

KURSPROGRAMM

Erwachsenenbildung
Schulen Rafz und Unteres Rafzerfeld

Halbjahresprogramm
Frühling / Sommer 2025



Kursangebot

Kurse aus dem letzten Semester – Es hat noch Plätze frei!

Nr. 01	Mikro Makramee: Steine einfassen lernen	3
Nr. 02	Mit Schüssler Salz-Kuren fit in den Frühling	3
Nr. 03	Refresherkurs: Wiederbelebung und Einsetzen eines Defibrillators	4
Nr. 04	Erwachsenen-Kind-Kurs: Fingerfood home made	4
Nr. 05	Erwachsenen-Kind-Kurs: Schnitzworkshop	5
Nr. 06	Dot Painting Workshop - Mandala Steine	5

Kochen & Backen & Geniessen

Nr. 07	Karibische Küche - Ein Hauch von Paradies	6
Nr. 08	Klassischer Cocktailkurs	6
Nr. 09	Brot backen 2	7
Nr. 10	Tortengrundkurs	7

Werken & Gestalten

Nr. 11	Baby-Finkli filzen	8
Nr. 12	Wir stricken "PetiteKnit"	8
Nr. 13	Frühlingsgefühle - gebundener Türschmuck	9
Nr. 14	Mandala Mal-Workshop	9
Nr. 15	Gelliprint Bilder	10
Nr. 16	Flip-Flops veredeln	10

Sport & Fitness & Tanz

Nr. 17	Zumba® Gold	11
Nr. 18	Zumba® Fitness	11
Nr. 19	Tanzen hält fit – Tanz doch mit! 60+	12
Nr. 20	Workout für den ganzen Körper	12

Gesundheit & Bewegung

Nr. 21	Gesunder Apéro riche	13
Nr. 22	Yin Yoga	13
Nr. 23	Yoga für mich	14
Nr. 24	h-EYE Performance	14

Wissen & Staunen

Nr. 25	Jassen lernen mit dem Jasstrainer	15
Nr. 26	Keine Angst vor der digitalen Welt	15
Nr. 27	Mantrailing Schnupperkurs	16
Nr. 28	Opernguide: Ein Wegweiser durch die Welt der Musikdramen	16
Nr. 29	Liegenschaften in der Nachlassplanung	17
Nr. 30	Brandverhütung und Feuerlöschkurs	17
Nr. 31	Orchideenwanderung am Randen	18

Erwachsenen-Kind-Kurs

Nr. 32	Einführung in den Billardsport	18
--------	--------------------------------	----

Kurse aus dem letzten Semester – Es hat noch Plätze frei!

Nr. 01 Mikro Makramee: Steine einfassen lernen

Steine einfassen vermittelt die Grundlage der Schmuckherstellung mit Garn. Sie knüpfen einen Stein ein und fertigen daraus einen schlichten Anhänger. Der Stein kann selbst mitgebracht werden oder Sie können direkt im Kurs aus geschliffenen 18x13 mm Cabochons und Trommelsteinen auswählen. Falls noch Zeit übrig bleibt, fertigen wir noch 1 - 2 schlichte Armbändchen.

Leitung:	Maria Zuzanna Lüthi Bekleidungsgestalterin EFZ
Ort:	Rafz, Schulhaus Schalmacker, Tannewäg 12, Handarbeitszimmer
Datum:	Samstag, 11.01.2025
Zeit:	14:30 - 18:30
Kursgeld:	CHF 58.00
Materialkosten:	ca. CHF 10.00 für Stein, Messingperlen, Papierdossiers und Garn (der Materialpreis variiert je nach Stein)



Nr. 02 Mit Schüssler Salz-Kuren fit in den Frühling

Nach der dunklen und kalten Winterzeit sehnt sich der Körper nach neuer Vitalität und frischer Kraft. Für viele der richtige Zeitpunkt zum Entschlacken und Entgiften. In diesem Kurs erhalten Sie Tipps zu Schüssler Salz-Kuren und viele wertvolle Informationen zu den Themen Allergien, Entschlackung, Gewichtskontrolle. Starten Sie mit viel Schwung und Energie in den Frühling! Die Kursunterlagen unterstützen Sie, das Gehörte im Alltag umzusetzen.

Leitung:	Brigitte Burkhalter Beraterin in Biochemie nach Dr. Schüssler (SPAK anerkannt)
Ort:	Wil, Schulhaus Landbühl, Schützenhausstrasse 16, Handarbeitszimmer
Datum:	Donnerstag, 23.01.2025
Zeit:	18:30 - 21:00
Kursgeld:	CHF 50.00
Materialkosten:	CHF 5.00 für Dossier



Nr. 03 Refresherkurs: Wiederbelebung und Einsetzen eines Defibrillators

Zu Hause, bei der Arbeit, in der Freizeit... Jederzeit kann jemand einen Herzinfarkt erleiden. In solchen Momenten ist es entscheidend, möglichst rasch zu alarmieren. Bis zum Eintreffen professioneller Hilfe können Sie aber bereits lebensrettende Sofortmassnahmen einleiten. Sind Sie für solche Notsituationen gerüstet? An diesem Abend haben Sie die Möglichkeit, die Beatmung und das Einsetzen eines Defibrillators zu üben. Im Notfall zählt jede Sekunde!

Leitung: Sybille Sigrist
Technische Kursleiterin
Samariterverein Rafz

Ort: Rafz, Schulhaus Schalmenacker,
Tannewäg 12, Singsaal

Datum: Freitag, 24.01.2025

Zeit: 19:00 - 21:00

Kursgeld: CHF 70.00



Nr. 04 Erwachsenen-Kind-Kurs: Fingerfood home made

Das Essbesteck macht Pause, denn was zubereitet wird, ist handlich und köstlich. Die feinen Häppchen werden aufgespiesst, zart umhüllt und fein verpackt. Das Zubereiten solcher snacks macht Spass und der Genuss für Gross und Klein ist garantiert.

Hinweis: Der Kurs eignet sich für 1 erwachsene Person und 1 Kind ab 7 Jahren.

Leitung: Gabriella Röhl-Heller

Ort: Rafz, Schulhaus Schalmenacker,
Tannewäg 12, Schulküche

Datum: Samstag, 01.02.2025

Zeit: 10:00 - 14:00

Kursgeld: CHF 120.00 pro Paar

Materialkosten: ca. CHF 25.00



Nr. 05 Erwachsenen-Kind-Kurs: Schnitzworkshop

Nach einer kurzen Erklärung der Gerätschaften legen wir los: Wir schnitzen, feilen, sägen und hämmern, bis die Werkzeuge glühen und nehmen am Schluss des 2. Kurstages unser eigenes Vogel-Futterhaus mit nach Hause. Wer keinen Garten zum Aufstellen hat, kann das Futterhaus auch aufhängen.

Hinweis: Dieser Kurs eignet sich für 1 erwachsene Person und ein Kind ab 10 Jahren.

Leitung: Thomas Maag
Schnitzer aus Leidenschaft

Ort: Bachenbülach, Zürichstrasse 33,
Holzwerkstatt "Schnitzebitz"

Datum: Samstag, 08./15.02.2025

Zeit: 13:00 - 17:00

Kursgeld: CHF 190.00 pro Paar

Materialkosten: CHF 40.00



Nr. 06 Dot Painting Workshop - Mandala Steine

Tauchen Sie ein in die Welt der Punkte und lassen Sie sich von dieser schönen, leicht erlernbaren und meditativen Kunst verzaubern. In diesem Dot Painting Workshop erfahren Sie alles über das Material und die Techniken der Punktmalerei und gestalten mit fachlicher Begleitung Ihren eigenen Mandala Stein.

Leitung: Maja Condamini
freischaffende Künstlerin

Ort: Wil, Schulhaus Landbühl,
Schützenhausstrasse 16,
Handarbeitszimmer

Datum: Samstag, 22.02.2025

Zeit: 08:45 - 17:00

Kursgeld: CHF 90.00

Materialkosten: CHF 20.00



Kochen & Backen & Geniessen

Nr. 07 Karibische Küche - Ein Hauch von Paradies

Die karibische Küche vereint Aromen und Zutaten aus afrikanischen, indischen, europäischen und indigenen Traditionen. Typische Zutaten sind Reis, schwarze Bohnen, Kochbananen, Süsskartoffeln, Maniok, Fisch und verschiedene Fleischsorten. Gewürze wie Chilis, Piment, Koriander und Ingwer sorgen für die charakteristische Würze. Der Kurs beinhaltet beliebte Rezepte wie Tostados, Fisch-Cake, Pasteles, Ceviche, Mofongo, Goat Curry, Picadillo a la Habanera, Jambalaya, Jerk Chicken, Vegi-Auberginenstew, Scotch Bonneto Pesto, Soffrito und ein leckeres Dessert. Zum Start geniessen wir einen erfrischenden Piña Colada.

Leitung: Peter Tanner
Cuisinier

Ort: Rafz, Schulhaus Schalmeneracker,
Tannewäg 12, Schulküche

Datum: Samstag, 15.03.2025
(Zusatzdatum bei Überbuchung:
Samstag, 29.03.2025)

Zeit: 14:00 – 19:00

Kursgeld: CHF 95.00

Materialkosten: ca. CHF 40.00



Nr. 08 Klassischer Cocktailkurs

In diesem Kurs lernen Sie, wie man mit einfachen Utensilien Cocktails zu Hause selber mischen kann und erfahren, mit welchen alkoholfreien oder veganen Alternativen klassische Cocktails zubereitet werden können.

