

Tanz

Folklore, Bauchtanz

Wochenend-Workshops

4413M

SHALIMA mit Gastdozentin ATHINA – Klassischer Raqs Sharqi

ab gute Mittelstufe bis Fortgeschrittene

Thema: Klassischer Raqs Sharqi – Die „Königsdisziplin“ im Orientalischen Tanz

Arabesken, Drehungen, elegante Haltung, exakte filigrane Hüftarbeit, fließende Bewegungen durch den Raum - dies alles kennzeichnet den klassisch Orientalischen Tanz.

Wir erarbeiten eine wunderschöne klassische Routine mit vielen „Ahas und Ohos“.

1 x Sa., 10.7.2010, 13.30–17.30 Uhr
 Fleinsbachschule Bernhausen, Pavillon
 € 50,-

4411N

SHALIMA mit Gastdozentin AISHA – Choreografie

ab gute Basis und Mittelstufe bis Fortgeschrittene

Thema: Der Tanz mit dem Federfächer (Mystischer Fantasytanz)

Der Tanz mit den Federfächern ist bei einem Bauchtanzauftritt etwas Besonderes und eine eindrucksvolle Abwechslung für den Zuschauer. Mit den Federfächern lassen sich für die Augen genussvolle farbenfrohe sowie geheimnisvolle Posen und Bühnenbilder zaubern, die das Publikum zum Träumen einlädt.

1992 entdeckte AISHA ihre Leidenschaft für den orientalischen Tanz. Regelmäßig vertieft sie ihr Können bei bekannten Tänzerinnen und Lehrerinnen aus dem In- und Ausland. Im Einzelunterricht und in Workshops arbeitet sie an ihrer Technik und lässt sich zu neuen Choreographien inspirieren. Gerne schaut Sie auch über den Tellerrand des Orientalischen Tanzes hinaus.

Bitte mitbringen: Falls keine Federfächer vorhanden sind, gibt es die Möglichkeit aus Karton eine Attrappe zu basteln (einfach herzustellen). Auf Anfrage kann AISHA Euch die Herstellung erklären. Man kann aber auch andere Fächer zum Üben mitbringen.

1 x Sa., 18.9.2010, 13.30–17.30 Uhr
 Fleinsbachschule Bernhausen, Pavillon
 € 50,-

4412N

SHALIMA – Choreografie

Geeignet für gute Mittelstufe und Fortgeschrittene Tänzerinnen

Thema: Gypsy Tribal (mit Script) zu Mittelalter Musik mit dem Titel „Jalla jalla“ CD Poeta Magica „Ferox“

Ein Ensemble, das es versteht, die verschiedensten Musiktraditionen miteinander zu verschmelzen: von den archaischen Klängen Skandinaviens bis zur Rhythmik des Orients.

Spannend, mystischer Beginn im Tribal Fusions Style mit neuen schlangenhaften Bewegungen und starken Akzenten (locks) gepaart mit magischem Ausdruck, übergehend in einem mitreißenden temperamentvollen Tanz. Geeignet als Solotanz aber sehr schön auch als Duett oder Gruppentanz anzusehen.

1 x Sa., 9.10.2010, 13.30–17.30 Uhr
 Fleinsbachschule Bernhausen, Pavillon
 € 49,-

4413N

SHALIMA – Choreografie

Geeignet für gute Mittelstufe und Fortgeschrittene Tänzerinnen Thema: „Drama Queen“ CD Bellydance Superstars Vol. III, Track 4

Ein modernes mystisches und gleichzeitig fetziges Tanzstück mit langsamen Parts, bestehend aus wunderschönen Arm- und Schlangenbewegungen, die das Publikum in den Bann ziehen.

1 x Sa., 13.11.2010, 13.30–17.30 Uhr
 Fleinsbachschule Bernhausen, Pavillon
 € 49,-

Rund um die Küche

Kochen und Kulinarisches

1. Filderstädter Männerkochklub

Walter Gühring,
 1. Filderstädter Männerkochklub

Kreativität, das ist das Motto des 1. Filderstädter Männerkochklubs. Um neue Menüs zu kreieren, treffen wir uns wieder einmal im Monat zum

Kocha – Essa – Trenka – Schwätza.

Ansprechpartner ist Walter Gühring,
 Tel. 0711 77 48 20.

Leider momentan keine Neuaufnahmen möglich!

5101N

3 x Mi., 15.9./ 13.10./ 17.11.2010
 1 x Fr., 17.12.2010
 2 x Mi., 12.1./ 16.2.2011, 19.00–23.00 Uhr
 Bernhausen, Gotthard-Müller-Schule, Küche

Alle Kochkurse finden

in der **Gotthard-Müller-Schulküche** in Bernhausen statt. Die Kursortbeschreibung finden sie auf Seite 105

Treffpunkt ist der **Nebeneingang**, der rechts vom Haupteingang liegt!

