

Haushaltskurs Seftigen

Ziele:

- Vereinfachung des Familienhaushaltes
- Hausarbeit bewusster gestalten
- Mehr Zeit, Geld und Energie für anderes

Themen:

- Klärung: Wünsche formulieren;
Rahmenbedingungen erkennen;
den eigenen Stil finden; Ziele defini
- Planung: Das Jahr planen; die Woche einteilen; den Tag gestalten;
Routine entwickeln
- Wohnung: Ordnung schaffen; Ordnung halten,
Reinigungsarbeiten optimieren
- Ernährung: Die Küche praktisch einrichten; Menüplanung;
Das Einkaufen vereinfachen; einfache Rezepte kennenlernen
- Kleidung: Wäsche rationell erledigen (Waschen, Trocknen, Bügeln);
Kleider sinnvoll verwalten (Einkauf, Ordnung, Flickern)
- Mithilfe: Bedürfnisse abklären; Partner und Kinder motivieren;
Das Umfeld einbeziehen



Ort: Kirchliches Begegnungszentrum, Buchholzstrasse 4, Seftigen

Daten: Montag, 21. Juni, 23. August, 20. September,
15. November, 13. Dezember 2010

Zeit: jeweils 20.00 Uhr

Leitung: Chantal Eggenberg (Familienfrau, Hauswirtschaftslehrerin),
Weierbühlweg 6, 3098 Köniz, 031 972 51 77; cheggenberg@sunrise.ch

Verantwortlich: Marlen Baumann, Gemeinderätin

Kosten: 150.--

Anmeldung: bitte bis 11. Juni 2010 per Post oder Mail an Chantal Eggenberg
Nach Ablauf der Anmeldefrist werden Sie die Kursbestätigung erhalten.
(Teilnehmerzahl 10 - 20 Personen)

Anmeldetalon: Gerne nehme ich am Haushaltskurs in Seftigen teil:

Name:

Adresse:

Telefonnummer:

Mailadresse: