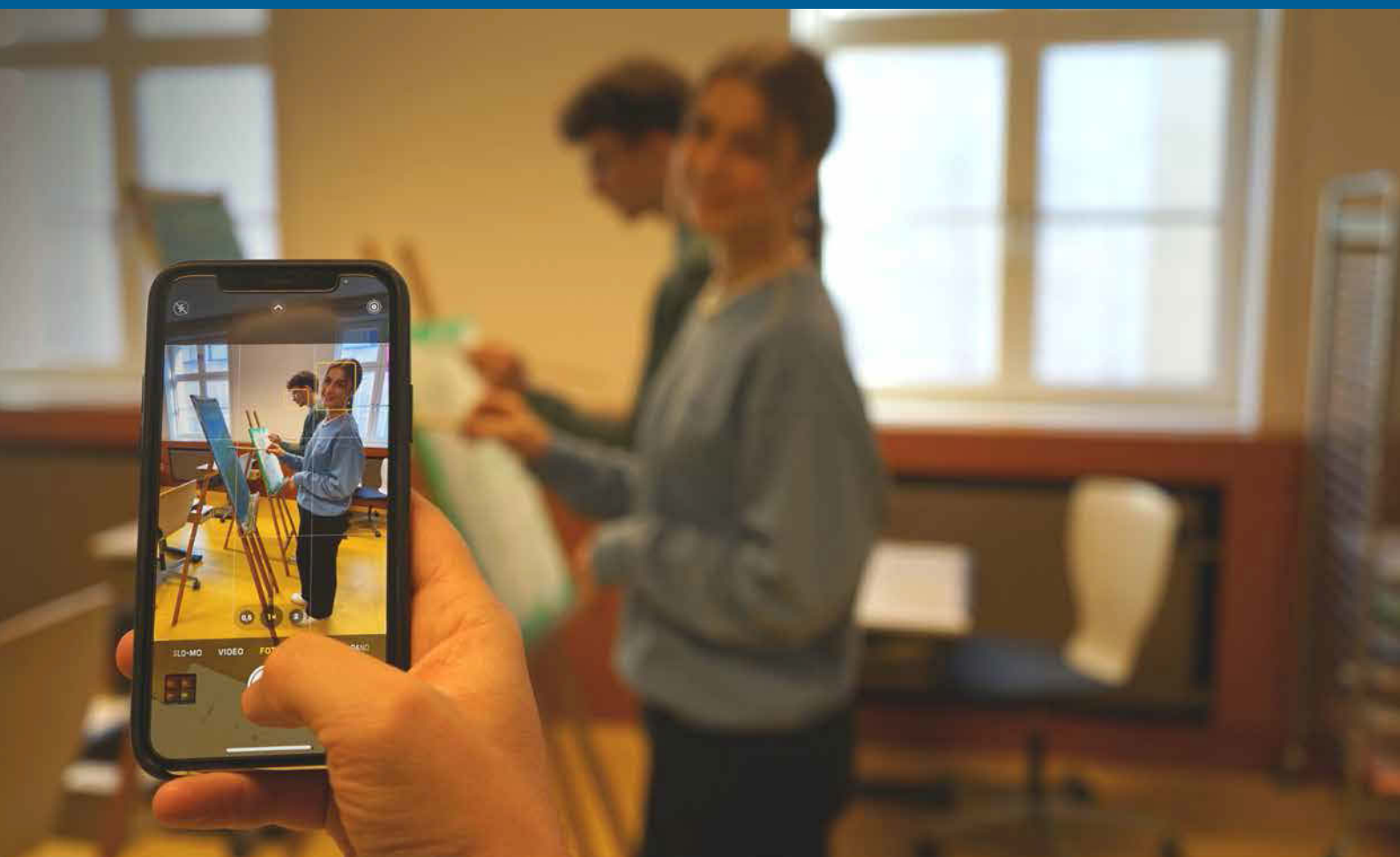


**VOLKSHOCHSCHULE.
ADULT EDUCATION CENTER.
UNIVERSITÉ POPULAIRE.
BONN.**

Programm 1. Halbjahr 2023

Semesterbeginn: ab 30. Januar 2023



www.vhs-bonn.de

17 Ziele.
Eine Zukunft.



In eine andere Haut schlüpfen



THEATER BONN



... mit unseren **Wahl-Abos.**

Bis zu 30 % Rabatt sichern – flexibler geht's nicht.

Wir beraten Sie gern an unseren Theaterkassen in Bonn und Bad Godesberg!

T. 0228 77-8008 / -8022

[THEATER-BONN.DE/ABOS](https://www.theater-bonn.de/abos)

Sehr Damen und Herren,

liebe Teilnehmende,

mit diesem Programmheft verabschiede ich mich nach 31 Jahren Leitungstätigkeit in drei Volkshochschulen – knapp 19 Jahre davon in Bonn - von Ihnen. Ich war im Jahr 2022 bereits in der „Nachspielzeit“ und hatte mit der Verlängerung intendiert, die Rahmenbedingungen der Volkshochschule nach zwei Jahren pandemiebedingter Strukturveränderung wieder zu stabilisieren. Die Ereignisse des 24.2.2022 haben uns gezeigt, dass auch das Jahr 2022 mitnichten ein normales war. Die Krisen und Herausforderungen werden größer; auch die öffentliche Weiterbildung muss sich damit auseinandersetzen.

Gestatten Sie mir daher zum Abschied einige rückblickende Bemerkungen und einen kleinen Blick voraus: Zuerst einmal möchte ich mich sehr, sehr herzlich bei unseren und Ihren engagierten Dozentinnen und Dozenten bedanken. Ihr Einsatz hat uns immer – vor allem aber in den letzten beiden Jahren – geholfen, die Volkshochschule Bonn als ein im besten Sinne „kommunales Weiterbildungszentrum“ leuchten zu lassen. Unsere 700 Dozentinnen und Dozenten sind die herausragende Basis, ohne die mein Team und ich Ihnen nicht jedes Semester ein hoffentlich zufriedenstellendes Programm präsentieren könnten. Aber auch meinem Team, den Mitarbeitenden der Volkshochschule in Verwaltung und Pädagogik, gilt ein großer Dank. Jede und jeder leistet mit viel Engagement den Beitrag, den es zum Funktionieren einer solch komplexen Managementaufgabe wie der einer Volkshochschule benötigt. Als Leitung muss man diese vielen Fäden zusammenhalten und schauen, dass die Rahmenbedingungen für die Arbeit der Kolleginnen und Kollegen gut organisiert sind. Aber Volkshochschule – gestatten Sie mir einen abermaligen Rückgriff auf den Fußball – ist ein Mannschaftsspiel, jede und jeder hat einen wichtigen und nicht ersetzbaren Platz im Team. Jetzt geht die Trainerin vom Platz. Nicht ganz leicht, in diesen turbulenten Zeiten. Aber ich werde schöne Erinnerungen mitnehmen. Die Stadt hat mit dem

Haus der Bildung ein weit über die Grenzen Bonns hinaus bekanntes Bildungshaus geschaffen (wir hatten in den letzten Jahren Gäste aus aller Welt, die das Gebäude besucht haben). Beim Umbau im Bestand konnten wir beratend mitwirken, und es wurde eine in jeglicher Hinsicht interessante und spannende architektonische Konzeption realisiert: Durch die großen Fenster in den Fluren werden Sichtbeziehungen zwischen dem selbstorganisierten Lernen in der Bibliothek und dem organisierten Lernen in der Volkshochschule geschaffen. Die Materialität des Hauses ist in vielerlei Hinsicht sehr ansprechend und mit dem Neubau haben wir auch die (lange vermisste) Barrierefreiheit erreicht und wunderschöne zusätzliche Räume erschließen können. Allein der Saal, mit seiner Holzvertäfelung, schafft ein produktives und gutes Diskussionsklima; das ist mir bei zahlreichen Veranstaltungen immer wieder aufgefallen.

Und noch eins: Wenn es eine städtische Einrichtung gibt, in der sich das internationale Bonn begegnet, dann ist es Ihre Volkshochschule. Ihre Dozentinnen und Dozenten kommen aus vielen Nationen und tragen dazu bei, dass sie – auch über das Sprachenlernen hinaus – in den Begegnungen viel über andere Kulturen erfahren. Letzteres vermitteln aber auch die Teilnehmenden selbst, haben wir doch Menschen aus über 160 Ländern, die unsere Kurse und Veranstaltungen besuchen. Das sehen Sie nicht nur im Haus der Bildung, sondern auch in unserem Zentrum in Bad Godesberg und an mehr als drei Dutzend Seminarorten über die Stadt verteilt.

Wie immer im Leben konnte auch ich nicht alles erledigen, was ich mir vorgenommen habe. Ihre Dozentinnen und Dozenten erhalten nach langer Zeit ein etwas höheres Honorar, sie merken es an der moderaten Steigerung der Teilnahmeentgelte. Im demographischen Wandel sind und bleiben aber unsere und Ihre engagierten Dozierenden das wichtigste Kapital der Volkshochschule. Daher hoffe ich, und habe dies auch abschließend in die Gremien gespiegelt, dass es nicht bei dieser recht überschaubaren Honorarerhöhung bleibt. In den



nächsten Jahren gilt es aber auch abzusichern, dass der Zugang zu Kursen der Volkshochschule für alle Teile der Bevölkerung finanziell erschwinglich bleibt. Man spricht in diesem Zusammenhang gerne von „Teilhabegerechtigkeit“. Wir sind in Bonn in der glücklichen Lage, dass sich noch vergleichsweise viele Menschen unsere Kurse „leisten“ können. Aber auch das ändert sich langsam, und meine Nachfolge wird sich sicherlich auch darum kümmern wollen und müssen, wie es gelingt, die Volkshochschule als wichtiges Element sozialen und kommunalen Zusammenhalts zu stabilisieren. Die Motivation für 31 Jahre Leitungstätigkeit speiste sich für mich immer aus der Tatsache, dass das kommunale Weiterbildungszentrum Volkshochschule, egal ob in Witten-Wetter-Herdecke, in Saarbrücken (meinen vorherigen Stationen) oder in Bonn ein im besten Sinne gesellschaftlicher Begegnungs-, Bildungs- und Diskursort war und ist.

Ich wünsche mir, dass das so bleibt.

Machen Sie's gut. Tschüss, Salut und Good Bye

Ihre

Ingrid Schöll

Dr. Ingrid Schöll
VHS Direktorin

Zentrale Information

Anita Ramrath
Daniela Ortseifen-Fliege
Service-Nr.: 0228/77 3355
Anita.Ramrath@bonn.de
Daniela.Ortseifen-Fliege@bonn.de

Leitung

N. N.
Direktion
Fon 0228/77 3690
vhs@bonn.de

Sekretariat

Gabi Höhne
Fon 0228/77 3690
vhs@bonn.de

Verwaltung

Heiko Baumann
Verwaltungsleiter
Fon 0228/77 5210
Heiko.Baumann@bonn.de

Guido Boquoi
Stellvert. Verwaltungsleiter
EDV-Administration
Fon 0228/77 3616
Guido.Boquoi@bonn.de

Barbara Bora
Finanzbuchhaltung
Fon 0228/77 5684
Barbara.Bora@bonn.de

Stefan Friedrich
Marketing/IT-Service
Fon 0228/77 5133
Stefan.Friedrich@bonn.de

Fachbereich 1 Politik, Wissenschaft und Internationales

Am Michaelshof 2, 53177 Bonn
VHS-Zweigstelle Bad Godesberg
Andreas Preu
Fachbereichsleiter
Fon 0228/77 4541
Andreas.Preu@bonn.de

Verwaltung

Stephanie Klassen
Klara Siladji
Anne Schomakers
Fon 0228/77 4583/- 4558/- 4542

Stephanie.Klassen@bonn.de
Klara.Siladji@bonn.de
Anne.Schomakers@bonn.de

Fachbereich 2 Lebensgestaltendes Lernen

Dr. Adrian Reinert
Fachbereichsleiter
Stellv. VHS-Leitung
Fon 0228/77 3631
Dr.Adrian.Reinert@bonn.de

Verwaltung

Claudia Morche
Fon 0228/77 3556
Claudia.Morche@bonn.de

Fachbereich 3 Englisch und Andere Sprachen

Bettina Kröll
Fachbereichsleiterin
Fon 0228/77 3643
Bettina.Kroell@bonn.de

Verwaltung

Anne Baumeister
Fon 0228/77 3577
Anne.Baumeister@bonn.de

Romanische Sprachen

Andrea Witt M.A.
Fachbereichsleiterin
Fon 0228/77 5151
Andrea.Witt@bonn.de

Verwaltung

Kornelia Gerber
Fon 0228/77 5278
Kornelia.Gerber@bonn.de

Fachbereich 4 Deutsch und Integration

Standardkurse
Andrea Witt M.A.
Fachbereichsleiterin
Fon 0228/77 5151

Verwaltung

Catrin Koll
Fon 0228/77 5150
Catrin.Koll@bonn.de

Integration in den Arbeitsmarkt

Angela Büren
Fachbereichsleiterin
Fon 0228/77 5646

Integrationskurse, Projekte, Deutsch für den Beruf

Claudia Rodemann
Fachbereichsleiterin
Fon 0228/77 5217
Claudia.Rodemann@bonn.de

Verwaltung

Gudrun Scheele
Fon 0228/77 5043
Gudrun.Scheele@bonn.de

Sandra Knispel
Fon 0228/77 5045
Sandra.Knispel@bonn.de

Claudia Heuser-Schallenberg
Fon 0228/77 5634
Claudia.Heuser-
Schallenberg@bonn.de

Fachbereich 5 Beruf, IT und Digitales

Dipl.-Päd. Harald Otto
Fachbereichsleiter
Fon 0228/77 4905
Harald.Otto@bonn.de

Verwaltung

Margret Wichelhoven
Fon 0228/77 4904
Margret.Wichelhoven@bonn.de

Fachbereich 6

Kultur und Kunst
Gabriele Tillmanns M.A.
Fachbereichsleiterin
Fon 0228/77 3042
Gabriele.Tillmanns@bonn.de

Verwaltung (Kultur)

Britta Krollmann
Fon 0228/77 5209
Britta.Krollmann@bonn.de

Verwaltung (Kunst)

Martina Giersberg
Fon 0228/77 5302
Martina.Giersberg@bonn.de

Fachbereich 7

Gesundheit und Ernährung

Dipl.-Sportwissenschaftler
Ibrahim Uygun M.A.
Fachbereichsleiter
Fon 0228/77 2680
Ibrahim.Uygun@bonn.de

Verwaltung

Tanja Duus
Fon 0228/77 5165
Tanja.Duus@bonn.de

Medientechnik:

Marius Cucoranu
Fon 0228/77 3639

Servicebüro:

Helene Felk, Virginia Bläsing
und Nabil Debbah
Fon 0228/77 5036
VHS Bonn, Mülheimer Platz 1



0 Vorwort / VHS im Überblick

Ihr VHS-Team	2
Bildungsurlaub	5
Einzelveranstaltungen von Montag bis Freitag	7
Wochenendveranstaltungen	14
VHS für Ältere	19

1 Fachbereich 1 Politik, Wissenschaft & Internationales 21

Uni im Rathaus	22
Informationsbesuche	22
Ausstellungen	25
Wirtschaft und Soziales	26
Internationales	28
Englisches Programm	33
Geschichte	34
Natur und Umwelt	35
Lebenswelt	42

2 Fachbereich 2 Lebensgestaltendes Lernen 47

Gedächtnistrainings	48
Ausbildung zum/zur ganzheitlichen Gedächtnistrainer/in	49
Lernen in Bewegung	49
Psychologie und Persönlichkeit - Eigene Stärken entwickeln	50
Mediation - Konfliktlösung - Partnerschaft	59
Eltern und Erziehung	60
Mensch und Tier	62
Engagement - Ehrenamt	63
Älter werden und aktiv bleiben	63
Zivilcourage, Sicherheit und Vorbeugung	64
Neue Wohnformen	64
Systemisches Coaching für soziale Berufe	64
Vortragsreihe Demenz - Pflegethemen	65
Schulung Alltagsunterstützer*in nach §8 AnFÖVO	66

3 Fachbereich 3 Fremdsprachen 68

Englisch	69
Französisch	86

Italienisch	89
Spanisch	93
Portugiesisch	99
Altgriechisch	100
Arabisch	100
Chinesisch	102
Dänisch	103
Finnisch	104
Hindi	104
Japanisch	104
Koreanisch	107
Kroatisch	108
Kurdisch	108
Latein	109
Neugriechisch	109
Neuhebräisch	110
Niederländisch	111
Norwegisch	113
Persisch	114
Polnisch	115
Quechua	116
Russisch	117
Schwedisch	119
Swahili	120
Türkisch	120
Ungarisch	121
Vietnamesisch	122

4 Fachbereich 4 Deutsch & Integration 124

Standardkurse A1-B2	125
Grammatik, Konversation, A2-B2	128
Deutschprüfungen / Prüfungstraining A1-C1	129

5 Fachbereich 5 Beruf, IT & Digitales 133

Betriebswirtschaftslehre	134
Rechnungswesen	134
Arbeitstechnik / Mitarbeiterführung	135
Kommunikation / Persönliche Kompetenzen	135
Medienwerkstatt	140
Angebote rund um die Schule: Angebote für Schülerinnen und Schüler/Eltern	140
Grundlagen EDV	141
Mac	143
Word - Textverarbeitung	143
Excel - Tabellenkalkulation	144
PowerPoint - Präsentation	145
Outlook - Bürokommunikation	147



Inhaltsverzeichnis

Internet	147
Access - Datenbankanwendung	147
Fotografie, Grafik, Layout	148
Android-Smartphone, iPhone, Notebook	149
CAD - Computer Aided Design	152
Programmieren lernen	153
Web-Seiten erstellen und betreuen / Social Media	153
Tastatschreiben	154
Weiterbildung für junge Leute	155
Weiterbildung für Frauen	155
Digitale Lebenswelten	156

6 Fachbereich 6 Kultur & Kunst 157

Kulturkalender	158
Philosophie	159
Religion	159
Literatur	160
Schreibpraxis	162
Theater	164
Musik / Singen	164
Kunstgeschichte	166
Kulturgeschichte	169
Architektur im Fokus	171
Blickpunkt Bonn	171
Kulturwandern im Rheinland	174
Online-Veranstaltungen	175
Fortbildungen für Kursleitende	176
Zeichnen / Malen	176
Grafik	185
Kalligrafie	186
Wochenendakademie	186
Plastisches Gestalten	186
Glaskunst	187
Buchbinden	188
Papierkunst	188
Textiles Gestalten	189
Goldschmieden / Schmuck	190
Fotografisches Gestalten	193
Musikpraxis	195

7 Fachbereich 7 Gesundheit & Ernährung 197

Entspannung	198
Yoga	198
Meditation	201
Qigong	202
Spezielle körperorientierte Verfahren	203
Massage	204

Selbstbehauptung für Frauen	204
Asiatische Kampfkünste	205
Rückenfitness	205
Spezielle Gymnastik	207
Aquafitness	207
Sportbootführerschein	208
Fitness-Light bis Power-Fitness	208
Fitness im Alter	211
Pilates	212
Outdoor-Fitness	213
Jonglage	214
Tanz	214
Allgemeine Küche	216
Balkan-Küche	195
Mediterrane Küche	218
Orientalische Küche	218
Asiatische Küche	219
Südamerikanische Küche	220
Kochkurse auf Englisch	220
Kochkurse auf Spanisch	222
Weinseminare	222
Exkursionen	223

8 Fachbereich 8 Service

Kooperationspartner	225
Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)	226
AGB (3) / Widerrufsbelehrung	228
General Terms / Information on revocation	229
Privacy Statement	232
Datenschutzbestimmungen	233
Stichwortverzeichnis	234
Kursleitendenverzeichnis	239
Ihre Meinung ist uns wichtig	243
Impressum	244
Anmeldeformular	246
Course Registration Form	247

Bildungsurlaub **Termine**

Januar 2023

09.01.23-13.01.23, 9.00-16.00 Uhr
Französisch A1.1 für Anfänger*innen
- Bildungsurlaub
3401 S. 86

16.01.23-20.01.23, 9.00-16.00 Uhr
Spanisch A2.1 - Bildungsurlaub
3606 S. 93

23.01.23-25.01.23, 9.00-16.30 Uhr
Gewaltfreie Kommunikation
2195J S. 27

23.01.23-27.01.23, 9.00-16.00 Uhr
Spanisch A1.2 - Bildungsurlaub
3602 S. 93

23.01.23-27.01.23, 9.00-16.00 Uhr
Spanisch B1.2 - Bildungsurlaub
3608A S. 93

23.01.23-27.01.23, 9.00-14.00 Uhr
Russisch für Anfänger*innen A1.1 -
Bildungsurlaub
3900A S. 117

30.01.23-03.02.23, 9.00-16.00 Uhr
Refresher A2/B1 - Bildungsurlaub
3020 S. 69

30.01.23-03.02.23, 9.00-16.00 Uhr
Französisch A2.1 - Bildungsurlaub
3405 S. 86

30.01.23-03.02.23, 9.00-14.00 Uhr
Russisch A1.3 - Bildungsurlaub
3900D S. 117

Februar 2023

06.02.23-10.02.23, 9.00-16.00 Uhr
English at Work B1 - Bildungsurlaub
3053 S. 70

06.02.23-10.02.23, 9.00-16.00 Uhr
English at Work C1 - Bildungsurlaub
3058 S. 71

06.02.23-10.02.23, 9.00-16.00 Uhr
Italienisch A1.1 für Anfänger*innen -
Bildungsurlaub
3501 S. 89

März 2023

06.03.23-10.03.23, 9.00-16.00 Uhr
Refresher A2.1 - Bildungsurlaub
3015 S. 69

06.03.23-10.03.23, 9.00-16.00 Uhr
Spanisch A1.1 für Anfänger*innen -
Bildungsurlaub
3601 S. 93

06.03.23-10.03.23, 9.00-16.00 Uhr
Portugiesisch A1.1 für
Anfänger*innen - Bildungsurlaub
3691B S. 99

06.03.23-10.03.23, 9.00-16.00 Uhr
Niederländisch für Anfänger*innen
A1.1 - Bildungsurlaub
3840B S. 111

13.03.23-17.03.23, 9.00-16.30 Uhr
Cambridge Exam Preparation C1
Advanced - Bildungsurlaub
3048 S. 70

13.03.23-17.03.23, 9.00-16.00 Uhr
Bildungsurlaub Rhetorik und
Gesprächsführung im Beruf
5116 S. 137

20.03.23-24.03.23, 9.00-16.00 Uhr
Niederländisch für Anfänger*innen
A1.1 - Bildungsurlaub
3840A S. 111

27.03.23-31.03.23, 9.00-16.00 Uhr
Refresher B1 - Bildungsurlaub
3026 S. 69

27.03.23-31.03.23, 9.00-16.00 Uhr
Italienisch A1.3 - Bildungsurlaub
3504 S. 89

April 2023

03.04.23-06.04.23, 8.30-15.30 Uhr
Bildungsurlaub Präsentation
(PowerPoint) mit Office 2016, Xpert
Europäischer Computerpass
5410 S. 146

03.04.23-05.04.23, 8.30-15.30 Uhr
Bildungsurlaub AutoCAD 2D-
Grundkurs
5700 S. 0

03.04.23-06.04.23, 9.00-16.00 Uhr
Neurolinguistisches Programmieren
(NLP)
2146 S. 55

03.04.23-06.04.23, 10.00-17.00 Uhr
Einstieg Arabisch - Bildungsurlaub
3710 S. 100

11.04.23-14.04.23, 9.00-16.00 Uhr
Einstieg Persisch - Bildungsurlaub
3878B S. 114

17.04.23-21.04.23, 8.30-15.30 Uhr
Bildungsurlaub Tabellenkalkulation
(Excel) mit Office 2016, Xpert
Europäischer Computerpass
5370 S. 145

17.04.23-21.04.23, 9.00-16.00 Uhr
English Advanced C1 -
Bildungsurlaub
3041 S. 70

17.04.23-21.04.23, 9.00-16.00 Uhr
Portugiesisch A1.2 - Bildungsurlaub
3692 S. 99

17.04.23-21.04.23, 9.00-14.00 Uhr
Russisch für Anfänger*innen A1.1 -
Bildungsurlaub
3900B S. 117

24.04.23-28.04.23, 9.00-16.00 Uhr
Spanisch A1.3 - Bildungsurlaub
3603 S. 93

24.04.23-28.04.23, 9.00-16.00 Uhr
Chinesische Sprache und Kultur für
Anfänger*innen A1.1 -
Bildungsurlaub
3735 S. 102

Mai 2023

08.05.23-12.05.23, 9.00-16.30 Uhr
Refresher B2 - Bildungsurlaub
3038 S. 70

22.05.23-26.05.23, 9.00-16.00 Uhr
Refresher B1 - Bildungsurlaub
3029 S. 69

22.05.23-26.05.23, 9.00-16.00 Uhr
Spanisch A2.1 - Bildungsurlaub
3606A S. 93

22.05.23-26.05.23, 9.00-16.00 Uhr
Niederländisch für Anfänger*innen
A1.1 - Bildungsurlaub
3840C S. 111

22.05.23-26.05.23, 9.00-14.00 Uhr
Russisch A1.2 - Bildungsurlaub
3900C S. 117

Bildungsurlaub **Termine**

Juni 2023

12.06.23-16.06.23, 8.30-15.30 Uhr
 Bildungsurlaub
 Datenbankanwendung (Access) mit
 Office 2016, Xpert Europäischer
 Computerpass
 5510 S. 0

12.06.23-14.06.23, 8.30-15.30 Uhr
 Bildungsurlaub AutoCAD 3D-
 Grundkurs
 5702 S. 152

12.06.23-16.06.23, 9.00-16.00 Uhr
 Italienisch B1.2 - Bildungsurlaub
 3508 S. 89

19.06.23-23.06.23, 9.00-16.00 Uhr
 English at Work B2 - Bildungsurlaub
 3056 S. 71

19.06.23-23.06.23, 9.00-16.00 Uhr
 Spanisch A1.1 für Anfänger*innen -
 Bildungsurlaub
 3601B S. 93

19.06.23-23.06.23, 9.00-16.00 Uhr
 Spanisch A2.2 - Bildungsurlaub
 3607 S. 93

26.06.23-30.06.23, 9.00-16.00 Uhr
 Einstieg Arabisch - Bildungsurlaub
 3711 S. 101

Juli 2023

17.07.23-19.07.23, 9.00-16.30 Uhr
 Gewaltfreie Kommunikation
 2186S S. 27

17.07.23-21.07.23, 9.00-16.00 Uhr
 Refresher B1plus - Online-
 Bildungsurlaub
 3034ON S. 69

24.07.23-28.07.23, 9.00-16.00 Uhr
 Refresher B2plus - Online-
 Bildungsurlaub
 3040ON S. 70

August 2023

14.08.23-18.08.23, 9.00-16.00 Uhr
 Spanisch A1.2 - Bildungsurlaub
 3602A S. 93

September 2023

04.09.23-08.09.23, 9.00-16.00 Uhr
 Refresher A2.1 - Bildungsurlaub
 3014 S. 69

25.09.23-29.09.23, 9.00-16.00 Uhr
 Refresher B1 - Bildungsurlaub
 3028 S. 69

Oktober 2023

09.10.23-13.10.23, 8.30-15.30 Uhr
 Bildungsurlaub Tabellenkalkulation
 (Excel) mit Office 2016, Xpert
 Europäischer Computerpass
 5371 S. 145

09.10.23-11.10.23, 8.30-15.30 Uhr
 Bildungsurlaub AutoCAD 2D-
 Grundkurs
 5701 S. 153

09.10.23-13.10.23, 9.00-16.00 Uhr
 English at Work A2/B1 - Online-
 Bildungsurlaub
 3050ON S. 70

09.10.23-13.10.23, 9.00-16.00 Uhr
 Spanisch A1.1 für Anfänger*innen -
 Bildungsurlaub
 3601A S. 70

09.10.23-13.10.23, 9.00-16.00 Uhr
 Spanisch B2.5 - Bildungsurlaub
 3609A S. 93

09.10.23-13.10.23, 9.00-16.00 Uhr
 Niederländisch für Anfänger*innen
 A1.1 - Bildungsurlaub
 3840D S. 111

16.10.23-19.10.23, 8.30-15.30 Uhr
 Bildungsurlaub Präsentation
 (PowerPoint) mit Office 2016, Xpert
 Europäischer Computerpass
 5411 S. 147

November 2023

13.11.23-17.11.23, 9.00-16.00 Uhr
 English at Work B1 - Online-
 Bildungsurlaub
 3054ON S. 71

Dezember 2023

11.12.23-15.12.23, 8.30-15.30 Uhr
 Bildungsurlaub
 Datenbankanwendung (Access) mit
 Office 2016, Xpert Europäischer
 Computerpass
 5511 S. 148

11.12.23-13.12.23, 8.30-15.30 Uhr
 Bildungsurlaub AutoCAD 3D-
 Grundkurs
 5703 S. 153

Januar 2024

22.01.24-12.07.24, 9.30-16.30 Uhr
 Ausbildung zum/zur zertifizierten
 ganzheitlichen Gedächtnistrainer(in)
 2021 S. 49



Termine

Einzelveranstaltungen von Montag bis Freitag

Januar 2023

Mittwoch, 11.01.23, 16.00-19.00 Uhr
Sprachberatung - Englisch
3000A S. 69

Mittwoch, 11.01.23, 18.00-20.00 Uhr
Strickprojekt nach dem Anfängerkurs
6791 S. 190