Die **Türe** wird ca. **10 Minuten nach Kursbeginn verschlossen**. Falls Sie verspätet eintreffen, laufen Sie bitte an dem Schulgebäude auf der Straßenseite bis zur Küche und klopfen am Fenster, damit ihnen jemand die Türe öffnet.

Kochtreff für Männer

Hugo Rieder, Kochtreff-Leiter

Die »Männer an die Kochtöpfe« der vergangenen Semester treffen sich weiterhin zum gemeinsamen Kochen.

Ansprechpartner:
 Hugo Rieder Tel. oder Fax 0711 77 16 58.

Leider sind derzeit keine Neuaufnahmen möglich!

Bitte mitbringen: Küchenschürze und Geschirrtuch

5102N

6 x Do., 16.9./ 21.10./ 25.11./ 16.12.2010
 20.1./ 24.2.2011, 18.00–22.45 Uhr
 Bernhausen, Gotthard-Müller-Schule, Küche
 € 21,60

... DIE ETWAS ANDEREN EINBAUKÜCHEN.

INDIVIDUELL UND EINMALIG

Mit neuen Ideen vermessen, planen, organisieren und terminieren wir Ihre Traumküche, mit Einbau und Service danach. Zuverlässig, preisbewusst und sympathisch!

Lassen Sie sich von unserer Ausstellung inspirieren.

kümel
 KÜCHENSTUDIO

musterhaus küchen

Küchenstudio Kümel GmbH, Otto-Lilienthal-Straße 3, 70794 Filderstadt-Plattenhardt, Telefon 0711-77 14 22

Rund um die Küche

Kochen und Kulinarisches

Brötchen, Pizzen und Pasteten:

NEU

Gudrun Kammerer, Wirtschafterin
Ingrid Beck, Kochkursleiterin

Heute kriegen wir es gebacken!

Ca. 10 bis 14 € für Lebensmittel zahlen Sie am Kursabend bar den Kursleiterinnen.

Bitte mitbringen: Schürze, Getränk, Frischhaltedosen und 2 Geschirrtücher

5104N

1 × Di., 21.9.2010, 19.00–22.45 Uhr
Bernhausen, Gotthard-Müller-Schule, Küche
€ 14,50

Antipasti & Fingerfood

NEU

Teil 2

– schnell und einfach zum Zubereiten
Simone Schumacher, Diätassistentin

Ob als Menüauftakt, als Genusshäppchen für zwischendurch oder raffiniert zu einem Büffet kombiniert. Antipasti und Fingerfood sind im Trend schlechthin. Sie passen zu allen Gelegenheiten!

Wegen der großen Nachfrage und der Vielfalt an Möglichkeiten bieten wir Ihnen Teil II mit neuen Rezepten an.

Ca. 10,- € für Lebensmittel zahlen Sie am Abend bar der Kursleiterin.



Metzgerei Thumm



Bonländer Hauptstr. 23
70794 Filderstadt
(Bonlanden)
Telefon 77 45 97
Telefax 7 79 91 12

Bitte mitbringen: Getränk, Frischhaltedose, Schürze, Geschirrtuch

5106N

1 × Mi., 6.10.2010, 19.00–22.30 Uhr
Bernhausen, Gotthard-Müller-Schule, Küche
€ 14,50

Kürbis – Lust auf Genuss

NEU

Bettina Karrer, Diätassistentin

Vielseitig in der Zubereitung und unverzichtbar im Herbst. Ob zur klassischen Kürbissuppe verarbeitet, aber auch als Pesto, Mousse, Salat oder aus dem Ofen kommt er fein daher und ist ein nicht alltäglicher Hochgenuss.

Ca. 10,- € für Lebensmittel zahlen Sie am Abend bar der Kursleiterin.

Bitte mitbringen: Getränk, Frischhaltedose, Schürze, Geschirrtuch

5107N

1 × Di., 26.10.2010, 19.00–22.30 Uhr
Bernhausen, Gotthard-Müller-Schule, Küche
€ 14,50

Geschenke aus der Küche

NEU

Bettina Karrer, Diätassistentin

Mit viel Liebe selbst zubereitete Geschenke und kleine Aufmerksamkeiten – nichts erfreut das Herz mehr! Tolle Ideen aus der Küche und alles lässt sich wunderbar vorbereiten. Ob Glühwein-Zucker, Milchreis Trüffel oder Bratapfelgelee, für jeden Geschmack ist etwas dabei. Als Mitbringsel zum Adventskaffee oder auch zu Weihnachten.

Ca. 11,- € für Lebensmittel zahlen Sie am Abend bar der Kursleiterin.

Bitte mitbringen: Getränk, Frischhaltedose, Schürze, Geschirrtuch

5108N

1 × Di., 16.11.2010, 19.00–22.30 Uhr
Bernhausen, Gotthard-Müller-Schule, Küche
€ 14,50

Kochkurse

für Kinder und Jugendliche

Partyfood

NEU

– mit Freunden kochen
für Jugendliche von 11–14 Jahren
Andrea Wunsch, Kochkurs-Leiterin

Teenie aufgepasst! Wie wär's mit einer Kochparty bei dir zu Hause?

