

*Winterkurse:*

10 Lektionen:  
Mittwoch: 13., 20. und 27.  
Januar, 3. und 24. Februar,  
3., 10., 17., 24. und  
31. März 2010  
Reserve 7. April 2010

Kurs 3/09: 8.30 - 9.30 Uhr  
Kurs 4/09: 19.00 - 20.00 Uhr

Kursgeld: je Kurs Fr. 145.--

Alle Kurse Pfarreizentrum St. Josef, Urdorferstr. 42 a, Dietikon

*Sommerkurse:*

7 Lektionen:  
Mittwoch: 19., 26. Mai, 2., 9.,  
16., 23. und 30. Juni 2010

Kurs 7/10: 8.30 - 9.30 Uhr  
Kurs 8/10: 19.00 - 20.00 Uhr

Kursgeld: je Kurs Fr. 115.--

**Atmen – ein Weg zu mehr  
Gelassenheit und Stabilität**

**Verena Gysin, dipl. Atempädagogin, Geroldswil**

Krise, Stress, Angst und Unsicherheit sind allgegenwärtig. Wir können ihnen nicht enttrinnen, wohl aber unserer inneren Kraft vertrauen lernen. Weshalb nicht am Anfang oder am Ende eines Arbeitstages uns Zeit für uns selber nehmen? Abstand gewinnen, stille werden und mit Hilfe des Atems die Verbindung zu unseren Stärken und Bewältigungsstrategien finden?

**Kunstgeschichte 20. Jahrhundert  
30er bis 50er Jahre**

**Anton Haueter, Prof. Dr., Urdorf**

Der Kurs setzt denjenigen vom Januar 2009 fort, ist aber auch für neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer gedacht. Er behandelt Tendenzen der dreissiger, vierziger und fünfziger Jahre in Malerei, Bildhauerei und Architektur. Den Schwerpunkt bilden Malerei (z.B. Piittura metafisica, Surrealismus, Verismus, magischer Realismus, neue Sachlichkeit) und Baukunst (z.B. Le Corbusier, Mies van der Rohe).

*Kurs 01/10*

4 Mittwochabende  
6. bis 27. Januar 2010,  
20.00 bis 21.45 Uhr  
(inkl. Pause)

Zentralschulhaus Dietikon,  
Bremgartnerstr. 15,  
Zimmer C26

Kursgeld: Fr. 65.--

*Kurs 02/10*

2 Dienstagabende:  
19. und 26. Januar 2010,  
20.00 bis 22.00 Uhr

Stadthaus Dietikon,  
Bremgartnerstrasse 22,  
Gemeinderatssaal 1. Stock

Kursgeld Fr. 35.-

**Weltpolitische Perspektiven**

**Arnold Hottinger, Dr., Nahostspezialist, Lausanne**

Seit dem Amtsantritt von Barack Obama hat sich die Situation im Nahen Osten grundlegend verändert. Israel kann nicht mehr auf die vorbehaltlose Unterstützung durch die USA zählen. Arnold Hottinger analysiert die neue Lage aufgrund seiner profunden Kenntnisse und zeigt mögliche Entwicklungen und deren Konsequenzen auf, sowohl im Nahen Osten, im Irak, im Iran, in Afghanistan und in Pakistan.

**Noten lesen? Aber sicher!**

**Liliane Huber-Müller, Musikerin, Dietikon**

Der Kurs richtet sich an Leute, die ganz neu Noten lesen lernen wollen, aber auch an Menschen, die glauben, beim Notenlesen „sowieso nicht drauszukommen“, oder jene, die deswegen unsicher sind beim Musizieren.

Der Kurs ist systematisch und logisch aufgebaut und umfasst alle grundlegenden musiktheoretischen Kapitel, die dann sofort aktiv in die Praxis umgesetzt werden.

