

Gesellschaft-Natur-Technik

Einführungskurs Schneeschuhlaufen Jura NE **Kurs 240**

Col de la Tourne
Schneeschuhlaufen ist eine ideale Ausdaueralternative zu traditionellen Wintersportarten. Die Marschzeit beträgt ca. 2 Stunden.
Kursleitung: Herr Christian Raemy, Wanderleiter, Praz
Datum: Samstag, 4. Februar 2012, (1x)
Treffpunkt: 09.00 Uhr Bahnhof Ins
Kursgeld: Fr. 30.–
Mitnehmen: Schneeschuhe + Stöcke
Anmeldung: Bis 20. Januar an das Sekretariat

Faszination Fechten **Kurs 241**

Dieser Schnupperkurs vermittelt einen ersten Überblick über den Fecht sport und ermöglicht Ihnen, eine attraktive Sportart kennen zu lernen.
Kursleitung: Berner Fechtkameraden
Beginn: Dienstag, 14. Februar 2012, (3x)
Zeit: 20.00–21.30 Uhr
Kursort: Turnhalle Quartierzentrum Tscharnergut, Bern
Kursgeld: Fr. 60.–
Anmeldung: Bis 31. Januar an das Sekretariat

Souveräner Auftritt! (Kurs ist nur für Männer) **Kurs 242**

Optimieren Sie Ihre Auftrittskompetenz in jeder Situation! Erfahren Sie alltagstaugliche Tipps zum anlassgerechten Outfit. Welche Farben passen zu Ihnen? Stellen Sie fest, was „Dress for Success“ für Sie individuell bedeutet. Wie können Sie ohne Krawatte „business-like“ wirken? Welche zeitgemässen Umgangsformen gehören genauso zum guten «Stil» wie die Typ-gerechte Garderobe.
Kursleitung: Frau Lis Rytz, Image-Coach, Murten
Beginn: Dienstag, 6. März 2012, (2x)
Zeit: 19.00–21.00 Uhr
Kursort: Kurslokal Koloristika, Werkgasse 2, Bern
Kursgeld: Fr. 70.– (+ Fr. 15.– für Dossier)
Anmeldung: Bis 16. Februar an das Sekretariat

Griechenland zu Hause **Kurs 243**

Mögen Sie die Griechische Küche? Wir zaubern ein leckeres, kleines Apéro-Buffer (4–5 griechische Spezialitäten) und geniessen diese anschliessend zusammen.
Kursleitung: Frau Franceska Daviou-Kafantaris, Murten
Datum: Donnerstag, 8. März 2012, (1x)
Zeit: 18.00–22.30 Uhr
Kursort: Primarschulhaus Murten, Schulküche
Kursgeld: Fr. 55.– (+ ca. Fr. 25.– für Esswaren)
Anmeldung: Bis 23. Februar an das Sekretariat

Energie-Informationszentrum Electrobroc **Kurs 244**

Besuchen Sie das Wasserkraftwerk Broc. Lernen Sie den Weg des elektrischen Stroms von der Produktion bis zum Verbraucher kennen. Erfahren Sie mehr über verschiedene Energieformen, insbesondere über erneuerbare Energien.
Datum: Mittwoch, 14. März 2012, (1x)
Zeit: 14.00–15.30 Uhr
Kursort: Electrobroc, Groupe E SA, 1636 Broc
Kursgeld: Fr. 15.–
Anmeldung: Bis 29. Februar an das Sekretariat

Wanderkarten + GPS – super Hilfsmittel **Kurs 245**

Wanderwege sind zwar gut markiert, das moderne Hilfsmittel GPS unterstützt aber bei der Planung und Ausführung einer Exkursion.
Kursleitung: Herr Ernst Jakob, Ing. ETH, Bern
Beginn: Donnerstag, 15. März 2012, (2x)
Zeit: 19.00–21.30 Uhr
Kursort: Orientierungsschule Kerzers
Kursgeld: Fr. 60.–
Anmeldung: Bis 1. März an das Sekretariat

Vortrag: Säie, Ärne u Drösche i de füzger Jahr **Kurs 246**

Vo Buure u vo Gwärb wo denzumau z Cherzers no si aasässig gsi. Vo de Schuele, vom erschte Fuessballplatz, vo Dorffesch u dr erschte Turnhalle; u viu anders was süsch no so passiert isch z Cherzers vor vierzg, füzg Jahr...
Kursleitung: Herr Ueli Johner, Kerzers
Datum: Mittwoch, 28. März 2012, (1x)
Zeit: 20.00–21.30 Uhr
Kursort: Seelandhalle, Kerzers
Kursgeld: Fr. 15.–
Anmeldung: Bis 14. März an das Sekretariat

