VHS+
VOLKSHOCHSCHULE
REGION ZOFINGEN

22
23

Vielseitig.
Hervorragend.
Sensationell.

ZOFINGER
TAGBLATT

Regional und informativ!

Zofinger Tagblatt lesen – mehr wissen.

Jetzt abonnieren unter Tel. 062 745 94 45
oder E-Mail: abo@zofingertagblatt.ch

Zofinger Tagblatt | Ein Produkt der ZT Medien AG

LESEREI
BUCHHANDLUNG

Verrücktes und Unbekanntes,
Normales und Spannendes…
…aus Kuh-, Schaf-, Geiss- und
Büffelmilch.
Ausgereift im eigenen Felsenkeller.

Sowie weitere natürliche
Spezialitäten.

Chäs-Lädeli

Bruno Roth
Marktgasse 8 | 4800 Zofingen
Telefon 062 752 15 51

Bewegt unterwegs

Klimaveränderung, Pandemie und Krieg verunsichern und fordern, dass wir unsere Haltungen und Werte weiterentwickeln. In Krisenzeiten sind wir besonders darauf angewiesen, uns neuem Wissen zu öffnen, Ängste zu überwinden und unser Leben bewusst zu gestalten. Deshalb stellen wir in der Volkshochschule Region Zofingen grundsätzliche Fragen: Welche Konsequenzen hat die Klimavereinbarung von Glasgow für die Schweiz, welche Ziele verfolgt die Uno für eine nachhaltige Entwicklung? Wir erläutern die wichtigsten Denkschulen Chinas, um besser zu verstehen, wie diese Weltmacht funktioniert. Mit Urs Hofmann, Ex-Regierungsrat, lernen wir politische Erkenntnisse eines Zeitzeugen aus erster Hand kennen.

Sauberes Wasser ist unsere Lebensgrundlage. Wir starten deshalb dieses Jahr mit einem mehrteiligen Zyklus zum Thema Wasser. Oder Sie erhalten während einer Exkursion Einblick in die Produktion von Heilkräutern und Wildblumen und wie diese weiterverarbeitet werden.

Lokal beschäftigen wir uns mit besonderen Zofinger Geschichte(n), mit der Produktion von Zofinger Wein, mit der Kunstsammlung eines Zofinger Mäzens, mit der Zofinger Denkmalpflege und der Zofinger Schokoladeproduktion des Weltkonditors.

Erstmals führen wir mit dem Kulturhaus West eine gemeinsame Musik-Veranstaltung durch: «Aus meinem Leben» - Musik mit autobiographischen Zügen. Auch unsere Schreibwerkstatt beschäftigt sich mit den eigenen Spuren.

Kreativ betätigen können Sie sich beim Weidenflechten, Velo flicken, Jodeln oder Malen – tauchen Sie ein in unser vielseitiges neues Programm und melden Sie sich auf unserer neuen Website gleich an. Wir freuen uns, dieses Jahr wieder alle geplanten Veranstaltungen durchführen zu können, hoffentlich ohne Einschränkungen. Als Mitglied der VHS Region Zofingen besuchen Sie alle Anlässe günstiger.

«Das Leben ist wie ein Fahrrad zu fahren. Um die Balance zu halten, musst du in Bewegung bleiben». Albert Einstein

Bleiben Sie dran, besuchen Sie unsere Anlässe, wir freuen uns!

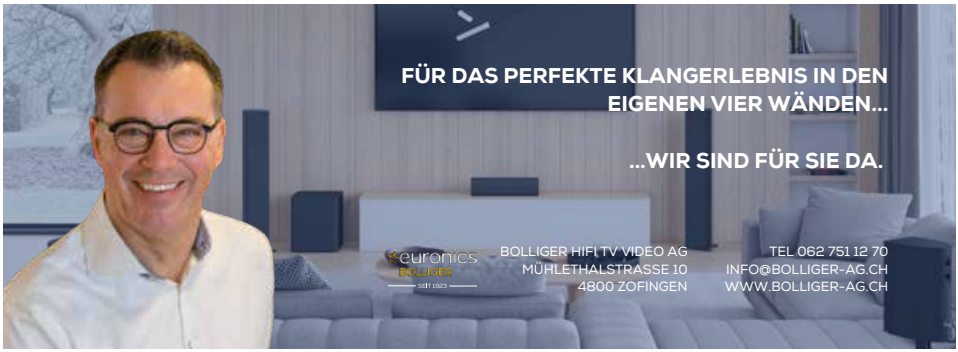
Brigitte Koch
Präsidentin VHS Region Zofingen

Wenn auf Wertschöpfung
und Wertschätzung geachtet wird, bin ich
am richtigen Ort.

Aargauische Kantonalbank
Lindenplatz 18, 4800 Zofingen, Telefon 062 745 81 11, www.akb.ch

Am richtigen Ort.ch

Aargauische Kantonalbank



LANDGASTHOF
Ochsen
ROGGLISWIL

Gasthof Ochsen
Dorfstrasse 35
6265 Roggliswil
10 Minuten ab Zofingen
www.ochsen-roggliswil.ch

Wir sind einfach und bodenständig...
...darum wollen wir nichts Neues erfinden, keine Erlebnisgastronomie veranstalten.
Unser Ziel ist es, Sie in einem gepflegten, gemütlichen Rahmen mit unseren Spezialitäten zu verwöhnen. Wir freuen uns auf SIE!

DROGERIE
UNTERSTADT
Natürlich – gut beraten

Monika Sager
Vordere Hauptgasse 32
4800 Zofingen
Telefon 062 751 12 33
Telefax 062 751 12 96
www.drogerie-unterstadt.ch

MYUPDATE.CH
computer - electronic
SHOP

PC/Handy-Support Reparaturen

Fegergasse 31 4800 Zofingen Tel. 079 824 50 82

Impressum

Herausgeber:
Volkshochschule Region Zofingen
Auflage: 3000 Exemplare
Redaktion: Brigitte Koch
Gestaltung: Thueler Grafikdesign
Titelbild: Martin Fischer
Druck: ZTprint

Allgemeine Informationen

Anmeldung: Sie können sich bequem unter www.vhs-zofingen.ch anmelden. Angemeldete Personen erhalten vor der Veranstaltung per E-Mail eine definitive Durchführungsbestätigung mit der Rechnung. Anmeldungen werden nach Eingang gebucht. Veranstaltungen können nur bei genügender Teilnehmerzahl durchgeführt werden. Jugendliche und Studenten mit Ausweis erhalten eine Vergünstigung.

Abmeldung: Bei Abmeldung nach der definitiven Bestätigung durch die VHS werden 50% der Veranstaltungsgebühren zur Zahlung fällig. Erfolgt die Abmeldung erst drei Tage vor Beginn oder während des Anlasses, werden die gesamten Kosten verrechnet.

Versicherung: Das Versichern gegen Unfälle und Sachverluste ist Sache der Teilnehmer. Die VHS Region Zofingen übernimmt keine Haftung.

Kontakt: www.vhs-zofingen.ch
info@vhs-zofingen.ch
Volkshochschule Region Zofingen,
4800 Zofingen
Postcheck 46-4387-8
IBAN: CH06 0900 0000 4600 4387 8
In dringenden Fällen Telefon 079 761 24 42.
Die Geschäftsbedingungen der VHS Aargau finden Sie auf unserer Website.

Vorstand und Programmkommission:
Brigitte Koch, Präsidentin
Hans Schüpbach, Vizepräsident
Ruth Jost, Kassierin
Margreth Ehrismann
Domenica Giannelli

Die Mitgliedschaft beim Verein VHS Region Zofingen lohnt sich. Jahresbeiträge:

Einzelmitglied	Fr. 30.–
Paarmitglieder	Fr. 45.–
Gönner ab	Fr. 100.–

Wir sind ein Verein mit aktuell rund 110 Mitgliedern. Sie ermöglichen uns mit Ihrer Mitgliedschaft, ein vielfältiges Programm zusammenzustellen. Nebst dem aktuellen Programm erhalten Sie mit dem Newsletter die neusten Informationen und profitieren bei jeder Veranstaltung von einer Preisvergünstigung von Fr. 5.–.
Wie können Sie Mitglied werden? Füllen Sie den Talon auf der hintersten Seite aus oder schreiben Sie uns eine E-Mail.

61. Mitgliederversammlung
Montag, 24. Oktober 2022, 19.30 Uhr im Restaurant Schützenstube, 4800 Zofingen. Zur MV und dem anschliessendem Apéro sind alle Mitglieder herzlich eingeladen.

Wir sind Verbandsmitglied bei den Aargauischen und Schweizerischen Volkshochschulen.

Qualitätslabel vhs+: Mit dem Qualitätslabel vhs+ bestätigt uns der Verband der Schweizerischen Volkshochschulen, dass wir dessen Qualitätskriterien erfüllen.

Herzlichen Dank für die Unterstützung 2022 dem Departement Bildung, Kultur und Sport des Kantons Aargau und all den treuen Unternehmerinnen und Unternehmern, welche die Volkshochschule Region Zofingen als wichtige Kultur- und Bildungseinrichtung immer wieder mit einem Inserat unterstützen.

Das Leben schreibt die schönsten Geschichten. Wir begleiten Sie dabei.

Raphael Arn, Generalagent

Generalagentur Zofingen
Raphael Arn

mobiliar.ch

Untere Grabenstrasse 16
4800 Zofingen
T 062 746 90 00
zofingen@mobiliar.ch

die Mobiliar

144.403

TRUDY ARNI
LIFESTYLE IM ALTER

Gerne zeige ich dir, wie du mit 5–10 Std./Woche deine Altersvorsorge aufstocken kannst.

Seit über 14 Jahren erfolgreich tätig und dabei vielen Menschen mit professionellem Network-marketing zu mehr Einkommen verholfen.

Nimm jetzt Kontakt auf mit mir ➔ ➔ ➔ ➔ ➔ ➔

Vielseitiger als man denkt.