Leitung: Sandra-Daniela Stucki
Gastronomiefachassistentin, Rösterin,
Barista

Ort: Wil, Schulhaus Landbüel,
Schützenhausstrasse 16, Schulküche

Datum: Freitag, 11.04.2025

Zeit: 18:30 - 21:00

Kursgeld: CHF 170.00

Materialkosten: sind im Kursgeld inbegriffen



Nr. 09 Brot backen 2

Der Duft nach frisch gebackenem Brot aus Hefeteig breitet sich aus und dem warmen Ofen entnehmen Sie ein Prachtexemplar mit knusprig röscher Kruste und saftiger, luftiger, aromatischer Krume. Nein, es ist nicht nur frisch aus dem Ofen ein Genuss sondern schmeckt auch noch nach Tagen wunderbar, dank der indirekten Teigführung mit Vorstufen. Vorteige, Brüh-, Quell- und Mehlkochstücke, die am Vortag zubereitet werden, führen uns auf dem Weg zum köstlichen Brot ans Ziel. Ein Kurs für alle, welche mit dem Brotbacken bereits ein wenig vertraut sind und ihr Wissen erweitern und das Können optimieren möchten.

Leitung: Gabriella Röhl-Heller
Hauswirtschaftslehrerin

Ort: Rafz, Schulhaus Schalmeneracker,
Tannewäg 12, Schulküche

Datum: - Freitag, 16.05.2025, 13:30 – 16:00
- Samstag, 17.05.2025, 09:00 – 15:00

Kursgeld: CHF 160.00

Materialkosten: CHF 25.00



Nr. 10 Tortengrundkurs

In unserem Torten-Grundkurs lernen Sie die Grundlagen der perfekten Torte kennen. Auf was sollte beim Kreieren einer Torte geachtet werden, damit sie optisch und geschmacklich zum Erlebnis wird? Wie gelingt eine perfekte Kante und wie dekoriere ich einfach und wirkungsvoll mit haushaltsüblichen Mitteln? Zusammen stellen wir pro Person 2 Torten her mit verschiedenen Füllungen und Techniken, um sie dann zu Hause mit den Liebsten zu geniessen. Natürlich erhalten Sie alle Rezepte vom Kurs und viele Tipps vom Profi, damit auch in Zukunft jede Torte zum Highlight wird.

Leitung: Daniele und Daniela Tatti
Konditor/Confiseur

Ort: Rafz, Schulhaus Schalmeneracker,
Tannewäg 12, Schulküche

Datum: Samstag, 24.05.2025

Zeit: 15:00 - 19:00

Kursgeld: CHF 120.00

Materialkosten: CHF 20.00



Werken & Gestalten

Nr. 11 Baby-Finkli filzen

Ob Oma oder Opa, Gotti oder Götti, Mami oder Papi - wir filzen kleine Babyfinkli aus Alpaca- oder Schafwolle, um unsere kleinsten Erdenbürger willkommen zu heissen. Die Finkli sind sehr warm und kuschelweich und übersüss. Wir filzen nass mit Seife und kreieren mit unseren Händen schöne kleine Fusswärmer.

Leitung: Sabine Götsch
Hobbyfilzerin

Ort: Rafz, Schulhaus
Schalmenacker, Tannewäg 12,
Handarbeitszimmer

Datum: Samstag, 15.02.2025

Zeit: 09:00 - 13:00

Kursgeld: CHF 45.00

Materialkosten: CHF 10.00



Nr. 12 Wir stricken "PetiteKnit"

Lust, wieder einmal zu stricken oder das Stricken mit neuen Techniken zu lernen? Sei es ein Schal, eine Mütze, ein toller Pulli..... Wir stricken gemeinsam durch den Abend und helfen, Ihr Projekt - welches Sie vor Kursbeginn bei uns aussuchen - umzusetzen. Dazu gibt es Tee, Kaffee oder ein Glas Wein.

Hinweis: Kurs a) eignet sich für ambitionierte Anfänger*innen und Kurs b) für Wiedereinsteiger*innen resp. solche, welche schon ein wenig oder auch mehr Strickerfahrungen haben.

Leitung: Christa und Moira Cotti
zwei leidenschaftliche Strickerinnen

Ort: Rafz, Vor Eiche 1, Ladenlokal Ull & Näl

Zeit: 18:30 - 21:00

Kurs a) Montag, 10./17./24./31.03.2025

Kurs b) Mittwoch, 12./19./26.03./02.04.2025

Kursgeld: CHF 210.00

Materialkosten: individuell je nach gewähltem Modell



Nr. 13 Frühlingsgefühle - gebundener Türschmuck

Wir holen den Frühling zu uns nach Hause! Mit saisonalen Naturmaterialien die sich zum Trocknen eignen, gestalten wir einen Türschmuck, der unsere Frühlingsgefühle an die Türe bringt.

