

Kurse 2020/21

Liebe Kursbesucher

Wir dürfen Euch unser neues Kursprogramm vorstellen.

Auch dieses Jahr, haben wir wieder ein reichhaltiges, abwechslungsreiches und attraktives Programm zusammengestellt.

Es hat für alle etwas dabei.

Wie immer, sind auch Nichtmitglieder jederzeit herzlich willkommen.

Wir freuen uns auf schöne, gemütliche und kreative Kursabende.

*Nimm dir Zeit,
für Dinge
die dich
glücklich machen*

Auf deine Anmeldung freut sich,
Frauenverein und Landfrauengruppe Sumiswald
www.sumisfrauen.ch

Kursanmeldungen bei:
Vreni Röhliberger, Wydenstrasse 14 3457 Wasen i.E.
Tel. 034 431 50 58 Mail. kurse@sumisfrauen.ch

Ideen zum Haltbarmachen

Haltbarmachen ist voll im Trend.
Viele unserer Früchte und Gemüse usw. können wir haltbar machen um sie zu einem späteren Zeitpunkt z.B. im Winter zu verbrauchen.

Möglichkeiten zum Haltbarmachen sind

**Sterilisieren - Heiss einfüllen - Essig/Oel
- Trocknen/Dörren**

wie z.B. Essigbirnen, Essigzwetschgen, Randensalat, Tomatensauce, Konfitüre, Sirup, Pizza-Oel, Himbeeressig, Zucchini, Dörrfrüchte, Dörrgemüse usw.



Kurs: Fr.4. September 2020
um 18.00 Uhr

Wo: Schulküche Wasen (Aula)
Kurskosten: 60.- inkl. Rezepte. Nichtmitglieder 65.-
Kursleitung: Anita Mumenthaler
Anmeldeschluss: 20. August 2020



Kochkurs «Kochen mit Wild»

Wer kennt das nicht, Reh, Hirsch, Wildschwein usw. aber wie wird Wild gekocht?

Aus diesem Grund haben wir einen Kurs organisiert, bei dem du mehr darüber erfährst und auch selber kochst.

Kurs: Mo. 19. Oktober 2020
um 19.00 Uhr

Wo: Schulküche im Wasen
Kurskosten: 65.- inkl. Material und Unterlagen,
Nichtmitglieder 70.-
Kursleitung: Susanna Brönnimann
Anmeldeschluss: 20. September 2020



Wickel und Kompressen

Bei Erkältungen auf Hausmittel zurückgreifen.
Hier erfährst du, wie du mit einfachen Mitteln aus der Küche wohltuende Wickel herstellst und wie du sie anwendest.



Kurs: Di. 10. November 2020
19.00 - 22.00 Uhr

Wo: Käsereistübli in der Käserei Wasen
Kurskosten: 35.- inkl. Material und Unterlagen,
Nichtmitglieder 40.-
Kursleitung: Ursula Meer
Anmeldeschluss: 26. Oktober 2020
Mitbringen: 1 Bettflasche, 1 Paar Leggings, 1 Badetuch,
1 Frotteetuch, 1 kleiner Kissenbezug,
2 Geschirrtücher oder Gazenwindel wer möchte, Turnmatte zum Liegen

UrDinkel Backkurs

Lust mit UrDinkel zu backen? Dann bist du hier richtig.
Es werden verschiedene Gebäcke kreiert und probiert.

Kurs A:
Fr. 20. November 2020
um 17.30 - ca. 22.00 Uhr

Kurs B:
Sa. 21. November 2020
um 9.30 - ca. 14.00 Uhr

Wo: in der Küche im Oberstufenschulhaus Sumiswald
Kurskosten: 100.- Nichtmitglieder 105.-
Inkl. Kursunterlagen, Mahlzeit und UrDinkel-Backbuch.
Kursleitung: Judith Gmür und Petra Dubach
Anmeldeschluss: 4. November 2020



Erste Hilfe am Auto

In diesem Kurs erfährst du, wie du vorgehen musst bei einem Unfall oder Panne, wie und wo kannst du Flüssigkeiten nachfüllen oder kontrollieren, wie überbrückt wird, wo sich was in deinem Auto befindet, was du in anderen Ländern beachten musst usw. Dieser Kurs ist für jede Frau und jeden Mann so wie auch für Neuliker interessant.