Freitag, 13.01.23, 17.00-19.00 Uhr
Sprachcafé (jeden 2. Freitag im
Monat) - Onlinekurs
3241AON S. 78

**Mittwoch, 18.01.23,
18.00-19.30 Uhr**
Immer diese Hausaufgaben
2240J S. 60

**Mittwoch, 18.01.23,
18.00-20.00 Uhr**
Häkelprojekt nach dem Anfängerkurs
6792 S. 190

Freitag, 20.01.23, 19.00-20.30 Uhr
Quiz Night (Every 3rd Friday of the
Month) - Onlinekurs
3242AON S. 79

Dienstag, 24.01.23, 14.00-15.00 Uhr
Info-Veranstaltung Xpert ECP
(Europäischer Computer Pass)
5240 S. 0

**Mittwoch, 25.01.23,
17.00-18.30 Uhr**
Sprachberatung - Englisch
3000B S. 69

Montag, 30.01.23, 18.00-19.30 Uhr
Praktische Fälle des deutschen
Erbrechts
1984 S. 45

Februar 2023

**Mittwoch, 01.02.23,
18.15-19.45 Uhr**
Die Versteinerte Revolution
1514 S. 28

**Donnerstag, 02.02.23,
14.30-18.00 Uhr**
Workshop: Windows 10/11 bändigen
5665 S. 151

**Donnerstag, 02.02.23,
18.00-19.30 Uhr**
200 Jahre nach Jean-François
Champollion:
6001 S. 158

Freitag, 03.02.23, 18.00-19.30 Uhr
Kurs: Singen im Chor
6260 S. 165

Montag, 06.02.23, 19.00-20.30 Uhr
Energiesparen im Haushalt
1901ON S. 43

Montag, 06.02.23, 20.00-21.30 Uhr
Online-Elternseminar: Eltern sind
keine Servicekräfte
2220ON S. 60

Dienstag, 07.02.23, 10.00-11.30 Uhr
Beschleuniger für digitale Startups
1334ON S. 26

Dienstag, 07.02.23, 15.00-16.30 Uhr
Informationsbesuch im Kameha
Grand Bonn
1111 S. 22

Dienstag, 07.02.23, 19.00-20.30 Uhr
Systemisches Coaching für soziale
Berufe
2500A S. 50

**Mittwoch, 08.02.23,
18.15-19.45 Uhr**
Nicaragua
1516 S. 28

**Donnerstag, 09.02.23,
17.00-19.00 Uhr**
Informationsbesuch des Shell
Energie and Chemical Park
Rheinland in Wesseling
1112 S. 22

**Donnerstag, 09.02.23,
18.00-19.30 Uhr**
Colmar: Musée Unterlinden
6320 S. 167

**Donnerstag, 09.02.23,
19.00-21.00 Uhr**
Luxus & Lifestyle -
6110 S. 161

Freitag, 10.02.23, 17.00-19.00 Uhr
Sprachcafé (jeden 2. Freitag im
Monat) - Onlinekurs
3241BON S. 79

Freitag, 10.02.23, 17.00-20.00 Uhr
Entscheidungen leichter fällen
2106 S. 50

Samstag, 11.02.23, 13.00-17.00 Uhr
Selbstbehauptung und
Selbstverteidigung für Frauen
7440 S. 0

Montag, 13.02.23, 18.00-19.00 Uhr
Erst der Kurs - dann der Hund
2253ON S. 62

Montag, 13.02.23, 18.00-20.00 Uhr
Improvisation - gemeinsam
musizieren
6280 S. 166

Dienstag, 14.02.23, 10.00-11.30 Uhr
Energie sparen mit Smart-Home
1336ON S. 26

Freitag, 17.02.23, 19.00-20.30 Uhr
Quiz Night (Every 3rd Friday of the
Month) - Onlinekurs
3242BON S. 79

**Mittwoch, 22.02.23,
14.30-18.00 Uhr**
Workshop: Windows 10/11 bändigen
5667 S. 151

**Mittwoch, 22.02.23,
18.15-19.45 Uhr**
Venezuela
1518 S. 29

**Mittwoch, 22.02.23,
18.30-20.30 Uhr**
Smartphone - Sprechstunde
(Android, kein iPhone)
5914 S. 156

**Donnerstag, 23.02.23,
19.00-20.30 Uhr**
Online-Elternseminar: Kinder
brauchen Beziehung: Die vier
Grundwerte von Jesper Juul
2222ON S. 60

**Donnerstag, 23.02.23,
19.00-20.30 Uhr**
Surrealismus & Magie
6325 S. 167

Freitag, 24.02.23, 18.00-19.30 Uhr
Konflikte positiv (auf)lösen
2200 S. 51

Montag, 27.02.23, 18.00-19.30 Uhr
Zukünfte des ländlichen Afrika
1531 S. 30

Montag, 27.02.23, 19.00-20.30 Uhr
Saufen für den Führer!
1715 S. 34

Montag, 27.02.23, 19.00-20.00 Uhr
SALSATION® - Tanz-Fitnessworkout
7714 S. 215

Termine

Dienstag, 28.02.23, 10.00-11.30 Uhr Vater Staat und Open Source 1338ON S. 27	Dienstag, 07.03.23, 10.00-11.30 Uhr War das Internet ein Fehler? 1340ON S. 27	Montag, 13.03.23, 18.00-19.30 Uhr Reinhängen oder rausziehen? 1532 S. 31
Dienstag, 28.02.23, 18.00-19.30 Uhr Mit EMDR positive Gefühle entwickeln 2116 S. 52	Dienstag, 07.03.23, 17.00-21.30 Uhr Letzte Hilfe 2123 S. 52	Montag, 13.03.23, 18.00-19.30 Uhr Online-Vortrag: Flirten, daten und verlieben 2130ON S. 53
Dienstag, 28.02.23, 18.00-20.30 Uhr Computer - Sprechstunde (Windows) 5920 S. 156	Dienstag, 07.03.23, 18.00-21.00 Uhr Smartphone-Übungsstunde (Android, kein iPhone) 5910 S. 156	Montag, 13.03.23, 19.00-20.30 Uhr Solare Stromerzeugung 1902ON S. 43
März 2023		
Mittwoch, 01.03.23, 18.00-19.30 Uhr Von Wunderkammern zu modernen Lern- und Erlebnisorten: 6400 S. 171	Dienstag, 07.03.23, 20.00-21.30 Uhr Online-Elternseminar: Schüchterne Kinder stärken 2224ON S. 60	Dienstag, 14.03.23, 10.00-11.30 Uhr Den Bitcoin verstehen 1342ON S. 27
Mittwoch, 01.03.23, 18.15-19.45 Uhr Alles unter der Sonne? 1512 S. 28	Mittwoch, 08.03.23, 13.30-14.30 Uhr „Mehr Stolz, ihr Frauen!“: 6356ON S. 170	Dienstag, 14.03.23, 14.30-16.30 Uhr Smartphone - Sprechstunde (Android, kein iPhone) 5916 S. 156
Mittwoch, 01.03.23, 19.45-21.15 Uhr Zhan Zhuang Qigong 7345 S. 202	Mittwoch, 08.03.23, 18.00-19.30 Uhr Hochsensibilität, was ist das? 2124 S. 53	Dienstag, 14.03.23, 18.00-19.30 Uhr „Bonn isst gut“ 1822 S. 37
Donnerstag, 02.03.23, 16.00-18.00 Uhr Informationsbesuch 1114 S. 23	Mittwoch, 08.03.23, 18.30-20.00 Uhr Yallah Bonn, wir müssen klären: 1570 S. 32	Dienstag, 14.03.23, 18.15-19.45 Uhr Kolumbien und das Kokain 1519 S. 29
Donnerstag, 02.03.23, 19.00-20.30 Uhr Susanna im Bade... 6326 S. 167	Donnerstag, 09.03.23, 18.00-21.00 Uhr Smartphone-Übungsstunde (Android, kein iPhone) 5912 S. 156	Mittwoch, 15.03.23, 17.00-18.30 Uhr Neue Wohnformen in Bonn - ein Überblick 2402 S. 64
Freitag, 03.03.23, 17.15-18.15 Uhr SALSATION® - Tanz-Fitnessworkout 7715 S. 215	Donnerstag, 09.03.23, 18.00-19.30 Uhr Piet Mondrian - Hilma af Klingt 6330 S. 168	Donnerstag, 16.03.23, 14.30-16.30 Uhr Smartphone - Sprechstunde (Android, kein iPhone) 5918 S. 156
Freitag, 03.03.23, 18.00-21.00 Uhr Glückstraining 2118 S. 52	Freitag, 10.03.23, 16.00-21.00 Uhr Sibirien 6271 S. 165	Donnerstag, 16.03.23, 18.00-20.00 Uhr Drei Welten - drei Werke 6101 S. 160
Freitag, 03.03.23, 18.30-20.00 Uhr Grundlagen der Achtsamkeitsmeditation 7302 S. 0	Freitag, 10.03.23, 17.00-19.00 Uhr Sprachencafé (jeden 2. Freitag im Monat) - Onlinekurs 3241CON S. 79	Donnerstag, 16.03.23, 19.00-21.00 Uhr Online-Elternseminar: „Räum‘ endlich Dein Zimmer auf!“ 2226ON S. 60
Samstag, 04.03.23, 10.00-14.00 Uhr Endlich tun, was ich wirklich möchte 2338 S. 52	Freitag, 10.03.23, 18.00-19.30 Uhr Deeskalieren in schwierigen Situationen 2202 S. 53	Freitag, 17.03.23, 10.00-13.00 Uhr Mit gutem Gefühl „Nein“ sagen 2132 S. 53
Montag, 06.03.23, 18.00-19.30 Uhr Neue Abhängigkeiten 1576 S. 32	Montag, 13.03.23, 16.00-18.00 Uhr Informationsbesuch 1116 S. 23	Freitag, 17.03.23, 19.00-20.30 Uhr Quiz Night (Every 3rd Friday of the Month) - Onlinekurs 3242CON S. 79

Terminer

Samstag, 18.03.23, 13.00-17.00 Uhr Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen 7441 S. 0	Mittwoch, 22.03.23, 19.30-21.30 Uhr Starke Gefühle beziehungsorientiert begleiten 2230 S. 61	Dienstag, 28.03.23, 18.00-19.30 Uhr Das FörTax Projekt 1826 S. 37
Sonntag, 19.03.23, 15.00-17.00 Uhr Unscheinbaren Schönheiten in Wald und Flur begegnen 1850 S. 39	Donnerstag, 23.03.23, 18.00-19.30 Uhr Religion - nur „Männersache“? 6050 S. 159	Dienstag, 28.03.23, 18.00-19.30 Uhr Jedes Wort wirkt! In der Sprache liegt die Kraft. 2143 S. 55
Montag, 20.03.23, 9.00-11.00 Uhr Online-Prüfung für alle Module, Xpert Europäischer Computerpass 5260A S. 141	Freitag, 24.03.23, 14.00-18.30 Uhr MENTOR - Die Leselernhelfer Bonn e.V. 2308 S. 63	Dienstag, 28.03.23, 19.00-20.30 Uhr Beton, Glas und Kunststofffaser 6380 S. 171
Montag, 20.03.23, 18.00-19.30 Uhr Tunesiens wirtschaftliche Abhängigkeit 1564ON S. 32	Samstag, 25.03.23, 10.00-13.00 Uhr Halten Sie Ihr Gedächtnis fit! - Kurzseminar 2011 S. 48	Mittwoch, 29.03.23, 17.00-20.00 Uhr In 60 Sekunden überzeugen: Wie funktioniert ein „Elevator Pitch“? 2144 S. 55
Montag, 20.03.23, 18.00-19.30 Uhr Nebenkosten, Mietminderung und Co. 1978 S. 45	Samstag, 25.03.23, 11.00-13.00 Uhr Frauenmuseen weltweit - 6360 S. 170	Mittwoch, 29.03.23, 18.00-19.00 Uhr Gruppentraining sozialer Kompetenzen 2145 S. 55
Dienstag, 21.03.23, 10.45-14.45 Uhr Informationsbesuch auf dem Fliegerhorst Nörvenich 1118 S. 23	Samstag, 25.03.23, 15.00-17.00 Uhr Mit Efi Eichhörnchen den Wald erkunden 1852 S. 39	Mittwoch, 29.03.23, 18.00-19.30 Uhr Online-Vortrag: „Pflegefall - was nun?“ 2612ON S. 65
Dienstag, 21.03.23, 17.30-19.30 Uhr Einbruchschutz - Wie schütze ich Haus und Wohnung? 2361 S. 64	Samstag, 25.03.23, 16.00-18.00 Uhr Was macht Beuel aus? 6407 S. 173	Mittwoch, 29.03.23, 18.15-19.45 Uhr Afrika-Atlantik-Amerikas 1529 S. 30
Dienstag, 21.03.23, 18.00-19.30 Uhr Neue Bedrohungen für die Saatgutvielfalt 1824 S. 37	Samstag, 25.03.23, 18.30-20.30 Uhr Nachts im Gespensterwald 1854 S. 40	Donnerstag, 30.03.23, 18.00-19.30 Uhr Von August Macke und Franz Marc bis zu Ernst Ludwig Kirchner und Ludwig Meidner 6335 S. 168
Dienstag, 21.03.23, 18.30-20.30 Uhr Robert Gernhardt 6102 S. 161	Sonntag, 26.03.23, 10.00-12.00 Uhr Osterhasen mögen´s grün 1856 S. 40	Donnerstag, 30.03.23, 18.15-19.45 Uhr Rohstoff-Konflikte im Regenwald 1520 S. 29
Mittwoch, 22.03.23, 17.00-18.30 Uhr Vom 19. ins 21. Jahrhundert: Die neue Anatomie in Bonn 6401 S. 172	Montag, 27.03.23, 18.00-19.30 Uhr Währungsabhängigkeit 1535ON S. 31	Donnerstag, 30.03.23, 19.00-20.30 Uhr Regeln und Konsequenzen in der Erziehung 2231 S. 61
Mittwoch, 22.03.23, 17.30-21.00 Uhr Netzwerken für Frauen 5853 S. 155	Montag, 27.03.23, 18.00-19.30 Uhr Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht 1980 S. 45	Freitag, 31.03.23, 18.00-20.30 Uhr Körpersprache und Kommunikation von Hunden 2255 S. 62
Mittwoch, 22.03.23, 19.00-21.00 Uhr Mein Kind bei der Berufswahl begleiten 2228 S. 61	Montag, 27.03.23, 19.00-20.30 Uhr Solarstrom für Mieter*innen und Wohnungseigentümer*innen 1904ON S. 43	
	Dienstag, 28.03.23, 16.00-17.30 Uhr Von der Anatomie zur Antikensammlung - 6402 S. 172	

Termine

April 2023

Freitag, 14.04.23, 17.00-19.00 Uhr
Sprachencafé (jeden 2. Freitag im Monat) - Onlinekurs
3241DON S. 79

Samstag, 15.04.23, 10.00-14.30 Uhr
Ökologischer Rasen- und Wiesenkurs im Garten der Bildung
1800 S. 35

Samstag, 15.04.23, 10.00-12.00 Uhr
Springschwanz, Kellerrassel und Co.
1858 S. 40

Sonntag, 16.04.23, 10.00-12.30 Uhr
Naturkundliche Wanderung ins Naturschutzgebiet Lyngsberg
1828 S. 37

Montag, 17.04.23, 18.00-19.30 Uhr
Françafrique heute
1540 S. 31

Montag, 17.04.23, 19.00-20.30 Uhr
Von Öl und Gas unabhängig werden
1906ON S. 43

Dienstag, 18.04.23, 16.00-18.00 Uhr
Stadtplanung in Bonn
1120 S. 23

Dienstag, 18.04.23, 18.00-19.30 Uhr
Wir decken den Insekten den Tisch
1830 S. 38

Dienstag, 18.04.23, 18.00-21.30 Uhr
Schnupperworkshop Gewaltfreie Kommunikation
2148 S. 56

Dienstag, 18.04.23, 18.15-19.45 Uhr
Segunda abolição
1522 S. 29

Mittwoch, 19.04.23, 18.00-19.30 Uhr
Uni im Rathaus
1101 S. 22

Mittwoch, 19.04.23, 18.00-20.00 Uhr
Für die Vereinten Nationen arbeiten?
1501 S. 28

Mittwoch, 19.04.23, 19.00-20.30 Uhr
Picasso und die Frauen
6328 S. 168

Donnerstag, 20.04.23, 18.00-19.30 Uhr
Ein spektakulärer Coup: Der Kunstraub von Gotha
6336 S. 169

Donnerstag, 20.04.23, 20.00-21.30 Uhr
Dummie Beuel - Geschichtsverein Programm
6428 S. 173

Freitag, 21.04.23, 15.00-18.00 Uhr
Denksport, der Spaß macht
2014 S. 48

Freitag, 21.04.23, 16.00-21.00 Uhr
Die lustige Witwe
6272 S. 166

Freitag, 21.04.23, 19.00-20.30 Uhr
Quiz Night (Every 3rd Friday of the Month) - Onlinekurs
3242DON S. 79

Samstag, 22.04.23, 10.00-17.00 Uhr
Annäherungen an das innere Kind
2153 S. 56

Samstag, 22.04.23, 11.00-12.30 Uhr
Haus der FrauenGeschichte:
6362 S. 170

Samstag, 22.04.23, 14.00-17.00 Uhr
Jonglage für Jung und Alt
2027 S. 49

Samstag, 22.04.23, 15.00-17.00 Uhr
Was krabbelt, springt und kriecht denn da?
1862 S. 40

Samstag, 22.04.23, 19.30-21.30 Uhr
Nachts im Gespensterwald
1864 S. 41

Sonntag, 23.04.23, 10.00-12.00 Uhr
Löwenzahn und Gänseblümchen
1866 S. 41

Montag, 24.04.23, 16.00-17.30 Uhr
Informationsbesuch in der Geothermie-Anlage des Kameha Grand Bonn
1122 S. 24

Montag, 24.04.23, 18.00-19.30 Uhr
Rücküberweisungen von Migrant*innen
1560ON S. 32

Montag, 24.04.23, 19.00-20.30 Uhr
Wie funktioniert der Strommarkt?
1910ON S. 44

Montag, 24.04.23, 19.00-20.30 Uhr
So komme ich bei meinem Kind an. Tipps für genervte Eltern
2233 S. 61

Dienstag, 25.04.23, 16.00-18.00 Uhr
Der Poppelsdorfer Friedhof und die Klimaveränderung
1832 S. 38

Dienstag, 25.04.23, 18.00-20.00 Uhr
Toxisches Umfeld - Freunde, Familie, Romantik
2158 S. 56

Dienstag, 25.04.23, 19.30-21.00 Uhr
„Denk, ich botanisier' wieder“ (Rosa Luxemburg):
6106 S. 161

Mittwoch, 26.04.23, 16.00-18.00 Uhr
Informationsbesuch bei den Vereinten Nationen in Bonn
1124 S. 24

Mittwoch, 26.04.23, 18.00-19.30 Uhr
Einführung in das deutsche Erbrecht
1986 S. 45

Mittwoch, 26.04.23, 18.00-20.00 Uhr
Vergesslich oder dement? Wie fängt das eigentlich an?
2600 S. 65

Donnerstag, 27.04.23, 20.00-21.30 Uhr
Nicolaus Copernicus:
6002 S. 158

Freitag, 28.04.23, 15.00-18.00 Uhr
Ärger für Gutes nutzen
2160 S. 57

Samstag, 29.04.23, 10.00-13.00 Uhr
Hochwertiger Kompost und sein Geheimnis
1802 S. 35

Samstag, 29.04.23, 14.00-16.00 Uhr
Zusammen in den Frühlingswald
1868 S. 41

Termine

Mai 2023

Dienstag, 02.05.23, 18.15-19.45 Uhr
También la lluvia
1524 S. 30

Mittwoch, 03.05.23, 18.00-20.00 Uhr
Umgang mit Demenz: Was kann ich tun?
2601 S. 65

Mittwoch, 03.05.23, 19.00-20.30 Uhr
Online-Elternseminar: Resilienz bei Kindern
2234ON S. 61

Donnerstag, 04.05.23, 10.00-11.30 Uhr
7 x Denksport, der Spaß macht
2015 S. 48

Donnerstag, 04.05.23, 20.00-21.30 Uhr
Paul Gauguin - ein Künstler im Paradies?
6003 S. 158

Freitag, 05.05.23, 14.00-16.30 Uhr
Informationsbesuch bei TeeGschwendner
1127 S. 24

Freitag, 05.05.23, 15.00-17.00 Uhr
Gehözwanderung auf der Waldau
1834 S. 38

Freitag, 05.05.23, 20.00-21.30 Uhr
Kleine Welt-Reise durch die Osteifel
6442 S. 174

Samstag, 06.05.23, 10.00-17.00 Uhr
Bessere Kommunikation mit Storytelling
2162 S. 57

Samstag, 06.05.23, 13.00-14.30 Uhr
Schönheit und Reichtum in Pflanzen und Tieren entdecken
1870 S. 41

Sonntag, 07.05.23, 13.00-14.30 Uhr
Schönheit und Reichtum in Pflanzen und Tieren entdecken
1872 S. 41

Sonntag, 07.05.23, 14.00-17.00 Uhr
Jonglage für Jung und Alt
2028 S. 49

Montag, 08.05.23, 10.00-12.00 Uhr
Stadtstreifen
1128 S. 24

Montag, 08.05.23, 18.00-19.30 Uhr
Ghana wächst für alle
1545 S. 31

Montag, 08.05.23, 19.00-20.30 Uhr
Heizen mit Holz
1908ON S. 43

Dienstag, 09.05.23, 9.00-12.00 Uhr
Prüfung Xpert Business, Modul: Finanzbuchführung Grundkurs (1)
5030A S. 134

Dienstag, 09.05.23, 17.00-18.30 Uhr
Mehr Grün für Gebäude und Grundstücke
1836 S. 38

Dienstag, 09.05.23, 18.00-19.30 Uhr
Mikrokredite
1506 S. 28

Dienstag, 09.05.23, 18.00-19.30 Uhr
Dankbarkeit
2164 S. 57

Mittwoch, 10.05.23, 17.00-19.00 Uhr
Der Garten der Bildung
1806 S. 36

Mittwoch, 10.05.23, 18.00-19.30 Uhr
Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht
1982 S. 45

Mittwoch, 10.05.23, 18.00-20.00 Uhr
Von der Haushaltshilfe bis zum Pflegeheim: Hilfsangebote für
2602 S. 65

Donnerstag, 11.05.23, 17.00-18.30 Uhr
Informationsbesuch in der
1130 S. 25

Donnerstag, 11.05.23, 17.00-18.30 Uhr
Über Geschichte stolpern
1720 S. 35

Donnerstag, 11.05.23, 18.00-19.30 Uhr
Das Venedig Casanovas
6321 S. 167

Donnerstag, 11.05.23, 18.30-20.00 Uhr
Die Hausgemeinschaft Heerstraße der Wahlverwandtschaften Bonn e.V.: Gemeinschaftliches Wohnen in Bonn
2405 S. 64

Freitag, 12.05.23, 17.00-19.00 Uhr
Sprachencafé (jeden 2. Freitag im Monat) - Onlinekurs
3241EON S. 79

Freitag, 12.05.23, 18.00-19.30 Uhr
„Immer mit der Ruhe“
2204 S. 57

Samstag, 13.05.23, 10.00-16.00 Uhr
EMDR-Workshop
2166 S. 57

Samstag, 13.05.23, 10.30-12.30 Uhr
Der frühe Vogel
1874 S. 41

Montag, 15.05.23, 14.30-17.00 Uhr
Autofahren im Alter
2340 S. 63

Montag, 15.05.23, 18.00-19.30 Uhr
Grüner Wasserstoff aus der Westsahara
1562 S. 32

Montag, 15.05.23, 20.00-21.30 Uhr
Wo steht Frankreich heute?
1504 S. 28

Dienstag, 16.05.23, 14.00-16.00 Uhr
Telefonbetrug?
2363 S. 41

Dienstag, 16.05.23, 15.30-17.00 Uhr
Informationsbesuch in der Feuerwache 1
1132 S. 25

Dienstag, 16.05.23, 17.00-18.30 Uhr
Honig aus dem Garten der Bildung
1838 S. 38

Dienstag, 16.05.23, 18.15-19.45 Uhr
Formen der Sklaverei in der aztekischen Gesellschaft
1526 S. 30

Mittwoch, 17.05.23, 18.00-19.30 Uhr
Vom Selbstmitgefühl zum Altruismus
2168 S. 57

Termine

Freitag, 19.05.23, 16.00-21.00 Uhr Der singende Teufel 6273 S. 166	Mittwoch, 31.05.23, 18.00-19.30 Uhr Wenn die Seele krank wird ... So nah und doch so fern! 2169 S. 57	Mittwoch, 07.06.23, 7.30-14.00 Uhr Cambridge C1 Advanced - Exam 3091 S. 73
Freitag, 19.05.23, 19.00-20.30 Uhr Quiz Night (Every 3rd Friday of the Month) - Onlinekurs 3242EON S. 79	Juni 2023	
Samstag, 20.05.23, 10.00-12.00 Uhr Minze, Gundermann und Rosmarin 1876 S. 41	Donnerstag, 01.06.23, 16.00-18.00 Uhr Informationsbesuch bei den Vereinten Nationen in Bonn 1126 S. 24	Mittwoch, 07.06.23, 17.00-19.00 Uhr Der Garten der Bildung 1808 S. 36
Montag, 22.05.23, 18.00-19.30 Uhr Afrikas Zukunft 1550 S. 31	Donnerstag, 01.06.23, 17.00-19.00 Uhr Über Geschichte stolpern 6415 S. 173	Mittwoch, 07.06.23, 19.00-21.00 Uhr Wagner und Goethe 6112 S. 162
Dienstag, 23.05.23, 17.00-18.30 Uhr Informationsbesuch in einer kleinen Bierbrauerei - 1134 S. 25	Donnerstag, 01.06.23, 20.00-21.30 Uhr Dummie Kulturgeschichte 6369 S. 169	Mittwoch, 07.06.23, 20.00-21.30 Uhr Die Architekten Anne Lacaton und Jean Philippe Vassal 6390 S. 171
Dienstag, 23.05.23, 18.00-19.30 Uhr Ein preisgekrönter Bio-Nutzgarten in der Bonner Innenstadt 1840 S. 39	Freitag, 02.06.23, 16.00-18.00 Uhr Arboretum Park Härle 6420 S. 170	Donnerstag, 08.06.23, 20.00-21.30 Uhr Radtour Fr. Tatz 6448 S. 175
Dienstag, 23.05.23, 20.00-21.30 Uhr Online-Elternseminar: Baustelle Pubertät: Vom Kaktus, der umarmt sein will 2236ON S. 61	Freitag, 02.06.23, 18.00-19.30 Uhr Wie lernen Hunde eigentlich? 2256 S. 62	Samstag, 10.06.23, 10.00-12.00 Uhr Was ist Permakultur? 1816 S. 36
Mittwoch, 24.05.23, 17.00-19.00 Uhr Der Garten der Bildung 1807 S. 36	Freitag, 02.06.23, 18.00-21.15 Uhr Existenzgründung im Ruhestand - Neue Wege in der Rente! 5140 S. 0	Dienstag, 13.06.23, 18.00-19.30 Uhr Schwammstadt Bonn 1844 S. 39
Mittwoch, 24.05.23, 18.00-19.30 Uhr Uni im Rathaus 1102 S. 22	Samstag, 03.06.23, 9.15-17.00 Uhr Kleine Welt-Reise durch die Osteifel 6444 S. 174	Dienstag, 13.06.23, 19.30-21.00 Uhr „Es kommen härtere Tage“ 6108 S. 161
Mittwoch, 24.05.23, 18.00-19.30 Uhr Pflegefiananzierung: 2614 S. 66	Samstag, 03.06.23, 11.00-14.00 Uhr Chor-Workshop 6261 S. 165	Mittwoch, 14.06.23, 18.00-19.30 Uhr Wie stark ist das Selbstwertgefühl meines Kindes? 2239 S. 62
Donnerstag, 25.05.23, 18.00-19.30 Uhr Glück - was ist das? 6055 S. 160	Montag, 05.06.23, 9.00-11.00 Uhr Online-Prüfung für alle Module, Xpert Europäischer Computerpass 5310A S. 144	Donnerstag, 15.06.23, 20.00-21.45 Uhr Howard Carter - ein Suchender. 6005 S. 159
Donnerstag, 25.05.23, 20.00-21.30 Uhr Annette von Droste-Hülshoff - 6004 S. 158	Montag, 05.06.23, 19.00-20.30 Uhr Ohne Wärmewende keine Energiewende 1912ON S. 44	Freitag, 16.06.23, 17.00-19.00 Uhr Sprachencafé (jeden 2. Freitag im Monat) - Onlinekurs 3241FON S. 79
	Dienstag, 06.06.23, 7.30-14.00 Uhr Cambridge B2 First - Exam 3090 S. 73	Freitag, 16.06.23, 17.00-20.00 Uhr Lernen, ein Optimist zu sein 2180 S. 58
	Dienstag, 06.06.23, 18.00-19.30 Uhr Die Slow Flower Bewegung 1842 S. 39	Freitag, 16.06.23, 19.00-20.30 Uhr Quiz Night (Every 3rd Friday of the Month) - Onlinekurs 3242FON S. 79

