



Volkshochschule Thal

Erwachsenenbildung

Kursprogramm

Herbst 2007

Mitglieder werden alle, die vom Kursbetrieb der VHS Thal profitieren!
Gönner unterstützen die VHS Thal, weil sie Interesse haben an
Weiterbildungsangeboten in der Region!



Mitgliederkarte

Ich werde Mitglied der VHS Thal und bezahle einen jährlichen Mitgliederbeitrag von Fr. 20.-.

Name, Vorname

Adresse

PLZ, Wohnort

Telefon

Datum, Unterschrift

Einsenden an: VHS Thal, Sekretariat, 4716 Welschenrohr



Gönnerkarte

Ich unterstütze die VHS Thal und bezahle jährlich einen Beitrag als

- Gönner ab Fr. 30.-
- Hunderter-Club-Mitglied ab Fr. 100.-

Name, Vorname

Adresse

PLZ, Wohnort

Telefon

Datum, Unterschrift

Einsenden an: VHS Thal, Sekretariat, 4716 Welschenrohr

Organisation der VHS Thal

Präsidentin

Berger Erika
Seitenacker 673
4712 Laupersdorf
062 391 26 32
erika.berger@ggs.ch

Sekretariat

Antenen Heidi
Sportplatzweg 592
4716 Welschenrohr
032 639 15 29
vhs.thal.antenen@bluewin.ch

Vorstand / Gemeindedelegierte

Von Burg Katharina (Kassierin)
Am Roggebächli 5
4710 Balsthal
062 391 24 07

Neuenschwander Annemarie (Aktuarin)
Sandgrubenstrasse 3
4710 Balsthal
062 391 48 45

Glanzmann Heidi
Postfach 39
4717 Mümliswil
062 391 21 57

Grolimund Martin
Steinenbachweg 11
4710 Balsthal
062 391 52 04

Häfliger Peter
Thalgrabenstrasse 300
4718 Holderbank
062 390 19 12

Meier Anton
Kirchstrasse 54
4713 Matzendorf
062 394 17 08

Meier Erika
Kirchstrasse 263
4715 Herbetswil
062 394 10 15

Nussbaumer Renate
Füegenhof 30
4716 Gänsbrunnen
032 639 18 13

Stettler Amanda
Bodenacker 539
4712 Laupersdorf
062 391 39 70

Wagner Brigitta
Dorfstrasse 17
4714 Aedermannsdorf
062 394 17 92

Inhaltsverzeichnis

Organisation der VHS Thal	1
Sprachkurse	3
Kunsth Handwerk	8
Nähen	9
Tanzkurse	10
Musik	11
Körperschulung	12
Gesundheit / Lebenshilfe	15
Astrologie	16
Grundlagen / Beruf	17
Diverse Kurse	19
Hunderter-Club	22
Allgemeines	24
Anmeldetalon	25

Weitere Volkshochschulen im Kanton Solothurn

VHS Region Grenchen, Jurastrasse 5, 2540 Grenchen
☎ 032 653 04 24 Fax 032 653 04 27
E-Mail info@vhs-grenchen.ch

VHS der Region Olten, Jurastrasse 20, Postfach, 4603 Olten
☎ 062 212 16 80 Fax 062 213 08 96
E-Mail vhs.oltten@solnet.ch

VHS Solothurn, Werkhofstrasse 23, Postfach 1828, 4502 Solothurn
☎ 032 622 97 33 Fax 032 622 97 34
E-Mail info@vhs-so.ch

1. Sprachkurse

Kursdauer: 15 Doppelektionen (90 Min.) oder 22 x 1 Stunde

Kursbeiträge: Fr. 250.-
ab Fr. 300.- für Kleingruppen

Der Einstieg in die laufenden Sprachkurse ist jederzeit möglich!

Anmeldungen an: Sekretariat VHS Thal 032 639 15 29

Verabreden Sie bitte den Termin für Ihre Schnupperlektion direkt mit der Kursleiterin oder dem Kursleiter!

1.1.0 Englisch Fortsetzungskurs, „Bridges 1“, unit 12

Kursfortsetzung: Mittwoch, 29. August 2007, 20.00 – 21.30 Uhr
Kursort: Matzendorf, Sekundarschulhaus
Kursleiterin: Sonja Nussbaumer, ☎ 076 455 88 48

1.1.1 Englisch Fortsetzungskurs, „Bridges 2“, unit 2

Fortsetzung Kurs A: Montag, 27. August 2007, 19.40 – 20.40 Uhr
Fortsetzung Kurs B: Montag, 27. August 2007, 20.45 – 21.45 Uhr
Kursort: Balsthal, Bezirksschulhaus
Kursleiterin: Elisabeth Spiegel, ☎ 062 396 29 42

1.1.2 Englisch Fortsetzungskurs, „Lifelines“

Kursfortsetzung: Mittwoch, 29. August 2007, 19.00 – 20.15 Uhr
Kursort: Laupersdorf, Schulhaus Sunnmatt
Kursleiterin: Susan Hafner, ☎ 062 391 03 29

