



[www.webmittelland.ch](http://www.webmittelland.ch)

## Kursprogramm August 2018 bis Januar 2019

Körper und Seele Gutes tun

### 3110 Geführte Meditationsreisen mit Klangschalen

Die Klangschalenmeditation entfaltet messbare positive Wirkung – aufs Gehirn, die Gedanken und somit auf die Gesundheit. Begleitet von Klängen der Klangschalen nehme ich Sie mit auf eine imaginäre Reise. Eine Stunde der Ruhe, des In-sich-Kehrens und der Entspannung. Eine wunderbare Möglichkeit aus dem schnell drehenden Rad des Alltags auszusteigen und in die Stille zu kommen. Vorkenntnisse sind keine nötig.

Leitung: Jacqueline Brander  
Klangschalenmassagepraktikerin  
Daten: **3110:** Dienstag, 28. Aug. / 11./18. Sept. / 23. Okt. / 06./20. Nov. 2018  
**3111:** Donnerstag, 30. Aug. / 13./20. Sept. / 25. Okt. / 08./22. Nov. 2018  
Zeit: **3110:** 19.00 – 20.00 Uhr  
**3111:** 10.00 – 11.00 Uhr  
Ort: Trogen  
Kosten: CHF 180.00

### 3120 Augenworkshop

Ermüden Computer und Handy Ihre Augen? Wüssten Sie gerne, wie Sie in der digitalen Welt sorgsam mit den Augen umgehen können? Sind Sie kurz-, weit- oder alterssichtig und möchten Sie Ihre Augen stärken und sie lebendig und gesund erhalten? In diesem Grundkurs lernen Sie spielerisch, Ihre Augen für frische Sehkraft zu entspannen und zu trainieren.

Leitung: Esther Salzgeber  
dipl. Sehtrainerin, dipl. Augentherapeutin SBS  
Datum: Samstag, 08. September 2018  
Zeit: 09.00 – 12.00 / 13.30 – 17.00 Uhr  
Ort: Teufen  
Kosten: CHF 150.00

### 3130 Jin Shin Jyutsu – Strömen für den Alltag

Sie lernen einfache und sehr wirksame Selbsthilfefanwendungen für den Alltag und zusätzlich Notfallgriffe kennen. Entspannen, auftanken und sich selber helfen können sind die Stärken von JSJ. Anwendbar bei sich selber sowie bei Familie und Freunden. In unseren Fingern und Händen liegt die Kraft!

Leitung: Tanja Zimmermann  
Jin Shin Jyutsu Praktikerin, Sozialpädagogin  
Datum: Samstag, 22. September 2018  
Zeit: 08.30 – 11.30 Uhr  
Ort: Teufen  
Kosten: CHF 65.00 exkl. Skript CHF 5.00

### 3140 Selbstbehandlung in reflektorischer Wirbel- und Gelenktherapie

In diesem Kurs lernen Sie achtsame, sanfte Bewegungen kennen, die aus der reflektorischen Wirbel- und Gelenktherapie stammen. Dadurch werden Sie für ihren eigenen Körper sensibilisiert, aktivieren ihre Selbstheilungskräfte und bringen sich selber ins Lot.

Leitung: Beatrix Stillhard  
ASCA/EMR anerkannte Massagetherapeutin  
Datum: Montag, 22. Okt. / 12. Nov. / 03. Dez. 2018  
Zeit: 19.00 – 22.00 Uhr  
Ort: Trogen  
Kosten: CHF 180.00 exkl. Kursbuch CHF 35.00

spielen, sich bewegen

### 3150 Antara® nach der Geburt

Antara® ist ein ganzheitliches Bewegungskonzept, welches die Kraft des Beckenbodens, eine starke Mitte und einen kräftigen Rücken ins Zentrum stellt. Mit einer Abfolge von ruhigen, stärkenden und funktionellen Übungen wird der Fokus in diesem Kurs auf die Kräftigung der Mitte und des Beckenbodens gelegt.