Leitung: Mirjam Walser
Floristin EFZ

Ort: Rafz, Schulhaus
Schalmenacker, Tannewäg 12,
Werkraum C UG1-02

Datum: Mittwoch, 19.03.2025

Zeit: 19:00 - 21:00

Kursgeld: CHF 60.00

Materialkosten: ca. CHF 30.00



Nr. 14 Mandala Mal-Workshop

Mandala bedeutet «heiliger Kreis um den sich alles dreht». In diesem Kurs dreht sich alles um Sie! Tauchen Sie in diesem inspirierenden eintägigen Kurs in die Welt der Mandalas ein und gestalten Sie Ihr eigenes, einzigartiges Mandalabild. Auf einer 40x40 cm Leinwand erschaffen Sie mit Acrylfarbe ein Kunstwerk, das nicht nur schön anzusehen ist, sondern auch eine tief beruhigende Wirkung entfaltet. Das Malen von Mandalas ist eine Reise zu sich selbst. Es fördert Ihre innere Balance, schenkt Ihnen Momente der Achtsamkeit und wirkt ähnlich wohltuend wie Meditation. Erleben Sie einen Tag voller Kreativität, Entspannung und Freude.

Hinweis: Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Leitung: Nadja Sticchi
TCM Therapeutin

Ort: Rafz, Schulhaus Schalmenacker,
Tannewäg 12, Werkraum

Datum: Samstag, 22.03.2025

Zeit: 09:30 - 17:00 (inkl. Mittagspause)

Kursgeld: CHF 185.00

Materialkosten: CHF 35.00



Nr. 15 Gelliprint Bilder

Gelli Print, ist eine ganz unkomplizierte, neue Art des Druckens auf eine weiche Gelplatte. Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und spielen Sie mit Farben, Fotovorlagen (mitgebrachte Bilder), Schablonen, Stempel und Pflanzen und erfreuen Sie sich an faszinierenden Ergebnissen. Verwandeln Sie Ihr Lieblingsfoto in ein Kunstwerk. Man muss nicht malen oder zeichnen können; die Ideen kommen ganz von selbst.

Voraussetzung: Freude am Experimentieren, denn nicht jeder Druck wird auf Anhieb gut.

Leitung: Katja Fischer
Werk- und Zeichenlehrerin, Goldschmiedin
Ort: Rafz, Schulhaus Schalmacker, Tannewäg
12, Handarbeitszimmer / Werkraum
Datum: Samstag, 14.06.2025
Zeit: 09:00 - 17:00 (inkl. 1h Mittagspause)
Kursgeld: CHF 160.00



Nr. 16 Flip-Flops veredeln

In diesem Kurs gestalten wir Havaiana Flip-Flops ganz nach Ihrem Geschmack. Wir wenden verschiedene Techniken an und platzieren mit Seidenfäden Perlen und Strasssteine auf unseren Flip-Flops. So entstehen wunderschöne Unikate.

Hinweis: Es stehen Ihnen verschieden farbige Flip-Flops zur Verfügung.

Leitung: Sueli Kreuzwirth
Flip-Flop Künstlerin aus Leidenschaft
Ort: Wil, Schulhaus Landbüel,
Schützenhausstrasse 16,
Handarbeitszimmer
Datum: Samstag, 28.06.2025
Zeit: 09:00 – 13:00 (inkl. kurze Mittagspause)
Kursgeld: CHF 90.00
Materialkosten: ca. CHF 65.00, inkl. Flip-Flops



Sport & Fitness & Tanz

Nr. 17 Zumba® Gold

Zumba® Gold ist ein belebender, gemeinschaftsorientierter Fitness-Tanzkurs, der lebendig und vor allem mitreissend ist. Zumba® Gold bietet veränderte, gelenkschonende Schritte und ein angenehmes Tempo für ein gesundes Ausdauertraining.

Leitung: Manuela Kunz
Zumba Instruktorenin
Ort: Rafz, Schulhaus Götze, Rietgass 3,
Turnhalle
Datum/Zeit: jeden Donnerstag von 18:00 - 19:00,
(Einstieg jederzeit möglich)
Kursgeld: CHF 12.00 pro Stunde
Hinweis: Es können auch einzelne Stunden
besucht werden.



Nr. 18 Zumba® Fitness

Zumba® Fitness ist für alle geeignet! Die einfachen Choreographien, welche direkt mitgetanzt werden, die mitreissende Musik und ein guter Mix von Latinmusik und Weltrhythmen lassen die Teilnehmer das intensive Tanzworkout nicht merken. Man(n) schwitzt mit Spass und verbessert seine Ausdauer, die Balance und Flexibilität und verlässt die Lektion mit einem guten Gefühl. Für Zumba® Fitness braucht es keine Vorkenntnisse!