Termine

Samstag, 17.06.23, 10.00-12.00 Uhr

Mit der Raupe Nimmersatt dem Essen auf der Spur
1886 S. 42

Sonntag, 18.06.23, 10.00-12.30 Uhr

Tiere und Pflanzen als Zeiger für Umweltqualität
1846 S. 39

Mittwoch, 21.06.23, 17.00-19.00 Uhr

Der Garten der Bildung
1809 S. 36

Mittwoch, 21.06.23, 18.00-20.00 Uhr

1920er! Im Kaleidoskop der Moderne
6339 S. 169

Juli 2023

Mittwoch, 05.07.23, 17.00-19.00 Uhr

Der Garten der Bildung
1810 S. 36

Donnerstag, 06.07.23, 19.00-20.30 Uhr

Im Sommerprogramm: Van Gogh in Auvers-sur-Oise. Seine letzten Monate
6340 S. 169

Samstag, 08.07.23, 10.00-13.00 Uhr

Waldgartensysteme in der Permakultur
1818 S. 36

Mittwoch, 19.07.23, 17.00-19.00 Uhr

Der Garten der Bildung
1811 S. 36

August 2023

Mittwoch, 16.08.23, 17.00-19.00 Uhr

Der Garten der Bildung
1812 S. 36

Mittwoch, 30.08.23, 17.00-19.00 Uhr

Der Garten der Bildung
1813 S. 36

September 2023

Samstag, 02.09.23, 10.00-13.00 Uhr

Staudenbeete für Halbschatten und trockene Standorte
1820 S. 36

Mittwoch, 13.09.23, 17.00-19.00 Uhr

Der Garten der Bildung
1814 S. 36

Mittwoch, 27.09.23, 17.00-19.00 Uhr

Der Garten der Bildung
1815 S. 36



Termine

Februar 2023

Samstag, 04.02.23-Sonntag, 05.02.23
Schnupperwochenende Quechua -
Onlinekurs
3897ON S. 116

Samstag, 04.02.23
Goldschmieden/Silberschmuck
6840 S. 190

Sonntag, 05.02.23
Goldschmieden/Silberschmuck
6841 S. 190

Freitag, 10.02.23-Sonntag, 12.02.23
Gewaltfreie Kommunikation nach
Marshall B. Rosenberg -
2108 S. 50

Samstag, 11.02.23-Sonntag, 12.02.23
Einführung in die Datenanalyse mit
Excel Power Pivot
5358 S. 145

Samstag, 11.02.23
Mein Android-Smartphone -
Workshop für Einsteiger/-innen (nicht
für iPhone)
5610 S. 150

Samstag, 11.02.23-Sonntag, 12.02.23
Venezia - Sinnliches Feuerwerk mit
Acryl und Gold
6573 S. 181

Samstag, 11.02.23-Sonntag, 12.02.23
Goldschmieden/Silberschmuck
6842 S. 190

Sonntag, 12.02.23
Mein Android-Smartphone -
Workshop für Einsteiger/-innen (nicht
für iPhone)
5611 S. 150

Freitag, 24.02.23-Sonntag, 26.02.23
English for the Office A2/B1 -
Weekend Course
3064 S. 71

Freitag, 24.02.23-Sonntag, 26.02.23
Norwegisch für die Reise -
Wochenendkurs
3870 S. 113

Samstag, 25.02.23-Sonntag, 26.02.23
Schlagfertigkeitsstraining
2110 S. 51

Samstag, 25.02.23
Erfolgreich telefonieren im Beruf
5108 S. 0

Samstag, 25.02.23
Ganzheitliche Entspannung durch
Massage für Paare oder Singles in
Begleitung
7420 S. 204

Samstag, 25.02.23
Knit and Natter B1: Easy
Conversation mit Stricken
3260 S. 80

Samstag, 25.02.23-Sonntag, 26.02.23
Focusing - Der Stimme des Körpers
folgen
2111 S. 51

Samstag, 25.02.23-Sonntag, 26.02.23
Einführung in das Onlinemarketing
5155 S. 139

Samstag, 25.02.23-Sonntag, 26.02.23
Mein iPhone (Apple - Smartphone
oder Tablet) - Workshop für
Einsteiger/-innen (nur für iPhone/
iPad)
5680 S. 151

Samstag, 25.02.23-Sonntag, 26.02.23
Wochenend-Workshop „Einstieg ins
kreative Schreiben“
6125 S. 163

Samstag, 25.02.23-Sonntag, 26.02.23
2000 Jahre Papier
6772 S. 188

Samstag, 25.02.23-Sonntag, 26.02.23
Fotografieren statt „knipsen“ mit
Praxisteil
6904 S. 193

Samstag, 25.02.23
Goldschmieden/Silberschmuck
6843 S. 191

Samstag, 25.02.23
Faszientraining für mehr
Beweglichkeit und Wohlbefinden
7411 S. 0

Samstag, 25.02.23
Lust auf Bauchtanz?!
7753 S. 216

Samstag, 25.02.23
Die Kulturphilosophie Ernst Cassirers
6012 S. 159

Sonntag, 26.02.23
Hatha Yoga Workshop für Anfänger
und Fortgeschrittene
7250 S. 0

Sonntag, 26.02.23
Goldschmieden/Silberschmuck
6844 S. 191

März 2023

Mittwoch, 01.03.23
Online-Infoabend zur
Basisqualifizierung für
Unterstützungsangebote im Alltag
nach §8 AnFöVO
2651ON S. 40

Freitag, 03.03.23-Sonntag, 05.03.23
10-Finger-Schreiben am PC mit
Trainingseinheiten
5801 S. 154

Freitag, 03.03.23-Sonntag, 05.03.23
Bonn im Wandel:
1306 S. 26

Samstag, 04.03.23
Swearing and Slang B2/C1 -
Weekend Course
3291 S. 82

Samstag, 04.03.23-Sonntag, 05.03.23
MeTuner: „Selbstsabotage“ und
Selbstmanagement
5133 S. 0

Samstag, 04.03.23
Mein Android-Smartphone -
Workshop für Einsteiger/-innen (nicht
für iPhone)
5612 S. 150

Samstag, 04.03.23-Sonntag, 05.03.23
Textwerkstatt Kinderbuch
6122 S. 162

Wochenendveranstaltungen

Termine

<p>Samstag, 04.03.23-Sonntag, 05.03.23 Freies Malen, Zeichnen und Experimentieren in Mischtechniken 6658 S. 184</p>	<p>Freitag, 10.03.23-Samstag, 11.03.23 Entdecken Sie die Überzeugungskraft Ihrer Stimme - Stimmtraining 5110 S. 137</p>	<p>Samstag, 11.03.23-Samstag, 18.03.23 „Regeln brechen“ 6913 S. 194</p>
<p>Samstag, 04.03.23-Sonntag, 05.03.23 Experimentelle Druckgrafik: 6685 S. 185</p>	<p>Samstag, 11.03.23-Sonntag, 12.03.23 Italienisch für die Reise A1.1 für Anfänger*innen 3510 S. 89</p>	<p>Sonntag, 12.03.23 Goldschmieden/Silberschmuck 6846 S. 191</p>
<p>Samstag, 04.03.23-Sonntag, 05.03.23 Schneidern und Nähen - Voll im Trend 6780 S. 189</p>	<p>Samstag, 11.03.23-Sonntag, 12.03.23 Schnupperwochenende Arabisch 3712 S. 101</p>	<p>Sonntag, 12.03.23 Ein Tag nur für mich - Entspannung mit Klang 7430 S. 204</p>
<p>Samstag, 04.03.23-Sonntag, 05.03.23 Socken stricken lernen 6790 S. 190</p>	<p>Samstag, 11.03.23 Selbst- und Zeitmanagement 5103 S. 0</p>	<p>Freitag, 17.03.23 In bester Wortgesellschaft: 6470 S. 176</p>
<p>Samstag, 04.03.23-Sonntag, 05.03.23 Körper trifft Stimme 2120 S. 52</p>	<p>Samstag, 11.03.23 Mein Android-Smartphone - Workshop II: Apps, Tips & Tricks (nicht für iPhone) 5630 S. 150</p>	<p>Freitag, 17.03.23-Sonntag, 19.03.23 Grammar Workout A2/B1 - Weekend Course 3155 S. 75</p>
<p>Samstag, 04.03.23 Rhythmik und Verspannungen und Schmerzen selbst lösen lernen 7402 S. 0</p>	<p>Samstag, 11.03.23-Sonntag, 12.03.23 Einführung in Suchmaschinenoptimierung (SEO) 5795 S. 154</p>	<p>Freitag, 17.03.23-Sonntag, 19.03.23 Niederländisch für die Reise - Wochenendkurs 3844 S. 111</p>
<p>Sonntag, 05.03.23 Shiatsu für Paare oder Singles in Begleitung 7426 S. 0</p>	<p>Samstag, 11.03.23-Sonntag, 12.03.23 Bildhauerei in Ton - Modellieren eines Kopfes 6722 S. 187</p>	<p>Freitag, 17.03.23-Sonntag, 19.03.23 Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg - 2133 S. 51</p>
<p>Sonntag, 05.03.23 Wirework Jewelry - Schmuckstücke aus feinem Silberdraht weben 6882 S. 193</p>	<p>Samstag, 11.03.23-Sonntag, 12.03.23 Handarbeitstechniken neu gedacht - Stricken und Häkeln für Anfänger 6788 S. 189</p>	<p>Samstag, 18.03.23 PowerPoint Vertiefungskurs (Schwerpunkt Funktionen): 5407 S. 146</p>
<p>Sonntag, 05.03.23 Biodanza - Freude durch Musik und Tanz 7733 S. 0</p>	<p>Samstag, 11.03.23 Goldschmieden/Silberschmuck 6845 S. 191</p>	<p>Samstag, 18.03.23 Weg mit der Aufschieberitis - Dinge endlich erledigen statt aufschieben 2134 S. 53</p>
<p>Freitag, 10.03.23-Sonntag, 12.03.23 Grammar Workout B2/C1 - Online Weekend Course 3231ON S. 77</p>	<p>Samstag, 11.03.23-Sonntag, 12.03.23 Improvisationstheater 6220 S. 164</p>	<p>Samstag, 18.03.23-Sonntag, 19.03.23 Goldschmieden/Silberschmuck 6847 S. 191</p>
<p>Freitag, 10.03.23-Sonntag, 12.03.23 Niederländisch für die Reise - Wochenendkurs 3843 S. 111</p>	<p>Samstag, 11.03.23 Susanna im Bade... 6327 S. 168</p>	<p>Samstag, 18.03.23-Sonntag, 19.03.23 Mut zur Farbe - Aquarell- und Collagetechniken 6553 S. 178</p>
		<p>Sonntag, 19.03.23 PowerPoint Vertiefungskurs (Schwerpunkt Design): 5408 S. 146</p>
		<p>Sonntag, 19.03.23 Yoga - 7252 S. 201</p>

Wochenendveranstaltungen **Termine**

Freitag, 24.03.23-Samstag, 25.03.23 Business-Knigge - die modernen Umgangsformen 5124 S. 138	Samstag, 25.03.23 Goldschmieden/Silberschmuck: Sandguss 6861 S. 192	Freitag, 21.04.23-Samstag, 22.04.23 Internationaler Businessknigge 5125 S. 138
Freitag, 24.03.23-Sonntag, 26.03.23 Creative Writing in English B2/C1 - Weekend Course 3232 S. 33	Samstag, 25.03.23 Mein Android-Smartphone - Workshop III: Datensicherung und Synchronisation (nicht für iPhone) 5635 S. 150	Freitag, 21.04.23-Samstag, 22.04.23 Spanisch Kompakt A1 - Wiederholung und Festigung 3638 S. 95
Freitag, 24.03.23-Samstag, 25.03.23 Spanisch für die Reise A1.1 für Anfänger*innen 3610 S. 94	Samstag, 25.03.23-Sonntag, 26.03.23 Shodo - Die Kunst der japanischen Kalligrafie für Anfänger und Anfänger mit leichten Vorkenntnissen 6699 S. 186	Samstag, 22.04.23 Praxis-Workshop zu AutoCAD 5708 S. 0
Samstag, 25.03.23 Workshop Joomla! - Homepage in einem Tag 5751 S. 153	Samstag, 25.03.23 Lebenskunst im Zeichen der Anderen 6014 S. 159	Samstag, 22.04.23-Sonntag, 30.04.23 Reproduzierbare Datenauswertung mit R und Rmarkdown (Aufbaukurs) 5726 S. 153
Samstag, 25.03.23 Geldanlage bei Nullzins und steigender Inflation 1930 S. 44	Samstag, 25.03.23 Mein Android-Smartphone - Workshop IV: Sicherheit (nicht für iPhone) 5640 S. 150	Samstag, 22.04.23 Befriending the body 2152 S. 56
Samstag, 25.03.23 Ganzheitliche Entspannung durch Massage für Paare oder Singles in Begleitung 7421 S. 0	Sonntag, 26.03.23 Goldschmieden/Silberschmuck 6848 S. 191	Samstag, 22.04.23 Schnuppersamstag Russisch 3901 S. 117
Samstag, 25.03.23 Los pasados en español A2/B1 - Wiederholung und Festigung 3659 S. 96	Montag, 27.03.23-Sonntag, 07.05.23 Basisqualifizierung für Unterstützungsangebote im Alltag nach §8 AnFöVO 2652 S. 63	Samstag, 22.04.23 Russisches Grammatiktraining A1 - Wochenendkurs 3912 S. 118
Samstag, 25.03.23-Sonntag, 26.03.23 Spielerisch Zeichnen lernen - von Anfang an 6655 S. 183	April 2023	
Samstag, 25.03.23-Sonntag, 26.03.23 Druckgrafik: Radierung und ihre Nebentechniken 6684 S. 185	Samstag, 01.04.23-Sonntag, 02.04.23 Goldschmieden/Silberschmuck 6849 S. 191	Samstag, 22.04.23-Sonntag, 23.04.23 Kaufmännisches Rechnen mit Excel - Online 5029ON S. 134
Samstag, 25.03.23-Sonntag, 26.03.23 Portraitfotografie - Von Mensch zu Mensch 6907 S. 194	Samstag, 15.04.23-Sonntag, 16.04.23 Goldschmieden/Silberschmuck 6850 S. 191	Samstag, 22.04.23 Öffentlichkeitsarbeit: Mit dem Startup oder Verein in die Medien kommen 5150 S. 139
Samstag, 25.03.23 In der Ruhe liegt die Kraft 7306 S. 0	Samstag, 15.04.23 Wald - Klima - Wandel? 1860 S. 40	Samstag, 22.04.23 Frau Mayer mit ay... 6225 S. 164
	Sonntag, 16.04.23 Römerspuren im Feybachtal 6436 S. 174	Samstag, 22.04.23-Sonntag, 23.04.23 Buchbinden für Anfänger - Vom Blatt zum Buch 6763 S. 188
		Samstag, 22.04.23 Goldschmieden/Silberschmuck 6851 S. 191

Wochenendveranstaltungen **Termine**

Samstag, 22.04.23 Faszientraining für mehr Beweglichkeit und Wohlbefinden 7412 S. 203	Samstag, 06.05.23-Sonntag, 07.05.23 Englisch für die Reise A2 - Wochenendkurs 3150 S. 75	Samstag, 06.05.23-Sonntag, 07.05.23 Reiseskizzenbuch 2023 für Anfänger 6537 S. 178
Samstag, 22.04.23 Lebenslust entwickeln mit Lachyoga 2154 S. 56	Samstag, 06.05.23-Sonntag, 07.05.23 Italienisch Vertiefung A2 - Parliamo di cucina 3539 S. 91	Sonntag, 07.05.23 Goldschmieden/Silberschmuck 6854 S. 192
Samstag, 22.04.23 Heilpflanzen in unserer Nähe - erleben und erkennen lernen 7970 S. 0	Samstag, 06.05.23 Los tiempos del pasado A2 3657 S. 96	Sonntag, 07.05.23 Biodanza - Freude durch Musik und Tanz 7734 S. 0
Sonntag, 23.04.23 Goldschmieden/Silberschmuck 6852 S. 191	Samstag, 06.05.23-Sonntag, 07.05.23 Mein iPhone (Apple - Smartphone oder Tablet) - Workshop für Einsteiger/-innen (nur für iPhone/ iPad) 5681 S. 151	Freitag, 12.05.23-Samstag, 13.05.23 ACCESS 2016 Grundlagen 5515 S. 148
Samstag, 29.04.23-Sonntag, 30.04.23 Goldschmieden/Silberschmuck 6853 S. 191	Samstag, 06.05.23-Sonntag, 07.05.23 Schreiben kann man lernen! 6123 S. 162	Samstag, 13.05.23-Sonntag, 14.05.23 Vocabulary and Idioms Training C1 - Online Weekend Course 3297ON S. 82
Mai 2023		
Freitag, 05.05.23-Samstag, 06.05.23 Styling-Knigge im Beruf für Mann und Frau 5126 S. 138	Samstag, 06.05.23-Sonntag, 07.05.23 Mit dem Art-Journal ins Hier und Jetzt 6677 S. 164	Samstag, 13.05.23-Sonntag, 14.05.23 Visitenkarten, Flyer und Co - 5570 S. 149
Freitag, 05.05.23-Sonntag, 07.05.23 Creative Writing in English B2/C1: Fantasy - Weekend Course 3233 S. 33	Samstag, 06.05.23-Sonntag, 07.05.23 Einfach zeichnen mit Stift und Pinsel 6656 S. 183	Samstag, 13.05.23 Schnelles Business Make-Up für jede Frau 5858 S. 156
Freitag, 05.05.23-Sonntag, 07.05.23 Portugiesisch für die Reise A1.1 für Anfänger*innen 3693 S. 99	Samstag, 06.05.23-Sonntag, 07.05.23 Schneidern und Nähen: Problemlösungen 6784 S. 189	Samstag, 13.05.23-Sonntag, 14.05.23 Goldschmieden/Silberschmuck 6855 S. 192
Freitag, 05.05.23-Samstag, 06.05.23 Spanisch Kompakt B1 - Wiederholung und Festigung 3666 S. 97	Samstag, 06.05.23 Wenn der Stress im Nacken sitzt - Eine Einführung in die Alexander- Technik 7406 S. 203	Samstag, 20.05.23-Sonntag, 21.05.23 Buchbinden für Anfänger - Vom Blatt zum Buch 6764 S. 188
Freitag, 05.05.23-Sonntag, 07.05.23 10-Finger-Schreiben am PC mit Trainingseinheiten 5805 S. 154	Samstag, 06.05.23 Goldschmieden/Silberschmuck: Sandguss 6862 S. 193	Samstag, 20.05.23-Sonntag, 21.05.23 Goldschmieden/Silberschmuck 6856 S. 192
Freitag, 05.05.23-Sonntag, 07.05.23 Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg - 2161 S. 51	Samstag, 06.05.23 Momente des Glücks 6338 S. 169	Samstag, 20.05.23 Vielfalt macht die Welt bunt 1878 S. 42
Samstag, 06.05.23 Shiatsu für Paare oder Singles in Begleitung 7427 S. 204		Samstag, 20.05.23 LiteraTOUR 6438 S. 174

Termine

Samstag, 27.05.23-Sonntag, 28.05.23
 Goldschmieden/Silberschmuck
 6857 S. 192

Samstag, 27.05.23
 Heilpflanzen in unserer Nähe -
 erleben und erkennen lernen
 7971 S. 0

Juni 2023

Freitag, 02.06.23
 Brennnessel
 1880 S. 42

Freitag, 02.06.23-Sonntag, 04.06.23
 Everyone Can Draw B1: Easy
 Conversation mit Zeichnen
 3262 S. 80

Freitag, 02.06.23-Sonntag, 04.06.23
 Preparing Job Interviews B2/C1 -
 Weekend Course
 3074 S. 72

Freitag, 02.06.23-Sonntag, 04.06.23
 „StadtSichten“ - Frühjahrs-Workshop
 für intuitive Straßenfotografie
 6911 S. 194

Freitag, 02.06.23-Samstag, 03.06.23
 Selbstempathie-Training
 2170 S. 58

Freitag, 02.06.23-Samstag, 03.06.23
 Spanisch Kompakt A2 -
 Wiederholung und Festigung
 3658 S. 96

Freitag, 02.06.23-Sonntag, 04.06.23
 10-Finger-Schreiben am PC mit
 Trainingseinheiten
 5807 S. 154

Samstag, 03.06.23-Sonntag, 04.06.23
 Erfolgreich selbständig -
 Existenzgründung
 5141 S. 0

Samstag, 03.06.23-Sonntag, 04.06.23
 Gekonnt frei Sprechen - Rhetorik -
 Training
 5112 S. 137

Samstag, 03.06.23
 Ganzheitliche Entspannung durch
 Massage für Paare oder Singles in
 Begleitung
 7422 S. 0

Samstag, 03.06.23-Sonntag, 04.06.23
 Selbstsicherheitstraining
 2171 S. 58

Samstag, 03.06.23-Sonntag, 04.06.23
 Focusing - Der Stimme des Körpers
 folgen
 2173 S. 51

Samstag, 03.06.23
 El uso del subjuntivo B1 -
 Wiederholung und Festigung
 3665 S. 97

Samstag, 03.06.23
 Schnuppersamstag Neuhebräisch
 3830 S. 110

Samstag, 03.06.23-Sonntag, 04.06.23
 Sich mit Gelassenheit und Humor
 selbst behaupten - Strategien für
 Frauen
 5850 S. 155

Samstag, 03.06.23-Sonntag, 04.06.23
 Zeit zum Schreiben, Zeit für mich -
 6128 S. 163

Samstag, 03.06.23-Sonntag, 04.06.23
 Acryl experimentell - Strukturen mit
 Kontrast
 6572 S. 180

Samstag, 03.06.23-Sonntag, 04.06.23
 Tiger, Kraniche, schöne Frauen
 6661 S. 184

Samstag, 03.06.23-Sonntag, 04.06.23
 Lace-Muster stricken
 6789 S. 189

Samstag, 03.06.23-Sonntag, 04.06.23
 Portraitfotografie - Von Mensch zu
 Mensch
 6908 S. 194

Samstag, 03.06.23
 Selbstbehauptung für Frauen
 7445 S. 205

Samstag, 03.06.23
 Hugo der Holzlöffel
 1882 S. 42

Samstag, 03.06.23-Sonntag, 04.06.23
 Reiseskizzenbuch 2023
 6538 S. 178

Sonntag, 04.06.23
 Smalltalk im Geschäftsleben
 5132 S. 138

Sonntag, 04.06.23
 Geschichten-Erzähl-Workshop
 6130 S. 163

Sonntag, 04.06.23
 Schöpfen und Wachsen
 1884 S. 42

Samstag, 10.06.23-Sonntag, 11.06.23
 Goldschmieden/Silberschmuck
 6858 S. 192

Samstag, 10.06.23
 Mängelerkennung
 1951 S. 44

Samstag, 10.06.23
 Weinwanderung im Siebengebirge
 7976 S. 0

Samstag, 17.06.23
 Goldschmieden/Silberschmuck
 6859 S. 192

Samstag, 17.06.23
 Bauqualität
 1952 S. 44

Samstag, 17.06.23
 Weinwanderung durch die Reben bei
 Oberdollendorf
 7978 S. 223

Sonntag, 18.06.23
 Goldschmieden/Silberschmuck
 6860 S. 192

VHS für Ältere **Termine**

Politik, Wissenschaft & Internationales

Montag, 30.01.23, 18.00-19.30 Uhr
Praktische Fälle des deutschen Erbrechts
1984 S. 45

Dienstag, 07.02.23, 10.00-11.30 Uhr
Beschleuniger für digitale Startups
1334ON S. 26

Dienstag, 14.02.23, 10.00-11.30 Uhr
Energie sparen mit Smart-Home
1336ON S. 26

Dienstag, 28.02.23, 10.00-11.30 Uhr
Vater Staat und Open Source
1338ON S. 27

Dienstag, 07.03.23, 10.00-11.30 Uhr
War das Internet ein Fehler?
1340ON S. 27

Dienstag, 14.03.23, 10.00-11.30 Uhr
Den Bitcoin verstehen
1342ON S. 27

Montag, 27.03.23, 18.00-19.30 Uhr
Patientenverfügung und
Vorsorgevollmacht
1980 S. 45

**Mittwoch, 26.04.23,
18.00-19.30 Uhr**
Einführung in das deutsche Erbrecht
1986 S. 45

**Mittwoch, 10.05.23,
18.00-19.30 Uhr**
Patientenverfügung und
Vorsorgevollmacht
1982 S. 45

Lebensgestaltendes Lernen

Montags, 30.01.23, 10.00-11.30 Uhr
Ganzheitliches Gedächtnistraining in
Bad Godesberg
2002 S. 48

Montags, 30.01.23, 10.00-11.30 Uhr
Ganzheitliches Gedächtnistraining im
Haus der Bildung - Vormittagskurs
2004 S. 48

Montags, 30.01.23, 15.00-16.30 Uhr
Ganzheitliches Gedächtnistraining im
Haus der Bildung - Nachmittagskurs
2005 S. 48

**Donnerstags, 02.02.23,
10.00-11.30 Uhr**
Ganzheitliches Gedächtnistraining in
Bad Godesberg
2001 S. 48

Montag, 15.05.23, 14.30-17.00 Uhr
Autofahren im Alter
2340 S. 63

Fremdsprachen

Montags, 30.01.23, 10.00-11.30 Uhr
VHS for Older Adults: English B2
3226 S. 77

**Donnerstags, 02.02.23,
10.00-11.30 Uhr**
VHS für Ältere: Italienisch Vertiefung
B1
3551 S. 91

Beruf, IT & Digitales

Montag, 30.01.23, 9.00-12.15 Uhr
Einführung in Windows 10 für 55+, 2
x wöchentlich
5250 S. 141

Dienstag, 14.02.23, 9.00-12.00 Uhr
PC-Basiswissen und Internet für
Ältere (55+), 2 x wöchentlich
5253 S. 141

Dienstag, 28.02.23, 12.00-14.30 Uhr
Smartphone - Treff 60+, 2 x
wöchentlich (Android, nicht für
iPhone)
5620 S. 150

Dienstag, 28.02.23, 15.00-17.30 Uhr
Smartphone - Treff 60+, 2 x
wöchentlich (Android, nicht für
iPhone)
5622 S. 150

Montag, 06.03.23, 9.00-12.15 Uhr
Windows 10 Aufbaukurs für Ältere 55
+, 2 x wöchentlich
5255 S. 141

Montag, 17.04.23, 9.00-12.15 Uhr
Einführung in Windows 10 für 55+, 2
x wöchentlich
5251 S. 141

Montags, 17.04.23, 9.00-12.00 Uhr
Word für Ältere (55+)
5308 S. 143

**Donnerstag, 11.05.23,
9.00-12.15 Uhr**
Windows 10 Aufbaukurs für Ältere 55
+, 2 x wöchentlich
5256 S. 141

Freitag, 02.06.23, 18.00-21.15 Uhr
Existenzgründung im Ruhestand -
Neue Wege in der Rente!
5140 S. 139

Gesundheit & Ernährung

Montags, 30.01.23, 13.30-14.15 Uhr
Vitale Spannkraft mit Faszientraining
7673 S. 0

**Donnerstags, 02.02.23,
10.00-11.00 Uhr**
Gymnastik für Ältere
7674 S. 212

**Donnerstags, 02.02.23,
11.00-12.00 Uhr**
Gymnastik für Ältere
7675 S. 212

**Dienstags, 07.02.23,
10.00-11.00 Uhr**
Gemeinsam fit und gesund
7672 S. 0

**Dienstags, 07.02.23,
10.30-11.30 Uhr**
Bewegen, tanzen und entspannen für
Ältere
7670 S. 0

**Donnerstags, 20.04.23,
10.00-11.00 Uhr**
Gymnastik für Ältere
7676 S. 212

**Donnerstags, 20.04.23,
11.00-12.00 Uhr**
Gymnastik für Ältere
7677 S. 212



- Uni im Rathaus
- Informationsbesuche
- Ausstellungen
- Wirtschaft und Soziales
- Internationales
- Englisches Programm
- Geschichte
- Natur und Umwelt
- Lebenswelt

Andreas Preu
 Fachbereichsleiter
 VHS Bonn Bad Godesberg
 Am Michaelshof 2
 53177 Bonn
 Fon 0228 77 4541
 Andreas.Preu@bonn.de

Der Fachbereich

Im ersten Halbjahr 2023 befasst sich der Fachbereich Politik, Wissenschaft und Internationales schwerpunktmäßig mit dem Thema „Abhängigkeiten“ und der Frage, wie man sich aus ihnen befreit.

In Europa wurde man sich im Verlauf des letzten Jahres schmerzhaft der Abhängigkeit von russischem Gas und Öl bewusst. Ein Teil der Veranstaltungen steht deshalb in engem Zusammenhang mit der Energiekrise. Die Reihe „Energie für Bonn“ gibt Immobilieneigentümer*innen und Mieter*innen praktische Tipps, wie sie Energie sparen können. Andere Veranstaltungen beleuchten die Abhängigkeiten aus wissenschaftlicher Sicht.

Für andere Weltregionen sind andere geartete Abhängigkeiten wichtig. Gesellschaften im Maghreb etwa hängen stark von den Rücküberweisungen von Migrant*innen ab, Tunesien ist auf Nahrungsimporte angewiesen und in der Westsahara laufen Vorbereitungen, um grünen Wasserstoff herzustellen.

Europa will damit seine Energieversorgung diversifizieren und nimmt so in Kauf, den Status des von Marokko besetzten Gebietes zu bestätigen. Eine Reihe in Kooperation mit der Deutsch-Maghrebinischen Gesellschaft behandelt diese Themen.