Wir haben «fast» alles.

marco steffen
ZENTRUM FÜR TECHNISCHE ORTHOPÄDIE

création BAER AG
Schreinerei und mehr

Zofingerstasse 8
4805 Brittnau
baer-ag.ch

portanatura
biopartner
Ihre Bio-Oase in der Altstadt von Zofingen

andré bolliger
hair works

Programmübersicht

2022	Titel	Nr.
11.9.	Denkmalpflege in der Zofinger Altstadt	1
14.9.	Spanien, mehr als ein touristisches Land	2
27.9.	Uno-Agenda 2030 – 17 Ziele für eine nachhaltige Entwicklung	3
19.10.	Dialogische Führung durch die Kunstausstellung	4
20.10.	Wege zur klimafreundlichen Schweiz	5
25.10.	Natur- und Landschaft-Sujets malen II	6
27.10.	Mehr Achtsamkeit im Alltag – vom überfüllten zum erfüllten Leben	7
28.10.	Träum ruhig weiter – Träume, Zeichen einer heilenden Kraft	8
28.10.	Nahrungssicherheit und Neutralität damals und heute?	9
2.11.	Korruptionsprävention und -bekämpfung in der Schweiz	10
17.11.	Faszination Schmetterlinge	11
21.11.	Auf meinen Spuren - kreative, autobiografische Schreibwerkstatt	12
22.11.	Glasgow und die Konsequenzen für die Schweiz	13
1.12.	USA heute – Fakten und Meinungen	14
7.12.	«Wenn Sie kein Feigling sind, Herr Pfarrer»	15

2023	Titel	Nr.
11.1.	Zu Gotthelfs Zeiten! Wirklichkeit und Klischees	16
14.2.	Das Gehirn denkt – der Darm lenkt	17
23.2.	China – Art des Regierens – die wichtigsten Denkschulen Chinas	18
7.3.	Schokolade... nicht die Bohne?!	19
16.3.	Jodelworkshop – eine zeitlose und vielseitige Ausdrucksform	20
18.3.	Weidenflechten – Objekte für Haus und Garten	21
22.3.	Die Zeiten ändern sich – oder doch nicht?	22
25.3.	Aus meinem Leben – Musik mit autobiografischen Zügen	23
1.4.	Veloflick-Workshop	24
5.4.	Zofinger Geschichte(n) – eine besondere Altstadt-Führung	25
3.5.	Wasser in der Schweiz und im Wiggertal	26
12.5.	Zofinger Wein	27
17.5.	Wasserkraft: Hoffnungsträger oder Feindbild?	28
9.6.	Heilkräuter und Wildblumen – Saatgut, Anbau, Ernte	29
15.6.	Die Welt von Ricola	30

RAIFFEISEN

Raiffeisenbank Region Zofingen

100 JAHRE

Landi ZOFINGEN

erhard keller ag
elektrotechnische unternehmung

strom • licht • kommunikation • smart home
... sicher von **erhard keller ag**

Untere Brühlstrasse 34 | CH-4800 Zofingen
Tel. 062 745 80 00 | elektro@kellerag.ch | **www.kellerag.ch**

Testen Sie **jederzeit** unverbindlich und kostenlos die neuesten Hörgerätemodelle.

Wir nehmen uns die Zeit, die Sie benötigen.

Hörzentrum Schweiz Zofingen
Luzernerstrasse 4, 4800 Zofingen
062 752 11 66 | www.hzs.ch|zofingen@hzs.ch

HÖRZENTRUM SCHWEIZ ZOFINGEN
Ihrem Gehör zu Liebe.

Wissen verschenken?

Genau das können Sie bei der VHS Region Zofingen – eine sinnvolle Geschenkidee. Melden Sie uns per E-Mail, wem Sie eine Mitgliedschaft oder den Besuch eines Anlasses schenken möchten. Gerne senden wir Ihnen oder der beschenkten Person den Gutschein.

UELI FRAUCHIGER DESIGN.
INNENARCHITEKTUR

THUELER GRAFIKDESIGN
BRAND | PRINT | DIGITAL

BÄR HAUSTECHNIK AG
Sanitär Heizung

Aarburg Olten baerhaustechnik.ch

01

Denkmalpflege in der Zofinger Altstadt

Bemerkenswertes und Merkwürdiges

Zofingen als eine der 13 mittelalterlichen Altstädte des Kantons Aargau besitzt ein Ortsbild von nationaler Bedeutung. Völlig zurecht! Und anders als die 12 anderen Orte (können Sie die übrigen Städte aufzählen? Auflösung am Schluss!) ist der «Altstadtkörper» von Zofingen innerhalb der ehemaligen Stadtbefestigung bis heute sehr gut ablesbar, gerahmt von den Grabengärten und umrundet durch die Untere Grabenstrasse und die General-Guisan-Strasse. Nicht alle Häuser in der Altstadt stehen unter kantonalem Schutz – doch besitzt die Altstadt von Zofingen eine beachtliche Anzahl von kantonalen Denkmalschutzobjekten: grosse und kleine Häuser, Brunnen, Türme, eine Kirche, Stadtmauerreste und weiteres mehr. Einige dieser Gebäude, deren Geschichte und Restaurierung werden an einem Rundgang anlässlich der Europäischen Tage des Denkmals vom Kantonalen Denkmalpfleger Reto Nussbaumer erläutert.

(Die übrigen 12 Aargauer Altstädte: Aarau, Aarburg, Baden, Bad Zurzach, Bremgarten, Brugg, Kaiserstuhl, Klingnau, Laufenburg, Lenzburg, Mellingen und Rheinfelden)

Reto Nussbaumer, lic. phil. I / MAS ETH studierte Kunst- und Architekturgeschichte, Germanistik und Filmwissenschaft an der Universität Zürich. Nach langjähriger selbstständiger Tätigkeit und abgeschlossenem MAS Denkmalpflege an der ETH Zürich begann 2006 seine Anstellung bei der Kantonalen Denkmalpflege Aargau. Seit 2007 als stellvertretender Denkmalpfleger, ab 2011 als Leiter der Fachstelle. Er unterrichtet zudem an der Berner Fachhochschule in Burgdorf die Module Praktische Denkmalpflege I + II im MAS, Denkmalpflege und Umnutzung.

Sonntag, 11. September 2022
16 – 17.30 Uhr
Markthalle (Besammlung)
Marktgasse, 4800 Zofingen
Fr. 15.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 10.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

Foto: Zofingen in den 1970er Jahren @zVg

02

Spanien, mehr als ein touristisches Land

Das Land der Literaturtage 2022

Vor vielen Jahren wurden Reisen nach Spanien zum Megahype. Dieser ist nun allmählich vorbei und endlich kann man wieder über das Land sprechen, ohne dadurch als Mainstreamist abgestempelt zu werden. An vielen Haupttourismusdestinationen wurde es sogar selbst den Einheimischen zu bunt. Nun fokussieren sich Städte wie Barcelona auf kulturinteressierte Kundschaft und weniger auf die Barceloneta- und Ballermannverehrenden. Und dies zurecht: Spanien bietet viel mehr als nur tolle Sandstrände, Tapas und Vivalavida. Es ist ein Land, das von Süden bis Norden, von Osten bis Westen mit seiner Diversität begeistert und es ist genau diese Diversität, die im Vortrag von Jonas Lingg in Erscheinung tritt. Dieser Anlass wird zusammen mit den Literaturtagen Zofingen durchgeführt.

Mittwoch, 14. September 2022
19.30 – 21.30 Uhr
Dachraum Stadtbibliothek Zofingen
Hintere Hauptgasse 20, 4800 Zofingen
Fr. 20.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 15.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

Jonas Lingg ist 1989 in Barcelona geboren und als Teenager zog es ihn wieder nach Spanien, nachdem er lange im Bündnerland und in São Paulo lebte. Ein Zwischenjahr in Madrid gleiste die sprachliche Kompetenz für einen Spanischmaster an der Uni Bern auf, während welchem er nicht nur ein weiteres halbes Jahr in Spanien verbrachte (Córdoba), sondern auch seine spanische Ehefrau kennenlernte. So bleiben Kultur und Sprache weiterhin stark präsent in seinem Leben.

In Zusammenarbeit mit:

LITERATURTAGE ZOFINGEN

STADT ZOFINGEN STADTBIBLIOTHEK

03

UNO-Agenda 2030
17 Ziele für eine nachhaltige Entwicklung

Die im Rahmen der UNO getroffenen Abkommen stellen für die weltweiten Nachhaltigkeitsprozesse den übergeordneten Rahmen dar. 2015 haben die Staats- und Regierungschefs aller Mitgliedstaaten einstimmig die Resolution «Transformation unserer Welt: die Agenda 2030 für nachhaltige Entwicklung» verabschiedet. Die Schweiz setzt sich für die Umsetzung der Agenda 2030 sowohl auf nationaler als auch auf internationaler Ebene ein.
Die Volkshochschule nimmt in ihrem Programm oft Themen auf, die wichtige Einzelaspekte der nachhaltigen Entwicklung betreffen. Nun will sie einen Überblick über die Gesamtheit aller global ausschlaggebenden Ziele vermitteln, dargelegt von der in der Schweiz dafür kompetentesten Stelle, dem Delegierten des Bundesrates für die Agenda 2030.
Warum braucht es globale Ziele? Was umfasst die Agenda 2030? Welche Ziele sind für welche Weltgegenden besonders wichtig? Wo steht die Umsetzung der Agenda heute? Was tut die Schweiz konkret?

Daniel Dubas studierte an der Universität Lausanne Politikwissenschaften und Stadtentwicklung. 2019 wurde er Delegierter des Bundesrates für die Agenda 2030 und Mitglied der erweiterten Geschäftsleitung des Bundesamtes für Raumentwicklung (ARE). Dort leitet er auch die Sektion «Nachhaltige Entwicklung». Seit Januar 2022 ist er zudem Präsident des Europäischen Netzwerks für nachhaltige Entwicklung (ESDN).

