

# Erwachsenenbildung in unserer Region

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

Oktober 2011 bis März 2012

## Fremdsprachen – Literatur

<b>Titel des Kurses</b>	<b>English A2, 815214</b> Max. 15 Teilnehmende.
<b>Lehrmittel</b>	Wird im Kurs bekannt gegeben.
<b>Veranstalterin</b>	Volkshochschule Bern
<b>Kursleitung</b>	Divine Harrison
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 19. Oktober 2011, 9 x, jeweils mittwochs, 17.30 – 19.00 Uhr
<b>Ort</b>	Mehrzweckraum, <b>Jegenstorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 189.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 320 30 30, info @vhsbe.ch, www.vhsb.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	10 Tage vor Kursbeginn
<b>Titel des Kurses</b>	<b>English B1, 815314</b> Max. 15 Teilnehmende.
<b>Lehrmittel</b>	Wird im Kurs bekannt gegeben.
<b>Veranstalterin</b>	Volkshochschule Bern
<b>Kursleitung</b>	Divine Harrison
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 19. Oktober 2011, 9 x, jeweils mittwochs, 19.15 – 20.45 Uhr
<b>Ort</b>	Mehrzweckraum, <b>Jegenstorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 189.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 320 30 30, info @vhsbe.ch, www.vhsb.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	10 Tage vor Kursbeginn
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Italienisch A2, 815414</b> Max. 9 Teilnehmende.
<b>Lehrmittel</b>	Allegro 2
<b>Veranstalterin</b>	Volkshochschule Bern
<b>Kursleitung</b>	Gianna Schnell-Bigolin
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 21. Oktober 2011, 9 x, jeweils freitags, 09.00 – 10.30 Uhr
<b>Ort</b>	Markusraum, <b>Jegenstorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 297.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 320 30 30, info @vhsbe.ch, www.vhsb.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	10 Tage vor Kursbeginn
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Englisch A2, 815221</b> Max. 15 Teilnehmende. Kein Kurs am 8. Februar 2010. Fortsetzungskurs.
<b>Lehrmittel</b>	Wird im Kurs bekannt gegeben.
<b>Veranstalterin</b>	Volkshochschule Bern
<b>Kursleitung</b>	Divine Harrison
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 11. Januar 2012, 12 x, jeweils mittwochs, 17.30 – 19.00 Uhr
<b>Ort</b>	Schulanlage Gyrisberg, Mehrzweckraum, <b>Jegenstorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 252.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 320 30 30, info@vhsbe.ch, www.vhsbe.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	10 Tage vor Kursbeginn
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Englisch B1, 815321</b> Max. 15 Teilnehmende. Kein Kurs am 8. Februar 2012. Fortsetzungskurs.
<b>Lehrmittel</b>	Wird im Kurs bekannt gegeben.
<b>Veranstalterin</b>	Volkshochschule Bern
<b>Kursleitung</b>	Divine Harrison
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 11. Januar 2012, 12 x, jeweils mittwochs, 19.15 – 20.45 Uhr
<b>Ort</b>	Schulanlage Gyrisberg, Mehrzweckraum, <b>Jegenstorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 252.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 320 30 30, info@vhsbe.ch, www.vhsbe.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	10 Tage vor Kursbeginn
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Italienisch A2, 815421</b> Max. 9 Teilnehmende. Kein Kurs am 10. Februar 2012. Fortsetzungskurs.
<b>Lehrmittel</b>	Allegro 2.

<b>VeranstalterIn</b>	Volkshochschule Bern
<b>Kursleitung</b>	Gianna Schnell-Bigolin
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 13. Januar 2012, 11 x, jeweils freitags, 09.00 – 10.30 Uhr
<b>Ort</b>	Kirchgemeindehaus, Lukasraum, <b>Jegenstorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 363.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 320 30 30, info@vhsbe.ch, www.vhsbe.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	10 Tage vor Kursbeginn
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Konversationskurs Italienisch</b>
<b>Kursinhalt</b>	In einer Kleingruppe Kenntnisse anwenden, festigen und erweitern: praxisnah und Ihren Bedürfnissen angepasst! Stufe A2 / B1 Weitere Kurse unter <a href="http://www.talkinfo.ch">www.talkinfo.ch</a>
<b>VeranstalterIn</b>	Sprachstudio TALK
<b>Kursleitung</b>	Liliana Negri
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 17. Oktober 2011, 10 x, jeweils montags, 08.30 – 09.30 Uhr
<b>Ort</b>	<b>Bäriswil</b>
<b>Kurskosten</b>	6 – 8 Tn.: Fr. 270.00 / 4 – 5 Tn.: Fr. 302.00
<b>Materialkosten</b>	Lehrmittel und Kopien: ca. Fr. 60.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 859 07 72, <a href="http://www.talkinfo.ch">www.talkinfo.ch</a>
<b>Anmeldeschluss</b>	Montag, 10. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Italienisch für Ferien und Job</b>
<b>Kursinhalt</b>	Anfänger 2 In einer Kleingruppe lernen Sie locker und praxisnah, sich in dieser schönen Sprache zu verständigen. Wenig Kenntnisse erforderlich. Weitere Kurse unter: <a href="http://www.talkinfo.ch">www.talkinfo.ch</a>
<b>VeranstalterIn</b>	Sprachstudio TALK
<b>Kursleitung</b>	Liliana Negri
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 17. Oktober 2011, 10 x, jeweils montags, 20.20 – 21.20 Uhr
<b>Ort</b>	<b>Urtenen-Schönbühl</b>
<b>Kurskosten</b>	6 – 8 Tn.: Fr. 300.00 / 4 – 5 Tn.: Fr. 335.00
<b>Materialkosten</b>	Lehrmittel und Kopien: ca. 60.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 859 07 72, <a href="http://www.talkinfo.ch">www.talkinfo.ch</a>
<b>Anmeldeschluss</b>	Montag, 10. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Italienisch für Ferien und Job</b>
<b>Kursinhalt</b>	Auffrischkurs (Stufe A2) In einer Kleingruppe Kenntnisse verbessern und erweitern: praxisnah und Ihren Bedürfnissen angepasst! Grundkenntnisse erforderlich. Lehrmittel: Allegro 2 Weitere Kurse unter: <a href="http://www.talkinfo.ch">www.talkinfo.ch</a>
<b>VeranstalterIn</b>	Sprachstudio TALK
<b>Kursleitung</b>	Liliana Negri
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 17. Oktober 2011, 10 x, jeweils montags, 19.15 – 20.15 Uhr
<b>Ort</b>	<b>Urtenen-Schönbühl</b>
<b>Kurskosten</b>	6 – 8 Tn.: Fr. 300.00 / 4 – 5 Tn.: Fr. 335.00
<b>Materialkosten</b>	Lehrmittel und Kopien ca. Fr. 60.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 859 07 72, <a href="http://www.talkinfo.ch">www.talkinfo.ch</a>
<b>Anmeldeschluss</b>	Montag, 10. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Spanisch für Ferien und Job</b>
<b>Kursinhalt</b>	Anfängerkurs In einer Kleingruppe lernen Sie locker und praxisnah, sich in dieser schönen Sprache zu verständigen. Weitere Kurse unter <a href="http://www.talkinfo.ch">www.talkinfo.ch</a>
<b>VeranstalterIn:</b>	Sprachstudio TALK
<b>Kursleitung</b>	Altagracia Hefti oder Karin Balmer
<b>Datum, Zeit</b>	Ab Mitte Oktober 2011, 10 x, Kurszeit nach Vereinbarung
<b>Ort</b>	<b>Bäriswil oder Urtenen-Schönbühl</b>
<b>Kurskosten</b>	6 – 8 Tn.: Fr. 300.00 / 4 – 5 Tn.: Fr. 335.00
<b>Materialkosten</b>	Lehrmittel und Kopien ca. Fr. 60.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 859 07 72, <a href="http://www.talkinfo.ch">www.talkinfo.ch</a>
<b>Anmeldeschluss</b>	Montag, 10. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Diplomkurs Spanisch (Certificado DELE)</b>
<b>Kursinhalt</b>	In einer Kleingruppe werden Sie gezielt auf das Certificado DELE vorbereitet. Spanischkenntnisse sind für diesen Kurs erforderlich. Weitere Kurse unter <a href="http://www.talkinfo.ch">www.talkinfo.ch</a>
<b>VeranstalterIn:</b>	Sprachstudio TALK
<b>Kursleitung</b>	Altagracia Hefti
<b>Datum, Zeit</b>	Ab Mitte Oktober 2011, 10 x, Kurszeit nach Vereinbarung
<b>Ort</b>	<b>Urtenen-Schönbühl</b>

