

LERN FEST WINTERTHUR

29./30.9.2023

**KOSTENLOSE
LERNERLEBNISSE
ZUM MITMACHEN
UND ZUHÖREN**



lernfest.ch

MIT UNTERSTÜTZUNG VON:

SULZER



2. LERNFEST Winterthur

Wir machen das Lernen zum Fest!

An zwei Tagen bieten unsere Kursanbieterinnen und Anbieter einem bunten und spannenden Mix aus **über 50 kostenlosen Lernerlebnissen** an.

Innerhalb von 60 bis 90 Minuten haben Sie die Möglichkeit Neues kennenzulernen, Bekanntes aufzufrischen oder aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten. Eignen Sie sich neues Wissen an, lernen Sie Techniken oder Strategien zur persönlichen Entspannung und Weiterentwicklung kennen oder finden sie Inspirationen für ein neues Hobby.

Die Kurse und Workshops finden hauptsächlich in der MZA Teuchelweiher und der Stadtbibliothek statt und werden durch weitere Standorte ergänzt (**Standorte siehe Karte auf der Rückseite**). Auf lernfest.ch finden Sie aktuelle und ergänzende Informationen. Da beim MZA Teuchelweiher zur gleichen Zeit der beliebte Koffermarkt stattfindet, können Sie sich bei den Foodtrucks verpflegen und das Gelernte Revue passieren lassen.

Wir freuen uns, zusammen mit Ihnen – ob jung oder jung geblieben – die Freude am lebenslangen Lernen zu feiern. Kommen Sie vorbei, lassen Sie sich überraschen und geniessen Sie die Vielfalt der Angebote – wir wünschen Ihnen viel Spass!

Corinne Bruggler, Organisation LERNFEST Winterthur

cabcoach | Weierholzstrasse 5, 8405 Winterthur **cabcoach**
079 862 86 00 | info@lernfest.ch | cabcoach.ch – EMDR-Coaching –

Ein ganz **herzliches Dankeschön** an all unsere **Workshopanbieter:innen** für ihr grosses Engagement sowie an unsere **Sponsoren und Partner** für die grosszügige Unterstützung.

SPONSOREN: SULZER, Rotary Stiftung Winterthur, Migros Kulturprozent

PARTNER: Winterthurer Bibliotheken, House of Winterthur, Toggenburger, YOCO Your Communication GmbH

Wer über das LERNFEST informiert werden möchte, kann sich für den Newsletter anmelden:

lernfest.ch



PROGRAMMÜBERSICHT

Die **detaillierte Workshopbeschreibung** und weitere Infos zu den **Anbietern** sind auf unserer Webseite. Falls eine **Anmeldung** erforderlich ist, bitte über den entsprechenden Link auf lernfest.ch/programm anmelden.



Veranstaltungsorte ① bis ⑤ siehe Programmrückseite.



**Bildung ermöglicht Erfolge.
Und begeistert.**

SULZER

Aus- und Weiterbildungen legen den Grundstein für Wissen, Verstehen und erfolgreiches Handeln. Bildung erweitert den Horizont – Probleme werden zu Herausforderungen und nicht zu Hindernissen.

Innovationskraft und unternehmerischer Fortschritt sind nur dank gut ausgebildeten Mitarbeitenden möglich, die zu Weiterbildungen bereit sind. Für diese Überzeugung setzen wir uns ein.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg am LERNFEST Winterthur.

sulzer.com

FR 15:00 – 16:30

Erkenne was dich wirklich, wirklich antreibt...

