



VOLKSHOCHSCHULE  
**REGION BRUGG**  
WIR MACHEN  
MENSCHEN SCHLAU



# KURSPROGRAMM 2019/20



Thema	Kurs-Nr.	Datum	Seite
<b>2019</b>			
Cocktail-Mix-Kurs	01	Montag, 21. Oktober	3
Kulturhaus ODEON Brugg	02	Dienstag, 22. Oktober	3
Progressive Muskelrelaxation (PMR)	03	Donnerstag, 24. Oktober	4
Kalligraphie	04	Dienstag, 29. Oktober	4
Wohn-Style-Guide	05	Mittwoch, 30. Oktober	5
<b>Werner van Gent – 40 Jahre Volkshochschule Brugg</b>	06	Dienstag, 5. November	5
Technik Grosi und Naturkunde Nonno	07	Donnerstag, 7. November	6
Klimapolitik	08	Donnerstag, 14. November	6
Biber-Pirsch	09	Samstag, 16. November	7
Kunsthause Wilhelm Leibl	10	Montag, 18. November	7
Betongiessen	11	Dienstag, 19. November	8
Künstliche Intelligenz	12	Mittwoch, 20. November	8
Sauerkraut im Konfiglas	13	Samstag, 23. November	9
FHNW Industrie 4.0	14	Donnerstag, 28. November	9
YOGARFO-Workshop	15	Samstag, 30. November	10
«Rote Lippen soll man küssen»	16	Donnerstag, 5. Dezember	10
<b>2020</b>			
«Der Tod in Venedig»	17	Mittwoch, 8. Januar	11
Digitale Fettnäpfchen – ohne mich!	18	Donnerstag, 9. Januar	11
Philosophische Samstagsrunde	19	Samstag, 11. Januar	12
YOGAFRO-Workshop	20	Samstag, 11. Januar	12
Silvesterchlausen im Appenzellerland	21	Montag, 13. Januar	13
Wurst-Seminar	22	Dienstag, 14. / 28. Januar	13
Achtsame Körperhaltung und Bewegung	23	Donnerstag, 16. Januar	14
Al Andalus	24	Montag, 20. Januar	14
Spielen mit dem Licht zu Hause	25	Mittwoch, 22. Januar	15
Zweifel Pomy-Chips AG Spreitenbach	26	Donnerstag, 23. Januar	15
Fasten	27	Montag, 27. Januar	16
Vor 200 Jahren im Welschland	28	Mittwoch, 19. Februar	16
Zürich HB	29	Dienstag, 25. Februar	17
Origami	30	Dienstag, 3. März	17
Besuch bei medica	31	Donnerstag, 5. März	18
Jodeln	32	Montag, 16. März	18
Superfood	33	Mittwoch, 22. April	19
Historische Wanderung zwischen Baden und Brugg	34	Samstag, 9. Mai	19





Montag, 21. Oktober

Kurs 01

## Cocktail-Mix-Kurs

Bei der nächsten Party führen Sie Ihre Gäste in die Welt der Cocktails ein

In diesem Hobby-Mix-Kurs lernen Sie alles, was Sie als guter Hobby-Barkeeper benötigen.

Kursinhalte:

- Die verschiedenen Barutensilien
- Die Zubereitung und Degustation der wichtigsten Drinks
- Tipps und Tricks aus der Praxis
- Kleine Gläser- und Warenkunde

Sie erhalten ein Manual mit den Drinkrezepturen.

**Kursleitung:** Tessa Schneider, Wirtin Restaurant Müli in Mülligen und Betreiberin magma Bar & Lounge in Schinznach-Bad

**Datum:** Montag, 21.10.2019, 19.30–21.00 Uhr

**Kursort:** magma Bar & Lounge, Schinznach-Bad. Die Bar befindet sich links des Eingangs Kurhotel im Park. Parkplätze Parkhaus Thermalbad Aquarena benützen.

**Kursgeld:** Fr. 100.–, Mitglieder Fr. 90.–

**Anmeldung:** bis 15.10.2019, Teilnehmerzahl mind. 5 / max. 8, Mindestalter 18 Jahre

**Kursbetreuung:** Jolanda Neuhaus, Brugg



Dienstag, 22. Oktober

Kurs 02

## Kulturhaus ODEON Brugg

Blick hinter die Kulissen von Cinema und Bühne

Erleben Sie das Kino einmal von einer anderen Seite. Lassen Sie sich informieren, wie moderne Kinotechnik funktioniert. Heute geht das ohne ratternde Projektoren und gerissene Filme ...

Sie erfahren, wie die Filme ins Kino kommen und wie sich die Brugger Kinos entwickelt haben. Der zweite Teil des Kurses führt Sie zum Schauspielplatz für Kleinkunst, Kindertheater, Musik und Literatur.

Welche Gastspiele machen im Odeon Halt, welche Künstlerinnen und Künstler werden engagiert? Werfen Sie einen Blick hinter die Bühne.

**Kursleitung:** Stephan Filati und Sue Luginbühl, Betriebsleiter des Kulturhauses ODEON Brugg

**Datum:** Dienstag, 22.10.2019, 18.00–19.30 Uhr

**Kursort:** Kulturhaus ODEON Brugg, Bahnhofplatz 11, Brugg

**Kursgeld:** Fr. 40.–, Mitglieder Fr. 30.–  
Wer nach dem Kurs zum Abendfilm bleibt (20.15 Uhr), erhält einen reduzierten Eintritt.

**Anmeldung:** bis 17.10.2019, Teilnehmerzahl max. 30

**Kursbetreuung:** Jolanda Neuhaus, Brugg



Donnerstag, 24. Oktober

Kurs 03

## Progressive Muskelrelaxation (PMR) Alltagstaugliche Entspannungsmethode

### PMR nach Jacobson in Theorie und Praxis

Diese Technik ist eine der bekanntesten Entspannungsmethoden. In unserer schnelllebigen Zeit wird gerne vergessen, dass der geforderte Mensch zur Erhaltung seiner Vitalität einen regelmässigen Ausgleich durch Entspannung schaffen soll. Die PMR bietet sich hier als leicht erlernbares Entspannungsverfahren an.

Bestimmte Muskelpartien werden zuerst angespannt, um dann umso tiefer entspannt zu werden. Durch die gewonnene Sensibilität für Spannung entwickelt sich ein neues Körpergefühl für Entspannung. Diese Methode lässt sich als äusserst effiziente Kurzenspannung überall und jederzeit anwenden.

**Mitnehmen:** bequeme warme Kleidung, Socken, Gymnastikmatte, Wolldecke, kleines Kissen

**Kursleitung:** Rita Schneider, Bewegungspädagogin BGB (Berufsverband für Gesundheit und Bewegung), Wellnesstrainerin, Döttingen

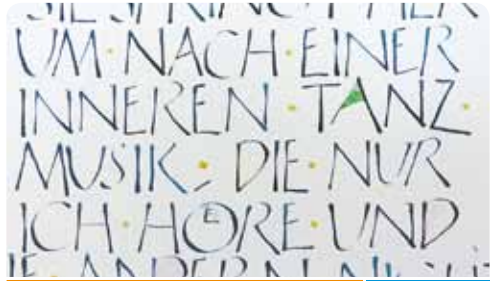
**Daten:** Donnerstag, 24.10. / 31.10. / 14.11.2019  
14.30–16.30 Uhr

**Kursort:** Ref. Kirchgemeinde Brugg,  
Spiegelgasse 9, Brugg

**Kursgeld:** ganzer Kurs Fr. 125.–, Mitglieder Fr. 115.–

**Anmeldung:** bis 15.10.2019,  
Teilnehmerzahl mind. 10 / max. 15

**Kursbetreuung:** Christine Treichler Bächli, Brugg



Dienstag, 29. Oktober

Kurs 04

## Kalligraphie Workshop mit Schrift Antiqua

### Die Kunst mit der Spitzfeder zu schreiben

Die Antiqua-Schrift ist sehr schlicht und hat nur Grossbuchstaben. Sie eignet sich hervorragend um zum Beispiel Tischkarten, Einladungen oder Couverts anzuschreiben oder kurze Texte zu gestalten.

