

# Kursprogramm 2/2026



August 2026 – Januar 2027



## Volkshochschule Region Grenchen

Jurastrasse 5 | 2540 Grenchen  
[www.vhs-grenchen.ch](http://www.vhs-grenchen.ch) | Info-Tel: 032 653 04 24



## Herzlich willkommen bei der VHS Region Grenchen!

Sie schnuppern gerade im neuen Programmheft mit über 120 Angeboten.

Bestimmt finden Sie den passenden Kurs! Wir freuen uns, Sie bald bei uns zu begrüßen.

Im Programmheft sind die wichtigsten Angaben zu jedem Kurs vermerkt.

Die Details (Kursbeschreibung, die einzelnen Termine und ergänzende Infos) finden Sie auf:

**[www.vhs-grenchen.ch](http://www.vhs-grenchen.ch)**

## Organisatorisches:

### Anmeldung:

» telefonisch unter 032 653 04 24

» per E-Mail an [info@vhs-grenchen.ch](mailto:info@vhs-grenchen.ch)

» direkt im Internet auf [www.vhs-grenchen.ch](http://www.vhs-grenchen.ch)

Eine Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung des Kursgeldes.

Versäumte Lektionen berechtigen zu keiner Rückerstattung / keinem Preisnachlass.

Das gilt auch bei Abwesenheit wegen Ferien, Militär, Arbeit etc.

Ein Einstieg in einen schon gestarteten Kurs ist möglich. Bitte fragen Sie uns.

### Abmeldung

Eine Abmeldung muss mind. 5 Arbeitstage vor Kursbeginn erfolgen.

Nichtbezahlen der Rechnung gilt nicht als Abmeldung!

### Kursdurchführung

Wenn der Kurs stattfinden kann (genügend Anmeldungen), erhalten Sie eine Rechnung mit Einzahlungsschein.

Wird die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht, kann das Angebot mit weniger Lektionen oder einem Aufpreis als Kleingruppenkurs durchgeführt werden.

Teilnehmende, die pro rata einsteigen, verändern die abgemachten Konditionen nicht mehr.

Mit Ihrer Anmeldung anerkennen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.



### So erreichen Sie uns:

Geschäftsstelle

Jurastrasse 5, 2540 Grenchen

Tel. 032 653 04 24 | Mo-Fr 08:00 – 12:00 Uhr

[Info@vhs-grenchen.ch](mailto:Info@vhs-grenchen.ch) | [www.vhs-grenchen.ch](http://www.vhs-grenchen.ch)

Kontoverbindung

IBAN CH 31 0900 0000 4500 2662 6

### Impressum

Herausgeberin

Satz, Druck

Gönner

Auflage

Verteilung

Volkshochschule (VHS) Region Grenchen, Jurastrasse 5, 2540 Grenchen

VHS Region Grenchen

mit freundlicher Unterstützung der Vereinigten Pignons Fabriken AG

26'700 Exemplare

2-mal jährlich durch die Post an alle Haushalte der folgenden Orte: Aetikofen, Arch, Bettlach, Bibern, Biezwil, Brüggligen, Büren an der Aare, Gächliwil, Gossliwil, Grenchen, Hessigkofen, Lengnau, Leuzigen, Lüterswil, Meienried, Messen (mit Balm und Brunnenthal), Mühledorf, Oberwil, Pieterlen, Rütli bei Büren, Schnottwil, Selzach, Tscheppach

## 6100 Deutsch Einstufungstest

1 x Mittwoch, 18:00 – 19:00, 19.08. | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen | CHF 10.00

## Deutsch Intensivkurs, Anfänger/-innen (Montag- und Mittwochabend)

Leitung: Christine Zumstein Regolo | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Schulungsraum

**6101 Teil 1** 5 x Mittwoch, / 5 x Montag, 19:00 – 20:15 h, 02.09.26 – 26.10.26 | CHF 362.00, mind. 4 TN

**6102 Teil 2** 5 x Mittwoch, / 5 x Montag, 19:00 – 20:15 h, 18.11.26 – 11.01.27 | CHF 362.00, mind. 4 TN

## Deutsch Anfänger/-innen (Samstag-Vormittag)

Leitung: Ewa Kolakowska | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Zimmer 1

**6110A Teil 1** 8 x Samstag, 09:00 – 10:30 h, 29.08.26 – 07.11.26 | CHF 346.00, mind. 4 TN

**6110B Teil 2** 8 x Samstag, 09:00 – 10:30 h, 21.11.26 – 23.01.27 | CHF 346.00, mind. 4 TN

## 6103 Deutsch A1-1

Leitung: Team VHS | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Jurazimmer

12 x Donnerstag, 19:10 – 20:10 h, 10.09. – 17.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## 6104 Deutsch A1-2

Leitung: Ewa Kolakowska | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Zimmer 1