Im Afrika südlich der Sahara spielen alte koloniale Seilschaften eine Rolle: Die Françafrique zieht bis heute Fäden und auch der Franc CFA wird in Westafrika zunehmend als Instrument der politischen und ökonomischen Einflussnahme wahrgenommen. Diesen und anderen Themen widmen sich die „Afrikanischen Aspekte“.

Die Brücke zur Lateinamerika-Reihe bildet ein Vortrag über die Geschichte der Sklaverei. In Ecuador bedroht der Energiehunger des Globalen Nordens den Lebensraum indigener Völker im Amazonas-Gebiet. Der Anbau von Kokasträuchern bildet für viele Kleinbauern die Existenzgrundlage, ihre wirtschaftliche Abhängigkeit von diesen Pflanzen steht in engem Zusammenhang mit Konsum und der Abhängigkeit von Drogen im Globalen Norden.

Seit letztem Jahr wird das Areal hinter dem Haus der Bildung zum Garten der Bildung umgestaltet. Die Keimzelle ist ein Lehr- und Nutzgarten, in dem der erste Jahrgang von Feldbotschafter*innen ausgebildet wurde. Auch in diesem Halbjahr werden Interessierte wieder durch Theorie und Praxis des Gemüseanbaus befähigt, sich ein Stück weit von steigenden Lebensmittelpreisen unabhängig zu machen.

Die Veranstaltungen aus der Reihe „Abhängigkeiten“ sind mit diesem Logo gekennzeichnet:



Uni im Rathaus



UNIVERSITÄT **BONN**

**Uni im Rathaus
Die Vermessung des Universums
200 Jahre Astronomie in Bonn**

Seit zwei Jahrhunderten erforschen Bonner Astronom*innen das Weltall. Sie entwickeln dazu die stärksten Teleskope und empfindlichsten Sensoren und bringen damit einst unermessliche Weiten in greifbare Nähe. Prof. Dr. Frank Bertoldi, Argelander-Institut für Astronomie, lädt zu einem Spaziergang durch Raum und Zeit ein, aus Bonn in die Weiten des Alls.

Buchen ■ **1101** Vortrag mit Diskussion Prof. Dr. Frank Bertoldi
Altes Rathaus, Bonn, Gobelinsaal
Mittwoch, 19.04.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
10 - 80 Teilnehmende



UNIVERSITÄT **BONN**

**Uni im Rathaus
Klimawandel in Bonn
Risiken und Handlungsoptionen**

In Deutschland ist die Temperatur im Vergleich zur vorindustriellen Zeit bereits um 1,6°C gestiegen. Hochwasser- und Dürreereignisse wechseln sich ab. Ist das das neue Normal? Wie sehen die Trends und Prognosen für Bonn aus? Und welche Handlungsoptionen gibt es, um sich an den Klimawandel anzupassen?

Die Bonner Geographin und Universitätsprofessorin Mariele Evers, die auch einen UNESCO Lehrstuhl für Mensch-Wasser-Systeme innehat, beleuchtet Fragen zu Effekten des Klimawandels sowie der Entstehung und den Auswirkungen wasserbezogener Risiken aus Forschung und Praxis. Außerdem werden mögliche Maßnahmen zur Anpassung vorgestellt sowie der Umgang mit dem stets vorhandenen Restrisiko diskutiert. Dabei geht Frau Prof. Evers konkret auf Beispiele in Bonn ein.

Buchen ■ **1102** Vortrag mit Diskussion Prof. Dr. Mariele Evers
Altes Rathaus, Bonn, Gobelinsaal
Mittwoch, 24.05.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
10 - 80 Teilnehmende

Informationsbesuche



**Informationsbesuch im Kameha Grand Bonn
Ein Blick hinter die Kulissen eines Grand Hotels**

Das Kameha Grand Bonn ist ein Ort, der durch sein puristisches Design und Exklusivität besticht. Von Konzerten über Autoausstellungen bis hin zur Detailplanung von Firmenevents mit unbegrenzten Möglichkeiten oder einem spontanen Aufenthalt - das Hotel sorgt durch seine Offenheit für Ideen und Inspirationen, für einen Ort der flexiblen Willkommenskultur. Neben vielfältigen kulinarischen Angeboten wartet das Hotel mit 254 außergewöhnlichen Zimmern und Themensuiten auf Gäste.

So verfolgt das Haus unter dem Motto „#mitbonnfürbonn“ die Vision, ein Ort der Erlebnisse zu sein, die Kultur und den Genuss zu fördern, offen für die gesamte Region und immer begeistert für neue Formate und Ideen zu bleiben.

Bei einem Rundgang durch das Hotel wird auch die ein oder andere Tür geöffnet, die ansonsten verschlossen bleibt.

Buchen ■ **1111** Informationsbesuch Mitarbeitende des Hotels Kameha Grand,
Am Bonner Bogen 1, 53227 Bonn
Dienstag, 07.02.23, 15.00-16.30 Uhr
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.

Das Kameha Grand bietet den Informationsbesuch kostenfrei an. Das Entgelt ist eine Schutzgebühr der VHS Bonn.
5 - 20 Teilnehmende

Eigene Anreise.
Treffpunkt:
In der Lobby des Kameha Grand.
Kostenpflichtige Parkplätze sind am Hotel vorhanden.
Das Hotel ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut zu erreichen.
Barrierefrei



Informationsbesuch des Shell Energie and Chemical Park Rheinland in Wesseling



Der Shell Energy and Chemicals Park Rheinland liegt zwischen Köln und Bonn und besteht aus den Standorten in Köln-Godorf sowie in Wesseling. Bis zu 3.000 Beschäftigte produzieren hier rund zehn Prozent des in Deutschland verbrauchten Diesel- und Ottokraftstoffes, rund 15 Prozent des Kerosins sowie Produkte für die chemische Industrie. Shell stellt derzeit an dem Standort im Rheinischen Revier wichtige Weichen für zukunftsweisende Energiewendeprojekte. Dazu zählen der Betrieb der europaweit größten Anlage für die Herstellung von grünem Wasserstoff sowie der Bau einer LNG-Anlage für CO2-neutralen Lkw-Treibstoff. Nach einer allgemeinen Einführung folgt die Rundfahrt durch den Standort Wesseling.

Buchen ■ **1112** Informationsbesuch Constantin Graf von Hoensbroech
Shell Energy and Chemicals Park Rheinland
Donnerstag, 09.02.23,
17.00-19.00 Uhr
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.
Shell Energie bietet den Informationsbesuch kostenfrei an. Das Entgelt ist eine Schutzgebühr der VHS Bonn.
20 - 30 Teilnehmende

Eigene Anreise.
Treffpunkt:
Bildungszentrum des Shell Energy and Chemicals Park Rheinland in Wesseling,
Ludwigshafener Straße 1,
50389 Wesseling
KVB-Linie 16:
Haltestelle: Wesseling-Süd.
Eine Teilnahme von Jugendlichen ab 14 Jahren ist in Begleitung eines Erziehungsberechtigten möglich.
Fotografieren oder Filmaufnahmen sind nicht erlaubt.
Bedingt barrierefrei (Ein- und Ausstieg in den Bus).
Aufgrund innerbetrieblicher Abläufe kann es - auch kurzfristig - zu einer Verschiebung oder Absage des Termins kommen.



**Informationsbesuch
in der Leitstelle der Stadtwerke
Bonn**

Was wäre eine Großstadt wie Bonn ohne einen leistungsfähigen öffentlichen Nahverkehr? Beim Besuch in der Leitstelle wird erklärt, wie die 187 Busse und die 99 Bahnfahrzeuge der SWB im täglichen Verkehr koordiniert werden. Der Leiter der Betriebsstelle, Joachim Schallenberg, erläutert die von der Leitstelle wahrgenommenen Aufgaben, zu denen die Lenkung und Sicherung des Bahn-, Straßenbahn-, und Busbetriebs sowie die Steuerung der Fahrgastinformationen und technischen Anlagen zählen.

In einem Vortrag über die SWB wird zudem über aktuell anstehende Projekte sowie die in der Region vorgesehenen Verkehrsplanungen informiert.

Büchen ■ **1114** Informationsbesuch
Joachim Schallenberg
SWB, Thomas-Mann-Str. 64,
53111 Bonn
Donnerstag, 02.03.23,
16.00-18.00 Uhr
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung
erforderlich.
5 - 6 Teilnehmende

Büchen ■ **1116** Informationsbesuch
Joachim Schallenberg
SWB, Thomas-Mann-Str. 64,
53111 Bonn
Montag, 13.03.23, 16.00-18.00 Uhr
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung
erforderlich.
5 - 6 Teilnehmende

Ein gültiger Personalausweis ist für die Einlasskontrolle mitzubringen.
Treffpunkt:
Ausgang der U-Bahnstation „Hauptbahnhof“ zur Thomas-Mann-Str., 53111 Bonn
Nicht barrierefrei.



**Informationsbesuch auf dem
Fliegerhorst Nörvenich
Besuch des Taktischen
Luftwaffengeschwaders 31
„Boelke“**

Bei einem Besuch im Taktischen Luftwaffengeschwader 31 „Boelke“ gibt es Informationen rund um den Fliegerhorst in Nörvenich. Die Geschichte, der Auftrag, Gliederung und die Entwicklung des Geschwaders werden vorgestellt. Nach der Besichtigung der militärisch-historischen Sammlung wird ein gemeinsames Mittagessen (auch vegetarisch) in der Truppenküche eingenommen. Anschließend wird das moderne Kampfflugzeug „EUROFIGHTER“ aus der Nähe zu sehen sein und erklärt. Zum Ende der Veranstaltung wird der Start der EUROFIGHTER und evtl. TORNADOS live aus der Nähe miterlebt.

Büchen ■ **1118** Informationsbesuch
Mitarbeiter Fliegerhorst Nörvenich
Fliegerhorst Nörvenich,
Oswald-Boelke-Allee 1,
52388 Nörvenich
Dienstag, 21.03.23, 10.45-14.45 Uhr
13,65 EUR, schriftliche Anmeldung
erforderlich.
10 - 25 Teilnehmende

Eigene Anreise.
Treffpunkt:
Hauptwache Fliegerhorst
Mindestalter: 15 Jahre
Wichtige Hinweise:
Aus Sicherheitsgründen ist es zwingend erforderlich, die Personalausweisnummer sowie die Nationalität bei der Anmeldung anzugeben. Die Bundeswehr überprüft die Daten und behält sich vor, angemeldeten Personen den Besuch zu verweigern.
Der Teilnahme am Mittagessen wird mit der Anmeldung zugestimmt (Kosten für das Essen sind im Preis enthalten, Getränke müssen separ-

rat vor Ort bezahlt werden).
Ein vorzeitiges Verlassen des Geländes ist aus Sicherheitsgründen nicht möglich.



**Stadtplanung in Bonn
Ein Spaziergang durch die
Altstadt**

Jedes Jahr im Frühling verzaubert die Kirschblüte in der Altstadt zahlreiche Bonner*innen und immer mehr Touristinnen und Touristen aus dem In- und Ausland. Dabei drohte die Bonner Altstadt in den 1960er- und 70er Jahren noch aufgrund städtebaulicher Missstände zu verkommen.

Die schönen Alleen sind ein Teil der Umgestaltung des gesamten Viertels, die im Rahmen des Programms zur Wohnumfeldverbesserung vom Land NRW von 1984 bis 1994 gefördert wurde. Dabei wurden viele unansehnliche Straßen verkehrsberuhigt und neugestaltet, Grünflächen und Spielplätze angelegt, Fassaden restauriert und triste Hinterhöfe in kleine grüne Oasen verwandelt. Doch als 1985 die Heerstraße als erste umgestaltet werden sollte, stieß die Planung zunächst auf Widerstand bei einigen Anwohnern.

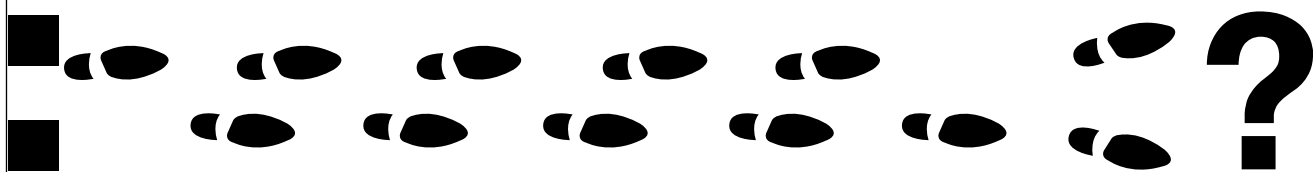
Brigitte Denkel hat als Stadtplanerin viele Jahre im Stadtplanungsamt gearbeitet und das Projekt und den gesamten Planungsprozess betreut. Sie berichtet auf dem Spaziergang von den Maßnahmen, die damals ergriffen wurden, um die Lebensqualität des Stadtteils zu verbessern und gleichzeitig die Anwohner*innen mit in diesen Prozess der Umgestaltung einzubinden. Mit vielen kleinen Schritten konnten so Erfolge erzielt werden, die heute die besondere Atmosphäre der Bonner Altstadt ausmachen.

Büchen ■ **1120** Rundgang
Brigitte Denkel
Treffpunkt: Information im Stadthaus,
Berliner Platz 2, 53103 Bonn
Dienstag, 18.04.23, 16.00-18.00 Uhr
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung
erforderlich.
10 - 20 Teilnehmende



Anzeige

Was kann man außer in Berlin nur in Bonn zu Fuß erreichen?*



* Auflösung auf Seite 30



Informationsbesuch in der Geothermie-Anlage des Kameha Grand Bonn



70 Prozent seines Kälte- und Wärmebedarfs deckt das Kameha Grand Bonn durch eine der größten Geothermie-Anlagen Europas. Sie besteht aus zehn je 28 Meter tiefen Brunnen.

Im Sommer wird kaltes Wasser durch die Deckenkonstruktionen des Hotels geleitet und zur Kühlung genutzt. Das erwärmte Wasser wird in einem unter dem Gebäude vorhandenen Aquifer eingelagert und im Winter genutzt, um über Wärmepumpen das Haus zu heizen. Gegenüber einer konventionellen Energieversorgung können so jährlich rund 1 700 MWh Primärenergieaufwand sowie 400 Tonnen CO2 eingespart werden. Steffen Große ist Technischer Leiter der EcoVisio GmbH, der Betreiber-gesellschaft der Geothermie-Anlage. Beim Informationsbesuch zeigt er, wie die Anlage funktioniert und erklärt andere technische Anlagen im Hotel wie die Sprinkleranlage und die Netzersatzanlage.

Buchen ■ 1122 Informationsbesuch Steffen Große Kameha Grand, Am Bonner Bogen 1, 53227 Bonn Montag, 24.04.23, 16.00-17.30 Uhr 8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich. EcoVisio GmbH bietet den Informationsbesuch kostenfrei an. Das Entgelt ist eine Schutzgebühr der VHS Bonn. 5 - 20 Teilnehmende

Eigene Anreise.
Treffpunkt:
In der Lobby des Kameha Grand.
Kostenpflichtige Parkplätze sind am Hotel vorhanden.
Das Hotel ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut zu erreichen.



Informationsbesuch bei den Vereinten Nationen in Bonn

Bonn hat sich in den letzten beiden Dekaden ein neues Profil als deutsche Stadt der Vereinten Nationen und Ort des internationalen Dialogs über Zukunftsthemen gegeben.

Auf dem UN Campus sind in mehreren Gebäuden 25 Organisationen mit fast 1 000 Mitarbeitenden ansässig: vom kleinen Sekretariat zur Erhaltung der europäischen Fledermauspopulationen bis hin zum Freiwilligenprogramm der Vereinten Nationen, das jährlich den Einsatz mehrerer tausend Menschen rund um den Globus koordiniert.

Der Vortrag gibt einen Überblick über die Geschichte der Vereinten Nationen in der Bundesstadt. Welche Organisationen sind hier ansässig? Was sind ihre Arbeitsgebiete?

Buchen ■ 1124 Informationsbesuch Harald Ganns UN-Campus, Platz der Vereinten Nationen 1, 53113 Bonn Mittwoch, 26.04.23, 16.00-18.00 Uhr Entgeltfrei, schriftliche Anmeldung erforderlich. 10 - 30 Teilnehmende

Buchen ■ 1126 Informationsbesuch Harald Ganns UN-Campus, Platz der Vereinten Nationen 1, 53113 Bonn Donnerstag, 01.06.23, 16.00-18.00 Uhr Entgeltfrei, schriftliche Anmeldung erforderlich. 10 - 30 Teilnehmende

Bitte beachten Sie, dass die Corona-Schutzverordnungen von Bund und Ländern auf dem Gebiet der Vereinten Nationen nicht gültig sind. Wir informieren Sie wenige Tage vor dem Besuch über die aktuellen UN-Regelungen. Für die Einlasskontrolle benötigen Sie ein gültiges Ausweispapier. Die Teilnahme ist ab 15 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen möglich.



Tee Gschwendner

Informationsbesuch bei TeeGschwendner

Im Jahr 1976 eröffnete der 22-jährige Albert Gschwendner in Trier seinen ersten Teeladen, weil er fand, dass es keine guten Einkaufsmöglichkeiten für Tee gab. Heute ist TeeGschwendner mit rund 126 Fachgeschäften, die im Franchisesystem geführt werden, der führende Tee-Facheinzelhändler Deutschlands. Hinzu kommen Geschäfte in Österreich, Luxemburg, Kuwait und den USA.

In Meckenheim befindet sich die Systemzentrale mit rund 180 Mitarbeitenden. Hier sind hochmoderne Anlagen zur Teemischung, Zentral-lager, Verwaltung und ein eigenes Labor untergebracht, in dem die Tees analytisch überprüft werden. Aber auch Tee-Verkoster arbeiten hier, die in der Hochsaison 300 Tassen Tee am Tag auf Qualität und Geschmack prüfen. Der Informationsbesuch gibt einen Einblick in die Etappen, die der Tee durchläuft, bevor er aufgebriht wird: vom Einkauf über Produktion und Qualitätskontrolle bis zur Lagerung.

Buchen ■ 1127 Informationsbesuch Daniel Mack TeeGschwendner, Heidestr. 26, 53340 Meckenheim Freitag, 05.05.23, 14.00-16.30 Uhr 8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich. TeeGschwendner bietet den Informationsbesuch kostenfrei an. Das Entgelt ist eine Schutzgebühr der VHS Bonn. 10 - 20 Teilnehmende

Eigene Anreise.
Treffpunkt: Haupteingang
Tee Gschwendner
Nicht barrierefrei.



Stadtstreifen Bonn aus der Sicht einer ehemals Wohnungslosen



Indem wir uns von ehemals oder aktuell wohnungs- bzw. obdachlosen Menschen durch ihre Stadt führen lassen, kön-

nen wir neue Blickwinkel auf Bonn gewinnen, die selbst alteingesessenen Bonner*innen bisher oft verborgen blieben. Die vertrauten Orte, Straßen und Plätze sehen wir durch andere Augen und lernen sie auf diese Weise neu und anders kennen. Dabei hören wir von den vielfältigen Herausforderungen des Lebens auf der Straße und erfahren, wie sich Menschen, deren Perspektive oft nicht beachtet wird, ein Zusammenleben in unserer Stadt vorstellen.

Büchen ■ **1128** Rundgang
Melanie Konrat
Maximiliancenter, Poststr. 2 - 4,
53111 Bonn
Montag, 08.05.23, 10.00-12.00 Uhr
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung
erforderlich.
10 - 20 Teilnehmende

Treffpunkt: Maximiliancenter,
vor dem Eingang von Primark
Bedingt barrierefrei
Spenden im Anschluss an den
Rundgang sind erwünscht.



ANDREAS GEMEIN
KARTONAGENFABRIK



Informationsbesuch in der Kartonagenfabrik Andreas Gemein

Seit 1963 werden in der Kartonagenfabrik Gemein Kartonagen aus Vollpappe hergestellt. Der jetzige Inhaber, Andreas Gemein, führt durch den Betrieb und erläutert die einzelnen Produktionsschritte. Er gibt Informationen über den Werkstoff Vollpappe und die Anwendungsgebiete der hier produzierten Kartonagen.

Büchen ■ **1130** Informationsbesuch
Andreas Gemein
Kartonagenfabrik Andreas Gemein,
Königswinterer Str. 596, 53227 Bonn
Donnerstag, 11.05.23,
17.00-18.30 Uhr
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung
erforderlich.
Die Kartonagenfabrik Gemein bietet den Informationsbesuch kostenfrei an. Das Entgelt ist eine Schutzgebühr der VHS Bonn.
10 - 20 Teilnehmende

Eigene Anreise
Treffpunkt: Haupteingang
Bedingt barrierefrei.



FEUERWEHR UND RETTUNGSDIENST BONN



Informationsbesuch in der Feuerwache 1

Die für das Bonner Zentrum zuständige Feuerwache 1 ist die größte der vier Bonner Wachen der Berufsfeuerwehr und der Sitz der Verwaltung von Feuerwehr und Rettungsdienst. Außerdem ist hier die Leitstelle untergebracht, bei der die Notrufe aus dem gesamten Bonner Stadtgebiet eingehen.

Ein Beamter der Berufsfeuerwehr Bonn leitet die Führung durch die 1973 in Betrieb genommene Wache, bei der Fuhrpark, Werkstätten und die Leitstelle zu sehen sind. Es wird geschildert, wie eine normale Schicht aussieht und wie oft es vorkommt, dass eine Schicht normal ist.

Büchen ■ **1132** Informationsbesuch
Frank Frenser
Feuerwache 1,
Lieselingsweg 112, 53119 Bonn
Dienstag, 16.05.23, 15.30-17.00 Uhr
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung
erforderlich.
Die Berufsfeuerwehr bietet den Informationsbesuch kostenfrei an. Das Entgelt ist eine Schutzgebühr der VHS Bonn.
10 - 20 Teilnehmende



BrotBier trinken
und damit Gutes tun.

Informationsbesuch in einer kleinen Bierbrauerei Brot-Bier trinken und damit Gutes tun



Unter diesem Motto braut Ralf Mohr seit 2017 das erste Brot Bier Deutschlands unter dem Namen „Highway to Helles“, um ein Zeichen gegen die Lebensmittelverschwendung zu setzen. Er bezieht das nicht verkaufte Brot des Tages von der Bio-Bäckerei "Brotbäckchen", maischt es mit anderen Malzen ein und daraus entsteht später Bier. Der Rückstand des Braumalzes - der Treber - wird zu Treberbrot, Knäckebrot oder auch Cookies verarbeitet. Er spendet einen Teil des Erlöses aus dem Verkauf an unterschiedliche Einrichtungen im Vorgebirge.

Ralf Mohr arbeitet eng mit der Brauerei Lukas Zimmermann zusammen, denn hier kann eine größere Menge Brot Bier gebraut werden. Bei einem Rundgang durch die Brauerei erklärt Lukas Zimmermann, wie Bier gebraut wird. Im Anschluss gibt es die Möglichkeit, Bier und Gebackenes aus dem Treber zu probieren.

Büchen ■ **1134** Informationsbesuch
Ralf Mohr, Lukas Zimmermann
Zimmermann Craftbeer,
Enggasse 9, 53332 Bornheim
Dienstag, 23.05.23, 17.00-18.30 Uhr
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung
erforderlich.
Die Brauerei bietet den Informationsbesuch kostenfrei an. Das Entgelt ist eine Schutzgebühr der VHS Bonn.
10 - 20 Teilnehmende

Ausstellungen

Ausstellung: Zurück in die Zukunft Der Theaterplatz in Bad Godesberg

Wie soll der zentrale Platz der Bad Godesberger Innenstadt künftig aussehen? Nach 1987 steht diese Frage heute wieder im Mittelpunkt der städtebaulichen Planung. Mit Bildern, Skizzen und einem Modell liefert die kleine Ausstellung einen anschaulichen Beitrag, wie eine Lösung aussehen könnte. Eine Arkade, im lateinischen Arcus, spannt den Bogen von 1987 bis ins Jahr 2022.

Büchen ■ **1202** Ausstellung
Initiative "Zurück in die Zukunft"
VHS, Am Michaelshof 2, Foyer
31.01.2023 - 02.03.2023
Entgeltfrei

Besuch zu den Öffnungszeiten der VHS Bad Godesberg. Nicht in den Schulferien.



Fotoausstellung: Ukraine Spuren eines Krieges



Am 24. Februar 2022 hat Russland mit einem Angriffskrieg auf die Ukraine Europa und die Welt erschüttert. Seit Kriegsbeginn ist Francisco De la Torre als Kriegsberichterstatler mit der Film- und Fotokamera in Lemberg, Kiew, Odessa, Irpin, Bucha, Zaporizhzhia, Orikiv und vielen weiteren Orten mit ukrainischen Kolleginnen und Kollegen unterwegs. In seinen Bildern wird die Entwicklung des Krieges und die Auswirkung auf die Menschen vor Ort deutlich,

genauso aber auch, wie zerrissen ein Land im Kriegszustand ist. Oft fiel es ihm schwer, nur Beobachter zu sein und den Schmerz auszublen- den, beim Anblick des Leids der Menschen, die dort geblieben sind und um ihr Überleben kämpfen.

Büchen ■ **1204** Ausstellung
Francisco De la Torre
VHS, Am Michaelshof 2, Foyer
07.03.-27.04.23
Entgeltfrei

Besuch zu den Öffnungszeiten der VHS Bad Godesberg. Nicht in den Schulferien.



Ausstellungseröffnung: Ukraine Spuren eines Krieges

Büchen ■ **1204A** Ausstellungseröffnung
Francisco De la Torre
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05
Dienstag, 07.03.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 70 Teilnehmende



Fotoausstellung: Art of Nature in Kooperation mit dem Foto Club Wachtberg



„Mutter Natur“ ist eine Künstlerin... man muss nur genau hinschauen. Von der Milchstraße am nächtlichen Himmel bis zum Mikro-Kosmos - die

Natur bietet Kunstwerke im Überfluss. Das Spektrum der fotografischen „Natur-Kunst“ umfasst beispielsweise die Schleimpilze-Winzlinge in den Wäldern vor unserer Haustür, die - schwindende - Insektenvielfalt in unseren Gärten aber auch die überwältigende Schönheit unseres unendlichen Himmels oder die abstrakte Schönheit diverser Landschaften.

Fest steht, dass die Natur in der Krise steckt. Der ökologische Fußabdruck des Menschen ist größer als die Natur verkraften kann. Ziel der Ausstellung ist es, ein neues Bewusstsein im Umgang mit der Natur, Umwelt und Kunst zu schaffen, denn wir sind von der Natur abhängig. Die Ausstellung gibt Einblicke in oft unbekannte Welten und zeigt die Natur von ihrer schönsten Seite.

Büchen ■ **1208** Ausstellung
Foto Club Wachtberg
VHS, Am Michaelshof 2, Foyer
02.05.-21.06.23
Entgeltfrei

Besuch zu den Öffnungszeiten der VHS Bad Godesberg. Nicht in den Schulferien.



Ausstellungseröffnung: Art of Nature In Kooperation mit dem Foto Club Wachtberg

Büchen ■ **1208A** Ausstellungseröffnung
Foto Club Wachtberg
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05
Dienstag, 02.05.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 70 Teilnehmende

Wirtschaft und Soziales

Bonn im Wandel: Skills4Transformation

Das Kompakt-Training richtet sich an Menschen mit Erfahrung im Bereich Moderation und Beteiligung, die sich vor Ort im Viertel für eine klimaneutrale und lebenswerte Stadt engagieren wollen und Teil der Bonner Wandelbewegung werden möchten. Dabei wird mit Inhalten und Methode gearbeitet, die auch bei Bonn4Future genutzt werden. Dazu gehört zum Beispiel die Frage: Was muss ich über den Klimawandel in Bonn wissen und wie spreche ich darüber? Welche guten Ansätze gibt es? Was braucht es für eine lebendige und starke Gruppe und wo ist mein Platz?

Da es sich um einen Schritt für Schritt Prozess handelt, der aufeinander aufbaut, bitten wir darum, dass sich Interessierte nur anmelden, wenn sie an allen Tagen teilnehmen können und möchten.

Das Training besteht aus zwei Teilen: Einem Onlinetreffen am Freitag, den 3.3.2023 von 19:00 bis 21:00 Uhr mit einer Einführung zum Thema „Transformation - wie gehts?“.

Kompakt-Training von Samstag, den 4.3.2023 von 10:00 bis 18:00 Uhr und Sonntag, den 5.3.2023 von 9:30 bis 17 Uhr.

Büchen ■ **1306** Kompakt-Training
Gesa Maschkowski, Lukas Falkner
VHS, Mülheimer Platz 1,
Raum 1.11 (Saal)
Freitag, 03.03.23, 19.00-21.00 Uhr,
Samstag, 04.03.23, 10.00-18.00 Uhr,
Sonntag, 05.03.23, 9.30-17.00 Uhr
Entgeltfrei, schriftliche Anmeldung erforderlich.
5 - 10 Teilnehmende

Genauere Informationen folgen nach der Anmeldung.



Digitale Akademie

Die Digitale Akademie informiert über Chancen und Herausforderungen der Digitalisierung und versucht dabei, ein breites und buntes Spektrum an Themen abzudecken.

