

Kurse für Erwachsene – Programm 1. Semester Schuljahr 2022/2023



Ab Oktober 2022 finden wieder viele interessante Kurse für Erwachsene statt! Die beliebte Reihe der Kochkurse wird dieses Semester mit folgenden Kursen weitergeführt:

«Sushi Grundkurs» und «Vegane Küche Grundkurs» mit Salvatore Cicero:

Im letztgenannten Kurs wird den Kursteilnehmenden vermittelt, wie Kochen ohne Fleisch, Fisch, Eier und Milchprodukte funktionieren kann.

Unter **Angela Bürgler's** Anleitung in „Feine Pralinés und Truffes selbstgemacht“ lernen Sie, wie man Pralinés von Grund auf selbst herstellt, und **Pia Lanz** zeigt im Kurs «Burger Festival», dass «Burger» alles andere als ungesundes Fast Food sind.

Unsere Haut ist täglich Reizen und Umwelteinflüssen ausgesetzt, höchste Zeit uns und unserer Haut eine Verwöhnungskur zu gönnen. Unter der Leitung von **Janine Arm** verarbeiten Sie hochwertigste, pflanzliche Rohstoffe. Kreieren Sie Ihr eigenes, „**Exklusives Verwöhnprogramm mit Naturkosmetik**“.

Um Gesundheit und Körper geht es auch im «Atem-Kurs» von **Nathalie Meyer**. Darin erlernen Sie die Fertigkeit, die eigene Atmung bewusst zu beeinflussen, um Ruhe, Konzentration und die Kontrolle über den eigenen Körper sicherzustellen.

An drei Salsa-Abenden erfahren Sie unter der Anleitung von **Salvatore Cicero**, dass «Salsa» nicht nur ein Tanz, sondern eine Lebensweise, eine Kultur und pure Leidenschaft ist. Der Kurs richtet sich an Personen mit keinen bis wenig Vorkenntnissen.

Christa Keller vermittelt in ihrem spannenden „Schmiede-Kurs“, wie Sie mit handwerklichem Geschick und Kreativität individuell einzigartige Gegenstände wie Nussöffner, Kerzenständer, Windlichter oder Feuerhaken über dem Feuer herstellen können.

Weitere Informationen zu den Erwachsenenkursen und Kursausschreibungen finden Sie unter: www.schulemoenchaltorf.ch - Angebote - Erwachsenenkurse.

Anmeldungen an: erwachsenenkurse@schulemoenchaltorf.ch
Nicole Blickenstorfer, Koordinationsperson Erwachsenenkurse