1.1.7 Englisch English course intermediate, „New Headway“, unit 11

Kursfortsetzung: Mittwoch, 29. August 2007, 19.45 – 21.15 Uhr
Kursort: Balsthal, Bezirksschulhaus
Kursleiterin: Vreni Frey, ☎ 079 377 92 14

1.1.8 Englisch

Intermediate, „Inside out“

Kursfortsetzung: Dienstag, 28. August 2007, 20.05 – 21.35 Uhr
Kursort: Laupersdorf, Schulhaus Sunnmatt
Kursleiterin: Susan Hafner, ☎ 062 391 03 29

1.1.9 Englisch

für Fortgeschrittene
Reading, talking, refreshing the grammar

Kursfortsetzung: Montag, 27. August 2007, 18.30 – 19.30 Uhr
Kursort: Balsthal, Bezirksschulhaus
Kursleiterin: Elisabeth Spiegel, ☎ 062 396 29 42

1.1.11 Englisch

Advanced course, „Inside out advanced“, unit 4

Kursfortsetzung: Dienstag, 28. August 2007, 18.30 – 20.00 Uhr
Kursort: Laupersdorf, Schulhaus Sunnmatt
Kursleiterin: Susan Hafner, ☎ 062 391 03 29

1.1.12 Englisch

für Fortgeschrittene
Reading, talking, refreshing the grammar

Kursfortsetzung: Montag, 3. September 2007, 19.00 – 20.30 Uhr
Kursort: Matzendorf, Sekundarschulhaus
Kursleiterin: Margrit Dietschi, ☎ 062 393 10 31

English for kids

Kursdauer: ein Semester
Kursbeitrag: Fr. 160.-
Fr. 200.- für Kleingruppen

1.1.15 English for kids

Fortsetzungskurs, „First Choice“

Kursfortsetzung: Dienstag, 23. Oktober 2007, 16.30 – 17.30 Uhr
Kursort: Balsthal, Rainfeldschulhaus
Kursleiterin: Andrea Bur, ☎ 062 641 11 15

1.1.16 English for kids

Fortsetzungskurs, „New Hotline Plus“, unit 2

Kursfortsetzung: Montag, 27. August 2007, 17.00 – 18.00 Uhr
Kursort: Laupersdorf, Schulhaus Sunnmatt
Kursleiterin: Rebecca Meister, ☎ 062 394 20 22

1.1.17 English for kids Fortsetzungskurs, „First Choice“

Kursfortsetzung: Donnerstag, 30. August 2007, 13.30 – 15.05 Uhr
Kursort: Oensingen, Schulhaus Oberdorf
Kursleiterin: Elisabeth Spiegel, ☎ 062 396 29 42

1.1.18 English for kids Fortsetzungskurs, „First Choice“

Kursfortsetzung: Freitag, 31. August 2007, 16.10 – 17.10 Uhr
Kursort: Oensingen, Schulhaus Oberdorf
Kursleiterin: Elisabeth Spiegel, ☎ 062 396 29 42

1.3.2 Französisch Fortsetzungskurs, „Couleur de France 2“, unité 9

Kursfortsetzung: Mittwoch, 29. August 2007, 18.30 – 19.30 Uhr
Kursort: Laupersdorf, Schulhaus Sunnmatt
Kursleiterin: Madlen Albani, ☎ 062 391 17 84

NEU

1.4.1 Italienisch Anfängerkurs, „Linea diretta neu 1a“

Kursbeginn: Montag, 22. Oktober 2007, 19.00 – 20.30 Uhr
Kursort: Balsthal, Bezirksschulhaus
Kursleiterin: Loredana Heiniger, ☎ 062 396 11 69

1.4.2 Italienisch Fortsetzungskurs, „Nuovo progetto italiano 1“, unità 3

Kursfortsetzung: Mittwoch, 29. August 2007, 20.30 – 21.30 Uhr
Kursort: Matzendorf, Sekundarschulhaus
Kursleiterin: Elsa Puddu, ☎ 032 685 69 92

1.4.3 Italienisch Fortsetzungskurs, „Linea diretta neu 1b“, unità 8

Kursfortsetzung: Mittwoch, 29. August 2007, 18.45 – 20.15 Uhr
Kursort: Matzendorf, Sekundarschulhaus
Kursleiterin: Elsa Puddu, ☎ 032 685 69 92

1.4.4 Italienisch

Fortsetzungskurs, „Espresso 3“, unità 9

Kursfortsetzung:

Dienstag, 4. September 2007, 19.00 – 20.30 Uhr

Kursort:

Matzendorf, Sekundarschulhaus

Kursleiterin:

Margrit Dietschi, ☎ 062 393 10 31

1.4.5 Italienisch

Fortsetzungskurs

Festigung der Grundkenntnisse, Konversation,
Lektüre

Kursfortsetzung:

Mittwoch, 5. September 2007, 17.30 – 18.30 Uhr

Kursort:

Oensingen

Kursleiterin:

