



Es freut uns, Ihnen unser Programm für das Schuljahr 2019/2020 vorzustellen. Unser Angebot beinhaltet Veranstaltungen für Familien, Kinder sowie Erwachsene. Unseren Verein hat zum Ziel, das Verständnis und die Zusammenarbeit zwischen Schule, Eltern und Schulbehörden zu fördern.

Wir hoffen, dass Sie unser diesjähriges Programm anspricht und wir Sie in einem unserer Kurse oder Veranstaltungen begrüßen dürfen.

Wir danken allen, die uns seit über 45 Jahren unterstützen und mit uns zusammenarbeiten, insbesondere den Schulen und der Gemeinde Cham sowie den Eltern-LehrerInnen-Gruppen.

Ihr S&E Team Cham-Ennetsee

Allgemeine Hinweise

1. Die Kursanmeldungen erfolgen per Telefon oder Mail.
2. Die Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt.
3. Die Kurse werden nur bei ausreichender Teilnehmerzahl durchgeführt. Es kann vorkommen, dass Kurse zusammengelegt, annulliert oder auf einen anderen Termin verschoben werden. Kursleiterwechsel bleiben aus organisatorischen Gründen vorbehalten.
4. Kursbestätigungen werden bis spätestens 7 Tage vor Kursbeginn versandt.
5. Das Kursgeld ist vor Kursbeginn zu überweisen.
6. Bei Abmeldungen bis 10 Tage vor Kursbeginn beträgt die Rücktrittsgebühr 10% des Kursgeldes, mindestens jedoch CHF 30.-. Danach ist das Kursgeld vollumfänglich zu entrichten.
7. Lehrmittel in Sprachkursen bzw. Materialkosten werden direkt mit der Kursleitung abgerechnet.
8. Der Abschluss einer allfälligen Versicherung ist Sache der Kursteilnehmer.
9. Inhaltliche Fragen zum Kurs sind direkt an die Kursleitung zu richten.

S&E Schule und Elternhaus Cham-Ennetsee 6330 Cham



Sprachkurse für Erwachsene

Info Sprachkurse 1–17

Gruppengrösse	ab 5 Teilnehmer
Ort	Schulhaus Röhrliberg 2, Cham
Dauer Kurs	25 Lektionen à 75/90 Minuten
Kosten	CHF 595.-/CHF 700.- (ohne Lehrmittel) (S&E-Mitglieder erhalten einmalig pro Jahr einen Rabatt von CHF 30.-)
Anmeldung	kurse@sundecham.ch

Anmeldeschluss Sprachkurse: Montag, 2. September 2019

Sie finden keinen Sprachkurs, der Ihrem persönlichen Bedürfnis entspricht? Nehmen Sie direkt Kontakt mit der entsprechenden Kursleiterin auf, die Ihnen gerne für Fragen oder Anregungen zur Verfügung steht. Weitere aktuelle Kurse finden Sie laufend unter www.sundecham.ch

Englisch Kurse 1–5

Mary Gottschalk, Muttersprache Englisch,
Tel. 079 251 29 50, gott@bluewin.ch

- | | | |
|---|------------|---|
| 1 | Englisch | Anfänger mit Vorkenntnissen am Abend |
| | Inhalt | Ein leichter Einstieg in die englische Sprache, um einfache Dialoge zu führen, sich in Alltagssituationen zu verständigen, Reiseauskünfte zu erfragen und vieles mehr. |
| | Lehrmittel | New Headway Elementary |
| | Datum/Zeit | ab Montag, 16.09.19, 18.30–19.45 Uhr, 25 Lektionen |
| 2 | Englisch | Conversation am Abend |
| | Inhalt | A fun, informal way to improve your English and increase your vocabulary. We will discuss topics decided upon by the students, depending on their needs and interests, as well as current events, books, movies, etc. |
| | Lehrmittel | Newspapers, magazine articles, books, games |
| | Datum/Zeit | ab Montag, 16.09.19, 20.00–21.15 Uhr, 25 Lektionen |