Leitung: Manuela Kunz
Zumba Instruktorenin
Ort: Rafz, Schulhaus Götze, Rietgass 3, Turnhalle
Datum/Zeit: jeden Donnerstag von 19:00 - 20:00
(Einstieg jederzeit möglich)
Kursgeld: CHF 12.00 pro Stunde
Hinweis: Es können auch einzelne Stunden
besucht werden.



Nr. 19 Tanzen hält fit – Tanz doch mit! 60+

Tanzen – so gesund wie Sport? Eindeutig ja! Spass steht beim Tanzen im Vordergrund. Unter fachkundiger Leitung werden internationale Volkstänze mit viel Spass vermittelt und gemeinsam getanzt. Das hält fit und schenkt ganz viel Lebensfreude. Das Angebot richtet sich an alle „Junggebliebenen“ 60+.

Hinweis: Für diesen Kurs ist kein Tanzpartner erforderlich.

Leitung: Sonja Kahnwald
Gymnastiklehrerin
Ort: Hüntwangen, Ref. Kirchgemeindehaus, vorderer Kirchweg 10,
Kirchgemeindesaal
Datum: Dienstag, 11./18./25.03., 01./08./15.04.2025
Zeit: 10:00 - 11:30
Kursgeld: CHF 100.00

Nr. 20 Workout für den ganzen Körper

Was zeichnet einen gesunden und fiten Körper aus? Stark wie ein Tiger - geschmeidig und beweglich wie eine Katze - ausdauernd wie ein Pferd. All diese Punkte sind Kernelemente unserer Trainingsstunde und wir arbeiten oft "nur" mit unserem eigenen Körpergewicht.

Hinweis: Falls das Wetter es zulässt, wird das Training nach draussen verlegt.

Leitung: Martina Ott
Physiotherapeutin, Sportphysiotherapeutin
Ort: Hüntwangen, Mehrzweckgebäude, Wolfhagstrasse, Turnhalle
Datum: Donnerstag, 13./20./27.03., 03./10.04., 08./15./22.05.,
05./12./19./26.06., 03.07.2025
Zeit: 19:10 - 20:10
Kursgeld: CHF 12.00 pro Stunde
Hinweis: Es können auch einzelne
Stunden besucht werden.



Gesundheit & Bewegung

Nr. 21 Gesunder Apéro riche

Seit Ende 2024 erhält die Schweizer Lebensmittelpyramide ein neues Gesicht. In diesem Kurs haben Sie die Gelegenheit, mehr über die neuen Ernährungsempfehlungen zu erfahren. Nach einem kurzen Theorieteil werden wir einen gesunden und leckeren Apéro riche zubereiten und essen.

Hinweis: Die Teilnehmer/-innen erhalten neben den Rezepten auch die Unterlagen zur neuen Lebensmittelpyramide.

Leitung: Claudine Berberat Jeanneret
Dipl. Ernährungsberaterin
Ort: Rafz, Schulhaus Schalmenacker,
Tannewäg 12, Schulküche
Datum: Montag, 17.02.2025
Zeit: 19:00 - 22:00
Kursgeld: CHF 40.00
Materialkosten: CHF 20.00



Nr. 22 Yin Yoga

Entspannt unter der Woche mit Yin Yoga. Yin Yoga ist achtsames Loslassen mit entspannten, kalten Muskeln und Erspüren des Zielgebietes in einer bestimmten Stellung (Asana). Die Haltungen werden mit Hilfsmitteln länger eingenommen und wirken somit auf das tiefer liegende Bindegewebe (Faszien), Bänder, Gelenke und Knochen. Der achtsame Umgang mit dem Körper erlaubt es, wachsam für das eigene Befinden und die Signale des Körpers zu werden. Das trägt zur Gesundhaltung des ganzen Körpers bei.

Leitung: Jeannette Enzner
Yoga-, Yin-Yogalehrerin
Ort: Rafz, kath. Kirche, Badener
Landstrasse 12, grosser Saal
Zeit: 17:30 - 18:45
Kurs a) Dienstag, 25.02., 11./18.03., 01./08./15.04.2025
Kurs b) Dienstag, 06./13./20.05., 03./10./24.06., 01./08.07.2025
Kurs c) Dienstag, 15./22.07., 09./16./23./30.09.2025
Kursgeld: CHF 25.00 pro Abend



Nr. 23 Yoga für mich

Erfahren Sie, wie gezielte, achtsame Yogaübungen Ihre Muskeln und Organe stärken, Koordination und Fitness entwickeln, Freude und Lebenslust fördern. Lernen Sie vermehrt auf Ihren Atem und Ihre innere Stimme zu hören. Fließende Sequenzen und statisches Innehalten in den Übungen wechseln sich harmonisch ab. Sie fühlen sich nach einer Yoga Stunde ruhig und doch aufgeladen mit Energie, sodass Ihr Körper und Ihr Geist sich leicht und stabil anfühlen können.