<b>Kurskosten</b>	6 – 8 Tn.: Fr. 320.00 / 4 – 5 Tn.: Fr. 355.00
<b>Materialkosten</b>	Lehrmittel und Kopien ca. Fr. 60.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 859 07 72, <a href="http://www.talkinfo.ch">www.talkinfo.ch</a>
<b>Anmeldeschluss</b>	Montag, 10. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Französisch für den Alltag</b>
<b>Kursinhalt</b>	Auffrischkurs In einer Kleingruppe Kenntnisse auffrischen und erweitern: praxisnah und Ihren Bedürfnissen angepasst! Weitere Kurse unter: <a href="http://www.talkinfo.ch">www.talkinfo.ch</a>
<b>VeranstalterIn</b>	Sprachstudio TALK
<b>Kursleitung</b>	Karin Balmer
<b>Datum, Zeit</b>	Ab Mitte Oktober 2011, 10 x, Kurszeit nach Vereinbarung
<b>Ort</b>	<b>Bäriswil oder Urtenen-Schönbühl</b>
<b>Kurskosten</b>	6 – 8 Tn.: Fr. 300.00 / 4 – 5 Tn.: Fr. 335.00
<b>Materialkosten</b>	Lehrmittel und Kopien: ca. Fr. 60.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 859 07 72, <a href="http://www.talkinfo.ch">www.talkinfo.ch</a>
<b>Anmeldeschluss</b>	Montag, 10. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Business-Französisch</b>
<b>Kursinhalt</b>	Für alle, die Französisch im Job brauchen! Sie trainieren typische Situationen des Geschäftsalltags: Auskunft, Termine, Bestellung, Kundendienst, Reklamationen, usw. Weitere Kurse unter: <a href="http://www.talkinfo.ch">www.talkinfo.ch</a>
<b>VeranstalterIn</b>	Sprachstudio TALK
<b>Kursleitung</b>	Elisabeth Scheurer
<b>Datum, Zeit</b>	Ab Mitte Oktober 2011, 10 x, Kurszeit nach Vereinbarung
<b>Ort</b>	<b>Bäriswil oder Urtenen-Schönbühl</b>
<b>Kurskosten</b>	6 – 8 Tn.: Fr. 300.00 / 4 – 5 Tn.: Fr. 335.00
<b>Materialkosten</b>	Lehrmittel und Kopien: ca. Fr. 60.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 859 07 72, <a href="http://www.talkinfo.ch">www.talkinfo.ch</a>
<b>Anmeldeschluss</b>	Montag, 10. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>English for Kids (7 – 10 Jahre)</b>
<b>Kursinhalt</b>	Auf spielerische Art erwerben die Kinder Grundkenntnisse in der Weltsprache.
<b>VeranstalterIn</b>	Sprachstudio TALK
<b>Kursleitung</b>	Elisabeth Scheurer
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 19. Oktober 2011, 10 x, jeweils mittwochs, 17.00 – 18.00 Uhr
<b>Ort</b>	<b>Urtenen-Schönbühl</b> , Schulanlage Lee
<b>Kurskosten</b>	Ab 13 Tn.: Fr. 150.00 / 10 – 12 Tn.: Fr. 175.00 / 7 – 9 Tn.: Fr. 195.00 / 5 – 6 Tn.: Fr. 220.00
<b>Materialkosten</b>	Keine
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 859 07 72, <a href="http://www.talkinfo.ch">www.talkinfo.ch</a>
<b>Anmeldeschluss</b>	Montag, 10. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>English for Teens (10 – 12 Jahre)</b>
<b>Kursinhalt</b>	Grundkenntnisse erwerben. Förderung der vier Sprachkompetenzen mit Schwerpunkt Sprechen. Freude an der englischen Sprache entwickeln mit Pop Songs und Spielen.
<b>VeranstalterIn</b>	Sprachstudio TALK
<b>Kursleitung</b>	Elisabeth Scheurer
<b>Datum, Zeit</b>	Ab Mitte Oktober 2011, 10 x, Kurszeit nach Vereinbarung
<b>Ort</b>	<b>Urtenen-Schönbühl</b> , Schulanlage Lee
<b>Kurskosten</b>	Ab 13 Tn.: Fr. 150.00 / 10 – 12 Tn.: Fr. 175.00 / 7 – 9 Tn.: Fr. 195.00 / 5 – 6 Tn.: Fr. 220.00
<b>Materialkosten</b>	Lehrmittel ca. Fr. 50.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 859 07 72, <a href="http://www.talkinfo.ch">www.talkinfo.ch</a>
<b>Anmeldeschluss</b>	Montag, 10. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Let's speak English</b>
<b>Kursinhalt</b>	Für alle, die im Zeitalter des Computers und der Globalisierung mitreden wollen! Kleingruppe, lockere Lernatmosphäre, praxisnaher Unterricht. Kurse auf verschiedenen Stufen unter <a href="http://www.talkinfo.ch">www.talkinfo.ch</a>
<b>VeranstalterIn</b>	Sprachstudio TALK
<b>Kursleitung</b>	Elisabeth Scheurer
<b>Datum, Zeit</b>	Ab Mitte Oktober 2011, 10 x, Kurszeiten gemäss Kursprogramm
<b>Ort</b>	<b>Bäriswil oder Urtenen-Schönbühl</b>
<b>Kurskosten</b>	6 – 8 Tn.: Fr. 300.00 / 4 – 5 Tn.: Fr. 335.00
<b>Materialkosten</b>	Lehrmittel und Kopien: ca. Fr. 60.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 859 07 72, <a href="http://www.talkinfo.ch">www.talkinfo.ch</a>
<b>Anmeldeschluss</b>	Montag, 10. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Deutsch für Fremdsprachige</b>
<b>Kursinhalt</b>	Grundkurs Verbessern Sie Ihre Deutschkenntnisse in einer Kleingruppe: lockere Lernatmosphäre,

	praxisnaher Unterricht! Weitere Kurse unter: <a href="http://www.talkinfo.ch">www.talkinfo.ch</a> Sprachstudio TALK
<b>VeranstalterIn</b>	Karin Balmer oder Elisabeth Scheurer
<b>Kursleitung</b>	Ab Mitte Oktober 2011, 10 x, Kurszeit nach Vereinbarung
<b>Datum, Zeit</b>	<b>Bäriswil oder Urtenen-Schönbühl</b>
<b>Ort</b>	6 – 8 Tn.: Fr. 300.00 / 4 – 5 Tn.: Fr. 335.00
<b>Kurskosten</b>	Lehrmittel und Kopien: ca. Fr. 60.00
<b>Materialkosten</b>	Tel. 031 859 07 72, <a href="http://www.talkinfo.ch">www.talkinfo.ch</a>
<b>Anmeldung an</b>	Montag, 10. Oktober 2011
<b>Anmeldeschluss</b>	
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Vorbereitungskurs Sprachtest Deutsch für die Einbürgerung</b>
<b>Kursinhalt</b>	Schriftliche und mündliche Inhalte der Sprachstandanalyse A2 für die Einbürgerung werden gezielt trainiert. Voraussetzung: Grundkenntnisse in Deutsch. Kurzer Einstufungstest vor Kursbeginn. Sprachstudio TALK
<b>VeranstalterIn</b>	Karin Balmer
<b>Kursleitung</b>	Ab Mitte Oktober 2011, 10 x, Kurszeit nach Vereinbarung
<b>Datum, Zeit</b>	<b>Urtenen-Schönbühl</b>
<b>Ort</b>	6 – 8 Tn.: Fr. 300.00 / 4 – 5 Tn.: Fr. 335.00
<b>Kurskosten</b>	Kopien: Fr. 15.00
<b>Materialkosten</b>	Tel. 031 859 07 72, <a href="http://www.talkinfo.ch">www.talkinfo.ch</a>
<b>Anmeldung an</b>	Montag, 10. Oktober 2011
<b>Anmeldeschluss</b>	

## Gesundheit – Gymnastik – Sport

<b>Titel des Kurses</b>	<b>Nordic Walking und Classic Walking</b>
<b>Kursinhalt</b>	Nordic Walking und Classic Walking.
<b>VeranstalterIn</b>	Frauenriege Jegenstorf
<b>Kursleitung</b>	Ruth Althaus
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 24. Oktober 2011, jeweils montags, 08.30 – 09.45 Uhr
<b>Ort</b>	Vitaparcours Parkplatz, <b>Jegenstorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 100.00 inkl. Stockmiete
<b>Anmeldung an</b>	Ruth Althaus, Weissensteinweg 12, 3303 Jegenstorf Tel. 031 761 11 62, 079 475 82 16, ruth.althaus@bluewin.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Samstag, 22. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Nordic Walking und Classic Walking</b>
<b>Kursinhalt</b>	Nordic Walking und Classic Walking.
<b>VeranstalterIn</b>	Frauenriege Jegenstorf
<b>Kursleitung</b>	Ruth Althaus
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 19. Oktober 2011, jeweils mittwochs, 18.15 – 19.30 Uhr
<b>Ort</b>	Vitaparcours Parkplatz, <b>Jegenstorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 100.00 inkl. Stockmiete
<b>Anmeldung</b>	Ruth Althaus, Weissensteinweg 12, 3303 Jegenstorf Tel. 031 761 11 62 / 079 475 82 16, ruth.althaus@bluewin.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Montag, 17. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Internationale Volkstänze</b>
<b>Kursinhalt</b>	Schritte und Formationen internationaler Volkstänze aus aller Welt.
<b>VeranstalterIn</b>	Pro Senectute Emmental-Oberaargau
<b>Kursleitung</b>	Marianne Jöhr
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 24. Oktober 2011, jeweils montags, 10 x, 14.15 – 15.45 Uhr
<b>Ort</b>	Kirchgemeindehaus, <b>Jegenstorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 99.00
<b>Anmeldung</b>	Pro Senectute E-O, Langenthal, Tel. 031 790 00 10 oder 034 445 43 08
<b>Anmeldeschluss</b>	Montag, 17. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Turnen / Fitgym für Seniorinnen</b>
<b>Kursinhalt</b>	Kraft und Beweglichkeit erhalten und aufbauen.
<b>VeranstalterIn</b>	Pro Senectute Emmental-Oberaargau
<b>Kursleitung</b>	Marie-Louise Andres, Tel. 034 445 44 05 Christine Wehrli, Tel. 031 761 16 01
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils freitags, 08.45 – 09.45 Uhr
<b>Ort</b>	Pavillon der kath. Kirchgemeinde, <b>Jegenstorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 6.00/Lektion
<b>Anmeldung an</b>	Nicht erforderlich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Turnen/Fitgym für Seniorinnen</b>
<b>Kursinhalt</b>	Kraft und Beweglichkeit erhalten und aufbauen.
<b>VeranstalterIn</b>	Pro Senectute Emmental-Oberaargau
<b>Kursleitung</b>	Marie-Louise Andres, Tel. 034 445 44 05 Christine Wehrli, Tel. 031 761 16 01
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils freitags, 10.00 – 11.00 Uhr
<b>Ort</b>	Pavillon der kath. Kirchgemeinde, <b>Jegenstorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 6.00/Lektion
<b>Anmeldung an</b>	Nicht erforderlich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Aerobic Mix</b>
<b>Kursinhalt</b>	Stepp- und Mixed-Aerobic (Kinder können mitgebracht werden).
<b>VeranstalterIn</b>	Gymriege Jegenstorf
<b>Kursleitung</b>	Barbara Künzli
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils mittwochs, 08.20 – 09.00 Uhr (ausgenommen Schulferien)
<b>Ort</b>	Turnhalle Gyrisberg, <b>Jegenstorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Jahresbeitrag Fr. 150.00 (für sämtliche Kurse der Gymriege)
<b>Anmeldung</b>	Roswitha Roth, Tel. 031 761 34 00, roswitha@roth-family.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg jederzeit möglich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Aerobic Mix</b>
<b>Kursinhalt</b>	Stepp- und Mixed-Aerobic (Kinder können mitgebracht werden).
<b>VeranstalterIn</b>	Gymriege Jegenstorf
<b>Kursleitung</b>	Barbara Künzli
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils montags, 08.10 – 09.00 Uhr (ausgenommen Schulferien)
<b>Ort</b>	Turnhalle Gyrisberg, <b>Jegenstorf</b>