Sie lernen an vier Abenden mit Tinte und Spitzfeder umzugehen und erhalten hilfreiche Tipps für Schrift und Gestaltung. Lassen Sie sich von der Freude am Schreiben anstecken! Anfangen und Ausprobieren – es tut gut!

**Kursleitung:** Erika Steiner, Kalligraphin und  
Bibliodramaleiterin, Riniken

**Daten:** Dienstag, 29.10. / 12.11. / 26.11. /  
10.12.2019, 19.00 – 21.30 Uhr

**Kursort:** Berufs- und Weiterbildungszentrum,  
Annerstrasse 12, Brugg

**Kursgeld:** Fr. 150.–, Mitglieder Fr. 130.–

**Anmeldung:** bis 22.10.2019,  
Teilnehmerzahl mind. 8 / max. 12

**Kursbetreuung:** Margrit Buhofer, Brugg



Mittwoch, 30. Oktober

Kurs 05

## Wohn-Style-Guide Workshop

Egal, ob Sie sich ein eigenes Haus oder eine Wohnung neu einrichten wollen, sich mit Ihrem Stil auseinandersetzen oder einfach nur sicherer in Gestaltungsfragen werden möchten, dieser Kurs wird Ihnen Sicherheit und neue Anregungen geben.

Dabei werden zum Beispiel folgende Themen behandelt:

- Welches sind die verschiedenen Einrichtungsstile und deren Merkmale?
- Was versteht man z.B. unter Urban Modern, Bohemien, Industrial, Skandinavisch, Minimal etc.
- Darf man unterschiedliche Stile miteinander mischen – und wenn ja, wie?
- Was sind die Trends 2019 / 2020?
- Wie können Sie Ihren persönlichen Einrichtungs-Stil finden?
- So setzen Sie einen Interior-Style zu Hause um. Praktische Tipps und Tricks.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

**Kursleitung:** Rita Szabo, Architektur / Innenarchitektur, Hunzenschwil

**Daten:** Mittwoch, 30.10. / 6.11.2019, 19.00–21.30 Uhr

**Kursort:** Berufs- und Weiterbildungszentrum, Annerstrasse 12, Brugg

**Kursgeld:** Fr. 110.–, Mitglieder Fr. 100.–

**Anmeldung:** bis 23.10.2019, Teilnehmerzahl mind. 9 / max. 15

**Kursbetreuung:** Christine Treichler Bächli, Brugg



Dienstag, 5. November

Kurs 06

## Werner van Gent Unterwegs zwischen Chaos und Stabilität – Rückblick auf 40 Jahre Berichterstattung

Werner van Gent – der Name ist im Lauf der Zeit zu einem Markenzeichen geworden für fundierte, sachliche und lebendige Berichterstattung.

Geboren 1953 in den Niederlanden als Sohn von schweizerisch-niederländischen Eltern, lebte er ab 1972 in der Schweiz und studierte Soziologie an der Universität Zürich. 1979 zog er nach Athen und arbeitete während rund 40 Jahren als Korrespondent für verschiedene Medien. In der Schweiz bekannt geworden ist er durch seine Berichte und Reportagen in TV und Radio aus dem südlichen Balkan, Griechenland, der Türkei, Zypern und Iran.

Heute lebt van Gent in Baden, Athen und ist immer wieder unterwegs auf Touren und Studienreisen, die er organisiert. Zusammen mit seiner Frau Amalia van Gent-Karapodouroglou gründete er das Unternehmen Treffpunkt Orient, welches Studienreisen und kulturelle Begegnungsanlässe organisiert.

[www.treffpunktorient.ch](http://www.treffpunktorient.ch)

**Im Anschluss wollen wir mit Ihnen bei einem Apéro auf die nächsten 40 Jahre Volkshochschule anstossen.**

**Datum:** Dienstag, 5.11.2019, 19.30 Uhr

**Kursort:** Berufs- und Weiterbildungszentrum, Annerstrasse 12, 5200 Brugg

**Kursgeld:** Fr. 20.–

**Anmeldung:** nicht notwendig, Abendkasse

**Kursbetreuung:** Hans Hauenstein, Brugg



Donnerstag, 7. November

Kurs 07

## Technik Grosi und Naturkunde Nonno

### Experimentierkurs für Seniorinnen und Senioren

*Dieser Kurs wird durch die Volkshochschule Spreitenbach durchgeführt.*

Seniorinnen und Senioren lernen in einem spannenden Kurs, wie sie mit Kindern von 4 bis 10 Jahren naturwissenschaftliche und technische Phänomene mit einfachen Experimenten forschend entdecken können.

In diesem Kurs bereiten wir Sie darauf vor, wie man gemeinsam mit Kindern naturwissenschaftlich-technische Phänomene mit einfachen Experimenten erforschen kann.

Die meisten 4- bis 10-jährigen Kinder sind an diesen Phänomenen interessiert, sie wollen spielerisch die Welt entdecken. Ihr Forschergeist und ihre Entdeckungslust werden in Familie und Schule jedoch oft nur ungenügend gefördert. Hier können Sie an für Naturwissenschaften interessierte Seniorin oder Senior zum Zuge kommen! Sie lernen in diesem Kurs viele faszinierende Versuche kennen und können diese anschliessend mit den Kindern aus Ihrem Umfeld eigenständig durchführen.

**Kursleitung:** Dr. Maria Till, Wissenschaftliche Mitarbeiterin FHNW

**Daten:** Donnerstag, 7.11. / 14.11. / 21.11.2019  
14.30–18.00 Uhr

**Kursort:** Campus FHNW, Steinackerstrasse 5, Gebäude 4, Brugg-Windisch

**Kursgeld:** Fr. 210.–, Mitglieder Fr. 200.–

**Anmeldung:** bis 28.10.2019, spreitenbach@vhsag.ch

**Kursbetreuung:** Denise Dittli, Spreitenbach



Donnerstag, 14. November

Kurs 08

## Schweizerische und internationale Klimapolitik

### Grundlagen und Überblick

Die Klimapolitik betrifft uns alle in zunehmendem Ausmass. Doch ist es nicht einfach, sich in dieser komplexen Materie zurechtzufinden. Treibhausgasemissionen, CO<sub>2</sub>-Gesetz, Übereinkommen von Paris, Energiesstrategie 2050, Lenkungsabgaben usw.: Hier ist ein gewisses theoretisches Grundwissen erforderlich.

Der Kurs vermittelt die Grundlagen auf dem Gebiet der Klimapolitik. Es wird erläutert, wie man Treibhausgasemissionen misst, wie sie bisher verlaufen sind, welche Zielsetzungen existieren und mit welchen politischen Massnahmen diese umgesetzt werden sollen. Auf diese Weise wird ein Instrumentarium zur sachlichen Interpretation der Meldungen aus Wissenschaft und Politik und zur eigenen Meinungsbildung vermittelt. Darauf basierend können anschliessend gemeinsam Fragen erörtert und Ansichten ausgetauscht werden.

**Kursleitung:** RA lic. iur. Stephan Buhofer, LL.M., Luzern, vormaliger Mitarbeiter der UNO-Klimakonvention in Bonn und Sachbuchautor

**Datum:** Donnerstag, 14.11.2019, 19.30–21.00 Uhr

**Kursort:** Berufs- und Weiterbildungszentrum, Annerstrasse 12, Brugg

**Kursgeld:** Fr. 25.–, Mitglieder Fr. 20.–

**Anmeldung:** nicht notwendig, Abendkasse

**Kursbetreuung:** Margrit Buhofer, Brugg





Samstag, 16. November

Kurs 09

## Biber-Pirsch

### Spurensuche im Biberland

**Sie fällen Bäume, stauen Bäche und verändern die Landschaft: Biber bringen Leben in die Natur! Knapp 300 Biber leben heute wieder im Aargau.**

Auf einem Streifzug entlang der Aare erkunden wir den Lebensraum des Bibers. In der Natur sind diese scheuen Säugetiere sehr schwierig zu beobachten – ihre Spuren verraten aber ihre Anwesenheit. Wir suchen nach «Biberrutschen» und Fressplätzen, lernen Biber-Pfade erkennen und hören spannende Details aus dem Leben des grössten Nagetiers der Schweiz und seinen Nachbarn im Auenland.