12 x Montag, 17:30 – 18:30 h, 07.09. – 14.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## 6105 Deutsch A2-1

Leitung: Irene Wegmüller | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Sitzungszimmer, 1. Stock

12 x Mittwoch, 18:50 – 19:50 h, 09.09. – 16.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## 6106 Deutsch A2-2

Leitung: Ewa Kolakowska | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Zimmer 1

12 x Montag, 18:35 – 19:35 h, 07.09. – 14.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## 6111 Deutsch A1-1 (Samstag-Vormittag)

Leitung: Ewa Kolakowska | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Zimmer 1

12 x Samstag, 10:35 – 11:35 h, 05.09. – 12.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## 6121 Deutsch für die Einbürgerung (Prüfungsvorbereitung) A2/B2

Leitung: Nicolina Ferilli | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Sitzungszimmer, 1. Stock

12 x Dienstag, 17:00 – 18:00 h, 08.09. – 15.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## 6124 Deutsch B1

Leitung: Irene Wegmüller | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Sitzungszimmer, 1. Stock

12 x Mittwoch, 19:55 – 20:55 h, 09.09. – 16.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## 6125 Deutsch B2

Leitung: Irene Wegmüller, VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Schulungsraum, 1. Stock

12 x Mittwoch, 17:45 – 18:45 h, 09.09. – 16.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

- **Lehrmittel werden im Unterricht abgegeben und sind im Kurspreis nicht inbegriffen.**
- **Bei weniger als der angegebenen Mindestteilnehmerzahl (TN) gilt der Kleingruppentarif.**

## **6200 Englisch Einstufungstest**

1 x Montag, 18:00–19:00 h, 17.08. | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Schulungsraum | CHF 10.00

## **6201 Englisch Anfänger/-innen**

Leitung: Erzsebet Katalin Harskuti | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Zimmer 1  
12 x Donnerstag, 17:15–18:15 h, 10.09. – 17.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## **6203 Englisch A1-1**

Leitung: Cristina Hubleur | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Jurazimmer  
12 x Mittwoch, 18:50–19:50 h, 09.09. – 16.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## **6204 Englisch A1-2**

Leitung: Ashley Schlup | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Schulungsraum, 1. Stock  
14 x Montag, 17:15–18:15 h, 31.08.26 – 8.01.27 | CHF 308.00, mind. 6 TN

## **6206 Englisch A2-1**

Leitung: Erzsebet Katalin Harskuti | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Zimmer 1  
12 x Donnerstag, 19:40–20:40 h, 10.09. – 17.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## **6213 Englisch A2-2**

Leitung: Erzsebet Katalin Harskuti | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Zimmer 1  
12 x Donnerstag, 18:30–19:30 h, 10.09. – 17.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## **6230 English Conversation A2**

Leitung: Cristina Hubleur | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Zimmer 2  
12 x Mittwoch, 17:30–18:30 h, 09.09. – 16.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## **6232 English Conversation B1/B2**

Leitung: Julie Grond-Davies | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Schulungsraum, 1. Stock  
14 x Donnerstag, 16:30–17:30 h, 03.09.26 – 14.01.27 | CHF 308.00, mind. 6 TN

## **6251 Englisch am Morgen, Anfänger/-innen**

Leitung: Marianne Brunner Colaci | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Jurazimmer  
14 x Montag, 09:40–10:40 h, 31.08.26 – 25.01.27 | CHF 308.00, mind. 6 TN

## **6252 Englisch am Morgen, A1-1**

Leitung: Marianne Brunner Colaci | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Jurazimmer  
14 x Montag, 10:45–11:45 h, 31.08.26 – 25.01.27 | CHF 308.00, mind. 6 TN

## **6253 Englisch am Morgen, A1-2**

Leitung: Erzsebet Katalin Harskuti | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Schulungsraum  
12 x Donnerstag, 10:45–11:45 h, 10.09. – 17.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## **6277 Englisch am Morgen, B1-2**

Leitung: Ashley Schlup | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Schulungsraum, 1. Stock  
14 x Mittwoch, 09:45–10:45 h, 02.09.26 – 20.01.27 | CHF 308.00, mind. 6 TN

## **6278 Englisch am Morgen, B2**

Leitung: Marianne Brunner Colaci | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Jurazimmer  
14 x Montag, 08:30–09:30 h, 31.08.26 – 25.01.27 | CHF 308.00, mind. 6 TN

### **Gruppengrössen**

Die minimale Teilnehmerzahl ist beim Kurs vermerkt. Wenn sie nicht erreicht wird, bieten wir das Angebot als Kleingruppenkurs an. Die KursleiterIn informiert Sie über die Konditionen. Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

## 6300 Französisch Einstufungstest

1 x Dienstag, 18:00–19:00 h, 18.08. | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Schulungsraum | CHF 10.00

## 6301 Französisch Anfänger/-innen

Leitung: Nicole Dünner | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Jurazimmer

