



WEITER >>

bewegen durch WEITERbildung

**>> freizeit &
kreativität**

tempo libero & creatività >>

Malen ist ein Vergnügen/Divertiamoci con la pittura

Öl- und Acrylmalerei/Corso di pittura a olio e acrilica

Für AnfängerInnen und leicht Fortgeschrittene / *per principianti e leggermente progrediti*

In diesem Kurs können auch Neulinge die Technik der Öl- und Acrylmalerei nach Lust und Laune ausprobieren. Dabei inspirieren uns die großen Meister der Vergangenheit oder wir lassen uns von unserer Fantasie beflügeln. Der Kurs ist auch für Öl- und Acrylmalerei erprobte HobbymalerInnen und all jene, die gerne in Gesellschaft malen, geeignet.

Il corso permette ai/alle principianti di provare la tecnica della pittura a olio o acrilica a piacimento. Ci ispireremo ai grandi maestri del passato o daremo via libera alla nostra fantasia. Il corso è adatto anche per coloro che hanno già un po' di esperienza in materia e che hanno voglia di dipingere in compagnia.

Leitung/ insegnante:	Barbara Carli, Diplom für Kunst- zieher/ <i>Diploma di maestro d'arte</i>
1. Termin/ 1^a data:	Freitag, 27. Jänner, 4 Treffen, jeweils Freitag, 15.30-18.30 <i>Venerdì 27 gennaio, 4 incontri, ogni venerdì, 15.30-18.30</i>
2. Termin/ 2^a data:	Freitag, 28. April, 4 Treffen, jeweils Freitag, 15.30-18.30 <i>Venerdì 28 aprile, 4 incontri, ogni venerdì, 15.30-18.30</i>
Beitrag/prezzo:	110 €
Mitzubringen/ da portare:	Materialliste bei Anmeldung! <i>Lista materiali all'iscrizione!</i>

Lasst uns aquarellieren!/Acquarelliamo!

Aquarell-Kurs für AnfängerInnen und leicht Fortgeschrittene

Corso di acquerello per principianti e leggermente progrediti

Die Aquarelltechnik fasziniert bereits bei den ersten Pinselstrichen. Auf dem Programm stehen eine Einführung in die Technik der Aquarell-Malerei und die dazu benötigten Materialien. Leicht Fortgeschrittene haben die Möglichkeit, ihre Technik zu verfeinern, indem sie neue Materialien integrieren und zusätzliche Fertigkeiten kennenlernen.

Wir erlernen anhand von Übungen die speziellen Techniken und haben genügend Zeit, einige Kunstwerke zu schaffen.

La tecnica dell'acquerello ha il suo fascino già a partire dai primi tratti.

In programma vi sono la presentazione dei materiali e delle tecniche di base. Per coloro che hanno già conoscenze ci sarà la possibilità di migliorare e affinare la tecnica integrando nuovi materiali e trucchi. Vi sarà spazio sia per gli esercizi per apprendere le tecniche di base sia per realizzare alcuni lavori secondo la creatività individuale.

Leitung/ insegnante:	Barbara Carli, Diplom für Kunst- zieher/ <i>Diploma di maestro d'arte</i>
Termin/data:	Freitag, 10. März, 6 Treffen, jeweils Freitag, 15.30-17.00 <i>Venerdì 10 marzo, 6 incontri, ogni venerdì, 15.30-17.00</i>
Beitrag/prezzo:	85 €
Mitzubringen/ da portare:	Materialliste bei Anmeldung! <i>Lista materiali all'iscrizione!</i>



Jede/r kann zeichnen lernen! / Tutti possono imparare a disegnare!

Für AnfängerInnen und leicht Fortgeschrittene / Per principianti e leggermente progrediti

Freihändiges Zeichnen kann jede/r lernen und perfektionieren. In diesem Kurs werden zunächst Grundtechniken vorgestellt. Unter der aufmerksamen Anleitung der Referentin gibt es viel Raum für das Probieren und Üben. Die Technik des Schraffierens und des Abzeichnens von verschiedenen Objekten wird auch vermittelt.

Il disegno a mano libera è una tecnica che ognuno può imparare e perfezionare. In questo corso verranno presentate alcune tecniche di base e vi sarà molto spazio per provare ed esercitarsi sotto la guida attenta dell'insegnate. Verranno eseguiti esercizi di tratteggio e disegno dal vero di oggetti vari.

Leitung/ insegnante:	Barbara Carli, Diplom für Kunsterzieher/ <i>Diploma di maestro d'arte</i>
Termin/ data:	Freitag, 10. März, 6 Treffen, jeweils Freitag, 17.15-18.45 <i>Venerdì 10 marzo, 6 incontri, ogni venerdì, 17.15-18.45</i>
Beitrag/ prezzo:	85 €
Mitzubringen/ da portare:	Materialliste bei Anmeldung! <i>Lista materiali all'iscrizione!</i>



Die Leichtigkeit der Farben

Acryleinsteigerkurs

Interessierte und AnfängerInnen erlernen mit der Schritt für Schritt-Technik die Welt der abstrakten Acrylmalerei. Verschiedene Techniken z.B. Arbeiten mit Schwamm, Spachtel und Breitpinsel, abstrakte Landschaften, Erstellung von Collagen, Verwendung von Kaffeesatz und Blattgold sowie Effekte mit Spritztechniken werden gezeigt und Bildkompositionen besprochen. Das Spielen mit Formen, das Experimentieren mit Farbe, das Erzeugen von Spannung durch das Zufallsprinzip

und die Freude am kreativen Arbeiten – das sind unsere Ziele.

Leitung:	Carol Terzer, freischaffende Künstlerin
Termin:	Montag, 6. März, 4 Treffen, jeweils Montag, 15.30-17.00
Beitrag:	95 €
Mitzubringen:	Materialliste bei Anmeldung!



Basteln für Muttertag

Für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit und ohne Beeinträchtigung

„Für dich, liebe Mama!“ Am Muttertag etwas liebevoll selber basteln, das möchten sicher viele Kinder. Diese Ideen sind mit etwas Hilfe leicht umzusetzen und lassen jedes Mutterherz höher schlagen.

Leitung:	Barbara Carli, Diplom für Kunsterzieher
Termin:	Samstag, 13. Mai, 14.30-ca.17.30
Beitrag:	10 € (Material inkl.)



Unwiderstehliche Sorgenfresser filzen

In diesem Kurs filzen wir lustige Sorgenfresser aus Bergschafwolle. Zu Hause können Sie dann selber viele bunte Sorgenfresser herstellen und Ihre Lieben damit beschenken.

Leitung:	Zuzana Frei, Filzerin, Facebook Filzele
Termin:	Montag, 13. Februar, 18.30-21.30
Beitrag:	25 € (+ ca. 5 € Materialspeisen direkt der Kursleiterin zu bezahlen)
Mitzubringen:	Materialliste bei Anmeldung!



Wunderschöne Lämmer aus Filz selber machen

In diesem Kurs filzen wir zwei nette Lämmer aus Bergschafwolle. Wir verwenden die Technik des Trockenfilzens mit Nadel, die sehr einfach, aber gleichzeitig sehr wirkungsvoll ist. Nach dem Kurs werden Sie in der Lage sein, selber weitere Lämmer zu filzen.

Leitung:	Zuzana Frei, Filzerin, s. o.
Termin:	Dienstag, 14. März, 18.30-21.30
Beitrag:	25 € (+ ca. 7 € Materialspeisen direkt der Kursleiterin zu bezahlen)
Mitzubringen:	Autowaschschwamm

Sitzkissen aus Filz

Bei einem Picknick oder einer Wanderung ist ein selbst gefilztes Sitzkissen als Sitzunterlage sehr praktisch. Das daran gefilzte Band ermöglicht es, das Sitzkissen zusammenzurollen und im Rucksack zu verstauen. Man kann aber auch zwei Schnüre für Sitzunterlagen auf Stühlen anfilzen.

Leitung:	Zuzana Frei, Filzerin, s. o.
Termin:	Mittwoch, 12. April, 18.30-21.30
Beitrag:	25 € (+ ca. 8 € Materialspeisen direkt der Kursleiterin zu bezahlen)
Mitzubringen:	Materialliste bei Anmeldung!

Handbag aus recycelten Materialien

Nähe deine Handtasche aus Kaffeesäcken, Planen etc.

Voraussetzung: Nähgrundkenntnisse

Im Kurs geht es darum, sich seine eigene Handtasche, Shopper, Einkaufstasche usw. aus recycelten Materialien zu nähen, egal ob Kaffeesäcke, Plane, Papier ... Alles kann verwendet und verwertet werden. Die TeilnehmerInnen können auch mehrere Taschen nähen. Nach dem Kurs sind sie in der Lage, zu Hause weitere bunte, selbst designte Taschen aus verschiedenen Recycling-Materialien zu kreieren und nähen.

Leitung:	Verena Moser, Hobbyschneiderin
1. Termin:	Dienstag, 7. Februar, 3 Treffen, jeweils Dienstag, 18.00-21.00
2. Termin:	Dienstag, 21. März, 3 Treffen, jeweils Dienstag, 18.00-21.00
Beitrag:	90 € (+ ca. 10 € Materialspeisen direkt der Kursleiterin zu bezahlen)
Mitzubringen:	Materialliste bei Anmeldung!

Nähkurs – Ich möchte meine eigene Idee realisieren

Voraussetzung: Grundkenntnisse

In diesem Kurs werden Basiskenntnisse, aber auch komplexere Nähtechniken vermittelt und konkret umgesetzt. Eigene Ideen werden beim ersten Treffen besprochen und dann Schritt für Schritt realisiert. Während der Umsetzung werden viele Tipps und Anleitungen gegeben.

Inhalt: Zuschneiden nach Muster, Modell Schritt für Schritt nähen mit anprobieren, Basiskenntnisse vermitteln und auch komplexere Nähtechniken

Leitung:	Julia Susanne Weisser, ausgebildete Schneiderin
Termin:	Mittwoch, 25. Jänner, 19.00-21.00 und 6 weitere Treffen, jeweils Mittwoch, 19.00-22.00
Beitrag:	170 €
Mitzubringen:	Materialliste bei Anmeldung!

Nähkurs für AnfängerInnen

Im Kurs geht es darum, die Grundlagen des Nähens zu erlernen und sich mit der Nähmaschine vertraut zu machen. Die TeilnehmerInnen erfahren Wissenswertes über Stoffe, Garne und Nähzubehör. Anhand eines eigenen kleinen Projektes (Kissenhülle, Schürze, Kosmetiktasche, ...) werden verschiedene Verarbeitungstechniken geübt.

Leitung:	Julia Susanne Weisser, s. o.
Termin:	Mittwoch, 22. März, 5 Treffen, jeweils Mittwoch, 19.00-22.00
Beitrag:	145 €
Mitzubringen:	Materialliste bei Anmeldung!

Flechten

Weidenkörbe für Garten und Haus

Für Erwachsene und Jugendliche ab der Mittelschule

In diesem 2-tägigen Seminar lernen Sie die Vielfalt an Formen, Farben und Verwendungsmöglichkeiten der Weiden kennen. Jede/r Teilnehmer/in hat die Möglichkeit einen runden Korb zu flechten, der sich, ausgehend von einem Sternboden, je nach Handgriff in eine individuelle Form bringen lässt. Zum Schluss wird der Korb mit einem Wildholzgriff versehen. Die Weiden werden zwei Wochen lang, vor dem Gebrauch, in Wasser gelegt. Bitte melden Sie sich rechtzeitig an, damit wir das Material für alle vorbereiten können.



Leitung:	Erhard Paris, freiberuflicher Flechter, langjährige Erfahrung als Seminarleiter
Termin:	Freitag, 10. März, 14.00-18.00, Samstag, 11. März, 9.00-12.30 und 13.30-16.00
Beitrag:	85 € (+ 15 € Materialspesen, direkt dem Referenten zu zahlen)
Mitzubringen:	Taschenmesser, Rebschere
Info:	Anmeldeschluss: Donnerstag, 23. Februar

Kalligrafie

Für LiebhaberInnen mit und ohne Grundkenntnissen

Im Kurs werden klassische und moderne Schriftarten geübt. Es wird der Umgang mit verschiedenen Gestaltungsmaterialien (z.B. Bandzugfeder, Spitzfeder, Ziehfeder, Pinsel etc.), mit verschiedenen Schreibunterlagen und Techniken (Blattmetalle, Reliefgestaltungen etc.) praktiziert. Auch die Kreativität soll viel Raum erhalten.

Leitung:	Rudolf Braunhofer, Experte in Kalligrafie
Termin:	Donnerstag, 2. Februar, 3 Treffen, jeweils Donnerstag, 18.00-21.00
Beitrag:	90 €
Mitzubringen:	Materialliste bei Anmeldung!