#### Kursleitung:

ExkursionsleiterIn Naturama Aargau

**Datum:** Samstag, 16.11.2019, 15.00–16.30 Uhr  
**Verschiebungsdatum:** Samstag, 23.11.2019  
 15.00–16.30 Uhr

**Kursort:** Start / Bushaltestelle Schinznach-Dorf  
 Baumschule

**Kursgeld:** Fr. 50.–, Mitglieder Fr. 45.–

**Anmeldung:** bis 2.11.2019,  
 Teilnehmerzahl mind. 15 / max. 25

**Kursbetreuung:** Urs Rechsteiner, Brugg



Montag, 18. November

Kurs 10

## Wilhelm Leibl

### Zeichnungen und Gemälde

**Ausstellung im Kunsthaus Zürich,  
 25.10.2019–19.01.2020**

Wilhelm Leibl (1844 Köln–1900 Würzburg) gehört zu den wichtigsten Vertretern des Realismus in Europa. Courbet hat ihn unterstützt, von Manet wurde er beeinflusst und van Gogh hat ihn geschätzt. «Gut gesehen» mussten seine Modelle sein, nicht «schön»!

Leibl begründete eine selbstständige, moderne Figurenmalerei. Das Wesen der Natur war für ihn wichtig. Wir betrachten Leben und Werk dieses detailreichen, eigenständigen Künstlers in der ersten ihm in der Schweiz gewidmeten Museumsausstellung.

**Montag, 18.11.2019, Vortrag in Brugg**

**Samstag, 23.11.2019, Führung im Kunsthaus Zürich**

**Kursleitung:** Nicoletta Brentano-Motta,  
 Kunsthistorikerin, Brugg

*Abgebildetes Gemälde: Das ungleiche Paar,  
 1876, Städel Museum, Frankfurt am Main.*

**Daten:** Montag, 18.11.2019, 19.30–21.00 Uhr,  
 Samstag, 23.11.2019, 14.00–15.30 Uhr

**Kursorte:** Berufs- und Weiterbildungszentrum,  
 Annerstrasse 12, Brugg  
 Führung Kunsthaus Zürich

**Kursgeld:** Vortrag Fr. 25.–, Mitglieder Fr. 20.–  
 Führung Fr. 30.–, Anreise und Eintritt exklusiv

**Anmeldung:** nur für Führung erforderlich bis  
 20.11.2019, Teilnehmerzahl max. 25

**Kursbetreuung:** Jolanda Neuhaus, Brugg



**Dienstag, 19. November**

**Kurs 11**

## Betongiessen Deko-Gegenstände für die Advents- zeit herstellen

**Möchten Sie individuelle Schalen und Gefässe gestalten, zwei Abende mit Gleichgesinnten verbringen und persönliche Geschenke kreieren?**

In der Vorweihnachtszeit ist Betongiessen eine schöne Beschäftigung. Es braucht dazu keinerlei Vorkenntnisse. Am Ende des Kurses sind die Dekorationen und Werkstücke fertig, jedes ein Unikat in liebevoller Handarbeit – bereit zum Verschenken oder für Sie selber.

Beton ist mehr als nur ein Baustoff. Im Kurs giessen wir den Beton in verschiedene Formen. Anschliessend verzieren wir die Gegenstände mit Farben.

**Kursleitung:** Gabriela Andermatt, Werklehrerin, Hausen

**Daten:** Dienstag, 19.11. / Mittwoch, 27.11.2019  
19.00–22.15 Uhr

**Kursort:** Atelier Gabi Andermatt,  
Nelkenstrasse 16, 5212 Hausen

**Kursgeld:** Bei 4–6 Personen Fr. 175.–,  
Mitglieder Fr. 160.–, Materialkosten ab ca. Fr. 30.–

**Mitbringen:** Wir empfehlen alte, gebrauchte Kleider

**Anmeldung:** bis 12.11.2019 mit Angabe der E-Mail-Adresse, Teilnehmerzahl mind. 4 / max. 6

**Kursbetreuung:** Ruth Knecht, Hausen



**Mittwoch, 20. November**

**Kurs 12**

## Künstliche Intelligenz mit gesundem Menschenverstand

**Künstliche Intelligenz (KI) verändert unser Leben schon heute, aber wohin führt Machine Learning und welche Auswirkungen wird es auf jeden von uns in der Zukunft haben?**

Selbstfahrende Autos, Gesichtserkennung im Strassenverkehr, Roboterhotels und Roboter als Nachrichtensprecher sowie Smart Homes sind schon heute Realität.

Dieser rasante technische Fortschritt macht die künstliche Intelligenz zu einer der Schlüsseltechnologien für das 21. Jahrhundert: Deeplearning mit neuronalen Netzwerken.

Sollte jedoch der Philosoph Nick Bostrom mit der Prophezeiung recht haben, dass sich KI spätestens 2050 eigenmächtig zur Superintelligenz weiterentwickelt, dann wäre die Vorherrschaft der Menschen in Gefahr. Damit dies nicht geschieht, muss KI noch unbedingt mit gesundem Menschenverstand ausgestattet werden.

**Kursleitung:**

Dr. Josef N. Reissner, em. Prof. ETH, Brugg

**Datum:** Mittwoch, 20.11.2019, 19.30–21.00 Uhr

**Kursort:** Berufs- und Weiterbildungszentrum,  
Annerstrasse 12, Brugg

**Kursgeld:** Fr. 25.–, Mitglieder Fr. 20.–

**Anmeldung:** nicht notwendig, Abendkasse

**Kursbetreuung:** Margrit Buhofer, Brugg





Samstag, 23. November

Kurs 13

## Sauerkraut im Konfiglas – eine Einführung in die Fermentation Workshop

Fermentierte Lebensmittel schmecken nicht nur fein, sondern helfen auch, die Verdauung zu fördern, eine gesunde Darmflora zu erhalten, das Immunsystem zu stärken und können so massgeblich zum allgemeinen Wohlbefinden beitragen.

Ich zeige Ihnen in diesem Kurs, wie Sie selbst ganz einfach Sauerkraut machen können und worauf Sie dabei achten müssen, damit der Fermentationsprozess gelingt. Wir konzentrieren uns auf ein Grundrezept, welches Sie zu Hause später ganz einfach nachmachen und variieren können.

**Mitnehmen:** 3 Konfigläser (Deckel einwandfrei) oder 2 ½ Liter-Bügelgläser mit Gummiring (+ evtl. 1 Reserveglas), Schürze

**Kursleitung:** Maddy Hoppenbrouwers, Fastenbegleiterin, Erwachsenenbildnerin, Schinznach-Bad

[www.fasten-zeit.ch](http://www.fasten-zeit.ch) / [www.permawerk.jimdo.com](http://www.permawerk.jimdo.com)

**Datum:** Samstag, 23.11.2019, 10.00–12.30 Uhr

**Kursort:** Berufs- und Weiterbildungszentrum, Annerstrasse 12, Brugg

**Kursgeld:** Fr. 45.–, Mitglieder Fr. 35.–  
Inbegriffen 1 Kilo Kabis und Unterlagen

**Anmeldung:** bis 14.11.2019,  
Teilnehmerzahl mind. 16 / max. 24

**Kursbetreuung:** Christine Treichler Bächli, Brugg



Donnerstag, 28. November

Kurs 14

## Industrie 4.0 – interessante Einblicke in aktuelle Technologien und Projekte der FHNW

Vier Fachpersonen der FHNW geben an zwei Abendveranstaltungen Einblicke in ihren Fachbereich. Sie als Kursteilnehmende werden nicht nur viel Neues und Interessantes erfahren, sondern teilweise auch selber praktisch arbeiten und experimentieren können:

### TEIL 1, Donnerstag, 28.11.2019:

- Die **Hochschule für Wirtschaft** zeigt anhand von studentischen Projekten, wie Unternehmen und Organisationen, aber auch die ganze Region vom Fachwissen der FHNW profitieren können.
- Die **Werkstatt** ist im Bereich **Maschinenbau** die eigentliche Schnittstelle zwischen Theorie und Praxis. Hier wird sichtbar, was Digitalisierung bedeutet.