12 x Dienstag, 19:10–20:10 h, 08.09. – 15.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## 6303 Französisch A1-1

Leitung: Gaby Tissot | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Schulungsraum, 1. Stock

12 x Dienstag, 18:50–19:50 h, 08.09.26 – 12.01.27 | CHF 346.00, mind. 4 TN

## 6306 Französisch A1/A2

Leitung: Gaby Tissot | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Schulungsraum, 1. Stock

12 x Dienstag, 17:45–18:45 h, 08.09.26 – 12.01.27 | CHF 346.00, mind. 4 TN

## 6310 Français des affaires A2/B1

Leitung: Christelle Kölliker | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Zimmer 1

12 x Mittwoch, 17:50–18:50 h, 09.09. – 16.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## 6316 Französisch B1-2

Leitung: Nicole Dünner | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Jurazimmer

12 x Dienstag, 18:00–19:00 h, 08.09. – 15.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## 6330 Französisch Konversation A2/B1

Leitung: Christelle Kölliker | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Zimmer 1

12 x Mittwoch, 19:00–20:00 h, 09.09. – 16.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

- **Lehrmittel werden im Unterricht abgegeben und sind im Kurspreis nicht inbegriffen.**
- **Bei weniger als der angegebenen Mindestteilnehmerzahl (TN) gilt der Kleingruppentarif.**

## 6400 Italienisch Einstufungstest

1 x Dienstag, 18:00–19:00 h, 18.08. | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Zimmer 2 | CHF 10.00

## 6401 Italienisch für Anfänger/-innen

Leitung: Nicolina Ferilli | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Sitzungszimmer, 1. Stock

12 x Dienstag, 18:05–19:05 h, 08.09. – 15.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## 6404 Italienisch A1-1

Leitung: Christine Zumstein Regolo | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Zimmer 1

12 x Dienstag, 18:45–19:45 h, 08.09. – 15.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## 6405 Italienisch A1-2

Leitung: Norma Berri | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Zimmer 2

14 x Mittwoch, 18:40–19:40 h, 02.09.26 – 06.01.27 | CHF 308.00, mind. 6 TN

## 6411 Italienisch A1/A2

Leitung: Norma Berri | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Sitzungszimmer 1. Stock

14 x Mittwoch, 17:15–18:15 h, 02.09.26 – 06.01.27 | CHF 308.00, mind. 6 TN

## 6416 Italienisch Konversation A2-1

Leitung: Norma Berri | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Sitzungszimmer, 1. Stock

14 x Montag, 17:20–18:20 h, 31.08.26 – 04.01.27 | CHF 308.00, mind. 6 TN

# Lass dich verführen.

Öffentliche Führungen in Grenchen, Lengnau und Bettlach.

**JURA  
SONNEN  
SEITE**  
BETTLACH  
GRENCHE  
LENGNAU



[jurasonnenseite.ch](http://jurasonnenseite.ch)

## 6418 Italienisch Konversation A2-2

Leitung: Norma Berri | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Sitzungszimmer, 1. Stock  
14 x Montag, 18:35 – 19:35 h, 31.08.26 – 04.01.27 | CHF 308.00, mind. 6 TN

## 6420 Italienisch A2/B1 – Auffrischkurs

Leitung: Christine Zumstein Regolo | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Zimmer 1  
12 x Mittwoch, 17:50 – 18:50 h, 09.09. – 16.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## 6451 Italienisch für Anfänger/-innen, Morgenkurs

Leitung: Christine Zumstein Regolo | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Sitzungszimmer, 1. OG  
12 x Mittwoch, 09:30 – 10:30 h, 09.09. – 16.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## 6452 Italienisch am Morgen, A1

Leitung: Norma Berri | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Zimmer 2  
14 x Dienstag, 09:50 – 10:50 h, 01.09.26 – 05.01.27 | CHF 308.00, mind. 6 TN

## 6454 Italienisch am Nachmittag, A1-1

Leitung: Team VHS | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Zimmer 1  
14 x Montag, 13:30 – 14:30 h, 07.09.26 – 11.01.27 | CHF 308.00, mind. 6 TN

## 6456 Italienisch am Morgen, A1-2

Leitung: Norma Berri | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Zimmer 2  
14 x Donnerstag, 09:30 – 10:30 h, 03.09.26 – 07.01.27 | CHF 308.00, mind. 6 TN

## 6464 Italienisch am Morgen, A1/A2

Leitung: Norma Berri | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Zimmer 2  
14 x Mittwoch, 09:45 – 10:45 h, 02.09.26 – 06.01.27 | CHF 308.00, mind. 6 TN

## 6465 Italienisch am Morgen, Konversation A1/A2

Leitung: Norma Berri | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Zimmer 2  
14 x Mittwoch, 08:30 – 09:30 h, 02.09.26 – 06.01.27 | CHF 308.00, mind. 6 TN

