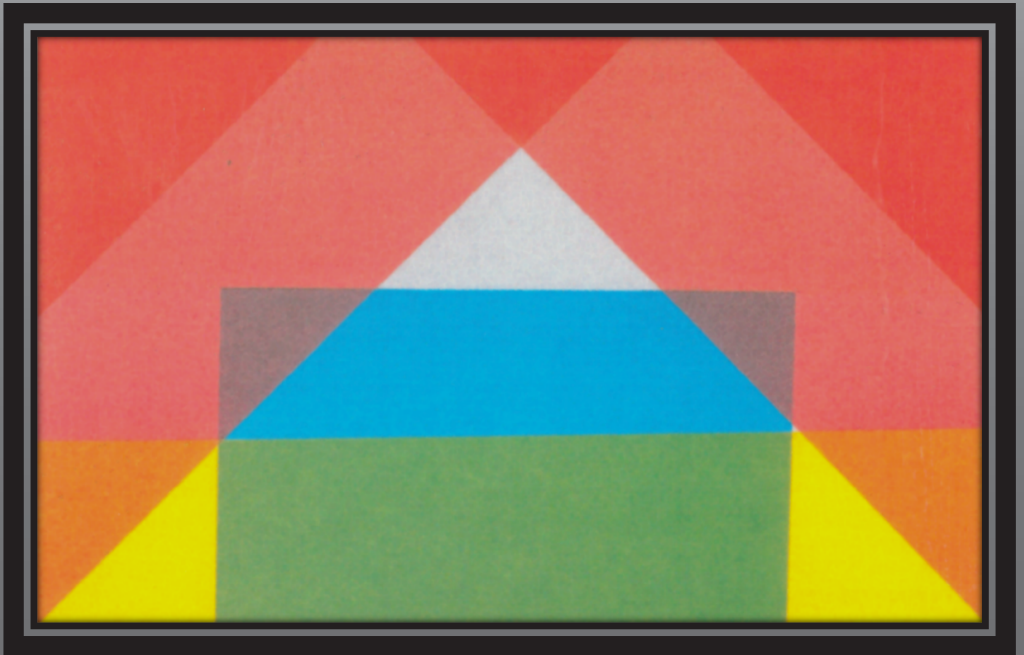


Kursangebote

für Erwachsene, Jugendliche und Kinder

Februar – Juli 2024



Erwachsenenbildung

Aarwangen, Bannwil, Schwarzhäusern

Allgemeine Informationen

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt schriftlich mit Anmeldeformular oder via E-Mail an die Anmeldestelle.

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Je nach Anmeldestand behalten wir uns vor, Kurse abzusagen oder doppelt durchzuführen. Alle Kurse werden bis spätestens 1 Woche vor Beginn schriftlich oder via E-Mail bestätigt oder annulliert.

Anmeldeschluss 10 Tage vor Kursbeginn.

Anmeldestelle

Einwohnerdienste Aarwangen, Langenthalstrasse 4, 4912 Aarwangen
einwohnerdienste@aarwangen.ch

Kurskosten

Sie erhalten einen Einzahlungsschein. Bitte bei Einzahlung immer Vermerk «EBA und Kurs Nr.» angeben.

Versäumte Lektionen berechtigen zu keiner Preisreduktion.

Abmeldungen

Die Anmeldung ist **verbindlich** und verpflichtet Sie zum Bezahlen des Kursgeldes. Bei Abmeldungen bis 7 Tage vor Kursbeginn wird das halbe Kursgeld in Rechnung gestellt; bei Abmeldung nach dieser Frist oder bei Nichterscheinen im Kurs ist das ganze Kursgeld zu bezahlen.

Die Abmeldung erfolgt schriftlich, telefonisch oder via E-Mail an die Anmeldestelle.

Versicherung / Haftung

Die Spurgruppe Erwachsenenbildung übernimmt keine Haftung bei Unfällen und Verlusten. Die Versicherung gegen Unfälle in Kursen, auf Reisen und Exkursionen ist Sache der Teilnehmenden.

Hinweis

Unter www.aarwangen.ch finden Sie unser Kursangebot im Internet, wo auch ein elektronischer Anmeldeformular zur Verfügung steht.

Liebe Kursinteressierte

Die Erwachsenenbildung Aarwangen-Bannwil-Schwarzhäusern freut sich, Ihnen für das zweite Semester 2023/2024 die neuen Angebote zu präsentieren.

Die positiven Rückmeldungen zeigen uns, dass wir mit unserer Erwachsenenbildung auf einem guten Weg sind.
Es freut uns, Ihnen bewährte, aber auch neue Kurse anbieten zu können. Lassen Sie sich inspirieren und erweitern Sie durch Bildung Ihren Horizont.

Bewusst bieten wir keine Sprachkurse an. Dafür verweisen wir Sie an die Volkshochschule Oberaargau in Langenthal, welche dafür spezialisiert ist.

Wir sind dankbar für Ihre Mitwirkung und suchen laufend Interessierte, welche ihr Hobby mit anderen Menschen teilen wollen. Kontaktieren Sie uns für Kurs-Ideen und geben Sie uns Rückmeldung nach Kursbesuchen. So können wir unser Angebot auf Ihre Bedürfnisse abstimmen.

Herzlichen Dank für Ihr Interesse.

Die Arbeitsgruppe Erwachsenenbildung

Gestalten

Kurs Nr. 01 Kreative Osterdekoration mit Draht

Sie erarbeiten aus Wickeldraht ein Nest, welches Sie nach Lust und Laune dekorieren können.

Tag/Zeit: Mittwoch, 6. März 2024, 19:00 – 22:00 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 40.00 plus CHF 30.00 Grundmaterialkosten,
Dekoration individuell, bei mindestens 6 Teilnehmenden
Kursleitung: Annemarie Siegenthaler und Simon Rickli, Floristin und
Florist
Kursort: Blumen und Geschenke
Jurastrasse 6
4912 Aarwangen

Kurs Nr. 02 Kreative Osterdekoration mit Draht

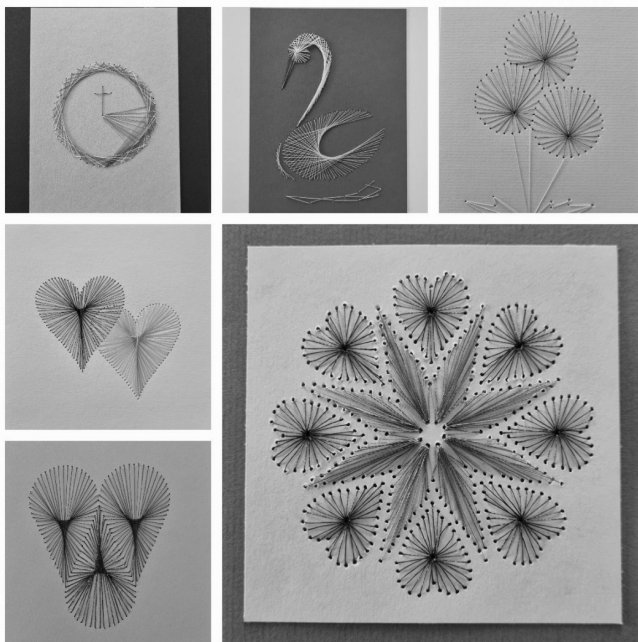
Sie erarbeiten aus Wickeldraht ein Nest, welches Sie nach Lust und Laune dekorieren können.

Tag/Zeit: Donnerstag, 7. März 2024, 19:00 – 22:00 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 40.00 plus CHF 30.00 Grundmaterialkosten,
Dekoration individuell, bei mindestens 6 Teilnehmenden
Kursleitung: Annemarie Siegenthaler und Simon Rickli, Floristin und
Florist
Kursort: Blumen und Geschenke
Jurastrasse 6
4912 Aarwangen

Kurs Nr. 03 Karten gestalten mit Fadengrafik

Eine selbstgestaltete Karte zu versenden macht Freude und erhellt das Herz des Empfängers.
Mit der Fadengrafik gestalten wir filigrane Kunstwerke aus Faden auf Papier.