Beschleuniger für digitale Startups DIGITALHUB präsentiert die Handwerker des Vertrauens

„Zum Gründen muss man bestimmt nach Berlin, hier gibt's keine Möglichkeiten!“ Das Gegenteil ist der Fall - dafür steht der DIGITALHUB. Das Gründungszentrum im Herzen Bonns ist eine Entwicklungs- und Begegnungsstätte für digitale Startups, Unternehmen, Wissenschaft und Forschung.

Jan Klein berichtet Neues aus der Bonner Startup Szene, erklärt, welche Angebote der DIGITALHUB Gründungsinteressierten bietet und stellt mit Handwerker des Vertrauens (HdV) ein Startup aus dem Accelerator Programm vor.

Im Handwerk fehlen in Deutschland 250 000 qualifizierte Mitarbeitende. Tendenz steigend. Um die vorhandenen Handwerker so effizient wie möglich einzusetzen, bietet die Digitalisierung enorme Chancen.

HdV ist die Plattform, die Bauaufträge verbindlich vermittelt. Das junge Startup übernimmt die komplette Auftragsabwicklung für Handwerker und nimmt ihnen den Aufwand bei der Kundenkommunikation ab, wodurch sie effizienter arbeiten, und mehr Aufträge erledigen können. Kunden von HdV profitieren wiederum von der schnellen und verbindlichen Vermittlung von Handwerkern.

Büchen ■ **1334ON** Vortrag mit Diskussion
Jan Klein
Online-Angebot
Dienstag, 07.02.23, 10.00-11.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung erforderlich.
Die Zugangsdaten erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig per E-Mail vor Kursbeginn zugesandt.
5 - 200 Teilnehmende



Energie sparen mit Smart-Home



Können SMART-Home Konzepte helfen, den häuslichen Energieverbrauch zu verringern? Ja, denn nur, wenn man versteht, wo die Energie „versinkt“, kann man sie einsparen - besonders in Zeiten der Energiewende bringen SMART-Home Lösungen hier Licht ins Dunkel.

Erwin Weber hat nach dem Studium

für verschiedene Telekommunikations- und IT-Dienstleister gearbeitet. Er blickt auf über 25 Jahre Berufserfahrung als Unternehmensberater für Innovationsmanagement und Digitalisierung zurück.

Sein Vortrag vermittelt neben den theoretischen Hintergründen einen Überblick über am Markt etablierte Konzepte und Geschäftsmodelle und schließt mit einer praktischen Vorführung ab.

Büchen ■ **1336ON** Vortrag mit Diskussion Erwin Weber
Online-Angebot
Dienstag, 14.02.23, 10.00-11.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung erforderlich.
Die Zugangsdaten erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig per E-Mail vor Kursbeginn zugesandt.
5 - 200 Teilnehmende



Vater Staat und Open Source Wege aus der Abhängigkeit von US-Diensten



Im Koalitionsvertrag der Ampel steht, dass öffentliche Entwicklungsaufträge in der Regel als Open Source beauftragt und die entsprechende Software grundsätzlich öffentlich gemacht wird.

Wirtschaft, Wissenschaft und Verwaltung in Europa wollen mit Gaia-X eine sichere und vertrauenswürdige Dateninfrastruktur schaffen, die wettbewerbsfähige Geschäftsmodelle ermöglicht. Die Sorge vor der Übermacht US-amerikanischer Internet-Konzerne ist so groß, dass der Staat ihr Monopole bekämpfen soll. Jochim Selzer vom CCC geht der Frage nach, ob europäische Verwaltungen mit ihrer Open Source-Strategie einen Beitrag zur Unabhängigkeit von US-amerikanischen leisten können.

Büchen ■ **1338ON** Vortrag mit Diskussion Jochim Selzer
Online-Angebot
Dienstag, 28.02.23, 10.00-11.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung erforderlich.
Die Zugangsdaten erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig per E-Mail vor Kursbeginn zugesandt.
5 - 200 Teilnehmende



War das Internet ein Fehler? Die Fallstricke weltweiter Kommunikation

Groß waren die Hoffnungen ins Internet: Ein weltumspannendes Netz sollte es sein, in dem alle miteinander reden, das Grenzen überwindet und im Wettstreit der Ideen die menschliche Zivilisation auf eine

neue Stufe hebt.

Die weltweite Kommunikation wurde zwar Wirklichkeit, mit ihr verbreiten sich aber auch Falschnachrichten so schnell, dass es nahezu unmöglich ist, wieder einzufangen. Meinungsverschiedenheiten gipfeln in Schreitwettbewerben, bei denen die Partei gewinnt, welche die andere mit mehr Mist bewirft als diese abwehren kann.

Autokratischen Regierungen dienen die Auswüchse als Vorwand, um den weltweiten Wildwuchs in kleine Parzellen zu stutzen, in denen Ruhe und Ordnung herrscht. Kommerziell Interessierte wollen nicht, dass das Konsumerlebnis durch wilde Flohmärkte oder politische Kundgebungen getrübt wird.

Eine Lösung hat Jochim Selzer vom Chaos Computer Club auch nicht. Er lädt ein zu einer Diskussion über das Beste aller Netze: Soll es anarchisch sein und Wirrköpfen und politischer Agitation eine ökologische Nische bieten? Oder soll es straff durchreglementiert werden, damit Kinder unbeaufsichtigt streunen können, gut behütet vom Großen Bruder?

Büchen ■ **1340ON** Vortrag mit Diskussion Jochim Selzer
Online-Angebot
Dienstag, 07.03.23, 10.00-11.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung erforderlich.
Die Zugangsdaten erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig per E-Mail vor Kursbeginn zugesandt.
5 - 200 Teilnehmende



Den Bitcoin verstehen

Der Bitcoin ist immer häufiger in der Presse und öffentlichen Diskussionen präsent. Im Kopfkino vieler tauchen Bilder von Kriminellen auf, die mit Waffen und Drogen handeln und Firmen erpressen. Eine aktuelle Studie kommt zu dem Ergebnis, dass das Schürfen der Bitcoin jährlich mehr Strom verbraucht als Österreich. Ist der Bitcoin also ein Klimakiller oder ist die Sachlage komplizierter?

Thomas Kremer, agiler Coach und Trainer bei der Deutschen Telekom, und Jan-Paul, freiberuflicher Projektmanager und Podcaster geben einen Überblick über die vielen Facetten von Bitcoin.

Büchen ■ **1342ON** Vortrag mit Diskussion Thomas Kremer, Jan-Paul
Online-Angebot
Dienstag, 14.03.23, 10.00-11.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung erforderlich.
Die Zugangsdaten erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig per E-Mail vor Kursbeginn zugesandt.
5 - 200 Teilnehmende



Gewaltfreie Kommunikation Bildungsurlaub

Vielleicht kennen Sie das: Es gibt Stress auf der Arbeit, Sie ärgern sich über Kolleg:innen oder andere Mitmenschen, ein Wort gint das andere. Zuhause stehen Sie unter Druck. Es fallen immer wieder die gleichen Schuldzuweisungen, die Stimmung kippt schnell und Sie wollen doch eigentlich harmonisch zusammenleben?

In diesem Bildungsurlaub lernen Sie die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg kennen und erfahren deren verbindende Wirkung. Sie gewinnen Klarheit über bisherige Kommunikationsmuster und erfahren in der Empathie für sich selbst und andere eine kraftvolle Alternative.

Freuen Sie sich auf ein lebendiges Seminar mit Theorieanteilen, Austausch und vielen Übungen. Eigene Konfliktbeispiele sind herzlich willkommen!

Die Dozentin ist Lehrerin und ist Dozentin auf Gewaltfreie Kommunikation spezialisiert.

Büchen ■ **2186S** Bildungsurlaub Tanja Bunzel
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Montag, 17.07. bis Mittwoch, 19.07.23, 9.00-16.30 Uhr, 3 Tage
146,00 EUR; erm. 104,03 EUR,
Anmeldung erforderlich
Abmeldungen sind nur schriftlich bis 14 Tage vor Beginn möglich.
7 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **2195J** Bildungsurlaub Linda Mentner
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Montag, 23.01. bis Mittwoch, 25.01.23, 9.00-16.30 Uhr, 3 Tage
138,40 EUR; erm. 98,71 EUR,
Anmeldung erforderlich
Abmeldungen sind nur schriftlich bis 14 Tage vor Beginn möglich.
7 - 12 Teilnehmende

Internationales

Für die Vereinten Nationen arbeiten?

Berufliche Möglichkeiten bei internationalen Organisationen

Wenn Sie der Gedanke reizt, Ihr Berufsleben der Arbeit bei einer internationalen Organisation zu widmen, erfahren Interessierte mehr über Berufsperspektiven bei internationalen Organisationen vom ehemaligen deutschen Generalkonsul in Genf, Rainer Döbelstein.

Er behandelt unter anderem folgende Themen und geht auch auf Fragen ein:

- Organisationen und Arbeitsplätze, die in Frage kommen
- Gehälter und Leistungen an Mitarbeitende
- Personalrekrutierungsverfahren
- Einstiegswege
- Chancenreiche Bewerbungsprofile
- Erwerb einschlägiger Berufserfahrungen

Büchen ■ **1501** Vortrag mit Diskussion Rainer Döbelstein
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05
Mittwoch, 19.04.23, 18.00-20.00 Uhr
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.
10 - 40 Teilnehmende



Wo steht Frankreich heute? 60 Jahre deutsch-französischer Freundschaftsvertrag

Die Zukunft der deutsch-französischen Beziehungen bestimmt das Schicksal Europas. Wenn Paris und Berlin sich nicht einig sind, gibt es keinen Fortschritt in Brüssel.

Gibt es noch die vielbeschworene deutsch-französische Achse oder stottert der Motor? Welche Brüche gibt es ein Jahr nach der Präsidentschaftswahl in der französischen Gesellschaft? Welche Rolle will das Land in der EU einnehmen? Wird es so europafreundlich bleiben oder sich gar langfristig von Europa abwenden? Wie agiert Frankreich in der Ukraine-Krise?

Diese Fragen diskutiert Dr. Siebo Janssen, der auch von Phoenix zu Europa-Themen befragt wird, mit dem Frankreich-Fachmann Jochen Leyhe.

Büchen ■ **1504** Vortrag mit Diskussion Dr. Siebo Janssen, Jochen Leyhe
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Montag, 15.05.23, 20.00-21.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 18 Teilnehmende



Mikrokredite

Ein Weg in die (Un)abhängigkeit?



In Kooperation mit FIAN Deutschland und der Stiftung Asienhaus

Mikrokredite wurden zur Armutsbekämpfung gegründet und schrieben in

Ländern des Globalen Südens eine Geschichte voller Höhen und Tiefen. Heute hat sich die Idee dahinter geändert und nachhaltige Banken und Genossenschaften wollen damit Zugang zu finanziellen Dienstleistungen schaffen. In den letzten Jahren häuften sich jedoch kritische Stimmen, die an ihrer Wirksamkeit zweifelten. In manchen Fällen bewirke der Mikrokredit gar das Gegenteil und führe zu Verschuldung und neuen Abhängigkeiten. In Kambodscha kommt es sogar zu Menschenrechtsverletzungen. Was hat es damit auf sich? Wann und wo sind Mikrokredite sinnvoll? Welcher Kriterien bedarf es, damit die Kredite funktionieren? Ulrike Lohr (SÜDWIND-Institut), Mathias Pfeifer (FIAN Deutschland), Vertreter*in Banken/Genossenschaften

Moderation: Christina Keppel (Wirtschafts- und Finanzjournalistin)

Büchen ■ **1506** Vortrag mit Diskussion Ulrike Lohr, Mathias Pfeifer, Christina Keppel
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)
Dienstag, 09.05.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 80 Teilnehmende



Alles unter der Sonne? Sechs Jahrzehnte Tourismus in Spanien



Im Verlauf von sechs Jahrzehnten kann Spanien eine weltweit einzigartige Karriere im internationalen Fremdenverkehr vorweisen. Die Wirtschafts-

bilanz des Königreichs ist erheblich abhängig vom Massentourismus. Warum fahren Millionen Touristen bis heute auf die Iberische Halbinsel und die spanischen Ferieninseln?

Wie hat der rekordverdächtige Fremdenverkehr das Land geprägt? Und: Welche Auswirkungen bringt der globale Klimawandel sowie die Corona-Krise für künftige wirtschaftliche und soziale Perspektiven der Tourismusbranche in Spanien?

Raimund Allebrand, Publizist und Spanien-Experte mit zahlreichen Publikationen zu Themen der Iberischen Halbinsel und Lateinamerikas,

zieht Bilanz.

Büchen ■ **1512** Vortrag mit Diskussion Raimund Allebrand
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)
Mittwoch, 01.03.23, 18.15-19.45 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 80 Teilnehmende



Die Versteinerte Revolution Mexiko im 20. und 21. Jahrhundert



Die mexikanische Revolution (1910-1920) gilt als die erste nachhaltige soziale Umwälzung des vergangenen Jahrhunderts und kostete eine Million Menschenleben. Ab den 1920er Jahren bestimmte eine einzige aus dem Revolutionsprozess hervorgegangene Kraft die mexikanische Innenpolitik über mehr als sechs Jahrzehnte. Erst spät öffnet sich Mexiko für politische Alternativen jenseits der institutionalisierten Revolutionspartei (PRI). Folge war eine merkwürdige soziale Entwicklung der mexikanischen Gesellschaft, aber auch erhebliche Korruption und Gleichschaltung.

In einem Vortragsgespräch gehen der Journalist Raimund Allebrand und der Historiker Prof. Dr. Walther Bernecker von der Universität Erlangen-Nürnberg der Frage nach, ob eine effektive Demokratie nach einer Revolution überhaupt möglich ist und klären, wie sich Mexiko heute gegenüber dem großen Bruder USA positioniert.

Büchen ■ **1514** Vortrag mit Diskussion Prof. Dr. Walther L. Bernecker
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)
Mittwoch, 01.02.23, 18.15-19.45 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 80 Teilnehmende



Nicaragua Ist die Zeit der alternativen Revolutionen vorbei?



Der Sturz der Somoza-Diktatur im Jahr 1979 bleibt in Nicaragua unvergessen. Mit ihr endeten Jahrzehnte der Repression. Die nachfolgende linke, sandinistische Revolution schuf ein neues Land mit neuen Formen der Beteiligung, die auf einer neuen Sozial- und Bildungspolitik und einer Agrarreform gründete. Doch der Verfall der Weltmarktpreise für Exportgüter und das Handels embargo der USA stürzten das Land in den Bankrott.

1990 wurden die Sandinisten abgewählt, eine neoliberale Regierung folgte. Sie schuf den Sozialstaat faktisch ab. Massive Proteste, Streiks und Straßenblockaden folgten. Die wechselnden Regierungen haben seither weder den politischen Willen noch den finanziellen Spielraum gehabt, die Spar- und Privatisierungspolitik neoliberalen Zuschnitts zu beenden. Heute zählt Nicaragua zu den ärmsten Ländern Lateinamerikas.

Prof. Dr. Volker Wunderlich lehrt am Historischen Seminar der Leibniz Universität Hannover. Er diskutiert die Frage, ob die Zeit der revolutionären Alternativen in Zentralamerika vorbei ist.

Büchen ■ 1516 Vortrag mit Diskussion Prof. Dr. Volker Wunderlich VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal) Mittwoch, 08.02.23, 18.15-19.45 Uhr Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen. 5 - 80 Teilnehmende

Venezuela
Die bolivariische Revolution, die keine war?



1998 gewann Hugo Chávez, der durch einen gescheiterten Staatsstreich im Jahr 1992 bekannt geworden war, überraschend die Präsidentschaftswahlen in Venezuela. Der Weg seines Aufstiegs vom Verschwörer zum Präsidenten markierte den Beginn einer neuen politischen - populistischen - Ära. Seine bolivariische Revolution sollte ein prächtiger Meilenstein für den „Sozialismus des 21. Jahrhunderts“ werden mit basisdemokratischen Entscheidungsinstanzen in allen Städten.

Als Chávez 2013 verstarb und Nicolás Maduro die Macht übernahm erweist sich der Chavismo ohne Chávez als nicht funktionierend. Die einstigen Ideale des Chavismus haben es zunehmend schwer in einem Land, in dem es oft nur noch um den Machterhalt geht. Venezuelas Regierung agiert zunehmend wirtschaftsliberal. Basisgruppen haben da schlechte Karten. Doch einige halten dagegen - um ihre Revolution zu retten.

Dr. habil. Thomas Kestler, Universität Würzburg (Lehrstuhl für Vergleichende Politikwissenschaft und Systemlehre, Institut für Politikwissenschaft und Soziologie).

Büchen ■ 1518 Vortrag mit Diskussion Dr. habil. Thomas Kestler VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal) Mittwoch, 22.02.23, 18.15-19.45 Uhr Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen. 5 - 80 Teilnehmende

Lateinamerikanische Perspektiven

Die aktuelle Energiekrise zeigt, wie abhängig Deutschland vom Rohstoffimport aus dem Ausland ist und welche Konsequenzen das für unser Leben hat. Die Vortragsreihe widmet sich dieses Halbjahr dem Thema „Abhängigkeiten in Lateinamerika“. Von Abhängigkeitsbeziehungen in der aztekischen Gesellschaft bis hin zu Ecuadors Abhängigkeit vom Erdölexport heute - die Vorträge beleuchten unterschiedliche Formen von Abhängigkeit in Lateinamerika aus historischen, anthropologischen und entwicklungspolitischen Perspektiven.

Kolumbien und das Kokain Nord-Süd-Konflikt oder Abhängigkeit?



Wie unzertrennbar sind „Koka“ und „Kolumbien“ miteinander verbunden? Fakt ist: In Kolumbien wird Koka wahrscheinlich auf mehr als 200 000 Hektar Land angebaut. Für viele Bauern stellt der Anbau die Lebensgrundlage dar. Der existentiellen Abhängigkeit der Kleinbauern vom Koka-Anbau steht gegenüber, dass geschätzt die Hälfte der Koka in Schutzgebieten angebaut wird. Dies erfolgt mit verheerenden Auswirkungen für Menschen und Umwelt: notwendige Infrastruktur in den Gebieten wird nicht aufgebaut, staatliche Schutzmechanismen greifen kaum, Drogenhändler übernehmen die Macht. Die Umwelt ist durch die Rodung von Primärwald und die Einbringung von belastenden Chemikalien in den Boden betroffen.

Der Journalist Dr. Elmar Römpczyk zeichnet Wege aus dem Dilemma nach, denn Ansätze gibt es, wie etwa eine Initiative von kolumbianischen Kleinbauern, die in Schutzgebieten gleichzeitig legal wirtschaften und die Umwelt schützen.

Büchen ■ 1519 Vortrag mit Diskussion Dr. Elmar Römpczyk VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal) Dienstag, 14.03.23, 18.15-19.45 Uhr Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen. 5 - 80 Teilnehmende



Rohstoff-Konflikte im Regenwald Der Kampf indigener Völker um ihre Territorien



Die weltweite Abhängigkeit von Erdöl aus dem Amazonas-Gebiet weitet sich seit Jahren aus - auch unter Beteiligung europäischer Großkonzerne. Immer wieder entstehen Bruchstellen in den Pipelines, mit katastrophalen Folgen für die Natur und die indigene Bevölkerung, die auf ein intaktes Ökosystem angewiesen ist. Demgegenüber steht die große finanzielle Abhängigkeit der Amazonas-Staaten von der Erdölförderung. Welche Perspektiven, Mittel und Wege haben die indigenen Völker Lateinamerikas im Kampf um ihren Lebensraum?

Christian Cray war für die Entsendeorganisation „Dienste in Übersee“ bis Juni 2022 als Fachkraft für Organisationsentwicklung und Umweltkommunikation im Amazonas-Gebiet im Einsatz. Er berichtet über den Kampf der Indigenenverbände in Ecuador für ihr Territorium und gegen den Rohstoffrausch im Regenwald.

Büchen ■ 1520 Vortrag mit Diskussion Christian Cray VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal) Donnerstag, 30.03.23, 18.15-19.45 Uhr Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen. 5 - 80 Teilnehmende

Segunda abolição Die zweite Abschaffung der Sklaverei in Brasilien



„Sklavenhandel ist nicht nur Grundstein des amerikanischen, sondern auch des europäischen und atlantischen Kapitalismus.“, so der Historiker Marcus Rediker. In Brasilien spricht man von einem Genozid an Afrobrasilianer*innen und Indigenen, der bis heute anhält: ein Genozid an den jungen schwarzen Favelad@s heute. Der brasilianische Staat erscheint in der Favela vor allem mit gewalttätigen

gen mörderischen Polizeieinsätzen. Bis heute prägen Strukturen der Sklaverei die afroamerikanische Bevölkerung in Brasilien. Die Forderungen nach einer segunda abolição, nach der ersten im Jahre 1888, werden immer lauter. Laura Held, Redakteurin bei der Zeitschrift ILA, berichtet von der überaus lebendigen Schwarzen Kultur in Brasilien.

Büchen ■ 1522 Vortrag mit Diskussion
Laura Held
VHS, Mülheimer Platz 1,
Raum 1.11 (Saal)
Dienstag, 18.04.23, 18.15-19.45 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 80 Teilnehmende

**También la lluvia
Und dann der Regen**



„Und dann der Regen“ (deutschsprachiger Festivaltitel: „Sogar der Regen“) ist ein Filmdrama der Regisseurin Icíar Bollaín aus dem Jahr 2010. Der Film erzählt die Geschichte des Regisseurs Sebastián (Gael García Bernal), und des Filmproduzenten Costa (Luis Tosar), die in Bolivien einen Film über Christoph Kolumbus drehen wollen. Während der Dreharbeiten werden sie in die lokalen Konflikte um die Trinkwasserversorgung der Bevölkerung hineingezogen, die auf den tatsächlichen Ereignissen der bolivianischen Wasserkrise von Cochabamba basieren. Der Film situiert historische in zeitgenössischen Konflikten und thematisiert wechselseitige Abhängigkeitsverhältnisse, die auf unterschiedlichen Ebenen bestehen.

Büchen ■ 1524 Filmpräsentation mit anschließender Diskussion
Dr. Antje Gunsenheimer
VHS, Mülheimer Platz 1,
Raum 1.11 (Saal)
Dienstag, 02.05.23, 18.15-19.45 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 80 Teilnehmende

**Formen der Sklaverei in der
aztekischen Gesellschaft**



„Und sie behandelten uns wie Sklaven“ - mit diesen Worten beschwerten sich aztekische Adlige im 16. Jahrhundert gegenüber den spanischen Kolonialbehörden. Diese Aussage wirft ein Schattenlicht auf die vorspanische aztekische Gesellschaft, für die bislang die Existenz von Schuldknechtschaft aber keine Sklaverei bekannt war.

Dr. Antje Gunsenheimer, Abteilung für Altamerikanistik der Universität Bonn, analysiert anhand von Primärquellen das Vorhandensein und die Formen verschiedener Abhängigkeitsverhältnisse in vorspanischer Zeit.

Büchen ■ 1526 Vortrag mit Diskussion
Dr. Antje Gunsenheimer
VHS, Mülheimer Platz 1,
Raum 1.11 (Saal)
Dienstag, 16.05.23, 18.15-19.45 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 80 Teilnehmende

**Afrika-Atlantik-Amerikas
Sklavereien, Sklavenhandel und
Abhängigkeit**



Die atlantische Sklaverei entstand in Afrika und wurde von afrikanischen Eliten, auch muslimischen, von Anfang bis Ende (1450-1888) mit

Versklavten versorgt. Europäische und amerikanische Eliten und Sklavenhändler brachten mit dem atlantischen Transport von Versklavten das Kapital für die Entwicklung der Plantagenwirtschaft (in den Amerikas und auf Inseln) und der Industrialisierung (in den Amerikas und in Europa) auf und wurden meist sehr reich. Einige gründeten sogar Banken.

Es waren aber nicht nur Eliten, sondern auch eine Vielzahl von abhängigen Menschen, auch Versklavte selbst, die von Sklaverei und Sklavenhandel lebten.

Der Historiker Prof. Dr. Michael Zeuske lebt in Leipzig und Havanna. Am Bonn Center for Dependency

and Slavery Studies erforscht er verschiedene Formen der Abhängigkeit, die durch den Sklavenhandel entstanden sind.

Büchen ■ 1529 Vortrag mit Diskussion
Prof. Dr. Michael Zeuske
VHS, Mülheimer Platz 1,
Raum 1.11 (Saal)
Mittwoch, 29.03.23, 18.15-19.45 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 80 Teilnehmende

Afrikanische Aspekte

Unsere langjährige Kooperationsreihe mit dem Deutsch-Afrikanischen Zentrum und der Informationsstelle Südliches Afrika e.V. befasst sich in diesem Semester mit dem Thema Abhängigkeiten.



**Zukünfte des ländlichen Afrika
Transformationen im
tansanischen Kilombero-Tal**



Das ländliche Tansania befindet sich inmitten einer rasanten sozial-ökologischen Transformation. Während „schlummernde Potenziale“ ländlicher Regionen bei politischen Eliten Begehrlichkeiten wecken, ist die politische Teilhabe ländlicher Bevölkerung meist marginal. Nachdem der demokratisch-neoliberale Präsident Kikwete (2005 - 2015) durch Korruption immer unpopulärer wurde, war das Feld für den autokratisch-protektionistischen Präsidenten Magufuli (2015 - 2021) bereitet. Trotz großer Unterschiede haben beide Präsidenten durch neue Infrastrukturprojekte das Hinterland zunehmend erschlossen. Diese Grenzverschiebung der Marktökonomie in zuvor entlegene Gebiete birgt neben Chancen auch Risiken durch neue Abhängigkeiten. Rene Vesper hat am Geographi-

Anzeige

Das Medien- und Kommunikationszentrum der Bundeszentrale für politische Bildung

Adenauerallee 86 | 53113 Bonn
Mo-Fr: 9.00-18.00 Uhr

Bundesrechnungshof/Auswärtiges Amt

Publikationen, Unterrichtsmaterialien, Magazine, Zeitschriften, DVDs, CDs und Poster der bpb persönlich abholen oder unter www.bpb.de/publikationen online bestellen.

bpb Bundeszentrale für politische Bildung

www.bpb.de

schen Institut der Universität Bonn (GIUB) studiert. Als Grundlage für seine Doktorarbeit zum Thema „Agrarentwicklung im Kilomberoal“ dienten elf Monate empirische Sozialforschung in Tansania.

Büchen ■ **1531** Vortrag mit Diskussion
René Vesper
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Montag, 27.02.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 18 Teilnehmende



**Reinhängen oder rausziehen?
Wege aus wirtschaftlicher
Abhängigkeit**



Afrika kann sich am besten aus seinen Abhängigkeiten vom Weltmarkt befreien, indem es endogene Entwicklung fördert, die die lokalen Unternehmen stärkt, sie einbindet in globale Wertschöpfungsketten und die Schocks der globalen Rohstoffmärkte vermeidet. Es muss Vertrauen aufbauen in die gewachsenen eigenen Kräfte.

Robert Kappel, Professor an der Universität Leipzig, beschäftigt sich seit vielen Jahren mit den Entwicklungsmöglichkeiten Afrikas in der Globalisierung und legt dabei besonders Wert auf Beschäftigungsthemen und die Rolle des afrikanischen Mittelstandes.

Büchen ■ **1532** Vortrag mit Diskussion
Prof. Dr. Robert Kappel
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Montag, 13.03.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 18 Teilnehmende



**Währungsabhängigkeit
Eine kurze Geschichte des Franc
CFA**



Seit Jahrzehnten steht der Franc CFA in westafrikanischen Staaten als „neokoloniale“ Währung in der Kritik. Eine Reform mit einer Umbenennung in „ECO“ ist bereits angekündigt. Ist die angekündigte Reform nur Symbolpolitik? Und warum kritisiert sogar die italienische Premierministerin Giorgio Meloni den Franc CFA?

Robin Frisch forscht zur Kolonialgeschichte des Franc CFA in Togo und Kamerun an der Universität Bayreuth¹ und arbeitet bei der Friedrich-Ebert-Stiftung in Berlin. Er erklärt die zunehmende Kritik am Franc CFA.

Büchen ■ **1535ON** Vortrag mit Diskussion
Robin Frisch
Online-Angebot
Montag, 27.03.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung erforderlich.
Die Zugangsdaten erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig per E-Mail vor Kursbeginn zugesandt.
5 - 200 Teilnehmende



**Françafrique heute
Das desaströse Bild Frankreichs
und der EU**



In den 1960er Jahren, während der Präsidentschaft de Gaulles und Pompidous, baute Jacques Foccart als graue Eminenz der französischen Afrikapolitik eine inoffizielle Diplomatie auf: die sogenannte Françafrique. Diese steht heute für Frankreichs Nähe zu Diktatoren und für Korruptionsskandale französischer Politiker und Geschäftsleute, vor allem beim Handel mit Öl. Auch in militärischen Konflikten und dem Bürgerkrieg in Rwanda wird der Françafrique eine wichtige Rolle zugeschrieben.

Zunehmend steht die Françafrique in der Kritik, und seit den 2010er Jahren gab es keinen französischen Präsidenten, der nicht angekündigt hätte, die dunkle Diplomatie zu beenden.

Joel Agnigbo wurde im westafrikanischen Togo geboren. Er studierte Internationale Kulturgeschichte an den Universitäten Lomé und Siegen und arbeitet heute in der Entwicklungszusammenarbeit. Er macht eine Bestandsaufnahme der Françafrique und geht der Frage nach, ob neben Frankreich auch Deutschland und die EU an ihr beteiligt sind.

