

# KURSPROGRAMM 2016



„ma hät nia usglärrt“

## **Kurs 1: Weidenherz oder Windlicht**

Kursdaten: Montag, 01. Februar 2016

Zeit: 19:00 bis 22:00 Uhr

Kursort: Foyer Schulhaus Mastrils

Kosten: Herz Fr. 40.00 inkl. Weiden  
Windlicht Fr. 25.00 inkl. Weiden

Leitung: Margrit Aliesch, Andrea Fehr, Christine Grob

Anmeldung: bis 10. Januar 2016 bei Margot Forlin

Mobile: 079 611 31 92

E-Mail: [margot@margotforlin.ch](mailto:margot@margotforlin.ch) oder

[www.fvmastrils.ch](http://www.fvmastrils.ch) unter Kurse

Wie seit vielen Jahren üblich und über die Dorfgrenze hinaus bekannt, werden im Januar im Röslibrunnen einheimische Weiden eingelegt.

## **Kurs 2: Klassische Herstellung eines Korbes**

Kursdaten: Montag, 08. / 15. und 22. Februar 2016

Zeit: 19:00 bis 22:00 Uhr

Kursort: Foyer Schulhaus Mastrils

Kosten: Fr. 90.00 inkl. Weiden

Leitung: Peter Streiff, Untervaz

Anmeldung: bis 10. Januar 2016 bei Margot Forlin

Mobile: 079 611 31 92

E-Mail: [margot@margotforlin.ch](mailto:margot@margotforlin.ch) oder

[www.fvmastrils.ch](http://www.fvmastrils.ch) unter Kurse

Ob rund oder eckig, gross oder klein, mit einfachen oder kunstvollen Abschlüssen. Peter weiss Bescheid!

### **Kurs 3: Karten für jeden Anlass**

Kursdaten: Dienstag, 15. und Freitag, 18. März 2016

Zeit: 13:30 bis 17:00 Uhr

Kursort: Werkstatt Forlin, Dalavostr. 14, 7303 Mastrils

Kosten: Fr. 55.00 inkl. Material

Leitung: Margot Forlin

Anmeldung: bis 25. Februar 2016 bei Margot Forlin

Mobile: 079 611 31 92

E-Mail: [margot@margotforlin.ch](mailto:margot@margotforlin.ch) oder

[www.fvmastrils.ch](http://www.fvmastrils.ch) unter Kurse

Ob Geburt, Taufe, Konfirmation, Kommunion, Hochzeit, Weihnacht, oder Pietät, immer die passende Karte.

Eine selbstgemachte Karte ist ein Geschenk.

### **Kurs 4: Erfrischende, alkoholfreie Getränke**

Kursdatum: Mittwoch, 13. April 2016

Zeit: 15:00 bis ca. 18:00 Uhr

Kursort: Blue Box, Landquart

Kosten: Fr. 20.00

Leitung: Frau Schwing

Anmeldung: bis 01. April 2016 bei Margot Forlin

Mobile: 079 611 31 92

E-Mail: [margot@margotforlin.ch](mailto:margot@margotforlin.ch) oder

[www.fvmastrils.ch](http://www.fvmastrils.ch) unter Kurse



Jugendliche und ihr kreatives Potenzial hautnah miterleben. Sie führen uns ins Cocktailmixen ein. Selbstverständlich ohne Alkohol, dafür mit Raffinesse und Geschmack.

## **Kurs 5: Geschenke aus der Natur zum Essen**

Kursdatum: Freitag, 20. Mai 2016

Zeit: 13:30 bis ca. 17:30 Uhr

Kursort: Mastrils

Kosten: Fr. 25.00 inkl. Material

Leitung: Margrit Aliesch und Margot Forlin

Anmeldung: bis 10. Mai 2016 bei Margot Forlin

Mobile: 079 611 31 92

E-Mail: [margot@margotforlin.ch](mailto:margot@margotforlin.ch) oder

[www.fvmastrils.ch](http://www.fvmastrils.ch) unter Kurse

Suchen, sammeln, trocknen, einmachen, schön verpacken und verschenken, das macht Freude.