Leitung: Patrizia Räber-Ditaranto  
dipl. Antara® Instruktorin  
Datum: Dienstag, 30. Okt. / Freitag, 09./16./23./30. Nov. / 07./14./21. Dez. 2018  
Zeit: 09.45 – 11.00 Uhr, 1. Lektion Beginn 09.30 Uhr  
Ort: Gais  
Kosten: CHF 230.00 exkl. Kinderhütendienst CHF 2.50 pro Kind und Lektion

### 3160 Pilates und Yoga Flying

Mit Hilfe eines dehnbaren Tuches werden verschiedene Pilates- und Yogaübungen ausgeführt. Durch die Instabilität der Hängematte wird die Tiefenmuskulatur trainiert, die Körperwahrnehmung und das Gleichgewicht verbessert. Der Kurs bietet eine Kombination zwischen Muskelaufbau und Verbesserung der Beweglichkeit.

Leitung: Michèle Tolino  
Pilates und Yoga Flying Kursleiterin  
Datum: **3160/3161:** Freitag, 02./09./16. Nov. 2018  
**3160:** 18.45 – 19.45 Uhr  
**3161:** 20.00 – 21.00 Uhr  
Ort: Lustmühle  
Kosten: CHF 60.00

erziehen, lernen, wachsen

### 3170 Wenn Mädchen Frauen werden – MFM Mädchen-Projekt

Ein Kurs für 10- bis 12-jährige Mädchen und ihre Eltern. Im Elternvortrag erhalten Sie Informationen zum MFM-Projekt® und Impulse für gemeinsame Gespräche in der Familie. Im Workshop «Die Zyklus-Show» lernen die Mädchen spielend, was sich im Körper während der Pubertät verändert und warum Frauen ihren Zyklus und die Menstruation haben.

Leitung: Catherine White, MFM Kursleiterin  
Datum: Vortrag: Freitag, 14. September 2018  
Workshop: Samstag, 15. September 2018  
Zeit: Vortrag: Freitag, 19.30 – 21.00 Uhr  
Workshop: Samstag, 10.00 – 17.00 Uhr  
Ort: Gais  
Kosten: CHF 110.00

### 3180 Wenn Jungen Männer werden – MFM Jungen-Projekt

Ein Kurs für 10- bis 12-jährige Jungen und ihre Eltern. Im Elternvortrag erhalten Sie Informationen zum MFM-Projekt® und Impulse für gemeinsame Gespräche in der Familie. Im Workshop am Samstag werden die Jungen auf ganz neue Art und Weise mit den Vorgängen im Körper eines Mannes und mit dem Zyklusgeschehen der Frau bekannt gemacht.

Leitung: Nicolas Witte, MFM Kursleiter  
Datum: Vortrag: Freitag, 07. Dezember 2018  
Workshop: Samstag, 08. Dezember 2018  
Zeit: Vortrag: Freitag, 19.30 – 21.00 Uhr  
Workshop: Samstag, 10.00 – 17.00 Uhr  
Ort: Gais  
Kosten: CHF 110.00

zum Klingen bringen

### 3200 Flötentöne – für WiedereinsteigerInnen

Haben Sie sie noch, Ihre Blockflöte aus Ihrer Schulzeit? Oder von damals, als Sie noch Unterricht hatten? Unter professioneller Anleitung können Sie in 8 Kurseinheiten gemeinsam mit Gleichgesinnten musizieren.

Leitung: Elisabeth Stingelin  
Musikpädagogin für Blockflöte SMPV  
Datum: **3200:** ab Di, 11. Sept. 2018 bis 15. Jan. 2019  
**3201:** ab Di, 11. Sept. 2018 bis 15. Jan. 2019  
**3202:** ab Mi, 12. Sept. 2018 bis 16. Jan. 2019  
**3203:** ab Do, 13. Sept. 2018 bis 17. Jan. 2019  
Zeit: **3200:** 14.00 – 15.15 Uhr  
**3201:** 19.45 – 21.00 Uhr  
**3202:** 09.45 – 11.00 Uhr  
**3203:** 19.30 – 20.45 Uhr  
Ort: Bühler  
Kosten: CHF 155.00

Natur erleben, entdecken, verstehen

### 3210 Ab in die Natur

Wollten Sie nicht schon lange einmal mit Ihrem Kind, Grosskind oder Götti-kind so richtig auf Natur-Entdeckungstour gehen? ...aber wohin, was tun? Bei mir sind Sie richtig, Sie entdecken mit Kindern im Alter zwischen 3 und 6 Jahren, wo Eichhörnchen frühstücken, beobachten Ameisen und geniessen einen frischen Kräuterquark aus dem Wald. Sie werden die Natur für alle Sinne hautnah erleben.