In diesem Kurs wollen wir verschiedene Snacks, z.B. Hawaiitoast, gefüllte Baguettes, Blätterteig-Gebäck, Nachtische ... zubereiten und kochen, die dann zuhause ganz easy mit Freunden nachzukochen sind.

Das wird bestimmt eine tolle, etwas andere Party!

Let's cook !

Bitte mitbringen: Getränk, Frischhaltedose, Schürze, Geschirrtuch

2901N

1 × Sa., 20.11.2010, 16.00–19.00 Uhr
Bernhausen, Gotthard-Müller-Schule, Küche
€ 16,- / inkl. € 6,- Mat.

Kinderkochkurs – Krapfen, Berliner und Apfelküchle ...

NEU

für Kinder von 8–12 Jahren

Andrea Wunsch, Kinderkochkurs-Leiterin

Konfetti, Luftschnangen, bunte verrückte Kostüme...- was ist denn los?

– der Fasching naht!

Was wäre diese närrische Zeit ohne Berliner, Krapfen und Apfelküchle?

Vielleicht mit Zimt und Vanillesauce? Habt ihr Lust, das alles mit viel Spaß einmal selbst zu backen und zu kochen?

An die Schürzen! – auf die Plätze – fertig – los...

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, Getränk,

2851N

1 × Sa., 26.2.2011, 14.00–17.00 Uhr
Bernhausen, Gotthard-Müller-Schule, Küche
€ 14,- / inkl. € 4,- Mat.

Schöne Bescherung:

NEU

Gudrun Kammerer, Wirtschafterin
Ingrid Beck, Kochkursleiterin

An diesem Abend bereiten wir vier Weihnachtsmenüs zu, die Sie nicht aus der Ruhe bringen.

Ca. € 10,- bis € 14 für Lebensmittel zahlen Sie am Kursabend bar den Kursleiterinnen.

Bitte mitbringen: Schürze, Getränk, Frischhaltedosen und 2 Geschirrtücher

5109N

1 × Di., 7.12.2010, 19.00–22.45 Uhr
Bernhausen, Gotthard-Müller-Schule, Küche
€ 14,50

Heiß geliebte Ofen-Hits

NEU

Bettina Karrer, Diätassistentin

Vielfältig, unkompliziert und unglaublich lecker- von Aufläufen kriegt man nie genug! Ob Klassiker, Ausgefallenes oder süße Sünden, hier findet jeder seinen Favoriten.

Ca. € 10,- für Lebensmittel zahlen Sie am Abend bar der Kursleiterin.

Bitte mitbringen: Getränk, Frischhaltedose, Schürze, Geschirrtuch

5111N

1 × Di., 18.1.2011, 19.00–22.30 Uhr
Bernhausen, Gotthard-Müller-Schule, Küche
€ 14,50

Ohne Soß' nichts los:

NEU

Gudrun Kammerer, Wirtschafterin
Ingrid Beck, Kochkursleiterin

Schwabenglück für alle Gelegenheiten: Saucen und passende Gerichte dazu.

Ca. € 10,- bis € 14,- für Lebensmittel zahlen Sie am Kursabend bar den Kursleiterinnen.

Bitte mitbringen: Schürze, Getränk, Frischhaltedosen und 2 Geschirrtücher

5112N

1 × Di., 25.1.2011, 19.00–22.45 Uhr
Bernhausen, Gotthard-Müller-Schule, Küche
€ 14,50

Rund um die Küche

Kochen und Kulinarisches

s' Ländle und seine Küche

NEU

Simone Schumacher, Diätassistentin

Jeder mag die Highlights der schwäbischen Küche: Spätzle, Schupfnudeln, Maultaschen & Co ...

Das alte Klischee von der sehr einfachen, aber deftigen Hausmannskost gilt nicht mehr. Die Klassiker haben schon lange die Grenzen des Schwabenlandes überschritten und sind auch für Nichtschwaben ein Genuss.

Ca. € 12,- für Lebensmittel zahlen Sie am Abend bar der Kursleiterin.

Bitte mitbringen: Getränk, Frischhaltedose, Schürze, Geschirrtuch

5114N

1 x Di., 8.2.2011, 19.00–22.30 Uhr
Bernhausen, Gotthard-Müller-Schule, Küche
€ 14,50

Gefüllte Leckereien

NEU

Isabella Malianni, Diätassistentin

Ob Hefe- oder Blätterteig, Wraps, Fleisch oder Fisch – sie erhalten ihre ganz besondere Note durch süße oder salzige Füllungen und passen sowohl zur Party als auch zur Kaffeetafel. Kommen Sie und lernen neue Leckereien kennen.

Ca. € 10,- für Lebensmittel zahlen Sie am Abend bar der Kursleiterin.