Tag/Zeit: Donnerstag, 14. März 2024, 18:30 – 21:30 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 60.00, bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Brigitte Kaderli, Ganzheitliche Gesundheitsberaterin, Kinderbetreuerin
Kursort: Campus Sonnhalde, NT-Zimmer, Schulhaus Nord



Kurs Nr. 04 Schmuckstücke & Heilsteine 1

Kurze Einführung in die Anwendung und Pflege von Heilsteinen. Wirkung und Eigenschaft von Bergkristall, Amethyst, Rosenquarz, Turmalin (Schörl), Ozeanchalcedon, Mondstein und Rauchquarz. Herstellen eines individuellen Armbandes mit den vorgestellten Steinen aus 6 mm oder 8 mm Kugeln und Elastfaden.

Tag/Zeit: Montag, 11. März 2024, 18:30 – 21:00 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 50.00 plus CHF 20.00 bis 60.00 Materialkosten pro Armband (inkl. 10% Rabatt), bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Joël Acker, Inhaber Le Collier Joël Acker (Heilsteine & Schmuckstücke)
Kursort: Campus Sonnhalde, NT-Zimmer, Schulhaus Nord

Kurs Nr. 05 Drucken mit Gelliplatten

Mit einfachen Techniken (Gelliplatten, Schablonen und anderen Druckmotiven, auch aus der Natur) stellen wir aus Acrylfarbe hübsche und sehr individuell verschiedene Vorlagen her, die sich anschliessend sehr gut zur Herstellung von Karten eignen.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse nötig, auch keine speziellen Begabungen, ausser der Lust am kreativen Gestalten.

→ Mitnehmen: Evtl. Schürze, eigene Druck-Vorlagen und Druck-Schablonen, falls vorhanden.

Tag/Zeit: Dienstag, 19. März 2024, 19:00 – 21:30 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 50.00, bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Brigitte Harder, pensionierte Lehrperson
Kursort: Campus Sonnhalde, Werkraum UG, Schulhaus Süd

Kurs Nr. 06 Drucken mit Gelliplatten

Mit einfachen Techniken (Gelliplatten, Schablonen und anderen Druckmotiven, auch aus der Natur) stellen wir aus Acrylfarbe hübsche und sehr individuell verschiedene Vorlagen her, die sich anschliessend sehr gut zur Herstellung von Karten eignen.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse nötig, auch keine speziellen Begabungen, ausser der Lust am kreativen Gestalten.

→ Mitnehmen: Evtl. Schürze, eigene Druck-Vorlagen und Druck-Schablonen, falls vorhanden.

Tag/Zeit: Freitag, 22. März 2024, 19:30 – 21:30 Uhr

Dauer: 1 Abend

Kosten: CHF 50.00, bei mindestens 4 Teilnehmenden

Kursleitung: Brigitte Harder, pensionierte Lehrperson

Kursort: Campus Sonnhalde, Werkraum UG, Schulhaus Süd

Kurs Nr. 07 „Frühlingsputzete“ – Reinigungsmittel selber herstellen

In diesem Workshop erhalten Sie viele Tipps, Ideen und Rezepte um ökologische und nachhaltige Reinigungsprodukte und spezielle "Helfer" für Ihr Zuhause. Lassen Sie sich überraschen, wie unkompliziert die Herstellung ist! Wir mischen nachhaltige Alternativen zu synthetischen und umweltschädlichen Putzmitteln wie WC- Reinigungstabs, Zitronenreiniger und einiges mehr. Als Ersatz für Klarsichtfolie stellen wir ein Bienenwachstuch her.

→ Mitnehmen: falls vorhanden: leere Abwaschmittel- flasche, Silikon-Eiswürfelform oder kleine Praliné- Silikonformen, 2 Sprühflaschen 3-5dl, 2 Konfigläser 300-500ml

Tag/Zeit: Dienstag, 26. März 2024, 18:00 – 21:30 Uhr

Dauer: 1 Abend

Kosten: CHF 70.00 plus CHF 30.00 Materialkosten, bei mindestens 4 Teilnehmenden

Kursleitung: Antoinette Schneiter, Heilpflanzenfrau und Seifensiederin

Kursort: Pfarrhaus, Jurastrasse 37, 4912 Aarwangen

Kurs Nr. 08 Beton giessen

In diesem Kurs lernen Sie den Werkstoff Beton kennen und können Ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Nach einer kurzen Einführung können Sie Ihre Ideen giessen - dazu stehen viele Plastik, Silikon oder Latexformen zur Verfügung. Jeder Teilnehmer kann 3-4 Betonfiguren giessen.

→ Bitte Schürze oder dergleichen mitnehmen - die Kleidung könnte schmutzig werden. Die Werkstücke können nicht gleich nach Hause genommen werden, da sie 2-3 Tage trocknen müssen.

Tag/Zeit: Montag, 29. April 2024, 18:30 – 21:00 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 50.00 plus CHF 15.00 Materialkosten, bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Thomas Lanz, Obergärtner, Inhaber von Gartenleben
Kursort: Campus Sonnhalde, Werkraum, Schulhaus Nord

Kurs Nr. 09 Beton giessen

In diesem Kurs lernen Sie den Werkstoff Beton kennen und können Ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Nach einer kurzen Einführung können Sie Ihre Ideen giessen - dazu stehen viele Plastik, Silikon oder Latexformen zur Verfügung. Jeder Teilnehmer kann 3-4 Betonfiguren giessen.

→ Bitte Schürze oder dergleichen mitnehmen - die Kleidung könnte schmutzig werden. Die Werkstücke können nicht gleich nach Hause genommen werden, da sie 2-3 Tage trocknen müssen.

Tag/Zeit: Mittwoch, 29. Mai 2024, 18:30 – 21:00 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 50.00 plus CHF 15.00 Materialkosten, bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Thomas Lanz, Obergärtner, Inhaber von Gartenleben
Kursort: Campus Sonnhalde, Werkraum, Schulhaus Nord

Kurs Nr. 10 Schmuckstücke & Heilsteine 2

Kurze Einführung in die Anwendung und Pflege von Heilsteinen. Wirkung und Eigenschaft von Achat, Amazonit, Aquamarin, Dumortierit, Labradorit, Magnesit & Rutilquarz. Herstellen eines individuellen Armbandes, mit den vorgestellten Steinen, aus 6 mm oder 8 mm Kugeln und Elastfaden.

Tag/Zeit: Montag, 6. Mai 2024, 18:30 – 21:00 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 50.00 plus CHF 20.00 bis 60.00 Materialkosten pro Armband (inkl. 10% Rabatt), bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Joël Acker, Inhaber Le Collier Joël Acker (Heilsteine & Schmuckstücke)
Kursort: Campus Sonnhalde, NT-Zimmer, Schulhaus Nord

Kurs Nr. 11 Papierdrahtfiguren gestalten

Aus mit Papier umwickeltem Draht und schönen Papieren entstehen filigrane Figuren. Die Figuren sind ca. 8 - 15 cm gross und werden auf einem Stück Schwemmholz, einer Rindenscheibe oder als hübsches Sujet auf einer Karte fixiert. Der Fantasie sind (fast) keine Grenzen gesetzt.

Tag/Zeit: Mittwoch, 8. Mai 2024, 18:30 – 21:00 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 50.00 plus CHF 25.00 Materialkosten, bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Thomas Lanz, Obergärtner, Inhaber von Gartenleben
Kursort: Campus Sonnhalde, Werkraum, Schulhaus Nord

Kurs Nr. 12 Papierdrahtfiguren gestalten

Aus mit Papier umwickeltem Draht und schönen Papieren entstehen filigrane Figuren. Die Figuren sind ca. 8 - 15 cm gross und werden auf einem Stück Schwemmholz, einer Rindenscheibe oder als hübsches Sujet auf einer Karte fixiert. Der Fantasie sind (fast) keine Grenzen gesetzt.