Leitung: Julia Nitschke, Erzieherin  
Datum: Mittwoch, 12. September 2018  
Verschiebedatum: Samstag, 15. September 2018  
Zeit: Mittwoch: 14.00 – 17.00 Uhr  
Samstag: 10.00 – 13.00 Uhr  
Ort: Gais  
Kosten: CHF 40.00 pro Eltern-Kind-Paar, für jedes weitere Kind CHF 5.00

### 3220 Obstsortensammlung

Der Pro-Specie-Rara-Obstgarten auf der Schäflisegg umfasst auf 3 ha über hundert Hochstamm-Obstbäume – jeder von einer anderen Sorte. Rundgang mit Sortenkunde, Degustation, Anleitungen zur Pflanzung und Pflege von Obstbäumen ohne Spritzmittel.

Leitung: Andreas Kuster, dipl. Ing. agr. ETH  
Datum: Sonntag, 23. September 2018  
Zeit: 09.30 – 12.00 Uhr  
Ort: Teufen  
Kosten: CHF 35.00 als Einzelperson (alleine oder mit Kindern), CHF 45.00 als Familie (2 Erwachsene mit Kindern)

### 3230 Walderlebnistag

Erleben Sie mit einem Kind ab 8 Jahren im Spätherbst einen Tag im Wald. Sie schnitzen, töpfeln, untersuchen Tierspuren und vieles mehr. Danach wird ein Feuer gemacht und das Abendessen gekocht. Sie erleben das Eindunkeln und die Mystik des dunklen Waldes.

Leitung: Ursina von Allmen  
dipl. Naturpädagogin, Waldspielgruppenleiterin  
Datum: Samstag, 24. November 2018  
Zeit: 13.30 – 20.00 Uhr  
Ort: Speicher  
Kosten: CHF 120.00 pro Elternteil (oder andere erwachsene Person) und Kind, inkl. Essen und Material

werken, gestalten, experimentieren

### 3240 Klöppeln – ein altes Handwerk neu entdeckt

Haben Sie schon einen Grundkurs absolviert oder möchten Sie Ihre Klöppelkenntnisse wieder auffrischen? Unter Anleitung können Sie schon Gelerntes vertiefen und neue Techniken ausprobieren.

Leitung: Edith Jung, Klöpplerin  
Datum: Montag, 03. Sept. / 01. Okt. / 05. Nov. / 03. Dez. 2018 / 07. Jan. 2019  
Zeit: 19.00 – 21.30 Uhr  
Ort: Bühler  
Kosten: CHF 130.00

### 3250 Fotografische Entdeckungstour durch Speicher

Tipps und Inspiration rund um die Landschaftsfotografie. Während einer hügeligen Wanderung entlang schöner Aussichtspunkte in Speicher lernen Sie verschiedene Gestaltungsmittel kennen.

Leitung: Sandro Reichmuth, typografischer Gestalter, leidenschaftlicher Landschaftsfotograf  
Datum: Donnerstag, 06. September 2018 / Samstag, 19. Januar 2019  
Zeit: Donnerstag: 17.30 – 20.30 Uhr  
Samstag: 07.30 – 10.30 Uhr  
Ort: Speicher  
Kosten: CHF 80.00

### 3260 Go with the Flow – Modern Calligraphy

Modern Calligraphy – die Scriptschrift mit der Spitzfeder: Sie lernen eine verspielte und moderne Schnürlischrift, die uns an vielen Orten und in vielen Varianten begegnet. Lernen Sie Ihr eigenes Schriftbild kennen und schreiben.