Pony/Pferde Trekking für 3–7jährige Kinder **Kurs 247**

Begleiten Sie Ihr Kind auf diesem einmaligen Naturerlebnis mit seinem Lieblingstier.
Kursleitung: Frau Franziska Steiger, Fribi Ranch, Hermligen
Datum: Samstag, 14. April 2012, (1x)
Zeit: 10.30–11.30 Uhr
Kursort: Region Hermligen + Umgebung
Kursgeld: Fr. 45.–
Anmeldung: Bis 30. März an das Sekretariat

Schnupperkurs Bogenschiessen **Kurs 248**

Ein Erlebnis der besonderen Art. Wir erlernen in 3 Stunden die Technik des Bogenschiessens. Sie erfahren viel Wissenswertes über diese fast geräuschlose Sportart.
Kursleitung: Herr Paul Amstutz, Grossaffoltern
Datum: Samstag, 5. Mai 2012, (1x)
Zeit: 09.30–12.30 Uhr
Kursort: Landwirtschaftszentrum Fräschels
Kursgeld: Fr. 45.–
Anmeldung: Bis 23. April an das Sekretariat

Hinweise für Kursbesuchende

Melden Sie sich telefonisch, schriftlich oder online www.vhs-seeland.ch beim Kurssekretariat an.
Telefonische und schriftliche Anmeldungen sind verbindlich.

Eine **Kursbestätigung** erhalten Sie ca. 10 Tage vor dem Kurs mit der Rechnung und dem Einzahlungsschein zur Überweisung des Kursgeldes.

Auskünfte und Anmeldungen ab 9. Januar 2012
031-755 85 25 / sekretariat@vhs-seeland.ch
www.vhs-seeland.ch

Sprachen

Deutsch – für anderssprachige Personen – für Mütter und ihre Kinder

Neben dem Erlernen der deutschen Sprache erfahren Sie mehr über den Alltag, die Lebensweise und die Schule in der Schweiz.
Einschreibung: Montag, 9. Januar 2012
Zeit: 18.00–20.30 Uhr
Kursort: Primarschulhaus, Vordere Gasse 1, Kerzers
Verschiedene Stufen möglich. Genaue Angaben über Kurszeiten und Kosten erfahren Sie im Sekretariat.

English Conversation **Kurs 438**

Pre-intermediate Course A2/B1. In this course we talk about different, interesting topics using articles from the news and internet, role play activities and short texts. You practise casual and formal conversations to improve vocabulary and pronunciation and speak freely.
Kursleitung: Frau Caroline Grünig-Manton, EFL-Teacher, Courgevaux
Beginn: Dienstag, 17. Januar 2012, (15x)
Zeit: 19.55 – 21.10 Uhr (75 Min.)
Kursort: Orientierungsschule Kerzers
Kursgeld: Fr. 230.–
Anmeldung: Bis 9. Januar an das Sekretariat

Gesundheit – Lebenshilfe

Wickel ABC **Kurs 730**

Erkältung-Husten-Grippe-Ohrenschmerzen mit «Grosi's» Heilwissen über Wickel behandeln. 1. Hilfe bei Muskelverspannungen und Hexenschuss. Viele weitere Gesundheitstipps mit Packungen + Auflagen.
Kursleitung: Frau Theres Schweizer, Naturärztin NVS, Kerzers
Beginn: Montag, 16. Januar 2012, (2x)
Zeit: 19.00–21.30 Uhr
Kursort: Gesundheitspraxis, Gerbegasse 2, Kerzers
Kursgeld: Fr. 75.– (+ Unterlagen Fr. 10.–)
Anmeldung: Bis 9. Januar an das Sekretariat

Kinder Yoga **Kurs 731**

Yoga stärkt das Körper und Selbstbewusstsein. Mit «Kinder Yoga» entsteht ein harmonischer Austausch zwischen Bewegung, Gedanken und Gefühlen. Yoga wirkt ausserdem entspannend und fördert die Konzentrationsfähigkeit und das Wohlfühl.
Kursleitung: Frau Aida Huber-Ghanim, Naturärztin, Kerzers
Beginn: Freitag, 20. Januar 2012, (10x)
Zeit: 16.00–17.00 Uhr
Kursort: Seelandhalle, Kerzers
Kursgeld: Fr. 120.–
Anmeldung: Bis 9. Januar an das Sekretariat

