
HAUSWIRTSCHAFTLICHE FORTBILDUNG UETIKON

ERNÄHRUNG • MODE • GESTALTEN

HERBST 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, 21., 28. Oktober und 4. November
Kurs B:
Donnerstag, 22., 29. Oktober und 5. November
Zeit 18.30 – 22.15 Uhr
Kosten CHF 75.– / *83.– (plus Lebensmittelkosten)



KREATIVE KÜCHE MIT HÜLSENFRÜCHTEN

Entdecke, wie vielseitig Linsen, Bohnen und Kichererbsen in der Küche eingesetzt werden können. In diesem Kochkurs kochen wir einfache und kreative Gerichte aus Hülsenfrüchten.

Leitung Christina Luginbühl-Nigg, Fachlehrerin WAH
Datum Mittwoch, 11. November, 18.30 – 22.15 Uhr
Kosten CHF 25.– / *28.– (plus Lebensmittelkosten)



LECKERE WEIHNACHTSGESCHENKE

Bruchschokolade, Gewürznüsse, Salzzitronen und Schokomandeln – wir kreieren leckere Köstlichkeiten zum Verschenken oder selbst naschen.

Leitung Cornelia Schiess, Erwachsenenbildnerin
Daten Kurs A: Samstag, 21. November, 09.00 – 12.45 Uhr
Kurs B: Mittwoch, 25. November, 18.15 – 22.00 Uhr
Kosten CHF 25.– / *28.– (plus Lebensmittelkosten ca. 20.–)



WEINSENSORIK

Wollten Sie schon immer wissen, wie man einen Wein richtig beschreibt? Was bedeutet z.B. «der Wein ist trocken»? Nach einer Einführung in die Degustationstechnik gibt es verschiedene praktische Übungen zur Bestimmung der individuellen Geschmacksschwellen (Süsse, Säure, etc.) sowie der unterschiedlichen Arten von Weiss- und Rotweinen. Sie entdecken Ihren Lieblingswein und können ihn professionell beschreiben!

Leitung Peter Märki, Weinsensoriker und Winzer
 Datum Dienstag, 17. November, 19.00 – 21.15 Uhr
 Kosten CHF 18.– / *20.– (plus Lebensmittelkosten)



FOTOGRAFIEREN MIT SMARTPHONE: MEISTERWERKE OHNE SCHWERE AUSRÜSTUNG

Entfesse dein kreatives Auge und lerne, wie du mit deinem Smartphone atemberaubende Fotos machst! In diesem Kurs erfährst du, wie du Bildkomposition, Licht und die richtige Perspektive optimal nutzt, um deine alltäglichen Motive in echte Meisterwerke zu verwandeln. Mach mehr aus deinen Bildern und teile deine persönliche Geschichte – direkt und intuitiv!

Leitung Carina Eberle, Foto-Fachfrau
 Datum Donnerstag, 22. Oktober, 19.00 – 21.15 Uhr
 Kosten CHF 18.– / *20.– (plus ca. CHF 10.– Materialkosten)



STROHBLUMENKRANZ

Wir gestalten einen einzigartigen Strohblumenkranz und präsentieren ihn auf einem Holztablet – als farbenfrohes Wandobjekt oder ergänzt mit einem Kerzenglas als stimmungsvolle Tischdekoration.

Leitung Michaela Rüdüsüli, Floristin
 Datum Mittwoch, 26. August, 19.00 – 22.00 Uhr
 Kosten CHF 20.– / *22.– (plus Material ca. 75.– bis 85.–)



HERBSTKRANZ

Aus verschiedenen Herbstschätzen entsteht ein wunderschöner, herbstlicher Kranz – eine stilvolle Tischdekoration oder ein einladender Blickfang für die Türe.

Leitung Michaela Rüdüsüli, Floristin
Datum Donnerstag, 17. September, 19.00 – 22.00 Uhr
Kosten CHF 20.– / *22.– (plus Material ca. 70.– bis 80.–)



ADVENTLICHE LICHTGEFÄSSE MIT FÖHRENNADELN
Aus Wachs, Nadeln der Kiefer und einer Lichterkette gestalten wir drei bezaubernde Objekte als natürliche Tischdekoration für die Adventszeit.

Leitung Michaela Rüdüsüli, Floristin
Datum Mittwoch, 18. November, 19.00 – 22.00 Uhr
Kosten CHF 20.– / *22.– (Material ca. 55.–)



ADVENTSKRANZ

Aus Douglaszapfen, Kerzen, Eukalyptus, Hauswurz und natürlichen Materialien entsteht ein besonderer Adventskranz.

Leitung Michaela Rüdüsüli, Floristin
Datum Mittwoch, 25. November, 19.00 – 22.00 Uhr
Kosten CHF 20.– / *22.– (Materialkosten ca. 85.– bis 95.–)



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 Täschchen, 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, 2., 9., 16., 23. und 30. September
 Kurs B:
 Mittwoch, 21., 28. Oktober, 4., 11. und 18. November
 Zeit 18.30 – 21.30 Uhr
 Kosten CHF 100.– / *110.– (plus Materialkosten)



AMIGURUMI

Die aus Japan stammenden Häkelfiguren erobern die Herzen von Klein und Gross! An einem Einsteigermodell werden die Basics gelernt. Mit dieser Grundlage und etwas Übung können schon bald kompliziertere Figuren realisiert werden.

Leitung Sibylle Zimmerli-Gehret, Fachlehrerin TTG
 Daten Montag, 31. August und 7. September
 Zeit 18.45 – 21.45 Uhr
 Kosten CHF 40.– / *44.– (plus Materialkosten)



PAPIERRELIEFS

Mit einfachen Materialien werden Papierreliefs hergestellt und zu kostbaren Weihnachtskarten oder individuellen Geschenkanhängern verarbeitet.

Leitung Sibylle Zimmerli-Gehret, Fachlehrerin TTG
 Daten Montag, 26. Oktober und 2. November
 Zeit 18.45 – 21.45 Uhr
 Kosten CHF 40.– / *44.– (plus Materialkosten)



MALATELIER:

GEGENSÄTZE – SCHWARZ/WEISS UND FARBE

Wir arbeiten mit Collage-Elementen, Strukturpaste, Tusche und Beize. Spannende Bilder entstehen, die wir mit Wachs und Kratzspuren verfeinern.

Leitung	Patricia Oberholzer Nüesch, Lehrerin für Bildnerisches Gestalten
Daten	Kurs A: Mittwoch, 2., 9., 16., 23., 30. September Kurs B: Mittwoch, 21., 28. Oktober, 4., 11., 18. November
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