- **Lehrmittel werden im Unterricht abgegeben und sind im Kurspreis nicht inbegriffen.**
- **Bei weniger als der angegebenen Mindestteilnehmerzahl (TN) gilt der Kleingruppentarif.**

### Kurse nach Mass für Einzelpersonen, Gruppen und Firmen

Deutsch | Schweizerdeutsch | Englisch | Französisch | Italienisch | Spanisch  
Individueller Einzel- oder Gruppenunterricht für Privatpersonen und Firmen.  
z.B. für Prüfungsvorbereitung, Reise, Beruf, firmenspezifische Sprachkenntnisse.  
Verlangen Sie eine individuelle Offerte!

## 6500 Spanisch Einstufungstest

1 x Mittwoch, 18:00–19:00 h, 19.08. | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Jurazimmer | CHF 10.00

## 6501 Spanisch Anfänger/-innen

Leitung: Alejandra Sida-López Cupa | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Jurazimmer  
14 x Montag, 17:10–18:10 h, 07.09.26–18.01.27 | CHF 308.00, mind. 6 TN

## 6502 Spanisch A1-1

Leitung: Beatriz Schürpf-Morales | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Zimmer 2  
14 x Montag, 17:30–18:30 h, 31.08.26–04.01.27 | CHF 308.00, mind. 6 TN

## 6508 Spanisch A2-1

Leitung: Yasmin Trümpy Arzuaga Marti | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Sitzungszimmer, 1. OG  
12 x Donnerstag, 17:30–18:30 h, 03.09.–10.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## 6511 Spanisch Konversation A2/B1

Leitung: Yasmin Trümpy Arzuaga Marti | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Sitzungszimmer, 1. OG  
12 x Donnerstag, 16:30–17:30 h, 03.09.–10.12. | CHF 346.00, mind. 4 TN

## 6515 Spanisch A2-2

Leitung: Beatriz Schürpf-Morales | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Jurazimmer  
14 x Donnerstag, 18:00–19:00 h, 03.09.26–07.01.27 | CHF 308.00, mind. 6 TN

## 6520 Spanisch B2-2

Leitung: Beatriz Schürpf-Morales | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Jurazimmer  
14 x Mittwoch, 17:15–18:15 h, 02.09.26–06.01.27 | CHF 308.00, mind. 6 TN

## 6551 Spanisch am Morgen, Anfänger/-innen

Leitung: Beatriz Schürpf-Morales | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Jurazimmer  
14 x Mittwoch, 09:00–10:00 h, 02.09.26–06.01.27 | CHF 308.00, mind. 6 TN

### Gruppengrössen

Die minimale Teilnehmerzahl ist beim Kurs vermerkt. Wenn sie nicht erreicht wird, bieten wir das Angebot als Kleingruppenkurs an. Die KursleiterIn informiert Sie über die Konditionen. Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.



**www.schlup.swiss**

Schlup AG | Bielstrasse 10 | 2543 Lengnau

*Bei uns findest  
du alles fürs Büro  
und das Zuhause!*



Bürobedarf · Büromaschinen · Büroeinrichtung  
EDV-Zubehör · Toner & Druckerpatronen  
eigener Servicetechniker · Glückwunschkarten  
Fantasie- und Geschenkartikel

Wir freuen uns auf deinen Besuch!

## 201 Kennen Sie die neuen Regeln im Strassenverkehr?

Leitung: Andreas Baumgartner | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Sitzungszimmer, 1. OG  
1 x Donnerstag, 09:30 – 11:30 h, 12.11. | CHF 50.00, mind. 6 TN

## 202 Die Philosophie der «alten Griechen»

Leitung: Jürg Freudiger | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Schulungsraum, 1. Stock  
3 x Dienstag, 19:00 – 21:00 h, 12.01.27 – 26.01.27 | CHF 120.00, mind. 4 TN

## 203 Storytelling

Leitung: Myriam Brotschi | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Jurazimmer  
4 x Montag, 18:30 – 20:30 h, 26.10. – 07.12. | CHF 220.00, mind. 5 TN

## 204 Mit Farbe und Stil Eindruck hinterlassen

Leitung: Claudia Brunner | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Schulungsraum, 1. Stock  
2 x Donnerstag, 19:00 – 21:00 h, 10.09. – 17.09. | CHF 130.00, + Dossier CHF 15.00, mind. 6 TN

## 205 Klangmeditation

Leitung: Kristina Rosenkranz | Ort: Recreation Center, Alpenstrasse 2, Grenchen  
3 x Donnerstag, 19:00 – 20:00 h, 22.10. – 05.11. | CHF 60.00, mind. 4 TN

## 206 Schach für Einsteiger/-innen: Das königliche Spiel entdecken und erlernen

Leitung: Matthias Wenker | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Schulungsraum, 1. Stock  
10 x Donnerstag, 14:00 – 16:00 h, 03.09. – 26.11. | CHF 375.00, mind. 6 TN