Bitte mitbringen: Getränk, Frischhaltedose, Schürze, Geschirrtuch

5115N

1 x Di., 15.2.2011, 19.00–22.30 Uhr
Bernhausen, Gotthard-Müller-Schule, Küche
€ 14,50

Zwei Partner machen sich stark für Ihre Gesundheit

Familienbildungsstätte & AOK

Gesund zu sein und zu bleiben bedeutet ein großes Stück Lebensqualität und Lebensfreude. In diesem Sinne unterstützt die AOK – Die Gesundheitskasse schon seit Jahren ihre Versicherten bei der Gesundheitsvorsorge. Durch die Zusammenarbeit der AOK mit der fbs Filderstadt werden seit Herbst 2004 Kurse im Ernährungsbereich in Bernhausen angeboten.

Themenschwerpunkte sind die mediterrane Küche und die fettarme Zubereitung. Aber auch für sportlich Aktive, Kinder bzw. deren Eltern und Berufstätige, die sich zeitsparend und gut ernähren wollen, gibt es entsprechende Angebote.

Bitte beachten Sie:

- Die **Anmeldung** zu den AOK-Kursen erfolgt über die **AOK Neckar-Fils, Tel. 07021/721 355**.
- Sie erhalten daraufhin von der AOK eine Kursbestätigung mit weiteren Hinweisen zur An-/Abmeldung und Haftung.
- AOK-Versicherte haben Vorrang. Fremdversicherte können an den Kursen gegen Gebühr teilnehmen, sofern noch Plätze frei sind.
- Die Kurse finden ebenfalls alle in der Gotthard-Müller-Schulküche in Filderstadt-Bernhausen statt. Die Wegbeschreibung und Adresse entnehmen Sie bitte unserer Kursortbeschreibungen auf Seite 93 und 105.

Flott geschnippelt und schonend zubereitet

Angebot der AOK Neckar-Fils – Kooperationskurs mit Familienbildungsstätte Sigrun Grigoriev, Diätassistentin

Wie wär ´s mit frischen Köstlichkeiten aus Obst und Gemüse? Begeben Sie sich mit den AOK-Ernährungsfachkräften an die knackigsten Lebensmittel und werden Sie zum Profi in Sachen Frische, Vitamine und Gesundheit – mit tollen Ess-Ideen für viele Gelegenheiten.

Bitte mitbringen: Schürze, Getränk, Geschirrtuch

AOK 52211002

1 x Mi., 22.9.2010, 18.30–21.30 Uhr
Bernhausen, Gotthard-Müller-Schule, Küche
Lebensmittelumlage € 5,- bis € 8,-
Gebühr AOK-Versicherte € 0,-

After-Work-Küche

Angebot der AOK Neckar-Fils – Kooperationskurs mit Familienbildungsstätte Isabella Malianni, Diätassistentin

Ab nach Hause und rein in die Küche. Gesund kochen kann ganz schnell und einfach sein. Lernen Sie neue Lieblingsrezepte kennen, auf die Sie sich schon im Büro freuen werden...

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, Getränk

AOK 52211012

1 x Mi., 29.9.2010, 18.30–21.30 Uhr
Bernhausen, Gotthard-Müller-Schule, Küche
Lebensmittelumlage € 5,- bis € 8,-
Gebühr AOK-Versicherte € 0,-

Mediterrane Küche

Angebot der AOK Neckar-Fils – Kooperationskurs mit Familienbildungsstätte Isabella Malianni, Diätassistentin

Die mediterrane Küche ist nicht nur ein Hochgenuss für die Sinne, sondern schützt auch nachweislich vor verschiedenen Erkrankungen. Zaubern Sie sich einen Hauch von Urlaub auf den Teller und genießen Sie die sonnenverwöhnte Kraft des Südens. Ein kulinarischer Kurs, der Appetit auf Sommer und Gesundheit macht! Probieren Sie selbst!

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, Getränk

AOK 52211021

1 x Do., 14.10.2010, 18.30–21.30 Uhr
Bernhausen, Gotthard-Müller-Schule, Küche
Lebensmittelumlage € 5,- bis € 8,-
Gebühr AOK-Versicherte und Freunde € 0,-

Regionale Köstlichkeiten

Angebot der AOK Neckar-Fils – Kooperationskurs mit Familienbildungsstätte Sigrun Grigoriev, Diätassistentin

Die Lieblings Speisen der Region sind oft Kalorienbomben. Es geht aber auch mit weniger Fett: Werden Sie Gourmetexperte für Leckereien aus Baden, Schwaben oder der Pfalz, die ganz gesund auch mit weniger Fett gelingen.