Leitung:	JeannetteENZner Yoga-, Yin-Yogalehrerin
Ort:	Rafz, kath. Kirche, Badener Landstrasse 12, grosser Saal
Zeit:	20:00 - 21:15
Kurs a)	Donnerstag, 27.02., 13./20./27.03., 03./10.04.2025
Kurs b)	Donnerstag, 08./15./22.05., 05./12./26.06., 03./10.07.2025
Kurs c)	Donnerstag, 17./24.07., 11./18./25.09.2025
Kursgeld:	CHF 25.00 pro Abend

Nr. 24 h-EYE Performance - das Augentraining für die Erhaltung und Steigerung Ihrer Leistungsfähigkeit im Alltag und im Sport

Wir alle wissen, dass sich Bewegungsmangel negativ auf unseren Körper auswirkt. Muskuläre Dysbalancen, Verminderung des Stoffwechsels uvm. führen zu erhöhten Spannungszuständen in Körper, Geist und Seele und erzeugen Schmerzen und etliche Krankheiten. Spannungszustände wirken sich auch auf unsere Augen, auf unsere Konzentrationsspanne, auf unsere Gelenke und auf unsere Leistung aus. In diesem Kurs wird Ihnen das Wissen der Augen-Anatomie und ihre Funktion vermittelt. Ihnen werden die wichtigsten Übungen des Augen-Trainings und der Augen-Gesundheitspflege gezeigt, welche Sie zu Hause wiederholen und vertiefen können.

Leitung:	Sonja Hladnik dipl. Fitnesstrainerin, dipl. Augentherapeutin
Ort:	Rafz, Gemeindehaus, Dorfstrasse 7, Gemeindesaal
Datum:	Freitag, 14./21./28.03.2025
Zeit:	15:00 - 17:00
Kursgeld:	CHF 130.00
Materialkosten:	CHF 29.00



Wissen

Nr. 25 Jassen lernen mit dem Jasstrainer

Möchten Sie Jassen lernen oder Ihre Kenntnisse auffrischen? Lernen Sie den Schweizer Nationalsport Nummer 1 auf spielerische Art kennen. Ein erfahrener Instruktor (Spielleiter von Jassturnieren) führt durch den interaktiv angelegten Kurs. Kurze theoretische Inputs wechseln sich ab mit ausgedehntem praktischem Spielen mit den Unterlagen des Kuk-Verlag

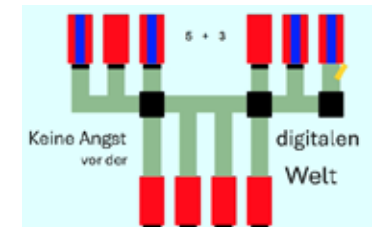
Leitung:	Florian Andreolla System Engineer, Spielleiter von Jassturnieren
Ort:	Rafz, Schulhaus Schalmacker, Tannewäg 12, Handarbeitszimmer C UG1-01
Datum:	Donnerstag, 13./20./27.03., 03./10.04.2025
Zeit:	19:00 - 20:30
Kursgeld:	CHF 225.00
Materialkosten:	CHF 20.00 für Jasskartensets, Kopien des Lernstoffs



Nr. 26 Keine Angst vor der digitalen Welt

Die Teilnehmer/-innen schicken vor dem Kurs eigene Fragen/Probleme direkt an den Kursleiter. Diese werden während des Kurses gemeinsam besprochen und Lösungsvorschläge vorgelegt. Was wissen Sie über Google, Wikipedia etc.? Welche Apps nutzen Sie im Alltag? Welche Gefahren lauern auf die User? KI (Künstliche Intelligenz): Was ist das und wie funktioniert es? Sie erhalten wertvolle Tipps und erfahren einiges über die digitale Welt.

Leitung:	Toni Saller 30 Jahre Informatik / lic. Phil. I
Ort:	Rafz, Schulhaus Schalmacker, Tannewäg 12, neuer Singsaal
Datum:	Freitag, 14./21./28.03, 04./11.04.2025
Zeit:	18.30 - 20:00
Kursgeld:	CHF 110.00



Nr. 27 Mantrailing Schnupperkurs

Mantrailing ist die Suche nach vermissten Personen anhand ihres individuellen Geruchs. Dabei folgt der Hund der Geruchsspur und nutzt seinen hochentwickelten Geruchssinn. Dieser spannende Hundesport lastet Ihren Hund auf natürliche und ganzheitliche Weise aus, da er nicht nur körperlich, sondern auch mental gefordert wird. In diesem Kurs erfahren Sie, wie der Trainingsprozess gestaltet wird, um langfristig Erfolge zu erzielen. Gemeinsam mit Ihrem Hund führen Sie erste praktische Übungen durch, um ein Gefühl für die Arbeit als Team zu bekommen. Lassen Sie sich begeistern von der faszinierenden Welt des Mantrailings und entdecken Sie das Potenzial Ihres Hundes!