Organisation: Roli und Christa Schneider, rmp.vision
Zielgruppe: Alle | Bereich: Psychologie

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0110 OG links

Artgerechtes Familienleben

Organisation: Marjana Hochreutener, herzanherz.ch
Zielgruppe: Alle | Bereich: Familie

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0111 OG links

Ganzheitlich, psychologische Handanalyse (auch SA 16:00)

Organisation: Monika Hauser, hand-analysis.ch
Zielgruppe: Alle | Bereich: Psychologie

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0119 OG rechts

Lampenfieber richtig nutzen (auch SA 10:00)

Organisation: Kirstin Walser, speak.ch
Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Persönlichkeit

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0016 EG rechts

Sind Katzen erziehbar? (auch SA 14:00)

Organisation: Tierschutzverein Winterthur, tsv-winterthur.ch
Zielgruppe: Alle | Bereich: Tiere

➋ Stadtbibliothek, Obere Kirchgasse 6, Raum: Labor (OG4)

Revealed – das Geheimnis der Körpersprache

Organisation: Christine Stahl, christinestahl-potentialentfalter.de
Zielgruppe: Alle | Bereich: Persönlichkeit

➋ Stadtbibliothek, Obere Kirchgasse 6, Raum: Tiefrot (UG2)

FR 17:00 – 18:30

Im Dilemma zwischen Gut und Böse

Organisation: Volkshochschule Winterthur, vhs-winterthur.ch
Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Kultur/Psychologie

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0110 OG links

! Nahrung mit Wirkung ! (auch SA 12:00)

Organisation: Sapia Friedli, sattundselig.ch
Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Ernährung

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0111 OG links

Besser vor Publikum reden

Organisation: Tanya Loringett, shift-your-focus.ch
Zielgruppe: Alle | Bereich: Persönlichkeit

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0119 OG rechts

Line Dance (auch SA 14:00)

Organisation: Tanzschule Jolly Jumper, jolly-jumper.ch
Zielgruppe: Alle | Bereich: Bewegung

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0016 EG rechts

Ausmisten und Aufräumen – Methoden für deine perfekte Ordnung

Organisation: Tamara Waser, ordnungswerk.ch
Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Wissen

➋ Stadtbibliothek, Obere Kirchgasse 6, Raum: Labor (OG4)

Kinder in der digitalen Welt – Tipps und Tricks für Eltern

Organisation: Verein Nepathie, netpathie.net
Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Wissen

➋ Stadtbibliothek, Obere Kirchgasse 6, Raum: Tiefrot (UG2)

Podcasts für Newbies (auch SA 12:00)

Anmeldung erforderlich: bibliothek4.0@win.ch

Organisation: Winterthurer Bibliotheken, winbib.ch
Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Wissen

➋ Stadtbibliothek, Obere Kirchgasse 6, Bild- und Tonstudio (OG1)

Nachhaltiges Winterthur – Stadtführung

Anmeldung erforderlich: winterthur.com/lernfest

Organisation: House of Winterthur, citytour-winterthur.ch
Zielgruppe: Alle | Bereich: Kultur

➋ Ecke Steinberggasse/Spitalgasse vis-à-vis Caritas

FR 19:00 – 20:30

Dyskalkulie – verloren in der Welt der Zahlen (auch SA 14:00)

Organisation: Lernzentrum Winterthur, lz-winterthur.ch
Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Wissen

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0110 OG links

Der Lösung ist das Problem egal!

Organisation: Sandra Bossi, sandrabossi.com
Zielgruppe: Alle | Bereich: Persönlichkeit

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0111 OG links

Mit Gesichtsmuskel-Training zum strahlenden, selbstsicheren Auftreten (auch SA 16:00)

Organisation: Tamara Golliez, tamara-faceyoga.ch
Zielgruppe: Alle | Bereich: Gesundheit

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0119 OG rechts

Shaolin Hung Gar Kung Fu (auch SA 10:00)

Organisation: KUNG FU SCHULE SEWER, shaolin.ch
Zielgruppe: Alle | Bereich: Bewegung

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0016 EG rechts

UNSERE LERNERLEBNISSE BLEIBEN KOSTENLOS!