## 301 Vorsorgeauftrag, Patientenverfügung und Testament

Leitung: Gabriela Mathys | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Schulungsraum, 1. Stock  
3 x Dienstag 18:00 – 20:30 h, 12.01.27 – 26.01.27 | CHF 220.00, mind. 8 TN

## 401 Hasenzauber aus Wolle

Leitung: Christine Baumann | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Schulungsraum, 1. Stock  
1 x Samstag 09:00 – 12:00 h, 12.09. | CHF 90.00, + Material ca. CHF 15.00-35.00, mind. 4 TN

## 402 Gefilzte Wintervögelchen – nostalgischer Baumschmuck mit Charme

Leitung: Christine Baumann | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Schulungsraum, 1. Stock  
1 x Samstag 09:00 – 12:00 h, 21.11. | CHF 90.00, + Material ca. CHF 15.00-35.00, mind. 4 TN

## 403 Weihnachtskarten in Collagentechnik

Leitung: Brigitte Lüscher | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Schulungsraum, 1. Stock  
2 x Samstag 09:00 – 12:00 h, 07.11. – 14.11. | CHF 160.00, + Material CHF 25.00, mind. 6 TN

## Urban Sketching – Grenchen entdecken mit dem Skizzenbuch

Leitung: Ueli Bieri | Ort: Stadt Grenchen, Treffpunkt wird 5 Tage vorher kommuniziert.  
CHF 90.00, + Material ca. CHF 5.00, mind. 8 TN

**404A** 1 x Samstag 10:00 – 13:00 h, 07.11.

**404B** 1 x Samstag 10:00 – 13:00 h, 21.11.

**404C** 1 x Samstag 10:00 – 13:00 h, 05.12.

### 501 Auffrischkurs Office Programme 365

Leitung: Markus Grotz | Ort: VHS, Jurastr. 5, Grenchen, Schulungsraum, 1. OG  
5 x Dienstag, 09:00 – 11:30 h, 20.10. – 17.11. | CHF 480.00, mind. 5 TN

### KI und ChatGPT – wie funktioniert das?

Leitung: Team VHS | Ort: VHS, Jurastr. 5, Grenchen, Sitzungszimmer, 1. OG  
CHF 80.00, mind. 5 TN

**502A** 1 x Samstag, 09:00 – 12:00 h, 21.11.26

**502B** 1 x Samstag, 09:00 – 12:00 h, 23.01.27

### 503B Mein erster grosser Lohn

Leitung: Julio Gribi | Ort: VHS, Jurastr. 5, Grenchen, Schulungsraum 1. OG  
1 x Donnerstag, 17:45 – 19:15 h, 27.8 | CHF 30.00, mind. 6 TN

### 730 Feldenkrais – Beweglicher werden im Alltag (Morgenkurs)

Anmeldung direkt bei der Kursleiterin: 079 359 59 46

Leitung: Brigitte Würzler | Ort: VHS, Jurastr. 5, Grenchen, Gymnastikraum 1. OG  
18 x Dienstag, 10:30 – 11:30 h, 01.09.26 – 02.02.27 | CHF 450.00, mind. 5 TN

### 732 Sicherheit im Alltag – Bleiben Sie beweglich!

Anmeldung direkt bei der Kursleiterin: 079 313 51 72

Leitung: Karin Ketels | Ort: VHS, Jurastr. 5, Grenchen, Gymnastikraum 1. OG  
Montag, 11:30 – 12:30 h

**buchhaus.ch**  
**LÜTHY**

Bücher sind gute Freunde

Lüthy Solothurn  
Gurzelgasse 17  
4500 Solothurn  
Tel. 032 625 33 15  
solothurn@buchhaus.ch

Lüthy Paperlove  
Gurzelgasse 30  
4500 Solothurn  
Tel. 032 625 33 15  
solothurn@buchhaus.ch

Lüthy Grenchen  
Bettlachstrasse 8  
2540 Grenchen  
Tel. 032 625 14 89  
grenchen@buchhaus.ch



## 801 Bratwürste selbst herstellen – ohne E-Nummern

Leitung: Torsten Raith | Ort: Schulhaus 4, Schulstr. 35, Grenchen, Küche UG  
1 x Freitag, 17:30 – 21:30 h, 11.09. | CHF 80.00, + Material CHF 30.00, mind. 6 TN

## 802 Kimchi – einfach selber machen!

Leitung: Angela Hoppler | Ort: Restaurant Neue Zelg, Neue Zelgstrasse 41, Bettlach  
1 x Donnerstag, 09:30 – 16:30 h, 10.09. | CHF 180.00, mind. 6 TN

