

## Jahresbericht Kurswesen 2018

Im vergangenen Vereinsjahr nahmen wiederum über 450 Personen an unseren zahlreichen Anlässen teil und entdeckten ihre persönlichen «Perlen» im vielfältigen Kursangebot 2018.

Das Jass-Team mit Helen Riccardi, Uschi Beck und Daniela Hausheer begrüßte an vier Nachmittagen zur gemütlichen Jass-Runde „**Stöck, Wys, Stich**“. In den Pausen kam auch der Austausch untereinander bei Kaffee und Kuchen nicht zu kurz.

In Kleingruppen liessen sich 19 Frauen in einer Schnupperstunde auf die Bewegungen des **Vinyasa Yoga** ein. Die Kursleiterin verstand es, auf jede Teilnehmerin einzugehen und alle waren vom modernen, fließenden und dynamischen Yogastil beeindruckt.

Dem Vortrag **Meine Energie – Fremdenergie** haben 24 Teilnehmende interessiert zugehört. Die Referentin zeigte einfache, gut umsetzbare Möglichkeiten auf, wie man auf seine Energie besser achten kann.

Drei Teilnehmerinnen interessierten sich für den Kurs **Plotterluft schnuppern** und liessen sich im Bastelshop «schuwies.ch» von Stefan Wiederkehr zeigen, wie sie mit Hilfe der Plotter-Technik eine Laterne gestalten konnten.

Die 13 Teilnehmerinnen waren begeistert über die vielen tollen Ideen, die Elisabeth Roth für den Kochkurs **Osterbuffet – Leckereien zum Fest** vorbereitet hatte und legten gleich mit Kochen los. Die Ergebnisse sahen alle wunderschön aus.

Unter kundiger Leitung haben 9 Frauen am **Velo-Flickkurs** an ihren eigenen Velos Reparaturarbeiten vorgenommen. Unter anderem wurden der Schlauch- und Reifenwechsel sowie das Wiedereinführen der Fahrradkette geübt.

Die Möglichkeit, einen Einblick in die Arbeit der **REGA** zu erhalten, haben sich 19 Frauen nicht entgehen lassen. Die Besichtigung startete mit einem informativen und eindrücklichen Film über die REGA. Bei der anschliessenden Führung konnten die Frauen einen Jet von innen anschauen und einen Blick in die Einsatzzentrale werfen.

Den Kurs **Flip Flop selber machen** musste leider mangels Teilnehmerinnen abgesagt werden.

Wollen Sie Ihre **Fotokamera besser kennenlernen**? 12 Frauen entschieden sich dazu und liessen sich am ersten Kursabend ihre Kamera und einige mögliche Einstellungen durch den kompetenten Kursleiter, Cris Wouters, erklären. Am zweiten Kurstermin ging es dann ab in den Steinhauserwald, wo fleissig fotografiert wurde. Die Teilnehmenden hatten sichtlich Spass, das Gelernte anzuwenden.

Am **Begegnungstag** im Lasalle-Hause in Edlibach nahmen 9 Teilnehmerinnen unter der Leitung von Ingeborg Prigl ihre Lebensräume und ihre Work-Life-Balance unter die Lupe. In schöner Umgebung und bei strahlendem Sonnenschein wurde engagiert gearbeitet; die Frauen nahmen die nützlichen Inputs und Impulse gerne entgegen, brachten eigene Ideen ein und genossen auch besinnliche Momente.

Der **indische Koch- und Geniessabend** war sehr gelungen. Die Kursleiterin, Cornelia Mayinger, erzählte zu Beginn Interessantes zur indischen Küche und zeigte den 15 Teilnehmenden auf, was dabei unbedingt zu beachten ist. Danach ging's für die Köchinnen in kleinen Gruppen ans Kochen. Es wurden elf verschiedene Speisen zubereitet: von süss bis scharf – alle super fein. Auch die 7 Personen, die sich nur zum Essen angemeldet hatten, waren begeistert.