*Kurs 05/10*

6 Freitagabende: 15., 22.,  
29. Januar, 5. Februar,  
5. und 12. März 2010,  
20.00 bis 22.00 Uhr

Singsaal Schulhaus Wolfsmatt,  
Schöneeggstrasse 70, 8953 Dietikon

Kursgeld: Fr. 95.--

*Kurs 06/10*

Samstag, 23. Januar 2010,  
Ludwig van Beethoven: Sinfonie Nr. 7, A-Dur  
(Konzert: Mo., 1.3. Tonhalle Zürich)

Samstag, 27. Februar 2010, Antonín Dvorák:  
Violinkonzert a-moll (Konzert: Sa/So 27./28.3.2010)

Stadthaus Dietikon,  
Gemeinderatssaal, Bremgartnerstr. 22

10.00 bis 16.30 Uhr (mit Mittagspause)

Kursgeld: Fr. 180.--, einzelne Tage Fr. 100.--  
ohne Konzertbesuche

**„Lass dich bewegen“  
Alternative Konzerteinführungen**

**Jürg Lüthy, Konzertpianist und Dozent an der  
Kantonsschule Wettingen**

An zwei Samstagen erhalten wir einen unkomplizierten Zugang zu Werken grosser Komponisten. Geführte und freie Bewegungen, aber auch ruhiges Hinhören führen zu einem tieferen Erlebnis dieser Musik. Die im Kurs behandelten Werke werden am 1. März (L. van Beethoven) und am 27. oder 28. März (A. Dvorák) in der Tonhalle Zürich aufgeführt. Der Konzertbesuch erfolgt nach Absprache.

**Portraitzeichnen**

**Hansjörg Menziger, dipl. Zeichenlehrer, Oetwil**

Das menschliche Antlitz ist ein faszinierendes Thema im Zeichnen. Den Menschen in seiner Einmaligkeit zeichnerisch zu erfassen, hat alle Maler inspiriert. Auch wir können uns dieser Kunst nähern, wenn wir dazu angeleitet werden.

*Kurs 11/10*

6 Dienstagabende: 9. Februar, 2. bis 30. März 2010  
20.00 bis 21.45 Uhr (inkl. Pause)

Zentralschulhaus Dietikon, Bremgartnerstr. 15,  
Zimmer C26

Kursgeld: Fr. 150.-- + Material

*Kurs 12/10*

4 Montagabende: 1. bis 22. März 2010,  
20.00 bis 21.45 Uhr (inkl. Pause)

Zentralschulhaus Dietikon,  
Bremgartnerstr. 15, Zimmer C 26.

3 Exkursionen an Samstagen: 10. April:  
Heitersberg, 24. April: Baden, 15. Mai:  
Niederweningen mit Mammutmuseum.

Kursgeld Fr. 65.-- (ohne Exkursionen)

**Das Auf und Ab, das Hin und Her:**

**Grundlagen der Geologie am Beispiel unserer Gegend**

**Peter Müdespacher, Dietikon**

Die Erdgeschichte unserer Gegend war ein Auf und Ab der Erdoberfläche, des Meeresspiegels und der Temperaturen. Sie war auch ein Hin und Her der Kontinente, der Gebirgsmassen, der Gletscher und der Ablagerungen. Wir gehen diesen Bewegungen und deren Spuren nach und lernen so die heutige Gestalt unserer Gegend verstehen.

**Minimal Art:  
Moderne Kunst unverständlich?**

**Christine Jenny, Dr., Kunstwissenschaftlerin**

Ist moderne Kunst intellektuell und unverständlich? Die Kunstrichtung, die heute als „minimal art“ bezeichnet wird, entstand Mitte der 60er Jahre des letzten Jahrhunderts. Einige Künstler entwickelten eine neue Kunstauffassung, die sich deutlich vom Bisherigen unterschied. Frau Dr. Jenny wird uns in vielen Abbildungen anschaulich zeigen, wie in der Kunstgeschichte etwas Neues entsteht, das auf den ersten Blick fremd und unverständlich ist.

Der Vortrag ist interessant für alle, die sich für moderne Kunst interessieren oder glauben, damit nichts anfangen zu können.

*Kurs 13/10*

Mittwochabend, 14. April 2010  
20.00 bis 21.45 Uhr (inkl. Pause)

Stadtkeller Dietikon,  
Bremgartnerstr. 20

Kursgeld Fr. 20.--

Kurs 14/10

2 Donnerstagabende  
15. und 22. April 2010,  
20.00 bis 21.45 Uhr  
(inkl. Pause)

Zentralschulhaus Dietikon,  
Bremgartnerstrasse 15;  
Zimmer C26

Kursgeld: Fr. 35.--

## Der Sonderbundskrieg (1847) und sein Umfeld

Hans Peter Trutmann, Dr. jur., Dietikon

Die Zeit zwischen dem Ende der Alten Eidgenossenschaft (1798) und der Gründung des heutigen Bundesstaates (1848) war geprägt von lebhaften Auseinandersetzungen für und gegen den liberalen Staat. Die bewaffneten Freischarenzüge von 1844/1845 führten schliesslich zum 26 tägigen Bürgerkrieg zwischen zwei Staatsgruppen im November 1847 mit 112 Toten.

