

Kursangebot

Frühling/Sommer 2019

Grüezi mitenand

Ab Mitte Oktober habe ich die Schulleitung von Corinne Schweizer übernommen.

An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an die bisherige Schulleiterin.

Corinne – danke für deinen tollen Einsatz in den letzten Jahren!

Es freut mich sehr, Ihnen ein abwechslungsreiches Kursprogramm präsentieren zu können.

Selbstverständlich dürfen auch auswärtige Personen gerne an unseren Kursen teilnehmen.

Das Kursprogramm kann ich auf Wunsch auch per E-Mail zusenden

Ich freue mich auf viele Anmeldungen.

Freundliche Grüsse

Tanja Nater
Schulleiterin

und die Kommission
der Fortbildungsschule

Reichhaltiger Apéro

Als Einstieg vor einem feinen Essen, als Häppchen bei einem gemütlichen Treffen oder sogar als reichhaltiges Buffet? Ein Apéro passt immer...

Wir stellen diverse kreative, originelle Apéros her und geniessen das grosse Buffet danach in geselliger Runde. Sie bringen nach diesem Abend viele Ideen für die nächsten gemütlichen Stunden mit der Familie oder Freunden nach Hause.

Kursleitung:

Karin Tobler-Ruckstuhl,
Hauswirtschaftslehrerin,
Gütighausen

Kursdatum:

Dienstag, 19. März 2019

Dauer:

18.30 – 22.00 Uhr

Kursort:

Sekundarschule Ossingen,
Schulküche

Kurskosten:

Fr. 55.00

Materialkosten:

Fr. 20.00 - Fr. 25.00

Mitnehmen:

Schürze, Schreibzeug,
Vorratsdosen für Reste



Entwerrung im Ernährungsdschungel

Zu keinem Thema wird so viel geschrieben wie über die Ernährung. Aber stimmt das Gelesene/Gehörte überhaupt?

Nach einem Einstiegsreferat werden Sie Klarheit über die Mythen bekommen und dabei auch das Bewusstsein schärfen über Ihr Einkaufs- und Essverhalten. Ausserdem werden Sie erfahren, was eine gesunde Ernährung ausmacht.

Was ist mit Kalorien? Macht es Sinn die Lebensmittel in kalorienarm oder kalorienreich einzuteilen? Auf jeden Fall sorgt dieser Abend bestimmt für viele Aha-Erlebnisse bei Ihnen.

Kursleitung:

Noemi Koch-Cadosi, Dozentin
für Ernährung u. Gesundheits-
beraterin, Stein am Rhein

Kursdatum:

Dienstag, 16. April 2019

Dauer:

19.00 – 21.00 Uhr

Kursort:

Sekundarschule Ossingen,
Aufenthaltsraum

Kurskosten:

Fr. 43.00

Materialkosten:

Fr. 7.00 - 10.00

Mitnehmen:

Fragen rund um das Essen
und Trinken, auf die Sie schon
immer eine Antwort haben
wollten.

Kursangebot

Osterhase

Unter fachkundiger Anleitung verzieren Sie Ihre Schoggihasen und giessen die Form anschliessend mit feinsten Schokolade aus.

Nach dem Trocknen kann die Form entfernt werden. Die Überraschung aus süsser Schokolade wird alle begeistern.

Kursleitung:

Anita Schär-Bischofberger,
Konditor-Confiseur, Truttikon

Kursdatum:

Dienstag, 2. April 2019

Dauer:

19.30 – ca. 21.30 Uhr

Kursort:

Wyland-Beck, Truttikon

Kurskosten:

Fr. 43.00

Materialkosten:

Je nach Aufwand



Handlettering Workshop für Anfänger

Handlettering ist die Kunst Wörter und Buchstaben von Hand zu schreiben und zu zeichnen. Mit einfachen Tipps und Tricks wird gezeigt, wie Sie aus Ihrer persönlichen Handschrift eine neue Schrift entwickeln können. Viele Stifte und Farben stehen zum Testen zur Verfügung.