Margrit Dietschi, ☎ 062 393 10 31

1.4.6 Italienisch

Fortsetzungskurs: lettura, conversazione,
ripetizione della grammatica
(Kleingruppe)

Kursfortsetzung:

Montag, 3. September 2007, 13.45 – 14.45 Uhr

Kursort:

Oensingen

Kursleiterin:

Margrit Dietschi, ☎ 062 393 10 31

1.4.7 Italienisch

für Fortgeschrittene: lettura, conversazione,
ripetizione della grammatica

Kursfortsetzung:

Freitag, 7. September 2007, 17.30 – 19.00 Uhr

Kursort:

Matzendorf, Sekundarschulhaus

Kursleiterin:

Margrit Dietschi, ☎ 062 393 10 31

1.5.2 Spanisch

Fortsetzungskurs, „Caminos 1 neu“, unidad 5

Kursfortsetzung:

Mittwoch, 29. August 2007, 18.15 – 19.45 Uhr

Kursort:

Balsthal, Bezirksschulhaus

Kursleiterin:

Flor Maritza Bader, ☎ 062 391 38 37

1.5.3 Spanisch

Fortsetzungskurs, „Caminos 2 neu“, unidad 12

Kursfortsetzung:

Mittwoch, 29. August 2007, 20.00 – 21.30 Uhr

Kursort:

Balsthal, Bezirksschulhaus

Kursleiterin:

Flor Maritza Bader, ☎ 062 391 38 37

1.5.4 Spanisch

Español para avanzados
lectura, conversación y gramática

Kursfortsetzung: Dienstag, 28. August 2007, 19.00 – 20.30 Uhr
Kursort: Balsthal, Bezirksschulhaus
Kursleiterin: Gema Leibundgut, ☎ 032 682 56 59

NEU

1.6.0 Deutsch für Fremdsprachige Anfängerkurs

Kursbeginn: Dienstag, 23. Oktober 2007, 19.00 – 20.30 Uhr
Kursort: Balsthal, Rainfeldschulhaus
Kursleiterin: Katrin Vogt, ☎ 062 391 04 39

1.6.1 Deutsch für Fremdsprachige

Fortsetzungskurs, „Arbeiten in der Schweiz“, Kapitel 3

Kursfortsetzung: Dienstag, 28. August 2007, 19.00 – 20.30 Uhr
Kursort: Balsthal, Rainfeldschulhaus
Kursleiterin: Regula Affolter, ☎ 062 391 06 72

1.6.2 Deutsch für Fremdsprachige

Fortsetzungskurs, „Schritte 3“, Lektion 3

Kursfortsetzung: Montag, 27. August 2007, 18.30 – 20.00 Uhr
Kursort: Egerkingen, Kleinfeldschulhaus
Kursleiterin: Brigitte Altermatt-Schmid, ☎ 062 394 17 65

2. Kunsthandwerk

Modellieren und Töpfern

Kursbeginn:	Mittwoch, 24. Oktober 2007, 20.00 Uhr
Kursdauer:	10 x 2 Stunden
Kursort:	Herbetswil
Kursbeitrag:	Fr. 200.- (Fr. 240.- bei 5 Personen)
Kursleiterin:	Magdalena Meier, Keramikerin, Herbetswil


Glassterne selbstgemacht

Beginn Kurs A:	Montag, 10. September 2007, 18.30 Uhr
Beginn Kurs B:	Montag, 17. September 2007, 18.30 Uhr
Beginn Kurs C:	Montag, 24. September 2007, 18.30 Uhr
Kursdauer:	1 x 3 Stunden
Kursort:	Laupersdorf, Glasatelier
Kursbeitrag:	Fr. 50.-
Kursmaterial:	Fr. 35.-
Kursleiterin:	Kerstin Merkle, Laupersdorf
Anmeldeschluss:	eine Woche vor Kursbeginn

Intarsienbilder

Erlernen auch Sie diese jahrtausendalte Kunst und erleben die vielfältige Schönheit des Holzes. Für Jung und Alt!

Mit Erfolgsgarantie: Jede® KursteilnehmerIn nimmt am Ende des Kurses zwei oder mehr Bilder mit nach Hause.

Kursbeginn:	Mittwoch, 14. November 2007, 18.00 Uhr
Kursdauer:	6 x 2 ½ Stunden (weitere Termine nach Vereinbarung)
Kursort:	Aedermannsdorf
Kursbeitrag:	Fr. 150.- (jede weitere Person aus dem gleichen Haushalt Fr. 80.-)
Material:	Fr. 20.- bis Fr. 60.-
Kursleiter:	Cees van Hoek, Aedermannsdorf
Auskunft:	 062 391 10 82

Kalligraphie

für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Kursbeginn: Dienstag, 23. Oktober 2007, 20.00 Uhr
Kursdauer: 6 x 2 Stunden
Kursort: Mümliswil
Kursbeitrag: Fr. 120.-
Kursleiter: Bernhard Jäggi, Wohlen

3. Nähen

Nähkurs

für Anfängerinnen und Fortgeschrittene

Beginn Kurs A: Dienstag, 23. Oktober 2007, 19.45 Uhr
Beginn Kurs B: Montag, 22. Oktober 2007, 8.30 Uhr
Kursdauer: 10 x 2 ½ Stunden
Kursort: Matzendorf
Kursbeitrag: Fr. 220.- (Fr. 240.- bei 6 Personen)
Kursleiterin: Marianne Fluri-Oegerli, Matzendorf

4. Tanzkurse

Tanzkurs 1

Standard-Grundkurs
Basisschritte von Walzer, Foxtrott, Jive,
Disco-Fox und Cha-Cha-Cha

Kursbeginn: Mittwoch, 24. Oktober 2007, 18.45 Uhr
Kursdauer: 8 x 1 ¼ Stunden
Kursort: Laupersdorf, Loch Ness
Kursbeitrag: Fr. 140.- pro Person, Fr. 280.- pro Paar
Kursleiterin: Gaby Flury, Neuendorf

Tanzkurs 2

Aufbaukurs: Basisschritte vom Grundkurs vertiefen
Neu dazu kommen Rumba, Samba, Tango

Kursbeginn: Mittwoch, 24. Oktober 2007, 20.15 Uhr
Kursdauer: 8 x 1 ¼ Stunden
Kursort: Laupersdorf, Loch Ness
Kursbeitrag: Fr. 140.- pro Person, Fr. 280.- pro Paar
Kursleiterin: Gaby Flury, Neuendorf

Orientalischer Tanz

Im orientalischen Bauchtanz vereinen sich Sinnlichkeit und Anmut, Natürlichkeit und Eleganz, exotischer Zauber und individueller künstlerischer Ausdruck zu einem spezifisch weiblichen Ganzen. Für viele ist der orientalische Tanz zudem der Schritt in ein neues Körpergefühl.

Kursbeginn: Donnerstag, 25. Oktober 2007, 20.15 Uhr
Kursdauer: 8 x 1 ¼ Stunden
Kursort: Laupersdorf, Loch Ness
Kursbeitrag: Fr. 140.-
Kursleiterin: Christine Abgottspon, Balsthal

5. Musik

Musikunterricht für Erwachsene

Instrumente: Akkordeon, Alphorn, Blockflöten, Gesang, Gitarre, E-Gitarre, Liedbegleitung mit Gitarre, Klarinette, Klavier, Keyboard, Marimba, Oboe, E-Orgel, Rock-, Pop- und Jazzpiano, Saxophon, Schlagzeug, Schwyzerörgeli, Querflöte, Timbani, Violine, Waldhorn, Xylophon

Kursbeginn:	ab 22. Oktober 2007 (Tag und Zeit nach Absprache)
Kursdauer:	10 Einheiten
Kursort:	Balsthal und Thal
Kursbeitrag:	Einzelunterricht: 50 Min. à Fr. 80.- 30 Min. à Fr. 50.- Gruppenunterricht : 50 Min. à Fr. 30.- ab 4 Pers. 10er-Abos: 10 x 50 Min. à Fr. 750.- 10 x 30 Min. à Fr. 450.-
Auskunft:	Ruth Sigrist, Musikschulleiterin Balsthal ☎ 062 391 23 80 Michaela Röllin, Musikschulleiterin Thal ☎ 062 394 21 10

6. Körperschulung

Bodyforming und Rückentraining

Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene
Ein Ganzkörpertraining zur Kräftigung der Muskulatur mit Stretching und Entspannungsteil. Verbesserung der Körperhaltung und Straffung der Problemzonen.

Kursbeginn: Donnerstag, 25. Oktober 2007, 18.00 – 19.00 Uhr
Kursdauer: bis 3. April 2008
Kursort: Laupersdorf
Kursbeitrag: Fr. 190.-
Kursleiterin: Veronica Ghiselli, Star-education Aerobic-Instruktorin

Aerobic Low-Mix-Form

Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene
In dieser Lektion werden Low-High Impact Schritte kombiniert mit einem Aerobic-Kraft-Stretchingteil.

Kursbeginn: Donnerstag, 25. Oktober 2007, 19.05 – 20.05 Uhr
Kursdauer: bis 3. April 2008
Kursort: Laupersdorf
Kursbeitrag: Fr. 190.-
Kursleiterin: Veronica Ghiselli, Star-education Aerobic-Instruktorin

Step-Aerobic

Kursbeginn: Dienstag, 23. Oktober 2007, 8.45 – 10.00 Uhr
Kursdauer: bis 18.12.2007
Kursort: alte Turnhalle Laupersdorf
Kursbeitrag: Fr. 120.-
Kursleiterin: Ursula Gloor, Aerobic-Instruktorin SAFS

Aqua-Fit

für jedes Alter, auch für NichtschwimmerInnen

Aqua-Fit bietet ein gezieltes Ausdauer- und Krafttraining im Wasser für jedermann/frau.