<b>Kurskosten</b>	Jahresbeitrag Fr. 150.00 (für sämtliche Kurse der Gymriege)
<b>Anmeldung</b>	Roswitha Roth, Tel. 031 761 34 00, <a href="mailto:roswitha@roth-family.ch">roswitha@roth-family.ch</a>
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg jederzeit möglich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Bodytoning/Fatburner</b>
<b>Kursinhalt</b>	Effizientes Muskeltraining in Kombination mit Low-Impact-Aerobic, das Spass macht.
<b>VeranstalterIn</b>	Gymriege Jegenstorf
<b>Kursleitung</b>	Gymriege Jegenstorf
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils mittwochs, 20.10 – 21.00 Uhr (ausgenommen Schulferien)
<b>Ort</b>	Turnhalle Gyrisberg, <b>Jegenstorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Jahresbeitrag Fr. 150.00 (für sämtliche Kurse der Gymriege)
<b>Anmeldung</b>	Roswitha Roth, Tel. 031 761 34 00, <a href="mailto:roswitha@roth-family.ch">roswitha@roth-family.ch</a>
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg jederzeit möglich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Dance Aerobic</b>
<b>Kursinhalt</b>	Aerobic-Schritte werden mit modernen Tanzelementen vermischt und zu fätziger Musik ausgeführt.
<b>VeranstalterIn</b>	Gymriege Jegenstorf
<b>Kursleitung</b>	Gymriege Jegenstorf
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils mittwochs, 19.00 – 20.00 Uhr (ausgenommen Schulferien)
<b>Ort</b>	Turnhalle Gyrisberg, <b>Jegenstorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Jahresbeitrag Fr. 150.00 (für sämtliche Kurse der Gymriege)
<b>Anmeldung</b>	Roswitha Roth, Tel. 031 761 34 00, <a href="mailto:roswitha@roth-family.ch">roswitha@roth-family.ch</a>
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg jederzeit möglich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Koordinatives Krafttraining (Sypoba)</b>
<b>Kursinhalt</b>	Effizientes Muskel- und Gelenkstraining; Optimierung der Balance- und Reaktionsfähigkeit.
<b>VeranstalterIn</b>	Gymriege Jegenstorf
<b>Kursleitung</b>	Eva Huber, Susanne Sterchi
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils freitags, 09.10 – 10.10 Uhr (ausgenommen Schulferien)
<b>Ort</b>	Turnhalle Gyrisberg, <b>Jegenstorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Jahresbeitrag Fr. 150.00 (für sämtliche Kurse der Gymriege)
<b>Anmeldung</b>	Roswitha Roth, Tel. 031 761 34 00, <a href="mailto:roswitha@roth-family.ch">roswitha@roth-family.ch</a>
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg jederzeit möglich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>YOGA – der Weg in unserer Mitte</b>
<b>Kursinhalt</b>	Ein ganzheitlicher Übungsweg. Alle Aspekte unseres Seins werden angesprochen; Körper – Geist – Seele.
<b>VeranstalterIn</b>	Caroline Schneider Limacher, dipl. Yogalehrerin YS
<b>Kursleitung</b>	Caroline Schneider Limacher, dipl. Yogalehrerin YS
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils donnerstags, 09.15 – 10.30 Uhr Jeweils freitags, 08.30 – 09.45 Uhr
<b>Ort</b>	Atelier l'espace, Bernfeldweg 8, <b>Jegenstorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Schnupperlektion gratis, Fr. 18.00/Lektion, Zahlung quartalsweise
<b>Anmeldung an</b>	Caroline Schneider Limacher, Tel. 079 383 32 61, <a href="mailto:info@yoga-derweg.ch">info@yoga-derweg.ch</a> , <a href="http://www.yoga-derweg.ch">www.yoga-derweg.ch</a>
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg jederzeit möglich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Hatha Yoga – fortlaufende Kurse</b>
<b>Kursinhalt</b>	Entspannen – Energiequellen wecken – die Freude am Sein entdecken.
<b>VeranstalterIn</b>	Margareta Selina Bürgi
<b>Kursleitung</b>	Margareta Selina Bürgi, dipl. Yogalehrerin, Craniosacral Therapeutin
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils montags, 19.30 – 21.00 Uhr Jeweils dienstags, 19.30 – 21.00 Uhr
<b>Ort</b>	Atelier l'espace, Bernfeldweg 8, <b>Jegenstorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 25.00/Lektion, quartalsweise zahlbar Einzellektion Fr. 28.00
<b>Anmeldung an</b>	Margareta Selina Bürgi, Tel. 031 869 45 10
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg jederzeit möglich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>FitGym</b>
<b>Kursinhalt</b>	Kräftigen, lockern, dehnen im Sitzen und im Stehen.
<b>VeranstalterIn</b>	Pro Senectute
<b>Kursleitung</b>	Beatrice Kunz
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils montags, 14.15 - 15.15 Uhr
<b>Ort</b>	Aula Schulhaus, <b>Kirchlindach</b>
<b>Kurskosten</b>	Jahresabo Fr. 140.00, 10-er Abo Fr. 70.00
<b>Anmeldung</b>	Beatrice Kunz, Kirchweg 3, 3038 Kirchlindach, Tel. 031 829 16 59
<b>Anmeldeschluss</b>	Anmeldung jederzeit möglich

<b>Titel des Kurses</b>	<b>Chakren und Farben</b>
<b>Kursinhalt</b>	Energien ausgleichen, Blockaden erkennen und auflösen, alte Muster lösen.
<b>Lehrmittel</b>	Wird abgegeben
<b>VeranstalterIn</b>	www.kunstwerkstaette.ch
<b>Kursleitung</b>	Elisabeth Eberhard
<b>Datum, Zeit</b>	8-teiliger Kurs, 1 x monatlich Beginn: Sonntag, 25. September 2011, jeweils 10.00 - 17.00 Uhr
<b>Ort</b>	Kunstwerkstätte, Oeliweg 5, Weissenstein, <b>Meikirch</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 160.00/Tag inkl. Material
<b>Anmeldung</b>	Elisabeth Eberhard, Tel. 031 829 17 86, liz.kunstwerkstaette@gmail.com
<b>Anmeldeschluss</b>	Samstag, 10. September 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Turnen/Fitgym für Seniorinnen</b>
<b>Kursinhalt</b>	Kraft und Beweglichkeit erhalten und aufbauen.
<b>VeranstalterIn</b>	Pro Senectute Emmental-Oberaargau
<b>Kursleitung</b>	Franziska Meyer, Tel. 034 445 79 87 Erika Aeberhard, Tel. 031 761 07 14
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils donnerstags, 14.00 – 15.00 Uhr
<b>Ort</b>	Altes Schulhaus, <b>Moosseedorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 6.00/Lektion
<b>Anmeldung</b>	Nicht erforderlich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Hallentennis</b>
<b>Kursinhalt</b>	Erlernen der Technik des Hallentennis.
<b>VeranstalterIn</b>	Pro Senectute Emmental-Oberaargau
<b>Kursleitung</b>	Annekäti Hubacher, Heidi Brombacher
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 21. Oktober 2011, jeden 2. Freitag, 15.30 – 17.00 Uhr
<b>Ort</b>	Turnhalle Staffel, <b>Moosseedorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 10.00/Doppelktion
<b>Anmeldung</b>	Pro Senectute Emmental-Oberaargau, Tel. 031 790 00 10 oder Annekäti Hubacher, Bernstrasse 91, 3322 Urtenen-Schönbühl, Tel. 031 859 03 45, annekaeti.hubacher@gmx.ch
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Fitness im Wasser Winterkurs</b>
<b>Kursinhalt</b>	Förderung von Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer durch gelenkschonendes Training im Wasser.
<b>Veranstalterin</b>	Therapie und Training Zentrum AG
<b>Kursleitung</b>	Andrea Heimgartner, dipl. Physiotherapeutin
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 7. September 2011 – 30. Mai 2012, jeweils mittwochs, 16.15 – 17.00 Uhr
<b>Ort</b>	Schulzentrum Riedli, Riedliweg 34, <b>Münchenbuchsee</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 195.00/3 Monate
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 914 20 50, TTZ, Kirchlindachstrasse 7, 3052 Zollikofen
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg laufend möglich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Aqua-Gym für Schwangere</b>
<b>Kursinhalt</b>	Fit - für - 2 ist ein sicheres und schonendes Bewegungsangebot für Schwangere in brusttiefem Wasser.
<b>VeranstalterIn</b>	Aquateam Bern, die Profis für Wasserfitness
<b>Kursleitung</b>	Edith Locher Brunner
<b>Datum, Zeit</b>	Bitte Stundenplan anfordern
<b>Ort</b>	<b>Münchenbuchsee, Ittigen, Bern</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 237.00 für 10 x inkl. Eintritt
<b>Anmeldung an</b>	Aquateam Bern, Burgunderstrasse 138, 3018 Bern, Tel. 031 990 10 00, info@aquateam.ch, www.aquateam.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg ist jederzeit möglich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Aqua-Gym</b>
<b>Kursinhalt</b>	Aqua-Gym ist sportliche Wassergymnastik mit toller Musik im brusttiefen Wasser. Unser Motto: Gesundheit – Fitness – Spass
<b>VeranstalterIn</b>	Aquateam Bern, die Profis für Wasserfitness
<b>Kursleitung</b>	Edith Locher Brunner
<b>Datum, Zeit</b>	Bitte Stundenplan anfordern
<b>Ort</b>	<b>Münchenbuchsee, Ittigen, Bern</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 208.00 für 10 x inkl. Eintritt
<b>Anmeldung an</b>	Aquateam Bern, Burgunderstrasse 138, 3018 Bern, Tel. 031 990 10 00, info@aquateam.ch, www.aquateam.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg ist jederzeit möglich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Qigong und Yoga (fortlaufender Kurs)</b>
<b>Kursinhalt</b>	Langsame, fließende Bewegungen aktivieren Energie, der Körper wird gestärkt, gedehnt und entspannt.

<b>Veranstalterin</b>	Gemeinnütziger Frauenverein Münchenbuchsee
<b>Kursleitung</b>	Therese Aeschlimann, Bern
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils montags, 18.00 – 19.30 Uhr
<b>Ort</b>	Turnhalle Schulhaus Allmend, <b>Münchenbuchsee</b>
<b>Kurskosten</b>	Auf Anfrage
<b>Anmeldung an</b>	Barbara Hofmann, 3053 Münchenbuchsee, Tel. 031 869 52 01, kurse@unser-gfm.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Auf Anfrage
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Duftende kompressen mit Kräutern</b>
<b>Kursinhalt</b>	"Zitronenmelisse, Schafgarbe, Lavendel und Co", diese Pflanzen waren schon früher wertvolle Helfer in der Wickelkunst! Sie wirken lindernd gegen verschiedene Beschwerden, laden zum tiefen Durchatmen ein, stärken die Selbstheilungskräfte und führen zu einem sinnlichen Erlebnis. Sie erhalten umfassende Infos über die Wirkungen und Anwendungsmöglichkeiten von Duftkompressen. Die Ausführung wird vordemonstriert und praktisch ausprobiert, wie z. B. eine entspannende Stirnkomresse. Lassen Sie sich inspirieren!
<b>VeranstalterIn</b>	Landfrauenverein Urtenen-Schönbühl
<b>Kursleitung</b>	Susanna Anderegg-Rhyner, Wickelfachfrau
<b>Datum, Zeit</b>	Donnerstag, 3. November 2011, 19.00 – ca. 21.00 Uhr
<b>Ort</b>	Schulhaus Lee 2, Handarbeitszimmer, <b>Urtenen-Schönbühl</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 55.00, Mitglieder Fr. 50.00
<b>Materialkosten</b>	Fr. 20.00
<b>Anmeldung an</b>	Katrin Huber, Tel. 031 859 01 46, huckers@bluewin.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Mittwoch, 26. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Turnen/Fitgym für Seniorinnen</b>
<b>Kursinhalt</b>	Kraft und Beweglichkeit erhalten und aufbauen.
<b>VeranstalterIn</b>	Pro Senectute Emmental-Oberaargau
<b>Kursleitung</b>	Jetti Blaser, Tel. 031 859 05 61
<b>Datum, Zeit</b>	Esther Nabholz, Tel. 034 411 19 00
<b>Ort</b>	Jeweils freitags, 13.30 – 14.30 Uhr
<b>Kurskosten</b>	Turnhalle Lee Ost, <b>Urtenen-Schönbühl</b>
<b>Anmeldung</b>	Fr. 6.00/Lektion Nicht erforderlich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Tanzkurs</b>
<b>Kursinhalt</b>	Seniorinnen und Senioren üben sich im Tanzen. Englisch-Walzer, Wiener-Walzer, Foxtrott, Tango, Jive, Cha-cha-cha. Für Fortgeschrittene.
<b>VeranstalterIn</b>	Pro Senectute Emmental-Oberaargau
<b>Kursleitung</b>	Ingrid Havasy, dipl. Tanzlehrerin, swissdance
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 18. Oktober 2011, 8 x, jeweils dienstags, 14.00 – 15.00 Uhr
<b>Ort</b>	Schulanlage Lee, Lee-Saal (5 Min. Fussweg von RBS-Station Schönbühl), <b>Urtenen-Schönbühl</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 160.00
<b>Anmeldung</b>	Pro Senectute Emmental-Oberaargau, Tel. 062 916 80 95, bildung.eo@be.pro-senectute.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Dienstag, 11. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Fit for fun</b>
<b>Kursinhalt</b>	Gemeinsam zu guter Musik fit werden!
<b>VeranstalterIn</b>	Damenriege Urtenen-Schönbühl
<b>Kursleitung</b>	Rahel Zwahlen
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils donnerstags, 19.00 – 20.00 Uhr, ausser Schulferien
<b>Ort</b>	Turnhalle MZA, <b>Urtenen-Schönbühl</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 8.00/Einzeleintritt, Fr. 80.00/11-er Abo
<b>Anmeldung an</b>	Rahel Zwahlen, Tel. 034 411 16 17, rahel.zwahlen@bluewin.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg jederzeit möglich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Energie und Kraft tanken für den Alltag</b>
<b>Kursinhalt</b>	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.
<b>Veranstalterin</b>	Landfrauenverein Urtenen-Schönbühl
<b>Kursleitung</b>	Barbara Spahni, Eigerpark, Urtenen-Schönbühl
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 17. Oktober 2011, 12 x, jeweils montags, 17./31. Oktober, 14./28. November und 12. Dezember 2011, 9./23. Januar, 6./20. Februar, 5./19. März und 2. April 2012, 19.00 – 20.00 Uhr
<b>Ort</b>	Musikzimmer Schulhaus Lee 3, <b>Urtenen-Schönbühl</b>
<b>Mitbringen</b>	Weiche Unterlage, warme Socken, Decke
<b>Kurskosten</b>	Fr. 204.00, Mitglieder Landfrauenverein Fr. 180.00
<b>Anmeldung an</b>	Katrin Huber, Unterdorfstrasse 1, 3322 Urtenen-Schönbühl, Tel. 031 859 01 46, huckers@bluewin.ch