### TEIL 2, Donnerstag, 12.12.2019:

- Das Institut für **Interaktive Technologien IIT** der Hochschule für Technik beschäftigt sich mit der Schnittstelle zwischen Mensch und Computer.
- Das **Maker Studio** ist ein Gemeinschaftsprojekt der Pädagogischen Hochschule und der Hochschule für Technik und hilft, kreative Ideen im Bereich Technik und Informatik umzusetzen.

**Daten:** Donnerstag, 28.11. / 12.12.2019,  
19.00–21.30 Uhr

**Kursort:** FHNW, vor der Campus Bar  
Haupteingang Gebäude 5 (bei der Eisbahn)

**Kursgeld:** Fr. 50.–, Mitglieder Fr. 40.–

**Anmeldung:** bis 18.11.2019  
Teilnehmerzahl mind. 10 / max. 20

**Kursbetreuung:** Hans Hauenstein, Brugg



Samstag, 30. November

Kurs 15

## YOGAFRO-Workshop Yoga meets African circular Dance

**Tauchen Sie ein in ein einzigartiges Bewegungserlebnis und geniessen Sie den meditativen Flow aus Atem, Bewegung und Rhythmus.**

Beginnend mit der Atmung in der Stille vertiefen wir unsere Wahrnehmung durch rhythmische, zirkuläre Bewegungen aus dem Afrikanischen Tanz durch den Körper. Es geht uns darum, Körper und Geist und Seele in Einklang zu bringen und die Freude an einem tiefen Körperempfinden auszudrücken.

**Mitbringen:** bequeme Kleidung, Yogamatten vorhanden

**Kursleitung:** Samuel Adjei Sowah, Professioneller Tänzer, Tanzpädagog, Musiker, Iris Tamara Sowah-Beyli, Tänzerin, Tanz-, Bewegungs- und Kunsttherapeutin, Yogalehrerin, Bremsgarten

### Daten:

Samstag, 30.11.2019, 14.45–16.45 Uhr  
Sonntag, 1.12.2019, 12.00–14.00 Uhr

### Kursort: MOVA DANCE

Bahnhofstrasse 6a, Campusareal/Nähe Bahnhof (Eingang beim Coop um die Ecke), Windisch

**Kursgeld:** ganzer Kurs Fr. 100.–,  
Mitglieder Fr. 90.–

**Anmeldung: bis 22.11.2019,**  
Teilnehmerzahl mind. 10 / max. 15  
Alter ab 18 Jahren bis unbeschränkt,  
bei Anmeldung bitte angeben.

**Kursbetreuung:** Christine Treichler Bächli, Brugg



Donnerstag, 5. Dezember

Kurs 16

## «Rote Lippen soll man küssen» Geschichte, Anwendung und Farbwahl

**Bereits in der Antike schminkten sich Königinnen wie Nofretete (um 1350 v. Chr.) nicht nur den Mund rot, auch die Augen wurden betont. Sogar bei Männern, vor allem bei Kriegern, waren gefärbte Lippen durchaus üblich.**

In diesem Kurs wird kurz auf die interessante Geschichte des Lippenstiftes eingegangen, die zeigt, dass der Lippenstift mehr ist als nur ein Kosmetikprodukt.

Die Pflege der Lippen, die Auftragstechnik sowie die Wirkung von Lippenstift werden an diesem Abend behandelt. Danach tauchen Sie in die Welt der Farben ein, finden den für Sie perfekten Lippenstift für den Tag, den Abend und den ganz besonderen Wow- Moment.

Gerne können Sie Ihre bevorzugte Farbe mitbringen.

**Kursleitung:** Xochitl Arteaga, Farb- und Stil-Beraterin, Make-up Artist, Windisch

**Datum: Donnerstag, 5.12.2019, 19.30–21.00 Uhr**

**Kursort:** The lookcenter School of Make up, Klosterzelgstrasse 17, Windisch  
Parkplätze sind genügend vorhanden  
(vor dem Lokal, bei der Fachhochschule NW, Hochschule für Technik)

**Kursgeld:** inkl. Material Fr. 60.–, Mitglieder Fr. 50.–

**Anmeldung: bis 30.11.2019,**  
Teilnehmerzahl mind. 8 / max. 12

**Kursbetreuung:** Jolanda Neuhaus, Brugg



Mittwoch, 8. Januar

Kurs 17



Donnerstag, 9. Januar

Kurs 18

## «Der Tod in Venedig» von Thomas Mann (1875–1955)

### Das Scheitern eines asketischen Künstlerlebens am Ferienstrand von Venedig

Venedig mit seinem «fauligen Geruch von Meer und Sumpf» war eines der zentralen Dekadenzsymbole in der Literatur der damaligen Zeit.

Als Kontrast dazu: der Strand, das Meer, die Sonne. In dieser Szenerie, zwischen Stadt und Strand, folgen wir dem beruflich erfolgreichen, aber seine eigenen Gefühle verdrängenden Schriftsteller Aschenbach.

An zwei Kursabenden widmen wir uns einigen prägnanten, aussagekräftigen Stellen der Novelle. Es ist von Vorteil, wenn wir für den ersten Abend bereits ein Drittel des Textes gelesen haben.

Zur Vertiefung der Thematik und als Beispiel einer äusserst gelungenen Verfilmung zeigt das Odeon diejenige von Luchino Visconti.

#### Kursleitung:

Veronika Kühnis, Germanistin, Windisch

Daten: Mittwoch, 8.1. / 15.1.2020

19.30–21.00 Uhr

Kinoabend: Donnerstag, 30.1.2020

18.00 Uhr

#### Kursorte: 1. und 2. Abend:

Berufs- und Weiterbildungszentrum,  
Annerstrasse 12, Brugg

3. Abend: Kino Odeon, Brugg

Kursgeld: Fr. 60.–, Mitglieder Fr. 50.–

Kinoticket auf eigene Rechnung

Anmeldung: erwünscht, Abendkasse

Kursbetreuung: Jolanda Neuhaus, Brugg

## Digitale Fettnäpfchen – ohne mich!

### Ein sicherer Umgang mit digitalen Gefahren beim Benutzen von Handy, Tablet und Computer ist möglich und lernbar!

#### Spoofing – Grooming – Phishing – Sextorsion. Die digitale Welt ist voller unbekannter Wesen ...

Normalerweise lernt man solche Begriffe nur kennen, wenn man unliebsame Bekanntschaft mit ihnen schliesst.

Dass es auch anders geht und es durchaus möglich ist, sich smart durch die digitale Welt zu bewegen, zeigt Christian Bochsler in seinen Ausführungen.

Sie lernen, digitale Fettnäpfchen zu umschiffen. Zudem erfahren Sie, wie Social Media (Facebook, Instagram und Co.) unsere Gesellschaft verändert hat und worauf Sie achten müssen, damit Sie diese Communitys trotzdem nutzen können, ohne in negative Fahrwasser zu geraten.

#### Kursleitung:

Christian Bochsler, Zürich, [www.csmb.ch](http://www.csmb.ch)

Datum: Donnerstag, 9.1.2020, 19.30–21.00 Uhr

Kursort: Berufs- und Weiterbildungszentrum,  
Annerstrasse 12, Brugg

Kursgeld: Fr. 25.–, Mitglieder Fr. 20.–

Anmeldung: nicht notwendig, Abendkasse

Kursbetreuung: Margrit Buhofer, Brugg



Samstag, 11. Januar

Kurs 19

## Philosophische Samstagsrunde

### Einladung zum Staunen, Zweifeln, Fragen

Der Kurs bietet eine Einführung in das philosophische Denken, aufgeteilt in einen Theorie- und einen Praxisteil. Philosophische Themen sind in unserem Alltag ständig präsent und werden durch die Entwicklungen in Gesellschaft, Wissenschaft und Technik immer wichtiger. Auch in unserem privaten Umfeld sind wir manchmal mit existenziellen Fragen konfrontiert, die uns überfordern. Durch die Philosophie entwickeln und festigen Sie die Fähigkeit, sich grundsätzlich und kritisch mit einem Thema auseinanderzusetzen, unabhängig davon, wie komplex dieses ist.