Bitte mitbringen: Schürze, Getränk, Geschirrtuch

AOK 52211018

1 x Di., 19.10.2010, 18.30–21.30 Uhr
Bernhausen, Gotthard-Müller-Schule, Küche
Lebensmittelumlage € 5,- bis € 8,-
Gebühr AOK-Versicherte € 0,-

Kraut und Rüben

Angebot der AOK Neckar-Fils – Kooperationskurs mit Familienbildungsstätte Isabella Malianni, Diätassistentin

Neue Sorten und alte Bekannte bringen Vitamine, Vielfalt und Farbe auch in der kalten Jahreszeit auf den Tisch. Lernen Sie Wintergemüse kennen und kommen Sie mit uns und Ihren Freunden auf den Geschmack.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, Getränk

AOK 52211015

1 x Do., 11.11.2010, 18.30–21.30 Uhr
Bernhausen, Gotthard-Müller-Schule, Küche
Lebensmittelumlage € 5,- bis € 8,-
Gebühr AOK-Versicherte € 0,-



Kunst und Gestalten

Malerei, Kreatives, Basteleien

malen...entspannen...wohlfühlen

Petra Wittek, Kulturpädagogin,
Kunsttherapeutin, Malerin, Töpferin

Welche Farben hat der Herbst, welche gibt uns der Winter?

Gemeinsam werden wir uns mit der Aquarell Nass-in-Nass Technik in das Reich der Farben begeben. Sie dürfen Ihre Seele baumeln lassen, einfach nur entspannen und wohlfühlen.

Bitte mitbringen: falls vorhanden Pinsel und Malkittel

5202M

Sommer

1 x Fr., 2.7.2010, 20.00–22.00 Uhr
Bernhausen, Schurwaldstr. 29, Atelier Wittek
€ 15,-



5200N

Herbst

1 x Mo., 20.9.2010, 20.00–22.00 Uhr
Bernhausen, Schurwaldstr. 29, Atelier Wittek
€ 15,-



5201N

Herbst

1 x Mo., 18.10.2010, 20.00–22.00 Uhr
Bernhausen, Schurwaldstr. 29, Atelier Wittek
€ 15,-



5202N

Winter

1 x Mo., 29.11.2010, 20.00–22.00 Uhr
Bernhausen, Schurwaldstr. 29, Atelier Wittek
€ 15,-



Herbstliches Filzen

Bunt sind schon die Wälder. . .

Renate Metzke, Erzieherin

Aus Sonnenblumen, gefilzten Früchten wie Hagebutten, Obst und bunten Blättern oder Blattranken, Kürbissen, Pilzen oder auch Pilzhäusern bewohnt von kleinen Zwergen oder Trollen... gestaltet jeder seine eigene individuelle Herbstdekoration. Es können auch kleine Tiere, wie Rehe, Füchse, Eichhörnchen oder Bären aus dem herbstlichen Wald gemacht werden. Alles wird nass gefilzt.

Bitte mitbringen: 3 Frotteehandtücher, Schüssel od. Messbecher, Plastiktablett oder Backblech, Luftpolsterfolie in Backblechgröße. Material wird nach Verbrauch im Kurs abgerechnet.

5203N

1 x Fr., 24.9.2010, 16.00–22.00 Uhr
Brucknackerschule Bernhausen, Küche
€ 30,50

Krippenfiguren und Tiere an der Krippe filzen

Renate Metzke, Erzieherin

Sie haben noch keine Weihnachtskrippe? An diesem Wochenende können Sie Maria und Joseph mit dem Jesuskind in der Krippe und evtl. noch Hirten filzen. Alternativ ergänzend können auch die Heiligen 3 Könige entstehen. Sie gestalten die Figuren individuell nach Ihren Vorstellungen in Bezug auf Größe und Form. Die Muster sind etwa 10–12 cm groß. Alle Figuren werden nass gefilzt.

Passend zu Ihren bereits vorhandenen Krippenfiguren können Sie auch Schafe sowie Ochs und Esel filzen. Mit den Heiligen 3 Königen kommen Kamel und Dromedar zur Krippe gezogen. Die größeren Tiere werden um ein Drahtgerüst mit Schafwolle aufgebaut und anschließend trocken und nass modelliert. Es entstehen naturgetreue Tiere, an denen sie lange Freude haben.

Bitte bringen Sie ein Modell Ihrer Krippenfiguren mit, um die Größe der Tiere festzulegen.

Material wird nach Verbrauch berechnet, pro Figur ca. 3–4 Euro.

Bitte mitbringen: 3 Frotteehandtücher, Schüssel oder Messbecher, Backblech oder Kunststofftablett mit Rand, Noppenfolie in Backblechgröße, Schere, Filznadel

5204N

1 x Fr., 29.10.2010, 18.00–21.00 Uhr
1 x Sa., 30.10.2010, 9.00–13.00 Uhr
Brucknackerschule Bernhausen, Küche
€ 38,-

Nikolausfilzen

Renate Metzke, Erzieherin

An diesem vorweihnachtlichen Filztag stimmen wir uns auf die Adventszeit ein. Bringen Sie eigene Ideen mit und freuen Sie sich auf einen stimmungsvollen und entspannten Filztag.