Reiki – Universelle Lebensenergie **Kurs 729**

Informationsabend: woher stammt Reiki und was kann es im Körper und in der Seele bewirken.
Kursleitung: Frau Susanne Tonazzo, zertifizierte Reikimeisterin, Kerzers
Datum: Mittwoch, 25. Januar 2012, (1x)
Zeit: 19.30–21.00 Uhr
Kursort: Kirchengemeindehaus, Kerzers
Kursgeld: Fr. 20.–
Anmeldung: Bis 11. Januar 2012

Meditation + Entspannung **Kurs 732**

Durch geführte Meditation, erleben Sie eine Körperentspannung und kehren ein in Ruhe und Gelassenheit. Körper, Seele und Geist sind zentriert und fokussiert. Entspanntheit und innere Ruhe können durch einfache Techniken erlernt werden.
Kursleitung: Frau Nicole Aebi, dipl. prakt. Psychologin, Kerzers
Beginn: Mittwoch, 25. Januar 2012, (6x)
Zeit: 19.30–21.00 Uhr
Kursort: Atelier Turmalin, Seminarraum 1. Stock, Murten
Kursgeld: Fr. 190.– (Unterlagen inbegriffen)
Anmeldung: Bis 11. Januar an das Sekretariat (max. 9 TN)

Kapitulieren Sie und... gewinnen Sie! **Kurs 733**

In unserer Leistungsgesellschaft gibt es immer mehr Karrieren, die mit einem Burn-Out enden. Muss das sein? Gilt es nicht viel mehr, das Leben zu leben, zu erleben und zu geniessen? Geben Sie den Kampf auf, immer schneller, besser, höher und sowieso... Erleben Sie die Befreiung in der Kapitulation. Sie können nur gewinnen: Lebensfreude und -qualität!
Kursleitung: Frau Lis Rytz, Erwachsenenbildnerin, Murten
Beginn: Mittwoch, 25. Januar 2012, (2x)
Zeit: 18.30–21.30 Uhr
Kursort: Kirchengemeindesaal, Meyriez
Kursgeld: Fr. 95.– (+ Unterlagen Fr. 10.–)
Anmeldung: Bis 11. Januar an das Sekretariat

Taiji und Qigong für Beginnende **Kurs 734**

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Taiji und Qigong kennenlernen oder auffrischen möchten. Mit meditativen Sequenzen, jahreszeitlich angepasstem Qigong und einer einfachen Taiji-Form nähern wir uns dem «Bewegen aus der Stille» an.
Kursleitung: Frau Eva K. Andres, dipl. Taiji-Qigong-Lehrerin
Beginn: Dienstag, 31. Januar 2012, (8x)
Zeit: 19.45–21.15 Uhr
Kursort: Ins
Kursgeld: Fr. 230.–
Anmeldung: Bis 17. Januar an das Sekretariat

Come on Trampolin + Body-Forming **Kurs 735**

Freude an der Bewegung! Wir kräftigen die ganze Muskulatur, fördern die Koordination und Kondition.
Kursleitung: Frau B. Wittwer, Tramp. Instruktorin, Muntelier
Beginn: Dienstag, 31. Januar 2012, (6x)
(Kein Kurs in den Sportferien 21. Februar 12)
Zeit: 09.00–10.00 Uhr
Kursort: Schützenmatt 36, 3280 Murten
Kursgeld: Fr. 100.–
Anmeldung: Bis 18. Januar an das Sekretariat



Seeländische
Volks-
hochschule

Erwachsenenbildung
Seeland

Sprachkurse
Informatik
Gesundheit -
Lebenshilfe
Literatur
Gemeinschaft
Natur
Gestalten

**kurse und
veranstaltungen
jan 12 – juni 12**



Literatur – Kultur – Musik

Atelierbesuch bei Alois Lichtsteiner **Kurs 164**
Der Künstler Alois Lichtsteiner empfängt uns in seinem Atelier, führt uns in seine Arbeit ein, gewährt uns einen Einblick in sein aktuelles Schaffen und beantwortet Fragen aus dem Besucherkreis. Anschliessend findet ein kleiner Apéro statt.