<b>Anmeldeschluss</b>	Montag, 20. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Aikido (Selbstverteidigung), auch für Kinder geeignet</b>
<b>Kursinhalt</b>	Aikido ist in seiner heutigen Form eine effektive Selbstverteidigung. Durch den 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.
<b>Veranstalterin</b>	Aikido Zollikofen
<b>Kursleitung</b>	Thomas Moser
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils montags, 18.15 –19.45 Uhr Jeweils donnerstags, 12.15 –13.30 Uhr und 17.45 –19.00 Uhr Kindertraining (9 – 14 Jahre), 17.30 –18.30 Uhr
<b>Ort</b>	Dojo Budo Sport, Bernstrasse 99, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	Erwachsene Fr. 30.00/Monat, Kinder Fr. 15.00/Monat
<b>Anmeldung an</b>	Thomas Moser, Tel. 079 606 97 23, aikido@aikido-bern.ch, www.aikido-bern.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg jederzeit möglich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Yoga? Yoga ist ein Weg, der von ganz aussen nach ganz innen führt</b>
<b>Kursinhalt</b>	Mit Körper-, Atem- und Konzentrationsübungen können wir Alltagsstress abbauen. Wir erfahren äussere und innere Ruhe und Ausgeglichenheit. Entdecke deinen inneren Reichtum!
<b>Kursleitung</b>	Yvonne Brand-Westphale, dipl. Yogalehrerin YS/EYU
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils montags, 09.00 – 10.15 Uhr, 18.00 – 19.15 Uhr und 19.30 – 20.45 Uhr Jeweils dienstags, 09.00 –10.15 Uhr und 19.30 – 20.45 Uhr Jeweils freitags, 08.45 – 10.00 Uhr
<b>Ort</b>	Dachstock Jugendfoyer, Wahlackerstrasse 58, <b>Zollikofen</b> , Dienstagabend: TTZ, Kirchlindachstrasse 7, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 220.00 (10 Lektionen à 75 Min.)
<b>Anmeldung an</b>	Yvonne Brand-Westphale, Unterfeldweg 60, 3053 Münchenbuchsee, Tel. 031 869 40 47
<b>Anmeldeschluss</b>	Eintritt ist jederzeit möglich. Anmeldungsanruf bitte bis 3 Tage vor gewünschtem Eintritt.
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Sport tut gut</b>
<b>Kursinhalt</b>	Turnen für Frauen jeden Alters; Erhalten von Gesundheit, Kraft, Ausdauer, Selbständigkeit und Beweglichkeit in jedem Lebensalter im Einklang mit der Atmung.
<b>Veranstalterin</b>	SVKT Frauensportverein Zollikofen-Münchenbuchsee
<b>Kursleitung</b>	Annalies Weber, Karin Wüthrich, Marianne Steck
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils montags, 08.15 – 09.15 Uhr und 09.15 – 10.15 Uhr Jeweils mittwochs, 09.15 – 10.00 Uhr Jeweils donnerstags, 18.30 – 19.30 Uhr
<b>Ort</b>	Während der Schulzeit Schulhaus Allmend, <b>Münchenbuchsee</b> ; Jugendfoyer oder Sektornhalle, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 100.00/Jahr
<b>Anmeldung an</b>	Andrea Neuhaus, Mühlerain 22, Zollikofen, Tel. 031 911 49 48, andrea.neuhaus@netjump.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg jederzeit möglich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Die Heilkraft der Klänge als Hausapotheke</b>
<b>Kursinhalt</b>	Die Heilkraft von drei Stimmgabeln bietet Unterstützung zum Ausgleich bei physischem, psychischem und seelischem Ungleichgewicht. Musikalische Kenntnisse sind nicht erforderlich. Kursziel: Anwendungen der Klangarbeit kennen lernen und diese im Privaten einsetzen können.
<b>Kursleitung</b>	Rolf Gardi
<b>Datum, Zeit</b>	Kurs 1: Jeweils freitags, 3 x, 28. Oktober, 4. und 28. November 2011 Kurs 2: Jeweils freitags, 3 x, 13./20. und 27. Januar 2012 Kurs 3: Jeweils freitags, 3 x, 9./16. und 30. März 2012 19.00 - 21.00 Uhr
<b>Ort</b>	Praxis maab, Linckweg 8, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 150.00
<b>Materialkosten</b>	Fr. 140.00 für Stimmgabeln (stehen im Kurs zur Verfügung)
<b>Anmeldung an</b>	Rolf Gardi, Tel. 031 911 80 18, rolf.gardi@interdimensional.net, www.interdimensional.net
<b>Anmeldeschluss</b>	Freitag, 28. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Teabo</b>
<b>Kursinhalt</b>	Karatebewegungen mit Musik.
<b>Veranstalterin</b>	KARATESCHULE WEISSER ADLER GRAUHOLZ
<b>Kursleitung</b>	Z. Markovic, 6. Dan Karate
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils dienstags, 20.00 – 21.00 Uhr
<b>Ort</b>	Industriestrasse 31, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	24-er Abo Fr. 240.00
<b>Anmeldung an</b>	U. Grutsch, Lindachstrasse 64, 3028 Kirchlindach, Tel. 031 911 74 54, u.grutsch@gmx.ch, www.karatewa.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg laufend möglich

<b>Titel des Kurses</b>	<b>Karate</b>
<b>Kursinhalt</b>	Kein Kontaktkarate
<b>Veranstalterin</b>	KARATESCHULE WEISSER ADLER GRAUHOLZ
<b>Kursleitung</b>	Z. Markovic 6. Dan Karate
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils dienstags und donnerstags, 19.00 – 20.00 Uhr
<b>Ort</b>	Industriestrasse 31, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	3 Monate Fr. 210.00 (Familienrabatt)
<b>Anmeldung an</b>	U. Grutsch, Lindachstrasse 64, 3028 Kirchlindach, Tel. 031 911 74 54, u.grutsch@gmx.ch, www.karatewa.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg laufend möglich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Beckenbodenkurs</b>
<b>Kursinhalt</b>	Kraft aus der Mitte, ein dynamisches Training für den Beckenboden.
<b>Veranstalterin</b>	Therapie und Training Zentrum AG
<b>Kursleitung</b>	Mirjam Blaser, Bewegungspädagogin
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils mittwochs, 10.10 – 11.00 Uhr
<b>Ort</b>	Tanzfabrik, Bernstrasse 171, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 200.00
<b>Anmeldung an</b>	TTZ AG, Kirchlindachstrasse 7, 3052 Zollikofen, Tel. 031 914 20 50
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg jederzeit möglich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Aktiv über die Mittagspause</b>
<b>Kursinhalt</b>	Gönnen Sie Ihrem Rücken etwas Bewegung, ein gezieltes dynamisches Training wirkt Wunder.
<b>Veranstalterin</b>	Therapie und Training Zentrum AG
<b>Kursleitung</b>	Mirjam Blaser, Bewegungspädagogin
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils mittwochs, 12.00 - 13.00 Uhr
<b>Ort</b>	Tanzfabrik, Bernstrasse 171, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 240.00, 12 x 60 Min.
<b>Anmeldung an</b>	TTZ AG, Kirchlindachstrasse 7, 3052 Zollikofen, Tel. 031 914 20 50
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg jederzeit möglich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Fit im Alter</b>
<b>Kursinhalt</b>	Die Förderung der Kraft, der Beweglichkeit, des Gleichgewichts und der Ausdauer ermöglicht es auch im Alter selbstständig und fit zu bleiben!
<b>Veranstalterin</b>	Therapie und Training Zentrum AG
<b>Kursleitung</b>	Beate Bongartz, dipl. Physiotherapeutin
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils mittwochs, 09.00 – 09.45 Uhr
<b>Ort</b>	Tanzfabrik, Bernstrasse 171, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 180.00/3 Monate
<b>Anmeldung an</b>	TTZ AG, Kirchlindachstrasse 7, 3052 Zollikofen, Tel. 031 914 20 50
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg jederzeit möglich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Nordic Walking</b>
<b>Kursinhalt</b>	Ein Ganzkörper-Konditionstraining im Outdoorbereich mit Spass und Dynamik in der Gruppe.
<b>Veranstalterin</b>	Therapie und Training Zentrum AG
<b>Kursleitung</b>	Adrian Treyer, dipl. Physiotherapeut
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils donnerstags, 09.30 – 10.30 Uhr
<b>Ort</b>	TTZ AG, Kirchlindachstrasse 7, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 120.00/3 Monate
<b>Anmeldung an</b>	TTZ AG, Kirchlindachstrasse 7, 3052 Zollikofen, Tel. 031 914 20 50
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg jederzeit möglich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Bewege, Begagne, Gsundheit</b>
<b>Kursinhalt</b>	Senioren-Gym, Sport git Läbesfröid.
<b>Veranstalterin</b>	Pro Senectute
<b>Kursleitung</b>	Lisabeth von Wartburg
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils dienstags, 14.00 – 15.00 Uhr oder 15.15 – 16.15 Uhr Jeweils mittwochs, 14.00 – 15.00 Uhr
<b>Ort</b>	Dienstag: Kirchengemeindehaus, <b>Zollikofen</b> Mittwoch: Turnhalle, <b>Steinibach</b>
<b>Kurskosten</b>	Jahresabo Fr. 170.00
<b>Anmeldung an</b>	Lisabeth von Wartburg, Tel. 031 911 30 58, lisabeth.vonwartburg@gmx.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Mitmache, schnuppere jederzeit. Nid afa ufhöre!
<b>Titel des Kurses:</b>	<b>Turnen für bewegungsfreudige Frauen 35+</b>
<b>Kursinhalt:</b>	Aerobic, Step, Pilates, Rücken- und Beckenbodengym, Fitness, Entspannung, Spiel, Spass usw.
<b>Veranstalterin</b>	Frauenriege Zollikofen
<b>Kursleitung</b>	Gut ausgebildete, erfahrene LeiterInnen (Schweizerischer Turnverband)