Tag/Zeit: Montag, 24. Juni 2024, 18:30 – 21:00 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 50.00 plus CHF 25.00 Materialkosten, bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Thomas Lanz, Obergärtner, Inhaber von Gartenleben
Kursort: Campus Sonnhalde, Werkraum, Schulhaus Nord

Kurs Nr. 13 Faux Calligraphy - Handlettering Kurs 1

Haben Sie Lust auf eine kreative Auszeit?
Faux Calligraphy bzw. "Falsche Kalligrafie" ist eine Handlettering- Technik mit welcher Sie einen schönen Handlettering/ Brushlettering Effekt mit jedem beliebigen Stift nachahmen können. Im praktischen Teil lettern wir unter Anleitung eine schöne Spruchkarte(n).
→ Wer möchte kann gern seine eigenen Lieblings-Stifte gleich mitbringen.

Tag/Zeit: Dienstag, 21. Mai 2024, 18:30 – 21:30 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 60.00 plus CHF 15.00 Materialkosten, bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Manuela Kunz, Schönschreiberin aus Leidenschaft.
Kursort: Campus Sonnhalde, Zimmer "Wildschwein" EG, Schulhaus Ost

Kurs Nr. 14 Faux Calligraphy - Handlettering Kurs 1

Haben Sie Lust auf eine kreative Auszeit?
Faux Calligraphy bzw. "Falsche Kalligrafie" ist eine Handlettering- Technik mit welcher Sie einen schönen Handlettering/ Brushlettering Effekt mit jedem beliebigen Stift nachahmen können Im praktischen Teil lettern wir unter Anleitung eine schöne Spruchkarte(n).
→ Wer möchte kann gern seine eigenen Lieblings-Stifte gleich mitbringen.

Tag/Zeit: Dienstag, 11. Juni 2024, 18:30 – 21:30 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 60.00 plus CHF 15.00 Materialkosten, bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Manuela Kunz, Schönschreiberin aus Leidenschaft.
Kursort: Campus Sonnhalde, Zimmer "Wildschwein" EG, Schulhaus Ost



Kurs Nr. 15 Faux Calligraphy - Handlettering Kurs 1

Haben Sie Lust auf eine kreative Auszeit?
Faux Calligraphy bzw. "Falsche Kalligrafie" ist eine Handlettering- Technik mit welcher Sie einen schönen Handlettering/ Brushlettering Effekt mit jedem beliebigen Stift nachahmen können Im praktischen Teil lettern wir unter Anleitung eine schöne Spruchkarte(n).
→ Wer möchte kann gern seine eigenen Lieblings-Stifte gleich mitbringen.

Tag/Zeit: Mittwoch, 12. Juni 2024, 14:00 – 17:00 Uhr
Dauer: 1 Nachmittag
Kosten: CHF 60.00 plus CHF 15.00 Materialkosten, bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Manuela Kunz, Schönschreiberin aus Leidenschaft.
Kursort: Campus Sonnhalde, Zimmer "Wildschwein" EG, Schulhaus Ost

Kurs Nr. 16 Schmuckworkshop

In diesem Workshop können Sie sich Ihre eigenen, individuellen Schmuckstücke gestalten. Ich zeige Ihnen, wie Sie mit dem Stoff Ihrer Wahl, Ohrschmuck, Kettenanhänger oder Haar-Accessoires passend zu einem besonderen Anlass oder zu Ihrer bestehenden Garderobe kreieren können. Ich biete Ihnen dazu die Rohlinge, meinen grossen Stoff-Fundus, viele verschiedene Schmuckkomponenten (Edelstahl, Messing) und meine Erfahrung.

Tag/Zeit: Donnerstag, 23. Mai 2024, 19:00 – 21:30 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 50.00 plus CHF 3.00 – 14.00 Materialkosten pro Schmuckstück, je nach dem was Sie herstellen, bei min. 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Christine Bucher
Kursort: Tierlihuus, Schopfanbau

Kurs Nr. 17 Schmuckworkshop

In diesem Workshop können Sie sich Ihre eigenen, individuellen Schmuckstücke gestalten. Ich zeige Ihnen, wie Sie mit dem Stoff Ihrer Wahl, Ohrschmuck, Kettenanhänger oder Haar-Accessoires passend zu einem besonderen Anlass oder zu Ihrer bestehenden Garderobe kreieren können. Ich biete Ihnen dazu die Rohlinge, meinen grossen Stoff-Fundus, viele verschiedene Schmuckkomponenten (Edelstahl, Messing) und meine Erfahrung.

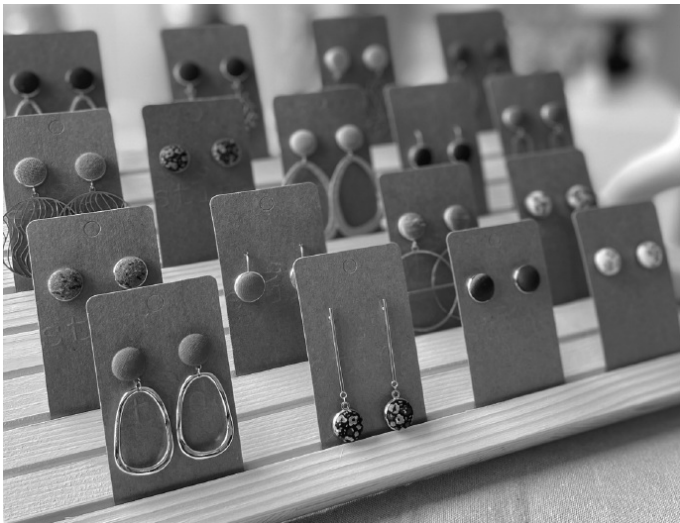
Tag/Zeit: Freitag, 24. Mai 2024, 19:00 – 21:30 Uhr

Dauer: 1 Abend

Kosten: CHF 50.00 plus CHF 3.00 – 14.00 Materialkosten pro Schmuckstück, je nach dem was Sie herstellen, bei min. 4 Teilnehmenden

Kursleitung: Christine Bucher

Kursort: Tierlihuus, Schopfanbau



Kurs Nr. 18 Schmuckworkshop

In diesem Workshop können Sie sich Ihre eigenen, individuellen Schmuckstücke gestalten. Ich zeige Ihnen, wie Sie mit dem Stoff Ihrer Wahl, Ohrschmuck, Kettenanhänger oder Haar-Accessoires passend zu einem besonderen Anlass oder zu Ihrer bestehenden Garderobe kreieren können. Ich biete Ihnen dazu die Rohlinge, meinen grossen Stoff-Fundus, viele verschiedene Schmuckkomponenten (Edelstahl, Messing) und meine Erfahrung.

Tag/Zeit: Donnerstag, 13. Juni 2024, 19:00 – 21:30 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 50.00 plus CHF 3.00 – 14.00 Materialkosten pro Schmuckstück, je nach dem was Sie herstellen, bei min. 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Christine Bucher
Kursort: Tierlihuus, Schopfanbau

Kurs Nr. 19 Schmuckworkshop

In diesem Workshop können Sie sich Ihre eigenen, individuellen Schmuckstücke gestalten. Ich zeige Ihnen, wie Sie mit dem Stoff Ihrer Wahl, Ohrschmuck, Kettenanhänger oder Haar-Accessoires passend zu einem besonderen Anlass oder zu Ihrer bestehenden Garderobe kreieren können. Ich biete Ihnen dazu die Rohlinge, meinen grossen Stoff-Fundus, viele verschiedene Schmuckkomponenten (Edelstahl, Messing) und meine Erfahrung.