Wir erfahren, was uns die Natur alles Gesundes und feines schenkt.

## **Kurs 6: Schreinern beim Fachmann**

Orientierungsabend: Dienstag, 31. Mai 2016 / 19:00 Uhr

Kursdaten: 07. / 14. / 21. Und 28. Juni 2016

Zeit: 19:00 bis 22:00 Uhr

Kursort: Schreinerei Rigo Holz, Sarelli

Kosten: Fr. 130.00 exkl. Material

Leitung: Thomas Gosswiler

Anmeldung: bis 20. Mai 2016 bei Margot Forlin

Mobile: 079 611 31 92

E-Mail: [margot@margotforlin.ch](mailto:margot@margotforlin.ch) oder

[www.fvmastrils.ch](http://www.fvmastrils.ch) unter Kurse



Unter Fachkundiger Leitung von Thomas Gosswiler dürfen wir in seiner Schreinerei wirken und werken, bis „die Späne fliegen“.

Ein kleines Möbel, ein Gestell, eine Bank, Sterne oder was das Herz begehrt.

Eine Woche vor Kursbeginn findet der Orientierungsabend statt.

## **Kurs 7: Metall mal ganz anders!!!**

Kursdatum: Samstag, 09. Juli 2016

Zeit: 09:30 bis ca. 16:00 Uhr

Kursort: Felsenbach, Landquart

Kosten: Fr. 85.00 inkl. Zmittag, exkl. Material

Leitung: Heinz Boos

Anmeldung: bis 24. Juni 2016 bei Margot Forlin

Mobile: 079 611 31 92

E-Mail: [margot@margotforlin.ch](mailto:margot@margotforlin.ch) oder

[www.fvmastrils.ch](http://www.fvmastrils.ch) unter Kurse

Schon zum sechsten Mal dürfen wir in der Werkstatt von Heinz Boos im Felsenbach – Metall bearbeiten.

Neue Materialien, neue Ideen, neue Modelle, das macht „gluschtig“

Die Teilnehmerzahl ist beschränkt.

## **Kurs 8: Italienisch, einfache Konversation**

Kursdaten:

Zeit:

Kursort: kath. Pfarreizentrum, Mastrils

Kosten:

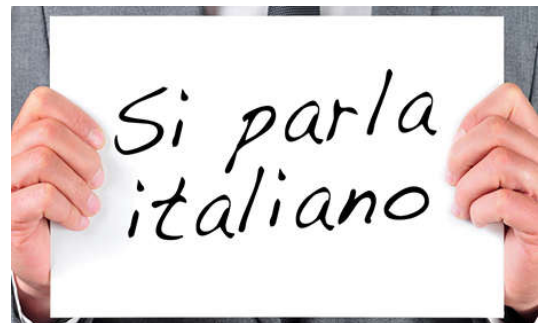
Leitung:

Anmeldung: bis 29. Juni 2016 bei Margot Forlin

Mobile: 079 611 31 92

E-Mail: [margot@margotforlin.ch](mailto:margot@margotforlin.ch) oder

[www.fvmastrils.ch](http://www.fvmastrils.ch) unter Kurse



Wer möchte nicht einfach drauf los schwatzen, wie die Italiener? Einfache Konversation von einer unserer Landessprache! Molto bene, und tante grazie.

Bei genügend Anmeldungen wird der Kurs durchgeführt.

## **Kurs 9: Gesunde Snacks aus eigener Küche**

Kursdaten: Freitag, 09. September 2016  
Zeit: 13:30 bis ca. 17:30 Uhr  
Kursort: Werkstatt Forlin  
Kosten: Fr. 25.-  
Leitung: Margrit Aliesch und Margot Forlin  
Anmeldung: bis 02. September 2016 bei Margot Forlin  
Mobile: 079 611 31 92  
E-Mail: [margot@margotforlin.ch](mailto:margot@margotforlin.ch) oder  
[www.fvmastrils.ch](http://www.fvmastrils.ch) unter Kurse



Anstatt Pommes Chips oder Nüssli...