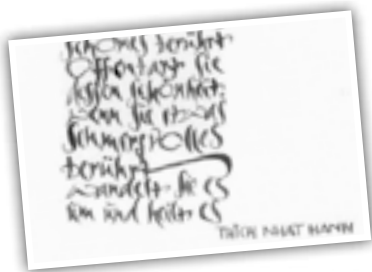
Kalligrafie

Vorzugsweise mit Grundkenntnissen

Im Kurs werden klassische und modernere Schriftarten geübt (siehe Grundkurs). Der Frühling liefert uns Impulse des Aufbruchs und mischt die Farben auf. Diese Botschaft soll die Kreativität der KursteilnehmerInnen nähren. Das bevorstehende Osterfest lädt auch ein, Wunschkarten kalligrafisch zu verfassen, Eier individuell mit Texten und Farben zu gestalten, Serviettenringe und andere Dekorationsgegenstände für den Festtagstisch vorzubereiten.

Leitung: Rudolf Braunhofer, s. o.

Termin:	Donnerstag, 23. März, 3 Treffen, jeweils Donnerstag, 18.00-21.00
Beitrag:	90 €
Mitzubringen:	Materialliste bei Anmeldung!



Fotografie für AnfängerInnen mit Josef Peppi Gander – Workshop 1

Für Personen mit größeren Digitalkameras bis zur Spiegelreflex

Es werden die Grundkenntnisse der Fotografie in Theorie und Praxis vermittelt. Sie erlernen den Umgang mit Ihrer Kamera und deren Möglichkeiten.

1. Treffen: Feedback über den Wissensstand der TeilnehmerInnen, Einführung in die Fotografie, Gebrauchsanweisungen verstehen, die Blende und ihre Zahlen.
2. Treffen: Schärfentiefe, Belichtungszeit, Bewegungen einfrieren oder darstellen.
3. Treffen: Wir fotografieren gemeinsam und setzen das Erlernte anhand von einfachen Beispielen in die Praxis um.
4. Treffen: Besprechung der Aufnahmen sowie weitere nützliche Tipps

Der Kurs ist nicht für Kompaktkameras geeignet.

Leitung:	Josef (Peppi) Gander, Theater- und künstlerische Fotografie
Termin:	Mittwoch, 8. März, 20.00-22.30 Mittwoch, 15. März, 20.00-22.30 Samstag, 18. März, 14.00-18.00 Mittwoch, 22. März, 20.00-22.30
Beitrag:	129 €
Mitzubringen:	Schreibzeug, Kamera mit vollgeladener Batterie und Speicherkarte, Gebrauchsanweisung, beim 3. Treffen Stativ

Fotografie für leicht Fortgeschrittene mit Josef Peppi Gander – Workshop 2

Für Personen mit größeren Digitalkameras bis zur Spiegelreflex

Voraussetzung: Besuch von Workshop 1 oder Kenntnisse über: Blende, Belichtungszeit, ISO Werte usw.

1. Treffen: Feedback über den Wissensstand der TeilnehmerInnen, Aufnahmequalität, JPG oder RAW, Farbraum sRGB oder RGB, niedere/hohe ISO Werte.
2. Treffen: Belichtungskorrekturen, Bildaufbau, der goldene Schnitt, Tiefenwirkung, Kurz- und Langzeitbelichtung, Available Light, Blitzen in verschiedenen Belichtungsprogrammen, Blitz als Hauptlicht, Aufhellelicht, Blitzen auf dem 1. oder 2. Verschluss.
3. Treffen: Gemeinsames Fotografieren im Freien, Umsetzung des Erlernten, Blitzen bei Tageslicht in verschiedenen Modi, Fotografieren in der blauen Stunde, Langzeit Belichtung, Ändern der ISO Werte
4. Treffen: Ansicht und Besprechung der Fotoarbei-

ten und praktische Arbeiten mit dem Blitz auf dem 1. und 2. Verschluss, Blitzeffekte

Der Kurs ist nicht für Kompaktkameras geeignet.

Leitung:	Josef (Peppi) Gander, Theater- und künstlerische Fotografie
Termin:	Mittwoch, 29. März, 20.00-22.30 Mittwoch, 5. April, 20.00-22.30 Samstag, 8. April, 15.00-19.00 Mittwoch, 12. April, 20.00-22.30
Beitrag:	139 €
Mitzubringen:	Schreibzeug, Kamera mit vollgeladener Batterie, Gebrauchsanweisung, beim 3. + 4. Treffen Stativ

Portraitfotografie mit Paola Marcello

Fotokurs für Jugendliche und Erwachsene

Voraussetzung: Beherrschen von fotografischen Grundtechniken

Der Kurs vermittelt die essentiellen Basiskompetenzen der Portraitfotografie (Studiofotografie, Portraits im Freien und in der Familie). Das erworbene Wissen wird in die Praxis umgesetzt. Sowohl der Einsatz des vorhandenen Lichts („Available Light“), als auch der Umgang mit dem Model spielen hierbei eine wichtige Rolle. Durch didaktisches Lehrmaterial, die Ansicht von Bildbeispielen sowie durch praktische Übungen lernen Sie, die wichtigsten Einstellungen zu beherrschen.