Beginn Kurs A:	Dienstag, 16. Oktober 2007, 16.00 – 17.00 Uhr
Beginn Kurs B:	Dienstag, 16. Oktober 2007, 17.00 – 18.00 Uhr
Beginn Kurs C:	Dienstag, 16. Oktober 2007, 19.30 – 20.30 Uhr
Beginn Kurs D:	Donnerstag, 18. Oktober 2007, 18.30 – 19.30 Uhr
Beginn Kurs E:	Donnerstag, 18. Oktober 2007, 19.30 – 20.30 Uhr
Beginn Kurs F:	Sonntag, 14. Oktober 2007, 10.00 – 11.00 Uhr donnerstags Warmwasser (29°)

Kursdauer A,B,C + F:	10 x 1 Stunde
Kursbeitrag A,B,C + F:	Fr. 140.- inkl. Miete der Weste
Kursdauer D + E:	9 x 1 Stunde (ohne 1.11.2007)
Kursbeitrag D + E:	Fr. 126.- inkl. Miete der Weste
Kursort:	Hallenbad Mümliswil
Kursleiterin:	Ursula Gloor, Aqua-Fit-Leiterin Ryffel Running qualitop

Fit mit Nordic Walking

Ganzkörpertraining

- Bewegung in der freien Natur
- Kraft und Energie tanken
- Verbessert die geistige und körperliche Kondition
- Erzielt ideale Fettverbrennungswerte
- Löst Verspannungen im Schulter-Nackebereich
- Stärkt die Bein-, Arm- und Oberkörpermuskulatur
- Stärkt alle Organe und das Immunsystem

Beginn Kurs A: Montag, 10. September 2007, 9.00 – 10.00 Uhr
Beginn Kurs B: Montag, 10. September 2007, 18.00 – 19.00 Uhr

**Beginn Kurs C: Dienstag, 11. September 2007, 9.00 – 10.00 Uhr
für Seniorinnen und Senioren**

Beginn Kurs D: Mittwoch, 12. September 2007, 9.00 – 10.00 Uhr
Beginn Kurs E: Dienstag, 11. September 2007, 18.30 – 20.00 Uhr

Kursdauer A - D: 10 x 1 Stunde

Kursbeitrag A - D: Fr. 80.-

Kursdauer E: 6 x 1 ½ Stunden

Kursbeitrag E: Fr. 100.-

Stöcke: werden zur Verfügung gestellt

Treffpunkt: Laupersdorf, bei der Post

Kursleiterin: Lore Grolimund, Balsthal, ☎ 062 391 52 86

Anmeldeschluss: 4. September 2007

7. Gesundheitsvorsorge und Lebenshilfe

Hatha Yoga

Yoga ist eine Reise nach innen. Körper- und Atemübungen, Entspannung und Meditation führen uns zu einer vertieften Wahrnehmung. Wir gewinnen an Ausgeglichenheit und Lebenskraft. Mit einer verbesserten Bewegungsqualität entfaltet sich auch die Lebensfreude. Wir finden Ruhe und Gelassenheit und lernen mit dem alltäglichen Stress umzugehen. Vorkenntnisse sind nicht nötig, hingegen die Bereitschaft, achtsam den eigenen Körper zu empfinden.

Beginn Kurs A:	Mittwoch, 24. Oktober 2007, 16.45 Uhr
Beginn Kurs B:	Mittwoch, 24. Oktober 2007, 18.30 Uhr
Beginn Kurs C:	Mittwoch, 24. Oktober 2007, 20.15 Uhr
Kursdauer:	8 x 1 ¼ Stunden
Kursort:	Balsthal
Kursbeitrag:	Fr. 144.-
Kursleiterin:	Cristina Traber, dipl. Yogalehrerin SYG

Hatha Yoga am Morgen

Beginn Kurs D:	Dienstag, 23. Oktober 2007, 09.30 Uhr
Kursdauer:	8 x 1 ¼ Stunden
Kursort:	Balsthal
Kursbeitrag:	Fr. 144.-
Kursleiterin:	Cristina Traber, dipl. Yogalehrerin SYG

Beweglicher Rücken mit der Feldenkraismethode

Sie lernen verschiedene Bewegungsvarianten ihres Rückens kennen. Die Wirbelsäule wird beweglicher, unnötige Muskularbeit kann weggelassen werden. Vorkenntnisse sind keine nötig.

Kursbeginn: Montag, 10. September 2007, 20.00 Uhr
Kursdauer: 2 x 2 Stunden (2. Abend: 17.9.2007)
Kursort: Aedermannsdorf
Kursbeitrag: Fr. 80.-
Kursleiterin: Annemarie Brügger, dipl. Feldenkraislehrerin,
Langendorf
Anmeldeschluss: 4. September 2007

8. Astrologie

NEUBEGINN

Grundausbildung in psychologischer Astrologie

Einführung in die verschiedenen Bereiche der psychologischen und erfahrbaren Astrologie

Wir lernen und erfahren systematisch Analogie und Symbolik eines Geburts-
horoskopes und lernen dieses in seiner Vielfalt zu deuten. Wir vervollstän-
digen die Ausbildung mit weiteren Methoden wie z.B. Partnerschaft oder
Prognose.