Wer uns jedoch (freiwillig) finanziell unterstützen möchte, kann dies gerne via QR-Einzahlungsschein auf lernfest.ch tun oder scannen Sie diesen QR-Code mit dem Einzahlungsschein-Scanner Ihrer Bank. Besten Dank.



SAVE THE DATE!

Jetzt schon den **13./14. September 2024** reservieren und auf lernfest.ch für unseren **Newsletter** anmelden.

Falls Sie Anregungen für das **3. LERNFEST** haben, sind diese willkommen! >> info@lernfest.ch

Design ist der sichtbare Ausdruck einer inneren Haltung.

Wir beraten und unterstützen Sie in den einzelnen Designdisziplinen wie, Logokreation, Typografie, Farbauswahl und Bildsprache im Print- und Webbereich, um einen stimmigen Auftritt zu schaffen.

SA 10:00 – 11:30

Selbsthypnose lernen – eine Hilfe fürs Leben

Organisation: Tanya Loringett, shift-your-focus.ch

Zielgruppe: Alle | Bereich: Gesundheit

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0110 OG links

Lampenfieber richtig nutzen (auch FR 15:00)

Organisation: Kirstin Walser, speak.ch

Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Persönlichkeit

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0111 OG links

Her mit dem schönen Leben (auch SA 16:00)

Organisation: Andrea Rademacher, impulsu.ch

Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Persönlichkeit

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0117 OG rechts

Transaktionsanalyse – mein Gegenüber verstehen und für ein Win-Win sorgen

Organisation: Kai-Uwe Schmidt, kusmico.com

Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Persönlichkeit

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0119 OG rechts

Shaolin Hung Gar Kung Fu (auch FR 19:00)

Organisation: KUNG FU SCHULE SEWER, shaolin.ch

Zielgruppe: Alle | Bereich: Bewegung

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0016 EG rechts

Power Brain

Organisation: Petra Oggenfuss, hirnplus.ch

Zielgruppe: Alle | Bereich: Wissen

➋ Stadtbibliothek, Obere Kirchgasse 6, Raum: Labor (OG4)

Fokus Erziehung – Selbstwertgefühl des Kindes stärken

Organisation: Winterthurer Bibliotheken, winbib.ch

Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Wissen

➋ Stadtbibliothek, Obere Kirchgasse 6, Raum: Tiefrot (UG2)

Paare: das Anderssein auf der anderen Seite

Organisation: Philipp Steinmann, philippsteinmann.ch

Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Psychologie

➋ Pavillon Wildbach (EG), Wildbachstrasse 34

Klang – Stille – Hören

Organisation: Roli und Christa Schneider, klang-stille-hoeren.ch

Zielgruppe: Alle | Bereich: Psychologie

➋ yogamoves, Schulgasse 3, EG links

SA 12:00 – 13:30

Bildung für alle – gesundes Lernen

Organisation: Brigitte Wiesendanger, robinson-poseidon.org

Zielgruppe: Alle | Bereich: Wissen

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0110 OG links

Kommunikation für ein Win-Win für alle Beteiligten

Organisation: Kai-Uwe Schmidt, kusmico.com

Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Persönlichkeit

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0111 OG links

Weshalb bremsen Schulen die Freude und die Leistungen?

Organisation: Clarita Kunz, ganztageskindergarten.ch

Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Wissen

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0117 OG rechts

! Nahrung mit Wirkung ! (siehe FR 17:00)

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0119 OG rechts

Stress dich richtig

Organisation: Nele Baldeh, shiatsu-baldeh.ch

Zielgruppe: Alle | Bereich: Gesundheit

➊ Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0016 EG rechts

Sei online, sei clever, sei sicher

Organisation: Verein Nephathie, netpathie.net

Zielgruppe: Alle | Bereich: Wissen

➋ Stadtbibliothek, Obere Kirchgasse 6, Raum: Tiefrot (UG2)