Große und kleine Nikolausstiefel, Adventstüten, Lebkuchen und kleine Tannenbäume für den Adventstisch zum Hinstellen oder als Christbaumschmuck zum Aufhängen. Sternenkörbchen, Engel, Schneemänner, Weihnachtsdecken oder Deckchen als Adventsdekoration entstehen in Schablonen- und Aufbautechnik und werden nass gefilzt.

Das Material wird nach Verbrauch abgerechnet.

Bitte mitbringen: 3 Frotteehandtücher, Schüssel oder Messbecher, Backblech oder Kunststofftablett mit Rand, Luftfolie in Backblechgröße, Schere, Filznadel

5205N

1 x So., 21.11.2010, 10.00–16.00 Uhr
Brucknackerschule Bernhausen, Küche
€ 30,50

Pinguine, Eisbären und Co

Renate Metzke, Erzieherin

Kaiserpinguin, Königspinguin, Eisbärenmama mit Babys, Seehunde, Wale, Delphine, Polarfüchse, Eisscholle mit Höhle.

Ob einzelne größere Tiere oder ganze Tierfamilien: Sie haben die Qual der Wahl, welche Tiere Sie nacharbeiten möchten. Alle Tiere werden nass gefilzt.

Materialkosten werden nach Verbrauch berechnet.

Bitte mitbringen: Backblech oder Kunststofftablett mit Rand, 2 Frotteehandtücher, Schüssel oder Messbecher, falls vorhanden: Luftpolsterfolie in Backblechgröße

5206N

1 x Fr., 11.2.2011, 16.00–21.00 Uhr
Brucknackerschule Bernhausen, Küche
€ 30,50



Der Spezialist für Modestoffe u. Kurzwaren

www.esro.de

**Modestoffe
Designerstoffe
Möbelbezugsstoffe**

**Riesenauswahl an Kurzwaren
Neu in Stuttgart**



Sie finden uns ganz in Ihrer Nähe:

Stuttgart Holzstr. 19 Tel. 0711 / 2 36 92 42	Holzgerlingen Schlosstrasse 46 Tel. 0 70 31-60 36 96
--	--

Gegen diese Vorlage erhalten Sie während Ihres Nähkurses 10 % Rabatt auf Stoffe und Kurzwaren.



Kunst und Gestalten

Malerei, Kreatives, Basteleien

Tipps und Tricks rund um´s Filzen!

Heidi Retter, Diplom Sozialpädagogin, Filzerin

An drei Samstagen befassen wir uns mit Kniffen und Ideen rund ums Filzen. Selbst die versiertesten Filzerinnen werden etwas Neues erlernen können.

Oder wissen Sie,

- wie man einen Endlosschal macht,
- wie die Murmeln in den Filz und wieder raus kommen,
- wie die Schablonentechnik funktioniert,
- wie man Filz webt,
- wie Schuppen entstehen,
- oder welcher Filz für welche Technik geeignet ist?

5208N

Rund herum filzen!

wir experimentieren mit Murmeln und erlernen die Grundtechnik des »Einbauens«. So gestalten Sie außergewöhnlich schöne Schals, Blumenwiesen, Fensterketten, Schmuck ... oder was immer Ihre Fantasie kreiert und Ihr Herz begehrt.

Wolle kann mitgebracht oder im Kurs erworben werden. Material wird nach Verbrauch im Kurs abgerechnet.

Bitte mitbringen: 20–30 Murmeln oder Holzkugeln, 1–2m Noppenfolie, dünne Malerfolie, kleine Einmachgummis, Nadel und Faden, kleine Spitze Schere und wer möchte Seidenstoffe oder Wolle, 2–3 gr. Handtücher

1 × Sa., 9.10.2010, 10.00–17.00 Uhr
Brucknackerschule Bernhausen, Küche
€ 44,-



5209N

Kreuz und quer filzen!

Am heutigen Samstag steht die Verbindung von Weben und Filzen im Mittelpunkt. Haben Sie so etwas schon mal ausprobiert? Kammzug und Vorfilz werden zu verschiedenen Webmustern verflochten und anschließend verfilzt. Sie entdecken neue Dimensionen des Filzens und gestalten Schals, Gefäße, kleine Tischläufer ...

Wolle können Sie mitbringen oder im Kurs erwerben. Das Material wird nach Verbrauch im Kurs abgerechnet.

Bitte mitbringen: 1–2 m Noppenfolie, dünne Malerfolie, Peddigrohrrolle (gibt´s im Baumarkt ca. 70 cm breit.), 2–3 gr. Handtücher

1 × Sa., 13.11.2010, 10.00–17.00 Uhr
Brucknackerschule Bernhausen, UG 4
€ 44,-



5210N

Schuppen und Oberflächen filzen!