Kursbeginn: Mittwoch, 24. Oktober 2007, 19.30 Uhr
Kursdauer: 8 x 2 Stunden (1. Modul)
Kursort: Balsthal
Kursbeitrag: Fr. 250.- (ab 6 Personen)
Kursleiterin: Vreni Meyer-Nigg, Psychologische Astrologie SAF/SAB
Auskunft: ☎ 062 391 27 04

9. Grundlagen und Beruf

Internet

Einführung

Kursthemenn:	Einführung ins Internet Die Internet-Dienste Mit dem Internet Explorer ins WWW Gezielte Suche von Informationen Erstellen von Favoriten Versenden und Empfangen von E-Mails
Kursbeginn:	Montag, 10. September 2007, 18.30 Uhr
Kursdauer:	2 x 3 Stunden (2. Kursabend: 17.9.2007)
Kursort:	Balsthal
Kursbeitrag:	Fr. 200.-
Kursunterlagen:	Fr. 30.-
Kursleiter:	Christian Müller, Balsthal
Anmeldeschluss:	4. September 2007

Excel 2003

Einführung

Kursthemenn:	Die Excel-Oberfläche Zeilen, Spalten und Zellen Text, Zahlen und Formeln Der Einsatz von einfachen Funktionen Formatierungsmöglichkeiten von Tabellen
Kursbeginn:	Montag, 22. Oktober 2007, 18.30 Uhr
Kursdauer:	4 x 3 Stunden
Kursort:	Balsthal
Kursbeitrag:	Fr. 350.-
Kursunterlagen:	Fr. 30.-
Kursleiter:	Christian Müller, Balsthal

Word 2003

Einführung

Kursthemen:	Textgestaltungsmöglichkeiten wie Zeichen- und Absatzformatierungen Seitengestaltung Dokumente speichern / öffnen / drucken Kopf- und Fusszeilen Erstellen und Bearbeiten von Word-Tabellen Einfügen und Positionieren von Grafiken
Kursbeginn:	Montag, 7. Januar 2008, 18.30 Uhr
Kursdauer:	4 x 3 Stunden
Kursort:	Balsthal
Kursbeitrag:	Fr. 350.-
Kursunterlagen:	Fr. 30.-
Kursleiter:	Christian Müller, Balsthal

**Ihr Wunsch
ist uns Befehl!**

d[®]
grico
druck

Grico-Druck AG
Rötistrasse 543
4716 Welschenrohr
Fon 032 639 16 13
Fax 032 639 10 69
info@gricodruck.ch
www.gricodruck.ch

10. Diverse Kurse

Mentaltraining – Die Kraft der Gedanken und Vorstellungen

Wir besitzen eine starke mentale Kraft, die wir zu unserem eigenen Wohl einsetzen können: Die Kraft der Gedanken und Vorstellungen. Mit Hilfe der Selbstbeeinflussung (nach der Methode von Emil Coué) gewinnen wir geistige und körperliche Stabilität, was sich beruflich wie privat und in besonderen Lebenssituationen positiv auswirkt.

Der Kurs eignet sich für alle, die ihre Gedanken und Vorstellungen neu überprüfen, positiv einstellen und so etwas für ihr Wohlbefinden und für mehr Erfolg im Beruf tun möchten. Die Teilnehmer lernen ihre Gedankenkraft sinnvoll zu nutzen und einzusetzen. Sie sind nach Abschluss des Kurses in der Lage, das Gelernte selber anzuwenden. Viele praktische Übungen runden den ebenso unterhaltsamen wie lehrreichen Kurs ab.

Kursbeginn:	Dienstag, 27. November 2007, 19.00 – 21.00 Uhr
Kursdauer:	3 x 2 Stunden
Kursort:	Balsthal
Kursbeitrag:	Fr. 100.-
Kursleiter:	Werner Hirschi, Autosuggestions-Trainer, Aarau

Kommunikation: ganz einfach? „Einfach!“

Einführung in Kommunikation, Unterschiede zwischen Frauen und Männer und Kulturen, verhandeln und argumentieren, auftreten und präsentieren, das „innere Team“, gewaltfreie Kommunikation, Konfliktgespräche und Mediation

Kursbeginn:	Dienstag, 23. Oktober 2007, 19.30 – 21.00Uhr
Kursdauer:	6 x 1 ½ Stunden
Kursort:	noch offen
Kursbeitrag:	Fr. 150.-
Kursleiterin:	Beatrice Grob Lehmann, Personalverantwortliche, Balsthal

Verkehrssicherheit

Repetitionskurs

Bedingung: gültiger Führerausweis

Die KursteilnehmerInnen sollten nach dem Kurs in der Lage sein, ein Motorfahrzeug vorschriftsgemäss und umweltgerecht zu lenken. Im Theorieteil wird das richtige Verkehrsverhalten repetiert. Am Nachmittag besteht die Möglichkeit, einzeln mit dem eigenen Wagen die Theorie in die Praxis umzusetzen. Bei einem Schlussgespräch wird die Fahrt bewertet und sie erhalten Tipps und Empfehlungen.