Sylvia Stutz, Muttersprache Englisch,
Tel. 079 427 09 58, sylvia@me.com

- | | | |
|---|------------|--|
| 3 | Englisch | Anfänger mit Vorkenntnissen am Abend |
| | Inhalt | Zum Auffrischen und Erweitern von bereits vorhandenen Grundkenntnissen in Englisch. |
| | Lehrmittel | New Headway Elementary |
| | Datum/Zeit | ab Dienstag, 17.09.19, 18.45–20.00 Uhr, 25 Lektionen |
| 4 | Englisch | Anfänger am Abend |
| | Inhalt | Ein leichter Einstieg in die englische Sprache, um einfache Dialoge zu führen, sich in Alltagssituationen zu verständigen, Reiseauskünfte zu erfragen und vieles mehr. |
| | Lehrmittel | New Headway Elementary |
| | Datum/Zeit | ab Dienstag, 17.09.19, 20.00–21.15 Uhr, 25 Lektionen |
| 5 | Englisch | Upper Intermediate am Nachmittag (B2) |
| | Inhalt | A course for people who like to talk! We spend much of our time discussing interesting topics, but we don't forget to work on our grammar and vocabulary either. |
| | Lehrmittel | Wird auf die Gruppe abgestimmt |
| | Datum/Zeit | ab Montag, 16.09.19, 13.45–15.15 Uhr, 25 Lektionen |

Französisch Kurse 6–7

Marie von Reding, Muttersprache Französisch,
Tel. 076 412 19 34, marie.vonreding@gmx.ch

- | | | |
|---|-------------|---|
| 6 | Französisch | Auffrischkurs am Abend |
| | Inhalt | Sie haben Grundkenntnisse und möchten mehr Sicherheit in der Anwendung erlangen? In diesem Kurs werden Sie viel Gelegenheit haben, sich über verschiedene Alltagsthemen zu unterhalten und das Land und ihre Kultur besser kennenzulernen. Sie werden Ihren Wortschatz erweitern und ihre Grammatikkenntnisse in einer kleinen Gruppe auffrischen können. |
| | Lehrmittel | Wird auf die Gruppe abgestimmt |
| | Datum/Zeit | ab Freitag, 20.09.19, 17.30–18.45 Uhr, 25 Lektionen |
| 7 | Französisch | Konversation für Fortgeschrittene am Abend |
| | Inhalt | Sie haben bereits gute Kenntnisse in Französisch, möchten diese auffrischen, vertiefen und anwenden? In diesem Kurs werden Sie sich in spannenden Gesprächen austauschen sowie durch verschiedene Lektüren mehr über französisch sprechende Länder, Kulturen und Personen erfahren. |
| | Lehrmittel | Zeitungsartikel, Literatur |
| | Datum/Zeit | ab Donnerstag, 19.09.19, 18.00–19.15 Uhr, 25 Lektionen |

Italienisch Kurse 8–14

Senia Poletti, Muttersprache Italienisch,
Tel. 079 771 97 02, senia.poletti@gmail.com

- | | | |
|---|-------------|---|
| 8 | Italienisch | Anfänger mit Vorkenntnissen am Abend (A1) |
| | Inhalt | Sie lernen einfache Dialoge zu führen, in unkomplizierten Alltagssituationen zurechtzukommen und Reiseauskünfte zu erfragen. |
| | Lehrmittel | Passo dopo passo A1, ab Lektion 4 |
| | Datum/Zeit | ab Donnerstag, 19.09.19, 20.00–21.15 Uhr, 25 Lektionen |
| 9 | Italienisch | Leicht Fortgeschrittene am Abend (A2) |
| | Inhalt | Sie lernen bzw. verbessern und vertiefen alltägliche, routinemässige Situationen sprachlich gut zu bewältigen und vergrössern Ihren Wortschatz. |
| | Lehrmittel | Passo dopo passo A2 |
| | Datum/Zeit | ab Mittwoch, 18.09.19, 20.00–21.15 Uhr, 25 Lektionen |

Mirta Waller, Muttersprache Italienisch,
Tel. 041 780 67 91, mirtawaller4@gmail.com