Inhalte des Kurses:

- Feedback über den Wissensstand der TeilnehmerInnen
- Lichter und Schatten gezielt einsetzen
- Schärfentiefe nutzen
- Vor- und Nachteile eines Blitzes bei Tageslicht
- Das natürliche Licht, Kunstlicht, Einsatz von Stativ
- Welche Objektive sind geeignet
- Bildkomposition
- Beziehungsaufbau/Kommunikation mit Model

- Aufbau eines Fotosets und Realisierung von Studioportraits
- Gemeinsame Fotoexkursion, um gegenseitige Portraits im Freien zu erarbeiten
- Ansicht und Austausch der produzierten Bilder
- Bildauswahl und Realisierung eines Portfolios

Der Kurs ist nicht für Kompaktkameras geeignet.

Leitung:	Paola Marcello, Fotografin, Master in Reportage
Termin:	Mittwoch, 18. Jänner, 20.00-22.00, Mittwoch, 25. Jänner, 20.00-22.00, Mittwoch, 1. Februar, 20.00-22.00, Samstag, 4. Februar, 14.00-16.30, Mittwoch, 8. Februar, 20.00-22.00
Beitrag:	129 €
Mitzubringen:	Digitale Spiegelreflexkamera, Systemkamera oder Bridgekamera Schreibzeug, Kamera mit vollgeladener Batterie, USB Stick



mitteleuropäische Jazzakademie 2017

Die Urania Meran ist auch heuer wieder Kooperationspartner des Festival Merano Jazz und der mitteleuropäischen Jazzakademie und organisiert ein eigenes Rahmenprogramm.

Come ogni anno l'Urania Meran collabora all'organizzazione del Festival Merano Jazz e dell'Accademia Jazz Mitteleuropea e propone alcune iniziative proprie.

Termin/data: Mittwoch, 12. Juli–Sonntag, 16. Juli
Mercoledì 12 luglio–domenica 16 luglio

Info: Weitere Informationen werden noch bekanntgegeben.
Seguiranno ulteriori informazioni.

Trommeln und Instrumentenbau

Für Jugendliche und Erwachsene mit und ohne Beeinträchtigung

In Zusammenarbeit mit dem Treffpunkt Integra der Caritas



Handwerklich und musikalisch!

Wir werden im Laufe des Kurses gemeinsam ein eigenes Musikinstrument bauen, das jeder mit nach Hause nehmen darf. Bei jedem Treffen steht das gemeinsame Trommeln im Vordergrund. Wir erlernen einfache Spieltechniken auf afrikanischen Trommeln und anderen Musikinstrumenten. Mitmachen können alle, die Freude am Trommeln haben. Musikalische und besondere handwerkliche Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Leitung: Markus Gasser, Mitarbeiter für Integration, Instrumentenbauer und Hobbykünstler

Termin: Mittwoch, 8. Februar, 8 Treffen, jeweils Mittwoch, 14.30-16.30

Beitrag: 32 €

Ort: Meran, Caritas Integra, Winkelweg 12

Info: Anmeldung: urania meran, 0473 230219, info@urania-meran.it

Jodeln ist einfach. Genial!

Ein Jodler wird nicht gesungen, er wird getan. Also „tun“ wir alles zwischen Lachen und Weinen: Jodeln eben. Die eigene Stimme erfahren und ausloten, gemeinsam „tun“, leise und laut sein. Jodeln benutzt meist keine Worte, es ist kurz und nah am Menschen. Darum sind auch Vorkenntnisse schön, aber nicht wichtig. Wichtig ist die Vorstellung, dass unsere Stimme das Kraftvollste ist, das wir anzubieten haben und dass das gemeinsame Singen eine Beziehung von ganz eigener Qualität herstellt. Und da keine Worte dazwischen stehen, teilen wir unsere jeweiligen Gefühle in

Form von Stimme miteinander. Das alles macht Jodeln einfach. Genial!

Inhalte: Stimmtechnik, Repertoire zwischen Almschrei Juchezzer traditionell und neuen Jodlern, Anfertigen einer eigenen Jodler CD zum Mitnehmen.

