

Hauswirtschaftliche Fortbildungskurse



Schule Zollikon

Die Kurse der Hauswirtschaftlichen Fortbildungsschule (HFS) sind attraktiv und zeitgemäss und vermitteln wichtige Kenntnisse für den Alltag. Sie sind ein Angebot der Schule Zollikon. Diese trägt auch die Kosten für Infrastruktur und Administration. Die Kurse müssen von mindestens 10 Teilnehmenden besucht werden.

In den Kochkursen steht die ausgewogene Ernährung im Zentrum. Daneben haben Genuss, Spass und Freude im Kurs einen sehr hohen Stellenwert. Die Rezepte sind im eigenen Haushalt einfach und unkompliziert nachzukochen.

In den Modekursen können Sie Ihre Kreativität voll ausleben. Kompetente Kursleiterinnen begleiten und unterstützen Sie beim Umsetzen Ihrer Ideen.

46 **LIEBHABERKÜCHE – SAISONAL UND DELIKAT***

Kochkurs für Herren. Für versierte und weniger geübte Köche.

Leitung Elisabeth Holzer
Dauer jeweils Mittwoch, 11. Mai–28. September, 9.30–13.30 Uhr
Kosten 15mal à 4 Std. Fr. 420.- + Kosten für das Essen
Ort Schulhaus Buechholz B, Buchholzstr.5, Zollikon, Schulküche 1

47 **CUCINA ITALIANA***

Gemeinsam italienisch kochen und geniessen. Mediterrane Düfte und Genüsse verwöhnen Nase und Gaumen und verleiten zum Träumen und Schwelgen.

Leitung Christina Nigg
Dauer jeweils Mittwoch, 25. Mai, 29. Juni, 31. August, 18.30–22.00 Uhr
Kosten 3mal à 3½ Std. Fr. 84.- + Kosten für das Essen
(ca. Fr. 25.- bis 30.- pro Abend, bitte bar in kleinen Noten und Münzen mitbringen)
Ort Schulhaus Buechholz B, Buchholzstr. 5, Zollikon, Schulküche 2

48

GENUSSVOLLE FISCHKÜCHE*neu!*

Zubereitung von verschiedenen Fischgerichten

Leitung	Christina Nigg
Dauer	jeweils Mittwoch, 8. + 15. Juni, 18.30–22.00 Uhr
Kosten	2mal à 3 1/2 Std. Fr. 56.- + Kosten für das Essen (ca. Fr. 25.- bis 30.- pro Abend, bitte bar in kleinen Noten und Münzen mitbringen)
Ort	Schulhaus Buechholz B, Buchholzstr. 5, Zollikon, Schulküche 2

49

NIEDERGAREN – EINE EINFACHE «GELING-METHODE»*neu!*

Auch für heikle Fleischstücke.

Leitung	Elisabeth Holzer
Dauer	Mittwoch, 7. September, 18.30–22.00 Uhr
Kosten	1mal à 3 1/2 Std. Fr. 28.- + Kosten für das Essen (ca. Fr. 25.- bis 30.- pro Abend, bitte bar in kleinen Noten und Münzen mitbringen)
Ort	Schulhaus Buechholz B, Buchholzstr. 5, Zollikon, Schulküche 1

50

NÄHEN FÜR HERREN*neu!*

Hier lernen Sie, wie Sie Ihre Kleidung selber in Schuss halten können.
Nähmaschine bedienen, Hosenbeine kürzen, Risse flicken, Knöpfe annähen.
Mitbringen: Kleidungsstücke, die repariert oder angepasst werden sollen.

Leitung	Eveline Hunziker
Dauer	jeweils Montag, 9.–30. Mai, 19.00–21.15 Uhr
Kosten	4mal à 2 1/4 Std. Fr. 72.-
Kursort	Schulhaus Rüterwis A, Zollikerberg, Zimmer 12

51

AUS ALT MACH NEU*neu!*

Kleidungsstücke, die Sie nicht mehr anziehen, bekommen neuen Pfiff, indem Sie sie umfärben, bedrucken oder mit Strasssteinen und Pailletten verzierern.
Mitbringen: Kleidungsstücke, die einen Fleck haben, aus der Mode sind oder aus einem anderen Grund hinten im Schrank gelandet sind.

Leitung	Eveline Hunziker
Dauer	jeweils Montag, 20. Juni–11. Juli, 19.00–21.15 Uhr
Kosten	4mal à 2 1/4 Std. Fr. 72.-
Kursort	Schulhaus Rüterwis A, Zollikerberg, Zimmer 12

Basiskurs für Anfängerinnen und Anfänger. Sie lernen die wichtigsten Grundtechniken kennen wie Maschen anschlagen, rechte und linke Maschen stricken, auf- und abnehmen, rund stricken, Maschen abketten. Dabei stellen Sie Ihr Wunschmodell her: Schal, Mütze oder Socken. Mitbringen: Geeignete Wolle und passendes Nadelspiel.

Leitung Eveline Hunziker
 Dauer jeweils Montag, 5.–26. September, 19.00–21.15 Uhr
 Kosten 4mal à 2¼ Std. Fr. 72.-
 Kursort Schulhaus Rüterwis A, Zollikerberg, Zimmer 12

Bei entsprechender Nachfrage können zu einem späteren Zeitpunkt weitere Strickkurse angeboten werden.

53 **GENÄHT WIRD WAS GEFÄLLT***

Selbst ausgedacht und entworfen, selber genäht. Sie gestalten Ihre Lieblingskleidungsstücke nach individuell gezeichneten oder gekauften Schnittmustern. Overlock-, Cover- und Nähmaschinen stehen zu Ihrer Verfügung. Mit kundiger Unterstützung durch die Fachlehrerin erarbeiten Sie Ihr ganz persönliches Wunschmodell.

Leitung Simone Quinche Treichler
 Dauer jeweils Mittwoch, 8. Juni–28. September, 14.00–17.00 Uhr
 Kosten 12mal à 3 Std. Fr. 252.-
 Kursort Schulhaus Buechholz B, Buchholzstr. 5, Zollikon, Mehrzweckraum

54 **NÄHEN – SPIELEND LEICHT***

Sie träumen von Ihrem Wunschmodell? Zusammen erarbeiten wir passende Schnittmuster für Hosen, Jacken und Oberteile oder Jupes auf Ihre Körperform und nähen dann dieses Lieblingsstück. Liegen Flickarbeiten wie zu kürzende Jeanshosen schon länger zum erledigen bereit? Wollen Sie in Ihrer Wohnung neue Farbtupfer mit Kissen oder Vorhängen setzen? Im Nähkurs für Anfängerinnen und Fortgeschrittene hilft Ihnen die Fachlehrerin, individuelle Wünsche ganz einfach und unkompliziert zu erfüllen. Nähmaschinen, Cover- und Overlockmaschinen für elastische Stoffe stehen zur Verfügung.

Leitung Simone Quinche Treichler
 Dauer jeweils Mittwoch, 8. Juni–28. September, 19.00–22.00 Uhr
 Kosten 12mal à 3 Std. Fr. 252.-
 Kursort Schulhaus Buechholz B, Buchholzstr. 5, Zollikon, Mehrzweckraum