Tag/Zeit: Freitag, 14. Juni 2024, 19:00 – 21:30 Uhr
Dauer: 1 Nachmittag
Kosten: CHF 50.00 plus CHF 3.00 – 14.00 Materialkosten pro Schmuckstück, je nach dem was Sie herstellen, bei min. 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Christine Bucher
Kursort: Tierlihuus, Schopfanbau

Kurs Nr. 20 Seifensieden - Schnupperkurs

Lust das Seifensieden im Kaltverfahren kennenzulernen? An diesem Nachmittag erhalten Sie einen ersten Einblick in das faszinierende und kreative Handwerk. Sie erhalten das nötige Grundwissen, Informationen zu den Sicherheitsregeln sowie einen kurzen Einblick in die Rohstoffe und Düfte und vieles mehr. Anschliessend wenden wir das Wissen direkt an und stellen gemeinsam 2 verschiedene Seifen her.

→ Mitnehmen: Schürze, Schreibmaterial
Bitte Kleidung anziehen, die schmutzig werden darf.

Tag/Zeit: Samstag, 25. Mai 2024, 13:30 – 17:30 Uhr
Dauer: 1 Nachmittag
Kosten: CHF 80.00 plus CHF 25.00 Materialkosten, bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Antoinette Schneiter, Heilpflanzenfrau und Seifensiederin
Kursort: Pfarrhaus, Jurastrasse 37, 4912 Aarwangen

Kurs Nr. 21 Brushlettering - Handlettering Kurs 2

Möchten Sie schon lange gern die moderne Brushlettering Schrift kennenlernen und damit einzigartige und individuelle Karten gestalten? Im Unterscheid zum Handletterin Kurs 1 lernen Sie an diesem Abend den Umgang mit Brushpens und die Grundprinzipien des Brushletterings kennen. Mit den neu erworbenen Künsten werden Sie im praktischen Teil gleich Ihre erste Glückwunschkarte gestalten.

→ Wenn vorhanden können gern eigene Brushpens gleich mitgebracht werden.

Tag/Zeit: Dienstag, 28. Mai 2024, 18:30 – 21:30 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 60.00 plus CHF 15.00 Materialkosten, bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Manuela Kunz, Schönschreiberin aus Leidenschaft.
Kursort: Campus Sonnhalde, Zimmer "Wildschwein" EG, Schulhaus Ost

Kurs Nr. 22 Brushlettering - Handlettering Kurs 2

Möchten Sie schon lange gern die moderne Brushlettering Schrift kennenlernen und damit einzigartige und individuelle Karten gestalten? Im Unterscheid zum Handlettering Kurs 1 lernen Sie an diesem Abend den Umgang mit Brushpens und die Grundprinzipien des Brushletterings kennen. Mit den neu erworbenen Künsten werden Sie im praktischen Teil gleich Ihre erste Glückwunschkarte gestalten.

→ Wenn vorhanden können gern eigene Brushpens gleich mitgebracht werden.

Tag/Zeit: Dienstag, 18. Juni 2024, 18:30 – 21:30 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 60.00 plus CHF 15.00 Materialkosten, bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Manuela Kunz, Schönschreiberin aus Leidenschaft.
Kursort: Campus Sonnhalde, Zimmer "Wildschwein" EG, Schulhaus Ost



Kurs Nr. 23 Brushlettering - Handlettering Kurs 2

Möchten Sie schon lange gern die moderne Brushlettering Schrift kennenlernen und damit einzigartige und individuelle Karten gestalten? Im Unterscheid zum Handlettering Kurs 1 lernen Sie an diesem Abend den Umgang mit Brushpens und die Grundprinzipien des Brushletterings kennen. Mit den neu erworbenen Künsten werden Sie im praktischen Teil gleich Ihre erste Glückwunschkarte gestalten.

→ Wenn vorhanden können gern eigene Brushpens gleich mitgebracht werden.

Tag/Zeit: Mittwoch, 19. Juni 2024, 14:00 – 17:00 Uhr
Dauer: 1 Nachmittag
Kosten: CHF 60.00 plus CHF 15.00 Materialkosten, bei
 mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Manuela Kunz, Schönschreiberin aus Leidenschaft.
Kursort: Campus Sonnhalde, Zimmer "Wildschwein" EG,
 Schulhaus Ost

Kurs Nr. 24 Tataki-zome - Blütenkunst mal anders

Tataki-zome (auch bekannt als Hapa Zome) ist eine kreative Pflanzendrucktechnik aus Japan, bei welcher Pflanzenmaterial direkt auf Stoff oder Papier arrangiert und mit Hammerschlägen bearbeitet wird. Aus dem Saft der Blüten und Blättern entstehen wunderschöne Unikate.

→ Wenn vorhanden können gern eigene Brushpens mitgebracht werden.

Tag/Zeit: Donnerstag 6. Juni 2024, 18:30 – 21:00 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 50.00 plus CHF 15.00 Materialkosten inkl.
 Stofftasche und 5 – 10 Postkarten bei mindestens 4
 Teilnehmenden
Kursleitung: Thomas Lanz, Obergärtner, Inhaber von Gartenleben
Kursort: Campus Sonnhalde, Werkraum, Schulhaus Nord

Kurs Nr. 25 Tataki-zome - Blütenkunst mal anders

Tataki-zome (auch bekannt als Hapa Zome) ist eine kreative Pflanzendrucktechnik aus Japan, bei welcher Pflanzenmaterial direkt auf Stoff oder Papier arrangiert und mit Hammerschlägen bearbeitet wird. Aus dem Saft der Blüten und Blättern entstehen wunderschöne Unikate.
→ Wenn vorhanden können gern eigene Brushpens mitgebracht werden.

Tag/Zeit: Mittwoch 26. Juni 2024, 18:30 – 21:00 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 50.00 plus CHF 15.00 Materialkosten inkl.
 Stofftasche und 5 – 10 Postkarten bei mindestens 4
 Teilnehmenden
Kursleitung: Thomas Lanz, Obergärtner, Inhaber von Gartenleben
Kursort: Campus Sonnhalde, Werkraum, Schulhaus Nord

Kurs Nr. 26 Blumenrasen oder Blumenwiese ansäen und pflegen

Blütenreiche Rasen- und Wiesenflächen sind eine wunderschöne und für die Tierwelt wertvolle Alternative zum gewöhnlichen Hausrasen und braucht sogar weniger Pflege.

Gemeinsam erarbeiten wir das notwendige theoretische Fachwissen, um einen Blumenrasen oder eine Blumenwiese erfolgreich anzulegen und zu pflegen.

Tag/Zeit: Montag, 18. März 2024, 18:30 – 21:00 Uhr

Dauer: 1 Abend

Kosten: CHF 50.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden

Kursleitung: Thomas Lanz, Obergärtner, Inhaber von Gartenleben Lanz

Kursort: Tierlihuus, Schopfanbau

Kurs Nr. 27 Blumenrasen oder Blumenwiese ansäen und pflegen

Blütenreiche Rasen- und Wiesenflächen sind eine wunderschöne und für die Tierwelt wertvolle Alternative zum gewöhnlichen Hausrasen und braucht sogar weniger Pflege.

Gemeinsam erarbeiten wir das notwendige theoretische Fachwissen, um einen Blumenrasen oder eine Blumenwiese erfolgreich anzulegen und zu pflegen.

Tag/Zeit: Donnerstag, 28. März 2024, 18:30 – 21:00 Uhr

Dauer: 1 Abend

Kosten: CHF 50.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden

Kursleitung: Thomas Lanz, Obergärtner, Inhaber von Gartenleben Lanz

Kursort: Tierlihuus, Schopfanbau

Kurs Nr. 28 Mischkulturen im Hausgarten

- System der 4-Felderwirtschaft
- Gute/schlechte Nachbarn
- Düngung der Gemüse
- Vor-/Nachkultur Fruchtfolge
- Besichtigung des Schulgartens Inforama
- Fragerunde.