Leitung: Judith Bodenmann, Schriftkünstlerin  
Datum: Donnerstag, 13./20./27. September 2018  
Zeit: 18.30 – 21.30 Uhr  
Ort: Gais  
Kosten: CHF 215.00 exkl. Material ca. CHF 30.00

### 3270 Metall-Figuren für Haus und Garten

Mit dem Schweißbrenner werden beliebige Figuren ausgebrannt. Die Arbeit mit Metall und Flamme fasziniert und bietet viele Möglichkeiten. Mit Draht, Schwemmholz und anderen Materialien kombiniert entsteht ein einzigartiges Schmuckstück für Haus und Garten.

Leitung: Esther Pircher, kreative Handwerkerin  
Datum: Mittwoch, 19. September 2018  
Zeit: 19.00 – 22.00 Uhr  
Ort: Gais  
Kosten: CHF 70.00 exkl. Material ca. CHF 20.00 - 30.00

### 3280 Selbst verpackt

Die Verpackung macht's! Das Reizvolle am Geschenk ist meist die gesamte Präsentation. Mit verschiedenen Materialien und Hilfsmitteln gestalten Sie Ihre persönlichen Verpackungen, Anhänger, Kärtchen oder Etiketten um Ihre Geschenke zu verschönern. Finden Sie Inspiration und setzen Sie Ihre eigenen Ideen vor Ort um.

Leitung: Carole Raduner, Kunstvermittlerin  
Datum: Donnerstag, 20. September 2018  
Zeit: 19.00 – 22.00 Uhr  
Ort: Trogen  
Kosten: CHF 85.00 inkl. Material

### 3290 Zeichen- und Malwoche

In Ftan im Unterengadin

«gestalterisches Eintauchen in den Engadiner Herbst»  
Skizzieren, zeichnen und malen in der Landschaft.

Leitung: Werner Meier, Kunstschaffender, Lehrer für bildnerisches Gestalten  
Datum: Montag, 01. Okt. bis Samstag, 06. Okt. 2018  
Zeit: ganztags  
Ort: Ftan im Unterengadin, Hotel Bellavista  
Kosten: DZ: CHF 750.00, EZ: CHF 880.00

### 3300 Radierung

Sie lernen verschiedene Techniken des Tiefdrucks kennen. Selbstverständlich ist auch freies Arbeiten in der Werkstatt möglich.

Leitung: Urs Graf, Steindrucker  
Datum: Mittwoch, 24./31. Okt. / 07./14./21. Nov. 2018  
Zeit: 19.00 – 22.00 Uhr  
Ort: Speicher  
Kosten: CHF 300.00 inkl. Material

### 3310 Mach Ein-Druck – dank Aus-Druck

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der Muster. Sie experimentieren mit Mustern, die in weiche Linolplatten geschnitzt und anschließend auf vielfältige Weise gedruckt werden können. Aus den Musterpapiere können Sie Ringbücher im A5- und A6-Format herstellen. Hierzu lernen und wenden Sie einfache Grundkenntnisse des Buchbindens an.

Leitung: Rita Ehrenzeller  
Lehrerin TW, Gestaltungspädagogin, SVEB1  
Datum: Samstag, 03. November 2018  
Zeit: 09.00 – 12.15 / 13.15 – 17.00 Uhr  
Ort: Bühler  
Kosten: CHF 110.00 inkl. Znüni und Zvieri, exkl. Material ca. CHF 25.00

### 3320 Nähen nach Lust und Laune

Besitzen Sie einen schönen Stoff? Wollen Sie Ihr liebstes Kleidungsstück erhalten oder Unpassendes in Passendes verwandeln? Sie bekommen Beratung und Unterstützung bei Ihrem persönlichen Nähprojekt. Der Kurs richtet sich sowohl an geübte Näherinnen wie auch an Neueinsteigerinnen.

Leitung: Sibylle Badertscher, Schneiderin, Lehrerin TW  
 Daten: Montag, 05./12./19./26. Nov. / 03./10. Dez. 2018  
 Zeit: 18.45 – 21.45 Uhr  
 Ort: Trogen  
 Kosten: CHF 360.00 exkl. Material

### 3330 Silberschmuck giessen

Silberschmuck giessen mit Ossa Sepia Guss. Aus der Schale des Tintenfisches entstehen Negativformen. Sie giessen das Silber in die Form und es entstehen überraschende archaische Schmuckstücke.