Dienstag, 27. September 2022
19.30 – 21.30 Uhr
Dachraum Stadtbibliothek Zofingen
Hintere Hauptgasse 20, 4800 Zofingen
Fr. 20.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 15.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

In Zusammenarbeit mit:

STADT ZOFINGEN
STADTBIBLIOTHEK

04

Dialogische Führung durch die Kunstausstellung

Einblicke in eine unbekannte Privatsammlung

Grenzenlos ist diese Privatsammlung: Gemälde, Objekte und Skulpturen von Aargauer Künstler*innen wie Beat Zoderer, Mette Stausland, Rolf Winnewisser, Nesa Gschwend, Silvia Bächli, Ruth Maria Obrist, Mireille Gros, Willi Müller-Brittnau, Gillian White, Daniel Bracher oder Hugo Suter, aber auch andere wichtige Schweizer Künstler*innen wie Rolf Iseli, Michael Biberstein, Jean Pfaff, Martin Disler, Andrea Heller, Annelies Strba, Adrian Schiess, Albert Merz, Christine Streuli, Conrad Jon Godly, Reto Boller oder Franz Gertsch. Auch internationale Grössen wie Katharina Grosse, John Armleder, Dave Bopp oder Sam Francis sind vertreten. Auf dem dialogischen Rundgang betrachten die Besucher*innen mit der Kunstvermittlerin ausgewählte Werke der Ausstellung. In einzelnen Bildbetrachtungen wird der unterschiedliche Umgang der Herangehensweise der Künstler*innen diskutiert. Im Anschluss an die rund 60minütige Führung wird ein kleiner Apéro offeriert.

Mittwoch, 19. Oktober 2022
19.30 – 21.30 Uhr
Kunsthaus Zofingen
General-Guisan-Strasse 12, 4800 Zofingen
Fr. 20.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 15.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

©Ramona Tollardo

Andrea Zielinski ist Erwachsenenbildnerin, Institutionsleiterin und Absolventin des CAS Kunst- und Kulturvermittlung mit einer starken Affinität zu Theater und Kunst. Als Leiterin der Kulturvermittlung begleitet und koordiniert sie die Projekte und Angebote im Kunsthaus Zofingen.

Andrea Heller, ohne Titel, 2021, Tinte auf Papier

In Zusammenarbeit mit:

KUNST HAUS ZOFINGEN

05

Wege zur klimafreundlichen Schweiz

Verkehr und Gebäude klimatauglich machen!

Unser Leben und Handeln muss nach 2050 CO2-neutral sein. Damit ist klar: ohne die Energieversorgung vollständig auf erneuerbare Quellen umzustellen, geht es nicht. Weitere Schlüsselthemen, um das Klimaziel zu erreichen sind: Kampf gegen die Energieverschwendung, Verkehr elektrifizieren, Strom mit neuartigen Möglichkeiten speichern, weniger Energie verbrauchen. Wie kann das gehen? Neben vielen düsteren Zukunftsszenarien zeigen zahlreiche Studien und Praxisbeispiele ein positiveres Zukunftsbild. Der Verband swisscleantech zeigt auf, dass mit den heute vorhandenen Technologien bereits sehr viel machbar ist, und dass weitere Innovationen zusätzliche Möglichkeiten eröffnen werden. Die Volkshochschule lässt sich aus erster Hand darüber orientieren, wie die Chancen stehen, den Klimawandel bei uns praktisch eindämmen zu können.

Dr. Christian Zeyer ist Chemieingenieur ETH. Er hat sich auf Energiefragen spezialisiert und ist Geschäftsführer von swisscleantech, einem Schweizer Wirtschaftsverband. Seine 350 Mitglieder aus allen Branchen unterziehen sich einer Charta, die ein konsequent umweltverantwortliches Handeln und die Umsetzung der Pariser Klimaziele fordert.

Donnerstag, 20. Oktober 2022
19.30 – 21.30 Uhr
Bildungszentrum BZZ, B10
Strengelbacherstrasse 27, 4800 Zofingen
Fr. 20.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 15.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

06

Natur- und Landschaftsujets malen II

Zweite spannende Malerei-Werkstatt

So wichtig Technik und Fortschritt auch sind, es braucht auch immer etwas im Leben, das nicht nur dem Überleben dient, sondern den Geist belebt und die Seele nährt. Malerei und andere Kunstformen sind bestens dazu geeignet. Darum ist es wichtig, dass Kunst in jeder Form gefördert und das Wissen und die Erfahrung an die nächste Generation weitergegeben werden. Dieses Motto der Künstlerin und Fachlehrperson steht über der Mal-Werkstatt, welche die Volkshochschule nach dem Erfolg 2021 wieder in ihr Programm aufnimmt.

Was die Teilnehmenden erwarten können:

- Selber praktisch arbeiten und Neues entdecken
- Informationen zur Malerei der Moderne
- Erlernen von neuen Mal-Techniken
- Individuelle Betreuung durch die Kursleiterin
- Übungsmaterial für zuhause ist ausreichend vorhanden

Dienstag, 25. Oktober 2022
Dienstag, 1. November 2022
Dienstag, 8. November 2022
Dienstag, 15. November 2022
19 – 21.30 Uhr
Bezirksschulhaus Zimmer 114, Rebbergstrasse 4, 4800 Zofingen
Fr. 150.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 130.–) inkl. Material
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

Anikó Németh ist in St.Gallen geboren und aufgewachsen, mit ungarischen Wurzeln. Sie studierte an der Kunstakademie Budapest und an der Hochschule der Künste in Zürich, wo sie als Fachlehrerin für Bild und Kunst abschloss. Seit 2004 unterrichtet sie Bildnerisches und Technisches Gestalten an der Bezirksschule in Zofingen und ist Praxiscoach für angehende Gestaltungslehrpersonen an der Fachhochschule Nordwestschweiz. Zudem ist sie Malkünstlerin mit eigenem Atelier und erteilt Kurse für Erwachsene und Kinder.

Neben Einsteiger*innen sind auch letztjährige Teilnehmer*innen herzlich willkommen! Experimentelle neue Techniken und weitere Inspirationen werden wiederum genügend vorhanden sein.

07

Mehr Achtsamkeit im Alltag

Vom überfüllten zum erfüllten Leben

Grosse Anforderungen prägen unseren Alltag. Wir sind oft schnell und oberflächlich unterwegs. Selten sind wir mit der eigenen Aufmerksamkeit im gegenwärtigen Moment und bei dem, was gerade geschieht. Unser Sein ist geprägt von Multitasking, dauernder Erreichbarkeit und äusseren Einflüssen. Diese Lebensweise kann zu Stress oder gar Überlastungsstörungen führen. Doch was ist Stress, wie gehen wir mit den vielen Gedanken, Gefühlen oder Emotionen um, wo greift hier die Achtsamkeit? Mit welchen Strategien gelangen wir zu mehr Gelassenheit und einem bewussteren Leben? Achtsamkeit unterstützt uns, fokussierter und entspannter zu sein, unsere Aufmerksamkeit vermehrt auf den Augenblick zu richten und dabei weniger zu werten. Forschung und Schulmedizin widmen sich vermehrt dem Thema. Das Mindfulness-Based Stress Reduction- kurz MBSR-Programm, Ende der 70er Jahre vom Molekularbiologen Jon Kabat Zinn entwickelt, erfreut sich seit Jahren auch in der Schweiz zunehmender Beliebtheit. Erfahren Sie in einem spannenden, teils interaktiven Vortrag, mehr zum Thema.

Jörg Kyburz, verheiratet, 2 erwachsene Kinder, war 23 Jahre Kantonspolizist, 7 Jahre Security-Manager in der Privatwirtschaft und 8 Jahre Leiter eines Regionalplanungsverbandes. 20 Jahre politische Aktivitäten und Vereinszugehörigkeiten prägten weiter seinen Weg. Aufgrund einer schweren Erkrankung fand er 2009 den Weg zur Achtsamkeit und absolviert die Ausbildung zum Achtsamkeitslehrer. Seit 2011 leitet er MBSR-Kurse. Als Gründer der Akademie für Achtsamkeit in Lenzburg ist er heute hauptberuflich mit diesem Thema unterwegs.

Donnerstag, 27. Oktober 2022
19.30 – 21.30 Uhr
Aula Gemeindeschulhaus
General-Guisan-Strasse 14, 4800 Zofingen
Fr. 20.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 15.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

In Zusammenarbeit mit:

Schule und Elternhaus Zofingen S&E

08

Träum ruhig weiter
Träume - Zeichen einer heilenden Kraft

Es lohnt sich, auf seine Träume zu achten. Denn sie gewähren uns in allen Lebenslagen eine wichtige Orientierungshilfe, die wir auf andere Weise schwerlich erlangen können. In den ruhigen Phasen unseres Lebens bestätigen sie uns, dass wir uns gemäss der vorgezeichneten, inneren Wachstumslinie entwickeln. Gleichzeitig halten sie die Erinnerung wach an vergangene, turbulente Phasen unserer Lebensgeschichte. Sie mahnen uns zu Besonnenheit und Wachsamkeit.
In jedem Lebensalter, nicht nur in der Adoleszenz oder in der Lebensmitte, erleben wir spezifische Wachstumskrisen. Es finden Umgestaltungsprozesse in unserem Selbst statt, die wir nur allmählich wahrnehmen und verstehen lernen. In diesen Zeiten der eingeschränkten Orientierung gewähren uns Träume erstaunlich klare Einblicke in den Prozess der Umgestaltung. Sie helfen uns, den weiterführenden Weg zu erkennen.
Ob wir die Träume als psychologisches oder als spirituelles Phänomen begreifen, ist nicht so entscheidend. Sie sind in jedem Fall kostbar, weil sie uns den Zugang zu einem kreativen Bereich unserer Seele ermöglichen, den wir vielleicht ohne sie nicht entdecken würden.