Leitung: Markus Prieth, begeisterter Jodler, www.opasdiandl.com

Termin: Samstag, 11. März, Sonntag, 12. März, 9.30-12.30 und 14.00-17.00

Beitrag: 150 €

Alle Kurse online buchbar unter: www.uraniameran.it – Besuchen Sie unsere Webseite

Mundharmonika

Das Hosensackinstrument für die Freizeit

Für LiebhaberInnen mit und ohne Grundkenntnissen

Im Kurs werden Grundlagen vermittelt. Es geht um die Grundtechnik des Mundharmonika-Spielens, einfache Lieder zu lernen und zu spielen, um dann auch alleine weiter spielen können. Auf dem Repertoire stehen Lieder aus der Volksmusik, Country- und Wanderlieder.

Es sind keine Notenkenntnisse erforderlich.

Leitung:	Walter Perkmann Berger, Hobbyspieler
Termin:	Montag, 30. Jänner, 5 Treffen, jeweils Montag, 19.30-21.30
Beitrag:	95 €
Mitzubringen:	Mundharmonika in C-DUR

Gitarre/Chitarra

Einschreibungen/Iscrizioni

Kursbeginn ist die Woche ab dem 16. Jänner.

I corsi inizieranno a partire dalla settimana del 16 gennaio.

Leitung/insegnante:	Massimo Guarnieri
Dauer/durata:	15 Treffen, 1 Mal pro Woche 1 Std./15 incontri, 1 volta in settimana, 1 ora
Beitrag/prezzo:	148 € (3 bis max. 6 TeilnehmerInnen/min. 3 e max. 6 corsiste/i)

Einschreibung AnfängerInnen

Termin:	Donnerstag, 12. Jänner
18.00	Jugendliche (ab der 2. Mittelschule) und Erwachsene, die neu einsteigen wollen
18.30	Kinder, die neu einsteigen wollen

Iscrizioni per principianti

Data:	Giovedì 12 gennaio
18.00	Ragazzi (a partire dalla I ^a media) e adulti alla prima iscrizione
18.30	Bambini alla prima iscrizione

Meister Proper – wie Männer den Haushalt schnell und effizient managen

Packen Sie ein heißes Eisen an und machen Sie ordentlich Dampf. Glätten wir auf unterhaltsame Art geschlechtsdemokratische Wogen. Entdecken Sie die genussvollen und technischen Seiten der Hausarbeit. Immer mehr junge Väter, aber auch Rentner zeigen, dass auch Männer ihre Frau stehen können. Bei diesem Seminar werden wir uns praktisch und mit einer Prise Humor über gängige Rollenklischees hinwegsetzen und uns der Haus- und Familienarbeit widmen. Am ersten Abend geht es um Putzen, Waschen, Bügeln und Nähen; am zweiten Abend starten wir mit Einkaufen und wei-

ter geht es mit Kochen, Ernährung und Abwasch. Das erste Treffen findet im urania-Haus statt, das zweite in den Räumen des Jugenddienstes im EG des KIMM, Pfarrgasse 2.

Leitung:	Michael Bockhorni, Geschäftsführer von Väter aktiv ONLUS
Termin:	Mittwoch, 8. Februar, 2 Treffen, jeweils Mittwoch, 18.00-22.00
Beitrag:	90 € (+ 10 € Materialspeisen direkt dem Kursleiter zu bezahlen)
Mitzubringen:	Ein paar ungebügelte Wäschestücke

väteraktiv
KIMM Pfarrgasse 2

Koch- und Backkurse/*Corsi di cucina*

Für alle Koch- und Backkurse gilt (wenn nicht anders angegeben)

Informazioni per tutti i corsi di cucina (se non indicato diversamente)

Ort/Luogo:	Meran, KIMM, Maiser Vereinshaus, Pfarrgasse 2/Merano, KIMM, via Parrocchia 2
Mitzubringen/ da portare:	Schürze bzw. weißes T-Shirt <i>Grembiule o maglietta bianca</i>
Info:	Wir bitten die TeilnehmerInnen um Mithilfe beim Aufräumen. <i>Preghiamo i corsisti di aiutare a risistemare la cucina a fine corso.</i>

Fingerfood aus Osteuropa/Finger food dall'Europa dell'est

In diesem Kurs lernen Sie mithilfe von zwei passionierten Köchinnen aus Osteuropa die typischen Gerichte aus der Küche des Ostens und deren Zubereitung kennen. Es geht dabei vor allem um Genuss und Gewürze. An diesem Abend werden süße und salzige Speisen zubereitet.