Tag/Zeit: Samstag, 4. Mai 2024, 09:00 – 11:00 Uhr
Dauer: 1 Morgen
Kosten: CHF 40.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Esther Pensa Inforama Langenthal
Kursort: Inforama Waldhof, Schulzimmer 2
Hauswirtschaftsschule Gebäude 1(+ Schulgarten)
4900 Langenthal

Entspannung und Bewegung

Kurs Nr. 29 Klangschalen-Therapie

Die intensivere Form der Klangschalen-Meditation

Dieser Kurs beinhaltet 5 Klangschalen-Meditationen in fünf aufeinander folgenden Wochen. Da die Schwingung der Klangschalen während einer Woche im Körper bleibt, kann man in der Klangschalen-Therapie auf der Schwingung der vorangegangenen Klangschalen-Meditation aufbauen und dadurch die Wirkung vertiefen.

→ *Yogamatten, Decken und Kissen sind vorhanden. Bitte bequeme Kleidung anziehen (natürliche Materialien von Vorteil) und Tuch zum draufliegen mitbringen.*

Tag/Zeit: Donnerstags, ab 29. Februar 2024, 20:00 – 21:15 Uhr
Dauer: 5 Abende - 29. Februar, 7., 14., 21. und 28 März 2024
Kosten: CHF 125.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Karin Moor, Klangschalen Therapeutin nach Marcel Kocaman
Kursort: Viva Ananda, Hofstrasse 7, 4912 Aarwangen

Kurs Nr. 30 Klangschalen-Meditation - Entspannung im Alltag

Bei der Klangschalen-Meditation liegen Sie entspannt auf einer Yogamatte. Mit geschlossenen Augen horchen Sie auf die Klänge der Klangschalen und spüren den Schwingungen nach, welche sich im Raum und in Ihren Körper ausbreiten. Lassen Sie sich von den Klängen tragen und ganz bei Ihnen ankommen, so dass Sie nach der Klangschalen-Meditation entspannt sind und mit neuer Kraft in den Alltag zurückkehren können.

→ *Yogamatten, Decken und Kissen sind vorhanden. Bitte bequeme Kleidung anziehen (natürliche Materialien von Vorteil) und Tuch zum draufliegen mitbringen.*

Tag/Zeit: Donnerstag, 29. Februar 2024, 09:30 – 10:45 Uhr
Dauer: 1,25 Stunden am Morgen
Kosten: CHF 25.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Karin Moor, Klangschalen Therapeutin nach Marcel Kocaman
Kursort: Viva Ananda, Hofstrasse 7, 4912 Aarwangen

Kurs Nr. 31**Klangschalen-Meditation - Entspannung im Alltag**

Bei der Klangschalen-Meditation liegen Sie entspannt auf einer Yogamatte. Mit geschlossenen Augen horchen Sie auf die Klänge der Klangschalen und spüren den Schwingungen nach, welche sich im Raum und in Ihren Körper ausbreiten. Lassen Sie sich von den Klängen tragen und ganz bei Ihnen ankommen, so dass Sie nach der Klangschalen-Meditation entspannt sind und mit neuer Kraft in den Alltag zurückkehren können.

→ *Yogamatten, Decken und Kissen sind vorhanden. Bitte bequeme Kleidung anziehen (natürliche Materialien von Vorteil) und Tuch zum draufliegen mitbringen.*

Tag/Zeit: Donnerstag, 21. März 2024, 09:30 – 10:45 Uhr
Dauer: 1,25 Stunden am Morgen
Kosten: CHF 25.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Karin Moor, Klangschalen Therapeutin nach Marcel Kocaman
Kursort: Viva Ananda, Hofstrasse 7, 4912 Aarwangen

Kurs Nr. 32**Klangschalen-Meditation - Entspannung im Alltag**

Bei der Klangschalen-Meditation liegen Sie entspannt auf einer Yogamatte. Mit geschlossenen Augen horchen Sie auf die Klänge der Klangschalen und spüren den Schwingungen nach, welche sich im Raum und in Ihren Körper ausbreiten. Lassen Sie sich von den Klängen tragen und ganz bei Ihnen ankommen, so dass Sie nach der Klangschalen-Meditation entspannt sind und mit neuer Kraft in den Alltag zurückkehren können.

→ *Yogamatten, Decken und Kissen sind vorhanden. Bitte bequeme Kleidung anziehen (natürliche Materialien von Vorteil) und Tuch zum draufliegen mitbringen.*

Tag/Zeit: Donnerstag, 25. April 2024, 09:30 – 10:45 Uhr
Dauer: 1,25 Stunden am Morgen
Kosten: CHF 25.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Karin Moor, Klangschalen Therapeutin nach Marcel Kocaman
Kursort: Viva Ananda, Hofstrasse 7, 4912 Aarwangen

Kurs Nr. 33

Klangschalen-Meditation - Entspannung im Alltag

Bei der Klangschalen-Meditation liegen Sie entspannt auf einer Yogamatte. Mit geschlossenen Augen horchen Sie auf die Klänge der Klangschalen und spüren den Schwingungen nach, welche sich im Raum und in Ihren Körper ausbreiten. Lassen Sie sich von den Klängen tragen und ganz bei Ihnen ankommen, so dass Sie nach der Klangschalen-Meditation entspannt sind und mit neuer Kraft in den Alltag zurückkehren können.

→ *Yogamatten, Decken und Kissen sind vorhanden. Bitte bequeme Kleidung anziehen (natürliche Materialien von Vorteil) und Tuch zum draufliegen mitbringen.*

Tag/Zeit: Donnerstag, 16. Mai 2024, 09:30 – 10:45 Uhr
Dauer: 1,25 Stunden am Morgen
Kosten: CHF 25.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Karin Moor, Klangschalen Therapeutin nach Marcel Kocaman
Kursort: Viva Ananda, Hofstrasse 7, 4912 Aarwangen

Kurs Nr. 34

Klangschalen-Meditation - Entspannung im Alltag

Bei der Klangschalen-Meditation liegen Sie entspannt auf einer Yogamatte. Mit geschlossenen Augen horchen Sie auf die Klänge der Klangschalen und spüren den Schwingungen nach, welche sich im Raum und in Ihren Körper ausbreiten. Lassen Sie sich von den Klängen tragen und ganz bei Ihnen ankommen, so dass Sie nach der Klangschalen-Meditation entspannt sind und mit neuer Kraft in den Alltag zurückkehren können.

→ *Yogamatten, Decken und Kissen sind vorhanden. Bitte bequeme Kleidung anziehen (natürliche Materialien von Vorteil) und Tuch zum draufliegen mitbringen.*

Tag/Zeit: Donnerstag, 20. Juni 2024, 09:30 – 10:45 Uhr
Dauer: 1,25 Stunden am Morgen
Kosten: CHF 25.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Karin Moor, Klangschalen Therapeutin nach Marcel Kocaman
Kursort: Viva Ananda, Hofstrasse 7, 4912 Aarwangen

Kurs Nr. 35 Hatha Yoga für alle

Finden Sie Ihre Mitte durch Atem- und Körperarbeit im Hier und Jetzt.

Yoga wirkt auf körperlicher, geistiger und psychischer Ebene.

→ Mitnehmen: Yogamatte oder Yogatuch und Sitzkissen

Tag/Zeit: Dienstags, ab 5. März 2024, 19:00 – 20:00 Uhr

Dauer: 15 Abende

5., 12., 19. und 26. März 2024

23. und 30. April 2024

7., 14., 21. und 28. Mai 2024

4., 11., 18. und 25. Juni 2024

2. Juli 2024

Kosten: CHF 280.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden

Kursleitung: Micheline Ammann, dipl. Yogalehrerin SYV/EYU

Kursort: Campus Sonnhalde, Singsaal, Schulhaus Süd

Kurs Nr. 36 Hatha Yoga für alle

Finden Sie Ihre Mitte durch Atem- und Körperarbeit im Hier und Jetzt.