Büchen ■ **1540** Vortrag mit Diskussion
Joel Agnigbo
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Montag, 17.04.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 18 Teilnehmende



**Ghana wächst für alle
Good Governance und
Dezentralisierung**



Seit Jahren ist Ghana geprägt von stetigem Wachstum und politischer Stabilität. Ein großer Teil der Bevölkerung konnte vom Wirtschaftswachstum allerdings nicht profitieren - zu groß waren regionale Unterschiede bei der Erbringung öffentlicher Dienstleistungen. Potenzielle

ziale für die Mobilisierung eigener Einnahmen blieben dabei ungenutzt, gleichzeitig wurden die Bürger*innen für eine transparente und faire Verteilung der Mittel kaum in die Planungen einbezogen.

Die Gesellschaft für internationale Zusammenarbeit unterstützt die Dezentralisierung in Ghana, um die Abhängigkeit der regionalen und kommunalen Verwaltungen von der Hauptstadt zu verringern. Als Berater stärkte Louis Addy von 2010 bis 2019 in Zusammenarbeit mit den Kommunen das Einnahmenmanagement, unterstützte lokale Akteure im Dezentralisierungsprozess und verbesserte die datenbasierte Entwicklungsplanung zur Umsetzung der Agenda 2030.

Büchen ■ **1545** Vortrag mit Diskussion
Louis Addy
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Montag, 08.05.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 18 Teilnehmende



**Afrikas Zukunft
Abhängig von der Demokratie?**



In den 1990er Jahren gab es in vielen Ländern Afrikas eine demokratische Bewegung. Demokratie galt als erstrebenswerte Regierungs-, aber auch Lebensform. Inzwischen ist der demokratische Wandel in eine Krise geraten oder sogar gescheitert. Autoritäre Strukturen erscheinen als der beste Weg der Entwicklung. Die sogenannte Entwicklungsdiktatur in Ruanda gilt als wegweisend und Demokratie als koloniale Hinterlassenschaft.

Klaus Thüsing war als Bundestagsabgeordneter Mitglied im Ausschuss für Wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung. Im Anschluss war er 17 Jahre lang in Ländern Ost-, West- und Südafrikas Landesdirektor des Deutschen Entwicklungsdienstes (DED). Er geht der Frage nach, ob die Demokratie sich auf afrikanische Traditionen und Kultur berufen kann und auf dem Kontinent eine Zukunft hat.

Büchen ■ **1550** Vortrag mit Diskussion
Klaus Thüsing
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Montag, 22.05.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 18 Teilnehmende



Maghreb im Fokus

Die Reihe "Maghreb im Fokus", die wir in Zusammenarbeit mit der Deutsch-Magrebischen Gesellschaft e. V. ausrichten, widmet sich in diesem Halbjahr dem Thema "Abhängigkeiten".

Rücküberweisungen von Migrant*innen

Fluch oder Segen für Nordafrika?



In Europa, Nordamerika und den Golfstaaten lebende Menschen aus Nordafrika überweisen jährlich enorme Summen in ihre Heimatländer. Diese

meist in Devisen getätigten Rücküberweisungen spielen für die Volkswirtschaften vieler Entwicklungsstaaten eine wichtige Rolle und sind für zahlreiche Menschen in Nordafrika überlebenswichtig. Doch helfen derlei Geldtransfers wirklich dabei, Defizite staatlicher Sozial- und Wirtschaftspolitik im Maghreb auszugleichen und tragen sie zur Entwicklung bei? Oder transformieren sie nicht vielmehr angesichts der restriktiven Migrationspolitik die Abhängigkeiten vom Globalen Norden?

Der Journalist Sofian Philip Naceur ist Mitarbeiter des Nordafrika-Büros der Rosa-Luxemburg-Stiftung in Tunis. Er geht diesen Fragen anhand von Beispielen aus der Region nach.

Büchen ■ **1560ON** Vortrag mit Diskussion
Sofian Philip Naceur
Online-Angebot

Montag, 24.04.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung erforderlich.
Die Zugangsdaten erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig per E-Mail vor Kursbeginn zugesandt.
5 - 200 Teilnehmende



Grüner Wasserstoff aus der Westsahara Energiewende durch Zementierung der Besatzung?



Pläne zur Nutzung erneuerbarer Energien aus dem Maghreb in der EU werden angesichts der Klimakrise wieder populärer. Der Einfluss derartiger

Projekte auf regionale Machtstrukturen und ihr Bezug zum Selbstbestimmungsrecht werden anhand der Energieinfrastruktur in der Westsahara illustriert.

Die Westsahara ist seit 1975 vom Marokko besetzt und gilt als Territorium mit massiven Menschenrechtseinschränkungen. Ihr enormes Wind- und Sonnenenergiepotential

weckt Begehrlichkeiten in der EU, die Interessen und Rechte der Sahrauis bleiben dabei jedoch unberücksichtigt.

Tim Sauer beschäftigt sich seit über zehn Jahren mit dem Westsaharakonflikt und ist beim internationalen Netzwerk Western Sahara Resource Watch (WSRW) tätig, das die Beteiligung internationaler Unternehmen an der Ressourcenausbeutung der Westsahara dokumentiert.

Büchen ■ **1562** Vortrag mit Diskussion
Tim Sauer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Montag, 15.05.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 18 Teilnehmende



Tunesiens wirtschaftliche Abhängigkeit Spielen Getreideimporte eine Rolle?



Seit dem Beginn des Krieges in der Ukraine haben sich die Versorgungsengpässe in Tunesien verschärft. Sie bestimmen vor dem Hintergrund innenpolitischer Konflikte das tägliche Leben. Liegt das nur an fehlendem Weizen aus Russland und der Ukraine und den gestiegenen Preisen auf dem Weltmarkt? Können Kredite internationaler Finanzorganisationen kurzfristig Abhilfe schaffen und wenn ja, zu welchem gesellschaftlichen und politischen Preis?

Um die eigentlichen Ursachen der aktuellen Krise in Tunesien zu verstehen, analysiert die Journalistin Sarah Mersch aus Tunis die strukturellen wirtschaftlichen Abhängigkeiten, gewachsen über die vergangenen fünfzig Jahre.

Büchen

■ **1570** Vortrag mit Diskussion
Souad Lamroubal
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05
Mittwoch, 08.03.23, 18.30-20.00 Uhr
8,00 EUR, Anmeldung empfohlen.
5 - 70 Teilnehmende



Neue Abhängigkeiten Rohstoffbedarf der grünen Transformation



Energiewende und Digitalisierung werden den zukünftigen Rohstoffbedarf wesentlich prägen, aber auch verändern. Während die Bedeutung

fossiler Energierohstoffe abnimmt, wird die Nachfrage sowohl nach Massenmetallen wie Kupfer als auch nach Spezialmetallen wie Lithium, Seltenen Erden oder Kobalt stark steigen. Diese mineralischen Rohstoffe stehen im engen Zusammenhang mit dem Ausbau erneuerbarer Energien, der Entwicklung von Antriebstechnologien und Batterien für E-Mobilität sowie Robotik, 3D-Druck und anderen digitalen Technologien. Hannah Levinger, Senior Economist bei der KfW Bankengruppe, vertritt den Standpunkt, dass neben der Diversifizierung der Bezugsquellen auch Kreislaufwirtschaft und Rohstoffgewinnung in Europa wichtig sind, um Abhängigkeiten abzubauen.

Büchen ■ **1564ON** Vortrag mit Diskussion
Sarah Mersch
Online-Angebot

Montag, 20.03.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung erforderlich.
Die Zugangsdaten erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig per E-Mail vor Kursbeginn zugesandt.
5 - 200 Teilnehmende



Yallah Bonn, wir müssen klären: Wie ticken Deutsche?



In Kooperation mit Parkbuchhandlung, Dietz Verlag und Deutsch-Magrebischer Gesellschaft

Wer sind die Deutschen und wann ist jemand deutsch? Wer sind „wir“ und wer ist „die“? Wer als „problematisches“ Gastarbeiterkind in einem Land auf-

Büchen ■ **1576** Vortrag mit Diskussion
Hannah Levinger
VHS, Mülheimer Platz 1,
Raum 1.11 (Saal)
Montag, 06.03.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 80 Teilnehmende



Internationaler Businessknigge

Für Details siehe Kurs Seite 138

Büchen ■ **5125** Wochenendseminar
Irina Völker
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60
Freitag, 21.04.23, 15.00-19.00 Uhr,
Samstag, 22.04.23, 10.00-14.00 Uhr
62,80 EUR; erm. 47,14 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Englisches Programm

Creative Writing in English B2/C1 - Weekend Course

This weekend, we will explore our creativity. Let's come up with crazy characters, pursue promising plots and freak out about fantastic fiction full of fascinating figures. We will try out different techniques together. Why not, for example, tell a well-known story from a different point of view or give it an alternative ending? Or turn a poem into a short story and vice versa? Grammar and vocabulary will be discussed along the way according to your individual needs. In order to enjoy this class, you need to be fluent in English - B2 or upper - and should be willing to discuss your written work with others.

*** Before you register for the course, please take the placement test (via the link in the blue box) to help you find the class you'll be happiest and most successful in. ***

Büchen ■ **3232** Wochenendveranstaltung
Britta Schröter-Welsch
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58
Fr, 24.03., 17.00-20.00 Uhr, Sa,
25.03., 10.00-13.00 Uhr und
14.00-17.00 Uhr, und So, 26.03.23,
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Creative Writing in English B2/C1: Fantasy - Weekend Course

Once you enter the world of fantasy, anything can happen: Your friendly neighbour might be a wizard or witch in disguise (either good or bad), the back of your wardrobe might turn out to be the entrance to a hidden world, and what about this quite ordinary-

looking ring you have inherited from your slightly eccentric great-granduncle - are you sure it is that ordinary... The genre of fantasy offers a rich source of inspiration when it comes to Creative Writing, and the English literature is full of great stories. In this class, we can create magic worlds and places, and we need creatures inhabiting this world, magic objects, heroes and heroines and of course a good plot to turn a bunch of ideas into an actual story.

Everybody who is interested to try different Creative Writing techniques and willing to discuss their ideas with others is welcome!

*** Before you register for the course, please take the placement test (via the link in the blue box) to help you find the class you'll be happiest and most successful in. ***

Büchen ■ **3233** Wochenendveranstaltung
Britta Schröter-Welsch
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57
Fr, 05.05., 17.00-20.00 Uhr, Sa,
06.05, 10.00-13.00 Uhr und
14.00-17.00 Uhr, und So, 07.05.23,
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Sprachencafé (jeden 2. Freitag im Monat) - Onlinekurs

Für Details siehe Kurs Seite 78

Büchen ■ **3241AON** Sprachencafé
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll
Online-Angebot
Freitag, 13.01.23, 17.00-19.00 Uhr
entgeltfrei

Sprachencafé (jeden 2. Freitag im Monat) - Onlinekurs

Für Details siehe Kurs Seite 79

Büchen ■ **3241BON** Sprachencafé
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll
Online-Angebot
Freitag, 10.02.23, 17.00-19.00 Uhr
entgeltfrei

Sprachencafé (jeden 2. Freitag im Monat) - Onlinekurs

Für Details siehe Kurs Seite 79

Büchen ■ **3241CON** Sprachencafé
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll
Online-Angebot
Freitag, 10.03.23, 17.00-19.00 Uhr
entgeltfrei

Sprachencafé (jeden 2. Freitag im Monat) - Onlinekurs

Für Details siehe Kurs Seite 79

Büchen ■ **3241DON** Sprachencafé
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll
Online-Angebot
Freitag, 14.04.23, 17.00-19.00 Uhr
entgeltfrei

Sprachencafé (jeden 2. Freitag im Monat) - Onlinekurs

Für Details siehe Kurs Seite 79

Büchen ■ **3241EON** Sprachencafé
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll
Online-Angebot
Freitag, 12.05.23, 17.00-19.00 Uhr
entgeltfrei

Sprachencafé (jeden 2. Freitag im Monat) - Onlinekurs

Für Details siehe Kurs Seite 79

Büchen ■ **3241FON** Sprachencafé
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll
Online-Angebot
Freitag, 16.06.23, 17.00-19.00 Uhr
entgeltfrei



Quiz Night (Every 3rd Friday of the Month) - Onlinekurs

Für Details siehe Kurs Seite 79

Büchen ■ **3242AON** Quiz Night
Jean Lennox
Online-Angebot
Freitag, 20.01.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei

Quiz Night (Every 3rd Friday of the Month) - Onlinekurs

Für Details siehe Kurs Seite 79

Büchen ■ **3242BON** Quiz Night
Jean Lennox
Online-Angebot
Freitag, 17.02.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei

Quiz Night (Every 3rd Friday of the Month) - Onlinekurs

Für Details siehe Kurs Seite 79

Büchen ■ **3242CON** Quiz Night
Jean Lennox
Online-Angebot
Freitag, 17.03.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei

Quiz Night (Every 3rd Friday of the Month) - Onlinekurs

Für Details siehe Kurs Seite 79

Büchen ■ **3242DON** Quiz Night
Jean Lennox
Online-Angebot
Freitag, 21.04.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei

Quiz Night (Every 3rd Friday of the Month) - Onlinekurs

Für Details siehe Kurs Seite 79

Buchen ■ **3242EON** Quiz Night
Jean Lennox
Online-Angebot
Freitag, 19.05.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei

Quiz Night (Every 3rd Friday of the Month) - Onlinekurs

Für Details siehe Kurs Seite 79

Buchen ■ **3242FON** Quiz Night
Jean Lennox
Online-Angebot
Freitag, 16.06.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei

The Language of Folk Music B1 (Every 3rd Saturday of the Month)

Für Details siehe Kurs Seite 80

Buchen ■ **3258** Kurs
Jean Lennox
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61
Samstags 18.02.-17.06.23,
11.45-13.15 Uhr, 5 Vormittage
(18.02., 18.03., 15.04., 20.05. und
17.06.23)
48,10 EUR; erm. 35,50 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Knit and Natter B1: Easy Conversation mit Stricken

Für Details siehe Kurs Seite 80

Buchen ■ **3260** Wochenendveranstaltung
Jacob Packham
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.59
Samstag, 25.02.23, 10.00-13.00 Uhr
22,90 EUR; erm. 17,86 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Everyone Can Draw B1: Easy Conversation mit Zeichnen

Für Details siehe Kurs Seite 80

Buchen ■ **3262** Wochenendveranstaltung
Jean Lennox
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58
Fr, 02.06., 17.00-20.00 Uhr, Sa,
03.06., 10.00-13.00 Uhr und
14.00-17.00 Uhr, und So, 04.06.23,
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Swearing and Slang B2/C1 - Weekend Course

Für Details siehe Kurs Seite 82

Buchen ■ **3291** Wochenendveranstaltung
Jacob Packham
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57
Samstag, 04.03.23, 10.00-13.00 Uhr
22,90 EUR; erm. 17,86 EUR
6 - 8 Teilnehmende

In the Kitchen with Escoffier - Elegant French Classics

Für Details siehe Kurs Seite 220

Buchen ■ **7910** Course
Alessio Fanganò
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11
(Kitchen)
Wednesday, 01.03.23,
18.00-21.00 p.m.
38,40 EUR; red. 33,96 EUR, including
12 EUR for cooking ingredients.
8 - 10 Participants

Indian Cooking - Discover a New World of Spice & Flavour

Für Details siehe Kurs Seite 220

Buchen ■ **7912** Course
Masud Khan
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11
(Kitchen)
Tuesdays, 07.03. and 14.03.23,
18:00-21:00 p.m., 2 Sessions
46,70 EUR; red. 37,82 EUR
8 - 10 Participants

Sicilian Cooking for Vegetarians

Für Details siehe Kurs Seite 220

Buchen ■ **7914** Course
Alessio Fanganò
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11
(Kitchen)
Wednesday, 22.03.23,
18.00-21.00 p.m.
38,40 EUR; red. 33,96 EUR, including
12 EUR for cooking ingredients.
8 - 10 Participants

Indian Vegetarian Cooking - the Magic of Spices and Herbs

Für Details siehe Kurs Seite 221

Buchen ■ **7918** Course
Masud Khan
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11
(Kitchen)
Tuesdays 02.05. and 09.05.23,
18.00-21.00 p.m., 2 Sessions
46,70 EUR; red. 37,82 EUR
8 - 10 Participants

Mediterranean Antipasti - Celebrating Autumn

Für Details siehe Kurs Seite 221

Buchen ■ **7920** Course
Alessio Fanganò
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11
(Kitchen)
Wednesday, 10.05.23,
18.00-21.00 p.m.
38,40 EUR; red. 33,96 EUR, including
12 EUR for cooking ingredients.
8 - 10 Participants

Indian Finger Foods - Crisp and Spicy in Just One Bite

Für Details siehe Kurs Seite 221

Buchen ■ **7924** Course
Masud Khan
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11
(Kitchen)
Tuesday, 06.06.23, 18.00-21.00 p.m.
26,40 EUR; red. 21,96 EUR
8 - 10 Participants

Geschichte

Saufen für den Führer! Bonn und seine Weinpatenschaft im Dritten Reich



Als Hitler 1933 die Macht ergriff, witterten die Alkoholgegner Morgenluft. Mit einem abstinente Reichskanzler an der Spitze ließe sich auch

hierzulande der Konsum verbieten. Das Gegenteil war der Fall: Ab 1935 bemühte sich das NS-Regime das Trinken deutschen Weines als nationale Tat zu beschwören. Aus dem reichsweit stattfindenden „Fest der deutschen Traube und des Weines“ formte der Volksmund alsbald die Parole „Saufen für den Führer“. Außerdem übernahmen rund tausend Städte „Weinpatenschaften“ für einzelne Winzerorte.

Auch in Bonn beteiligte man sich nach Kräften an dem staatlich verordneten Trinkgelage, wobei der Stadt die Ruwergemeinde Kasel bei Trier als „Patenkind“ zugeteilt worden war.

Der Historiker Dr. Christof Krieger ist Leiter des Mittelmosel-Museums in Traben-Trarbach. In seiner Doktorarbeit beschäftigte er sich mit der nationalsozialistischen Weinpropaganda. Anhand bislang zumeist unveröffentlichter Quellen gibt er überraschende Einblicke in dieses Kapitel der NS-Diktatur.

Büchen ■ **1715** Vortrag mit Diskussion
 Dr. Christof Krieger
 VHS, Mülheimer Platz 1,
 Raum 1.11 (Saal)
 Montag, 27.02.23, 19.00-20.30 Uhr
 Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
 5 - 80 Teilnehmende



**Über Geschichte stolpern
 Rundgang zu Stolpersteinen in
 der Bonner Nordstadt**

Der Kölner Künstler Gunter Demnig entwickelte 1990 das Projekt der Stolpersteine. Inzwischen verlegt er in vielen Städten und Orten in der Bundesrepublik und in Europa Stolpersteine. Er verlegt sie als kleine Erinnerungsmale vor den Wohnhäusern, in denen Menschen in der NS-Zeit vor ihrer Deportation und Ermordung lebten. In Bonn gibt es mittlerweile 385 Stolpersteine, deren Verlegung die Gedenkstätte Bonn koordiniert.

Jonas Blum, pädagogischer Mitarbeiter der Gedenkstätte Bonn, stellt Menschen vor, an die in der Bonner Nordstadt Stolpersteine erinnern und erzählt, wer sie waren, wie sie in Bonn gelebt haben und berichtet über ihre Verfolgung und Deportation.

Büchen ■ **1720** Rundgang
 Jonas Blum M.A.
 Chlodwigplatz am Brunnen Ecke
 Kölnstraße / Kaiser-Karl-Ring,
 53111 Bonn
 Donnerstag, 11.05.23,
 17.00-18.30 Uhr
 8,00 EUR, schriftliche Anmeldung
 erforderlich.
 5 - 20 Teilnehmende

Weltgeschichte im Überblick IV

Wir setzen den auf 6 Semester angelegten Überblick über die Weltgeschichte mit folgenden Schwerpunkten fort:

- Die Entstehung der Vereinigten Staaten von Amerika
- Die Französische Revolution: Ursachen, Verlauf und Ergebnis
- Napoleon und Europa
- Warum scheitert die Revolution von 1848?
- Die Industrialisierung und Englands Aufstieg zur Weltmacht
- Die soziale Not der Arbeiter: Pro-

test- und Organisationsformen

- Gründung und Entwicklung des Deutschen Kaiserreiches

Im Rahmen des Kurses werden Museumsbesuche angeboten.

Büchen ■ **1725** Kurs
 Monika Preuß-Fouladzari
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.61
 Dienstags 07.02.-09.05.23,
 15.15-16.45 Uhr, 12 Abende
 79,10 EUR; erm. 57,50 EUR
 7 - 10 Teilnehmende

Natur und Umwelt

Der Garten der Bildung

Biodiversitätsförderung, Ernährung und Agrarkultur sind eng miteinander verbunden und da gerade in der heutigen Zeit ein bewusster Umgang mit der Ressource Boden immer mehr an Bedeutung gewinnt, schafft die Volkshochschule Bonn mit dem „Garten der Bildung“ eine Plattform, die Menschen die Möglichkeit bietet, durch eigenes Handeln, Beobachten, Lernen und Erfahren, aktiv an der Gestaltung eines ökologisch hochwertigen, partizipativen Nutzgartens teilzunehmen. Nicht zuletzt deshalb, um diese Idee auch im eigenen Bildungsumfeld oder im privaten Bereich umsetzen zu können.

Ökologischer Rasen- und Wiesenkurs im Garten der Bildung

Extensiv genutzte Wiesen und Weiden zählen zu den artenreichsten Lebensräumen Mitteleuropas. Häufigkeit und Art des Mähens bestimmen wesentlich, welche Pflanzen vorherrschen. Seit Jahrzenten nimmt der Anteil von extensivem Grünland an den hiesigen Kulturlandschaften ab.

Welche negativen Auswirkungen dies für die heimische Flora und Fauna bedeutet und welche Möglichkeiten es im eigenen Garten gibt, um dem Trend des allgemeinen Artensterbens entgegenzuwirken, erklärt Gärtnermeister Dominik Block. Vom besseren Verständnis über traditionelle Landnutzung bis hin zur korrekten Einsaat einer urbanen Wildblumenwiese bietet dieser Kurs Theorie und Praxis zum Weitererzählen und Nachmachen.

Büchen ■ **1800** Theorie & Praxis
 Dominik Block
 VHS, Mülheimer Platz 1,
 Garten der Bildung
 Samstag, 15.04.23, 10.00-14.30 Uhr
 Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
 5 - 20 Teilnehmende

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter zwischen Haus der Bildung und Windeckbunker an der Budapester Straße.

Hochwertiger Kompost und sein Geheimnis

Um hochwertigen Kompost gewinnen zu können, braucht es neben gutem Ausgangsmaterial auch etwas Know-how im Hinblick auf die korrekte Zusammensetzung der einzelnen Bestandteile und der nötigen Steuerung des Prozesses.

Gärtnermeister Dominik Block erklärt, worauf es bei der Kompostgewinnung ankommt und was es alles zu beachten gilt. Da das erworbene Wissen im Garten der Bildung direkt in die Tat umgesetzt wird, ist Gartenkleidung erwünscht.

Büchen ■ **1802** Theorie & Praxis
 Dominik Block
 VHS, Mülheimer Platz 1,
 Garten der Bildung
 Samstag, 29.04.23, 10.00-13.00 Uhr
 Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
 5 - 20 Teilnehmende

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter zwischen Haus der Bildung und Windeckbunker an der Budapester Straße.

Feldbotschafter-Lehrgang im Garten der Bildung



Im Rahmen eines Workshops wird gemeinsam ein Garten angelegt, der neben der Förderung der allgemeinen Artenvielfalt ein Grundverständnis für ökologische Vorgänge im Garten sowie für die Wechselwirkungen zwischen Boden, Pflanzen und anderen Lebewesen vermittelt. Ganz grundlegend geht es darum, was bei der Anlage und Pflege eines eigenen ökologisch wertvollen, artenreichen Nutzgartens zu beachten ist.

Sechs Termine widmen sich der Ausbildung der Teilnehmenden zu sogenannten „Feldbotschafter*innen“. Der Workshop wird geleitet durch den Gärtnermeister Dominik Block. Wer mindestens 5 der 6 Module vom Lehrgang besucht, erhält nach Abschluss der Kursreihe eine Teilnahme-Bescheinigung.

Themen im Einzelnen:

- Bodenbearbeitung und Düngung
- Aussaat und Anzucht
- Mischkultur und Fruchtfolge
- Bewässerung und Beikrautregulierung
- Nützlinge und Schädlinge
- Ernte und Wintersaaten

Büchen

■ **1804** Workshop
Dominik Block
VHS, Mülheimer Platz 1,
Garten der Bildung
Samstags 13.05.-16.09.23,
10.00-14.30 Uhr, 6 Tage
Entgeltfrei, schriftliche Anmeldung
erforderlich.
10 - 18 Teilnehmende

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter
zwischen Haus der Bildung und
Windeckbunker in der Budapester
Straße.



Der Garten der Bildung Offener Gartentreff

Die offenen Gartentreffs dienen sowohl der Pflege als auch dem Strukturaufbau des Gartens. Gärtnermeister Dominik Block führt vor Ort einen Dialog mit den Teilnehmenden und leitet je nach Gegebenheit die Arbeiten im Garten an. Mitmachen ist erwünscht!

Büchen

■ **1806** Offener Gartentreff
Dominik Block
VHS, Mülheimer Platz 1,
Garten der Bildung
Mittwoch, 10.05.23, 17.00-19.00 Uhr
Entgeltfrei

Büchen

■ **1807** Offener Gartentreff
Dominik Block
VHS, Mülheimer Platz 1,
Garten der Bildung
Mittwoch, 24.05.23, 17.00-19.00 Uhr
Entgeltfrei

Büchen

■ **1808** Offener Gartentreff
Dominik Block
VHS, Mülheimer Platz 1,
Garten der Bildung
Mittwoch, 07.06.23, 17.00-19.00 Uhr
Entgeltfrei

Büchen

■ **1809** Offener Gartentreff
Dominik Block
VHS, Mülheimer Platz 1,
Garten der Bildung
Mittwoch, 21.06.23, 17.00-19.00 Uhr
Entgeltfrei

Büchen

■ **1810** Offener Gartentreff
Dominik Block
VHS, Mülheimer Platz 1,
Garten der Bildung
Mittwoch, 05.07.23, 17.00-19.00 Uhr
Entgeltfrei

Büchen

■ **1811** Offener Gartentreff
Dominik Block
VHS, Mülheimer Platz 1,
Garten der Bildung
Mittwoch, 19.07.23, 17.00-19.00 Uhr
Entgeltfrei

■ **1812** Offener Gartentreff
Dominik Block
VHS, Mülheimer Platz 1,
Garten der Bildung
Mittwoch, 16.08.23, 17.00-19.00 Uhr
Entgeltfrei

■ **1813** Offener Gartentreff
Dominik Block
VHS, Mülheimer Platz 1,
Garten der Bildung
Mittwoch, 30.08.23, 17.00-19.00 Uhr
Entgeltfrei

■ **1814** Offener Gartentreff
Dominik Block
VHS, Mülheimer Platz 1,
Garten der Bildung
Mittwoch, 13.09.23, 17.00-19.00 Uhr
Entgeltfrei

■ **1815** Offener Gartentreff
Dominik Block
VHS, Mülheimer Platz 1,
Garten der Bildung
Mittwoch, 27.09.23, 17.00-19.00 Uhr
Entgeltfrei

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter
zwischen Haus der Bildung und
Windeckbunker an der Budapester
Straße.



Was ist Permakultur?

Permakultur schafft zukunftsfähige, ökonomisch und ökologisch stabile Systeme, in denen Menschen, Tiere und Pflanzen sich gegenseitig unterstützen, bereichern und fördern. Gärtnermeister Dominik Block erläutert die Bedeutung der Permakultur, worin sie sich von anderen Formen des nachhaltigen Landbaus grundsätzlich unterscheidet und welche Prinzipien bei der Permakultur zugrunde liegen.

Büchen

■ **1816** Vortrag mit Diskussion
Dominik Block
VHS, Mülheimer Platz 1,
Garten der Bildung
Samstag, 10.06.23, 10.00-12.00 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 20 Teilnehmende

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter
zwischen Haus der Bildung und
Windeckbunker an der Budapester
Straße.



Waldgartensysteme in der Permakultur

In der Permakultur werden Synergien zwischen einzelnen Elementen geschaffen, Lebensgemeinschaften gefördert und eine hohe Diversität angestrebt. Ein hervorragendes Beispiel dafür, wie ein solches Projekt auch im eigenen Garten schon auf kleinem Raum gelingen kann, ist das Waldgartensystem. In diesem stehen Gehölze, mehrjährige und einjährige Pflanzen in unmittelbarer Wechselwirkung zueinander.

Welche Vorteile sich hieraus für die Pflanzen, Tiere und letztlich auch für den Menschen ergeben und worauf es bei der Anlage und Pflege eines Waldgartensystems zu achten gilt, erläutert Gärtnermeister Dominik Block in diesem Workshop am Beispiel einer Obstbaum-Lebensgemeinschaft im Garten der Bildung. Gartenkleidung ist von Vorteil.

Büchen

■ **1818** Theorie & Praxis
Dominik Block
VHS, Mülheimer Platz 1,
Garten der Bildung
Samstag, 08.07.23, 10.00-13.00 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 20 Teilnehmende

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter
zwischen Haus der Bildung und
Windeckbunker an der Budapester
Straße.