Gemüsechips, Curry –Äpfel, scharfe Nüsse, getrocknete Früchte, oder, oder und.

## **Kurs 10: Schade zum Wegwerfen. Food recycling**

Kursdaten: Freitag, 23. September 2016  
Zeit: 13:30 bis ca. 17:30 Uhr  
Kursort: Werkstatt Forlin  
Kosten: Fr. 25.-  
Leitung: Margrit Aliesch und Margot Forlin  
Anmeldung: bis 15. September 2016 bei Margot Forlin  
Mobile: 079 611 31 92  
E-Mail: [margot@margotforlin.ch](mailto:margot@margotforlin.ch) oder  
[www.fvmastrils.ch](http://www.fvmastrils.ch) unter Kurse

Resten sinnvoll verwerten!!

Alle Kurse sind auf der Homepage ersichtlich,  
[www.fvmastrils.ch](http://www.fvmastrils.ch)  
und können direkt übers Internet angemeldet werden.  
„Plakätli“ sind im Vereinskasten ausgehängt.

## **Regelmässige Tätigkeiten**

### **Brockenstube**

Öffnungszeiten:   Dienstags, von 13:30 – 16:00 Uhr  
                          Samstags, von 09:00 - 11:00 Uhr

Leitung:             Heidy Bütikofer, Mobile: 079 480 61 48  
                          ruegg43@bluewin.ch

### **Seniorenspielnachmittage**

jeden letzten Mittwoch im Monat, Restaurant Tanne, Mastrils

### **Gymnastik für Frauen - Pilates**

Mittwochmorgen 08:00 – 09:00 Uhr im kath. Pfarreisaal, Mastrils

Leitung:             Tanja Renner, Mobile 079 596 94 52  
                          tanja.renner@bluewin.ch

### **Muki Turnen**

Dienstag 09:00 – 10:00 Uhr, Turnhalle, Mastrils

Leitung:             Martina Wieland, Mobile 079 546 55 91

### **Krabbelgruppe**

Daten werden ausgeschrieben, Meliorationszimmer, Schulhaus Mastrils

Leitung:             Andrea Mathis, Telefon: 081 322 56 29  
                          wiesmanna@hotmail.ch

### **Spielgruppe Luftibus**

Donnerstag 14:00 – 16:00 Uhr, Meliorationszimmer, Schulhaus Mastrils

Leitung:             Petra Widmer, Telefon: 081 322 64 07

### **Frauentreff**

Jeden 3. Donnerstag im Monat. Die Themen oder Aktivitäten werden ausgeschrieben und sind ebenfalls auf der Homepage ersichtlich.

## Ereignisse

26. Februar 2016 GV

11. März 2016 Delegiertenversammlung in Sopra Porta

14. März 2016 Eier färben

24. / 25. und 26. Juni 2016 Dorffest in Igis

24.08.2016 Seniorenausflug

07. Juni 2016 Vereinsreise

21. und 22. November 2016 kranzen

27. November 2016 Suppentag

GV: 03. März 2017

## Vorstand:

### Bütikofer Heidy

Fon: 081 322 38 43

Mobile: 079 480 61 48

E-Mail: rueegg43@bluewin.ch

### Forlin Margot

Mobile: 079 611 31 92

E-Mail: margot@margotforlin.ch

### Gabathuler Seraina

Fon : 081 740 26 17

Mobile : 078 842 18 51

E-Mail : schristoffel@bluewin.ch

### Jäger Sandra

Fon : 081 322 67 43

Mobile : 079 383 30 59

E-Mail : jaesi@bluewin.ch

praesidentin@fvmastrils.ch