- | | | |
|----|-------------|--|
| 10 | Italienisch | Anfänger mit Vorkenntnissen am Abend (A1) |
| | Inhalt | Wiederholung, Reaktivierung und Festigung der Inhalte des Niveaus A1 mit Schwerpunkt auf der mündlichen Kommunikation. Sie werden auf wichtige Alltagssituationen vorbereitet und bekommen sowohl Hinweise zum Sprachgebrauch als auch landeskundliche und kulturelle Eindrücke. |
| | Lehrmittel | Intermezzo |
| | Datum/Zeit | ab Mittwoch, 18.09.19, 20.00–21.15 Uhr, 25 Lektionen |
| 11 | Italienisch | Fortgeschrittene am Abend (A2) |
| | Inhalt | Sie lernen bzw. verbessern und vertiefen alltägliche, routinemässige Situationen sprachlich gut zu bewältigen und bauen Ihren Wortschatz auf. |
| | Lehrmittel | Espresso 2, ab Lektion 8 |
| | Datum/Zeit | ab Mittwoch, 18.09.19, 18.30–19.45 Uhr, 25 Lektionen |
| 12 | Italienisch | Konversation für Fortgeschrittene am Nachmittag (A1–B1) |
| | Inhalt | Sie üben Lese-, Sprech- und Schreibfertigkeiten durch authentische Texte, die sich auf das Leben, die Gesellschaft, die Mentalität und die Gewohnheiten in Italien beziehen. |
| | Lehrmittel | Piazza Italia 1, ergänzende Buch-Lektüre |
| | Datum/Zeit | ab Donnerstag, 19.09.19, 13.45–15.00 Uhr, 25 Lektionen |
| 13 | Italienisch | Corso per avanzati (B1) |
| | Inhalt | Hai una buona conoscenza della lingua italiana e desideri rimanere in contatto con la lingua italiana? In questo corso avrai la possibilità di approfondire la grammatica, acquisire sicurezza nella comunicazione parlata e scritta. |
| | Lehrmittel | Manuale di grammatica, temi d'attualità e lettura di un libro |
| | Datum/Zeit | ab Dienstag, 17.09.19, 18.30–19.45 Uhr, 25 Lektionen |
| 14 | Italienisch | Corso per avanzati (B2) |
| | Inhalt | Sei in grado di esprimerti e interagire con relativa scioltezza e spontaneità nella maggior parte delle situazioni di tutti i giorni? In questo corso avrai la possibilità di ampliare il tuo vocabolario e approfondire la grammatica. |
| | Lehrmittel | Espresso B2, temi d'attualità e lettura di un libro |
| | Datum/Zeit | ab Dienstag, 17.09.19, 20.00–21.15 Uhr, 25 Lektionen |

Spanisch Kurse 15–17

Maria Álvarez Poveda, Muttersprache Spanisch,
Tel. 041 783 13 63/076 545 27 25, maria.alvarez@gmx.ch

- | | | |
|----|------------|--|
| 15 | Spanisch | Anfänger am Vormittag |
| | Inhalt | Sie werden Ihre Grundkenntnisse aufbauen. Sie lernen in verschiedenen Alltagssituationen zurechtzukommen und einfache Gespräche zu führen. |
| | Lehrmittel | Eñe A1 |
| | Datum/Zeit | ab Dienstag, 17.09.19, 09.30–10.45 Uhr, 25 Lektionen |
| 16 | Spanisch | Leicht Fortgeschrittene am Abend |
| | Inhalt | Mit Freude und Spass vertiefen Sie die Grundkenntnisse und trainieren die mündliche und schriftliche Kommunikation und alles, was man braucht, um im Alltag zurechtzukommen. |
| | Lehrmittel | Eñe A2 |
| | Datum/Zeit | ab Dienstag, 17.09.19, 20.00–21.15 Uhr, 20 Lektionen |
| 17 | Spanisch | Konversation am Abend (ab Niveau B1) |
| | Inhalt | Sie haben schon Spanisch gelernt und suchen eine Gelegenheit, sich mit anderen auf Spanisch zu unterhalten? Nebst Konversation vertiefen wir auch die Grammatik. |
| | Lehrmittel | Grammatikbuch, Lektüre, Zeitungsartikel, Spiele |
| | Datum/Zeit | ab Dienstag, 17.09.19, 18.30–19.45 Uhr, 25 Lektionen |