## 901 Pilze kennen – Pilze sammeln

Leitung: Andreas Baumgartner | Ort: VHS, Jurastrasse 5, Grenchen, Schulungsraum, 1. OG  
1 x Sonntag, 10:00 – 16:30 h, 20.09. (Ersatzdatum: 04.10.) | CHF 75.00, mind. 6 TN

## 902 Die Durchreise der Zugvögel – Entdeckungstour in die Witi

Leitung: Christa Thomke | Ort: Parkplatz Kreisel zw. Lengnau und Pieterlen, Schützenmattweg  
1 x Samstag, 09:30 – 12:00, 24.10. | CHF 20.00, mind. 4 TN

## 903 Aloë - der schwimmende Garten

Leitung: Ruedi Spielmann | Ort: SOL Solutions AG, Wydenstrasse 12, Grenchen  
1 x Dienstag, 19:00 – 21:00 h, 15.09. | CHF 60.00, mind. 4 TN

## 904 Klimagarten – Klimafreundliche Gartenplanung

Leitung: Ruedi Spielmann | Ort: SOL Solutions AG, Wydenstrasse 12, Grenchen  
2 x Dienstag, 19:00 – 21:00 h, 29.09. – 06.10. | CHF 120.00, mind. 4 TN



### Kinesiologie-Praxis Vallesi

Patrizia Vallesi, dipl. BIK-Kinesiologin AP,  
KomplementärTherapeutin  
mit eidgenössischem Diplom\*  
Zollgasse 4 | 2543 Lengnau  
Tel 079 520 45 02  
info@kinesiologie-praxis.ch  
www.kinesiologie-praxis.ch



### Kinesiologische Balancen für ...

#### ... körperlichen Blockaden wie:

Schleudertrauma | Rückenproblemen  
akuten und chronischen Beschwerden  
Kopfschmerzen | Migräne | Asthma  
Hautproblemen | Narben | Allergien  
Stoffwechselbeschwerden | Tinnitus  
Problemen beim Menstruationszyklus/Menopause  
Augen-/Koordinations- und  
Gleichgewichtsstörungen

#### ... emotionalen oder psychischen Blockaden wie:

Alltags-/Problembewältigungen  
Burnoutsyndrom | Nervosität | Müdigkeit  
Schlafstörungen | Ängste | Phobien

#### ... mentalen Blockaden wie:

Lern-/Leistungsschwierigkeiten  
Konzentrationschwäche | Prüfungsangst

#### ... Sport/Beruf wie:

Verletzungen | Sportverletzungen  
komplexen Bewegungsabläufen

\*registriert bei allen Krankenkassen  
mit Zusatzversicherung

# «WER KENNT EINE BANK MIT GUTER UND PERSÖNLICHER BERATUNG?»



 **SLB** SPAR- UND LEIHKASSE  
BUCHEGGBERG AG

Tel. 032 352 10 60 | [info@slb.ch](mailto:info@slb.ch) | [www.slb.ch](http://www.slb.ch)

## **Pilates in Bettlach**

Leitung: Franziska Stampfli | Ort: Adam-Haus, Jurastr.8, Bettlach, Galerie, mind. 8 TN

**4721** 16 x Montag, 18:30 – 19:30 h, 31.08.26 – 18.01.27 | CHF 304.00

**4722** 16 x Dienstag, 17:30 – 18:30 h, 01.09.26 – 19.01.27 | CHF 304.00

**4723** 16 x Dienstag, 18:45 – 19:45 h, 01.09.26 – 19.01.27 | CHF 304.00

## **701 Bauch – Beine – Po**

Leitung: Conny Schluép | Ort: VHS, Jurastr. 5, Grenchen, Gymnastikraum 1. OG

15 x Dienstag, 19:00 – 20:00 h, 01.09.26 – 26.01.27 | CHF 285.00, mind. 8 TN

## **702 Aroha**

Leitung: Franziska Wyss | Ort: VHS, Jurastr. 5, Grenchen, Gymnastikraum 1. OG

15 x Donnerstag, 19:00 – 20:00 h, 10.09.26 – 21.01.27 | CHF 285.00, mind. 8 TN

## **703 Pilates am Morgen – gegen Rückenbeschwerden und präventiv**

Leitung: Karin Ketels | Ort: VHS, Jurastr. 5, Grenchen, Gymnastikraum 1. OG

16 x Mittwoch, 09:00 – 10:00 h, 19.08.26 – 20.01.27 | CHF 304.00, mind. 8 TN

## **704 Kaltbaden – durch Stille und Kälte zur inneren Wärme**

Leitung: Martin Rohner | Ort: VHS, Jurastr. 5, Grenchen und an der Aare, Sängli, Altreu

1 x Sonntag, 10:00 – 14:30 h, 08.11. | CHF 120.00, mind. 5 TN

## **705 Bauchtanz**

Leitung: Alejandra Sida-López Cupa | Ort: VHS, Jurastr. 5, Grenchen, Gymnastikraum 1. OG