Hans Peter Trutmann wird versuchen, etwas Klarheit in den Pulverdampf dieser langen Umbruchszeit zu bringen.

## Der alltägliche Hürdenlauf: Das Aufmerksamkeits-Defizit Syndrom im Erwachsenenalter

Cornelia Dollfus, Dr. med., Prakt. Ärztin FMH

Früher nannte man diese Schwierigkeiten POS. Noch vor kurzer Zeit wurde angenommen, dass sich die kindliche Aufmerksamkeits- (und Hyperaktivitäts-) Störung ADS/ADHS im Erwachsenenalter auswachse.

Nun ist seit einiger Zeit offensichtlich, dass dies nicht immer der Fall ist und die Betroffenen zwar vielfältige Strategien zur Bewältigung erlernt haben. Oft sind aber im Alltag sowohl zu Hause, in der Freizeit und am Arbeitsplatz laufend verschiedene Probleme zu lösen.

An zwei Abenden soll dieses oftmals zu einem Hürdenlauf werdende Störungsbild erläutert werden. Es werden die Themen **Ursachen und Symptome** bei Jugendlichen und Erwachsenen, **Diagnostik und die Therapiemöglichkeiten** (Medikamente, Verhaltenstherapie und Coaching, Hirntraining) eingehend besprochen. Zudem soll genügend Raum für Fragen der Teilnehmenden zur Verfügung stehen.

Kurs 15/10

2 Mittwochabende  
19. und 26. Mai 2010,  
20.00- 21.45 Uhr  
(inkl. Pause)

Zentralschulhaus  
Dietikon,  
Bremgartnerstr. 15,  
Zimmer C26

Kursgeld: Fr 35.--

Kurs 16/10

Kulturhistorische Exkursion:  
Samstag, 29. und  
Sonntag, 30. Mai 2010

Kosten: Fr. 380.-- im  
Zweierzimmer inkl. Car, HP  
und Mittagessen am Samstag,  
Eintritte, Führungen, Leitung,  
Dokumentation.

## Die Römer und der Wein am Lemman.

Max Stierlin, Dr., Zürich und Peter Müdespacher, Dietikon

Die Römer kamen 59 v. Chr. nach Genf und blieben dort für fast 500 Jahre. Wir gehen ihren Spuren nach: In den Fundamenten der Kathedrale St. Pierre in Genf, in den Museen von Nyon und Lausanne-Vidi und in den Ruinen um den Hafen von Lousonna. Das Lavaux und die Côte sind als Welt-Kulturerbe anerkannt worden. Wir werden das Städtchen Aubonne besuchen und im Weinbauerdorf Etoy übernachten, wo wir uns während einer Degustation mit den Traditionen des Weinbaus vertraut machen.

## Fribourg: Stadt im Uechtland

Max Stierlin, Dr., Zürich

Wir wiederholen diese kulturgeschichtliche Exkursion mit Dr. Max Stierlin, um all den Angemeldeten entgegenzukommen, denen wir im 2009 absagen mussten. Freiburgs Altstadt ist noch gut erhalten. Handel und Wandel haben das Stadtbild weiterentwickelt. Auf dem Rundgang werden wir schöne Gebäude und manchen beschaulichen Winkel kennen lernen und dabei in die Geschichte dieser Stadt und in diejenige unseres Landes eintauchen, diese besondere Stadt in neuem Lichte sehen.

Kurs 17/10

Kulturhistorische Exkursion:  
Samstag, 12. Juni 2010

Kosten Fr. 160.-- mit HT-  
Abo inkl. Leitung, Bahnfahrt,  
Znüni, Mittagessen, Eintritte,  
Dokumentation. Reduktion  
mit GA Fr. 30.--

Kurs 18/08

Geologisch-botanische  
Exkursion:  
Sonntag, 27. und  
Montag 28. Juni 2010.

Kosten Fr. 380.-- inkl.  
Leitung, Car, Bus,  
Führungen, HP im  
Zweierzimmer,  
Abendessen am Sonn-  
tag, Dokumentation.