In jeder der fünf Samstagsrunden steht eine andere Fragestellung im Zentrum, die mittels philosophischer Theorien und Texte dargestellt wird: Was heisst Philosophieren? Was ist ein glückliches Leben? Was schulde ich meinen Mitmenschen? In welcher Gesellschaft wollen wir leben? Das Thema des letzten Kursmorgens bestimmen die Teilnehmenden.

**Kursleitung:** Malu Strauss, Philosophin, Germanistin mit langjähriger Erfahrung als Kantonsschullehrerin, Riniken

**Daten:** 14-täglich samstags, 11.1. / 25.1. / 15.2. / 29.2. / 14.3.2020, 9.30–11.30 Uhr

**Kursort:** Berufs- und Weiterbildungszentrum, Annerstrasse 12, Brugg

**Kursgeld:** Fr. 220.–, Mitglieder Fr. 200.–

**Anmeldung:** bis 30.12.2019, Teilnehmerzahl mind. 8 / max. 15

**Kursbetreuung:** Astrid Baldinger, Riniken



Samstag, 11. Januar

Kurs 20

## YOGAFRO-Workshop

### Yoga meets African circular Dance

**Tauchen Sie ein in ein einzigartiges Bewegungserlebnis und geniessen Sie den meditativen Flow aus Atem, Bewegung und Rhythmus.**

Beginnend mit der Atmung in der Stille vertiefen wir unsere Wahrnehmung durch rhythmische, zirkuläre Bewegungen aus dem Afrikanischen Tanz durch den Körper. Es geht uns darum, Körper und Geist und Seele in Einklang zu bringen und die Freude an einem tiefen Körperempfinden auszudrücken.

**Mitbringen:** bequeme Kleidung, Yogamatten vorhanden

**Kursleitung:** Samuel Adjei Sowah, Professioneller Tänzer, Tanzpädagogin, Musiker, Iris Tamara Sowah-Beyli, Tänzerin, Tanz-, Bewegungs- und Kunsttherapeutin, Yogalehrerin, Bremgarten

**Daten:**

Samstag, 11.1.2020, 14.45–16.45 Uhr

Sonntag, 12.1.2020, 12.00–14.00 Uhr

**Kursort:** MOVA DANCE

Bahnhofstrasse 6a, Campusareal/Nähe Bahnhof (Eingang beim Coop um die Ecke), Windisch

**Kursgeld:** ganzer Kurs Fr. 100.–, Mitglieder Fr. 90.–

**Anmeldung:** bis 4.1.2020, Teilnehmerzahl mind. 10 / max. 15  
Alter ab 18 Jahren bis unbeschränkt, bei Anmeldung bitte angeben.

**Kursbetreuung:** Christine Treichler Bächli, Brugg



Montag, 13. Januar

Kurs 21

## Silvesterchlausen

### Alter Silvester Urnäsch

Die Appenzeller feiern die Jahreswende gleich zwei Mal: Nach dem gregorianischen Kalender am 31. Dezember und nach dem julianischen Kalender am 13. Januar ...

... sind die Silvesterchläuser unterwegs. Sie sind fantastisch anzusehen, die «schöne Chläuser», «wüeschte Chläuser» und «Naturchläuser». Die Schönen schmücken kunstvoll verzierte Kopfhäuben mit Szenen aus dem bäuerlichen Leben. Die verummigten Gestalten, umhüllt mit Stroh, Tannenreisig oder Stechlaub, sind die Wüsten und Naturchläuser. In aller Herrgottsfrühe ziehen sie in Schuppelen los von Hof zu Hof und wünschen mit berührenden Zäuerli «es guets Neus».

#### Programm:

- 05.50 Uhr Brugg, Bhf. Besammlung Gleis 1  
Bitte lösen Sie das Zug-Billet selbst
- 06.00 Uhr Zug nach Zürich, Gossau
- 08.13 Uhr Urnäsch Bhf. an oder
- 08.20 Uhr Treffpunkt direkt am Bhf. Urnäsch  
Wir legen eine Strecke von ca. 3 km zu Fuss zurück und empfehlen warme Kleidung und Winterschuhe.
- 14.15 Uhr Urnäsch ab, 16.30 Uhr Brugg an

**Kursleitung:** Hanni Hofmann, Windisch

**Datum:** Montag, 13.1.2020, 5.50–16.30 Uhr

**Kursort:** Urnäsch, AR

**Kursgeld:** Fr. 50.–, Mitglieder Fr. 45.–

**Anmeldung:** bis 6.1.2020,  
Teilnehmerzahl mind. 7 / max. 16

**Kursbetreuung:** Ruth Knecht, Hausen



Dienstag, 14. Januar

Kurs 22

## Wurst-Seminar

### Machen Sie sich Ihre eigene Wurst

Edi Lüthi und sein Mitarbeiter weihen Sie in die Geheimnisse der Wurst-Herstellung ein. Neben der Freude am eigenen Produkt erwartet Sie ein unvergleichliches Genuss- und Geschmackserlebnis.

Wir beginnen den Nachmittag mit der Theorie zu Themen wie Wurstarten- und -sorten. Sie erhalten Rezepturen, Instruktionen, Hilfestellung und bereiten nun Schweins- oder Bauernbratwurst, Salsiccia, Lammbratwurst oder Merguez zu. Sie nehmen Ihre fertigen Wurstwaren mit nach Hause (3 kg). Vorher verkosten Sie die selber zubereiteten Meisterwerke zusammen am Grill – en Guete!

Berufskleidung wird gestellt; bitte nehmen Sie noch wasserfeste Schuhe (Stiefel) mit.

#### Kursleitung:

Edi Lüthi, Metzger/Betriebsleiter, Hausen

#### Daten:

**Kurs A:** Dienstag, 14.1.2020 und

**Kurs B:** Dienstag, 28.1.2020, 13.50–18.00 Uhr

**Kursort:** Metzgerei Lüthi, Holzgasse 1,  
5212 Hausen AG, P beim Restaurant  
Il Melograno (Rössli) benutzen.

**Kursgeld:** Fr. 190.–, Mitglieder Fr. 175.–

**Anmeldung und Bezahlung:** bis 20.12.2019,  
Teilnehmerzahl mind. 7 / max. 9

**Kursbetreuung:** Ruth Knecht, Hausen





Dienstag, 16. Januar

Kurs 23

## Achtsame Körperhaltung und Bewegung

**Wie wir uns wahrnehmen, hängt wesentlich von unserer Körperhaltung ab. Sie beeinflusst unsere Stimmung und unser Lebensgefühl.**

Der Kurs vermittelt Elementares zu Haltung und Bewegung. Unser Körper hat weit mehr zu bieten als Blockaden und Schmerzen. Entdecken Sie das breite Bewegungsspektrum Ihres Körpers, lernen Sie dieses Potenzial zu beleben, zu nutzen, zu pflegen – und in Schwung zu bleiben.

Erforschen Sie selber durch Bewegung, Vorstellungskraft und Information, wie Sie zu einer mühelos aufrechten Haltung kommen. Staunen Sie über die enorme Beweglichkeit Ihres Körpers und erleben Sie selber eine verbesserte, entspannte Körperhaltung.

Verblüffend einfache Übungen und hilfreiche Ideen helfen Ihnen im Alltag, eine freie Bewegung zu bewahren, sodass Lockerheit und gute Laune freie Bahn haben.