Leitung: Bernardo Fiore, Werklehrer  
 Daten: **3330:** Mittwoch, 07./14. November 2018  
**3331:** Donnerstag, 08./15. November 2018  
 Zeit: 19.00 – 22.00 Uhr  
 Ort: St. Gallen  
 Kosten: CHF 140.00 exkl. Material ca. CHF 50.00 - 80.00 pro Ring (Silberpreis und Sepiaschale)

### 3340 Nähmaschinen – ABC

Lernen Sie die richtige Einstellung der Fadenspannung, die optimale Faden- und Nadelwahl sowie die korrekte Pflege Ihrer eigenen Nähmaschine kennen. Zudem erfahren Sie wertvolle Kniffe und Tricks im Umgang mit Trikot, dicken Stoffen und beim Overlocken.

Leitung: Guido Sutter, Nähmaschinenmechaniker  
 Datum: Dienstag, 13. November 2018  
 Zeit: 20.00 – 22.00 Uhr  
 Ort: Bühler  
 Kosten: CHF 40.00

### 3350 Perlen knüpfen

In diesem Kurs erfahren Sie allerlei über die «Kinder des Meeres». Sie erwerben Kenntnisse, echte von unechten Perlen zu unterscheiden. Sie lernen Perlen aneinanderreihen, sie mit den einschlägigen Knoten zu fixieren und damit der Kette die richtige haltbare Konsistenz zu verleihen.

Leitung: Anneliese Weber-Zingrich, Künstlerin  
 Datum: Sonntag, 18. November 2018  
 Zeit: 09.00 – ca. 16.30 Uhr  
 Ort: Gossau SG  
 Kosten: CHF 200.00 inkl. Material für eine Kette

### 3360 Cupcake – Dekorations-Workshop

In diesem Workshop verzieren Sie vier vorgebackene Cupcakes und ein Weihnachtsküchlein in Form einer Weihnachtskugel mit selbst eingefärbtem Rolfondant und Buttercreme. Sie arbeiten mit diversen Werkzeugen und weihnächtlichen Motiven. Keine speziellen Vorkenntnisse nötig.

Leitung: Iris Wohnrau, Cake-Designerin  
 Daten: **3360:** Dienstag, 04. Dezember 2018  
**3361:** Freitag, 07. Dezember 2018  
 Zeit: 18.30 – 21.30 Uhr  
 Ort: Teufen  
 Kosten: CHF 80.00 exkl. CHF 10.00 für Material, Kursdokumentation und Zwischenverpflegung

### 3370 Wer sich wehrt ist begehrt!

Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungs-Kurs. Egal ob Mann oder Frau, sich verteidigen zu können und gemeinsam klare Grenzen sehen und verstehen können, ist wichtig. Im Zentrum stehen Schutz und Abwehr von allgemeiner und sexueller Gewalt.

Leitung: Barbara Giason, SB/SV Coach  
 Daten: Mittwoch, 05./19./26. Sept. / 03. Okt. 2018  
 Zeit: 19.30 – 21.30 Uhr  
 Ort: Gais  
 Kosten: CHF 195.00

### 3380 Sushi selber machen

Sushi gilt vielerorts als das Trendgericht der japanischen Küche. Mit ein wenig Fingergeschick können Sie es demnächst selber zubereiten. Lassen Sie sich an diesem genuss- und lehrreichen Abend von einfachen Rezepten mit grosser Wirkung begeistern und tauchen Sie aus dem Alltag ab.

Leitung: Roman Wehrle, Gourmet-Koch  
 Datum: Mittwoch, 26. September 2018  
 Zeit: 19.00 – 23.00 Uhr  
 Ort: St. Gallen  
 Kosten: CHF 160.00

### 3390 Work-Life-Balance

In diesem Seminar erfahren Sie Tipps und Tricks um im straff durchorganisierten, oft ruhelosen Leben nachhaltig ein Gleichgewicht zwischen Arbeits- und Privatleben zu schaffen. Ich zeige Wege und Techniken zu einer gesunden Erholung und einem achtsamen Umgang mit den eigenen Ressourcen. Diese Techniken lassen sich einfach in Ihren Alltag integrieren.