Heidi Retter, Diplom Sozialpädagogin, Filzerin

Lassen Sie sich einfach überraschen von den vielfältigen Möglichkeiten dieser neuen Filztechnik. Wir experimentieren mit Klarsichtfolie und Papierschablonen. Auf diese Weise entstehen doppelseitige Muster und schuppige oder Schildkröten ähnliche Oberflächen ... Mit Worten ist das Aussehen dieser kunstvollen Filzwerke kaum zu beschreiben. Deshalb empfehlen wir vorbeikommen und mitmachen! Das erste Probestück können Sie später zur kleinen Mütze, zum Schal, zum Lichtgefäß ... weiterbearbeiten.

Wolle können Sie mitbringen oder im Kurs erwerben. Das Material wird nach Verbrauch abgerechnet.

Bitte mitbringen: Klarsichtfolie, dünnes Papier, große und kleine spitze Schere, Nadel und Faden, Noppenfolie, Peddigrohrrolle (gibt´s im Baumarkt ca. 70 cm breit), dünne Malerfolie, 2–3 gr. Handtücher

1 × Sa., 29.1.2011, 10.00–17.00 Uhr
Brucknackerschule Bernhausen, UG 4
€ 44,-



Individuelle Gesichtspflege und persönliches Make-Up

Barbara Klings-Hoffmann,
Schönheitsberaterin, Massagetherapeutin,
Fußpflegerin

In einer kleinen Gruppe von maximal 6 Personen nehme ich mir Zeit Ihren Hauttyp zu analysieren und Ihre Erwartungen an ein persönliches Hautpflegeprogramm herauszufinden. Das Thema Beauty-Aging wird uns dabei begleiten. Nach einer Verwöhnstunde mit individuell abgestimmter Gesichtspflege tauchen wir ein in die Welt der Farben. Mit der Auswahl eines auf Ihren Typ und Alter abgestimmten, natürlichen und leicht umzusetzenden Make-ups werden wir den Kurs beschließen.

Materialkosten ca. € 5.

Bitte mitbringen: Haarband und kleines Handtuch, Kosmetik-(vergrößerungs-)standspiegel. Wer möchte, kann sein bisheriges Pflegeprogramm zur Abstimmung mitbringen.

5211N

1 × Sa., 9.10.2010, 14.00–18.00 Uhr
Familienbildungsstätte, Bonlanden, Raum 3
€ 20,-

Naturparfum Workshop

Herstellung eines Naturparfums mit ätherischen Ölen

Gabriele Wagner, Wellnesstherapeutin

Wollten Sie nicht schon immer einmal wissen, wie ein Parfum hergestellt wird?

Dann reisen Sie mit uns in die Welt der Parfumeure!

Wir werden uns mit den Basis-, Herz- und Kopfnoten der ätherischen Öle beschäftigen und mit dem richtigen Mischverhältnis.

Natürlich wird an diesem Abend sehr viel »geschnuppert« und zu guter Letzt stellen Sie Ihr eigenes Parfum her.

Materialkosten in Höhe von € 12 werden im Kurs mit der Kursleiterin abgerechnet.

Bitte mitbringen: Stift, Papier, Getränk, Materialkosten

5212N

1 × Fr., 29.10.2010, 18.00–21.00 Uhr
Familienbildungsstätte, Bonlanden, Raum 3
€ 15,-

Filigraner Perlenschmuck

für Frauen ab 16 Jahren

Anita Palazzo, Schmuckdesignerin

Haben Sie Lust auf eigene Schmuckkreationen oder suchen Sie ein interessantes Schmuckstück, das zu Ihrem Outfit passt? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig.

Wir fertigen aus hochwertigem Material wie Swarovski-Perlen, Glasschliff- und Wachsperlen eigene, individuelle Schmuckstücke.

Gezeigt werden verschiedene Fädel- sowie einfache Verschlusstechniken.

Gefädelt wird auf nylonummanteltem Schmuckdraht. Alle Materialien, die verwendet werden, sind nickelfrei. Werkzeuge werden bereitgestellt und Material am Ende des Kurses abgerechnet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

5213N

1 × Mo., 29.11.2010, 18.00–21.30 Uhr
Brucknackerschule Bernhausen, UG 4
€ 16,-



www.buhl-basteln.de

Creatives Hobby – Künstlerbedarf
Bonlanden, Bonländer Hauptstraße 55
Neuhausen und Stuttgart

- Kreativ macht stark und schlau!
- Tilda – skandinavischer Stil mit Stoff
- Kartengestaltung Exklusiv-Papiere
- Künstlerfarben Keilrahmen
- Mosaik aus Glas und Acryl
- Lichtertüten und Zubehör
- Filzen und Filzstricken
- Hobbyfarben, Stifte
- Schmuck und Perlenvielfalt

Kunst und Gestalten

Malerei, Kreatives, Basteleien

Silberschmiedkurs für Frauen

am Wochenende

Michael Uhlig, Gold- und Silberschmied

Die Teilnehmerinnen, die zum ersten Mal den Silberschmiedkurs besuchen, arbeiten einen einfachen 935 Silberring. Sie erlernen dabei den Umgang mit dem Werkzeug. Nach Fertigstellung können Sie dann selbstständiger arbeiten.