Staudenbeete für Halbschatten und trockene Standorte

Staudenbeete sind eine wertvolle Grundlage eines jeden Naturgartens. Mensch und Natur erfreuen sich gleichermaßen an ihrem stetig wiederkehrenden Charakter - finden sich in ihnen doch neben ihrer natürlichen Schönheit zudem auch Futter- und Blühpflanzen für die heimische Tier- und Insektenwelt. Das heimische Stauden-Angebot umfasst eine Vielzahl an Blüh-, Zier- und Nutzpflanzen, auf deren Standortansprüche ganz individuell eingegangen werden möchte.

Dieser Workshop richtet sich speziell an die anspruchsvolleren Standorte, wie magere Böden und halbschattige bis schattige Lagen. Welche Pflanzen sich auch unter diesen Bedingungen noch kultivieren lassen, welchen besonderen Nutzen sie für das Ökosystem „Garten“ mit sich bringen und worauf es bei der Beet-Anlage zu achten gilt, erklärt Gärtnermeister Dominik Block in diesem Workshop. Inklusive Umsetzung am Beispiel der praktischen Anlage eines Beetes im Garten der Bildung. Gartenkleidung wird empfohlen.

■ 1820 Theorie & Praxis

Dominik Block
VHS, Mülheimer Platz 1,
Garten der Bildung
Samstag, 02.09.23, 10.00-13.00 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 20 Teilnehmende

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter zwischen Haus der Bildung und Windeckbunker an der Budapester Straße.



Biologische Vielfalt in der Stadt

Die Reihe „Biologische Vielfalt in der Stadt“ ist eine Kooperation der Volkshochschule mit dem Amt für Umwelt und Stadtgrün der Stadt Bonn. Sie gibt praxisnahe Informationen zur Förderung von Biodiversität und Nachhaltigkeit.

Mitglied im Netzwerk der



„Bonn isst gut“
**Für regionale, saisonale
Lebensmittel und gegen
Verschwendung**



In Deutschland werden pro Jahr rund drei Millionen Tonnen Lebensmittel weggeworfen, die noch essbar sind. Lebensmittel, die gar nicht erst geerntet werden, sind dabei nicht einmal mitgerechnet! Krummes Gemüse, das unseren Standards nicht entspricht, kommt erst gar nicht in den Handel.

Mit der Kampagne „Bonn isst gut“ möchte die Stadt Bonn auf diese Missstände aufmerksam machen. Gleichzeitig wirbt sie für den bewussten Einkauf und Wertschätzung von regionalen und saisonalen Obst- und Gemüsesorten. Mit Plakaten an öffentlichen Plätzen werden die Bonner*innen quartalsweise über saisonale Gemüse- und Obstsorten informiert. Zusätzlich gibt es Tipps zur Lagerung, Haltbarmachung und Verwertung.

Die Kampagne „Bonn isst gut“ geht auf eine Initiative von foodsharing Bonn zurück und wird seitens der Stadtverwaltung durch die Bio-Stadt Bonn gemeinsam mit Bonner Akteur*innen der Nachhaltigkeit umgesetzt. Die Agrarökonomin Dr. Darya Hirsch koordiniert die Bio-Stadt Aktivitäten in Bonn. Seit über 15 Jahren

ist sie im Bereich nachhaltige Land- und Ernährungswirtschaft tätig.

Büchen

■ 1822 Vortrag mit Diskussion
Dr. Darya Hirsch
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05
Dienstag, 14.03.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 70 Teilnehmende



Verein zur Erhaltung der
Nutzpflanzenvielfalt e.V.

**Neue Bedrohungen für die
Saatgutvielfalt**



Traditionell samenfeste Nutzpflanzensorten, die man noch selbst vermehren kann, ermöglichen mit ihrer Anpassungsfähigkeit den Verzicht auf

Agrarchemie sowie die Unabhängigkeit von Konzernen. Rund ums Jahr gibt es dabei Leckeres, Attraktives und Gesundes aus dem Garten. 2023 stehen zwei EU-Rechtsreformen an, die die Weitergabe von Vielfaltssaatgut einschränken und außerdem nach Jahrzehnten der Gentechnikfreiheit doch noch Gärten und Felder kontaminieren können.

Dr. Susanne Gura ist Vorstandsmitglied des Dachverbands Kulturpflanzen- und Nutztiervielfalt e.V.

Büchen

■ 1824 Vortrag mit Diskussion
Dr. Susanne Gura
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05
Dienstag, 21.03.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 70 Teilnehmende



**Das FörTax Projekt
Artenkenntnisvermittlung auf allen
Ebenen**

Das FörTax Projekt (Förderung von taxonomischem Wissen) hat sich zum Ziel gesetzt, die Liebe zur Natur und damit ihren Schutz breit in der Gesellschaft zu verankern. Hierzu haben sich das Museum König, die DELATTINIA Naturforschende Gesellschaft des Saarlandes und die Fachdidaktik Biologie der Universität

Bonn zusammengetan. Es soll ermittelt werden, wer Artenkenntniskurse in Deutschland anbietet, wie viele Expertinnen und Experten es aktuell gibt und wie der eigentliche Bedarf an entsprechenden Kursen ist. Die Ergebnisse dieser Bestandsaufnahme werden ab 2023 in einer öffentlichen Datenbank zur Verfügung gestellt, um Naturinteressierten die Suche nach passenden Kursen zu erleichtern. In regelmäßigen Konferenzen können sich Artenkenntnisinteressierte mit Wissenschaftlern und Wissenschaftlerinnen austauschen. Außerdem werden wöchentliche Kurse für Jugendliche, die FörTax Clubs, angeboten.

Das FörTax Projekt wird gefördert vom BMUV Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit und Verbraucherschutz und BfN Bundesamt für Naturschutz.

■ 1826 Vortrag mit Diskussion
Dr. Katja Waskow
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05
Dienstag, 28.03.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 70 Teilnehmende



Biologische Station
Bonn/Rhein-Erft e.V.

**Naturkundliche Wanderung ins
Naturschutzgebiet Lyngsberg**

Im November 2013 wurde der ehemalige Basaltsteinbruch Lyngsberg als Naturschutzgebiet ausgewiesen. Von besonderem Wert ist sein kleinflächiges Mosaik verschiedener Lebensräume. Vom ehemaligen Gesteinsabbau zeugen Felswände und -kuppen sowie Geröllhalden. Auf Sonderstandorten wachsen heute seltene Pflanzen wie Raue Nelke, Wiesensalbei und Heilziest.

Die Stadt Bonn hat anhand eines Pflegeplans mit Schutzmaßnahmen begonnen. Bei der naturkundlichen Führung wird der 5,4 Hektar große Lyngsberg für die Öffentlichkeit geöffnet, der IST-Zustand präsentiert und erläutert, wie es mit dem Schutz dieses Kleinods weitergehen soll.

Büchen ■ **1828** Exkursion
 Oliver Schall
 Naturschutzgebiet Lyngsberg
 Sonntag, 16.04.23, 10.00-12.30 Uhr
 8,00 EUR, schriftliche Anmeldung
 erforderlich.
 5 - 20 Teilnehmende

Treffpunkt:
 Lyngsbergerstraße auf der Höhe
 der Hausnummer 39
 Ein kleiner Parkplatz ist am Stein-
 plattengrab des fränkischen Gräber-
 feldes vorhanden. Der Weg ist nicht
 barrierefrei.
 Der steile Anstieg erfordert gute
 Kondition und griffige
 Wanderschuhe!!!



Bonn im Wandel

Wir decken den Insekten den Tisch

Bonn blüht und summt

Stell dir vor: Überall in Bonn und Umgebung entstehen blühende Inseln. Schmetterlinge, Wild- und Honigbienen schaukeln und summen über die Blüten und finden reichlich Nahrung. Freundliche bunte Schilder informieren über „Bonn blüht und summt“. Damit diese Vision Wirklichkeit wird, hat Bonn im Wandel das Projekt „Bonn blüht und summt“ gestartet. Seit 2018 haben über 1 000 Menschen mitgemacht, auch Schulen und Gemeinschaftsgärten sind dabei.

Dietrich Kolk von „Bonn im Wandel“ stellt das Projekt „Bonn blüht und summt“ vor. Fragen und Diskussion zu eigenem Engagement schließen daran an. Diplom-Biologe Dietrich Kolk ist Blühbotschafter und setzt sich schon lange für Wildkräuterflächen ein, einige hat er mit Mitstreitern selbst angelegt.

Büchen ■ **1830** Vortrag mit Diskussion
 Dietrich Kolk
 VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05
 Dienstag, 18.04.23, 18.00-19.30 Uhr
 Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
 5 - 70 Teilnehmende



Der Poppelsdorfer Friedhof und die Klimaveränderung Ein ökologischer Spaziergang

Der Klimawandel führt auch auf Friedhofsflächen zu einschneidenden Veränderungen. Auf dem Pop-

pelsdorfer Friedhof sind die Fichtenbestände vom Borkenkäfer befallen, bisher mussten fast 200 Bäume entfernt werden. Bedingt durch eine veränderte Bestattungskultur entstehen auf vielen der 40 städtischen Friedhöfe im Bonner Stadtgebiet immer mehr Freiflächen, so auch in Poppelsdorf.

Jörg Baur zeigt bei einem Rundgang über den Friedhof, wie die Stadt Bonn mit angepassten Pflegekonzepten und Baumarten reagiert. Jörg Baur arbeitet im Amt für Umwelt und Stadtgrün der Stadt Bonn und ist zuständig für die Pflege und Entwicklung der städtischen Friedhöfe.

Büchen ■ **1832** Exkursion
 Jörg Baur
 Treffpunkt: Eingang Poppelsdorfer Friedhof, Wallfahrtsweg
 Dienstag, 25.04.23, 16.00-18.00 Uhr
 8,00 EUR, schriftliche Anmeldung
 erforderlich.
 5 - 20 Teilnehmende



Gehözwanderung auf der Waldau

Zu Anfang des 19. Jahrhunderts gab der Kottenforst nach jahrzehntelangem Raubbau ein trauriges Bild ab. Die preußische Aufforstung mit Fichten und Kiefern in Monokulturen machte ihn zumindest in biologischer Hinsicht auch nicht viel wertvoller. Erst später wurden die Bestände durch Laubmischwald ersetzt.

Auf einem Rundgang erklärt Forstmeister Harald Heilmann, wie Blattform, Rindenbild und Früchte verraten, mit welchem Baum man es zu tun hat, wie ein Artenreichtum an Bäumen die Vielfalt von Tieren und Pflanzen fördert und wo sich welche Tiere Wintervorräte an Früchten anlegen. Es geht auch darum, wie der Wald auf die bestehende Klimaveränderung reagiert und welche Maßnahmen vorbeugend ergriffen werden.

Büchen ■ **1834** Exkursion
 Harald Heilmann
 Haus der Natur,
 An der Waldau 48, 53127 Bonn
 Freitag, 05.05.23, 15.00-17.00 Uhr
 8,00 EUR, schriftliche Anmeldung
 erforderlich.
 5 - 20 Teilnehmende

Treffpunkt:
 Vor dem Haus der Natur
 Der Spaziergang ist barrierearm. Es werden Pausen an den einzelnen Stationen gemacht, teilweise sind Sitzgelegenheiten vorhanden.



Mehr Grün für Gebäude und Grundstücke

Gebäudebegrünungen und Entsiegelungen schaffen neue Lebensräume für zahlreiche Pflanzen und Tiere. Richtig angelegt erhöhen Begrünungsmaßnahmen die Biodiversität und steigern die Aufenthaltsqualität im Freien. Begrünte Gebäude verbessern aber auch das Mikroklima ganzjährig und leisten einen wichtigen Beitrag zur Klimaanpassung in Städten. Bereits mit einer extensiven Dachbegrünung lassen sich Spitzentemperaturen im Hochsommer deutlich senken. In der kalten Jahreszeit wirkt der grüne Pelz als Isolierschicht.

Doris Kube vom Amt für Umwelt und Stadtgrün informiert über das Beratungs- und Förderprogramm „Begrünung“ der Stadt Bonn und gibt zahlreiche Tipps zur Ausführung von Gebäudebegrünungen und zur naturnahen Begrünung entsiegelter Flächen. Die Veranstaltung findet im Garten der Bildung statt und wird anhand von Anschauungsmaterial praxisnah durchgeführt.

Büchen ■ **1836** Vortrag mit Diskussion
 Doris Kube
 VHS, Mülheimer Platz 1,
 Garten der Bildung
 Dienstag, 09.05.23, 17.00-18.30 Uhr
 Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
 5 - 20 Teilnehmende



Honig aus dem Garten der Bildung



Im Garten der Bildung zieht ein Bienenvolk ein. So wird es möglich, den Alltag eines Jungimkers vor Ort zu erleben. Ein Erfahrungsbericht gibt Einblick darauf, wie es eigentlich zur Imkerei in einem Stadtgarten kam, welchen Herausforderungen sich Bienen und Imker stellen mussten und welcher Einfluss durch die Haltung von Honigbienen auf Garten und wildlebende Insekten beobachtet werden konnte. Wir zeigen Ihnen wie man Honig im eigenen Garten ernten kann, auch ohne gleich selbst mit der Imkerei zu beginnen und werfen abschließend gemeinsam einen Blick in ein Bienenvolk.

Die Akteure von Spubi.de bringen Bienen und Naturfreunde zusam-

men, erleichtern Imkern die Standortsuche und fördern so die Bienenhaltung. Spubi ist eine Abkürzung für Spurbiene. Sie haben eine besondere Aufgabe, denn sie suchen nach einem neuen Standort für ein heimatloses Bienenvolk.

Büchen ■ **1838** Vortrag mit Diskussion
Lisa Bartsch
VHS, Mülheimer Platz 1,
Garten der Bildung
Dienstag, 16.05.23, 17.00-18.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 20 Teilnehmende

**Ein preisgekrönter Bio-Nutzgarten in der Bonner Innenstadt
Begehung & nützliche Tipps**

2004 beschloss die Bonnerin Heidemarie Weide ein bis dahin ungenutztes Baugrundstück im Florentiusgraben in einen rund 200 Quadratmeter großen Bio-Nutzgarten umzuwandeln. Die große Tanne auf dem Grundstück musste weichen, der Boden zunächst noch von Schutt und Steinen befreit und anschließend mit natürlichen Mitteln wie effektive Mikroorganismen aufgewertet werden. Auch ein Gewächshaus zum Ziehen neuer Pflanzen wurde errichtet. Schon ein Jahr später stand das Grundstück in voller Blüte, satt-grün mit Gemüse- und Nutzpflanzen bewachsen.

Bei der Begehung des Gartens, bei der man nicht nur staunen, sondern sich vielmehr Inspirationen holen kann, um selbst einen urbanen Garten anlegen zu können; sei es für die Freude am Gärtnern oder das Selbstversorgen mit Gemüse, Obst und Kräutern.

Büchen ■ **1840** Exkursion
Heidemarie Weide
Treffpunkt: Florentiusgraben 17,
53111 Bonn
Dienstag, 23.05.23, 18.00-19.30 Uhr
8,00 EUR, Anmeldung erforderlich.
5 - 20 Teilnehmende



Die Slow Flower Bewegung

Was sind Slow Flowers und was ist der Unterschied zum konventionellen Anbau von Schnittblumen? Mara Linnemann von „Aufblühen“ stellt ihr klimapositives Blumenprojekt in Bonn vor und zeigt auf, warum Saisonalität, Regionalität und Nachhaltigkeit auch bei Blumen so wichtig sind.

tät, Regionalität und Nachhaltigkeit auch bei Blumen so wichtig sind.

Büchen ■ **1842** Vortrag mit Diskussion
Mara Linnemann
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05
Dienstag, 06.06.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 70 Teilnehmende

**Schwammstadt Bonn
Regenwasser besser nutzen**

Städte sehen sich bereits heute mit den Auswirkungen des rasant fortschreitenden Klimawandels konfrontiert. Die fortschreitende Urbanisierung sowie die Nachverdichtung im Bestand führen zu einer Zunahme der Bodenversiegelung mit negativen Auswirkungen auf die klimatischen Bedingungen. Der Verlust versickerungsfähiger Flächen bewirkt eine negative Veränderung des natürlichen Wasserkreislaufes und verstärkt den Niederschlagabfluss.

Um angesichts zunehmender Hitzeperioden und Dürre auch zukünftig eine lebenswerte Stadt mit hoher Aufenthaltsqualität zu bleiben, will die Bundesstadt Bonn sich zu einer Schwammstadt weiterentwickeln. Der Regen soll dort gespeichert werden, versickern oder verdunsten, wo er fällt. Bei Trockenheit und Hitze wird das Wasser wieder abgegeben und die Stadt bleibt kühler. Wie genau das funktioniert und welchen Weg die Stadt Bonn eingeschlagen hat, erklärt Dr. Britta Holbeck vom Amt für Umwelt und Stadtgrün der Stadt Bonn.

Büchen ■ **1844** Vortrag mit Diskussion
Dr. Britta Holbeck
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05
Dienstag, 13.06.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 70 Teilnehmende



Biologische Station
Bonn/Rhein-Erft e.V.

Tiere und Pflanzen als Zeiger für Umweltqualität

Auf einer Exkursion zum Mehlemer Bach und nahe gelegenen Waldflächen stellt Oliver Schall von der Biologischen Station Bonn / Rhein-Erft Methoden der Bioindikation vor: Wie lässt sich aus den im Mehlemer Bach lebenden Tierarten dessen Wassergüte erschließen? Und wie kann man aus einer pflanzensoziologischen Erfassung Aussagen zur Umweltqualität des Wuchsortes treffen? Lässt sich auch die Luftqualität mit Pflanzen als Bioindikatoren bestimmen?

gischen Erfassung Aussagen zur Umweltqualität des Wuchsortes treffen? Lässt sich auch die Luftqualität mit Pflanzen als Bioindikatoren bestimmen?

Büchen ■ **1846** Exkursion
Oliver Schall
Bushaltestelle Mehlem Kapelle
Sonntag, 18.06.23, 10.00-12.30 Uhr
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.
5 - 20 Teilnehmende

Treffpunkt: Bushaltestelle Mehlemer Kapelle, Ecke Meckenheimer Straße / An der Nesselburg
Gummistiefel sind nicht notwendig, Geländeschuhe reichen aus.

Haus der Natur

Das Programm des „Hauses der Natur“ ist über die Volkshochschule buchbar. Sie finden die Angebote ab der Kursnummer 1850 in diesem Fachbereich.

Wichtiger Hinweis:
Kinder und Jugendliche können nur durch einen Erziehungsberechtigten angemeldet werden

Unscheinbaren Schönheiten in Wald und Flur begegnen

Welche Bedeutung in Brauchtum, Märchen und Mythologie haben die unscheinbaren niedrigen Pflänzchen, die im Kottenforst wachsen? Anhand der Bilder der aktuellen Ausstellung von Ellen R. Dornhaus werden verschiedene Wildkräuter vorgestellt. Im Anschluss an den Besuch der Ausstellung laden wir Sie ein, auf einer Wanderung im Kottenforst die ersten Frühlingsboten zu entdecken und kennenzulernen.

Für Erwachsene und Kinder ab acht Jahren.

Büchen ■ **1850** Exkursion für Familien
Holger Fechner, Ellen R. Dornhaus
Treffpunkt: Haus der Natur,
An der Waldau 48, 53127 Bonn,
neben dem Haupteingang
Sonntag, 19.03.23, 15.00-17.00 Uhr
Erwachsene 6,00 EUR,
Kinder 3,00 EUR,
schriftliche Anmeldung erforderlich.
5 - 20 Teilnehmende

Das Programm findet auch draußen und bei jedem Wetter statt. Bitte auf wetterangepasste Kleidung achten.

Mit Efi Eichhörnchen den Wald erkunden

An diesem Tag laden wir Euch zu einem Ausflug mit Efi, dem Eichhörn-

chen, ein. Efi wird uns in die Welt der Eichhörnchen mitnehmen und uns zeigen, wie sie leben und was sie brauchen, damit sie sich im Wald wohlfühlen. Und vielleicht finden wir auch heraus, warum Efis Wald gut fürs Klima ist...

Besonders geeignet für Kinder von drei bis sieben Jahren und ihre Begleitpersonen.

Durch den Förderverein des Hauses der Natur kann diese Veranstaltung, die im Rahmen des Klimaaktionstages „Klimaschützer Wald“ stattfindet, kostenlos angeboten werden.

Buchen ■ **1852** Exkursion für Familien

Suzanne Navarro
Treffpunkt: Haus der Natur,
An der Waldau 48, 53127 Bonn,
neben dem Haupteingang
Samstag, 25.03.23, 15.00-17.00 Uhr
Entgeltfrei, schriftliche Anmeldung
erforderlich.
10 - 36 Teilnehmende

Das Programm findet draußen und bei jedem Wetter statt. Bitte auf wetterangepasste Kleidung und ggf. eigene Verpflegung achten.



Nachts im Gespensterwald Eine Nachtwanderung zum Staunen

Egal ob man den Kottenforst nun kennt oder ihn gerade erst für sich entdeckt hat: Bei Nacht zeigt sich der Wald viel mystischer und geheimnisvoller als tagsüber. Hier ist eine Nachtwanderung die perfekte Gelegenheit, die Phantasie anzuregen, Geschichten auszutauschen und spielerisch etwas über die nachtaktiven Waldbewohner wie Eulen, Füchse und Fledermäuse zu lernen.

Geeignet für Kinder ab sechs Jahren und ihre Begleitpersonen.

Buchen ■ **1854** Exkursion für Familien
Anne Hebekeuser

Treffpunkt: Haus der Natur,
An der Waldau 48, 53127 Bonn,
neben dem Haupteingang
Samstag, 25.03.23, 18.30-20.30 Uhr
Erwachsene 6,00 EUR,
Kinder 3,00 EUR,
schriftliche Anmeldung erforderlich.
10 - 36 Teilnehmende

Das Programm findet draußen und bei jedem Wetter statt. Bitte auf wetterangepasste Kleidung achten.



Osterhasen mögen´s grün

Osterhasen aus Schokolade gehören zum Frühling genauso dazu wie die ersten Vogelstimmen am Morgen. Im Frühling erwacht der Wald

wieder zum Leben und viele Tiere beenden ihren wohlverdienten Winterschlaf. Doch was hat der Osterhase aus Schokolade eigentlich mit unserem Wald zu tun?

Wie viel Wasser trinkt der Schoko-Osterhase und warum macht er keinen Winterschlaf? Lasst uns gemeinsam auf Ostertüte gehen und die Waldbewohner*innen im Frühling treffen. Seid gespannt, denn einige von ihnen sind aus Schokolade! Besonders geeignet für Familien mit Kindern ab sechs Jahren. In der Kursgebühr sind die Materialkosten bereits enthalten.

Buchen ■ **1856** Exkursion für Familien
Anne Hebekeuser

Treffpunkt: Haus der Natur,
An der Waldau 48, 53127 Bonn,
neben dem Haupteingang
Sonntag, 26.03.23, 10.00-12.00 Uhr
Erwachsene 6,00 EUR,
Kinder 4,00 EUR,
schriftliche Anmeldung erforderlich.
10 - 36 Teilnehmende

Das Programm findet draußen und bei jedem Wetter statt. Bitte auf wetterangepasste Kleidung achten.



Springschwanz, Kellerassel und Co.

Kleine Tiere ganz groß

Wenn man sich den Waldboden ganz genau anschaut, wird man merken, dass es dort von Kleinstlebewesen nur so wimmelt. Nachdem wir gemeinsam im Wald Bodenproben gesammelt haben, öffnet das Waldlabor seine Türen und gibt Gelegenheit, auch die kleinsten Bodenbewohner unter die Lupe zu nehmen. Was werden wir entdecken? Werden wir Tiere mit sechs, acht und noch mehr Beinen finden?

Besonders geeignet für Kinder von sechs bis zwölf Jahren und ihre Begleitpersonen.

Buchen ■ **1858** Exkursion für Familien
André Koch

Treffpunkt: Haus der Natur,
An der Waldau 48, 53127 Bonn,
neben dem Haupteingang
Samstag, 15.04.23, 10.00-12.00 Uhr
Erwachsene 6,00 EUR,
Kinder 3,00 EUR,
schriftliche Anmeldung erforderlich.
10 - 36 Teilnehmende

Das Programm findet auch draußen und bei jedem Wetter statt. Bitte auf wetterangepasste Kleidung achten.



Wald - Klima - Wandel?

Wie können wir unseren Wald als wertvolles Ökosystem auch in Zeiten des Klimawandels erhalten? Dieser Frage wollen wir bei einem gemütlichen Waldspaziergang auf den Grund gehen, denn uns bleibt nicht verborgen, dass die Trockenheit der vergangenen Jahre auch im Kottenforst ihre Spuren hinterlassen hat. Dabei ist es der Wald selber, der einen wertvollen Beitrag für das Klima in unserer Stadt leistet. Vor welche Herausforderungen die Klimaänderungen unsere Wälder stellen und welche Chancen sich daraus ergeben, wollen wir gemeinsam herausfinden.

Für Erwachsene und Jugendliche ab zwölf Jahren.

Buchen ■ **1860** Exkursion
Stefan Decker

Treff: Gudener Weg 142, in Höhe des Kinderheims Maria im Walde
Samstag, 15.04.23, 15.00-17.00 Uhr
Erwachsene 6,00 EUR,
Jugendliche 3,00 EUR,
schriftliche Anmeldung erforderlich.
5 - 20 Teilnehmende

Das Programm findet draußen statt. Bitte auf wetterangepasste Kleidung achten. Bei schlechtem Wetter können Teile des Programms auch drinnen stattfinden.



Was krabbelt, springt und kriecht denn da?

Mit Ida Schnecke den Waldboden erforschen

Ida, die kleine Gehäuseschnecke, nimmt dich mit auf eine spannende Entdeckungsreise zu ihren Freunden. Zusammen suchen wir auf dem Waldboden nach winzigen Springschwänzen und schnellen Laufkäfern und nehmen alle ganz genau unter die Lupe. Wie viele Tiere werden wir gemeinsam finden?

Besonders geeignet für Kinder von drei bis sieben Jahren und ihre Begleitpersonen.

Buchen ■ **1862** Exkursion für Familien
Anne Hebekeuser

Treffpunkt: Haus der Natur,
An der Waldau 48, 53127 Bonn,
neben dem Haupteingang
Samstag, 22.04.23, 15.00-17.00 Uhr
Erwachsene 6,00 EUR,
Kinder 3,00 EUR,
schriftliche Anmeldung erforderlich.
10 - 36 Teilnehmende

Das Programm findet auch draußen und bei jedem Wetter statt. Bitte auf wetterangepasste Kleidung achten.



**Nachts im Gespensterwald
Eine Nachtwanderung zum
Staunen**

Egal ob man den Kottenforst nun kennt oder ihn gerade erst für sich entdeckt hat: Bei Nacht zeigt sich der Wald viel mystischer und geheimnisvoller als tagsüber. Hier ist eine Nachtwanderung die perfekte Gelegenheit, die Phantasie anzuregen, Geschichten auszutauschen und spielerisch etwas über die nachtaktiven Waldbewohner wie Eulen, Füchse und Fledermäuse zu lernen.

Für Kinder ab sechs Jahren und ihre Begleitpersonen

Büchen ■ **1864** Exkursion für Familien
Anne Hebekeuser
Treffpunkt: Haus der Natur,
An der Waldau 48, 53127 Bonn,
neben dem Haupteingang
Samstag, 22.04.23, 19.30-21.30 Uhr
Erwachsene 6,00 EUR,
Kinder 3,00 EUR,
schriftliche Anmeldung erforderlich.
10 - 36 Teilnehmende

Das Programm findet draußen und bei jedem Wetter statt. Bitte auf wetterangepasste Kleidung achten.



**Löwenzahn und Gänseblümchen
So bunt ist unser Frühling**

Sobald die ersten Sonnenstrahlen zu spüren sind, beginnt das Wachstum der Pflanzen. Dann dauert es nicht mehr lange und die Wiesen sind voller bunter Blumen. Zusammen entdecken wir heimische Wildblumen auf unserer Streuobstwiese und lernen spielerisch Nützlinge kennen, die unsere Natur aufrechterhalten. Anschließend werden wir kreativ mit den Dingen, die wir auf der Wiese finden.

Geeignet für Kinder von sechs bis zwölf Jahren - ohne Begleitung.

Büchen ■ **1866** Exkursion für Kinder
Celine Michalski
Treffpunkt: Haus der Natur,
An der Waldau 48, 53127 Bonn,
neben dem Haupteingang
Sonntag, 23.04.23, 10.00-12.00 Uhr
3,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.
5 - 12 Teilnehmende

Das Programm findet draußen und bei jedem Wetter statt. Bitte auf wetterangepasste Kleidung achten.



Zusammen in den Frühlingswald
Gemeinsam erleben die (Groß-)Eltern mit den Kleinen zauberhafte Stunden im Frühlingswald. Jung und Alt bauen zusammen ein Waldsofa, lauschen Baummärchen und bestaunen die Frühlingsboten des Kottenforstes. Eine gemeinsam gestaltete Waldpostkarte erinnert noch zu Hause an einen erlebnisreichen Nachmittag.

Besonders geeignet für (Groß-)Eltern mit (Enkel-)Kindern ab fünf Jahren.

Büchen ■ **1868** Exkursion mit Großeltern
Anne Schnurpfeil
Treffpunkt: Haus der Natur,
An der Waldau 48, 53127 Bonn,
neben dem Haupteingang
Samstag, 29.04.23, 14.00-16.00 Uhr
Erwachsene 6,00 EUR,
Kinder 3,00 EUR,
schriftliche Anmeldung erforderlich.
10 - 36 Teilnehmende

Das Programm findet draußen und bei jedem Wetter statt. Bitte auf wetterangepasste Kleidung und eigene Verpflegung achten.