Freizeitkurse

Für Leib und Seele die wohltuende Ayurveda-Küche näher kennenlernen

Inhalt	Die mediterrane ayurvedische Ernährung ist eine ganzheitliche Naturheilkunde. Basierend auf der Lehre der Elemente und unter Berücksichtigung der Jahreszeiten werden wir gemeinsam schnelle und feine saisonale Gerichte zubereiten. Einfache Rezepte, welche die Anforderungen einer ausgewogenen Ernährung im Alltag erfüllen, steigern unser Wohlbefinden.
Leitung	Trudi Bühler, Ayurveda-Köchin, www.ayurveda-erleben.ch
18 Datum/Zeit	Freitag, 27.09.19, 18.00–21.30 Uhr (bunte Herbstgerichte)
19 Datum/Zeit	Freitag, 08.11.19, 18.00–21.30 Uhr (wärmende Wintergerichte)
20 Datum/Zeit	Freitag, 27.03.20, 18.00–21.30 Uhr (leichte Frühlingsgerichte)
Ort	Schulküche Cham
Teilnehmer	6–10
Kosten	CHF 50.– pro Kursabend inkl. Rezepte, zusätzlich Mahlzeitengeld pro Kursabend von max. CHF 20.– (direkt im Kurs zu bezahlen).
Anmeldung	bis 18.09.19 / 30.10.19 / 18.03.20 bei kurse@sundechem.ch

Schweizerische Spezialitäten | *Swiss Specialties*

Wer möchte mehr über die schweizerische Küche erfahren? | *Interested in learning more about the Swiss cuisine?*

21 Inhalt	Sie sind schon länger oder erst seit Kurzem in der Schweiz und möchten heimische Spezialitäten kennenlernen? An diesem Abend kochen wir Wurst-Käse-Salat, Zürcher Geschnetzeltes mit Röstli, Äplermagronen mit Apfelmus, Gebrannte Crème und Aargauer Rüeblitorte.
Content	<i>Are you a new or long-time resident in Switzerland who is interested in learning about traditional Swiss cuisine? Please join us for a fun evening where we will all cook some popular Swiss dishes: Wurst-Käse-Salat (sausage and cheese salad), Zürcher Geschnetzeltes mit Röstli (sliced veal in a cream sauce with a grated potato pancake), Äplermagronen mit Apfelmus (alpine macaroni and cheese with apple sauce), Gebrannte Crème la "burnt" cream pudding) and Aargauer Rüeblitorte (carrot cake from Aargau).</i>
Leitung	Ana Colet, Köchin, Tel. 078 870 82 58
Datum/Zeit	Freitag, 25.10.19, 18.00–21.30 Uhr
Ort	Schulküche Cham
Teilnehmer	6–12
Kosten	CHF 50.– pro Abend und zusätzlich Mahlzeitengeld von max. CHF 10.– (direkt im Kurs zu bezahlen)
Anmeldung	bis 05.10.19 bei kurse@sundechem.ch
22 Inhalt	Sie sind schon länger oder erst seit Kurzem in der Schweiz und möchten heimische Spezialitäten kennenlernen? An diesem Abend kochen wir Bündner Gerstensuppe, Ghackets mit Hörnli und Apfelmus, Pastelli mit Brätchügeli, Toblerone-Mousse und einen Apfelkuchen.
Content	<i>Are you a new or long-time resident in Switzerland who is interested in learning about traditional Swiss cuisine? Please join us for a fun evening where we will all cook some popular Swiss dishes: Bündner Gerstensuppe (barley soup from the Grisons region), Ghackets mit Hörnli und Apfelmus (ground beef with elbow macaroni and apple sauce), Pastelli mit Brätchügeli (puff pastry filled with sausage meatballs), Toblerone-Mousse and an apple cake.</i>
Leitung	Ana Colet, Köchin, Tel. 078 870 82 58
Datum/Zeit	Freitag, 08.11.19, 18.00–21.30 Uhr
Ort	Schulküche Cham
Teilnehmer	6–12
Kosten	CHF 50.– pro Abend und zusätzlich Mahlzeitengeld von max. CHF 10.– (direkt im Kurs zu bezahlen)
Anmeldung	bis 05.10.19 bei kurse@sundechem.ch