<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils montags, 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.
<b>Ort</b>	Turnhalle Sekundarstufe I, oben, Schulhausstrasse 32, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	Auf Anfrage
<b>Anmeldung an</b>	Präsidentin: Elisabeth Schindler, Tel. 031 911 51 59, ern.schindler@bluewin.ch Seniorinnen: Annemarie Zahnd, Tel. 031 911 05 49
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg jederzeit möglich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Rückenschule nach Feldenkrais</b>
<b>Kursinhalt</b>	Eigene Mitte spüren, Rücken beweglicher machen und stärken.
<b>Kursleitung</b>	Jana Marti
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 17. Oktober 2011, 10 x, jeweils montags, 13.30 – 15.00 Uhr
<b>Ort</b>	Dachgeschoss Jugendfoyer, Wahlackerstrasse, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 200.00
<b>Anmeldung an</b>	Jana Marti, Heckenweg 9, 3052 Zollikofen, Tel. 031 911 16 79, 076 431 17 09, berunka@gmx.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Freitag, 7. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>YOGA Einheit von Körper, Atem und Geist</b>
<b>Kursinhalt</b>	Jede Bewegung wird bewusst vom Atem geführt, der Geist kommt zur Ruhe, die Konzentration wird erhöht, dadurch mehr Beweglichkeit, mehr Energie und Wohlbefinden.
<b>Lehrmittel</b>	Bequeme Kleidung, Decke, Unterlage
<b>Veranstalterin</b>	Anja Engel
<b>Kursleitung</b>	Anja Engel, dipl. Yogalehrerin, Ayurveda-Massage
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils dienstags und donnerstags, 18.30 – 20.00 Uhr, fortlaufende Kurse Ab 14. Oktober 2011, jeweils freitags, 10.15 – 11.30 Uhr, Probelektion möglich
<b>Ort</b>	Dachgeschoss Jufo, Wahlackerstrasse 58, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	10 x 1.15 Std. Fr. 180.00; 10 x 1.30 Std. Fr. 220.00
<b>Anmeldung an</b>	Anja Engel, Tel. 031 911 97 67, an.engel@bluewin.ch, www.energie-ausgleich.com
<b>Anmeldeschluss</b>	Freitagkurs 4 Tage vor Kursbeginn
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Die fünf "Tibeter"</b>
<b>Kursinhalt</b>	Das alte Geheimnis aus den Hochtälern des Himalaya. Sanfte Übungen im richtigen Rhythmus mit dem Atmen stimulieren und regulieren im Körper, den Kreislauf, die Hormone, die Enzyme, die Meridiane...
<b>Lernmittel</b>	Bequeme Kleidung, Decke, Unterlage
<b>Veranstalterin</b>	Anja Engel
<b>Kursleitung</b>	Anja Engel dipl. Yogalehrerin, Ayurveda-Massage, med. therap. Kinesiologin
<b>Datum, Zeit</b>	Kurs 1: Ab 18. November 2011, jeweils dienstags, 20.15 – 21.15 Uhr Kurs 2: Ab 10. Januar 2012, jeweils dienstags, 20.15 – 21.15 Uhr
<b>Ort</b>	Dachgeschoss Jufo, Wahlackerstrasse 58, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	10 x 1 Std. Fr. 150.00
<b>Anmeldung an</b>	Anja Engel, Tel. 031 911 97 67, an.engel@bluewin.ch, www.energie-ausgleich.com
<b>Anmeldeschluss</b>	4 Tage vor Kursbeginn
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Fit mit Kinesiologie</b>
<b>Kursinhalt</b>	Übungen zur Stärkung des Selbstvertrauens, Förderung des Energieflusses, Verbesserung des Lernvermögen, der Konzentration und der Gedächtnisleistung. 2. Kurs im Januar: Vertiefung, Hausapotheke, Energiebahnen, Selbsttest.
<b>Veranstalterin</b>	Anja Engel
<b>Kursleitung</b>	Anja Engel dipl. Yogalehrerin, Ayurveda-Massage, med. therap. Kinesiologin
<b>Datum, Zeit</b>	Kurs 1: Ab 8. November 2011, jeweils donnerstags, 20.15 – 21.15 Uhr Kurs 2: Ab 19. Januar 2012, jeweils donnerstags, 20.15 – 21.15 Uhr
<b>Ort</b>	Dachgeschoss Jufo, Wahlackerstrasse 58, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	8 x 1 Std. Fr. 150.00
<b>Anmeldung an</b>	Anja Engel, Tel. 031 911 97 67, an.engel@bluewin.ch, www.energie-ausgleich.com
<b>Anmeldeschluss</b>	4 Tage vor Kursbeginn
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Gemeinsam lernen und lehren/Bildung zur Gesundheit</b>
<b>Kursinhalt</b>	Aus Ihren mitgebrachten Themen, aus eigenen Erfahrungen und Kenntnissen, gemeinsam neues Wissen erarbeiten. Weiterbildung zur Gesundheit, in Familie und am Arbeitsplatz. Gemeinsam im Dialog mit einem Hausarzt und Personen aus dem Bildungs- und Gesundheitsbereich.
<b>Lehrmittel</b>	Protokolle und Informationsmaterial, Ratgeber WIE?SO! Alltagsbuch für ein besseres Leben; Literaturangabe
<b>Veranstalterin</b>	dialog-gesundheit Forum
<b>Kursleitung</b>	Dr. med. Michael Deppeler, Susanna Haller
<b>Datum, Zeit</b>	Montag, 31. Oktober 2011, 19.00 – 20.30 Uhr Montag, 27. Februar 2012, 19.00 – 20.30 Uhr Montag, 30. April 2012, 19.00 – 20.30 Uhr

<b>Ort</b>	Aula Sek-Stufe I, Schulhausstrasse 30, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	Freier Zugang für alle, Beitrag frei, Mitgliedschaft frei, Mitglieder-Jahresbeitrag Fr. 10.00
<b>Materialkosten</b>	Fr. 5.00/Abend
<b>Anmeldung an</b>	dialog-gesundheit Forum, Susanne Haller, Schützenstrasse 15, 3052 Zollikofen, Tel. 031 911 77 04, susanna.haller@bluewin.ch, www.dialog-gesundheit.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Am Veranstaltungstag
<b>Titel des Kurses</b>	<b>ZUMBA</b>
<b>Kursinhalt</b>	Von lateinamerikanischen Tänzen inspiriertes Fitness-Workout. Musik und Tanzbewegungen aus der ganzen Welt vereint! Viel Rhythmus, viel Musik und viel Spass in jedem Alter!
<b>Kursleitung</b>	Dubravka Lastric
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils dienstags und donnerstags, 19.00- 20.00 Uhr
<b>Ort</b>	Turnhalle Rütli, Molkereistrasse 8, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	10-er Abo Fr. 150.00, Einzeleintritt Fr. 20.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 911 34 21, 079 789 17 55, dubravka.lastric@bluewin.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg jederzeit möglich. Keine Vorkenntnisse nötig!
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Atmen und bewegen – Leben, 880114</b>
<b>Kursinhalt</b>	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.
<b>Veranstalterin</b>	Volkshochschule Bern
<b>Kursleitung</b>	Margrit Barisi
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 18. Oktober 2011, 9 x, jeweils dienstags, 19.00 – 20.00 Uhr
<b>Ort</b>	Schulhaus Sekundarschule I, Musikzimmer, <b>Zollikofen</b>
<b>Mitbringen</b>	Bequeme Turnbekleidung, weiche Gymnastikschuhe, Decke für Bodenübungen
<b>Kurskosten</b>	Fr. 135.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 320 30 30, info@vhsbe.ch, www.vhsbe.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	10 Tage vor Kursbeginn
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Atmen und bewegen – Leben, 880214</b>
<b>Kursinhalt</b>	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.
<b>Veranstalterin</b>	Volkshochschule Bern
<b>Kursleitung</b>	Margrit Barisi
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 20. Oktober 2011, 9 x, jeweils donnerstags, 09.15 - 10.15 Uhr
<b>Ort</b>	Altes Lehrerschulhaus, Dachstock, <b>Zollikofen</b>
<b>Mitbringen</b>	Bequeme Turnbekleidung, weiche Gymnastikschuhe, Decke für Bodenübungen
<b>Kurskosten</b>	Fr. 135.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 320 30 30, info@vhsbe.ch, www.vhsbe.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	10 Tage vor Kursbeginn
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Fühl dich fit! 880314</b>
<b>Kursinhalt</b>	Schulung von Kraft, Gleichgewicht und Fitness zu Musik. Geeignet für Frauen ab 40. Mitbringen: Lockere Turnbekleidung und Turnschuhe Max. 25 Teilnehmende
<b>Veranstalterin</b>	Volkshochschule Bern
<b>Kursleitung</b>	Annemarie Zahnd
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 18. Oktober 2011, 10 x, jeweils dienstags, 09.10 – 10.10 Uhr
<b>Ort</b>	Schulhaus Geisshubel, Turnhalle, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 150.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 320 30 30, info@vhsbe.ch, www.vhsbe.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	10 Tage vor Kursbeginn
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Atmen und bewegen – Leben, 880121</b>
<b>Kursinhalt</b>	Methode Klara Wolf 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. Max. 12 Teilnehmende
<b>Veranstalterin</b>	Volkshochschule Bern
<b>Kursleitung</b>	Margrit Barisi
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 10. Januar 2012, 11 x, jeweils dienstags, 19.00 – 20.00 Uhr