Kursdatum:	Samstag, 27. Oktober 2007, 09.30 – 11.10 Uhr
Kursdauer:	1 x 2 Lektionen theoretischer Teil 1 Lektion praktischer Teil (nach Absprache)
Kursort:	Balsthal
Kursbeitrag:	Fr. 65.-
Kursleiter:	Noldi Widmer, dipl. Verkehrslehrer AZV, Hägendorf

Klausenwerkstatt im Feuerzelt

Workshops für Gross und Klein

Erschaffen Sie Ihr persönliches Weihnachtsgeschenk. Lernen Sie mit etwas Schwung, sich selbst und dem Handwerkzeug zu vertrauen. Sie stellen in spielerischer Weise selber ein kleineres Holzwerkstück her und erhalten Einblick in die Gestaltungsmöglichkeiten mit Holz.

Kursdaten:	während der Adventszeit vom 1.12. bis 23.12.2007 jeweils Samstag und Sonntag, 13.30 – 18.00 Uhr
Kursdauer:	1 x 4 ½ Stunden
Kursort:	Gänsbrunnen
Kursbeitrag:	Fr. 15.- pro Nachmittag
Material:	Fr. 5.- bis Fr. 30.-
Kursleiter:	Walter Ryser, Bätterkinden
Auskunft + Anmeldung:	079 326 77 65 direkt bei Herr Ryser

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie Interesse an einem Spielzeug, an Weihnachtsdekorationen oder an Kerb- und Relief-Schnitzen haben.

Es war einmal

Ein Märchen hören, sich bewegen lassen und Kreatives gestalten

Kursdatum: Donnerstag, 22. November 2007, 19.00 – 21.00Uhr
Kursdauer: 1 x 2 Stunden
Kursort: Balsthal
Kursbeitrag: Fr. 25.-
Kursleiterin: Renate de Simoni, Märchenerzählerin

Solothurn, etwas anders

Stadtrundgang mit drei Thaler Frauen

Kursdatum: Freitag, 7. September 2007, 19.00 – 20.30Uhr
Kursdauer: 1 x 1 ½ Stunden
Kursort: Solothurn, Treffpunkt: St. Ursen-Treppe
Kursbeitrag: Fr. 5.-
Kursleiterinnen: Rita Fluri, Elisabeth Spiegel, Annemarie Neuenschwander
Anmeldeschluss: 3. September 2007

Der Hunderter-Club

Ackermann Liselotte, Alpenstrasse 10, 4533 Riedholz
Albani Madlen, Weihermatt 749, 4717 Mülliswil
Allemann René, Gemeindepräsident, 4716 Welschenrohr
Altermatt-Schmid Brigitte, Lümenfeld 301, 4714 Aedermannsdorf
Bader Peter, Gasthaus Krone, 4712 Laupersdorf
BFS Ingenieure AG, Hans Bernasconi, 4710 Balsthal
Bieli Heinz, Restaurant Schlüssel, 4714 Aedermannsdorf
Bieli Roland, Kreuzackerstrasse 227, 4714 Aedermannsdorf
Bläsi Martin, Dr. med., Hauptstrasse 550, 4716 Welschenrohr
Bürgi Hansjörg, Lindenallee 11, 4710 Balsthal
Christen Peter, Juchweg 219, 4718 Holderbank
Distel Pia, Fabrikstrasse 220, 4716 Welschenrohr
Distel Rolf, Fabrikstrasse 220, 4716 Welschenrohr
Donauer Iris, Weststrasse 184, 4716 Welschenrohr
Eggenschwiler Jakob, Thalstrasse 24, 4712 Laupersdorf
Egli Ursula, Steinacker 5, 4713 Matzendorf
EKOREISEN AG, Bahnhofplatz 1, 4710 Balsthal
Flury Gaby, Bünenweg 27, 4623 Neuendorf
Fuchs-Vogt Regina, Leiackerstrasse 296, 4714 Aedermannsdorf
Galasse Peter, Stelzenackerweg 19, 4710 Balsthal
Gmür Georg, Hauptstrasse 50, 4715 Herbetswil
Grico-Druck AG, Rötistrasse 543, 4716 Welschenrohr
Grolimund Lore, Sandgrubenstrasse 1, 4710 Balsthal
Grolimund Urs, Sandgrubenstrasse 1, 4710 Balsthal
Gunzinger Anton, Dr. sc. Techn., Mühlebachstrasse 138, 8008 Zürich
Hafner Willy, Gemeindepräsident, 4710 Balsthal
Hammer Peter, Dipl. Architekt ETH/SIA, 4710 Balsthal
Hammer Vreni, Dorfstrasse 11, 4710 Balsthal
Horisberger Anneliese, Oberdorf 160, 4712 Laupersdorf
Horisberger Willi, Oberdorf 160, 4712 Laupersdorf
Huber Rudolf, Leiackerstrasse 238, 4714 Aedermannsdorf
Jeker Alois, Hausmattrain 19, 4600 Olten
Jura Apotheke, Sarkar Ch., eidg. dipl. Apotheker, 4710 Balsthal
Jura Papier, Meier AG, 4712 Laupersdorf
Kohler Jacqueline, Herrengasse 15, 4710 Balsthal
Lachat Rösli, Schmiedengasse 4, 4710 Balsthal
Läufer Hans, Gasthof Kreuz, 4716 Welschenrohr
Meister Rösli, Rehgasse 43, 4713 Matzendorf
Meister Walter, Rehgasse 43, 4713 Matzendorf
Messerli Max, Höhenweg 3, 4710 Balsthal