Freitag, 28. Oktober 2022 | Teil 1
Freitag, 4. November 2022 | Teil 2
19 – 21 Uhr
Zunftsaal zur Ackerleuten
Fegergasse 25, 4800 Zofingen
Fr. 40.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 30.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

Dr. M. Merz ist Kinder- und Jugendpsychiater, Theologe und Psychoanalytiker. Er wurde schon während des Medizinstudiums durch die Werke von S. Freud und C.G,Jung auf die Bedeutung der Träume aufmerksam. Bei seiner Tätigkeit in der eigenen kinder- und jugendpsychiatrischen Praxis nahm die Auseinandersetzung mit Träumen einen wichtigen Platz ein.
In seinen Vorlesungen zur Psychopathologie am Institut für spezielle Psychologie und Pädagogik betonte er die grosse Bedeutung der Träume zur Erforschung der unbewussten Bereiche der Seele.

09

Nahrungssicherheit und Neutralität damals und heute

Filmvortrag über F.T. Wahlen

Bekanntlich ist aktuell die Versorgung mit Weizen kriegsbedingt gefährdet. Kommt Ihnen das nicht bekannt vor? 1940 ist die neutrale Schweiz allein, umzingelt von Hitler Deutschland und Italien's Mussolini. Importe sind sehr begrenzt, d.h. Gefahr einer Hungersnot und Erpressbarkeit. Ex machina tritt ETH-Agrarwissenschaftler Friedrich Traugott Wahlen mit dem Plan Anbauschlacht auf. Mit «Brot aus eigenem Boden» und mehr Kalorien pro Flächeneinheit sollen viel mehr Menschen ernährt werden. Das mit obligatorischem Mehr-Ackerbau insbesondere für Kartoffeln – kontra Handels- und Gewerbefreiheit.
Im Film schildern letzte Zeitzeugen diese Mehrarbeit: Viele Bauern sind samt Pferd im Dienst, Bäuerinnen und Kinder müssen zupacken und Kühe einspannen, erfahren aber auch solidarische Hilfe. Als Filmhauptautor und Regie-Leiter zeigt Ihnen Prof. Ernst Wüthrich, wie die Filme entstanden, welchem Zweck sie dienen und und welche Verdienste die historische Persönlichkeit F. T. Wahlen hat.

Prof. Ernst Wüthrich, Strengelbach, aufgewachsen als Bauernsohn im Emmental. Wirtschaftsstudium lic. oec. HSG, Marketingmanagement bei: Coca-Cola AG, Rivella AG, in Marktforschungs-Instituten Nielsen und IHA; Dozent und Leiter Institut IBR an HWV/ Fachhochschule FHNW.
Nebentätigkeiten: Verfasser von Artikeln über die Zukunft der Landwirtschaft, Initiator des Oltner Sommernachtskonzerts und Leiter der Oper Interlaken, Verfilmung Leben und Wirken von Bundesrat F. T. Wahlen.

Freitag, 28. Oktober 2022
19.30 – 21 Uhr
Museum Zofingen
General Guisan-Strasse 18, 4800 Zofingen
Der Anlass ist **kostenlos.**
Es ist keine **Anmeldung** nötig.

In Zusammenarbeit mit:

Historische Vereinigung Zofingen

10

Korruptionsprävention und -bekämpfung in der Schweiz Dunkle Seiten unseres Landes

Korruption? Doch nicht bei uns! Auf den ersten Blick mag der Eindruck bestehen, Korruption sei in der Schweiz kein Thema, zumindest kein vordringliches. Doch der zweite Blick zeigt ein anderes Bild. Das Referat von Martin Hilti widmet sich diesem zweiten, tieferen Blick. Nach einer Klärung, was Korruption überhaupt ist und warum sie schädlich ist, geht er unter anderem auf die folgenden Themen ein: Vetternwirtschaft, Interessenkonflikte, Einladungen und Geschenke an Politiker*innen und andere Amtspersonen, Gefahr des Machtmissbrauchs beim Lobbying, Intransparenz der Politikfinanzierung, Schweizer Unternehmen, die im Ausland bestechen, Banken und Anwälte als Geldwäschereigehilfen.
Der Beitrag wird auch die Tätigkeit von Transparency International Schweiz vorstellen und Lösungsvorschläge präsentieren, wie die bestehenden Baustellen angegangen werden könnten und sollten.

Mittwoch, 2. November 2022
19.30 – 21.30 Uhr
Bildungszentrum BZZ, B009
Strengelbacherstrasse 27, 4800 Zofingen
Fr. 20.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 15.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

Martin Hilti, Dr. iur, Rechtsanwalt, Geschäftsführer von Transparency International Schweiz und Lehrbeauftragter für Öffentliches Recht an der Universität Basel. Vorher Tätigkeit in der Bundesverwaltung (Bundesamt für Justiz und Bundesamt für Kultur).

11

Faszination Schmetterlinge
Falter und ihre Interaktionen mit Pflanzen und Blüten

Schmetterlinge faszinieren die Menschheit seit langem. Bei den Griechen galten sie als die Seelen der Verstorbenen, im Christentum sind sie noch immer Gleichnis für die Auferstehung. Nicht zuletzt wegen ihrer Farbenpracht haben Schmetterlinge auch die Naturwissenschaftler schon lange in ihren Bann gezogen. Schmetterlinge sind ganz besondere Insekten, weil sie sich, mit ihren zu farbigen Schuppen umgewandelten Haaren, vielfältigste Anpassungsmöglichkeiten erschlossen haben. In der modernen Wissenschaft gelten Schmetterlinge auch als Modellorganismen für gegenseitige Anpassungen zwischen Pflanzen und Tieren.
Ganz besonders interessieren Interaktionen von Schmetterlingen mit Blüten und von Raupen mit ihren Futterpflanzen. Von diesen faszinierenden Phänomenen und den ihnen zu Grunde liegenden evolutiven Prozessen soll im Vortrag die Rede sein.

Schmetterlinge haben **Andreas Erhardt** seit seiner Kindheit fasziniert. An der Universität Basel hat er Biologie studiert und dort in seiner Dissertation über Wiesen und Brachland als Lebensraum für Schmetterlinge gearbeitet. Interaktionen zwischen Blüten und Bestäubern, speziell auch Schmetterlingen, und zwischen«Larval-Futterpflanzen» (Raupennahrung) und Schmetterlingen sind neben Naturschutzfragen Schwerpunkte seiner Forschungstätigkeit.

Donnerstag, 17. November 2022
19.30 – 21.30 Uhr
Bürgersaal, Rathaus
Rathausgasse 4, 4800 Zofingen
Der Anlass ist **kostenlos.**
Es ist keine **Anmeldung** nötig.

Foto: Dickkopf-Falter bestäubt Karthäuser-Nelke, © A. Erhardt

Partner:

naturschutzverein zofingen

12

Auf meinen Spuren
Kreative, autobiografische Schreibwerkstatt

Jeder Mensch ist kreativ und hat das Talent zum Schreiben. In jedem schlummert ein Schatz an Geschichten. Seine Erfahrungen, Gedanken, Gefühle, Fantasien – sein Leben festzuhalten – ist bereichernd und erleichternd. Im Mittelpunkt der zweiteiligen autobiografischen Schreibwerkstatt «Auf meinen Spuren» steht, mit Leichtigkeit, Freude und ganz ohne Leistungsdruck Auschnitte aus seiner Lebensgeschichte aufzuschreiben. Wie sich der Erinnerungskoffer behutsam öffnen lässt, zeigt die erfahrene Referentin Emiliana Salvisberg mit Techniken der Biografiearbeit und Methoden der Poesie- und Bibliotherapie. Auf der eigenen Spurensuche hält die Landkarte des Lebens Berge und Täler, fliessende Übergänge, überraschende Wechsel und vieles mehr bereit. Sie lernen, eine Idee zu entwickeln, zu vertiefen und sprachlich zu gestalten. Sie nehmen eine Fülle von kreativen Techniken mit, die Ihr Schreiben anregen, unterstützen und fliessen lassen. Auf dieser behutsam geführten Reise zu sich und in die Welt der Worte sind alle willkommen, die gerne schreiben oder schreiben wollen.

Montag, 21. + 28. November 2022
19.30 – 21.30 Uhr
ZT Medien AG
Henzmannstrasse 20, 4800 Zofingen
Fr. 60.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 50.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

Emiliana Salvisberg ist Schreibcoach und selbstständige Leiterin von Schreib- Erlebniswerkstätten sowie Biografiekursen. Als Journalistin, Kommunikationsfachfrau sowie Poesie und Bibliotherapeutin EAG/FPI setzt sie auf die Kraft der Sprache und den bewussten, achtsamen und wertschätzenden Umgang mit Worten. Denn Sprache wirkt.

Partner:

zt medien vielseitig kommunizieren

13

Glasgow und die Konsequenzen für die Schweiz

Auswirkungen der Klimakonferenz von Glasgow

In Glasgow fand im November 2021 die sechsundneunzigste Uno-Klimakonferenz statt. Nach der erfolgreichen Klimakonferenz in Paris im Jahre 2015 stellt dies, nach pandemiebedingter Verschiebung um ein Jahr, einen wichtigen Meilenstein der internationalen Klimapolitik dar. Prof. Dr. David N. Bresch wird die Grundlagen des Klimaproblems kurz in Erinnerung rufen, den Uno-Prozess zum internationalen Umgang mit dem Klimawandel skizzieren und versuchen, eine Einordnung von Glasgow vorzunehmen. Daraus ergeben sich handlungsleitende Erkenntnisse für die Schweiz, sowohl auf Ebene Bund, wie auch für Kantone, Gemeinden und nicht zuletzt jede Bürgerin, jeden Bürger.
Die Arbeit von Prof. Dr. David N. Bresch dreht sich um die zentrale Frage, wie wir mit Wetter- und Klimainformationen umgehen und diese in unseren Entscheidungen adäquat berücksichtigen.