## Kräuter für alle und Steine für Heilige

Peter Müdespacher, Dietikon

Carfahrt an den Lago Maggiore und mit dem Schiff zum botanischen Garten auf der Brissago-Insel. Am Nachmittag Fahrt dem Lago Maggiore entlang Richtung Domodossola. Unterwegs kleine Wanderung zur frühromanischen Kirche San Giovanni auf Mont Orfano. Wir erkunden die Stadt und übernachten hier. Am Montag Fahrt nach Candoglia, zum Steinbruch des Doms von Mailand. In den Ateliers sehen wir wie dieser besondere Stein zu den Fialen und Statuen verarbeitet wird, die am Dom ersetzt werden müssen. Über Domodossola fahren wir durch das Centovalli. Im Hauptort Intragna machen wir eine Dorfführung.

Marschleistung am Sonntag: 2 Spaziergänge, Montag: 1 1/2 h

## Lago Tremorgio - Passo Campolungo - Fusio

Peter Müdespacher, Dietikon

Ein geheimnisumwitterter, tiefblauer, fast kreisrunder See, eine weitgehend unberührte Bilderbuchlandschaft mit vielen geologischen Highlights, besonderen Gesteinen und botanischen Raritäten erwarten uns, sobald wir die Seilbahn von Rodi hinauf zum See auf 1745 m verlassen haben. Wir steigen auf zur Capanna Leit 2240 m und werden dort übernachten. Am Sonntag überqueren wir auf die Alpe Campolungo und steigen über schneeweisse Felsen aus Gips, Kalk und Dolomit aufwärts zum Passo Campolungo 2318 m. Unser Weg abwärts führt nach Fusio, der obersten Gemeinde im Val Lavizzara. Das Postauto bringt uns dann hinunter nach Bignasco und weiter nach Locarno, wo wir auf die SBB umsteigen.

Marschleistung am Samstag 2 1/2 h, am Sonntag 5 h mit vielen Pausen.

Kurs 19/10

Geologische Exkursion:  
Samstag, 28. und  
Sonntag, 29. August

Kosten Fr. 290.-- mit  
HT-Abo. Inkl. Leitung,  
HP in der Hütte, Bahn,  
Bus, Seilbahn,  
Dokumentation.  
Reduktion mit  
GA Fr. 70.--

Kurs 20/10

Kulturhistorisch-  
geologische Exkursion:  
Samstag, 11./Sonntag,  
12. September 2010

Kosten Fr. 280.-- mit  
Halbtaxabo. inkl.  
Leitung, Bahn,  
Postauto, HP, Führung  
und Transport nach  
Taspeng, Eintritt ins  
Museum Zillis,  
Dokumentation.  
Reduktion mit GA  
Fr. 45.--

## Die Viamala, der mühselige und gefährliche Weg

Peter Müdespacher, Dietikon

Wie begehen die verschiedenen Abschnitte des historischen Viamalaweges aus dem Mittelalter, zuerst von Thusis nach Sils, besichtigen den Palazzo und steigen dann auf dem alten Säumerweg zur Burg Hohenraetien hinauf. Wir besichtigen die Burg und die Ausgrabungen bei der Kirche St. Johann. Am Abend wandern wir auf zum Crap Carschenna und schauen uns die berühmten Felszeichnungen an. Wir übernachten auf Hohenraetien. Am Sonntag führt unser Weg über die Via Traversina und den Punt da Surasuns. In Rania besteigen wir das Postauto nach Zillis, wo wir einen Besuch im Museum und in der Kirche machen. Nach einer Säumersuppe fahren wir hinauf zum historischen Silberbergwerk auf Alp Taspeng. Wir erleben die Landschaft des Schams und erahnen, wie mühsam das Handwerk der Bergknappen gewesen sein muss. Nach der Talfahrt Heimreise mit Postauto bis Thusis und mit dem Zug nach Hause zurück.

Marschleistungen: Samstag 2 1/2 h (ohne Carschenna: 1 h.) am 2. Tag 2 1/2 h.

### Anmeldungen:

**Buchhandlung Limmattal, Bremgartnerstr. 11, 8953 Dietikon, Tel. 044 774 13 83, Fax 044 774 13 81,  
E-Mail: [info@buchhandlung-limmattal.ch](mailto:info@buchhandlung-limmattal.ch) oder über [www.volkshochschule-dietikon.ch](http://www.volkshochschule-dietikon.ch)**

Die Kurse werden nur bei genügender Beteiligung durchgeführt.  
Schüler, Lehrlinge und Studenten mit Legi: 50% Ermässigung. Die Anmeldungen sind verbindlich.