15 x Montag, 18:30 – 19:30 h, 31.08.26 – 25.01.27 | CHF 285.00, mind. 8 TN

## **706 Body Toning**

Leitung: Annette Szewczyk | Ort: VHS, Jurastr. 5, Grenchen, Gymnastikraum 1. OG

16 x Mittwoch, 17:30 – 18:30 h, 02.09.26 – 20.01.27 | CHF 304.00, mind. 8 TN

Schnupperstunde: 1 x Mittwoch, 17:30 – 18:30 h, 19.08. | Anmeldung erforderlich

## **707 Antara Rückenfit**

Leitung: Simone Silva Reyes | Ort: VHS, Jurastr. 5, Grenchen, Gymnastikraum 1. OG

15 x Montag, 14:30 – 15:30 h, 31.08.26 – 01.02.27 | CHF 285.00, mind. 8 TN

## **708 Pilates, Morgenkurs**

Leitung: Team VHS | VHS, Jurastr. 5, Grenchen, Gymnastikraum 1. OG

16 x Dienstag, 09:00 – 10:00 h, 01.09.26 – 19.01.27 | CHF 304.00, mind. 8 TN

## **709 Pilates**

Leitung: Franziska Stampfli | Ort: VHS, Jurastr. 5, Grenchen, Gymnastikraum 1. OG

16 x Mittwoch, 18:45 – 19:45 h, 02.09.26 – 20.01.27 | CHF 304.00, mind. 8 TN

## **710 Atem und Bewegung**

Leitung: Martina Krähenbühl | VHS, Jurastr. 5, Grenchen, Gymnastikraum 1. OG

12 x Dienstag, 17:30 – 18:30 h, 01.09.26 – 12.01.27 | CHF 228.00, mind. 8 TN

## **724 Sanfte Yoga Stunde (Morgenkurs)**

Leitung: Jitka Hertig | VHS, Jurastr. 5, Grenchen, Gymnastikraum 1. OG

16 x Montag, 09:00 – 10:00 h, 31.08.26 – 18.01.27 | CHF 304.00, mind. 8 TN

## **725 Hatha Yoga**

Leitung: Marlise Jutzet | Ort: VHS, Jurastr. 5, Grenchen, Gymnastikraum 1. OG

16 x Montag, 17:15 – 18:15 h, 31.08.26 – 18.01.27 | CHF 304.00, mind. 8 TN

Mit Aqua-Gym / Fit fördern Sie Ihre Gesundheit, Ihre Fitness und Ihr Wohlbefinden.  
Sie machen ein sportliches Wassergymnastik-Training mit Musik.

### **Grenchen: Hallenbad Bachtelen, Aqua Gym im stehtiefen Wasser**

Leitung: Nicole Denzler | Ort: Bachtelenstr. 24, Grenchen, mind. 14 TN

**712** 16 x Donnerstag, 18:00 – 18:50 h, 03.09.26 – 21.01.27 | CHF 314.00

**713** 16 x Donnerstag, 19:05 – 19:55 h, 03.09.26 – 21.01.27 | CHF 314.00

**714** 16 x Donnerstag, 20:10 – 21:00 h, 03.09.26 – 21.01.27 | CHF 314.00

Leitung: Barbara Muralt | Ort: Bachtelenstr. 24, Grenchen, mind. 14 TN

**720** 16 x Dienstag, 18:30 – 19:20 h, 01.09.26 – 19.01.27 | CHF 314.00

### **Lengnau: Hallenbad Kleinfeld, Aqua Gym im stehtiefen Wasser**

Leitung: Nancy Cosi | Ort: Simon-Gfellerstrasse, Lengnau, mind. 14 TN

**715** Morgenkurs: 16 x Freitag, 08:05 – 08:50 h, 04.09.26 – 22.01.27 | CHF 304.00

**716** Morgenkurs: 16 x Freitag, 09:00 – 09:45 h, 04.09.26 – 22.01.27 | CHF 304.00

### **Pieterlen: Therapiebad-Schlössli, Aqua Gym im stehtiefen Wasser**

Leitung: Barbara Muralt | Ort: Schlössliweg 10, Pieterlen, mind. 10 TN

**718** 16 x Mittwoch, 19:00 – 19:50 h, 02.09.26 – 20.01.27 | CHF 314.00

### **Bettlach: Hallenbad Einschlag, Aqua Gym im stehtiefen Wasser**

Leitung: Nancy Cosi | Ort: Hallenbad, Diebold Schillingstr. 4, Bettlach, mind. 8 TN

**4701** Abendkurs: 16 x Mittwoch, 18:00 – 18:45 h, 02.09.26 – 20.01.27 | CHF 304.00

**4702** Abendkurs: 16 x Mittwoch, 19:00 – 19:45 h, 02.09.26 – 20.01.27 | CHF 304.00

### **Bettlach: Hallenbad Einschlag, Aqua Fit im Tiefwasser**

Leitung: Nancy Cosi | Ort: Hallenbad, Diebold Schillingstr. 4, Bettlach, mind. 8 TN