Podcasts für Newbies (siehe FR 17:00) nur mit Anmeldung

➋ Stadtbibliothek, Obere Kirchgasse 6, Bild- und Tonstudio (OG1)

Fotografie – raus aus der Automatik

Organisation: Stephan Brugger, sbfoto.art

Zielgruppe: Alle | Bereich: Wissen

➋ Stadtbibliothek, Obere Kirchgasse 6, Publikumsbereich (OG3)

Ich will, doch es geht nicht

Organisation: Philipp Steinmann, philippsteinmann.ch

Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Psychologie

➋ Pavillon Wildbach (EG), Wildbachstrasse 34

Lu Jong ist wahre Meditation in Bewegung

Organisation: Lu Jong Yoga, jasminclamor.ch

Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Gesundheit

➋ yogamoves, Schulgasse 3, EG links



Ein Ort für Lernfreudige und Wissbegierige

Winterthurer Bibliotheken



Lernen Sie unser vielfältiges Angebot kennen.

winbib
Alles in meiner Bibliothek

Stadt Winterthur

Toggenburger + Co AG
Schlossackerstrasse 20
8404 Winterthur
toggenburger.ch/hebeuehnen

Toggenburger

Lerne auf neuen Höhen!

Unsere Hebebühnen sind perfekt geeignet, um in die Höhe zu steigen und anspruchsvolle Aufgaben zu bewältigen. Und wie man sie bedient, zeigen wir Ihnen gerne an einer Schulung bei uns. 😊

Neue Blickwinkel auf deine Stadt.

Die über 20 Stadtführungen in Winterthur.

Jetzt buchen →
winterthur.com/citytour

Winterthur
switzerland



Heilsame Augenblicke

EMDR-Coaching ist eine wirksame Methode, die Augenbewegungen nutzt, um traumatische Erfahrungen zu verarbeiten und emotionale Belastungen zu reduzieren.

cabcoach
– EMDR-Coaching –

Weierholzstrasse 5, 8405 Winterthur
+41 79 862 86 00 | cabcoach.ch

SA 14:00 – 15:30

Dyskalkulie – verloren in der Welt der Zahlen (siehe FR 19:00)

1 Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0110 OG links

Mit Work Life Design durchstarten

Organisation: Skillsgarden AG, skillsgarden.ch

Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Psychologie

1 Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0111 OG links

Glücksworkshop

Organisation: Judith Schaufelberger, schicksalscoach.ch

Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Psychologie

1 Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0117 OG rechts

Astrologie: Das Thema der neuen Wassermann-Zeit

Organisation: astro-resource.ch, livingmindful.ch

Zielgruppe: Alle | Bereich: Wissen

1 Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0119 OG rechts

Line Dance (siehe FR 17:00)

1 Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0016 EG rechts

Strong Female Voice – die Kraft der weiblichen Stimme

Organisation: Christine Stahl, christinestahl-potentialfalter.de

Zielgruppe: Frauen | Bereich: Persönlichkeit

2 Stadtbibliothek, Obere Kirchgasse 6, Raum: Tiefrot (UG2)

Einführung in den Lasercutter

Anmeldung erforderlich: bibliothek4.0@win.ch

Organisation: Winterthurer Bibliotheken, winbib.ch

Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Wissen

2 Stadtbibliothek, Obere Kirchgasse 6, Raum: Atelier (OG4)

Sind Katzen erziehbar? (siehe FR 15:00)

2 Stadtbibliothek, Obere Kirchgasse 6, Publikumsbereich (OG3)

Dein inneres sexuelles Team – systemische Aufstellung

Organisation: LuciAnna Braendle, lucianna-braendle.ch

Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Sexualität

3 Pavillon Wildbach (EG), Wildbachstrasse 34

Shiatsu-massage für Eltern und Kind

Organisation: Nele Baldeh, shiatsu-baldeh.ch

Zielgruppe: Familien | Bereich: Familien

4 yogamoves, Schulgasse 3, EG links

SA 16:00 – 17:30

Homeschooling auf die besondere Art

Organisation: Brigitte Wiesendanger, robinson-poseidon.org

Zielgruppe: Alle | Bereich: Wissen

1 Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0110 OG links

Mein Videoclip

Organisation: Skillsgarden AG, skillsgarden.ch

Zielgruppe: Alle | Bereich: Wissen

1 Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0111 OG links

Her mit dem schönen Leben (auch SA 10:00)