In questo corso, sotto la guida attenta di due cuoche per passione provenienti dall'Europa dell'est, i/le partecipanti potranno imparare a conoscere e a preparare direttamente alcuni piatti tipici di questa ampia zona geografica. Apprezzarne le

spezie e i sapori. Durante la serata prepareranno piatti sia salati che dolci.

Termin:	Mittwoch, 22. Februar, 19.00-23.00 <i>Mercoledì 22 febbraio, 19.00-23.00</i>
Beitrag:	45 € (+ 10 € Materialspesen direkt den Kursleiterinnen zu bezahlen/ <i>spese di materiale da pagare direttamente alle docenti</i>)
Mitzubringen:	Lebensmittelbehälter, Schürze/ <i>contenitori per alimenti, grembiule</i>

Vegane Burger – Der Fast-Food-Klassiker mal fleischfrei

Gesunde Hamburger aus rein pflanzlichen Zutaten sind momentan voll im Trend. Mit frischen Zutaten eignen sie sich hervorragend für die schnelle gesunde Küche. Neben verschiedenen Bratlingen wie z.B. Falafel und Tofu-Mais-Burgern, bereiten wir diverse Saucen und Aufstriche wie vegane Mayonnaise, Hummus und Paprikaaufstrich zu.

Leitung:	Jutta Egger, Ätschi Veggie Yvonne Rauter, Ätschi Veggie
Termin:	Dienstag, 21. Februar, 19.00-23.00
Beitrag:	45 € (+ 10 € Materialspesen direkt den Kursleiterinnen zu bezahlen)
Mitzubringen:	Lebensmittelbehälter, Schürze



Tofu und Seitan

Aus Tofu, dem Klassiker der vegetarischen und veganen Küche, lassen sich unzählige kreative und vor allem leckere Gerichte zaubern. Eine abwechslungsreiche Alternative zu Tofu bietet das Weizeneiweiß Seitan. Wir bereiten Seitanwürstchen und Schnitzel zu, probieren verschiedene Marinaden für Tofu aus und kochen ein leckeres Hauptgericht mit abschließenden Desserts.

Leitung:	Jutta Egger, Yvonne Rauter, s. o.
Termin:	Dienstag, 4. April, 19.00-23.00
Beitrag:	45 € (+ 10 € Materialspesen direkt den Kursleiterinnen zu bezahlen)
Mitzubringen:	Lebensmittelbehälter, Schürze





Vegan Bakery

Gugelhupf, Zitronenkuchen und Blaubeermuffins gelingen auch als vegane Interpretation. Sie lernen verschiedene Varianten kennen und erfahren, wie sich Milch und Eier beim Backen ganz einfach ersetzen lassen. Wir backen Kuchenklassiker und Muffins mit diversen Füllungen und Toppings wie Erdnussbuttercreme und Orangenpudding.

Leitung:	Jutta Egger, Yvonne Rauter
Termin:	Dienstag, 30. Mai, 19.00-23.00
Beitrag:	45 € (+ 10 € Materialspesen direkt den Kursleiterinnen zu bezahlen)
Mitzubringen:	Lebensmittelbehälter, Schürze

Sushi Kochkurs



Sie erlernen die besondere Art, Fisch und Gemüse zu schneiden und die leckeren Nigiri, Maki & Co selber fachgerecht zu rollen, formen und pressen, damit diese attraktiven Sushi-Happen auch zu Hause bestens gelingen. Als Höhepunkt des Abends genießen die TeilnehmerInnen die zubereiteten Sushis mit einem passenden Getränk. Kursunterlagen und eine Bambus-Rolle werden ausgehändigt.

Leitung:	Hanno Innerhofer, Koch aus Leidenschaft, www.wokeria.it
1. Termin:	Dienstag, 14. Februar, 19.00-23.00
2. Termin:	Dienstag, 28. März, 19.00-23.00
Beitrag:	45 € (+ 20 € Materialspesen direkt dem Kursleiter zu bezahlen)

Der Wok, das asiatische Multitalent – Basiskurs



Wir zeigen in einfachen Schritten, wie man schnelle, gesunde, leckere und knackige Gerichte mit frischen Zutaten zaubern kann. Sie erfahren Tipps zu Kauf und Pflege eines Woks, wie man die Zutaten perfekt schneidet und anschließend dämpft, gart, brät oder kocht. Auch die wichtigsten asiatische Saucen, Gewürze und Kräuter werden genau erklärt. Sämtliche Zutaten sind im

Handel erhältlich. Die gekochten Gerichte werden verkostet. Kursunterlagen mit Rezepten werden ausgehändigt.