Kursleitung: Herr Alois Lichtsteiner, Pra Pury 7D, 3280 Murten
Datum: Samstag, 4. Februar 2012, (1x)
Zeit: 14.00–16.00 Uhr
Kursort: Atelier A. Lichtsteiner, Murten
Kursgeld: Fr. 25.– inkl. Apéro
Anmeldung: Bis 20. Januar an das Sekretariat

Kino Digitalisierung – Ein Blick hinter die Kulissen **Kurs 166**
Nach mehr als 100 Jahren Kinofilm im analogen 35mm-Format findet eine weltweite Umstellung statt. Warum? Welche Chancen eröffnet das D-Cinema für einen Kinobetrieb? Was geht verloren? Wie funktioniert die alte Technik, wie die neue? Ein Augenschein im 75 Jahre alten Kino in Ins.

Kursleitung: Herr Martin Hofer, Kinotechniker, Ins
Datum: Donnerstag, 3. Mai 2012, (1x)
Zeit: 19.00–22.00 Uhr
Kursort: Kino Ins
Kursgeld: Fr. 25.–
Anmeldung: Bis 19. April an das Sekretariat

Avenches – römische Perle im Land der Helvetier **Kurs 165**
Ein vergnüglicher Frühlingsspaziergang durch das römische Aven-ticum. Kommen Sie mit und entdecken Sie die Faszination einer grossartigen mediterranen Kultur.... direkt vor Ihrer Haustür!

Kursleitung: Frau Dr. phil. Verena Steiner, Môtier
Datum: Samstag, 5. Mai 2012, (1x)
Zeit: 10.00–12.00 Uhr
Kursort: Avenches
Kursgeld: Fr. 25.– inkl. Eintritt
Anmeldung: Bis 23. April an das Sekretariat



Einladung zur Hauptversammlung

Wir freuen uns, Sie zur Hauptversammlung 2012 einzuladen. Sie findet statt am:

**Mittwoch, 23. Mai 2012 um 20.00 Uhr
im Restaurant zum Bauernhof, Ulmiz**

Traktanden: die statuarischen

Anschliessend offeriert Ihnen die Seeländische Volkshochschule einen kleinen Imbiss

Osternest – auf den Tisch **Kurs 685**
Mit Heu gestalten wir ein Nest. Dieses dekorieren wir mit verschiedenen Naturmaterialien. Eine Tischdekoration, die Ihre gefärbten Eier so richtig zur Geltung bringen wird.

Kursleitung: Frau Daniela Colaianni, Ins
Datum: Dienstag, 13. März 2012, (1x)
Zeit: 19.30–22.00 Uhr
Kursort: Atelier Ch. Tschachtli, Oelegasse 8b, Kerzers
Kursgeld: Fr. 35.– (+ Material ca. Fr. 35.–)
Mitnehmen: Baumschere
Anmeldung: Bis 28. Februar an das Sekretariat

Gestalten eines Türkranzes **Kurs 686**
Wir umwickeln einen Strohkranz mit Moos und vielen anderen Naturmaterialien. Österliches Dekorationsmaterial plazieren wir nach Lust und Laune. Eine Aussendekoration die sowohl zu Ostern wie auch zum Frühling passt.

Kursleitung: Frau Daniela Colaianni, Ins
Datum: Mittwoch, 14. März 2012, (1x)
Zeit: 19.30–22.00 Uhr
Kursort: Atelier Ch. Tschachtli, Oelegasse 8b, Kerzers
Kursgeld: Fr. 35.– (+ Material ca. Fr. 40.–)
Mitnehmen: Baumschere + Seitenschneider
Anmeldung: Bis 29. Februar an das Sekretariat

Frühlingsnest **Kurs 687**
Wie die Vögel im Frühling bauen wir aus verschiedenen Naturmaterialien ein Nest für den Aussenbereich und bepflanzen dieses mit Frühlingsblühern. Ein Hingucker für den Eingangsbereich oder eine Gartenecke.

Kursleitung: Frau Daniela Colaianni, Ins
Datum: Dienstag, 20. März 2012, (1x)
Zeit: 19.30–22.00 Uhr
Kursort: Atelier Ch. Tschachtli, Oelegasse 8b, Kerzers
Kursgeld: Fr. 35.– (+ Material ca. Fr. 45.–)
Mitnehmen: Baumschere + Seitenschneider
Anmeldung: Bis 6. März an das Sekretariat

Schweisskurs mit Schrott für AnfängerInnen **Kurs 688 A+B**
Im Zentrum des Kurses steht die Verarbeitung von Stahl und Alt-eisen zu Feuerkörben, Objekten oder Skulpturen. Schweißen, Löten, Feilen, Sägen, Trennen, Biegen, Bohren und noch vieles mehr können Sie an diesem Wochenende erlernen. Eigene Ideen können umgesetzt werden und die Sinnlichkeit des Feuers wird unser ständiger Begleiter sein.