Yoga wirkt auf körperlicher, geistiger und psychischer Ebene.

→ Mitnehmen: Yogamatte oder Yogatuch und Sitzkissen

Tag/Zeit: Dienstags, ab 5. März 2024, 20:15 – 21:15 Uhr

Dauer: 15 Abende

5., 12., 19. und 26. März 2024

23. und 30. April 2024

7., 14., 21. und 28. Mai 2024

4., 11., 18. und 25. Juni 2024

2. Juli 2024

Kosten: CHF 280.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden

Kursleitung: Micheline Ammann, dipl. Yogalehrerin SYV/EYU

Kursort: Campus Sonnhalde, Singsaal, Schulhaus Süd

Kurs Nr. 37 Selbstverteidigung

In heiklen Situationen richtig reagieren

Lernen Sie effektive Schlag-, Abwehr- und Befreiungstechniken, setzen Sie Grenzen und zeigen Sie durch Ihre Haltung und Stimme, dass Sie sich wehren können.

→ Sportkleidung mitnehmen

Tag/Zeit: Mittwoch, 6. März 2024, 18:00 – 21:00 Uhr

Dauer: 1 Abend

Kosten: CHF 60.00

Kursleitung: Christa Lehmann, Kampfkunst Trainerin

Kursort: Campus Sonnhalde, Alte Turnhalle EG

Kurs Nr. 38 Selbstverteidigung

In heiklen Situationen richtig reagieren

Lernen Sie effektive Schlag-, Abwehr- und Befreiungstechniken, setzen Sie Grenzen und zeigen Sie durch Ihre Haltung und Stimme, dass Sie sich wehren können.

→ Sportkleidung mitnehmen

Tag/Zeit: Samstag, 16. März 2024, 08:30 – 11:30 Uhr

Dauer: 1 Morgen

Kosten: CHF 60.00

Kursleitung: Christa Lehmann, Kampfkunst Trainerin

Kursort: Campus Sonnhalde, Alte Turnhalle EG

Kulinarischer Genuss

Kurs Nr. 39 Herstellen einer Motivtorte

Wir kreieren unsere eigene Traumtorte. Dazu modellieren wir auch Figuren aus ...

→ Mitnehmen: Wenn möglich eine Schürze, Gute Laune

Tag/Zeit: Montag, 10. Juni 2024 18:00 – 22:00 Uhr

Dauer: 1 Abend

Kosten: CHF 80.00 plus CHF 50.00 Materialkosten bei 4 Teilnehmenden

Kursleitung: Gaby Kissling, Bäcker-Konditorin

Kursort: Hofstrasse 2, 4912 Aarwangen



Gesundheit und Persönlichkeitsentwicklung

Kurs Nr. 40 Malen Sie Ihr eigenes Jahresbild 2024 auf A3 Papier

Sie sind jemand ganz besonderes und es gibt einen Grund, weshalb Sie hier auf Erden sind. Mit einer Meditation verbinden wir uns bewusst mit unserer Seele. Danach können Sie sich führen lassen und die Farben und Formen auf dem Papier sichtbar machen die Sie im Jahr 2024 begleiten werden.

→ Papier, Farbstifte und Kreiden sind vorhanden. Wer möchte kann auch eigene Farben mitnehmen.

Tag/Zeit: Donnerstag, 29. Februar 2024, 19:00 – 21:30 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 50.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Gabriela Wittich, Holistische Körperleserin & Seelenbegleiterin
Kursort: Campus Sonnhalde, NT-Zimmer, Schulhaus Nord

Kurs Nr. 41 Kommunizieren Sie in Ihrer eigenen Seelensprache

Was ist eine Seelensprache? Was macht sie mit mir? Wir werden zusammen die Seelensprache sprechen und nachfühlen, was sie mit uns macht.

Tag/Zeit: Dienstag, 12. März 2024, 19:30 – 21:00 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 30.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Gabriela Wittich, Holistische Körperleserin & Seelenbegleiterin
Kursort: Campus Sonnhalde, NT-Zimmer, Schulhaus Nord

Kurs Nr. 42 Kommunizieren Sie in Ihrer eigenen Seelensprache

Was ist eine Seelensprache? Was macht sie mit mir? Wir werden zusammen die Seelensprache sprechen und nachfühlen, was sie mit uns macht.

Tag/Zeit: Freitag, 31. Mai 2024, 19:30 – 21:00 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 30.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Gabriela Wittich, Holistische Körperleserin &
 Seelenbegleiterin
Kursort: Campus Sonnhalde, NT-Zimmer, Schulhaus Nord

Kurs Nr. 43 Malen Sie Ihr Partnerschaftsbild 2024 auf A3 Papier

Sie sind jemand ganz besonderes und es gibt einen Grund, weshalb Sie hier auf Erden sind. Mit einer Meditation verbinden wir uns bewusst mit unserer Seele. Danach können Sie sich führen lassen und die Farben und Formen auf dem Papier sichtbar machen. Dieses Bild wird Sie und Ihren Partner noch lange liebevoll begleiten.
→ Papier, Farbstifte und Kreiden sind vorhanden. Wer möchte kann auch eigene Farben mitnehmen.

Tag/Zeit: Dienstag, 23. April 2024, 19:00 – 21:30 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 50.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Gabriela Wittich, Holistische Körperleserin &
 Seelenbegleiterin
Kursort: Campus Sonnhalde, NT-Zimmer, Schulhaus Nord

Kurs Nr. 44 Malen Sie Ihr eigenes Seelenkraftbild auf A3 Papier

Sie sind jemand ganz besonderes und es gibt einen Grund, weshalb Sie hier auf Erden sind. Mit einer Meditation verbinden wir uns bewusst mit unserer Seele. Danach können Sie sich führen lassen und die Farben und Formen auf dem Papier sichtbar machen, welche Sie in Ihren nächsten Schritten begleiten.
→ Papier, Farbstifte und Kreiden sind vorhanden. Wer möchte kann auch eigene Farben mitnehmen.

Tag/Zeit: Montag, 1. Juli 2024, 19:00 – 21:30 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 50.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Gabriela Wittich, Holistische Körperleserin & Seelenbegleiterin
Kursort: Campus Sonnhalde, NT-Zimmer, Schulhaus Nord

Kurs Nr. 45 Zyklus Workshop

Zykluswissen ist uralte, Hormonwissen brandneu. Beides zusammen ist der Schlüssel für das Verständnis körperlicher und emotionaler Prozesse im weiblichen Körper.
Sie lernen die vier Phasen kennen und das Wissen, wie sie den weiblichen Zyklus effektiv nutzen können. Für mehr Weiblichkeit, Selbstsicherheit und Selbstliebe.

Tag/Zeit: Samstag, 9. März 2024, 13:00 – 17:00 Uhr
Dauer: 1 Nachmittag
Kosten: CHF 80.00 plus CHF 10.00 (inkl. Workbook und Riechstift mit ätherischen Ölen), bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Angela Thöny, Zyklus Mentorin, Pflegefachfrau
Kursort: Tierlihuus, Schopfanbau

Kurs Nr. 46 Grenzen setzen, Nein sagen - Warum ist das so schwierig?

Kennst Sie das? Sie helfen hier, Sie helfen dort. Sie möchten es allen recht machen, helfen und unterstützen. So, dass Sie selbst immer wieder zu kurz kommen. Sie lassen die eigenen Bedürfnisse immer wieder in den Hintergrund rücken, um andere nicht zu enttäuschen. Vielleicht sind Sie sich dessen Verhalten bewusst und haben bemerkt, wie schwierig es ist, aus diesem Muster auszusteigen.

An diesem Abend diskutieren wir gemeinsam, warum es so schwierig ist, Nein zu sagen. Ich werde darauf eingehen, warum wir uns häufig in diesem Dilemma wiederfinden, und welche Ursachen dahinterstecken. Aus meiner beruflichen und privaten Erfahrung werde ich dir mögliche Lösungswege mit an die Hand geben.