23 Mexikanische Küche ... mehr als Tacos!

Inhalt	An diesem Abend werden Sie köstliche mexikanische Gerichte kochen, um ein Apéro-«mar y tierra»-Buffet mit Köstlichkeiten wie ceviche, nopalitos, pico de gallo, quesadillas, guacamole, nachos, frijoles und mehr zuzubereiten.
Leitung	Alejandra Wasem, Mexiko
Datum/Zeit	Freitag, 29.11.19, 18.00–21.30 Uhr
Ort	Schulküche Cham
Teilnehmer	6–12
Kosten	CHF 50.– pro Abend und zusätzlich Mahlzeitengeld von max. CHF 10.– (direkt im Kurs zu bezahlen)
Anmeldung	bis 15.11.19 bei kurse@sundechem.ch

24 Pralinen zu Weihnachten (für Kinder)

Inhalt	Noch keine Idee, was Ihr Kind der Gotte, dem Götti oder den Grosseitern zu Weihnachten schenken könnte? Wie wäre es mit Pralinen? Ist Ihr Kind 9 Jahre oder älter, dann laden wir es herzlich ein, mit uns selbst gemachte Pralinen und Schachteln für drei Weihnachtsgeschenke zu machen.
Leitung	Christine Keller
Datum/Zeit	Samstag, 14.12.19, 09.00–12.00 Uhr
Ort	Schulküche Cham
Teilnehmer	8–12
Kosten	CHF 65.– inkl. Material
Anmeldung	bis 01.12.19 bei kellerchristine@mac.com , Tel. 079 237 51 84

25 Pralinen selbst gemacht | *Praline Workshop* (Deutsch & English)

Inhalt	Lernen Sie gemeinsam mit anderen Schokolade-Liebhabern, Ihre eigenen Pralinen herzustellen, und lassen Sie sich von Ihren süssen Kreationen verführen. Nicht nur das Herstellen von Pralinen aus feinsten Felchlin-Schokolade macht Spass – das Essen oder Verschenken genauso.
Content	<i>Learn how to make your own pralines together with other chocolate lovers. Join us for a fun evening full of sweet temptations. At the end of the evening we will sample our creations and every participant will take home a box of pralines.</i>
Leitung	Christine Keller
Datum/Zeit	Freitag, 13.12.19, 19.00–22.00
Ort	Schulküche Cham
Teilnehmer	8–12
Kosten	CHF 80.– inkl. Material
Anmeldung	bis 01.12.19 bei kellerchristine@mac.com , Tel. 079 237 51 84

26 Hübsche Geschenkboxen falten

Inhalt	In diesem Kurs falten wir gemeinsam eine hübsche sechseckige Geschenkbox, bestehend aus einem Boden und einem passenden Deckel. Die Schachteln eignen sich als Verpackung für kleine Geschenke, als Pralinen- oder Süssigkeitendose oder auch als kleines Osternest. Die Schachtel wird aus je sechs gefalteten Modulen zusammengesteckt.
Hinweis	Für eine komplette Schachtel müssen beide Kurs-terminen besucht werden.
Leitung	Karin Stadler
Daten/Zeit	Freitag, 20.03.20 und 27.03.2020, 19.00–21.00 Uhr
Ort	Schulen Cham
Teilnehmer	max. 10
Kosten	CHF 20.– inkl. Material, bei speziellen Wünschen bitte mit der Kursleiterin Kontakt aufnehmen
Anmeldung	bis 17.03.20 bei karin.stadler@sundechem.ch oder zum Kursbeginn, falls noch freie Plätze vorhanden sind

Veranstaltungen

27 Vortrag «Vom Zappelphilipp zum Genie»

- Hyperaktivität, Konzentrationsstörungen oder Leseschwäche müssen nicht sein!
- Aufzeigen neuer Therapiemöglichkeiten nebst Ritalin und Co.

