
HAUSWIRTSCHAFTLICHE FORTBILDUNG UETIKON

ERNÄHRUNG • MODE • GESTALTEN

FRÜHLING 2026



KOCHPLAUSCH FÜR MÄNNER

In lockerer und gemütlicher Atmosphäre werden mit saisonalen Produkten abwechslungsreiche, meist dreigängige Menüs zubereitet.

Leitung Christina Luginbühl-Nigg, Fachlehrerin WAH
Daten Kurs A: Mittwoch, 11., 18. und 25. März
Kurs B: Donnerstag, 12., 19. und 26. März
Zeit 18.30 – 22.15 Uhr
Kosten CHF 75.– / *83.– (plus Lebensmittelkosten)



FINGERFOOD UND PARTYHÄPPCHEN

Ob für den gemütlichen Apéro, die Sommerparty oder eine Geburtstagsfeier – raffinierte kleine Häppchen sorgen für Begeisterung. In diesem Kurs werden wir mit einfachen Zutaten köstliche Kleinigkeiten zubereiten, welche nicht nur gut schmecken, sondern auch optisch überzeugen.

Leitung Christina Luginbühl-Nigg, Fachlehrerin WAH
Datum Mittwoch, 1. April, 18.30 – 22.15 Uhr
Kosten CHF 25.– / *28.– (plus Lebensmittelkosten)



HEIDELBEERZWEIGKRANZ

Aus schönen, leuchtend grünen Heidelbeerzweigen wird ein dekorativer Kranz gebunden; pur oder mit natürlicher Deko schmückt er den Tisch oder die Türe.

Leitung Michaela Rüdüsli, Floristin
Datum Mittwoch, 25. Februar, 19.00 – 22.00 Uhr
Kosten CHF 20.– / *22.– (plus Material ca. 85.–)



FRÜHLINGS-/ OSTERBRETT

Mit Birkenästen und natürlicher Osterdeko wird auf einem Brett mit Reagenzgläsern eine schöne Tischdekoration kreiert. Frische Frühblüher können so laufend ausgetauscht werden.

Leitung Michaela Rüdüsli, Floristin
 Datum Mittwoch, 11. März, 19.00 – 22.00 Uhr
 Kosten CHF 20.– / *22.– (Material ca. 60.–)



BLUMIGE BACKSTEINFORM

In einer rustikalen Backsteinform aus Holz gestalten wir mit saisonalen Blumen oder Trockenblumen ein modernes Arrangement – ein charmanter Hingucker für den Tisch.

Leitung Michaela Rüdüsli, Floristin
 Datum Montag, 4. Mai, 19.00 – 22.00 Uhr
 Kosten CHF 20.– / *22.– (Material ca. 65.–)



SOMMERLICHER KRANZ

Mit duftendem Lavendel, Gräsern, Heu und weiteren natürlichen Materialien binden wir einen zauberhaften Sommerkranz.

Leitung Michaela Rüdüsli, Floristin
 Datum Mittwoch, 1. Juli, 19.00 – 22.00 Uhr
 Kosten CHF 20.– / *22.– (Materialkosten ca. 55.–)



FÄRBen MIT PFLANZEN

Färben mit Pflanzen ist ein uraltes Handwerk. Aber welche Pflanzen eignen sich dazu?

Wir experimentieren mit verschiedenen Färber-Pflanzen auf Wolle/Seide. Sie lernen dabei alle notwendigen Schritte kennen (Wolle vorbereiten, Farbflotte ansetzen, fixieren) und erstellen eine Farbkarte.

Leitung	Cornelia Schiess, Erwachsenenbildnerin
Daten	Kurs A: Mittwoch, 27. Mai, 19.00 – 22.00 Uhr Kurs B: Samstag, 30. Mai, 09.30 – 12.30 Uhr
Kosten	CHF 20.– / *22.– (plus Materialkosten)



NÄHEN AM ABEND

Schon lange möchten Sie ein eigenes Nähprojekt realisieren; z.B. ein einfaches Kleid, einen Jupe, ein T-Shirt, Kleider für Ihre Kinder? Auch alltägliche Gegenstände wie kleine Täschen, Kissenanzüge und vieles mehr können hergestellt werden. Oder wollen Sie eine Näharbeit fertigstellen und wissen nicht genau, wie? Gemeinsam werden wir eine Lösung finden!

Leitung	Manuela Kuster-Strickroth, Fachlehrerin TTG und Damenschneiderin
Daten	Kurs A: Mittwoch, 11., 18., 25. März, 1. und 8. April Kurs B: Mittwoch, 6., 20., 27. Mai, 3. und 10. Juni
Zeit	18.30 – 21.30 Uhr
Kosten	CHF 100.– / *110.– (plus Material)



PRINT & STICKEREI

Blockprint und andere Drucktechniken werden mit Stickerei zusätzlich akzentuiert – ein spannendes Experimentierfeld, um textile Objekte, z.B. Taschen oder Schals, persönlich zu gestalten.

Leitung	Sibylle Zimmerli-Gehret, Fachlehrerin TTG
Daten	Montag, 16. Februar, 2., 9. und 16. März
Zeit	18.45 – 21.45 Uhr
Kosten	CHF 80.– / *88.– (plus Material)





MALATELIER:

TRANSPARENZ DURCH LASUR UND WACHS

Wir arbeiten transparent mit lasierend aufgetragenen Farbschichten und experimentieren mit Acryl, Tusche und Beize. Collage und Wachsschichten sind weitere Gestaltungsmöglichkeiten, die angewendet werden können.

Leitung	Patricia Oberholzer Nüesch, Lehrerin für Bildnerisches Gestalten
Daten	Kurs A: Mittwoch, 25. Februar, 4., 11., 18. und 25. März Kurs B: Mittwoch, 8., 15. April, 6., 20. und 27. Mai
Zeit	19.00 – 22.00 Uhr
Kosten	CHF 100.– / *110.– (plus Materialkosten)

ALLGEMEINE INFORMATIONEN

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Die Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Kurskosten, sofern keine Ersatzperson besorgt werden kann.

Es besteht kein Anspruch auf Rückerstattung oder Nachholen von versäumten Lektionen. Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer.

Der mit * bezeichnete Kurstarif gilt für TeilnehmerInnen, welche ausserhalb von Uetikon wohnen. Wird die minimale Teilnehmerzahl nicht erreicht, kann der Kurs in Absprache mit den Teilnehmenden mit einem Kleingruppenzuschlag durchgeführt werden.

Schriftliche Anmeldung ab sofort bis spätestens zwei Wochen vor Kursbeginn an:
Hauswirtschaftliche Fortbildung Uetikon
Sibylle Zimmerli-Gehret, Tramstr. 105, 8707 Uetikon, Tel. 079 639 28 58 (für Auskünfte)
E-Mail: sibylle.zimmerli@schule-uetikon.ch