Jede Teilnehmerin kann im Kurs 2 Silberstreifen verarbeiten. Die verschiedenen Größen dazu, können Sie sich in Tabellen aussuchen. Aus einem 100 mm langem Silberstreifen (*Breite nach Auswahl) kann ein offener oder geschlossener Ring mit verschiedenen Oberflächen gefertigt werden.

Aus einem 200 mm langem Silberstreifen kann eine Armspange (offen) oder ein Armreif (geschlossen) gefertigt werden (*Breite nach Auswahl).

Es bleibt immer ein Reststück von einem Silberstreifen übrig, daraus wird noch ein passender »Ruckzuck«-Anhänger geschmiedet.

Alle Teilnehmerinnen können zum Ende des Kurses mindestens 4 Schmuckstücke mit nach Hause nehmen.

Für Fortgeschrittene ist es auch möglich, mit Steinen zu arbeiten.

Wenn Sie andere Maße für Silber brauchen oder bestimmte Vorstellungen haben, bitte dazu mit dem Kursleiter – 2 Wochen vor Kursbeginn – Rücksprache halten.

Kosten an den Kursleiter:

- Am Ende vom Kurs wird das Silber beglichen.
- Preise und Größen der Silberstreifen können auf der Website www.uhlig-silberschmiedekurs.de heruntergeladen werden.
- Ein Gramm Silberdraht wird mit € 1,50,- berechnet.
- € 4,00 Werkzeugverschleißkosten pro Teilnehmer
- Edel- oder Schmucksteine gegen entsprechenden Aufpreis.

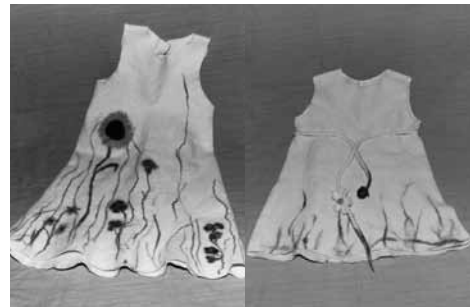
Gold & Silberschmied BW Michael Uhlig
 Mobil: 0171 206 50 42
 E-Mail: uhligsbw@aol.com www.uhligsbw.de

Bitte mitbringen: alte Kleidung, Bleistift, Millimeterpapier u. Geodreieck, bei langen Haaren eine Mütze oder Haargummi. Vesper und Getränke nicht vergessen.

5214N

1 x Fr., 14.1.2011, 17.00–21.00 Uhr
 1 x Sa., 15.1.2011, 10.00–18.00 Uhr
 Brucknackerschule Bernhausen, UG 4
 Einzelperson € 44,-

Taufkleid filzen!



Ein ganz und gar persönliches und unvergessliches Geschenk!

Heidi Retter, Diplom Sozialpädagogin, Filzerin
 Mit viel Liebe und Hingabe gestalten Sie das Taufkleid für Ihr Paten-, Enkel- oder eigenes Kind. Es gibt kaum ein schöneres und wertvolleres Geschenk zur Tauffeier. Sie entwerfen das Kleid nach ihren eigenen Vorstellungen, ganz individuell und in der passenden Größe.

Bitte mitbringen: Wenn Sie sich in der Familienbildungsstätte verbindlich angemeldet haben, besprechen Sie bitte telefonisch mit der Kursleiterin Frau Retter Tel. 0711 489 63 64 die genauen Maße, die Materialien und Utensilien.

5215N

1 x Fr., 18.2.2011, 18.00–22.00 Uhr
 1 x Sa., 19.2.2011, 10.00–16.00 Uhr
 Brucknackerschule Bernhausen, UG 4
 € 65,-

Schriftlich für das neue Programm ab sofort!

Per Post Familienbildungsstätte Filderstadt
 Humboldtstraße 7 (Alte Mühle)
 70794 Filderstadt-Bonlanden

Per Fax 07 11 77 10 59

Per eMail info@fbs-filderstadt.de

online www.fbs-filderstadt.de

ab 28. Juni 2010

Bitte vollständig ausfüllen:

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort

Telefon Fax

Email

Bankeinzug

Kontonummer

Bankleitzahl

Institut

Datum Unterschrift

Von den Anmeldebedingungen (S.2) und den Allgemeinen Geschäftsbedingungen (S.104) im Programmheft habe ich Kenntnis genommen.

Verbindliche Anmeldung:

Kursnummer ggf. Name des Kindes mit Geb. Datum/Name der Person Gebühr

Kursnummer ggf. Name des Kindes mit Geb. Datum/Name der Person Gebühr

Kursnummer ggf. Name des Kindes mit Geb. Datum/Name der Person Gebühr

Kursnummer ggf. Name des Kindes mit Geb. Datum/Name der Person Gebühr

Datum Unterschrift

Ratenzahlungen für einen Kurs über € 100,- sind möglich. Vereinbaren Sie dies bitte bei der Anmeldung.