Kursleitung: Frau Silvie Houmard, Gestalterin Metall, Täuffelen
Datum Kurs A: Samstag und Sonntag, 28. + 29. April 2012
Datum Kurs B: Samstag und Sonntag, 23. + 24. Juni 2012
Zeit: 09.00–17.00 Uhr
Kursort: Atelier Rot, Dorfrain 21, 2575 Täuffelen
Kursgeld: Fr. 280.– (+ Fr. 75.– für Material + Infrastruktur)
Bemerkung: Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden
Anmeldung: Bis jeweils 14 Tage vor dem Kurs

Sekretariat Evelyne Zürcher, Hangiweg 17, 3214 Ulmiz
Telefon 031 755 85 25
e-mail: sekretariat@vhs-seeland.ch, www.vhs-seeland.ch
Bürozeiten: Mo 18.00–19.00 Uhr, Di–Do 09.00–11.00 Uhr

Die Notfallseelsorge, das Careteam im Seebezirk **Kurs 736**
Wie funktioniert die Zusammenarbeit der psychologischen Nothilfe mit der Ambulanz Murten und Umgebung bei Unfällen oder plötzlichen Todesfällen? Was macht ein Careteam? Was für Voraussetzungen sind nötig, um diese Arbeit zu tun?

Kursleitung: Frau I. Hämmerli, Mediatorin, Murten
Herr P. Altorfer, pens. Pfarrer, Kappelen
Datum: Donnerstag, 9. Februar 2012, (1x)
Zeit: 20.00–21.30 Uhr
Kursort: Aula Primarschulhaus Murten
Kursgeld: Fr. 15.–
Anmeldung: Bis 26. Januar an das Sekretariat

Gestalten

Modellieren aus Ton **Kurs 681**
Kreatives Arbeiten mit Töpfer-ton. Modellieren, gestalten, und formen von beliebten Zier-, Geschenk- und Gebrauchsartikel. Geeignet für AnfängerInnen und Fortgeschrittene.

Kursleitung: Frau Fränzi Boss, Liebistorf
Beginn: Mittwoch, 26. Januar 2012, (5x)
Zeit: 19.30–22.00 Uhr
Kursort: Atelier Fränzi Boss, Liebistorf
Kursgeld: Fr. 215.– (+ Material Fr. 14.–/kg gebrannte Ware)
Anmeldung: Bis 12. Januar an das Sekretariat

Masken: «Mein zweites Ich» **Kurs 682**
Der vielfältigen Gestaltungsfreiheit von Masken freien Lauf lassen: Will ich eine urige, fantasievolle Maske, eine Tiermaske oder anhand eines Gipsabdrucks vom eigenen Gesicht eine «biografisch» Maske kreieren? Die Maske gestalten wir aus Papier. Die Oberfläche kann fein geschliffen, bemalt und wetterfest lackiert werden. Lassen Sie sich inspirieren und von eigenen Ideen leiten. Keine Vorkenntnisse nötig.

Kursleitung: Herr Matthias Graber, dipl. Gestalter, Faoug
Daten: Dienstag, 31. Januar, 7.+ 28. Februar,
6. März 2012, (4x)
Zeit: 19.00–21.00 Uhr
Kursort: Atelier M. Graber, ch. du Vieux Port 11, Faoug
Kursgeld: Fr. 150.– (+ Material Fr. 30.–)
Anmeldung: Bis 17. Januar an das Sekretariat (max. 10 TN)

Ledergürtel herstellen, punzieren und gestalten **Kurs 684**
Selber einen Ledergürtel mit Verzierungen, nach eigenen Wünschen herstellen. Dabei ein altes Leder-Kunsthandwerk kennenlernen.

Kursleitung: Frau Anja Wyss, Cressier
Datum: Samstag, 3. März 2012, (1x)
Zeit: 09.00–12.00 Uhr
Kursort: Bastella Murten
Kursgeld: Fr. 65.– (+ Material ca. Fr. 45.– ohne Schnalle)
Mitnehmen: wenn vorhanden Gurtschnalle
Anmeldung: Bis 17. Februar an das Sekretariat

Auskünfte und Anmeldungen ab 9. Januar 2012
Tel: 031-755 85 25
E-mail: sekretariat@vhs-seeland.ch / www.vhs-seeland.ch