Leitung: Katharina Brunelli
SKG Hundetrainer Mantrail-Instruktorin HTZZ Zert.für
obligatorische Hundekurse des vet.Amt Zürich

Treffpunkt: Rafz, Hauenstein Garten-
center, Imstlerwäg 2,
Parkplatz

Datum: Sonntag, 23.03.2025

Zeit: 13:00 - 16.30

Kursgeld: CHF 90.00



Nr. 28 Opernguide: Ein Wegweiser durch die Welt der Musikdramen

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der Musikdramen! Dieser Kurs bietet eine umfassende Einführung in die Geschichte der Oper von ihren Anfängen bis zu den modernen Entwicklungen wie Operette und Musical. Ideal für Musikinteressierte ohne Vorkenntnisse in der Opernwelt, entwickeln Sie in diesem Kurs ein Verständnis der Operngeschichte, lernen wichtige Opernepochen und ihre charakteristischen Merkmale und Komponisten kennen. Durch viele ausgewählte Musikbeispiele wird dieser Kurs auch zum Hörgenuss!

Leitung: Christian Gautschi
Master of Arts in Music, Master of Arts in Musikpädagogik

Ort: Rafz, Schulhaus Schalmernacker,
Tannewäg 12, Singsaal

Datum: Samstag, 05.04.2025

Zeit: 09:00 - 13:00

Kursgeld: CHF 90.00

Materialkosten: CHF 5.00 für Kopien



Nr. 29 Liegenschaften in der Nachlassplanung

Das Vererben von Liegenschaften beinhaltet im Rahmen von Nachfolgeregelungen und Nachlassabwicklungen viel Zündstoff. Damit keine Überraschungen im Ernstfall eintreffen, hilft es, sich frühzeitig mit diesem Thema auseinanderzusetzen: Wie sichere ich meinen (Ehe-)Partner ab, damit er möglichst lange im Haus leben kann? Welche Möglichkeiten stehen mir offen, mein Haus an die Nachkommen zu übertragen? Welche erbrechtlichen und steuerlichen Folgen sind damit verbunden?

Leitung: Kezia Baader
Dr. iur. LL.M.

Ort: Rafz, Gemeindehaus, Dorfstrasse 7, Gemeindesaal

Datum: Mittwoch, 14.05.2025

Zeit: 19:00 - 20:30

Kursgeld: CHF 50.00

Nr. 30 Brandverhütung und Feuerlöschkurs

Wir vermitteln die Grundlagen der Brandverhütung im privaten Umfeld sowie der sichere Umgang mit Feuerlöschgeräten (Löschdecken und Handfeuerlöcher) und bieten einen Einblick in die Feuerwehr Rafz-Wil.

Leitung: Fritz Hoch
Kommandant Feuerwehr Rafz-Wil

Ort: Rafz, Tannewäg 2, Feuerwehrdepot Rafz-Wil

Datum: Freitag, 23.05.2025
(Zusatzdatum bei Überbuchung: Freitag, 06.06.2025)

Zeit: 19:00 - 21:30

Kursgeld: CHF 20.00

Nr. 31 Orchideenwanderung am Randen

Zusammen wandern wir gemütlich und betrachten die vielfältigen Gesichtchen der heimischen Orchideen. Nicht nur die Namen der einzelnen Orchideen werden Preis gegeben sondern auch, warum sie genau diesen Standort so lieben und zahlreich gedeihen.

Leitung: Manuela Sturzenegger
Eidg. Dipl. Wanderleiterin

Treffpunkt: Merishausen, Kirchgasse 7, Parkplatz bei der Kirche

Datum: Dienstag, 27.05.2025

Zeit: 14:00 - 16:00

Kursgeld: CHF 50.00



Erwachsenen-Kind-Kurs

Nr. 32 Einführung in den Billardsport

In diesem Kurs werden euch die Regeln des Billardspieles erklärt und gezeigt, wie man mit verschiedenen Techniken die Kugeln "einloch"t. Der richtige Umgang mit dem Cue sowie Hilfstechiken, wie ihr die Kugeln anzielen müsst, werden ebenfalls vermittelt. Gehört ihr zu den fortgeschrittenen Spieler/-innen? Dann erfahrt ihr mehr über die Möglichkeiten der Spielballkontrolle.

Hinweis: Dieser Kurs eignet sich für eine erwachsene Person und 1 Kind ab der 3. Klasse.