Leitung: Jasmin Hollenstein, EFT-Therapeutin, Familiencoach, Intuitionstrainerin  
 Daten: Mittwoch, 31. Okt. / Samstag, 17. Nov. 2018  
 Zeit: Mittwoch: 18.30 – 21.30 Uhr  
 Samstag: 09.00 – 12.00 Uhr  
 Ort: Bühler  
 Kosten: CHF 110.00

### 3400 Design your Life!

Ihr ganz persönlicher Workshop für Leben und Traumjob. Verstehen Sie die Prinzipien des Life Designs und begegnen Sie Menschen, bei denen die Zukunft der Arbeit schon jetzt begonnen hat.

Leitung: Christian Roth, Life Design Coach  
 Daten: Mittwoch, 07./28. November 2018  
 Zeit: 19.00 – 21.00 Uhr  
 Ort: Gais  
 Kosten: CHF 90.00

### 3410 Blitzkurs Kunstgeschichte

In diesem Performance-Vortrag nimmt Dr. phil. Mark Staff Brandl Sie mit auf eine faszinierende Reise durch die Kunst und ihre Geschichte. In einer Mischung aus Unterhaltung, Bildung und Ästhetik analysiert, beschreibt und diskutiert er die unterschiedlichen Epochen und erklärt, was ein Kunstwerk genial macht.

Leitung: Mark Staff Brandl  
 Dr. phil., Künstler, Kunsthistoriker  
 Datum: Mittwoch, 07. November 2018  
 Zeit: 19.00 – 20.30 Uhr  
 Ort: Trogen  
 Kosten: CHF 30.00

### 3420 Blitzkurs Kunstgeschichte – Künstlerinnen

In diesem Performance-Vortrag nimmt Dr. phil. Mark Staff Brandl Sie mit auf eine faszinierende Reise durch die Kunst und ihre Geschichte. Dabei stehen Künstlerinnen im Zentrum. In einer Mischung aus Unterhaltung, Bildung und Ästhetik analysiert, beschreibt und diskutiert er die unterschiedlichen Epochen und erklärt, was ein Kunstwerk genial macht.

Leitung: Mark Staff Brandl  
 Dr. phil., Künstler, Kunsthistoriker  
 Datum: Mittwoch, 14. November 2018  
 Zeit: 19.00 – 20.30 Uhr  
 Ort: Trogen  
 Kosten: CHF 30.00

### 3430 Kreative Fotobuch-Gestaltung

Fotografieren Sie gerne mit der Digitalkamera oder dem Smartphone und möchten ein Fotobuch gestalten? In diesem Kurs lernen Sie die Erstellung eines Fotobuches mit dem Gratisprogramm «ifolor Designer». Bringen Sie Ihre ausgewählten Fotos mit und wenn vorhanden auch den eigenen Laptop, so kann während dem Kurs am eigenen Fotobuch gearbeitet werden.

Leitung: Guido Knaus  
 Lehrbeauftragter Medienbildung PHSG  
 Datum: Montag, 03. September 2018  
 Zeit: 18.30 – 21.30 Uhr  
 Ort: Gais  
 Kosten: CHF 80.00

### 3440 Meine eigene Website

Möchten Sie eine eigene Website erstellen? In diesem Kurs lernen Sie die leicht zu bedienende Websoftware Wordpress kennen und erstellen eine eigene, individuelle Website.

Leitung: Guido Knaus  
 Lehrbeauftragter Medienbildung PHSG  
 Daten: Mittwoch, 12./26. September 2018  
 Zeit: 18.30 – 21.30 Uhr  
 Ort: Gais  
 Kosten: CHF 160.00 exkl. Unterlagen CHF 15.00

### 3450 Effizient arbeiten mit Excel

Tabellenkalkulationen sind im Privatgebrauch und im Arbeitsleben nicht mehr wegzudenken. Lernen Sie die wichtigsten Funktionen und Grundkenntnisse von Excel praxisnah kennen.