<b>Ort</b>	Schulhaus Sekundarstufe I, Aula, <b>Zollikofen</b>
<b>Mitbringen</b>	Bequeme Turnbekleidung, weiche Gymnastikschuhe, Decke für Bodenübungen
<b>Kurskosten</b>	Fr. 165.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 320 30 30, info@vhsbe.ch, www.vhsbe.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	10 Tage vor Kursbeginn
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Atmen und bewegen – Leben, 880221</b>
<b>Kursinhalt</b>	Methode Klara Wolf 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.
<b>Veranstalterin</b>	Max. 12 Teilnehmende Volkshochschule Bern
<b>Kursleitung</b>	Margrit Barisi
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 12. Januar 2012, 11 x, jeweils donnerstags, 09.15 – 10.15 Uhr
<b>Ort</b>	Schulhaus Sekundarstufe I, Aula, <b>Zollikofen</b>
<b>Mitbringen</b>	Bequeme Turnbekleidung, weiche Gymnastikschuhe, Decke für Bodenübungen
<b>Kurskosten</b>	Fr. 165.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 320 30 30, info@vhsbe.ch, www.vhsbe.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	10 Tage vor Kursbeginn
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Fühl dich fit! 880321</b>
<b>Kursinhalt</b>	Schulung von Kraft, Gleichgewicht und Fitness zu Musik. Geeignet für Frauen ab 40. Mitbringen: Lockere Turnbekleidung und Turnschuhe Max. 25 Teilnehmende
<b>Veranstalterin</b>	Volkshochschule Bern
<b>Kursleitung</b>	Annemarie Zahnd
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 10. Januar 2012, 13 x, jeweils dienstags, 09.10 – 10.10 Uhr
<b>Ort</b>	Schulhaus Geissshubel, Turnhalle, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 195.00
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 320 30 30, info@vhsbe.ch, www.vhsbe.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	10 Tage vor Kursbeginn
<b>Titel des Kurses:</b>	<b>Mit Homöopathie besser durch den Winter</b>
<b>Kursinhalt:</b>	Nach einer kurzen Einführung in die Homöopathie erfahren Sie, wie Sie mit verschiedenen homöopathischen Einzelmitteln den Wintererkrankungen (Grippe, Erkältungen, etc.) vorbeugend und heilend begegnen können.
<b>Veranstalterin</b>	Kulturkommission Zollikofen
<b>Kursleitung</b>	Rachel Dreier, eidg. dipl. Drogistin, dipl. Homöopathin SHI, Tel. 031 839 00 22
<b>Datum, Zeit</b>	Dienstag, 1. November 2011, 19.30 – 21.30 Uhr
<b>Ort</b>	Zentralschulhaus, Theorieraum Hauswirtschaft, Schulhausstrasse, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 15.00
<b>Anmeldung an</b>	A. Faedi Tschannen, Grabenstrasse 17, 3052 Zollikofen, Tel. 031 911 06 39, adrianafaedi@hotmail.com
<b>Anmeldeschluss</b>	Montag, 24. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Turnen / Fitgym für Seniorinnen</b>
<b>Kursinhalt</b>	Kraft und Beweglichkeit erhalten und aufbauen
<b>VeranstalterIn</b>	Pro Senectute Emmental-Oberaargau
<b>Kursleitung</b>	Erika Aeberhard, Tel. 031 761 07 14 Franziska Meyer, Tel. 034 445 79 87
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils dienstags, 08.45 – 09.45 Uhr
<b>Ort</b>	Turnhalle, <b>Zuzwil</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 6.00/Lektion
<b>Anmeldung an</b>	Nicht erforderlich

## Erziehung – Familie – Partnerschaft

<b>Titel des Kurses</b>	<b>Anleitung zur Babymassage</b>
<b>Kursinhalt</b>	Sinn der Babymassage, üben am eigenen Baby.
<b>VeranstalterIn</b>	Mütter- und Väterberatung
<b>Kursleitung</b>	Silvia Glauser oder Christine Giger
<b>Datum, Zeit</b>	Mittwoch, 31. August 2011, 09.30 Uhr, Freitag, 30. September 2011, 14.00 Uhr, Dienstag, 29. November 2011, 14.00 Uhr
<b>Ort</b>	Kirchgemeindehaus, <b>Jegenstorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Keine
<b>Anmeldung an</b>	Schriftlich an: Mütter- und Väterberatung, Bernstrasse 28 a, 3303 Jegenstorf, mvb.amtfracbrunnen@bluewin.ch
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Triple P Teenager</b>
<b>Kursinhalt</b>	Erziehung von Teenagern erfreulich gestalten.
<b>VeranstalterIn</b>	Elternforum Jegenstorf
<b>Kursleitung</b>	Mirjam Jost, Psychologin FSP, Mutter
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 12. Januar 2012, 4 x, jeweils donnerstags, 20.00 – 22.00 Uhr
<b>Ort</b>	Medienraum Sägetschulhaus, <b>Jegenstorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 240.00 für Einzelpersonen, Fr. 360.00 für Paare
<b>Materialkosten</b>	Triple P Kursbuch Fr. 39.00
<b>Anmeldung an</b>	Sarah Vogt, Finkenweg 1, 3303 Jegenstorf, Tel. 031 761 15 01, svogt@elternforum-jegi.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Samstag, 10. Dezember 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Obligatorischer Hundekurs, Welpengruppe</b>
<b>Kursinhalt</b>	Theorie- und Praxiskurse nach gesetzlichen Vorlagen, Welpengruppe und andere Hundekurse.
<b>Lehrmittel</b>	Werden am Kurs abgegeben
<b>VeranstalterIn</b>	Hundeschule Jegenstorf, KVU
<b>Kursleitung</b>	Barbara Künzli
<b>Datum, Zeit</b>	Verschiedene. Welpen jeweils samstags, 09.30 – 10.30 Uhr
<b>Ort</b>	<b>Jegenstorf</b> und <b>Burgdorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 100.00, pro Mal Fr. 20.00
<b>Anmeldung</b>	Barbara Künzli, Wiggiswilweg 4, 3303 Jegenstorf, Tel. 079 366 97 57 mittags, barbara-k@bluewin.ch oder www.kv-unteremmental.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Keiner
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Triple P – Erziehung erfreulich gestalten</b>
<b>Kursinhalt</b>	(für Eltern mit Kindern von ca. 2 – 10 Jahren) Beziehung zum Kind stärken, das Gute fördern, mit Problemverhalten positiv umgehen, schwierigen Situationen vorbeugen.
<b>VeranstalterIn</b>	Barbara Spahni
<b>Kursleitung</b>	Barbara Spahni, körperzentrierte psychologische Beraterin, Atemtherapeutin, Triple P-Trainerin, -Beraterin
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils dienstags, 5 x, 17./24./31. Januar, 7. Februar und 20. März 2012, 19.30 – 22.00 Uhr und 3 individuelle Telefonkontakte
<b>Ort</b>	Eigerpark, Eigerweg 4, <b>Urtenen-Schönbühl</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 240.00 für Einzelpersonen, Fr. 360.00 für Paare
<b>Materialkosten</b>	Fr. 39.00 für Buch
<b>Anmeldung an</b>	Barbara Spahni, Tel. 031 530 07 60, praxis@barbara-spahni.ch, www.barbara-spahni.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	1 Woche vor Kursbeginn
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Triple P – Erziehung von Teenagern erfreulich gestalten</b>
<b>Kursinhalt</b>	Prinzipien der positiven Erziehung kennen lernen, Beziehung zu Teenagern stärken, deren Entwicklung fördern.
<b>VeranstalterIn</b>	Barbara Spahni
<b>Kursleitung</b>	Barbara Spahni, körperzentrierte psychologische Beraterin, Atemtherapeutin, Triple P-Trainerin, -Beraterin
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils donnerstags, 5 x, 20. Oktober, 3./10./17. November und 15. Dezember 2011, 19.30 – 22.00 Uhr und 3 individuelle Telefonkontakte
<b>Ort</b>	Eigerpark, Eigerweg 4, <b>Urtenen-Schönbühl</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 240.00 für Einzelpersonen, Fr. 360.00 für Paare
<b>Materialkosten</b>	Fr. 39.00 für Buch
<b>Anmeldung an</b>	Barbara Spahni, Tel. 031 530 07 60, praxis@barbara-spahni.ch, www.barbara-spahni.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	1 Woche vor Kursbeginn

## Gesellschaft

<b>Titel des Kurses</b>	<b>Suppentag</b>
<b>Kursinhalt</b>	Backwarenstand mit Brot, Züpfen, Gebäck und Kuchen. Den Gewinn spenden wir einer Organisation.
<b>VeranstalterIn</b>	Landfrauenverein Kirchlindach, Tel. 031 829 04 97
<b>Datum, Zeit</b>	Samstag, 19. November 2011, ab 11.30 Uhr
<b>Ort</b>	Pfrundhaus, <b>Kirchlindach</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 7.00 für Suppe und Brot. Dazu verkaufen wir auch Wein, Mineralwasser, Kaffee und Tee.
<b>Titel des Kurses</b>	<b>BLS-AED-Aufschulungskurs</b>
<b>Kursinhalt</b>	Wer einen Repetitionskurs besuchen möchte, kann eine BLS-AED-Grundausbildung machen: Grundlagen der Anatomie vertiefen. Herzstillstände sicher erkennen. Sachgerechte Nothilfe leisten.
<b>Kursleitung</b>	Gerda von Burg / Edith Schreyer
<b>Datum, Zeit</b>	Freitag, 28. Oktober 2011, 19.00 – 22.00 Uhr
<b>Ort</b>	Alte Tiefenastrasse 6, Worblaufen
<b>Kurskosten</b>	Fr. 100.00 inkl. offizieller Kursbestätigung
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 330 51 11, gerda.vonburg-kaatzsch@bkw-fmb.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Freitag, 21. Oktober 2011. Der Kurs findet ab 10 Teilnehmenden statt.
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Erste Hilfe bei Kleinkindern</b>
<b>Kursinhalt</b>	Im Kurs lernen Sie, wie Sie schnell und richtig helfen, wenn ein Kleinkind verunfallt oder erkrankt. Dieses Wissen gibt Sicherheit und Selbstvertrauen. Die Teilnehmer erlernen die Nothilfe bei Kindern bis ca. 8-jährig.
<b>Kursleitung</b>	Gerda von Burg, Edith Schreyer
<b>Datum, Zeit</b>	Freitag, 11. November 2011, 18.00 – 21.30 Uhr und Samstag, 12. November 2011, 08.30 – 16.30 Uhr
<b>Ort</b>	Alte Tiefenastrasse 6, <b>Worblaufen</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 160.00 inkl. offizieller Kursausweis
<b>Anmeldung an</b>	Tel. 031 330 51 11, gerda.vonburg-kaatzsch@bkw-fmb.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Freitag, 4. November 2011. Der Kurs findet ab 10 Teilnehmenden statt.