**Kursleitung:** Margrit Gwerder, Brugg, dipl. Bewegungspädagogin, Franklin Methode®

**Daten:** Donnerstag, 16.1. / 23.1.2020  
13.30–15.00 Uhr Nachmittagskurs

**Kursort:** MOVA DANCE, Bahnhofstrasse 6a, Campusareal / Nähe Bahnhof (Eingang beim Coop um die Ecke), Windisch

**Kursgeld:** Fr. 50.–, Mitglieder Fr. 45.–

**Anmeldung:** bis 10.1.2020,  
Teilnehmerzahl min. 8 / max. 15

**Kursbetreuung:** Margrit Buhofer, Brugg



Montag, 20. Januar

Kurs 24

## Al Andalus

**Die Herrschaft der Mauren in Spanien**

**Fast 800 Jahre dauerte die Herrschaft des Islam auf der Iberischen Halbinsel. In dieser Zeit prägten die Mauren das Leben der Bewohner, ihre Kultur, aber auch Städtebau und Landwirtschaft.**

Prächtige Bauwerke wie die Alhambra in Granada, die mächtigen Festungen in Sevilla, technische Wunderwerke wie die erste Strassenbeleuchtung in Cordoba – all das sind Spuren der maurischen Kultur in Spanien. Wussten Sie, dass der erste Flugversuch lange vor Leonardo da Vinci ebenfalls in Cordoba stattfand oder dass das Wissen arabischer Gelehrter viel weiter fortgeschritten war als dasjenige zeitgenössischer christlicher Gelehrter?

Begleiten Sie Reto Hugenberg auf seinem Streifzug durch diesen speziellen Abschnitt der spanischen Geschichte, die geprägt war von gegenseitiger Toleranz, Neugier und Akzeptanz zwischen Moslems, Christen und Juden. Tauchen Sie in eine Zeit ein, in der wichtige Grundsteine gelegt wurden für die spätere Überlegenheit Spaniens und Portugals.

**Kursleitung:** Reto Hugenberg, Bezirkslehrer, Bremgarten

**Datum:** Montag, 20.1.2020, 19.00–21.00 Uhr

**Kursort:** Berufs- und Weiterbildungszentrum, Annerstrasse 12, 5200 Brugg

**Kursgeld:** Fr. 25.–, Mitglieder Fr. 20.–

**Anmeldung:** nicht notwendig, Abendkasse

**Kursbetreuung:** Hans Hauenstein, Brugg





Mittwoch, 22. Januar

Kurs 25

## Spielen mit dem Licht zu Hause

Workshop

Wir versuchen zu verstehen, wie die Art der Beleuchtung in unseren Räumen auf uns wirkt, uns beeinflusst und wie wir kreativ mit dem Licht umgehen können.

Dabei stehen die folgenden Themen im Vordergrund:

- verschiedene Arten von Licht – wie beeinflussen diese unsere Stimmung
- praktisches Wissen und Grundlagen zu Licht, Lichtfarben, Lichtwärme und Lichtstimmungen
- interessante Lichtsituationen und verblüffend einfache Beleuchtungseffekte / Mehrfachbeleuchtung
- kreative Lösungen mit dem vorhandenen Licht
- Lichtakzente setzen mit Lampenarten: Hängelampen, Stehlampen, Tischlampen
- LED und RGB

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

**Kursleitung:** Rita Szabo,  
Architektin / Innenarchitektin, Hunzenschwil

**Daten:** Mittwoch, 22.1. / 29.1.2020  
19.00–21.30 Uhr

**Kursort:** Berufs- und Weiterbildungszentrum,  
Annerstrasse 12, Brugg

**Kursgeld:** Fr. 110.–, Mitglieder Fr. 100.–

**Anmeldung:** bis 14.1.2020,  
Teilnehmerzahl mind. 9 / max. 15

**Kursbetreuung:** Christine Treichler Bächli, Brugg



Donnerstag, 23. Januar

Kurs 26

## Zweifel Pomy-Chips AG

Ein Blick in die Produktionsstätten

Zweifel Chips und süsse Snacks verbinden viele von uns mit Genuss, Freude und Geselligkeit. Das Sortiment weist eine grosse Vielfalt aus, Kreationen für Veganer und Allergiker fehlen ebenso wenig wie der Klassiker, die Paprika-Chips. Kommen Sie mit!

Auf der rund dreistündigen Betriebsbesichtigung erhalten Sie Einblick in die Firma Zweifel und ihre vielfältigen Produkte, die Sie dann natürlich auch an einer Präsentation probieren können.

Ziehen Sie flache, geschlossene und rutschfeste Schuhe mit Socken und lange Hosen an. Bitte tragen Sie während des Rundgangs keine Uhren und keinen Schmuck und rauchen oder fotografieren Sie nicht.

**Anreise ÖV:** Ab Killwangen SBB Bus Nr. 10 bis Haltestelle Hårdlistrasse/Fegistrasse.

**Anreise PW:** Ausfahrt Spreitenbach, beim ersten Lichtsignal links bis zum Kreisel, dann Wegweiser «Zweifel» folgen. Bilden Sie wenn möglich Fahrgemeinschaften.

**Kursleitung:** Besucherdienst Zweifel

**Datum:** Donnerstag, 23.1.2020,  
13.20–17.00 Uhr

**Kursort:** Empfang Zweifel Pomy-Chips AG,  
Zweifelstrasse 5, 8957 Spreitenbach

**Kursgeld:** Fr. 30.–, Mitglieder Fr. 25.–

**Anmeldung:** bis 9.1.2020  
Teilnehmerzahl mind. 12 / max. 50

**Kursbetreuung:** Ruth Knecht, Hausen



Montag, 27. Januar

Kurs 27

## Fasten

**Für Gesunde und die, die das bleiben wollen**

Bei diesem Vortrag lernen Sie die verschiedenen Methoden des Fastens kennen und erfahren, welche positiven Auswirkungen diese auf den gesamten Körper haben können.

Gruppenfasten – Saftfasten – Basenfasten – Intervallfasten (Autophagie)

Immer mehr Menschen entscheiden sich, freiwillig und in Eigenverantwortung für eine bestimmte Zeit auf feste Nahrung und Genussmittel zu verzichten, um etwas für ihre Gesundheit aber auch ihren Geist zu tun. Schon einmal im Jahr fasten genügt, um u.a. das Immunsystem zu stärken, die Selbstheilungskräfte zu aktivieren und Krankheiten vorzubeugen. Dass dabei auch Kilos purzeln, ist nur einer der vielen positiven Nebeneffekte.

Frau Hoppenbrouwers bietet privat begleitetes Fasten an.

**Kursleitung:** Maddy Hoppenbrouwers, Fastenbegleiterin, dipl. Pflegefachfrau, Erwachsenenbildnerin, Schinznach-Bad. [www.fasten-zeit.ch](http://www.fasten-zeit.ch)

**Datum:** Montag, 27.1.2020, 19.00–21.00 Uhr

**Kursort:** Berufs- und Weiterbildungszentrum, Annerstrasse 12, Brugg

**Kursgeld:** Fr. 30.–, Mitglieder Fr. 25.–

**Anmeldung:** bis 20.1.2020, Teilnehmerzahl mind. 16 / max. 24

**Kursbetreuung:** Christine Treichler Bächli, Brugg



Mittwoch, 19. Februar

Kurs 28

## Vor 200 Jahren im Welschland

**Ein Brugger zieht in die Fremde**

Wie sah die Welt des 16-jährigen Jakob Belart aus, als er vor 200 Jahren auszog, um einen Beruf zu lernen?

Die Lebenswirklichkeit der 1820er-Jahre unterschied sich in fast allem, das uns heute selbstverständlich erscheint. Es gab kein fliessendes Wasser in den Wohnhäusern, elektrisches Licht kannte man nicht und die Menschen waren gezwungen, weite Reisen hauptsächlich zu Fuss zurückzulegen.

Peter Belart hat sich während Jahrzehnten mit lokal-historischen Themen befasst. Zugang dazu verschaffte ihm eine umfangreiche Briefsammlung seiner Vorfahren. Im Buch «Bleib auf dem Pfad der Tugend» verarbeitet er den Briefwechsel zwischen seinem Urururgrossvater Johannes Belart-Bächlin und dessen Sohn Jakob, der sich in Le Locle, Neuenburg und Paris zum Kaufmann ausbilden liess.