**4703** 16 x Mittwoch, 20:00 – 20:45 h, 02.09.26 – 20.01.27 | CHF 304.00

**4705** 16 x Dienstag, 16:30 – 17:15 h, 01.09.26 – 19.01.27 | CHF 304.00



Die Aqua Gym / Aqua Fit Kurse der VHS Region Grenchen sind zertifiziert.  
Ihre Krankenkasse richtet ev. Beiträge aus.  
Sie erhalten nach Kursende eine Bestätigung.



# WEIL ES IM INTERNET AUCH SINNVOLLES GIBT.

Mit HEBORG.CH Angebote und Anbietende zu verschiedenen Präventionsthemen wie körperliche und psychische Gesundheit, Ernährung, Bewegung, Sucht, Gewalt und Schulden/Budget suchen und finden. Für Privat- und Fachpersonen aus dem Gesundheits-, Sozial- und Bildungsbereich.

**HEBORG.CH**

# spital club

der clevere Zusatz

Unter 65-jährige:  
**50%  
RABATT**  
für die ersten beiden  
Beitragsjahre!

## RUHE | KOMFORT | FREIE ARZTWAHL

### BEISPIEL:

50–64 jährig, im **Einbettzimmer**  
für nur **Fr. 55.– / Monat**

### BEISPIEL:

50–64 jährig, **Halbprivat** im Zwei-  
bettzimmer und freier Arztwahl  
für nur **Fr. 80.– / Monat**

**Als Mitglied bei uns können Sie sich den komfortablen  
Spitalaufenthalt noch leisten!**

**Zudem profitieren Mitglieder des Spital Club von grosszügigen Zusatzleistungen:**

- |                                                                           |                    |
|---------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| – Beitrag an <b>Dentalhygiene</b> oder <b>Fusspflege</b>                  | Fr. 150.– pro Jahr |
| – Beitrag an <b>Fitnesscenter</b> oder <b>Sportverein</b>                 | Fr. 150.– pro Jahr |
| – Beitrag an <b>Fahrten</b> (Inva, Taxi, rotes Kreuz)                     | Fr. 150.– pro Jahr |
| – Beiträge an SPITEX, <b>Haushalthilfe</b> und<br><b>Mahlzeitendienst</b> |                    |

**Die Mitglieder der Geschäftsstelle beraten Sie gerne!**



Ulrich König



Edith Ramseier



**SPITAL CLUB SOLOTHURN** | 032 627 30 18 | [info@spitalclub.ch](mailto:info@spitalclub.ch) | [www.spitalclub.ch](http://www.spitalclub.ch)

Besuchen Sie jetzt unseren Matratzen-Kurs und lernen Sie, erholsam auszuschlafen. (Ganz nebenbei profitieren Sie von unverschämten Preisen im Fabrikverkauf.)



PROFITIEREN  
SIE VON  
MINDESTENS  
33% RABATT  
IM FABRIK-  
VERKAUF!

Qualitäts-Matratzen, Lattenroste  
Betten, Duvets, Bettwäsche usw.

günstiger  
als online



**FABRIKVERKAUF**  
MIT PROBELIEGEN UND BERATUNG!

**33-66% RABATT!**

Exklusiver Räumungsverkauf  
von Schweizer Herstellern!

36 JAHRE  
MÖBEL-MÄRIT.  
GESUND  
LEBEN!

Beim Probeliegen  
auf dem Smartphone  
Finden Sie kaum  
die richtige Matratze.\*



\*Probieren Sie bei uns nach Herzenslust: Matratzen für  
gesunden Schlaf, Sessel und Polstergarnituren für  
gesundes Relaxen, Arbeitsplätze für gesundes Arbeiten.

Misten Sie Ihren Milbenstall  
aus und gönnen Sie sich eine  
frische Schweizer Matratze!

## Teil-Ausverkauf! Bis 80% Rabatt!

Wir werden ein neues Lokal beziehen. Deshalb reduzieren wir  
unser Ausstellungs-Sortiment und Lager. Profitieren Sie jetzt!  
Gönnen Sie sich, was Sie sich schon immer leisten wollten.  
Mit 50-80% Rabatt!

SPEZIELL BEZEICHNETE WOHLFÜHL-POLSTER-GARNITUREN  
RELAX-SESSEL, MATRATZEN UND LATTENROSTE  
BETTEN UND SCHRÄNKE, TISCHE, STÜHLE, TEPPICHE, LAMPEN  
USW.

SEIT **1990**

**Möbel-Märit.** gesund leben!

[www.moebel-maerit.ch](http://www.moebel-maerit.ch)