Prof. Dr. David N. Bresch hat seit 2016 die gemeinsame Professur von ETH und MeteoSchweiz für Wetter- und Klimarisiken am Institut für Umweltentscheidungen im Departement Umweltsystemwissenschaften inne. Zuvor war er bei Swiss Re als Head Business Development, Global Head Sustainability, Head Atmospheric Perils Group und Chefmodellierer für Naturgefahren tätig. Nach seiner Dissertation (ETH) war er Research Associate am MIT in Cambridge in den USA. Er war Mitglied der Schweizerdelegation an den UN-Klimaverhandlungen 2009-2012, 2015.

Dienstag, 22. November 2022
19.30 – 21.30 Uhr
Bildungszentrum BZZ, Raum B009
Strengelbacherstrasse 27, 4800 Zofingen
Fr. 20.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 15.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

14

USA heute – Fakten und Meinungen

Die Sicht von Thomas von Grünigen

Schon seit jeher – und in jüngster Zeit ganz besonders – sind unsere Blicke immer wieder auf die Vereinigten Staaten von Amerika gerichtet. Was im drittgrössten Staat, sowohl nach Fläche wie nach Bevölkerung, mit der grössten Volkswirtschaft der Welt passiert, lässt uns nicht kalt. Wie funktioniert die Demokratie im polarisierten Zweiparteien-System? Welchen Stellenwert haben die Einzelstaaten, der Föderalismus? Welche Entwicklungen zeichnen sich ab im Schmelztiegel der Kulturen und Ethnien? Die Volkshochschule lädt einen profunden Kenner ein, um solche und weitere Fragen zu den heutigen Verhältnissen in den USA zu beleuchten. Als SRF-Korrespondent war Thomas von Grünigen in New York und in Washington DC stationiert, reiste oft quer durchs grosse Land und lernte unterschiedlichste Leute, Milieus, Sachzwänge und Meinungen kennen, die hier nicht jedem und jeder vertraut sind. Interessant wird es auch sein, Einblick in den teils dramatischen Berufsalltag eines Journalisten zu bekommen, der sich nicht scheute, mitten aus den jeweiligen Brennpunkten zu berichten.

Donnerstag, 1. Dezember 2022
19.30 – 21.30 Uhr
Bildungszentrum BZZ, B009
Strengelbacherstrasse 27, 4800 Zofingen
Fr. 20.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 15.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

Foto: ©Screenshot SRF

Thomas von Grünigen studierte in Bern, Washington DC und Fribourg Medienwissenschaften und Anglistik und schloss mit Master ab. Zum Fernsehen SRF kam er zuerst sieben Jahre lang als Redaktor der Rundschau, bevor er von 2015 bis Anfang 2022 als USA-Korrespondent einem breiten Publikum bekannt wurde. Von den USA ist er schon seit Jugendzeiten fasziniert, weil dort, im wahrsten Sinne des Wortes, immer wieder weltbewegende Entscheide getroffen werden. Heute ist er als Auslandplaner / Leiter der TV-Auslandkorrespondenten*innen bei SRF tätig.

15

«Wenn Sie kein Feigling sind, Herr Pfarrer»

«Erkenne Dich selbst», so lautete vor mehr als zweieinhalbtausend Jahren eine Inschrift am Apollotempel in Delphi. Sie rief uns auf, daran zu denken, dass unserem Leben keine Ewigkeit geschenkt sei. Eine Konsequenz daraus formulierte der römische Philosoph Seneca: «Zu leben aber muss man das ganze Leben über lernen, und – worüber du dich vielleicht noch mehr wundern wirst – das ganze Leben über muss man sterben lernen.»
Sich mit der Endlichkeit auseinandersetzen, kann helfen, bis zum Tod selbstbestimmt, gelassen und glücklich zu leben. Eine Frage dabei ist: Wie und inwieweit können wir die Art und Weise unseres Sterbens selbst bestimmen und uns gegenseitig dabei unterstützen?
In diesem Vortrag stellt Dr. Suzann-Viola Renninger die Entwicklung der Schweizer Sterbehilfe der letzten 50 Jahre vor, diskutiert die damit verbundenen moralischen Fragen und berichtet von den Reaktionen auf ihr Buch «Wenn Sie kein Feigling sind, Herr Pfarrer. Werner Kriesi hilft sterben». Wie immer bleibt genügend Raum für Fragen und Diskussion.

Dr. Suzann-Viola Renninger promovierte nach einem Studium der Naturwissenschaften in Philosophie an der Universität München. Zurzeit lehrt sie Philosophie, Ethik und Wissenschaftstheorie an der Universität Zürich. Von 2013 bis 2021 leitete sie das Ressort Philosophie an der Volkshochschule Zürich, wo sie weiterhin Philosophiereisen ins In- und Ausland anbietet. Im Herbst 2021 erschien ihr Buch: «Wenn Sie kein Feigling sind, Herr Pfarrer. Werner Kriesi hilft sterben.»

Mittwoch, 7. Dezember 2022
19.30 – 21.30 Uhr
Dachraum Stadtbibliothek Zofingen
Hintere Hauptgasse 20, 4800 Zofingen
Fr. 20.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 15.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

In Zusammenarbeit mit:

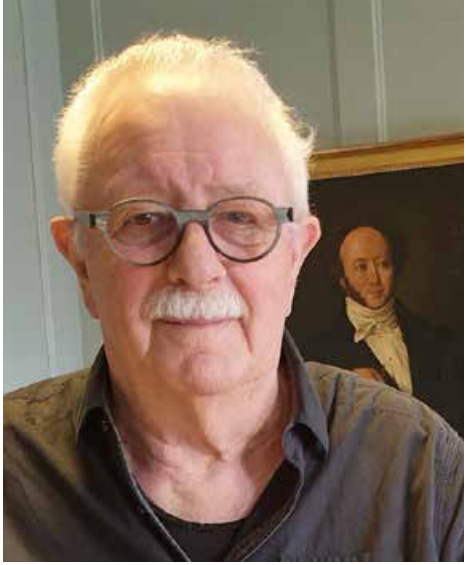
STADT ZOFINGEN
STADTBIBLIOTHEK

16

Zu Gotthelfs Zeiten!
Wirklichkeit und Klischees

Weshalb benutzen wir den Namen Gotthelfs, wenn wir von «früher» reden wollen? Werden wir damit dem grossen Dichter aus dem Emmental gerecht? Jeremias Gotthelf war beides: konservativ und aufmüpfig. In seiner Haltung war er ein Bewahrer. Veränderungen am Althergebrachten waren ihm suspekt. Die «Freisinnigen» waren umstürzlerisch, wollten zu viel Demokratie. Er wollte die Welt bodenständig haben: Die Guten waren fleissig, gottesfürchtig und überzeugt, dass der Herrgott das «Oben» und «Unten» schon gerecht verteilt hatte. Gleichzeitig hatte er eine stark soziale Ader und forderte Gerechtigkeit. Mit seinem Schreiben wollte er Missstände aufdecken, Fehlentwicklungen korrigieren, die Welt ein bisschen besser machen. Seine berühmten Figuren stehen fast plakativ für Werte, die er für richtig hielt oder eben an den Pranger stellte. Damit ist Gotthelf politisch. In «Die Käserei in der Vehfreude» sind die Methoden exemplarisch dargestellt, die auch heute in der Politikdebatte angewendet werden: Mit grossen Worten das Gemeinwohl beschwören und dabei den eigenen Vorteil nicht aus den Augen verlieren.

Mittwoch, 11. Januar 2023
19.30 – 21.30 Uhr
Dachraum Stadtbibliothek Zofingen
Hintere Hauptgasse 20, 4800 Zofingen
Fr. 20.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 15.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch



Heinrich Schütz war bis 2006 Lehrer in Lützelflüh, zudem Politiker und wichtiger Initiant für das Gotthelf Zentrum in Lützelflüh. Heute ist der Pensionierte engagiertes Mitglied des Leitungs-Teams des Zentrums und als Kultur-Liebhaber mit Herzblut und profunder Gotthelf-Kenner häufig ein gefragter Referent.

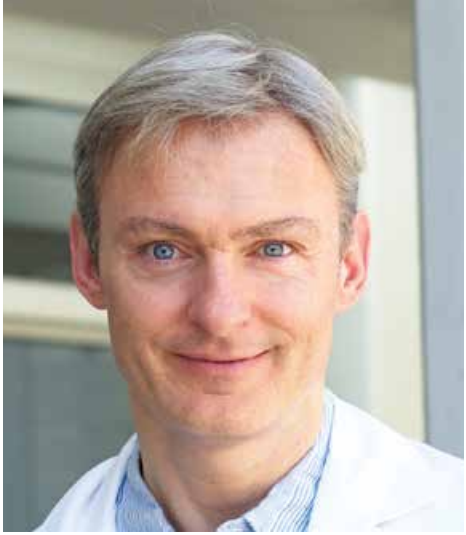
In Zusammenarbeit mit:

STADT ZOFINGEN
STADTBIBLIOTHEK

17

Das Gehirn denkt – der Darm lenkt

Darm und Hirn sind in vielerlei Hinsicht ein Organ. Störungen der Darm-Hirn-Verbindung tragen zu den häufigsten Krankheiten bei, welche die Lebenszeit massiv verkürzen: Übergewicht, Diabetes und Herzkrankheiten. Sie führen aber auch zu psychischen und neurologischen Krankheiten wie Essstörung, Depression, posttraumatische Belastungsstörung, Schizophrenie, Autismus und Demenz. Aktuell haben wir noch keine Darm-Psychiatrie, aber wir leben in einer aufregenden Phase, in der ein neues Verständnis der Darm-Hirn-Verbindung die Medizin sowie die Psychiatrie revolutioniert. Diese Revolution ist deshalb so spannend, weil sie neue Möglichkeiten in Aussicht stellt, Hirnkrankheiten vorzubeugen und zu behandeln. Es gibt erste vorläufige wissenschaftliche Befunde dafür, dass Ernährungsumstellungen und natürliche Probiotika via Darm-Hirn unsere psychische und körperliche Widerstandskraft stärken können. Gregor Hasler vermittelt Ihnen Ideen und Anregungen, um Ihre Darm-Hirn-Verbindung in Balance zu halten.