## Musik

<b>Titel des Kurses</b>	<b>Eltern-Kind-Singen</b>
<b>Kursinhalt</b>	Lieder, Verse und Bewegungsspiele für Kinder (1½ - 4 Jahre) und ihre Eltern.
<b>VeranstalterIn</b>	Musikschule Region Wohlen
<b>Kursleitung</b>	Karin Baumgartner
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils dienstags und freitags
<b>Ort</b>	Dienstag: Musikschulräume, Schulstrasse 4, <b>Hinterkappelen</b> Freitag: Schulhaus Ortschwaben, Kirchlindachstrasse 7, <b>Ortschwaben</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 180.00 (18 Lektionen à 40 Min.)
<b>Anmeldung an</b>	Musikschule Region Wohlen, Sekretariat, Postfach, 3032 Hinterkappelen, Tel. 031 909 10 34, sekretariat@musikschule-regionwohlen.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Anmeldung jederzeit möglich
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Eltern-Kind-Singen</b>
<b>Kursinhalt</b>	Erste aktive Begegnung mit Musik für Kinder von 2 ½ bis 5 Jahren in Begleitung von Erwachsenen.
<b>VeranstalterIn</b>	Musikschule Jegenstorf
<b>Kursleitung</b>	Sarah Aeberhard (Jegenstorf), Ursula Pfund (Grafenried) und Christine Rubin (Bätterkinden)
<b>Datum, Zeit</b>	1. Kurs ab 13./16./17. Februar 2012 2. Kurs ab 20./23./24. August 2012 Jeweils montags, 10.00 – 10.45 Uhr Jeweils donnerstags, 10.00 – 10.45 Uhr und 10.50 – 11.00 Uhr Jeweils freitags, 09.20 – 10.05 Uhr und 10.15 – 11.00 Uhr
<b>Ort</b>	Montag: Kirchengemeindehaus, <b>Grafenried/Fraubrunnen</b> Donnerstag: Kirchengemeindehaus, <b>Bätterkinden</b> Freitag: Aula Sägetschulhaus, <b>Jegenstorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 240.00/Familie
<b>Anmeldung an</b>	Sekretariat Musikschule Jegenstorf, Iffwilstrasse 4, 3303 Jegenstorf, Tel. 031 762 07 00, info@msjegenstorf.ch, www.msjegenstorf.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Donnerstag, 15. Dezember 2011 (für 1. Kurs) Freitag, 15. Juni 2012 (für 2. Kurs)
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Kammermusik-BAROCK-Ensemble</b>
<b>Kursinhalt</b>	Zusammenspiel: Aus dem grossen Repertoire der Barockmusik erarbeiten die Teilnehmenden ihr eigenes Programm. Willkommen sind alle in der Barockmusik gebräuchlichen Instrumente.
<b>VeranstalterIn</b>	Musikschule Jegenstorf
<b>Kursleitung</b>	Damaris Di Bennardo
<b>Datum, Zeit</b>	6 Kursabende, je 2 x 40 Min. Erster Kursabend: Dienstag, 14. Februar 2012, 19.00 Uhr Weitere Daten nach gemeinsamer Absprache
<b>Ort</b>	Musikschule Jegenstorf, Iffwilstrasse 4, 2. Stock, <b>Jegenstorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Ab 5 Teilnehmenden Fr. 275.00, exkl. Notenmaterial. Bei weniger Teilnehmenden erhöht sich das Kursgeld proportional (nach Rücksprache mit den Beteiligten).
<b>Anmeldung an</b>	Sekretariat Musikschule Jegenstorf, Iffwilstrasse 4, 3303 Jegenstorf, Tel. 031 762 07 00, info@msjegenstorf.ch, www.msjegenstorf.ch oder www.ethnoson.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Bei Kursbeginn
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Schnupper-Angebot Musikunterricht</b>
<b>Kursinhalt</b>	Einführung in die Welt der Musik, Begleitung beim Wiedereinstieg, Aufbau eines eigenen Repertoires.
<b>VeranstalterIn</b>	Musikschule Moossee
<b>Kursleitung</b>	Je nach Instrument, Lehrperson der Musikschule
<b>Datum, Zeit</b>	Nach Absprache
<b>Ort</b>	<b>Urtenen-Schönbühl, Moosseedorf</b>
<b>Kurskosten</b>	Je nach Anzahl Lektionen
<b>Anmeldung an</b>	Musikschule Moossee, Postfach 137, 3322 Urtenen-Schönbühl, Tel. 031 859 60 16, www.musikschule-moossee.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Anmeldung jederzeit möglich

## Werken – Gestalten – Nähen

<b>Titel des Kurses</b>	<b>Kerzen ziehen</b>
<b>Kursinhalt</b>	Öffentliches Kerzen ziehen (Kinder unter 7 Jahren nur in Begleitung von Erwachsenen).
<b>VeranstalterIn</b>	Elternforum Jegenstorf
<b>Kursleitung</b>	Elternforum Jegenstorf
<b>Datum, Zeit</b>	5. – 27. November 2011 Samstag, 5./12./19./26. November 2011, 12.00 – 17.00 Uhr Sonntag, 6./13./20. November 2011, 12.00 – 17.00 Uhr und Sonntag, 27. November 2011, 11.00 – 16.00 Uhr Mittwoch, 9./16./23. November 2011, 14.00 – 19.00 Uhr
<b>Ort</b>	Schulhaus Gyrisberg, <b>Jegenstorf</b>
<b>Materialkosten</b>	Fr. 2.70/100 g Wachs
<b>Anmeldung</b>	Nicht erforderlich, Gruppenreservierungen jedoch nach Absprache
<b>Auskunft gibt</b>	Petra Bitterlin, Amselweg, 13, 3303 Jegenstorf, Tel. 031 761 21 32
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Kreatives Töpfern</b>
<b>Kursinhalt</b>	Verwirklichen Sie Ihre eigenen Ideen. Ich helfe Ihnen dabei!
<b>VeranstalterIn</b>	www.kunstwerkstaette.ch
<b>Kursleitung</b>	Elisabeth Eberhard
<b>Datum, Zeit</b>	Jeden 2. Dienstagabend, 19.00 – 22.00 Uhr Daten unter: www.kunstwerkstaette.ch
<b>Ort</b>	Kunstwerkstätte, Oeliweg 5, Weissenstein, <b>Meikirch</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 22.00/Std.
<b>Materialkosten</b>	Fr. 10.00/kg Ton, inkl. Glasur und Brennen
<b>Anmeldung an</b>	Elisabeth Eberhard, Tel. 031 829 17 86, liz.kunstwerkstaette@gmail.com
<b>Anmeldeschluss</b>	Jeweils 3 Tage im Voraus
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Kalligraphie</b>
<b>Kursinhalt</b>	Workshop zur Erlernung einer Zierschrift mit der Bandzugfeder.
<b>VeranstalterIn</b>	Gemeinnütziger Frauenverein Münchenbuchsee
<b>Kursleitung</b>	Cornelia Sommer
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 18. Oktober 2011, 6 x, jeweils dienstags, 14.00 – 16.00 oder 19.00 – 22.00 Uhr
<b>Ort</b>	Dachstock Kirchgemeindehaus, <b>Münchenbuchsee</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 150.00, Mitglieder GFM und Jugendliche Fr. 140.00
<b>Materialkosten</b>	Fr. 20.00
<b>Anmeldung an</b>	Barbara Hofmann, 3053 Münchenbuchsee, Tel. 031 869 52 01, kurse@unser-gfm.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Freitag, 7. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Der Weg zum persönlichen Kleidungsstück</b>
<b>Kursinhalt</b>	Individuelles Nähen in kleinen Gruppen (bis 5 Personen). Ein Kurs für EinsteigerInnen und Fortgeschrittene.
<b>VeranstalterIn</b>	thex, Werkstatt für Textiles
<b>Kursleitung</b>	Therese Rufer
<b>Datum, Zeit</b>	Tages-, Abend- und Ferienkurse
<b>Ort</b>	thex.butik, Bernstrasse 3 b, <b>Münchenbuchsee</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 260.00 (5 x 3 Std., max. fünf TeilnehmerInnen)
<b>Materialkosten</b>	Nach Aufwand
<b>Anmeldung an</b>	Therese Rufer, Bernstrasse 3 b, 3053 Münchenbuchsee, Tel. 031 862 18 05, 076 339 67 60
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Wie unterhalte ich mein Fahrrad?</b>
<b>VeranstalterIn</b>	Landfrauenverein Urtenen-Schönbühl
<b>Kursleitung</b>	Rennshop Wüthrich
<b>Datum, Zeit</b>	Mittwoch, 9. November 2011, 19.30 – ca. 21.00 Uhr
<b>Ort</b>	Rennshop Wüthrich, Lyssachstrasse 110, <b>Burgdorf</b> Mitfahrgelegenheit kann bei Kursanmeldung organisiert werden.
<b>Kurskosten</b>	Fr. 35.00, Mitglieder Fr. 32.00
<b>Anmeldung an</b>	Katrin Huber, Tel. 031 859 01 46, huckers@bluewin.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Dienstag, 1. November 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Winter- und wetterfeste Steinkugeln für den Garten</b>
<b>Kursinhalt</b>	Herstellen einer Steinkugel mit Kieselsteinen (auch Schneckenhüsli und Müscheli können mitverarbeitet werden). Spezialkleber ermöglicht Wetterfestigkeit.
<b>VeranstalterIn</b>	Landfrauenverein Urtenen-Schönbühl
<b>Kursleitung</b>	Erika Burren-Hänni
<b>Datum, Zeit</b>	Donnerstag, 8. März 2012, 19.30 – 22.30 Uhr
<b>Ort</b>	Schulhaus Lee 2, Handarbeitszimmer, <b>Urtenen-Schönbühl</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 35.00, Mitglieder Fr. 30.00
<b>Materialkosten</b>	Ca. Fr. 15.00 für Kugel und Leim, komplett mit Steinen Fr. 18.00

<b>Mitbringen</b>	Wenn vorhanden: Kieselsteine, gewaschen und trocken in allen Formen und Farben bis Pflaumengrösse.
<b>Anmeldung an</b>	Katrin Huber, Tel. 031 859 01 46, huckers@bluewin.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Donnerstag, 1. März 2012
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Strohsterne-Abende</b>
<b>Kursinhalt</b>	Einführung in die Kunst der Strohsterne.
<b>Veranstalterin</b>	Frauenverein Zollikofen
<b>Kursleitung</b>	Daniela Bossard
<b>Datum, Zeit</b>	Donnerstag, 17. November 2011 und/oder Dienstag, 22. November 2011, 19.30 – 21.30 Uhr
<b>Ort</b>	Theorieraum der Schulküche im Zentralschulhaus, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 10.00/Abend
<b>Materialkosten</b>	Ca. Fr. 5.00
<b>Anmeldung an</b>	Barbara Tschumi, Tel. 031 911 50 72, barbara-tschumi@bluewin.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Montag, 31. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Kreativ-Schweisskurs</b>
<b>Kursinhalt</b>	Kerzenständer, Feuerkorb, Schrottojekt. Umsetzung eines eigenen Projektes unter fachkundiger Leitung.
<b>VeranstalterIn</b>	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, Zuzwil
<b>Kursleitung</b>	Bene Tschanz
<b>Datum, Zeit</b>	1. Vorkurs (Besprechung), Montag, 28. Februar 2012, 19.00 – 21.00 Uhr 1. Schweisskurs, Samstag, 31. März 2012, 08.00 – 17.30 Uhr 2. Vorkurs (Besprechung), Montag, 19. März 2012, 19.00 – 21.00 Uhr 2. Schweisskurs, Samstag, 28. April 2012, 08.00 – 17.30 Uhr
<b>Ort</b>	Die Käserei, Kultur- und Kursraum, <b>Zuzwil</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 280.00 inkl. Verpflegung
<b>Materialkosten</b>	Je nach Verbrauch
<b>Anmeldung an</b>	Doris Eggel, Tel. 079 208 30 06, www.diekäserei.ch, info@diekaeserei.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	1. Kurs: Mittwoch, 22. Februar 2012 2. Kurs: Montag, 12. März 2012

