

Erwachsenenbildung Oberwallis Plus Newsletter



Neues von ERWOplus

Liebe Vereinsmitglieder, Partner:innen,
 Unterstützer:innen, Interessierte

Die Abende werden früh dunkel, der Herbst ist ins Land gezogen. Doch dies ist kein Grund, sich jeden Abend zu Hause auf der Coach einzuwickeln.

Wir präsentieren euch ein breites Angebot von Veranstaltungen: weitere Leichter-Lernen-Kurse, ein Workshop zur Selbstfürsorge, unsere Mitgliederversammlung, für Tanzfreudige die Disco mitenand und als kommendes Highlight ein Filmabend des Vereins alli inklusiv.

Wer dann doch auf der Coach bleibt, kann sich einen Podcast anhören, in dem Petra Ritz beschreibt, wie sie das Matterhorn erlebt, obwohl sie blind ist.

IN DIESEM NEWSLETTER

STAND DER DINGE BEI DEN KURSEN

**RÜCKBLICK :
 BROT BACKEN WIE EIN PROFI**

MITGLIEDERVERSAMMLUNG

PODCAST ALPHA ZULU

DISCO MITENAND

SAVE THE DATE: 3. DEZEMBER

Stand der Dinge bei den Kursen

Im September sind alle Kurse voll ausgebucht gestartet. Nach diesem schönen Erfolg war es leider im Oktober nicht möglich, den Samariter-Kurs durchzuführen. Es hatten sich nicht genügend Teilnehmer:innen für diesen Kurs eingeschrieben.

Erkenne deine Stärken!



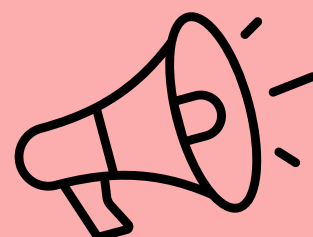
Erkenne deine Stärken!
Am 29. November und 20. Dezember 2025 in Visp
14.00 - 17.00 Uhr

Der Qigong-Kurs und der Nähkurs starten jedoch erfolgreich in den kommenden Wochen.

Nun geht es darum, auch die Durchführung der weiteren Angebote im Herbstsemester zu sichern. **Der Kurs "Erkenne deine Stärken" hat noch freie Plätze.** Hilf mit, dass er zustande kommt und die bereits Angemeldeten nicht enttäuscht werden, weil der Kurs abgesagt werden müsste!

Auf unserer Website sind auch alle weiteren Kurse aufgeschaltet. Du kannst dich auch online anmelden:

www.erwoplus.ch/kurse



Stand der Dinge bei den Kursen



Foto: Anna Spindelndreier / BMAS

Möchtest du am Online Workshop von Mechthild Kreuser teilnehmen?

Mechthild Kreuser ist Achtsamkeitstrainerin, Yogalehrerin und zertifizierte MBSR-Trainerin aus Köln.

Mit ihren Angeboten unterstützt sie Personen mit Behinderung oder einer chronischen Krankheit, sich selbst mehr anzunehmen und gelassener mit Alltagssituationen umzugehen.

Wenn du keine Behinderung oder chronische Erkrankung hast, bist du genauso willkommen. Die Angebote von Mechthild richten sich an alle Menschen.

Community Fürsorge heisst, dass wir uns im gemeinsamen Austausch stärken wollen. Die Kosten dieses Workshops werden solidarisch von ERWOplus getragen.

Der Kurs findet online via Zoom statt. Den Link erhältst du einen Tag vor dem Workshop.

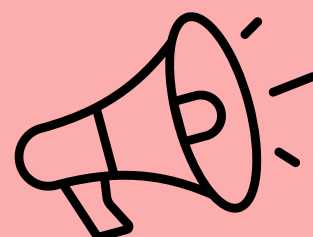
Anmeldung entweder per Mail bei ERWOplus : info@erwoplus.ch oder telefonisch : 077 481 44 54.

Selbstfürsorge und Community Fürsorge - Online Workshop





Selbstfürsorge und Community Fürsorge (Online)
 4. Dezember 2025 via Zoom
 18.00 - 20.00 Uhr



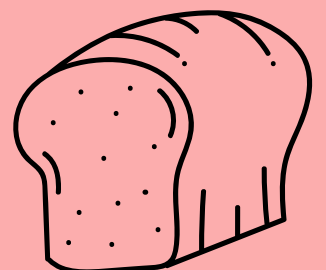
Rückblick: Brot backen wie ein Profi

Am Samstag, den 27. September fand der Workshop "Brot backen wie ein Profi" unter der Kursleitung von Ruedi Schärli und dem Kursassistenten Christoph Schärli statt. Anita Heinzmann hat teilgenommen und für uns Fotos gemacht.