In diesem Kurs wird Peter Belart aus seinem Buch «Bleib auf dem Pfad der Tugend» vorlesen und ergänzend ein Bild von Brugg in dieser Zeit entwerfen.

**Kursleitung:** Peter Belart, Lehrer, Journalist, Autor, Schinznach

**Datum:** Mittwoch, 19.2.2020, 19.00–21.00 Uhr

**Kursort:** Berufs- und Weiterbildungszentrum, Annerstrasse 12, Brugg

**Kursgeld:** Fr. 25.–, Mitglieder Fr. 20.–

**Anmeldung:** nicht notwendig, Abendkasse

**Kursbetreuung:** Astrid Baldinger, Riniken



**Dienstag, 25. Februar**

**Kurs 29**

## Zürich HB

### Verstehen Sie Bahnhof?

**Erleben Sie den HB Zürich, den grössten Bahnhof der Schweiz, aus einer neuen, faszinierenden Perspektive!**

Der Hauptbahnhof Zürich wird jeden Tag von über 440 000 Menschen frequentiert. Als Dreh- und Angelpunkt für die Reisenden bietet er nicht nur An- und Abfahrten von Zügen, sondern ein grosses Angebot an Dienstleistungen und ein ShopVille mit fast 200 Geschäften.

Auf einer 2-stündigen Führung erhalten Sie einen Einblick in viele Bereiche, die hinter und unter dem HB liegen. Dazu gehören neben den Bereichen Haustechnik, Organisation, Steuerung auch geschichtliche Hintergründe oder praktische Tipps und Hinweise, wie man die Angebote des HB am besten nützen kann. Sie werden staunen, welch grossen Aufwand die SBB betreiben, um den Reisenden ein möglichst gutes Angebot an Dienstleistungen zu bieten.

**Kursleitung:** Michel Meier, Weiningen

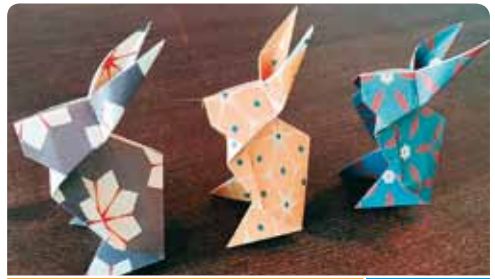
**Datum:** Dienstag, 25.2.2020, 18.00–20.00 Uhr

**Kursort:** HB Zürich, genauer Treffpunkt wird noch bekannt gegeben.

**Kursgeld:** Fr. 25.–, Mitglieder Fr. 20.–

**Anmeldung:** bis 15.2.2020,  
Teilnehmerzahl mind. 15 / max. 25

**Kursbetreuung:** Hans Hauenstein, Brugg



**Dienstag, 3. März**

**Kurs 30**

## Origami

### Die Kunst des Papierfaltens

**Aus einem Papier entstehen allein durch Falten zwei- oder dreidimensionale Objekte.**

Origami begeistert eine wachsende Anzahl von Menschen. Immer mehr Bücher erscheinen auf dem Markt, doch das Falten anhand von kompliziert aussehenden Diagrammen erschwert oft den Einstieg in dieses interessante Hobby. Lernen Sie in diesem Kurs das Falten durch Nachfalten mehrerer Modelle. Nebenbei erfahren Sie etwas über Faltsymbole, Papier, über Geschichtliches oder über einige bekannte Origamikünstler. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

**Kursleitung:** Anja Drews, Origami-Dozentin, March (D)

**Daten:** Dienstag, 3.3. / 10.3. / 17.3.2020  
18.45–21.15 Uhr

**Kursort:** Berufs- und Weiterbildungszentrum,  
Annerstrasse 12, Brugg

**Kursgeld:** Fr. 150.–, Mitglieder Fr. 130.–

**Anmeldung:** bis 20.2.2020,  
Teilnehmerzahl min. 8 / max. 12

**Kursbetreuung:** Astrid Baldinger, Riniken



Donnerstag, 5. März

Kurs 31

## Besuch bei medica Medizinische Laboratorien Dr. F. Käppeli AG, Zürich

Verfolgen Sie den Weg Ihres Untersuchungsmaterials (z.B. Blut) vom Laboreingang bis zur Resultatübermittlung. Erfahren Sie mehr über die neuesten Analysemethoden beim Besuch des Medizinischen Laboratoriums Dr. F. Käppeli AG.

- Programm:** Individuelle Anreise nach Zürich  
Mit Tram Nr. 3 ab Zürich, Haltestelle Bahnhofplatz, Richtung Klusplatz, Haltestelle Kunsthaus, kurzer Fussweg
- 13.15 Uhr Treffpunkt bei Med. Laboratorien Dr. Käppeli medica, Wolfbachstrasse 17, 8032 Zürich
- 13.30 Uhr Begrüssung und Führung. Sie verfolgen den Weg einer Blutprobe (und erhalten Informationen zu Klinischer Chemie, Hämatologie, Infektionsdiagnostik und Mikrobiologie).
- 17.00 Uhr Wir lassen den Nachmittag bei einem offerierten Apéro ausklingen.

**Kursleitung:** Marlis Waser, NDS, HF, Laborleiterin Präanalytik sowie das Team des med. Labors Dr. Käppeli AG

**Datum:** Donnerstag, 5.3.2020  
13.15–17.00 Uhr, anschliessend Apéro

**Kursort:** medica, med. Laboratorien Dr. F. Käppeli  
Wolfbachstrasse 17, 8032 Zürich

**Kursgeld:** Fr. 30.–, Mitglieder Fr. 25.–  
für die Führung und den Apéro

**Anmeldung:** bis 20.2.2020  
Teilnehmerzahl mind. 10 / max. 18

**Kursbetreuung:** Ruth Knecht, Hausen



Montag, 16. März

Kurs 32

## Jodeln «Zäme juchze»

Jodeln berührt und verführt unsere Seele und öffnet das Herz für die Wunder des Augenblicks! Wer Freude am Singen und an der Schweizer Kultur hat, ist gut gerüstet für diesen Kurs.

Der Kurs beinhaltet die Grundlagen des Jodelns, den jodeltypischen Wechsel zwischen Kopf- und Bruststimme, Atem- und Körperübungen.

Wir singen Naturjodel aus verschiedenen Regionen der Schweiz und traditionelle Jodellieder.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Jodeln in der Gruppe gibt ein schönes Zusammengehörigkeitsgefühl nach dem Motto «zäme fröhlich singe u jutze».

**Kursleitung:** Hanni Hofmann, Atemtherapeutin, Windisch

**Daten:** Montag, 16.3. / 23.3. / 30.3.2020  
19.00–20.45 Uhr

**Kursort:** Ref. Kirchgemeindsaal  
Museumstrasse 2, Brugg

**Kursgeld:** Fr. 165.–, Mitglieder Fr. 150.–

**Anmeldung:** bis 7.3.2020,  
Teilnehmerzahl mind. 6 / max. 13

**Kursbetreuung:** Ruth Knecht, Hausen



Mittwoch, 22. April

Kurs 33

## Superfood Power aus unseren heimischen Kräutern und Beeren

**Superfood muss nicht um die ganze Welt transportiert werden, es wächst direkt vor unserer Haustür.**

Der Vergleich mit Schweizer Lebensmitteln zeigt, dass einheimische Superfoods genauso gut für die Gesundheit sind, ganz nach dem Motto «das Gute liegt so nah».

Die einheimischen Wildkräuter und Beeren sind vollgepackt mit Vitalstoffen aller Art und deshalb besonders wertvoll. Sie regen unsere Sinne an, unsere Selbstheilungskräfte und geben dem Essen die besondere Würze.

Bei einem Spaziergang lernen wir die Powerkräuter kennen und stellen nachher noch ein Produkt her.