Wir werden einen speziellen Gegenstand beschriften. Eine schöne Handschrift ist **keine** Voraussetzung.

Kursleitung:

Denise Stolz,
Neunkirch

Kursdatum:

Mittwoch, 24. April 2019

Dauer:

18.30 – 22.00 Uhr

Kursort:

Sekundarschule Ossingen,
Informatikzimmer C9

Kurskosten:

Fr. 55.00

Materialkosten:

Fr. 20.00



Handlettering Workshop

Handlettering ist die Kunst Wörter und Buchstaben von Hand zu schreiben und zu zeichnen. Wir werden die Grundlagen des „**Brush Letterings**“ kennenlernen. Dabei werden verschiedene Stifte mit Pinselspitzen zur Auswahl stehen. Mit einfachen Tipps wird gezeigt, wie die eigene Handschrift sich zu einer Poesie verwandeln kann und jeder Schriftzug ein echter Hingucker wird. Das Gelernte werden wir auf Karten und Etiketten umsetzen. Davon liegen eine Vielzahl zum Gestalten bereit. Dieser Workshop eignet sich für Alle, welche bereits einen Anfänger-Workshop besucht haben oder die Grundkenntnisse des Handletterings kennen und erste Schreiberfahrungen haben.

Kursleitung:

Denise Stolz,
Neunkirch

Kursdatum:

Dienstag, 23. April 2019

Dauer:

18.30 – 22.00 Uhr

Kursort:

Sekundarschule Ossingen,
Informatikzimmer C9

Kurskosten:

Fr. 55.00

Materialkosten:

Fr. 20.00

Kursangebot

Vögelwohl

Ein Vogelbad bietet dem Piepmatz eine willkommene Erfrischung. Mit Schwimkerzen oder Blumen ist das Vogelbad auch ein toller Blickfang.

In diesem Kurs giessen Sie drei Vögel sowie zwei individuelle Schalen für das Vogelbad. Es bleibt auch noch Zeit, um kleine Beton-Sachen-Sächeli zu giessen.

Kursleitung:

Corinne Schmid, Benken

Kursdatum:

Dienstag, 25. Juni 2019
19.00 - 21.30 Uhr **oder**
Freitag, 28. Juni 2019
08.30 - 11.00 Uhr

pro Datum können 6 Personen teilnehmen

Kursort:

Werkelherz, Corinne Schmid
8463 Benken

Kurskosten:

Fr. 48.00

Materialkosten:

Fr. 40.00

Mitnehmen:

Plastikhandschuhe, alten Metallöffel, alte Kleider



Wenn der Frühling erwacht

Der Kranz wird vorwiegend aus Ästen gebunden und mit Frühlingsboten im Glas bepflanzt, geschmückt und ausgarniert.

Eine wunderbare Frühjahrsdekoration, welche Tische, Nischen und Eingänge schmückt. Der Kranz ist für jede Jahreszeit wandelbar.

Kursleitung:

Nina Kuhn-Jäger, Floristin
Ossingen

Kursdatum:

Freitag, 29. März 2019

Dauer:

19.00 – 22.00 Uhr

Kursort:

Nina Kuhn-Jäger,
Truttikerstrasse 10, Ossingen

Kurskosten:

Fr. 52.00

Materialkosten:

ca. Fr. 45.00

Mitnehmen:

Gartenschere



Spannend erzählen, vortragen und vorlesen!

An diesen beiden Abenden üben wir, die Stimme so einzusetzen, dass Vortragen und Vorlesen Spass macht. Wir lernen, den Atem einzuteilen und arbeiten mit der Lautstärke, Tonhöhe und Klangfarbe der Stimme. So wird der persönliche Stimm Ausdruck gestärkt und gleichzeitig der Text lebendig und interessant gestaltet. Wenn Stimme und Text zusammenpassen, hört ihr Gegenüber gerne zu. Das Gefühl stimmlich kompetent zu sein, lässt sie sicherer und selbstbewusster wirken.

