

---

# HAUSWIRTSCHAFTLICHE FORTBILDUNG UETIKON

---

**ERNÄHRUNG • MODE • GESTALTEN**

**FRÜHLING 2025**

---

## **Sashiko**

Ursprünglich für Reparaturarbeiten verwendet, eignet sich die Sticktechnik aus Japan für die effektvolle Verzierung von Stoffen. Beutel, Einkaufstaschen, Kissen oder ein Schal werden mit der attraktiven Technik zum kostbaren Unikat.

Leitung Sibylle Zimmerli-Gehret, Fachlehrerin TTG

Daten Donnerstag, 20., 27. Februar und 6. März

Zeit 19.00 – 22.00 Uhr

Kosten CHF 60.– / \*66.– (plus Material)

**Wichtig Anmeldung bis spätestens 29. Januar**

## **Frühlingskreation**

Auf einer Baumscheibe holen wir den Frühling in den Wohnraum ...

Mit Ästen, Frühlingsdeko und Reagenzgläsern, die immer wieder neu befüllt werden können, kreieren wir einen Frühlingshingucker.

Leitung Michaela Rüdüsüli, Floristin

Datum Dienstag, 11. März

Zeit 19.00 – 22.00 Uhr

Kosten CHF 20.– / \*22.– (plus ca. 55.– Material)

## **Kochplausch für Männer**

In lockerer und gemütlicher Atmosphäre werden mit saisonalen Produkten abwechslungsreiche, meist dreigängige Menüs zubereitet.

Leitung Christina Luginbühl-Nigg, Fachlehrerin WAH

Daten Kurs A: Mittwoch, 12., 19. und 26. März  
Kurs B: Donnerstag, 13., 20. und 27. März

Zeit 18.30 – 22.15 Uhr

Kosten CHF 75.– / \*83.– (plus Lebensmittelkosten)

## **Nähen am Abend**

Schon lange möchten Sie ein eigenes Nähprojekt realisieren; z.B. ein einfaches Kleid, einen Jupe, ein T-Shirt, Kleider für Ihre Kinder? Auch alltägliche Gegenstände wie kleine Täschchen, Kissenanzüge und vieles mehr können hergestellt werden. Oder wollen Sie eine Näharbeit fertigstellen und wissen nicht genau, wie? Gemeinsam werden wir eine Lösung finden!

Leitung Manuela Kuster-Strickroth,  
Fachlehrerin TTG und Damenschneiderin

Daten Kurs A:  
Mittwoch, 12., 19., 26. März, 2. und 9. April  
Kurs B:  
Mittwoch, 7., 14., 21. Mai, 4. und 11. Juni

Zeit 19.00 – 22.00 Uhr

Kosten CHF 100.– / \*110.– (plus Material)

## **Bepflanztes Weinrebenest**

Mit den langen Ästen der Rebe gestalten wir ein Korbnest; bepflanzt mit Frühlingspflanzen wird dieses ein Blickfang für draussen.

Leitung Michaela Rüdüsüli, Floristin

Datum Dienstag, 1. April

Zeit 19.00 – 22.00 Uhr

Kosten CHF 20.– / \*22.– (plus ca. 75.– Material)

## **Bowls: Gesunde Mahlzeit aus der Schale**

Bowls erfreuen sich grosser Beliebtheit; die perfekte Mischung aus kalten und warmen Zutaten soll glücklich machen und lange sättigen. Wir bereiten verschiedene Bowls mit leckeren Dressings zu.

Leitung Christina Luginbühl-Nigg, Fachlehrerin WAH

Datum Mittwoch, 2. April, 18.30 – 22.15 Uhr

Kosten CHF 25.– / \*28.– (plus Lebensmittelkosten)

## **Noch mehr Marokko-Duft**

Wir lernen weitere Spezialitäten aus Marokko kennen, kochen mit der Tajine (traditioneller Lehmtopf), backen typische Berber-Brote und kochen eine königliche Pastilla (Pastete).

Leitung Cornelia Schiess, Erwachsenenbildnerin

Daten Mittwoch, 9. April, 18.30 – 22.15 Uhr

Kosten CHF 25.– / \*28.– (plus Lebensmittelkosten)

## **Trockenblumen-Loop**

Ein dekorativer Holzreifen – personalisiert mit dem Familiennamen oder einem «Herzlich Willkommen» – wird mit Trockenblumen geschmückt zu einem lange haltbaren, persönlichen Loop.

Leitung Michaela Rüdüsüli, Floristin

Datum Donnerstag, 15. Mai

Zeit 19.00 – 22.00 Uhr

Kosten CHF 20.– / \*22.– (plus ca. 85.– bis 95.– Material)

## **Blumenglück**

Bringen Sie ein eigenes, besonderes Gefäss (Vase, Suppentopf, ...) mit und lassen Sie sich von der vorhandenen Blumenvielfalt inspirieren. Mit fachkundiger Unterstützung gestalten Sie eine florale Kostbarkeit!

Leitung Michaela Rüdüsüli, Floristin

Datum Mittwoch, 11. Juni

Zeit 19.00 – 22.00 Uhr

Kosten CHF 20.– / \*22.– (Materialkosten nach Menge und Tagespreis)

## **Allgemeine Informationen**

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Die Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Kurskosten, sofern keine Ersatzperson besorgt werden kann.

Es besteht kein Anspruch auf Rückerstattung oder Nachholen von versäumten Lektionen. Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer.

Der mit \* bezeichnete Kurstarif gilt für TeilnehmerInnen, welche ausserhalb von Uetikon wohnen.

Wird die minimale Teilnehmerzahl nicht erreicht, kann der Kurs in Absprache mit den Teilnehmenden mit einem Kleingruppenzuschlag durchgeführt werden.

Schriftliche Anmeldung ab sofort bis spätestens zwei Wochen vor Kursbeginn an (Ausnahme: siehe Sashiko):

Hauswirtschaftliche Fortbildung Uetikon

Sibylle Zimmerli-Gehret, Tramstr. 105, 8707 Uetikon, Tel. 079 639 28 58 (für Auskünfte)

E-Mail: [sibylle.zimmerli@schule-uetikon.ch](mailto:sibylle.zimmerli@schule-uetikon.ch)