Organisation: Andrea Rademacher, impulsu.ch

Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Persönlichkeit

1 Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0117 OG rechts

Mit Gesichtsmuskel-Training zum strahlenden, selbstsicheren Auftreten (auch FR 19:00)

Organisation: Tamara Golliez, tamara-faceyoga.ch

Zielgruppe: Alle | Bereich: Gesundheit

1 Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0119 OG rechts

Ganzheitlich, psychologische Handanalyse (auch FR 15:00)

Organisation: Monika Hauser, hand-analysis.ch

Zielgruppe: Alle | Bereich: Psychologie

1 Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Raum: 0016 EG rechts

Achtsamkeit in Kommunikation und Berührung

Organisation: LuciAnna Braendle, lucianna-braendle.ch

Zielgruppe: Erwachsene | Bereich: Sexualität

3 Pavillon Wildbach (EG), Wildbachstrasse 34

SAVE THE DATE!

Jetzt schon den **13./14. September 2024** reservieren und auf **lernfest.ch** für unseren **Newsletter** anmelden.

Falls Sie Anregungen für das **3. LERNFEST** haben, sind diese willkommen! >> info@lernfest.ch

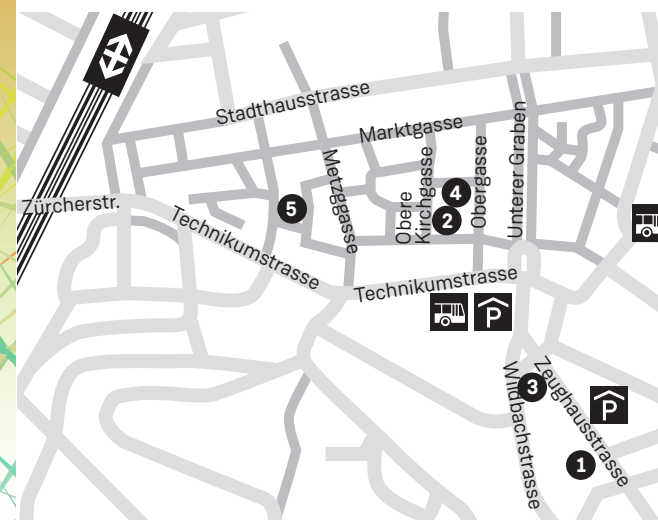
PROGRAMMÜBERSICHT

Die **detaillierte Workshopbeschreibung** und weitere Infos zu den **Anbietern** sind auf unserer Webseite. Falls eine **Anmeldung** erforderlich ist, bitte über den entsprechenden Link auf **lernfest.ch/programm** anmelden.



VERANSTALTUNGSORTE

- 1 Mehrzweckanlage Teuchelweiher, Zeughausstrasse 65
- 2 Stadtbibliothek Winterthur, Obere Kirchgasse 6
- 3 Pavillon Wildbach (EG), Wildbachstrasse 34
- 4 yogamoves, Schulgasse 3
- 5 Treffpunkt Stadtführung:
Ecke Steinberggasse/Spitalgasse vis-à-vis Caritas



ÖV: Bus Nr. 2 + 3 bis Technikum und Bus Nr. 4 bis Zeughaus
AUTO: Parkhaus Technikum oder Parkhaus Teuchelweiher

Wer über das **LERNFEST** informiert werden möchte, kann sich für den **Newsletter** anmelden.



Mehr Infos: lernfest.ch