Prof. Dr. med. Gregor Hasler ist Ordinarius für Psychiatrie und Psychotherapie an der Universität Freiburg und Chefarzt am Freiburger Netzwerk für Psychische Gesundheit. In aktuellen Studien untersucht er die Auswirkung der Darmflora und des Darm-Serotonins auf die psychische Gesundheit. Seine wissenschaftlichen Arbeiten wurden mit nationalen und internationalen Preisen ausgezeichnet, z.B. mit dem Robert-Bing-Preis der Schweizerischen Akademie der Medizinischen Wissenschaften. Sein Buch «Die Darm-Hirn-Connection» ist ein Bestseller.

Dienstag, 14. Februar 2023
19.30 – 21.30 Uhr
Bildungszentrum BZZ, Raum ZU25
Strengelbacherstrasse 27, 4800 Zofingen
Fr. 20.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 15.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

18

CHINA
Art des Regierens – die wichtigsten Denkschulen Chinas

Die Geschichte Chinas brachte eine Vielzahl philosophischer Denkschulen hervor, die auch Staatsphilosophien beinhalteten. Frühe Philosophen wie Konfuzius und Laozi beschäftigten sich bereits mit dem Staat und der Art des Regierens. Danach wird im Chinesischen zwischen religiösem Konfuzianismus (Rujiao) und philosophischem Konfuzianismus (Rujia) wie auch zwischen Daoismus als Religion (Daojiao) und Daoismus als Philosophie (Daojia) unterschieden. Die Lehre der beiden Philosophen prägt seit vielen Jahrhunderten die chinesische Kultur und Gesellschaft und beeinflusst den Alltag, während sie gleichzeitig auch die Staatsdoktrin zahlreicher Dynastien bildet. Noch heute sind die beiden Lehren allgegenwärtig. Hingegen wurde die Denkschule der Legalisten, obwohl ebenso bedeutend in der chinesischen Gesellschaft, wegen ihrer Herrschaftsmerkmale von späteren chinesischen Philosophen abgelehnt. Ihre Gedanken blieben jedoch in der Politik des chinesischen Kaiserreichs und sind bis heute präsent.

Mittwoch, 22. Februar 2023
19.30 – 21.30 Uhr
Bildungszentrum BZZ, Aula ZU26
Strengelbacherstrasse 27, 4800 Zofingen
Fr. 20.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 15.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

Xian Chu Kong, geboren 1973 in Foshan, China. Lebt seit 1984 in der Schweiz. Dr. nat. sc. in Neurowissenschaften an der Universität Basel. Gründer und Leiter von WaKong, einer Organisation zur Förderung des interkulturellen Austauschs zwischen China und der Schweiz.

19

Schokolade… nicht die Bohne?!

Kurzlehrgang zum Thema Schokolade und Workshop

Kurzlehrgang Schokolade: Wo wird der Kakao angebaut, wie geerntet und verarbeitet. Wie beim Kaffee ist Bohne nicht gleich Bohne, die Geschmackskomponenten sind komplex, doch wovon werden diese beeinflusst? Welche Kakao-Sorten werden wo angebaut, welche Rolle spielt die Ernte und welche die Röstung? David Schmid, Patissier und Weltkonditor 2021, veredelt in seinem Atelier selbst Schokolade und wird auf gut verständliche Weise sein Wissen vermitteln. Auch zu Themen, wie es im Schweizer Schoggiland bezüglich Nachhaltigkeit und Umweltverträglichkeit aussieht. Oder wo die Schweiz im internationalen Vergleich steht, wird David Schmid viel Wissenswertes berichten. Während eines Chocolat-Tastings dürfen im anschliessenden Workshop Grand Cru Couverturen degustiert und richtig in die Welt des braunen Goldes eingetaucht werden. Alle Teilnehmenden stellen unter Anleitung selbst eine eigene Tafel Schokolade her und dürfen diese mit nach Hause nehmen.

Cacaofrucht und Schokoladentafel

Im November 2020, nach der ersten Pandemie-Welle, eröffnete **David Schmid** zusammen mit seiner Frau Nicole das Café La Patisserie in der Altstadt von Zofingen. David Schmid darf sich seit dem Oktober 2021 als erster Schweizer mit dem Titel «Weltkonditor des Jahres» schmücken. Im Juni 2021 wurden er und seine Frau mit der nationalen Bäckerkrone ausgezeichnet. Um «Weltkonditor des Jahres» zu werden, müssen die Anwärterinnen und Anwärter aktiv und selbständig ein Bäckerei-Konditorei-Café betreiben und eine Ausbildung zum Konditor absolviert sowie eine Publikation veröffentlicht haben.

Dienstag, 7. März 2023
19.30 – 21.30 Uhr
Atelier La Patisserie
Vordere Hauptgasse 33, 4800 Zofingen
Fr. 100.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 95.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

20

Jodelworkshop
Eine zeitlose und vielseitige Ausdrucksform

Wollten Sie schon immer einmal in den Bergen einen schönen, klaren Jutzer von sich geben, trauten sich aber nicht, weil es womöglich etwas schief tönen könnte?
Die ausgebildete Jodellehrerin zeigt Ihnen, welch ungeahnte Kräfte in Ihrer Stimme stecken. Gemeinsames Singen und Jodeln lassen den Alltag vergessen. Während dem Jodelworkshop tauchen Sie als Gruppe in die Jodelklänge ein. In einer lockeren Atmosphäre wird Einblick in die Welt des Jodelns gegeben. Die Jodeltechnik, verbunden mit Körper-und Atemarbeit sowie Stimmbildung, wird an ein- bis mehrstimmiger Jodelliteratur gelehrt.
Im Vordergrund stehen das gemeinsame Singen und Jodeln.
Der Kurs richtet sich an Frauen und Männer ab 18 Jahren. Es ist von Vorteil, wenn Männer über eine hohe Jodelstimme verfügen.

Donnerstag, 16. März 2023
Donnerstag, 23. März 2023
Donnerstag, 30. März 2023
19.30 – 21 Uhr
Singsaal im Bezirksschulhaus,
Rebbergstrasse 4, 4800 Zofingen
Fr. 75.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 60.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

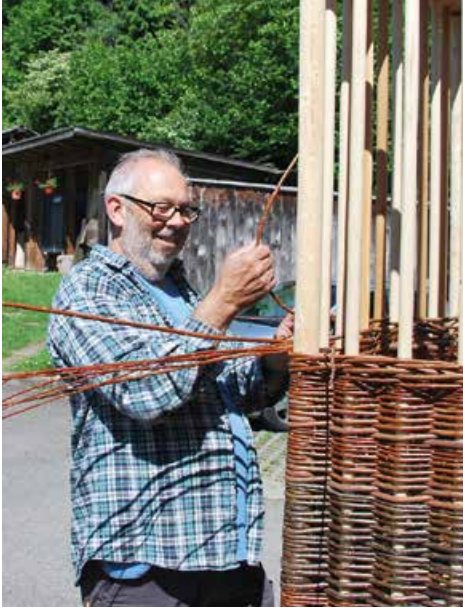
Franziska Wigger steht als gebürtige Entlebucherin und freischaffende Sängerin der Jodelmusik sehr nahe. Sie ist in diesem Bereich als ausübende Künstlerin wie auch als Jodellehrerin und Jodelworkshopleiterin tätig. Franziska Wigger studierte klassischen Gesang an der Musikhochschule Luzern und widmet sich auch gerne weiteren Stilrichtungen wie Chanson, Pop und Musical. www.franziskawigger.ch

21

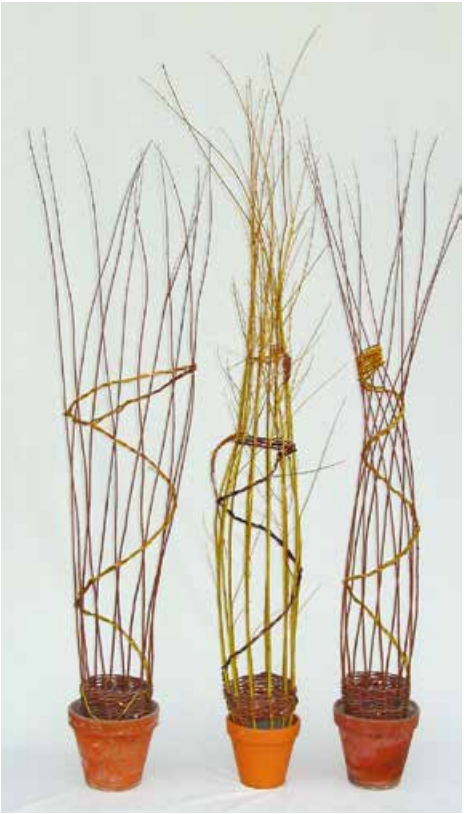
Weidenflechten – Objekte für Haus und Garten

Rankhilfen für Osterbäume und Kletterpflanzen

Rankhilfen (auch Rankgerüste oder Staudenstützen genannt) flechten ist ein guter Einstieg in die Korbflechterei. In diesem Rankhilfe-Workshop können verschiedene Geflechte gelernt und geübt werden.
Und das Spezielle:
Es dürfen Fehler gemacht werden!
Perfektionisten und Chaoten, alle kommen auf Ihre Rechnung.



Werner Turtschi, Korbflechter mit eidgenössischem Fähigkeitszeugnis EFZ, seit 1999 selbstständiger Korbmacher und Kursleiter. Er absolvierte diverse Weiterbildungen auch im Ausland.