Die beiden **Ruderschnupperkurse** waren sofort ausgebucht. 16 Frauen liessen sich bei gutem Wetter vom engagierten und geduldigen Kursleiter Roman Aeby des Ruderclub Cham in die Kunst des Ruderns einführen. Nach Erklärungen und Übungen auf dem Trockenen stiegen die Frauen in 4er Boote, mit denen sie dann mehr oder weniger elegant, aber mit viel Spass über den Zugersee ruderten.

Der Kurs **Geschenke aus der Küche** konnte mit je 11 Teilnehmerinnen doppelt durchgeführt werden. Für einen Kochkurs etwas ungewohnt war, dass die gekochten und gebackenen Erzeugnisse zum Schluss nicht gegessen wurden. Dafür durfte jede Frau eine schöne Auswahl an eingemachten Sachen nach Hause nehmen. Inzwischen haben wohl alle die eher unbekannteren Köstlichkeiten zu Hause probiert, eventuell nachgekocht und für Weihnachten zum Verschenken bereit gemacht.

An einer besonderen Besichtigung nahmen im September 27 Frauen teil: Die Führung durch die **Strafanstalt Bostadel** startete mit einer Präsentation zu Geschichte, Zahlen, etc. Danach führte der Direktor der Strafanstalt die Gruppe durch verschiedene Teile des Gebäudes, natürlich immer die strengen Sicherheitsvorschriften wärend. Räumlichkeiten und Begebenheiten hinterliessen einen nachhaltigen Eindruck bei den Teilnehmenden.

Der **Infoabend «Wege durch den Medienschungel»** musste leider mangels Anmeldungen abgesagt werden.

Fünf Frauen haben die Gelegenheit ergriffen, in den Räumen der CASA nova im Kurs **Nähen von Kissenhüllen, Tischsets, etc.** unter fachkundiger Anweisung und Hilfe von zwei Mitarbeiterinnen Kissenhüllen nach Profiart zu nähen.

Der Kurs **Beton modellieren** stiess auf reges Interesse. 9 Frauen kreierten an zwei Abenden im Atelier Huber in Cham ihre individuellen Kunstwerke. Der Kurs war ein Highlight und die Stimmung grossartig.

Der **Weihnachtsguetzli Backevent** bei der Bäckerei Hotz Rust fand bei 24 Frauen Anklang. Unter kundiger Leitung backten die Teilnehmerinnen viele verschiedene Weihnachtsguetzli und konnten dabei von den guten Tipps des Fachmanns profitieren.

Die Weihnachtsmarktfahrt führte uns dieses Jahr in die stimmungsvolle Altstadt von **Rapperswil** an den schönsten **Weihnachtsmarkt** am See. Die rund 45 Frauen genossen das Ambiente mit dem Schloss Rapperswil im Hintergrund und der festlichen Weihnachtsbeleuchtung, die dem Christkindlimärt Rapperswil-Jona jeweils einen besonderen Charme verleiht.

Dank unseren sprachinteressierten Frauen konnten wir auch dieses Jahr wiederum drei **Englischkurse** (Englisch Intermediate, Englisch Upper-Intermediate und Englisch Advanced) und zwei **Spanischkurse** (Spanisch für leicht Fortgeschrittene und Spanisch für Ferien) durchführen.

Der Jahreskurs **Atmen-Bewegen-Entspannen** konnte leider infolge Krankheit der Kursleiterin erst im April wieder starten. 11 Teilnehmerinnen nutzen jeden Montagnachmittag dieses beliebte Angebot.

Ein so vielfältiges Kursangebot ist nur möglich dank unseren FG-Mitarbeiterinnen, die immer wieder neue Kursideen einbringen und kompetent die Organisation übernehmen. Herzlichen Dank für die gute Zusammenarbeit! Danken möchte ich auch allen Kursleiterinnen, die für die FG im Einsatz waren, und natürlich allen Teilnehmerinnen, die unsere Kurse und Anlässe jeweils so zahlreich besuchen. Es freut uns immer sehr, wenn unser Kursprogramm Anklang findet und wir freuen uns bereits heute, Sie auch im 2019 an dem einen oder anderen Anlass zu sehen!

*Ursula Fischbach, Leiterin Kurswesen*