## Kochen – Ernährung – Getränke – Haushalt

<b>Titel des Kurses</b>	<b>Kürbis – Pilze – Kastanien</b>
<b>Kursinhalt</b>	Zaubern Sie einfache Gerichte aus herbstlichen Köstlichkeiten.
<b>VeranstalterIn</b>	Gemeinnütziger Frauenverein Münchenbuchsee
<b>Kursleitung</b>	Erika Gertsch, Hauswirtschaftslehrerin
<b>Datum, Zeit</b>	Mittwoch, 26. Oktober 2011, 19.00 – 22.00 Uhr
<b>Ort</b>	Schulküche Schulhaus Bodenacker, <b>Münchenbuchsee</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 43.00, Mitglieder GFM und Jugendliche Fr. 33.00
<b>Materialkosten</b>	Ca. Fr. 15.00
<b>Anmeldung an</b>	Barbara Hofmann, 3053 Münchenbuchsee, Tel. 031 869 52 01, kurse@unser-gfm.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Freitag, 14. Oktober 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>zäme gützele</b>
<b>Kursinhalt</b>	Eine Sorte Gützeteig mitbringen – mehrere Sorten Gützli mit nach Hause nehmen!
<b>VeranstalterIn</b>	Gemeinnütziger Frauenverein Münchenbuchsee
<b>Kursleitung</b>	Ursula Schneeberger, Hauswirtschaftslehrerin
<b>Datum, Zeit</b>	Donnerstag, 1. Dezember 2011, 19.00 – 22.00 Uhr
<b>Ort</b>	Schulküche Schulhaus Waldegg, <b>Münchenbuchsee</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 43.00, Mitglieder GFM und Jugendliche Fr. 33.00
<b>Materialkosten</b>	Ca. Fr. 5.00
<b>Anmeldung an</b>	Barbara Hofmann, 3053 Münchenbuchsee, Tel. 031 869 52 01, kurse@unser-gfm.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Montag, 21. November 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Köstlichkeiten zum Apéro</b>
<b>Kursinhalt</b>	Würzig, salzig, einfach, bunt, pikant: Apérohäppchen sind der Auftakt zu jedem feinen Essen! Wir bereiten verschiedene Rezepte zu: am Spiessli, auf dem Löffel, im Glas... und geniessen die kleinen Köstlichkeiten gemeinsam. Weitere Infos auch auf der Homepage der Kursleiterin: <a href="http://www.apero-delice.ch">www.apero-delice.ch</a>
<b>VeranstalterIn</b>	Landfrauenverein Urtenen-Schönbühl
<b>Kursleitung</b>	Karin Achermann Gavin
<b>Datum, Zeit</b>	Samstag, 22. Oktober 2011, 09.00 – ca. 13.30 Uhr
<b>Ort</b>	Schulhaus Lee 2, Schulküche, <b>Urtenen-Schönbühl</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 55.00, Mitglieder Fr. 50.00
<b>Materialkosten</b>	Ca. Fr. 35.00
<b>Anmeldung an</b>	Katrin Huber, Tel. 031 859 01 46, huckers@bluewin.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Freitag, 23. September 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Schönheit von Innen</b>
<b>Kursinhalt</b>	Sie möchten schönere Haut, Haare, Augen und Nägel? Sie wollen Ihr Bindegewebe verbessern? Cellulite, Krampfadern und Co. Sie lernen, wie Sie dies mit Lebensmitteln und Schüssler-Salzen erreichen können.
<b>Lehrmittel</b>	Buch „Essen im biologischen Tagesrhythmus“ von Gaby Stampfli
<b>VeranstalterIn</b>	<a href="http://www.manna-ernaehrung.ch">www.manna-ernaehrung.ch</a>
<b>Kursleitung</b>	Gaby Stampfli
<b>Datum, Zeit</b>	Samstag, 26. November 2011, 10.00 – 15.00 Uhr
<b>Ort</b>	Eigerweg 4, <b>Urtenen-Schönbühl</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 140.00 inkl. Kursunterlagen und einem Schönheits-Essen
<b>Materialkosten</b>	Inklusive, Buch Fr. 38.00 auf Wunsch
<b>Anmeldung an</b>	<a href="http://www.manna-ernaehrung.ch">www.manna-ernaehrung.ch</a> , Tel. 031 767 72 22, gaby.stampfli@manna-nahrung.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Dienstag, 1. November 2011
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Gemeinsames Gützele</b>
<b>Kursinhalt</b>	Mit wenig Aufwand backen wir viele verschiedene Sorten Gützli selbst.
<b>VeranstalterIn</b>	Landfrauenverein Urtenen-Schönbühl
<b>Kursleitung</b>	Heidi Wüthrich
<b>Datum, Zeit</b>	Dienstag, 13. Dezember 2011, 19.00 – 22.00 Uhr
<b>Ort</b>	Schulhaus Lee 2, Schulküche, <b>Urtenen-Schönbühl</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 10.00
<b>Materialkosten</b>	Jede Kursteilnehmerin, jeder Kursteilnehmer bringt selbst Teig mit.
<b>Anmeldung an</b>	Heidi Wüthrich, Staldenstrasse 25, 3322 Urtenen-Schönbühl, Tel. 031 859 02 89
<b>Anmeldeschluss</b>	Montag, 5. Dezember 2011

## Kunst – Kultur

<b>Titel des Kurses</b>	<b>Freies Aquarellmalen</b>
<b>Kursinhalt</b>	Entdecken Sie Ihre innere Kreativität und Freude an Farben.
<b>VeranstalterIn</b>	www.kunstwerkstaette.ch
<b>Kursleitung</b>	Elisabeth Eberhard
<b>Datum, Zeit</b>	Jeden 2. Dienstagabend, 18.30 – 21.30 Uhr Daten unter: www.kunstwerkstaette.ch
<b>Ort</b>	Kunstwerkstätte, Oeliweg 5, Weissenstein, <b>Meikirch</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 22.00/Std.
<b>Materialkosten</b>	Eigenes Material
<b>Anmeldung an</b>	Elisabeth Eberhard, Tel. 031 829 17 86, liz.kunstwerkstaette@gmail.com
<b>Anmeldeschluss</b>	Jeweils 3 Tage im Voraus.
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Let's Kunst</b>
<b>Kursinhalt</b>	Workshops zum Thema Kunst und Kultur. Abends Vorführung und Ausstellung der Workshops.
<b>VeranstalterIn</b>	Regionale Fachstelle für offene Kinder- und Jugendarbeit REKJA
<b>Kursleitung</b>	Andreas Wyss
<b>Datum, Zeit</b>	Samstag, 28. Januar 2012, ab 14.00 – ca. 22.00 Uhr
<b>Ort</b>	Schulanlage Lee: Lee-Saal und Turnhallen, <b>Urtenen-Schönbühl</b>
<b>Kurskosten</b>	Keine
<b>Anmeldung an</b>	Siehe separater Flyer (liegt in den Jugendfachstellen der REKJA auf) Tel. 031 761 04 36, info@rekja.ch
<b>Titel des Kurses</b>	<b>DAS MODERNE AQUARELL für Einsteigende und Geübte</b>
<b>Kursinhalt</b>	Wir erarbeiten und vertiefen die Vielfalt der handwerklichen Techniken im Zusammenwirken von Bildgestaltung und Bildsprache.
<b>Veranstalterin</b>	Malschule im Graben Zollikofen
<b>Kursleitung</b>	Hanspeter Fiechter; Kunstmaler und dipl. Erwachsenenbildner
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 6. Februar – 28. Juni 2012, 17 x, jeweils montags, 18.45 – 21.00 Uhr und donnerstags 13.30 – 15.30 Uhr und 18.45 – 21.00 Uhr
<b>Ort</b>	Malschule im Graben, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 625.00 (51 Lektionen) oder Fr. 646.00 (17 Doppelstunden à Fr.19.00/Std.)
<b>Materialkosten</b>	Je nach Arbeitsintensität und vorhandenem, persönlichem Material, zwischen Fr. 0.00 und Fr. 150.00
<b>Anmeldung an</b>	Hp. Fiechter, Malschule im Graben Zollikofen, Tel. 031 911 96 06, ha_fiechter@bluewin.ch, www.hanspeterfiechter.ch
<b>Anmeldeschluss</b>	Samstag, 21. Januar 2012 (bitte frühzeitig)
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Malen, ein Ausdruck von Lebensfreude</b>
<b>Kursinhalt</b>	Naturalistische Malerei (Landschaftsmalerei) auf Leinwand in Acryl, für Anfänger und Fortgeschrittene. Keine Vorkenntnisse nötig!
<b>Veranstalterin</b>	Atelier 44, Institute of Art
<b>Kursleitung</b>	Jürg U. Güngerich, Atelier 44, Institute of Art
<b>Datum, Zeit</b>	Jeweils montags bis freitags, Vormittag, Nachmittag, Abend
<b>Ort</b>	Gewerbezentrum Ey 5 (hinter Testcenter TCS), <b>Ittigen</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 280.00 für 10 Besuche im Atelier à 2 Std.
<b>Materialkosten</b>	Ca. Fr. 70.00 – Fr. 90.00, Bezug bei Jürg U. Güngerich
<b>Anmeldung an</b>	Jürg U. Güngerich, Tel. 079 415 22 66, info@atelier44.info, www.atelier44.info
<b>Anmeldeschluss</b>	Einstieg jederzeit möglich

## Psychologie – Persönlichkeitsentwicklung

<b>Titel des Kurses</b>	<b>Traumkurs</b>
<b>Kursinhalt</b>	Träume verstehen; Vermittlung von Grundwissen über Traum und Schlaf; Ressourcen im Traum erkennen.
<b>VeranstalterIn</b>	Esther Inäbnit
<b>Kursleitung</b>	Esther Inäbnit, dipl. Individualpsychologische Beraterin SGIPA, Zertifikat in Traumarbeit, sh. <a href="http://www.tuerenoeffnen.ch">www.tuerenoeffnen.ch</a>
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 14. Januar 2012, 4 x, jeweils samstags, 14./21. Januar, 3. und 10. März 2012, 10.00 – 13.00 Uhr
<b>Ort</b>	Paul-Klee-Strasse 3, <b>Münchenbuchsee</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 240.00
<b>Materialkosten</b>	Keine
<b>Anmeldung an</b>	Esther Inäbnit, Tel. 079 856 82 33, <a href="mailto:esther.inaebnit@bluewin.ch">esther.inaebnit@bluewin.ch</a>
<b>Anmeldeschluss</b>	Mittwoch, 4. Januar 2012
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Menschen wirksam helfen – Ausbildung zum Berater/Coach HEB®</b> (berufsbegleitend, 8 Module)
<b>Kursinhalt</b>	Die HEB-Coaching® Methode basiert auf wissenschaftlich anerkannten Methoden. Als Grundlage für die praktische Praxisarbeit dienen das Basler Psychographie-Modell sowie die Sitzungsstrukturen mit dem PIA System - Psychographische Interventionen und Aufstellungen®. Mit diesen Arbeitsmitteln findet der Klient selbst seine Ressourcen und Kompetenzen, die ihm helfen, seine Probleme zu lösen.
<b>Veranstalterin</b>	HEB Coaching Fachschule Schweiz
<b>Kursleitung</b>	Félicie de Roche & Andreas Besteck, Dozentin Doris Bussmann
<b>Datum, Zeit</b>	Beginn des Jahreskurses 2012: 3. Februar 2012
<b>Ort</b>	Inforama, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 5940.00 inkl. Kursunterlagen
<b>Anmeldung an</b>	HEB Coaching Fachschule Schweiz, Tel. 061 482 06 07, <a href="mailto:info@heb-coachingfachschule.ch">info@heb-coachingfachschule.ch</a> , <a href="http://www.heb-fachschule.ch">www.heb-fachschule.ch</a>
<b>Anmeldeschluss</b>	Sonntag, 15. Januar 2012
<b>Titel des Kurses</b>	<b>Einführung in die Klopftherapie</b>
<b>Kursinhalt</b>	Weg von Zweifeln und Ängsten, zur Klarheit im Leben mit EFT. Hilft immer und ist für alle lernbar. Ihr Leben kann sich dabei positiv verändern.
<b>Veranstalterin</b>	Das Zentrum
<b>Kursleitung</b>	Marietta Keller
<b>Datum, Zeit</b>	Ab 8. November 2011, 3 x, jeweils dienstags, 19.30 – 21.30 Uhr
<b>Ort</b>	Das Zentrum, Buchsweg 9, <b>Zollikofen</b>
<b>Kurskosten</b>	Fr. 150.00
<b>Anmeldung an</b>	Marietta Keller, Tel. 031 922 48 02, <a href="mailto:marietta.keller@bluewin.ch">marietta.keller@bluewin.ch</a> , <a href="http://www.das-zentrum.ch">www.das-zentrum.ch</a>
<b>Anmeldeschluss</b>	Montag, 31. Oktober 2011