Samstag, 18. März 2023
9 – 17 Uhr
Freizeitanlage Spittelhof
Mehrzweckraum Parterre
Strengelbacherstrasse 29, 4800 Zofingen
Fr. 100.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 95.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

22

Die Zeiten ändern sich – oder doch nicht?
Erfahrungen aus 40 Jahren Politik

Als Akteur und Zeitzeuge seit den 80er Jahren bis hin zum ersten Pandemiejahr 2020 berichtet Urs Hofmann über seine Erfahrungen als Politiker auf kommunaler, kantonaler und nationaler Ebene.
Wie erlebte er diese Zeit in den verschiedensten politischen Funktionen? Welche Themen prägten das politische Geschehen in den vergangenen 40 Jahren? Wie funktioniert die Entscheidungsfindung auf dem politischen Parkett? Was macht eine erfolgreiche Regierungstätigkeit aus? Welche Bedeutung kommt dem Kollegialitäts- und Konkordanzprinzip zu? Welches sind die Voraussetzungen für eine konstruktive Zusammenarbeit in einem Exekutivgremium? Wie geht man mit dem Spannungsverhältnis von Öffentlichkeitsprinzip und Amtsgeheimnis um? Wie wandelte sich die Funktionsweise und die Rolle der Medien in den letzten Jahrzehnten? Und ganz generell: Was ist in der Politik gleichgeblieben und was hat sich über die Jahre hinweg verändert? Urs Hofmann verbindet seinen politischen Rück- und Rundblick mit zahlreichen Anekdoten und gibt uns damit in seiner unterhaltsamen Art Einblick in den Alltag eines Politikers.

Mittwoch, 22. März 2023
19.30 – 21.30 Uhr
Bildungszentrum BZZ, B009
Strengelbacherstrasse 27, 4800 Zofingen
Fr. 15.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 10.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

Urs Hofmann wurde 1956 in Aarau geboren. Nach seiner Ausbildung zum Dr. iur. an der Universität Zürich war Urs Hofmann ab 1990 als Anwalt und Notar tätig. 1981 wurde er in den Einwohnerrat, 1985 in den Stadtrat von Aarau gewählt, dem er bis 1996 angehörte, ab 1990 als Vizeammann. Danach war Urs Hofmann Mitglied des Grossen Rats (1997–1999), des Nationalrats (1999–2009) und des Regierungsrats (2009–2020). Er wohnt in Aarau, ist verheiratet und Vater von drei erwachsenen Kindern.

23

Aus meinem Leben
Musik mit autobiografischen Zügen

Mit Beethovens letzten Quartetten ab 1824 beginnt die Gattung autobiographische Merkmale zu entwickeln. Für ihn ist sie der Schlüssel zu seinem Innenleben, erzählt er darin mehr über sich als in jedem anderen Kompositionsbereich. Ihre Merkmale sind Intimität, Dialog, solistischer und gleichzeitig orchestraler Ausdruck, hohe Klangeinheit bei grosser Farbpalette. Nach ihm sind Mendelssohn und Schubert («Der Tod & das Mädchen») diejenigen, die als Erste in reiner Instrumentalmusik zutiefst Persönliches verarbeiten und einerseits überdeutlich, andererseits kryptisch verschlüsselt Botschaften vermitteln. Mendelssohns op. 13 ist ein beeindruckendes, von der Seele geschriebenes, jugendlich leidenschaftliches Drama um eine unerwiderte Liebe. Penderecki blickt im 3. Quartett melancholisch zurück auf die 4 Jahrzehnte Abstand zu seinem 2. Quartett, aber auch auf folkloristische Tanzthemen aus seiner Kindheit und das Zerfliessen der Zeit. Smetanas Anlass für «Aus meinem Leben» war ein Schicksalsschlag, den er mit Beethoven teilte: Taubheit. Einführung mit Markus Fleck, anschliessend

Felix Mendelssohn: Streichquartett op 3a-Moll
Krzysztof Penderecki: Streichquartett Nr. 3 «Blätter eines ungeschriebenen Tagebuchs»
Bedrick Smetana: Streichquartett Nr. 1 e-Moll «Aus meinem Leben»

Bereits zwei Mal hat **Markus Fleck**, Viola und Violine, Gründer des Casal-Quartetts für die VHS erfolgreich referiert; nun zum ersten Mal in Zofingen. Aufgewachsen in einer bayerischen Musikerfamilie, prägten früheste musikalische Erfahrungen seinen späteren Werdegang. Während der über 30 Jahre andauernden Tätigkeit ergaben sich zahlreiche Projekte mit weltbekannten Partnern.

Samstag, 25. März 2023
Einführung 18 Uhr, Konzert 19.30 Uhr
Kulturhaus West
Weststrasse 2, 4800 Zofingen
Fr. 40.– (Kinder und Jugendliche Fr. 20.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

In Zusammenarbeit mit:

musik & theater zofingen · Volkshochschule Region Bremgarten · Volkshochschule Lenzburg · Kulturhaus West

24

Veloflick-Workshop
Wenn's quietscht und klemmt

Wenn die Schaltung klemmt, die Kette quietscht, das Hinterrad wackelt oder der Bremszug gerissen ist, braucht es einen Termin beim Fahrradmechaniker, oder? Nun, vielleicht bald nicht mehr. Wie oft wäre es praktisch, das kaputte Velo selber flicken zu können? In diesem Workshop werden die Grundbegriffe des Fahrrad-Reparierens und der Wartung gemeinsam angegangen. Robert Glur zeigt die wichtigsten Tricks zum Wechseln von Veloschläuchen, zum Flicken von Bremsen und zum Einstellen der Schaltung.
Die Teilnehmenden lernen im Workshop ihr eigenes Fahrrad zu flicken und die einfachsten Reparaturen selber auszuführen (Kosten exklusiv Material).
Alle Kursteilnehmer*innen bringen das eigene flickbedürftige Fahrrad mit.

Samstag, 1. April 2023
10 – 12 Uhr
Bildungszentrum BZZ, Velokeller im Mittelschultrakt
Strengelbacherstrasse 25b, 4800 Zofingen
Fr. 20.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 15.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

Robert Glur ist ein "self-mader". Was er kann, macht er selber. Und was er noch nicht kann, versucht er sich anzueignen. Auf dem Bauernhof aufgewachsen, als Elektroniker zum Elektroingenieur weitergebildet und in der Industrie als Entwicklungsleiter tätig, kamen ihm diese Eigenschaften immer wieder zu Gute. Heute ist er als Vater eines Biobauern und Grossvater dreier Bauernhof Kinder wieder bei seinen Wurzeln.

25

Zofinger Geschichte(n)
Die besondere Altstadt-Führung

Die Zofinger Altstadt löst bei Alteingesessenen, Bewohner*innen von Nachbarorten und Neuzuzüger*innen immer wieder Fragen und «Gwunder» aus, was denn an bestimmten Standorten wohl einmal war oder sich abspielte. Die Volkshochschule nimmt die Neugier nach Hintergrundwissen über frühere Zeiten in der Stadt auf. Statt kreuz und quer alle denkbaren Themen anzusprechen, fokussiert der Stadtführer und Experte vor allem auf ein Thema: Was war und geschah früher an Orten und Plätzen? Warum heißen sie heute so und wie entstanden die Namen? Welche Geschichten haben sich hier abgespielt? Die Führung mit Einblick in altes Bildmaterial bleibt nicht in der Altstadt, sondern deckt Geheimnisse um den Trottenweiher und das alte Schützenhaus auf. Sie findet bei jeder Witterung statt und dauert zwei Stunden.

Andreas Kaderli ist in Zofingen aufgewachsen und lernte Mechaniker. Mit 25 Jahren zog er weg und bildete sich weiter zum technischen Kaufmann. Im Verkauf tätig, war er viele Jahre Kundenbetreuer im Aussendienst. Seit 2001 wohnt er wieder in Zofingen und hat vor 10 Jahren als Stadtführer begonnen. Die Neugier, in seiner Stadt immer wieder neue Spuren von «damals» zu entdecken, seine Bildersammlung von ehemaligen Objekten und Kuriositäten und sein Talent, Geschichten zu erzählen, machen seine Führung zum Erlebnis.

Mittwoch, 5. April 2023
17.30 – 19.30 Uhr
Niklaus Thut Brunnen (Treffpunkt)
4800 Zofingen
Fr. 20.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 15.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

26

Wasser in der Schweiz und im Wiggertal Einstieg und Grundlagen zum Themenzyklus «Wasser»

Wasser ist ein zentrales und gleichzeitig verbindendes Element im Natur- und Kulturraum. Grundsätzlich und mit besonderem Bezug zu unserem Land und zur Region diskutieren wir seine drei wesentlichen Aspekte: Wasser als Ressource, Wasser als Gefahr und Wasser als zu schützendes Element. Durch die naturräumliche Vielfalt der Schweiz zeigen sich diese Aspekte auf kleinstem Raum in unterschiedlichen Ausprägungen. Oft ist man sogar geneigt, von der Schweiz als Wasserparadies zu sprechen. Im gleichen Atemzug muss man aber auch auf die starke Verzahnung zwischen Wasser und Mensch hinweisen. Die Restwasserproblematik im Alpenraum, naturferne Gewässerläufe, verunreinigtes Grundwasser und anderes mehr sind die Folge. Wasser ist damit nicht nur ein bedrängtes, sondern auch ein verdrängtes Element. Mit der Klimaerwärmung kommt ein weiterer Faktor hinzu, dem grösste Aufmerksamkeit zu schenken ist, hat sie doch das Potenzial, die schweizerische Hydrologie massgeblich zu verändern.

Mittwoch, 3. Mai 2023
19.30 – 21.30 Uhr
Dachraum Stadtbibliothek Zofingen
Hintere Hauptgasse 20, 4800 Zofingen
Fr. 20.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 15.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

Rolf Weingartner doktorierte und habilitierte am Geographischen Institut der Universität Bern, mit Spezialisierung Hydrologie. Nach Auslandsaufenthalten leitete er 30 Jahre lang die Gruppe für Hydrologie an diesem Institut, zuletzt als ordentlicher Professor. Arbeitsschwerpunkte: Hydrologie der Schweiz, Gebirgshydrologie, Hochwassergefahren und –risiken, Fragen um den Klimawandel. Heute ist er Mitinhaber der Firma ecosfera gmbh, die sich für Wasser, Wald und Ökosysteme engagiert.