Leitung: Alex Rüttimann
Spielleiter des Billardclubs Schaffhausen

Ort: Schaffhausen, Ebnatring 27, Billiardclub

Datum: Samstag, 16.08.2025

Zeit: 09:30 - 12:30

Kursgeld: - CHF 120.00 (1 erw. Person + 1 Kind)
- CHF 100.00 (1 erw. Person)

Allgemeine Kursbedingungen

Ihre **Anmeldung** nehmen wir gerne online entgegen:
<https://www.schule-rafz.ch/kursanmeldungerwachsene>.

Die Anmeldungen sind **verbindlich** und werden nach Ablauf der Anmeldefrist schriftlich, via E-Mail bestätigt. Die Aufnahme erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldungen.

Ihre Anmeldedaten werden elektronisch verarbeitet und gespeichert.

Ihre **Anmeldung via E-Mail** gilt erst als angenommen, wenn Sie die Rückmeldung "Eingang bestätigt" erhalten haben.

Falls Sie einen Kinderhütendienst in Anspruch nehmen möchten, bitten wir Sie, bei der Onlineanmeldung im Feld Bemerkungen einen entsprechenden Hinweis zu erfassen. Wir werden dann mit Ihnen Kontakt aufnehmen.

Sie erhalten zusammen mit der Kursbestätigung eine Teilnehmerliste. Bitte beachten Sie, dass die Kursbestätigungen resp. –absagen so rasch als möglich, jedoch **spätestens zwei Wochen vor Kursbeginn**, via E-Mail verschickt werden.

Abmeldung/Annulation

Bei Abmeldung/Annulation bis 2 Wochen vor Kursbeginn wird ein Unkostenbeitrag von mindestens 50% des Kursgeldes verrechnet, falls Sie keine/n Ersatzteilnehmer/-in stellen können. Bei späterer Abmeldung wird das Kursgeld vollumfänglich in Rechnung gestellt, resp. kann nicht zurückerstattet werden.

Bei Vorlage eines Arztzeugnisses werden die Kurskosten unter Abzug einer Bearbeitungsgebühr von CHF 50.00 zurückerstattet. Bei Absenzen werden keine Kostenreduktionen gewährt. Das Nichtbezahlen des Kursgeldes gilt nicht als Abmeldung. Die Gebühr wird auch dann erhoben, wenn das Kursgeld noch nicht bezahlt ist. Kostet der Kurs weniger als CHF 50.00, wird nur das Kursgeld in Rechnung gestellt.

Kursgeld

Das Kursgeld ist nach Erhalt der Rechnung innert 30 Tagen mit dem beiliegenden Einzahlungsschein zu bezahlen. Vermeiden Sie nach Möglichkeit Bareinzahlungen am Postschalter.

Versicherung

Im Kursangebot sind keine Versicherungen eingeschlossen. Der Abschluss von Versicherungen ist Sache der Kursteilnehmer.

Durchführung der Kurse

Die Kurse und Vorträge können nur bei genügender Teilnehmerzahl durchgeführt werden. Eine allfällige Absage erfolgt spätestens zwei Wochen vor Kursbeginn. Sie werden in diesem Fall per E-Mail informiert.

Anerkennung der Allgemeinen Kursbedingungen

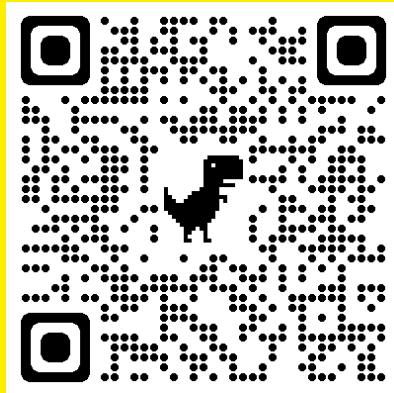
Mit der Kursanmeldung anerkennen Sie die Allgemeinen Kursbedingungen der Erwachsenenbildung Schulen Rafz und Unteres Rafzerfeld.

Ihre **Anmeldung** nehmen wir gerne **laufend** entgegen:

online auf www.schule-rafz.ch/kursanmeldungerwachsene
oder per Mail an erwachsenenbildung@rafz.ch
oder telefonisch unter 044 879 77 65, Susi Bächli

Das aktuelle Kursprogramm und laufend neue Angebote, sowie Details und Bilder zu den laufenden Kursen finden Sie auf der Homepage der Schule Rafz.

Reinschauen lohnt sich!



Erwachsenenbildungsteam Schulen Rafz und Unteres Rafzerfeld

Sandra Müller, Margot Lützerath, Bettina Marti, Ursula Leutwiler, Susi Bächli

Erwachsenenbildung Schulen Rafz und Unteres Rafzerfeld
Schulverwaltung, Dorfstrasse 7, Postfach 113, 8197 Rafz
Tel. 044 879 77 65 – E-Mail: erwachsenenbildung@rafz.ch