Meyer-Nigg Vreni, Dorfgasse 25, 4710 Balsthal
Mouttet André, Mühlestrasse 14, 4713 Matzendorf
Netto Einkaufsgruppe AG, Bahndammweg 7, 4710 Balsthal
Neuschwander Urs, Sandgrubenstrasse 3, 4710 Balsthal
Niggli + Partner Architekten, Rainweg 8, 4710 Balsthal
Papeterie Liselotte, Wehrli Franziska, Herrengasse 5, 4710 Balsthal
Peer Christine, Steinacker 11, 4713 Matzendorf
Probst René, Schnellenweg 134, 4718 Holderbank
Probst Ruth, Allmendweg 6, 4713 Matzendorf
Raiffeisenbanken des Bezirks Thal
Reinhardt-Statz Evelyn, Anwanderweg 15, 4710 Balsthal
Restaurant Pintli Neu-Falkenstein, 4710 Balsthal
Rippstein Anita, Fluhweg 565, 4716 Welschenrohr
Rubitschung Verena, Kirchstrasse 2, 4710 Balsthal
Schaad Kurt, Haulenacker 3, 4713 Matzendorf
Schenk Oel AG, Bittertenstrasse 16, 4702 Oensingen
Scherrer Norbert, Magisterweg 8, 4710 Balsthal
Schmid Madeleine, Röthlenweg 445, 4716 Welschenrohr
Schmid Walter, Röthlenweg 445, 4716 Welschenrohr
Schneider Edouard, Fluhweg 509, 4716 Welschenrohr
Schumacher Beat, Restaurant Burg, Farbгässli 1, 4710 Klus
Seydel Helena, Hofmattweg 30, 4710 Balsthal
Sidler Friedrich, Bubenrainstrasse 42, 4702 Oensingen
Spichiger Walter, Fluhackerstrasse 12, 4710 Balsthal
Spiegel Elisabeth, Bünthenweg 10, 4702 Oensingen
Stampfli Siegfried, Schreinerei, 4714 Aedermannsdorf
Stuber Hans, Sandgrubenstrasse 13, 4710 Balsthal
Studer Rita, Coiffeuse, Poststrasse 266, 4625 Oberbuchsiten
Van Hoek Cees, Hardstrasse 13, 4714 Aedermannsdorf
Van Hoek Margot, Hardstrasse 13, 4714 Aedermannsdorf
Vonarburg Hanspeter, Leiackerstrasse 213, 4714 Aedermannsdorf
Vonarburg Hedi, Leiackerstrasse 213, 4714 Aedermannsdorf
Zimmerei Meier AG, Untere Brühlmatt 663, 4712 Laupersdorf
Zysset Rolf, Muelichweg 7, 4710 Balsthal

**Im Namen aller Kursbesucherinnen und Kursbesucher danken wir
bestens für Ihre wertvolle Unterstützung!**

11. Allgemeines

Anmeldung

Wenn nichts anderes vermerkt ist, gilt als Anmeldeschluss der 30. September 2007. Ihre Anmeldung ist verbindlich. Versäumte Kurse oder Kursteile berechtigen zu keiner Rückerstattung des Kursbeitrages.

Haftung

Die VHS Thal übernimmt keine Haftung bei Unfällen oder Verlusten. Die Versicherung ist Sache der TeilnehmerInnen.

Material

Die Materialkosten werden in der Regel mit der Kursleitung abgerechnet und sind im Kursbeitrag nicht inbegriffen.

Aufgebot

Einige Tage vor Kursbeginn erfolgt ein schriftliches Aufgebot mit Einzahlungsschein.

Sie suchen ein sinnvolles Geschenk?

Dann sind Sie bei uns richtig. Wir stellen Ihnen gerne einen **Geschenkgutschein der Volkshochschule Thal** aus.

Anmeldung

Alle interessierten Personen melden sich telefonisch, per E-Mail oder mit nachfolgendem Talon bei:

VHS Thal

Sekretariat

Heidi Antenen-Schöni

4716 Welschenrohr



032 639 15 29

vhs.thal.antenen@bluewin.ch

Anmeldung

Kurstitel

Name, Vorname

Adresse

PLZ, Wohnort

Telefon

Einsenden an: VHS Thal, Sekretariat, 4716 Welschenrohr