Kurs A: Di. 26. Januar 2021
19.00 - 21.00

Kurs B: Do. 4. Februar 2021
19.00 - 21.00



Wo: Central Garage Grünen, Grünenstr.10 Grünen
Kurskosten: 30.- Nichtmitglieder 35.-
Kursleitung: CG Grünen
Anmeldeschluss: 12. Januar 2021

Töpfern im Frühjahr

Du gestaltest dir ein individuelles Werkstück aus Ton unter fachkundiger Anleitung, z.B was Tolles für in den Garten zum Bepflanzen oder Dekorieren. Die Werkstücke werden dann gebrannt und nach Wunsch mit weiteren Bränden (Glasure, Rakubrand...) fertiggestellt.



Kurs A:
Mi. 24. Februar 2021
um 19.00 Uhr

Kurs B:
Fr. 26. Februar 2021
um 19.00 Uhr



Wo: einzigartix, Heimeli Dorfstrasse
11 6154 Hofstatt
Kurskosten: 45.- plus Material,
Nichtmitglieder 50.-
Kursleitung: Tanja Sutter
Anmeldeschluss: 12. Februar 2021

Schmuckkurs Ring, Ohrstecker, Armband oder Anhänger

Fertige dir unter kundiger Anleitung dein persönliches Schmuckstück aus Chirurgenstahl und Schmuckkeramik. Eine große Auswahl an Fingerringen und weiteren Schmuckrohlingen so wie Schmuckkeramik und vorgefertigte Canes stehen dir zur Verfügung und bilden die Basis für deine einzigartigen Schmuckstücke.



Kurs A:
Do. 4. März 2021
um 19.00 Uhr

Kurs B:
Di. 9 März 2021
um 19.00 Uhr

Wo: wird noch bekannt gegeben
Kurskosten: 50.- inkl. 1 Standard Ringrohlin, jedes weitere Schmuckstück das kreiert wird kostet zwischen 14.50 und 25.- Nichtmitglieder 55.-
Kursleitung: Barbara Denzler, www.hybris-schmuck.ch
Anmeldeschluss: 20. Februar 2021

Handletteringworkshop

Faux-Calligraphy, Verzierungen, Serifen, Schnörkel... die Möglichkeiten des »Buchstaben Zeichens« sind unbegrenzt! Du lernst die Grundkenntnisse der Faux-Calligraphy und das Wirken von verschiedenen Schriftkombinationen. Nichts geht über persönlich gestaltete Glückwunsch- oder Einladungskarten, Etikette oder Geschenke....



Kurs A:
Mo. 22. u. 29. März 2021
um 19.30 Uhr

Kurs B:
Do. 25. März u. 1. April 2021
um 19.30 Uhr



Wo: wird noch bekannt gegeben
Kurskosten: 75.- inkl. Material, Nichtmitglieder 80.-
Kursleitung: Ruth Kühni, verformbar.ch
Anmeldeschluss: 8. März 2021
Mitbringen: Schreibmaterial/ Stifte wenn vorhanden

Nähkurs Rucksacktasche

Eine coole Tasche nähen, die du als Umhänge-, Handtasche oder Rucksack tragen kannst. Sie ist für jede Situation geeignet.

Kurs A:
Di. 27. April und
4. Mai 2021
19.00 - 22.00 Uhr

Kurs B:
Do. 29. April und
6. Mai 2021
19.00 - 22.00 Uhr



Wo: Wydenstrass 14 3457 Wasen
Kurskosten: 70.- exkl. Material, Nichtmitglieder 75.-
Kursleitung: Vreni Röthlisberger
Anmeldeschluss: 2. April 2021