Leitung:	Hanno Innerhofer, s. o.
Termin:	Dienstag, 7. März, 19.00-23.00
Beitrag:	45 € (+ 18 € Materialspesen direkt dem Kursleiter zu bezahlen)

Gerichte aus dem Wok: schnell, knackig, gesund



Neue spannende Rezepte!

Freuen Sie sich auf neue Rezepte und ergründen Sie die Geheimnisse der asiatischen Kochkunst. Sie erhalten zahlreiche Tipps über Einkauf, Zubereitung und Kochtechniken, damit diese Gerichte auch zu Hause bestens gelingen. Sämtliche Zutaten sind in Südtirol erhältlich. Die zubereiteten Speisen werden zusammen verspeist.

Leitung:	Hanno Innerhofer, s. o.
Termin:	Dienstag, 11. April, 19.00-23.00
Beitrag:	45 € (+ 18 € Materialspesen direkt dem Kursleiter zu bezahlen)

Ceviche, das coolere Sushi

Schnell, frisch und kalorienarm

Ein kulinarischer Megatrend aus PERU erobert die Welt. Gourmets bezeichnen die peruanische Küche als eine der geschmacksvollsten und gesündesten der Welt. Ceviche heißt das peruanische Nationalgericht und ist eine Rohfischspeise. Mit Tigermilch mariniert schmeckt sie würzig exotisch. Ceviche wird kombiniert mit Zutaten wie Süßkartoffeln, Maiskolben, Mango, Limetten, Orangen, Tomaten, Avocados, Granatäpfel, ... Als Höhepunkt des

Abends kreieren wir Quinoa-Sushis und genießen die zubereiteten Speisen. Kursunterlagen mit Rezepten werden ausgehändigt.

Leitung:	Hanno Innerhofer, s. S. vorher
Termin:	Mittwoch, 26. April, 19.00-23.00
Beitrag:	45 € (+ 20 € Materialspesen direkt dem Kursleiter zu bezahlen)



Thailändisch kochen lernen

Neue spannende Rezepte!

Die thailändische Küche gehört zu den beliebtesten der Welt und verführt den Gaumen mit besonderen Überraschungen. Sie schmeckt fantastisch, ist leicht verdaulich und sehr gesund. Ob pikant, süßlich oder scharf, sie verleiht mit ihren würzigen Aromen und raffinierten Gewürzen den Gerichten die perfekte Note. Sie erhalten zahlreiche Tipps, damit diese Gerichte auch zu Hause bestens gelin-

gen. Die TeilnehmerInnen genießen anschließend das zubereitete Essen.

Leitung:	Hanno Innerhofer, s. S. vorher
Termin:	Dienstag, 23. Mai, 19.00-23.00
Beitrag:	45 € (+ 18 € Materialspesen direkt dem Kursleiter zu bezahlen)



Käsen für AnfängerInnen

In diesem Kurs erlernen wir gemeinsam und aktiv die wesentlichen Grundlagen des Käses. Ziel dieses Kurses ist es mit einfachsten Mitteln (Haushaltsgeräte) das Käsen zu erlernen, den selbstgemachten Käse mitzunehmen und zu Hause seinen eigenen Frischkäse (Cacciota) herzustellen.

Leitung:	Micha Kuhn, Käser
Termin:	Mittwoch, 18. Jänner, 19.00-23.00
Beitrag:	55 € (inkl. 10 € Materialspesen)
Mitzubringen:	Materialliste bei Anmeldung.

Whisky-Verkostung

Schottische Destillate

Wie können aus so einfachen Rohstoffen wie Wasser, Gerste und Torf so unterschiedliche Destillate entstehen, die eindrucksvoll die Vielseitigkeit einer Landschaft widerspiegeln?

Ein Versuch, einen Einblick in die Welt des „uisge beatha“, des Lebenswassers, zu finden. Es werden verschiedene Destillate verkostet.

Leitung:	Roland Schmid, Whisky- und Rumliebhaber
Termin:	Freitag, 13. Jänner, 19.00-22.30
Beitrag:	40 € (+ 30 € für die Getränke direkt dem Kursleiter zu bezahlen)
Ort:	Meran, urania-Haus, Ortweinstr. 6
Info:	Es wird empfohlen, vor der Veranstaltung etwas zu essen und ohne Auto zu kommen.