Tag/Zeit: Dienstag, 12. März 2024, 19:00 – 21:00 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 40.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Regula Knobel, Dipl. Pflegefachfrau, Mental-Coach
Kursort: Tierlihuus, Schopfanbau

Kurs Nr. 47 Astrologie als Lebenshilfe

In diesem 1-tägigen Kurs erhalten Sie einen Einblick in die Erfahrungswissenschaft der psychologischen Astrologie und ihre Möglichkeiten. Sie erfahren, wie das Leben neugestaltet werden kann, wo Ihre Stärken liegen und wie Sie sich in der Zeit des Wandels neu orientieren können.
→ Gerne dürfen die persönlichen Geburtsdaten für eine Horoskopdeutung mitgebracht werden.

Tag/Zeit: Samstag, 23. März 2024, 09:00 – 17:00 Uhr (1 Stunde Mittagspause)
Dauer: 1 Tag
Kosten: CHF 160.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Barbara Riederer, Astrologin ZFA
Kursort: Sonnhaldestrasse 69, 4912 Aarwangen

Kurs Nr. 48 Astrologie als Lebenshilfe

In diesem 1-tägigen Kurs erhalten Sie einen Einblick in die Erfahrungswissenschaft der psychologischen Astrologie und ihre Möglichkeiten. Sie erfahren, wie das Leben neugestaltet werden kann, wo Ihre Stärken liegen und wie Sie sich in der Zeit des Wandels neu orientieren können.
→ Gerne dürfen die persönlichen Geburtsdaten für eine Horoskopdeutung mitgebracht werden.

Tag/Zeit: Samstag, 4. Mai 2024, 09:00 – 17:00 Uhr (1 Stunde Mittagspause)
Dauer: 1 Tag
Kosten: CHF 160.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Barbara Riederer, Astrologin ZFA
Kursort: Sonnhaldestrasse 69, 4912 Aarwangen

Kurs Nr. 49 Geopathologische Raumentörungen von Wohnräumen, Büros und Ställen

Wasseradern, Magnetfelder und Elektrizität können das psychische und physische Wohlbefinden und Gesundheit von Mensch und Tier stören.

Anhand Antenne messe ich aus, entstöre, messe Strom mittels Gerät, treffen Massnahmen.

Zuletzt gehört auf Wunsch das Räuchern dazu.

→ Mitnehmen: Notizpapier, Schreibsachen

Tag/Zeit: Dienstag, 7. Mai 2024, 19:00 – 21:30 Uhr

Dauer: 1 Abend

Kosten: CHF 50.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden

Kursleitung: Barblin Eichenberger, Dipl. Psychologin und Astrologin, Ausbildungen Geopathologie

Kursort: Tierlihuus, Schopfanbau

Kurs Nr. 50 Geopathologische Raumentörungen von Wohnräumen, Büros und Ställen

Wasseradern, Magnetfelder und Elektrizität können das psychische und physische Wohlbefinden und Gesundheit von Mensch und Tier stören.

Anhand Antenne messe ich aus, entstöre, messe Strom mittels Gerät, treffen Massnahmen.

Zuletzt gehört auf Wunsch das Räuchern dazu.

→ Mitnehmen: Notizpapier, Schreibsachen

Tag/Zeit: Montag, 13. Mai 2024, 19:00 – 21:30 Uhr

Dauer: 1 Abend

Kosten: CHF 50.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden

Kursleitung: Barblin Eichenberger, Dipl. Psychologin und Astrologin, Ausbildungen Geopathologie

Kursort: Tierlihuus, Schopfanbau

Musik und Gesang

Kurs Nr. 51 Miteinander singen

Bekannte Lieder aufleben lassen und neue kennenlernen.
Mitschwingen in Ihrer Heiterkeit, Ihrer Sehnsucht, Ihrem
Schmerz, Ihrer Lebensfreude und in Ihrer Ruhe.

Wir wärmen unser "Instrument" ein und singen frisch von
der Leber weg.

→ Lust aufs Miteinander singen ohne Notenkenntnisse.

Tag/Zeit: Donnerstags, ab 29. Februar 2024, 19:30 – 21:00 Uhr

Dauer: 9 Abende

29. Februar 2024

7., 14., 21. und 28. März 2024

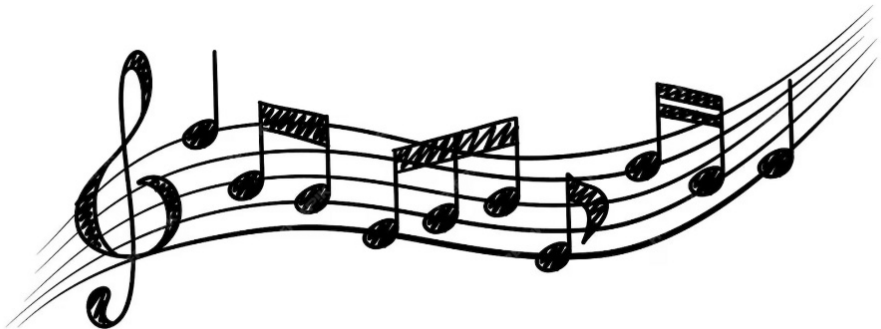
25. April 2024

2., 6. und 30. Mai 2024

Kosten: CHF 180.00 bei mindestens 8 Teilnehmenden

Kursleitung: Cristina Moning-Abram, Atemtherapeutin

Kursort: Campus Sonnhalde, Singsaal, Schulhaus Süd



Für Kinder und Jugendliche

Kurs Nr. 52 Selbstverteidigung für Kinder und Jugendliche

Lerne effektive Schlag-, Abwehr- und Befreiungstechniken, setze Grenzen und zeige durch deine Haltung und Stimme, dass du dich wehren kannst.
→ Sportkleidung mitnehmen.

Tag/Zeit: Mittwoch, 6. März 2024, 13:30 – 16:30 Uhr
Dauer: 1 Nachmittag
Kosten: CHF 60.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Christa Lehmann, Kampfkunst Trainerin
Kursort: Campus Sonnhalde, Alte Turnhalle EG

Kurs Nr. 53 Selbstverteidigung für Kinder und Jugendliche

Lerne effektive Schlag-, Abwehr- und Befreiungstechniken, setze Grenzen und zeige durch deine Haltung und Stimme, dass du dich wehren kannst.
→ Sportkleidung mitnehmen.

Tag/Zeit: Samstag, 16. März 2024, 14:00 – 17:00 Uhr
Dauer: 1 Nachmittag
Kosten: CHF 60.00 bei mindestens 4 Teilnehmenden
Kursleitung: Christa Lehmann, Kampfkunst Trainerin
Kursort: Campus Sonnhalde, Alte Turnhalle EG

Kurs Nr. 54 FRÜHLINGSERWACHEN (4 Jahreszeitenkurs 2024)

Gemeinsam suchen wir auf Feld und Wiese den Frühling. Passend dazu lernen wir Verse, Spiele und Köstlichkeiten zum Naschen kennen.

→ Dem Wetter entsprechende Kleidung tragen, wir sind draussen.

Tag/Zeit: Samstag, 23. März 2024, 13:30 – 16:30 Uhr
Dauer: 1 Nachmittag
Kosten: CHF 60.00 plus CHF 10.00 Materialkosten bei mindestens 6 Teilnehmenden
Kursleitung: Barbara Born-Moser, Achtsamkeitstrainerin MBSR, Bachblütentherapeutin
Kursort: Fam. Born, Wagenschopfplatz, Kleben 3 / Bannwil, 4912 Aarwangen

Kurs Nr. 55 GESTÄRKT IM SCHULALLTAG

Wir suchen nach deinen Stärken und basteln ein Affirmationsset (Stärkungsset) für dich.