**Kursleitung:** Maja Stürmer,  
[www.fryberger-roesslerhof.ch](http://www.fryberger-roesslerhof.ch)

**Datum:** Mittwoch, 22.4.2020  
19.00–21.30 Uhr

**Kursort:** Maja's Chrüterstübli, Fryberger  
Rösslerhof, Schattengasse 10, Mandach

**Kursgeld:** Fr. 60.–, Mitglieder Fr. 55.–

**Anmeldung:** bis 15.4.2020,  
Teilnehmerzahl mind. 7 / max. 12

**Kursbetreuung:** Urs Rechsteiner, Brugg



Samstag, 9. Mai

Kurs 34

## An der konfessionellen Grenze zwischen den Bezirken Baden und Brugg Gantztägige Wanderung auf historischen Spuren

**Vor 500 Jahren hat Huldrych Zwingli sein Amt als Leutpriester am Grossmünster in Zürich angetreten. Aus diesem Anlass machen wir eine reformationsgeschichtliche Wanderung entlang der Grenze zwischen dem Berner Aargau und der Grafschaft Baden.**

Die Wanderung beginnt bei der Stadtkirche Brugg und führt uns über das Lateinschulhaus und die Klosterkirche Königsfelden zur reformierten Kirche von Windisch. Dann folgen wir der Reuss. Sie ist die bedeutendste volkskundliche Grenze in der Schweiz und war lange auch Staatsgrenze zwischen dem Stadtstaat Bern und der Grafschaft Baden und seit 1528 auch konfessionelle Scheidelinie. In Birmenstorf erfahren wir mehr über den ersten reformierten Prädikanten und «lesen» den spätgotischen Freskenzyklus in der ehemaligen paritätischen Pfarrkirche St. Leodegar aus dem Jahr 1440.

Verpflegung aus dem Rucksack; Rückfahrt ab Birmenstorf mit Postauto.

**Kursleitung:** Patrick Zehnder, Historiker, Birmenstorf

**Datum:** Samstag, 9.5.2020

**Treffpunkt:** Stadtkirche Brugg, 10.00 Uhr  
Ende 15.00 Uhr in Birmenstorf (Postauto Richtung Brugg: Birmenstorf ab 15.36 Uhr)

**Kursgeld:** Fr. 30.–, Mitglieder Fr. 25.–, Kinder Fr. 10.–

**Anmeldung:** bis 29.4.2020,  
Teilnehmerzahl mind. 15 / max. 25

**Kursbetreuung:** Hans Hauenstein, Brugg

# Allgemeine Geschäftsbedingungen der Volkshochschule Region Brugg

## Anmeldung

Eine Anmeldung – egal ob per E-Mail, telefonisch, schriftlich oder über die Website - ist grundsätzlich verbindlich. Bei Veranstaltungen mit begrenzter Teilnehmerzahl werden die Anmeldungen in der Reihenfolge des Einganges berücksichtigt.

## Durchführung der Veranstaltungen

Bis zur Bestätigung der Durchführung einer Veranstaltung durch die VHS besteht seitens der buchenden Kunden kein Anspruch auf eine Durchführung. Veranstaltungen finden an den im Programm angezeigten Terminen statt. Kurzfristige Änderungen bleiben vorbehalten. Ändern sich Termine nach Veranstaltungsbeginn, so werden die Teilnehmenden von der VHS informiert. Veranstaltungen, die kurzfristig ausfallen (z.B. wegen Erkrankung des Referenten), werden nach Möglichkeit nachgeholt, die Teilnehmenden telefonisch oder schriftlich informiert. Die VHS behält sich vor, Veranstaltungen abzusagen, wenn die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird. Bereits bezahlte Gebühren werden zurückbezahlt oder gutgeschrieben.

## Zahlung

Das Veranstaltungsgeld muss innerhalb von 10 Tagen nach Erhalt der Rechnung bezahlt werden. Steht laut Angebot eine Abendkasse zur Verfügung, wird das Veranstaltungsgeld vom Teilnehmer direkt vor Ort bezahlt. Schüler, Lehrlinge, Studenten und KulturLegi Aargau bezahlen 50% gegen Vorweisen des Ausweises.

## Abmeldung

Das Nichtbezahlen der Veranstaltungsgebühren gilt nicht als Abmeldung. Bei Abmeldung nach Erhalt der schriftlichen Veranstaltungsbestätigung ist die VHS berechtigt, Veranstaltungsgebühren in Höhe von bis zu 50% einzufordern. Erfolgt die Abmeldung erst drei Tage vor Veranstaltungsbeginn oder während der Veranstaltung, ist die VHS berechtigt, die gesamten Veranstaltungsgebühren in Rechnung zu stellen. Bei einer Abmeldung nach Veranstaltungsbeginn oder bei Nichterscheinen sind die ganzen Veranstaltungsgebühren zu bezahlen. Können einzelne Veranstaltungsstunden nicht besucht werden, kann keine teilweise Rückerstattung gewährt werden.

## Fernbleiben der Veranstaltung

Für nicht besuchte Veranstaltungen oder Teile einer Veranstaltung können keine Gebührenrückerstattungen geltend gemacht werden.

## Mitglieder

Jahresbeitrag Fr. 30.–, Paarmitglieder Fr. 40.–.

Mitglieder erhalten einen Mitgliederausweis für Vergünstigungen auf Kursen.

Gönnermitglieder sind natürliche Personen, Firmen oder Gemeinden, die die Volkshochschule unterstützen, auf Vergünstigungen aber verzichten.

## Haftung

Die VHS übernimmt keine Haftung bei Unfällen, Verlusten oder Diebstahl von Gegenständen. Die Versicherung gegen Unfälle bei Veranstaltungen, bei Studienreisen und Exkursionen ist Sache der Teilnehmenden.

## Fotos, Video- und Tonaufnahmen

An VHS-Veranstaltungen können Fotos und Videoaufnahmen nur nach Bewilligung durch Kursbetreuung und Kursleitung angefertigt werden.

## Datenschutz

Die VHS verwendet Kundendaten ausschliesslich für eigene Zwecke. Insbesondere darf sie E-Mail-Adressen für die Ankündigung weiterer Veranstaltungsangebote nutzen. Es bleibt dem Empfänger frei, sich jederzeit von der Empfängerliste abzumelden.

## Organe

### Vorstand

Hans Hauenstein, Präsident

Peter Aeberhard, Kassier

Astrid Baldinger

Enrico Biaggi

Margrit Buhofer

Dorothee Heer

Ruth Knecht

Jolanda Neuhaus

Urs Rechsteiner

Christine Treichler Bächli



VOLKSHOCHSCHULE  
REGION BRUGG  
WIR MACHEN  
MENSCHEN SCHLAU

### Abendkasse

Mechthilde Wächter

### Sekretariat

Christine Treichler Bächli, Tel. 056 451 12 69

E-Mail: [brugg@vhsag.ch](mailto:brugg@vhsag.ch), [www.vhsag.ch](http://www.vhsag.ch)

Bankverbindung VHS Region Brugg

NAB Brugg, CH75 0588 1038 6754 1100 0

### Revision

Monika Gimmel

Theres Oesch



Die Volkshochschule Region Brugg kann ihre Angebote nur preisgünstig anbieten, weil sie auch von der öffentlichen Hand unterstützt wird. Herzlichen Dank für die finanziellen Beiträge des Kantons Aargau und der folgenden Gemeinden des Bezirks Brugg:

Auenstein, Bözberg, Bözen, Brugg, Birrhard, Elfingen, Mandach,



Mülligen, Remigen, Rüfenach, Schinznach-Bad, Veltheim, Villigen und Windisch.



Die Volkshochschule Region Brugg ist ein Verein mit über 200 Mitgliedern, der weitgehend ehrenamtlich geleitet wird. Unsere Volkshochschule ist eine von elf Volkshochschulen des Kantons Aargau und auch Mitglied im Verband der Schweizerischen Volkshochschulen.

## Mitgliederversammlung der VHS Region Brugg

**Montag, 14. Oktober 2019, 19.00 Uhr**  
Forum Odeon, Bahnhofplatz, Brugg

Anschliessend geniessen wir einen schönen Film

**Gestaltung**  
Urs Rechsteiner

**Korrektorat**  
web-text.ch

**Druck**  
Effingerhof, Brugg