Thunersee und Kanderdelta
©Rolf Weingartner

In Zusammenarbeit mit:

STADT ZOFINGEN
STADTBIBLIOTHEK

27

Zofinger Wein
Weingut Wullschleger

Man glaubt es kaum. Im Zofinger Riedtal wachsen seit 2017 in professionellem Stil Reben. Auf dem Weingut Wullschleger ist der sonnige Rebberg schon zweimal auf rund 7000 Stöcke erweitert worden und liefert Qualitätstrauben, aus denen Charakterweine gekeltert werden. Schon zeugen renommierte Auszeichnungen an internationalen Prämierungen von ihrer Spitzenklasse.
Auf dem Weingut wird in vielerlei Hinsicht höchst innovativ geplant und sehr motiviert gearbeitet. Gründe gibt es viele für die Volkshochschule, vor Ort Einblick zu nehmen und zu erfahren, wie das neu-alte Gewerbe in Zofingen wieder Fuss gefasst hat.
Unter Dach und auf dem Rundgang im Rebberg werden viele Themen angeschnitten: Weshalb gerade Reben? Welche Sorten? Wie läuft das Rebbau-Jahr ab? Krankheiten und Schädlinge? Handarbeit und Mechanisierung? Erfahrungen und «Lehrblätze» aus den ersten Jahren? Kann man hier vom Rebbau leben? Zukunftsaussichten? Das Programm wird mit einer Degustation mit kleinem Apéro abgerundet.
NB: Zum zweiten Betriebszweig – der Pensions-Pferdehaltung mit sehr innovativem Aktivstall-Konzept – gibt es auch Interessantes zu erfahren.

Martin Wullschleger lernte Landwirt auf einem Weinbaubetrieb. Nach einer Zweitlehre als Schlosser studierte er Betriebswirtschaft und schloss als Executive Master of Business Administration ab. Nach 20 Jahren in Führungsfunktionen in der Maschinenindustrie kam er 2017 auf den elterlichen Hof zurück.
Cornelia Jacquemai hat eine kaufmännische Grundausbildung, Weiterbildung zur HR-Fachfrau mit eidg. Fachausweis, sie ist als Personalleiterin in einem Industriebetrieb tätig. Sie besitzt die Lizenz in Wein-Sensorik.

Freitag, 12. Mai 2023
16.30 – ca. 19 Uhr
Weingut Wullschleger
Riedtalstr. 85, 4800 Zofingen
Fr. 38.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 33.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

28

Wasserkraft: Hoffnungsträger oder Feindbild?

Vertiefungsreferat 1 im Themenzyklus «Wasser»

Im Juli 1879 zündete der Direktor des Hotels Kulm in St. Moritz für seine Gäste das Licht im Speisesaal an. Dazu hatte er das erste Wasserkraftwerk der Schweiz gebaut, das am Anfang einer zuerst langsamen, dann rasenden und heute stagnierenden Entwicklung der Hydroelektrizität steht. Letztere ist mit einem Beitrag von rund 60% das Rückgrat der Schweizer Stromproduktion. In letzter Zeit ist die Wasserkraft immer wieder in die Schlagzeilen gekommen: Ausbau der Wasserkraft, drohende Stromknappheit im Winter, steigende Energiepreise, Eingriffe in intakte Landschaften, Grabenkämpfe zwischen Vertreter*innen von Wasserkraft und Umweltschutz, Bundesgerichtsentscheide, Runder Tisch.
Beschreiten wir zusammen den spannenden Weg von Direktor Badrutt bis zum Runden Tisch von Bundesrätin Sommaruga und wagen wir dann auch einen Blick in die Zukunft.

Mittwoch, 17. Mai 2023
19.30 – 21.30 Uhr
Dachraum Stadtbibliothek Zofingen
Hintere Hauptgasse 20, 4800 Zofingen
Fr. 20.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 15.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

Rolf Weingartner doktorierte und habilitierte am Geographischen Institut der Universität Bern, mit Spezialisierung Hydrologie. Nach Auslandsaufenthalten leitete er 30 Jahre lang die Gruppe für Hydrologie an diesem Institut, zuletzt als ordentlicher Professor. Arbeitsschwerpunkte: Hydrologie der Schweiz, Gebirgshydrologie, Hochwassergefahren und –risiken, Fragen um den Klimawandel. Heute ist er Mitinhaber der Firma ecosfera gmbh, die sich für Wasser, Wald und Ökosysteme engagiert.

Staumauer Spittellamm, Grimselsee
© Rolf Weingartner

In Zusammenarbeit mit:

STADT ZOFINGEN
STADTBIBLIOTHEK

29

Heilkräuter und Wildblumen-Saatgut
Anbau – Ernte – Ablieferung

Auf dem Birlihof folgt zwischen Frühling und Herbst eine arbeitsintensive Periode nahtlos auf die andere. Das Betriebsmodell auf dem relativ kleinen ÖLN-Hof hat zum Ziel, der Familie ein Auskommen zu ermöglichen, ohne einem Nebenerwerb nachgehen zu müssen. Fünf sehr herausfordernde Betriebszweige – Heilkräuter (Bio-Anbau), Wildblumen-Saatgut, Spargeln, Mastküken und die übrige Landwirtschaft – verteilen das ökonomische Risiko. Dies verlangt aber von der Betriebsleitung und dem saisonalen Helfer*innen-Team überdurchschnittlich viel Wissen und Können. Für die Betriebsbesichtigung fokussieren wir den Einblick in das Produktionsjahr von Heilkräutern und Wildblumen. Auf knapp 3 Hektaren werden ein Dutzend verschiedene Heilpflanzen nach neustem Stand der Technik angebaut, hofgetrocknet und zum grossen Teil der Firma Ricola für die Bonbons-Herstellung verkauft. Etwas geht in die Pharma-Industrie zur Erzeugung von natürlichen Medikamenten oder spagyrischen Essenzen. Auf einer Hektare wird Saatgut von 20 – 30 einheimischen Wildblumenarten geerntet, für Wiesenblumen-Mischungen und Dachbegrünungen. Hier sind Pflege, Ernte und Trocknung ebenso aufwändig und knifflig wie bei den Kräutern.

Hans Hofer kam 1975 mit seinen Eltern und Geschwistern als Pächterfamilie auf den Birlihof. Er lernte Landmaschinenmechaniker und übte diesen Beruf 10 Jahre lang aus, bevor er im Zweitberuf Landwirt mit Meisterdiplom wurde. Die Vater/Sohn-Gemeinschaft entwickelte die innovativen, in der Region eher seltenen Betriebszweige der Spezialkulturen.
Doris Hofer lernte nach dem bäuerlichen Haushaltlehrjahr Kleinkinderzieherin. Es folgte die Weiterbildung zur Bäuerin mit Fachausweis. Seit 2003 gehört der Betrieb Hans und Doris Hofer.

Freitag, 9. Juni 2023
14 – ca. 16 Uhr
Birlihof, 4917 Melchnau BE
Fr. 20.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 15.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

30

Die Welt von Ricola
Informative Führung durch das Kräuterzentrum

Entdecken Sie die Geheimnisse der 13-Kräutermischung und erleben Sie die faszinierende Welt von Ricola. Fernab von Industrie und vom grossen Verkehr bauen Ricolas Vertragsbauern im Hügel- und Berggebiet die am jeweiligen Standort geeigneten Kräuter an: Minzenarten eher im Emmental und am Jurasüdfuss, Salbei und Thymian eher im Wallis und Puschlav. Das Erntegut wird rasch vom Hof zur strengen Qualitätskontrolle ins Kräuterzentrum transportiert. Der gesamte Produktionsprozess findet auch heute noch in Laufen statt. Nach Trocknung, Reinigung, Schnitt und Lagerung wird die 13-Kräutermischung hergestellt. Sie ist – seit 1940 nahezu unverändert – die Basis für alle Ricola-Produkte.
Im Kräuterzentrum von Ricola, dem grössten Lehmbau Europas, führt ein erfahrener Ricola-Guide die Besucher*innen der Volkshochschule Region Zofingen während einer einstündigen Führung über einen Weg von den Kräutern zum Bonbon.

Donnerstag, 15. Juni 2023
16 – ca. 17.30 Uhr
Ricola Kräuterzentrum
Wahlenstrasse 101, 4242 Laufen
Fr. 20.– (Mitglieder VHS Zofingen Fr. 15.–)
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt – www.vhs-zofingen.ch

Kräuterzentrum Ricola, Laufen
© Ricola

Anmeldung:
Ich melde mich für folgende Veranstaltungen an:

Anlass-Nr.	Bezeichnung	Anzahl Personen

☐ Frau ☐ Herr

Vorname _____

Name _____

Strasse _____

PLZ / Ort _____

E-Mail _____

Telefon _____

☐ Ich bin Mitglied der Volkshochschule Region Zofingen

☐ Ich möchte Einzelmitglied werden, Jahresmitgliedschaft Fr. 30.–

☐ Ich möchte eine Paarmitgliedschaft abschliessen, Jahresmitgliedschaft Fr. 45.–

☐ Ich möchte die Volkshochschule Region Zofingen als Gönner mit Fr. ..... unterstützen

☐ Ich möchte eine Einzel- oder Paarmitgliedschaft verschenken (bitte Namen und Adresse angeben)

☐ Ich möchte das Programm und den Newsletter per E-Mail erhalten

☐ Ich möchte weitere Programme zum Verteilen, Anzahl Exemplare .....

Datum und Unterschrift:

VHS+
VOLKSHOCHSCHULE
REGION ZOFINGEN

Bitte
frankieren

Volkshochschule Region Zofingen
4800 Zofingen