Tag/Zeit: Mittwoch, 24. April 2024, 13:30 – 16:00 Uhr
Dauer: 1 Nachmittag
Kosten: CHF 50.00 plus CHF 10.00 Materialkosten bei mindestens 6 Teilnehmenden
Kursleitung: Barbara Born-Moser, Achtsamkeitstrainerin MBSR, Lerncoach
Kursort: Campus Sonnhalde, Zimmer "Wildschwein" EG, Schulhaus Ost

Kurs Nr. 56 HILFE – NOTFALL – SOS

Du lernst die 5 Notfallbachblüten kennen und stellst selber eine Mischung und Salbe her.

Tag/Zeit: Mittwoch, 1. Mai 2024, 13:30 – 16:30 Uhr
Dauer: 1 Nachmittag
Kosten: CHF 60.00 plus CHF 15.00 Materialkosten bei mindestens 6 Teilnehmenden
Kursleitung: Barbara Born-Moser, Achtsamkeitstrainerin MBSR, Bachblütentherapeutin
Kursort: Campus Sonnhalde, Zimmer "Wildschwein" EG, Schulhaus Ost

Kurs Nr. 57 KINDER NATURAPOTHEKE

Wir entdecken Heilpflanzen in der Natur und produzieren 1-3 Produkte für die eigene Kinderapotheke.
→ Dem Wetter entsprechende Kleidung tragen Lunch für Mittagessen mitnehmen.

Tag/Zeit: Samstag, 25. Mai 2024, 09:30 – 13:30 Uhr
Dauer: 1 Nachmittag
Kosten: CHF 80.00 plus CHF 15.00 Materialkosten bei mindestens 6 Teilnehmenden
Kursleitung: Barbara Born-Moser, Achtsamkeitstrainerin MBSR, Bachblütentherapeutin
Kursort: Fam. Born, Wagenschopfplatz, Kleben 3 / Bannwil, 4912 Aarwangen

Kurs Nr. 58 LEICHTER LERNEN oder BEWEGENDES LERNEN

Gemeinsam suchen wir auf Feld und Wiese den Frühling. Du lernst praktische Übungen, die dich in deinem Lernen unterstützen.

→ Bequeme Kleidung tragen.

Tag/Zeit: Mittwoch, 15. Mai 2024, 13:30 – 15:30 Uhr
Dauer: 1 Nachmittag
Kosten: CHF 40.00 bei mindestens 6 Teilnehmenden
Kursleitung: Barbara Born-Moser, Achtsamkeitstrainerin MBSR, Lerncoach
Kursort: Campus Sonnhalde, Zimmer "Wildschwein" EG, Schulhaus Ost

Kurs Nr. 59 SOMMER-SONNWEND (4 Jahreszeitenkurs)

Wir sind draussen in der Natur. Lernen die Bedeutung der Sonnenwende dem Johannifest kennen und feiern.

→ Mitnehmen: Kleider für draussen und etwas zum Bräteln.

Tag/Zeit: Freitag, 21. Juni 2024, 17:30 – 20:30 Uhr
Dauer: 1 Abend
Kosten: CHF 60.00 plus CHF 5.00 Materialkosten bei mindestens 6 Teilnehmenden
Kursleitung: Barbara Born-Moser, Achtsamkeitstrainerin MBSR, Bachblütentherapeutin
Kursort: Fam. Born, Wagenschopfplatz, Kleben 3 / Bannwil, 4912 Aarwangen

Das nächste Kursprogramm erscheint im Juli/August 2024

KULTUR KREIS



Halbjahresprogramm 2024/1 (40 Jahre - Jubiläum)

Meistens im Kirchgemeindehaus Riedgasse 22, Aarwangen

- Freitag, 19.1.24, 20 Uhr *Rhaban Straumann/Elisabeth Hart mit 'Wollen Sie wippen?'
Eine feinfühlig Satire, sprachlich ausgefeilt und präzise gespielt. Es zeigt die Geschichte einer Begegnung zwischen einer deutschen Frau und einem Schweizer Mann. Die beiden liefern sich gesellschaftlich relevante Diskussionen ohne Moralkеule, tänzeln zwischen Poesie und Situationskomik – alles in allem sehr vergnüglich und verspielt. Eintritt: 20.--/18.—inkl. Pausengetränk
- Freitag, 16.2.24, 20 Uhr *'Dios Mio, mehr Gold!' von und mit Christoph Schwager
Ein Erzähltheater vom reichsten Mann der Welt.
Er erzählt in einem bilderreichen Solo-Theaterabend von der Eroberung Perus durch Pizarro, vom Glück, schlecht Spanisch zu können, vom Überleben im Kugelhagel des Militärs, vom Fluch des Inka-Goldes und von einem Jesuitenpater, der vor 400 Jahren im Gebiet der peruanischen Amazonas-Völker Kapellen baute. Dios Mio! Eintritt: 20.--/18.—inkl. Pausengetränk
- Sa., 2.3./So., 3.3.24 Bilderbörse
Annahme der Bilder am Freitag, 1.3., 16-18 Uhr (max. 2 Bilder pro Person), Anmeldung kulturkreis@refaarwangen.ch
Eröffnung / Musik am Samstag um 15 Uhr
Geöffnet Samstag, 14.45-18 Uhr, Sonntag, 14-17 Uhr
Auszahlung/Rücknahme der Bilder am So. von 17-18 Uhr
- Samstag, 27.4.24, 20 Uhr *Duo Calva, mit ‚Zwei Celli für ein Halleluja‘ – Best Of
Daniel Schaerer und Alain Schudel bieten Cello Comedy vom Feinsten!
Eintritt: 28.--/26.-- inkl. Pausengetränk
- Sonntag, 5.5.24, 17 Uhr Konzert mit dem grossartigen DUO SIMILISURIUM
Kirche Bannwil:
Juliette Du Pasquier (Violine, Kontrabass & Gesang) und Marc Hänsenberger (Akkordeon, Glockenspiel & Gesang), Konzertbeitrag, Richtpreis 20.—
- Freitag, 28.6.24, 20 Uhr Openair-Konzert beim Alterswohnheim Lebensart,
mit Schmendriks Bande (Akkordeon, Klarinette, Gesang)
bei schlechter Witterung im Saal des KGH, Kollekte

Die 3 *-Anlässe im Abonnement: Normalpreis 60.--/54.—(AHV), 2 *-Anlässe 44.--/40.--
Reservationen für *: kulturkreis@refaarwangen.ch / 062 923 23 79
Weitere Informationen auf www.refaarwangen.ch

Unterstützt durch die Einwohnergemeinden Aarwangen, Bannwil und Schwarzhäusern.

Anmeldetalon

Ich melde mich für folgenden Kurs / folgende Kurse an:

Kurs Nr.

Kurs Nr.

Kurs Nr.

Name und Adresse:

.....

.....

E-Mail:

Telefon:

Anmeldestelle: Einwohnerdienste, Langenthalstrasse 4, 4912 Aarwangen
einwohnerdienste@aarwangen.ch

✂-----

Anmeldetalon

Ich melde mich für folgenden Kurs / folgende Kurse an:

Kurs Nr.

Kurs Nr.

Kurs Nr.

Name und Adresse:

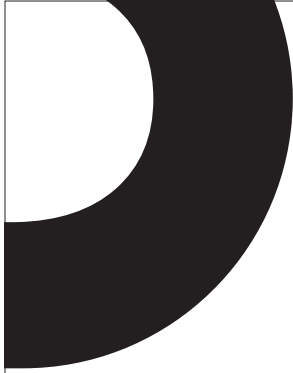
.....

.....

E-Mail:

Telefon:

Anmeldestelle: Einwohnerdienste, Langenthalstrasse 4, 4912 Aarwangen
einwohnerdienste@aarwangen.ch



**produziert.
konzipiert.
gestaltet.**

merkur
merkurmedien.ch