Leitung: Guido Knaus  
 Lehrbeauftragter Medienbildung PHSG  
 Daten: Montag, 22./29. Oktober 2018  
 Zeit: 18.30 – 21.30 Uhr  
 Ort: Gais  
 Kosten: CHF 160.00 exkl. Unterlagen

### 3460 Filmschnitt kinderleicht gemacht

Workshop für Eltern und Kinder (ab Primarschule). Videos sind bei Kindern und Jugendlichen sehr beliebt. In diesem Workshop lernen Sie mit Ihrem Kind den Einsatz und die Herstellung von Videos als vielseitige und sinnvolle Art des Mediengebrauches kennen. Apps und Tools werden für Trickfilme, Digital Storytelling, usw. gezeigt und können ausprobiert werden. Zudem können Filme mit iMovie (iPad/Mac) sowie mit MovieMaker und Story Remix (Windows 10) geschnitten werden.

Leitung: Guido Knaus  
 Lehrbeauftragter Medienbildung PHSG  
 Datum: Samstag, 24. November 2018  
 Zeit: 08.30 – 11.30 Uhr  
 Ort: Gais  
 Kosten: CHF 80.00 pro Elternteil (oder andere erwachsene Person) und Kind, exkl. Unterlagen ca. CHF 5.00

### Sprachkurse

<b>3050 Englisch 1, Niveau A1.1 – beginner</b> für AnfängerInnen ohne Grundkenntnisse <i>Neuer Kurs</i>	Speicher oder Teufen	Claire Krieger, Englischlehrerin ab Dienstag, 04. September 2018, 18.00 – 19.30 Uhr
<b>3055 Englisch 2, Niveau A2.1 – elementary</b>	Teufen	Lynette Häuselmann, Englischlehrerin ab Dienstag, 04. September 2018, 17.15 – 18.45 Uhr
<b>3060 Englisch 3, Niveau B1.2 – pre-intermediate</b>	Teufen	Lynette Häuselmann, Englischlehrerin ab Donnerstag, 06. September 2018, 10.30 – 12.00 Uhr
<b>3065 Englisch 4, Niveau B1.2 – intermediate</b>	Teufen	Boris Boburov, Englischlehrer, Dolmetscher ab Dienstag, 04. September 2018, 19.00 – 20.30 Uhr
<b>3070 Englisch 5, Niveau C1.1</b>	Teufen	Lynette Häuselmann, Englischlehrerin ab Donnerstag, 06. September 2018, 09.00 – 10.30 Uhr
<b>3075 Englisch 6, Niveau C1.1-C1.2 – conversation</b>	Niederteufen	Boris Boburov, Englischlehrer, Dolmetscher ab Montag, 03. September 2018, 08.30 – 10.00 Uhr
<b>3080 Italienisch 1, Niveau A2.1</b>	Teufen	Marcella Carbone, Italienischlehrerin ab Dienstag, 04. September 2018, 18.30 – 20.00 Uhr
<b>3085 Italienisch 2, Niveau B1.1</b>	Teufen	Marcella Carbone, Italienischlehrerin ab Dienstag, 04. September 2018, 16.45 – 18.15 Uhr
<b>3090 Spanisch 1, Niveau A1.1</b> für AnfängerInnen ohne Grundkenntnisse <i>Neuer Kurs</i>	Teufen	Auxiliadora Angehrn-Plaza, dipl. Spanischlehrerin ab Montag, 03. September 2018, 18.00 – 19.30 Uhr
<b>3095 Spanisch 2, Niveau A2.1</b> <i>Neuer Kurs</i>	Speicher oder Teufen	Rommel Krieger, Dr. phil. I, Gymnasiallehrer ab Dienstag, 04. September 2018, 18.00 – 19.30 Uhr
<b>3100 Spanisch 3, Niveau B1.1-B1.2 – conversación</b>	Niederteufen	Auxiliadora Angehrn-Plaza, dipl. Spanischlehrerin ab Mittwoch, 05. September 2018, 08.30 – 10.00 Uhr
<b>3105 Spanisch 4, Niveau B2 – conversación</b> <i>Neuer Kurs</i>	Speicher oder Teufen	Rommel Krieger, Dr. phil. I, Gymnasiallehrer ab Montag, 03. September 2018, 18.00 – 19.30 Uhr