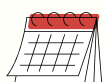
Danke Anita für die
schönen Fotos!

**Brrr, es war noch etwas kalt am Morgen,
aber das Feuer wärmte uns und dann kam
der feine Geruch des frischen Brotes und
die knusprige Kruste beim Hineinbeissen,
es war wunderbar!**



Mitgliederversammlung 2025

Wie bereits im letzten Newsletter angekündigt, findet die Mitgliederversammlung 2025 von ERWOplus am 20.11. um 18.00 Uhr im Grünwaldsaal in Brig statt. Nach dem geschäftlichen Teil wird uns **Priska Escher** vom Büro für die Rechte der Menschen mit Behinderung ihre Arbeit erläutern. Sie setzt sich im Auftrag des Kantons Wallis für die Ziele der Inklusion ein. Sie wird uns aufzeigen, welche Aktionen geplant sind und sie wird unsere Fragen beantworten. Ihr seid alle herzlich eingeladen!



Datum: 20. November 2025



Zeit: 18.00 Uhr



Ort: Grünwaldsaal Brig



Du bist noch kein Vereinmitglied?

Das kannst du jederzeit werden.

[Hier findest du die Statuten und das Anmeldeformular.](#)

Mitgliederbeiträge:

- 20 Franken ermässiger Beitrag für Personen mit Behinderung
- 50 Franken Einzelmitglied
- 200 Franken juristische Personen

Anschliessend werden wir zusammen ein Apéro vom Café Weri geniessen und auf 5 Jahre ERWOplus anstossen! !



Podcast Alpha Zulu



Habt ihr schon einmal etwas von Alpha Zulu gehört?

Alpha ist der erste Buchstabe des Fliegeralphabets, Zulu der letzte. Sie sind das Erkennungszeichen und die Abkürzung der **Air Zermatt**. Und so heisst auch ihr Podcast. In den Gesprächen wird von A bis Z über Kurioses und Alltägliches gesprochen, immer im Austausch mit einem Gast der Air Zermatt.

Anfang Oktober war Petra Ritz, Mitglied unseres Schulungsteams, Gast im Podcast: **Wie erlebt man das Matterhorn, wenn man es nicht sehen kann?** Petra Ritz ist blind und erfüllte sich einen grossen Traum: einen Rundflug rund um das Matterhorn. Sie spürt die Bewegung des Helikopters und entdeckt die Berge auf ihre ganz eigene Weise. Hier kannst du den Podcast hören:

BLINDE PASSAGIERIN -
PETRA RITZ - ALPHA
ZULU PODCAST |
PODCAST ON SPOTIFY



Foto: Air Zermatt



Disco mitenand

Am nächsten Sonntag, 2.11. organisiert Vanessa Grand erneut die “Disco mitenand” in der ZeughausKultur. Nichts wie hin, falls ihr gerne tanzt!

**ZEUGHAUS
KULTUR
BRIG**



2.
November
2025

**Disco
mitenand**

**Mit Vanessa Grand
Rolf Kalbermatter
Piedro & DJ Reto**

Inklusiver Musikanlass für alle
Türöffnung 13.30 Uhr mit DJ Reto
Eintritt frei (Kollekte)

zeughauskultur.ch

14 bis 17 Uhr

NÄHERE
INFOS
FINDEST
DU ÜBER
DEN QR
CODE IM
FLYER
ER FÜHRT
DICH ZUR
ZEUGHAUS
KULTUR



Save the date: 3. Dezember

Am Mittwoch, 3. Dezember, dem Internationalen Tag für Menschen mit Behinderung, treffen wir uns im Grünwaldsaal zum Film "CRIP CAMP" - grosses Kino!

alli inklusiv

03
DEZEMBER

INTERNATIONALER TAG FÜR MENSCHEN MIT
BEHINDERUNG

2025

NACH DEM FILM GIBT ES EIN
APÉRO VOM CAFÉ WERI
ÖFFENTLICH UND
KOSTENLOS, ALLE
MENSCHEN SIND
WILLKOMMEN

VERANSTALTER: VEREIN ALLI
INKLUSIV

19:00 UHR START
FILM CRIP CAMP

IN DEUTSCH, MIT UNTERTITEL &
AUDIODISKREPTION

IN BRIG
GRÜN WALDSAAL

ROLLSTUHLGÄNGIG

LASST EUCH DIESEN FILM NICHT ENTGEHEN, ER IST
SEHR BERÜHREND.
DANKE AN DEN VEREIN "ALLI INKLUSIV" FÜR DIESE
VERANSTALTUNG!