Ein Schulstart kann nebst der Freude auf Neues stressig für Kinder und Eltern sein. Dies speziell dann, wenn Kinder sich nicht nach unseren oder den Vorstellungen von Lehrpersonen verhalten. Neue Studien zeigen auf, dass Mikronährstoffüberschüsse oder -mängel eine entscheidende Wirkung auf die Gehirnfunktionen von Kindern haben und sogar zu Hyperaktivität, Konzentrationsstörungen oder Leseschwächen führen können. «Dies muss nicht sein!», sagt Frau Dr. med. Antoinette J. Föhr-Keller, Medizinerin und selbst Mutter, die sich seit Jahren mit viel Engagement für die Aufklärung von Gesundheitsvorsorge und Behandlung mit Mikronährstoffen einsetzt. An diesem Abend bringt sie uns auf einfach verständliche Art näher, wie Mikronährstoffe die schulischen Leistungen und das Verhalten von Kindern beeinflussen und sogar eine Alternative zu Ritalin und Co. sein können. Während und auch im Anschluss an den Vortrag geht Frau Dr. med. Antoinette J. Föhr-Keller gerne auf Ihre persönlichen Fragen ein.

Referentin	Frau Dr. med. Antoinette J. Föhr-Keller, Pfäffikon SZ, www.praxisfoehrkeller.ch
Datum/Zeit	Montag, 23.09.19, 19.00–21.00 Uhr
Ort	Rigisaal beim Lorzensaal, Cham
Kosten	CHF 30.–/Teilnehmer (Elternpaare CHF 50.–), direkt am Vortrag zu bezahlen
Anmeldung	bis 16.09.19 bei kellerchristine@mac.com

28 Werde Quizmaster – mache dein eigenes Familien-Quiz!

In diesem Kurs taucht ihr gemeinsam in die Welt der Quizmaster ein. Dabei lernt ihr ein paar **Quiz-Apps** kennen und bastelt dann euer eigenes **digitales Quiz!** Dieser Workshop ist für Anfänger geeignet. Angesprochen sind Kinder und Eltern gemeinsam.

- Das lernt ihr:
- Zuerst werden verschiedene Arten von Quiz vorgestellt.
 - Dann werdet ihr euch gemeinsam gute Frage-Antworten zu bestimmten Themen überlegen und notieren.
 - Anschliessend werdet ihr mit einem vorgestellten Quiz-Tool euer Quiz digital erstellen. Und natürlich werden zum Schluss die fertigen Quiz gespielt. ☺

Voraussetzung: Damit ihr eure Quiz erstellen, speichern und später verändern könnt, müsst ihr euch jeweils einen kostenlosen Account einrichten. Pro Eltern-Kind-Paar benötigt ihr deshalb ein Mail-Konto, welches ihr im Kurs auch selbstständig abrufen könnt. Wen das Tippen auf Touchscreens nervt, darf auch gerne ein Tablet mit Tastatur oder einen Laptop mitbringen. Im Kurs werden iPads mini ohne Tastatur zur Verfügung stehen.

Leitung	Sharmila Egger, lic. phil. Psychologin, zischtig.ch
Datum/Zeit	Samstag, 09.11.19, 09.30–12.00 Uhr
Ort	Singsaal Städtli 1, Cham
Teilnehmer	mind. 5 Eltern-Kind-Paare, max. 15 Paare
Kosten	CHF 25.– pro Eltern-Kind-Paar (direkt im Kurs zu bezahlen)
Anmeldung	bis 27.10.19 bei zischtig.ch/se-cham

S&E Cham organisiert diesen Kurs in Zusammenarbeit mit zischtig.ch. Der gemeinnützige Verein zischtig.ch befähigt seit über 10 Jahren zu einer gewinnbringenden, kreativen und sicheren Mediennutzung und arbeitet jährlich mit 17000 Kindern und rund 7000 Erwachsenen.

S&E Team Cham-Ennetsee

Vorstand Mirta Waller, Cham
Christine Keller, Cham
Karin Stadler, Obfelden
Erna Stocker, Cham
Marie von Reding, Cham

Ehrenmitglieder Peter Steirer, Cham
Jacky Johner, Cham
Bruno Hänggi, Küssnacht am Rigi
Marianne Richarz, Cham
Erich Eicher, Cham

Kontakt S&E Schule und Elternhaus
Cham-Ennetsee, 6330 Cham
info@sundechem.ch

Find us on