Kosten: für eine Kurseinheit à 2 Lektionen (90 Minuten) CHF 24.00 exkl. Lehrmittel

Kursdauer: ab September 2018 bis zu den Sportferien 2019

Für NeueinsteigerInnen ist die Anmeldung erst nach einer Probelektion definitiv. So können Sie prüfen, ob das Niveau Ihrem Wissensstand entspricht. **Gilt nicht für neue Kurse!**

### Deutschkurse in Teufen, Herisau oder Heiden

<b>3980 Deutsch, Niveau A1, zwei Doppellektionen pro Woche</b> keine Vorkenntnisse, Kennenlernen	ab Montag, 13. August 2018, Montag und Mittwoch 19.00 – 20.30 Uhr, 80 Lektionen
<b>3981 Deutsch, Niveau A1, vier Lektionen am Samstag</b> keine Vorkenntnisse, Kennenlernen	ab Samstag, 18. August 2018 08.30 – 12.00 Uhr, 80 Lektionen
<b>3982 Deutsch, Niveau A2, zwei Doppellektionen pro Woche</b> A1 abgeschlossen, Einstufungstest	ab Montag, 13. August 2018, Montag und Mittwoch 19.00 – 20.30 Uhr, 80 Lektionen
<b>3983 Deutsch, Niveau A2, intensiv, 2x3 Lektionen pro Woche</b> A1 abgeschlossen, Einstufungstest	ab Dienstag, 14. August 2018, Dienstag und Donnerstag 19.00 – 21.30 Uhr, 120 Lektionen
<b>3984 Deutsch, Niveau B1, zwei Doppellektionen pro Woche</b> A2 abgeschlossen, Kompetenznachweis	ab Montag, 13. August 2018, Montag und Mittwoch 19.00 – 20.30 Uhr, 80 Lektionen
<b>3985 Deutsch, Niveau B1, intensiv, 2x3 Lektionen pro Woche</b> A2 abgeschlossen, Kompetenznachweis	ab Dienstag, 14. August 2018, Dienstag und Donnerstag 19.00 – 21.30 Uhr, 120 Lektionen

Kosten: Diese Kurse werden vom Kanton und den Gemeinden subventioniert. Voraussetzung für die Teilnahme ist ein rechtmässiger Wohnsitz im Kanton Appenzell Ausserrhoden.

80 Lektionen CHF 390.00 exkl. Lehrmittel / 120 Lektionen CHF 590.00 exkl. Lehrmittel

Kursdauer: ab August 2018 bis zu den Sportferien 2019

Kursort: Teufen, Herisau oder Heiden

Anmeldung: Gianna Wienandts, Grünastrasse 8, 9053 Teufen, Telefon 071 333 1296  
 E-Mail: deutschkurse@webmittelland.ch oder www.webmittelland.ch

### Kursadministration

Die Teilnahmebestätigung erhalten Sie nach Ablauf des Anmeldeschlusses. Bei ungenügender Anzahl TeilnehmerInnen wird der Kurs abgesagt. Bei Abmeldungen nach Anmeldeschluss (14 Tage vor Kursbeginn) oder Nichterscheinen wird der Kursbetrag in der Regel vollumfänglich in Rechnung gestellt. Für den Versicherungsschutz sorgen Sie selber.

### Anmeldung

Sie erleichtern uns die Arbeit, wenn Sie sich unter [www.webmittelland.ch](http://www.webmittelland.ch) anmelden. Vielen Dank. Anmeldeschluss ist 14 Tage vor Kursbeginn.

Kontakt  
 Weiterbildung Appenzeller Mittelland  
 Maggie Mesmer / Sekretariat  
 Im Grund, 9052 Niederteufen  
 Telefon: 032 510 72 08  
 E-Mail: sekretariat@webmittelland.ch