Kursleitung:

Verena Kern, Logopädin,
Stimmtrainerin, Sprechcoach
Ossingen

Kursdatum:

Donnerstag,
4. und 11. April 2019

Dauer:

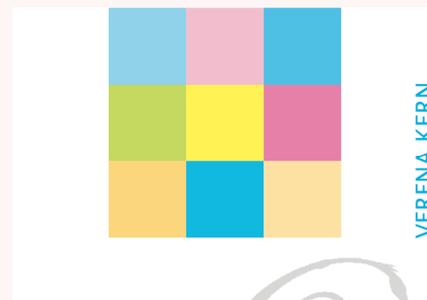
19.00 – 20.40 Uhr

Kursort:

Sekundarschule, Ossingen
Aufenthaltsraum

Kurskosten:

Fr. 55.00



Kursangebot

Kurs für Kinder:

Körpereigene Energie Qi in Fluss bringen

Die eigene Energie Qi in Fluss bringen durch Selbstmassage.

Lernen Sie Blockaden und Verspannungen im Körper mit einfachen Übungen aus Qi Gong, Tuina-Massage und mit Akupressur selber lösen.

Kursleitung:

Annina Schwarz
Dipl. Therapeutin TCM-FVS
Hüttwilen und Zürich

Kursdatum:

Donnerstag, 6. Juni 2019

Dauer:

20.00 – 21.30 Uhr

Kursort:

Sekundarschule Ossingen
Aufenthaltsraum

Kurskosten:

Fr. 38.00

Mitnehmen:

Lockere, bequeme Kleidung



Muttertagsgeschenke aus der Küche

Suchst du nach einem kreativen Muttertagsgeschenk und bist gerne in der Küche tätig? In diesem Kurs stellen wir kleine, kulinarische Muttertagsgeschenke her. Wir werden sie hübsch verpacken, damit du sie gleich verschenken kannst.

Bist du zwischen 6 und 11 Jahre alt und hast eine erwachsene Person, die dich begleiten kann? Wir freuen uns auf einen kreativen Morgen mit dir.

Kursleitung:

Karin Tobler-Ruckstuhl,
Hauswirtschaftslehrerin,
Gütighausen

Kursdatum:

Samstag, 11. Mai 2019

Dauer:

9.30 – 12.00 Uhr

Kursort:

Sekundarschule Ossingen,
Schulküche

Kurskosten:

Fr. 57.00 (1 Erw. + 1 Kind)

Materialkosten:

Fr. 20.00 bis Fr. 25.00

Mitnehmen:

2 hübsche, leere Konfigläser,
evtl. Schürze, Korb oder
Tasche für Transport.



Infos & Kleingedrucktes

Anmeldeschluss:

spät. 2 Wochen vor Kursbeginn

Anmeldungen per E-Mail an:

fortbildungsschule@gmail.com

oder

Tanja Nater
Oberer Grundweg 17
8475 Ossingen
052 316 17 43

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

Sie erhalten eine Kursbestätigung sobald sich genügend Teilnehmer/innen angemeldet haben. Die Anmeldung ist verbindlich. Sie **verpflichten** sich, das Kursgeld **im Voraus einzuzahlen**.

Die Materialkosten sind **nicht** im Kursgeld inbegriffen und werden am Kursabend eingezogen.

Jugendliche unter 18 Jahren bezahlen nur die Hälfte der Kurskosten. Bitte den Jahrgang bei der Anmeldung angeben

Beim Fernbleiben von einem Kurs wird das Kursgeld nicht zurückerstattet. Bei Kochkursen werden die Kosten für die Lebensmittel verrechnet, sofern man sich nicht mindestens 48 Stunden vor Kursbeginn abmeldet.

Die Versicherung ist Sache der Kursteilnehmer/innen.