**Schönheit und Reichtum in
Pflanzen und Tieren entdecken
Druckwerkstatt**

Wir werden uns dem Thema der Ausstellung nähern, indem wir mit Pflanzen arbeiten und drucken. Dabei werden wunderbar zarte Muster und vielfältige Formen sichtbar. Wir können in den Blättern der Pflanzen mit ihren filigranen Strukturen und Silhouetten eigene Kunstwerke entdecken, und lernen die Natur als Meisterin der Kunst kennen.

Nicht nur unser ästhetisches Empfinden wird dadurch angesprochen - das sinnliche Wahrnehmen der Naturmaterialien kann auch eine heilsame Wirkung auf uns haben und unsere persönliche Resilienz stärken.

Wir verwenden Blätter verschiedener Pflanzen, um unterschiedliche Papiere, eigene Hefte, Karten und Ähnliches zu gestalten. Die entstandenen Drucke können später in Eigenregie individuell weiterbearbeitet werden.

Material:
Werkzeuge und hochwertige Druckfarben werden zur Verfügung gestellt. In den Kursgebühren sind die Materialkosten inbegriffen. Unterschiedliche Papiere, Klappkarten, Postkarten, eigene Hefte und Ähnliches bitte selbst mitbringen.

Büchen ■ **1870** Workshop für Erwachsene
Marlies Bockhorn
Treffpunkt: Haus der Natur,
An der Waldau 48, 53127 Bonn,
neben dem Haupteingang
Samstag, 06.05.23, 13.00-14.30 Uhr
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.
4 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **1872** Workshop für Familien mit Kindern ab 8 Jahren
Marlies Bockhorn
Treffpunkt: Haus der Natur,
An der Waldau 48, 53127 Bonn,
neben dem Haupteingang
Sonntag, 07.05.23, 13.00-14.30 Uhr
Erwachsene 10,00 EUR,
Kinder 6,00 EUR,
schriftliche Anmeldung erforderlich.
4 - 8 Teilnehmende



**Der frühe Vogel
Exkursion am Weltzugvogeltag**

Die Klimaveränderungen haben auch Auswirkung auf die Vogelwelt. Wir lernen einige Zugvogelarten kennen und fühlen uns in Rollenspielen und mit Experimenten ein, wie sie durch den immer früheren Frühling beeinflusst werden.

Für Familien mit Kindern ab sechs Jahren.

Büchen ■ **1874** Exkursion für Familien
Inge Steinmetz
Treffpunkt: Haus der Natur,
An der Waldau 48, 53127 Bonn,
neben dem Haupteingang
Samstag, 13.05.23, 10.30-12.30 Uhr
Erwachsene 6,00 EUR,
Kinder 3,00 EUR,
schriftliche Anmeldung erforderlich.
5 - 20 Teilnehmende

Das Programm findet draußen und bei jedem Wetter statt. Bitte auf wetterangepasste Kleidung achten und eigene Verpflegung mitbringen.



**Minze, Gundermann und
Rosmarin
Vielfalt schmeckt!**

Gemeinsam wollen wir Wild- und Küchenkräuter kennenlernen, ihren herrlichen Geruch einatmen und ihren Geschmack vergleichen. Danach könnt ihr mit euren Lieblingskräutern euer eigenes sommerliches Fladenbrot gestalten und nach dem Backen genießen.

Besonders geeignet für Kinder von sechs bis zwölf Jahren - ohne Begleitung.

Durch den Förderverein des Hauses der Natur kann diese Veranstaltung, die im Rahmen des Aktionstages „Biologische Vielfalt - Im Wald und

Zuhause“ stattfindet, kostenlos angeboten werden.

- Büchen** ■ **1876** Workshop für Kinder
Celine Michalski
Treffpunkt: Haus der Natur,
An der Waldau 48, 53127 Bonn,
neben dem Haupteingang
Samstag, 20.05.23, 10.00-12.00 Uhr
Entgeltfrei, schriftliche Anmeldung
erforderlich.
5 - 12 Teilnehmende

Das Programm findet draußen und bei jedem Wetter statt. Bitte auf wetterangepasste Kleidung achten.



Vielfalt macht die Welt bunt Wir stellen Naturfarben her

Die Natur hält tolle Farbstoffe für uns bereit und aus einigen davon werden wir selber Farben herstellen. Aber welche Pflanzen eignen sich, um damit ein saftiges Grün, ein leuchtendes Gelb oder ein warmes Orange zu gewinnen? Wenn unsere Farben fertig sind, können wir daraus kleine Kunstwerke erstellen und ein wenig experimentieren.

Besonders geeignet für Kinder von sechs bis zwölf Jahren - ohne Begleitung.

Durch den Förderverein des Hauses der Natur kann diese Veranstaltung, die im Rahmen des Aktionstages „Biologische Vielfalt - Im Wald und Zuhause“ stattfindet, kostenlos angeboten werden.

- Büchen** ■ **1878** Workshop für Kinder
Anne Schnurpfeil
Treffpunkt: Haus der Natur,
An der Waldau 48, 53127 Bonn,
neben dem Haupteingang
Samstag, 20.05.23, 13.00-15.00 Uhr
Entgeltfrei, schriftliche Anmeldung
erforderlich.
5 - 12 Teilnehmende

Das Programm findet draußen und bei jedem Wetter statt. Bitte auf wetterangepasste Kleidung achten. Außerdem ist unempfindliche Kleidung bei der Arbeit mit Naturfarben immer sehr zu empfehlen!



Brennessel DIE wilde Pflanze

Fast jede*r kennt sie - viele fürchten sie. Wir wollen uns ansehen, woran das liegt. Und warum sie dennoch so eine tolle Pflanze ist.

Wie sehen die „Waffen“ aus, mit denen sich die Pflanze schützt? Wie können wir die Brennessel austricksen? Und vor allem: was können wir alles mit ihr machen? Vom Färben bis zum Essen ist sicher für jeden etwas dabei!

Besonders geeignet für Erwachsene und Jugendliche ab zwölf Jahren. Die Materialkosten sind in der Kursgebühr bereits enthalten.

- Büchen** ■ **1880** Workshop
Suzanne Navarro
Treffpunkt: Haus der Natur,
An der Waldau 48, 53127 Bonn,
neben dem Haupteingang
Freitag, 02.06.23, 15.30-18.00 Uhr
Erwachsene 17,00 EUR,
Jugendliche 12,00 EUR,
schriftliche Anmeldung erforderlich.
5 - 12 Teilnehmende

Das Programm findet draußen und bei jedem Wetter statt. Bitte auf wetterangepasste Kleidung achten. Außerdem ist unempfindliche Kleidung bei der Arbeit mit Naturfarben immer sehr zu empfehlen!



Hugo der Holzlöffel

So viele Dinge unseres Alltags sind aus Holz! Gemeinsam mit Hugo gehen wir spielerisch auf Spurensuche in den Wald und finden heraus, wo Kochlöffel und andere Holzprodukte ihren Ursprung haben. Aus welchem Baum ist Hugo gemacht und welche Schritte braucht es, damit ein Holzprodukt entsteht? Ein gemeinsam gestalteter Holzlöffel erinnert noch zu Hause an einen erlebnisreichen Nachmittag.

Besonders geeignet für Kinder von fünf bis neun Jahren und ihre Begleitpersonen.

In den Kursgebühren sind die Materialkosten bereits enthalten. Ein Programm in Kooperation mit der Schutzgemeinschaft Deutscher Wald Bundesverband e. V.

- Büchen** ■ **1882** Workshop für Familien
Anne Schnurpfeil
Treffpunkt: Haus der Natur,
An der Waldau 48, 53127 Bonn,
neben dem Haupteingang
Samstag, 03.06.23, 14.00-16.00 Uhr
Erwachsene 7,00 EUR,
Kinder 5,00 EUR,
schriftliche Anmeldung erforderlich.
10 - 36 Teilnehmende

Das Programm findet draußen und bei jedem Wetter statt. Bitte auf wetterangepasste Kleidung achten und eigene Verpflegung mitbringen.



Schöpfen und Wachsen Begleitend zur Sonderausstellung „Konsum und Regenwald“

Wie wird Papier hergestellt, und wie kann die Ressource Holz geschont werden? In diesem Workshop re- und upcyclen wir altes Papier zu Neugeschöpftem mit Überraschung.

Besonders geeignet für Familien mit Kindern ab zehn Jahren. In den Kursgebühren sind die Materialkosten bereits enthalten.

- Büchen** ■ **1884** Workshop für Familien
Anne Schnurpfeil
Treffpunkt: Haus der Natur,
An der Waldau 48, 53127 Bonn,
neben dem Haupteingang
Sonntag, 04.06.23, 14.30-17.00 Uhr
Erwachsene 8,00 EUR,
Kinder 5,00 EUR,
schriftliche Anmeldung erforderlich.
5 - 8 Teilnehmende



Mit der Raupe Nimmersatt dem Essen auf der Spur

Jeder kennt die kleine Raupe Nimmersatt, die sich durch das verschiedenste Obst futtert, bis sie sich - groß und dick geworden - verpuppt und schon bald als wunderschöner Schmetterling aus ihrem Kokon schlüpft. An diesem Tag wollen wir uns das Liebessessen verschiedener Schmetterlinge angucken, aber auch über unsere Essensvorlieben sprechen. Wo kommt unser Essen her und was macht unser Essen eigentlich gesund? Während wir uns einen bunten Obstspieß machen, wollen wir diesen Fragen nachgehen.

Besonders geeignet für Familien mit Kindern von vier bis sieben Jahren. Die Materialkosten sind in der Kursgebühr enthalten.

- Büchen** ■ **1886** Workshop für Familien
Heike Hückesfeld
Treffpunkt: Haus der Natur,
An der Waldau 48, 53127 Bonn,
neben dem Haupteingang
Samstag, 17.06.23, 10.00-12.00 Uhr
Erwachsene 7,00 EUR,
Kinder 4,00 EUR,
schriftliche Anmeldung erforderlich.
10 - 36 Teilnehmende

Das Programm findet draußen und bei jedem Wetter statt. Bitte auf wetterangepasste Kleidung achten.



Arboretum Park Härle Ein Landschaftspark in Oberkassel

Für Details siehe Kurs Seite 170

- Büchen** ■ **6420** Parkführung
Dipl.-Ing. Michael Dreisvogt
Treffpunkt: Eingang zum Arboretum
Park Härle
Freitag, 02.06.23, 16.00-18.00 Uhr
8,00 EUR
15 - 20 Teilnehmende

Lebenswelt

Energieberatung

verbraucherzentrale

Nordrhein-Westfalen

Energiesparen im Haushalt



Weil die Energiepreise steigen, sind kreative Ideen gefragt, wie an verschiedenen Stellen im Haushalt Strom, Heizung und Warmwasser gespart werden kann. Nach Darstellung der aktuellen Entwicklung der Energiepreise, stellt Stephan Herpertz, Energieberater der Verbraucherzentrale NRW in Bonn, eine bunte Mischung an unterschiedlichen Sparmaßnahmen vor, mit deren Hilfe die zu erwartenden erheblichen Mehrkosten ein Stück weit in den Griff zu bekommen sind.

Der Schwerpunkt liegt dabei auf den sogenannten geringinvestiven Maßnahmen, die wenig kosten und einfach umzusetzen sind: etwa das Absenken der Innenraumtemperatur, ein hydraulischer Abgleich oder der Einbau einer hocheffizienten Heizungspumpe. Denn auch hier gilt: Kleinvieh macht auch Mist.

1901ON Vortrag mit Diskussion
Stephan Herpertz
Online-Angebot
Montag, 06.02.23, 19.00-20.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung erforderlich.
Die Zugangsdaten erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig per E-Mail vor Kursbeginn zugesandt.
5 - 200 Teilnehmende

**Solare Stromerzeugung
Grundlegendes und Neues**



Immer mehr Bürger*innen möchten selbst erneuerbare Energie erzeugen, um sich aktiv an der Energiewende zu beteiligen. Gleichzeitig sind zu Beginn dieses Jahres zahlreiche gesetzliche Änderungen für den Kauf und Betrieb von Solarstromanlagen in Kraft getreten.

Stephan Herpertz, Energieberater der Verbraucherzentrale NRW in Bonn, informiert über die Grundlagen der solaren Stromerzeugung und deren Speicherung. Er gibt einen Überblick über die geänderten gesetzli-

chen Rahmenbedingungen, über Kosten und Wirtschaftlichkeit sowie über neue technische Entwicklungen.

1902ON Vortrag mit Diskussion
Stephan Herpertz
Online-Angebot
Montag, 13.03.23, 19.00-20.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung erforderlich.
Die Zugangsdaten erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig per E-Mail vor Kursbeginn zugesandt.
5 - 200 Teilnehmende

Solarstrom für Mieter*innen und Wohnungseigentümer*innen



Wie können auch Mieter*innen günstigen Solarstrom vom Dach des Mietshauses beziehen? Das Modell hierfür heißt „Mieterstrom“: Die Vermieterin installiert eine Solaranlage auf dem Dach, der Mieter bezieht Solarstrom unter Marktpreis und der Überschuss geht an die Stadtwerke. Klingt einfach, allerdings stecken ein paar Tücken im Detail, sodass der Erfolg dieses Modells bislang überschaubar blieb.

Jörg Sutter, Referent für Photovoltaik (PV) bei der Verbraucherzentrale NRW, erläutert mögliche Modelle für Mieterstrom-Projekte sowie für Wohnungseigentümergeinschaften (WEG), für die ähnliche Schwierigkeiten bestehen. Er erläutert, welche Chancen die Nutzung von Solarstrom für die Bewohner*innen mit sich bringt und welche Pflichten die Eigentümer*innen haben. Carmen Ulmen vom Programmbüro Klimaneutrales Bonn 2035 ergänzt aktuelle Informationen zur Bonner PV-Förderung für Mieterstrom, Balkon-PV und WEG.

1904ON Vortrag mit Diskussion
Jörg Sutter, Carmen Ulmen
Online-Angebot
Montag, 27.03.23, 19.00-20.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung erforderlich.
Die Zugangsdaten erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig per E-Mail vor Kursbeginn zugesandt.
5 - 200 Teilnehmende



Von Öl und Gas unabhängig werden

Viele Hausbesitzer*innen stehen vor der Frage, wie sie zukünftig heizen



sollen und wie man eigentlich möglichst unabhängig wird von russischem Gas, explodierenden Kosten und vielen Fragen der Energieversorgung.

Lars Klitzke, Energieberater der Bonner Energie Agentur, stellt die verschiedenen Möglichkeiten vor: von der Energieeinsparung über kontrollierte Lüftung, die Effizienz durch Dämmung bis zu Heizungsalternativen mit erneuerbaren Energien und den Möglichkeiten, selbst erneuerbaren Strom zu erzeugen. Er zeigt auf, wie man am besten startet und welche Fördermittel zur Verfügung stehen.

1906ON Vortrag mit Diskussion
Lars Klitzke
Online-Angebot
Montag, 17.04.23, 19.00-20.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung erforderlich.
Die Zugangsdaten erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig per E-Mail vor Kursbeginn zugesandt.
5 - 200 Teilnehmende

**Heizen mit Holz
Technik, Rohstoff- und Umweltbilanz**



Häusliche Holzfeuerungen können unter bestimmten Bedingungen einen geringen Teil an Heizwärme in Kombination mit anderen erneuerbaren Energiequellen bereitstellen. Allerdings sind dafür anlagen- und betriebstechnische Voraussetzungen zu beachten. So sind beispielsweise die Holzeigenschaften für eine emissionsarme Verbrennung von großer Relevanz. Zudem können marktverfügbare Staubabscheider die Luftschadstoffe erheblich mindern. Prof. Dr. Ingo Hartmann vom Deutsches Biomasseforschungszentrum in Leipzig stellt Erkenntnisse zur effizienten, systemdienlichen und schadstoffarmen Betriebsweise von Holzfeuerungen vor und gibt einfach umsetzbare Hinweise für eine umweltfreundlichere Holzverbrennung.

1908ON Vortrag mit Diskussion
Prof. Dr. Ingo Hartmann
Online-Angebot
Montag, 08.05.23, 19.00-20.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung erforderlich.
Die Zugangsdaten erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig per E-Mail vor Kursbeginn zugesandt.
5 - 200 Teilnehmende

1 Politik, Wissenschaft und Internationales

2 Lebensgestaltendes Lernen

3 Fremdsprachen

4 Deutsch und Integration

5 Beruf, IT und Digitales

6 Kultur und Kunst

7 Gesundheit und Ernährung

8 Service



**GRÜNER
STROM
LABEL e.V.**

Wie funktioniert der Strommarkt?



Der Strompreis ist auf einem historisch hohen Niveau. Das liegt vor allem am Ukraine-Krieg und den ausbleibenden Gaslieferungen aus Russland. Der Preisanstieg betrifft aber auch diejenigen, die seit Jahren Strom aus Erneuerbaren Energien beziehen.

Eva Anna Rausch, Master-Betriebswirtschaftlerin, ist Gutachterin und Koordinatorin beim Grüner Strom-Label e. V. Der Bonner Verein vergibt das „Grüner Strom-Label“ für Ökostrom und das „Grünes Gas-Label“ für Biogas. Er wird getragen von Verbänden für Umwelt-, Frieden und Verbraucher*innen.

Sie erklärt, wie der Strommarkt funktioniert, welche Entwicklungen zu erwarten sind und welche Ideen es gibt, um den Markt zu reformieren. Welche Auswirkungen hat es für Haushalte, wenn der Preis gedeckelt oder gebremst wird? Wie können diese außerdem Strom und Geld sparen.

Büchen ■ **19100N** Vortrag mit Diskussion
Eva Anna Rausch
Online-Angebot
Montag, 24.04.23, 19.00-20.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung erforderlich.
Die Zugangsdaten erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig per E-Mail vor Kursbeginn zugesandt.
5 - 200 Teilnehmende



Ohne Wärmewende keine Energiewende



Etwa die Hälfte unserer Energie wird im Wärmebereich benötigt. Kommunale Wärmeplanung ist ein von der Kommune initiiertes und geleitetes

Planungs- und Umsetzungsprozess. Der Wärmeplan gibt den Hauseigentümer*innen Orientierung, ob und wann sie sich in ihrer Straße an eine Fernwärmeleitung anschließen können oder ob sie zukünftig eigenständig den von der Bundesregierung forcierten Umstieg auf erneuerbare Wärme - meist Wärmepumpen - planen müssen.

Jan Walter beschäftigte sich bis Ende 2022 im Bereich Umwelt des

Deutschen Instituts für Urbanistik (Difu) und ist seit 2023 als Selbständiger mit Themen des kommunalen Klimaschutzes, der Energie- und Wärmewende befasst.

Büchen ■ **19120N** Vortrag mit Diskussion
Jan Walter
Online-Angebot
Montag, 05.06.23, 19.00-20.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung erforderlich.
Die Zugangsdaten erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig per E-Mail vor Kursbeginn zugesandt.
5 - 200 Teilnehmende

Finanzen

**Geldanlage bei Nullzins und steigender Inflation
Rentiert sich das? Ist das sicher?**

Seit Jahren bringen Sparbuch, Festgeld, Bausparguthaben, Lebensversicherungen und Anleihen so gut wie keinen Ertrag mehr. Und wenn man die Inflation abrechnet, verlieren Sparer*innen jedes Jahr realen Wert! Ziehen nun auch die Zinsen wieder nachhaltig an? Mit welchen Auswirkungen auf die Geldanlage?

Der Diplom Volkswirt Norman Frey zeigt neutral und allgemeinverständlich Pro und Contra der wichtigsten Geldanlagen auf. Die Teilnehmenden erhalten wertvolle Handouts, unter anderem einen Fragenkatalog für das Beratungsgespräch mit dem Anlageberater der Wahl.

Büchen ■ **1930** Wochenendveranstaltung
Norman Frey
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61
Samstag, 25.03.23, 9.00-13.00 Uhr
21,10 EUR; erm. 16,60 EUR,
schriftliche Anmeldung erforderlich.
6 - 16 Teilnehmende



Immobilien

Exkursion: Augen auf beim Immobilienkauf

Sie planen, eine neue oder eine gebrauchte Immobilie zu erwerben? Doch wie können Sie Baumängel rechtzeitig erkennen? Wie erhalten Sie ein Gefühl für die Bauqualität? Die Seminare zum Immobilienkauf führen Sie anhand von zahlreichen Praxisbeispielen in die Thematik ein.

**Mängelerkennung
Bauschäden**

Seminarziel:
Die Wahrnehmungsfähigkeit bezüglich Mängel an Immobilien wird verbessert.

Seminarinhalte:
• Was sind die häufigsten Bauschäden?
• Auf welche Baudetails sollte man beim Kauf achten?
• Was sind wichtige Jahreszahlen für Hauskäufer?

Im Anschluss an eine etwa zweistündige Außenbesichtigung von Ein- und Mehrfamilienhäusern werden offene Fragen geklärt.

Arbeitsmaterialien können beim Dozenten für 3 Euro erworben werden. Die Gehstrecke beträgt ca. 2 km mit Steigung.

Büchen ■ **1951** Wochenendveranstaltung
Armin Link, (Dipl.-Bauing.,
Dipl. Wirt.-Ing (FH))
Treff: Eingang VHS Bonn in
Bad Godesberg, Am Michaelshof 2,
53177 Bonn
Samstag, 10.06.23, 14.30-17.30 Uhr
18,10 EUR; erm. 14,50 EUR,
schriftliche Anmeldung erforderlich.
5 - 12 Teilnehmende

Bauqualität

Seminarziel:
Sie kennen die Baumaterialien und die Baudetails an denen Sie Bauqualität erkennen können.

Seminarinhalte:
• Sie lernen die am Bau verwendeten Materialien kennen.

- Sie erhalten eine Checkliste, mit deren Hilfe Sie Baukonstruktionen in geringen und hohen Qualitätsstandard einteilen können.

Nach einem Einführungsvortrag zu Wand- und Dachbaustoffen findet eine Außenbesichtigung von Einfamilienhäusern statt. Im Anschluss werden offene Fragen geklärt.

Arbeitsmaterialien können beim Dozenten für 2,50 Euro erworben werden.

Die Gehstrecke beträgt 1,5 km.

Büchen ■ **1952** Wochenendveranstaltung
Armin Link (Dipl.-Bauing.,
Dipl. Wirt.-Ing (FH))

Treff: Ecke Auf der Rötschen/Im Rübengarten, 53225 Bonn-Geislar
Samstag, 17.06.23, 14.30-17.30 Uhr
18,10 EUR; erm. 14,50 EUR,
schriftliche Anmeldung erforderlich.
5 - 12 Teilnehmende

Die Veranstaltungen finden draußen und bei jedem Wetter statt.



Recht



Nebenkosten, Mietminderung und Co.

Die wichtigsten Fragen des Mietrechts

Da gibt es doch jetzt dieses neue Gesetz, wonach man nicht mehr renovieren muss, stimmt's? - Nicht ganz richtig. Ich habe gelesen, dass ich bei Schimmel 20 Prozent der Miete mindern kann, stimmt das? - Kommt darauf an. Ich bin vor einem Jahr in eine neue Wohnung eingezogen und habe immer noch keine Abrechnung. Ist das erlaubt? - Was steht denn in Ihrem Mietvertrag?

Foren im Internet verbreiten mehr oder weniger Wahres über Gesetzesänderungen und Gerichtsentscheidungen. Der Dozent Jürgen

Schönfeldt ist Geschäftsstellenleiter des Deutschen Mieterbundes Bonn/Rhein-Sieg/Ahr e. V. Mit seinem Vortrag sollen Wissenslücken über das Mietrecht geschlossen und grundlegende Fragen beantwortet werden.

Büchen ■ **1978** Vortrag mit Diskussion
Jürgen Schönfeldt
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Montag, 20.03.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 18 Teilnehmende



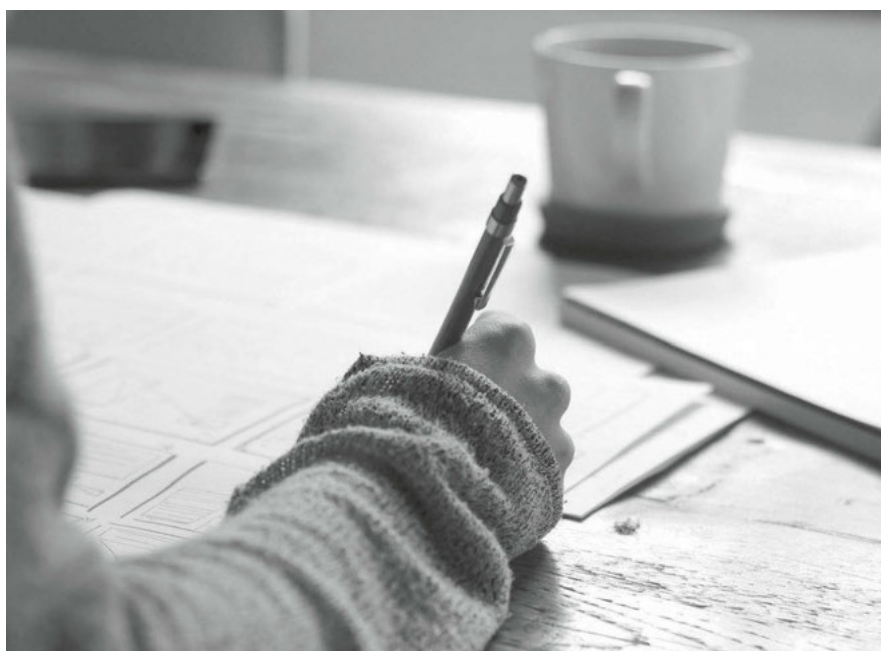
Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

Ende 2009 wurde die Patientenverfügung erstmals gesetzlich geregelt. Im Vortrag wird anschaulich erläutert, was darin festgelegt werden kann und wie bindend die Verfügung für Ärzte*innen und Angehörige ist.

Da die Patientenverfügung ohne eine Person, die ihr Geltung verschafft, ein stumpfes Schwert bleibt, wird im Anschluss die Notwendigkeit einer Vorsorgevollmacht erläutert.

Büchen ■ **1980** Vortrag mit Diskussion
RA Michael Beschorner,
RA Frank Hünker
VHS, Mülheimer Platz 1,
Raum 1.11 (Saal)
Montag, 27.03.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 80 Teilnehmende

Büchen ■ **1982** Vortrag mit Diskussion
RA Michael Beschorner,
RA Frank Hünker
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05
Mittwoch, 10.05.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 50 Teilnehmende



Praktische Fälle des deutschen Erbrechts

Der Vortrag befasst sich mit Einzelfällen aus verschiedenen Bereichen des Erbrechts und stellt regelmäßig wiederkehrende Problematiken und deren Lösungen anhand der Fälle dar.

Büchen ■ **1984** Vortrag mit Diskussion
RA Michael Beschorner,
RA Frank Hünker
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Montag, 30.01.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 18 Teilnehmende



Einführung in das deutsche Erbrecht

Der Vortrag bietet eine Einführung in das deutsche Erbrecht und vermittelt einen Überblick über die gesetzliche Erbfolge, die gewillkürte Erbfolge, das Pflichtteilsrecht und Erbschaftsteuer.

Büchen ■ **1986** Vortrag mit Diskussion
RA Michael Beschorner,
RA Frank Hünker
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05
Mittwoch, 26.04.23, 18.00-19.30 Uhr
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.
5 - 50 Teilnehmende



- Gedächtnistrainings
- Ausbildung zum/zur ganzheitlichen Gedächtnistrainer/in
- Lernen in Bewegung
- Psychologie und Persönlichkeit - Eigene Stärken entwickeln
- Mediation - Konfliktlösung - Partnerschaft
- Eltern und Erziehung
- Mensch und Tier
- Engagement - Ehrenamt
- Älter werden und aktiv bleiben
- Zivilcourage, Sicherheit und Vorbeugung
- Neue Wohnformen
- Systemisches Coaching für soziale Berufe
- Vortragsreihe Demenz - Pflege Themen
- Schulung Alltagsunterstützer*in nach §8 AnFöVO

Dr. Adrian Reinert
 Fachbereichsleiter
 Mülheimer Platz 1
 53111 Bonn
 Fon 0228 77-3631
 Dr.Adrian.Reinert@bonn.de

Der Fachbereich

Willkommen im Fachbereich Lebensgestaltendes Lernen!

Aktive Lebensgestaltung ist eine Grundlage für persönliches Wohlbefinden und Zufriedenheit. Wer aktiv ist und offen für andere Menschen bleibt, empfindet Lebensmut und -freude und tut viel für sich selbst und seine Mitwelt. Das gilt für alle Lebensphasen und gerade auch in diesen Tagen.

Mit dem Programm des Fachbereichs Lebensgestaltendes Lernen wollen wir dazu anregen und ermutigen.

Freuen Sie sich auf mehr als 50 spannende Vorträge, methodisch abwechslungsreiche Kurz-, Tages- und Wochenendseminare, online-Angebote sowie zwei Bildungsurlaube allein unter der Rubrik „Psychologie und Persönlichkeit – Eigene Stärken entwickeln“.

„Befriending the Body - Mit dem Körper Freundschaft schließen“, „Annäherungen an das Innere Kind“, „Ärger für Gutes nutzen“ und ein zweiteiliger Online-Achtsamkeitsworkshop gehören in diesem Teilbereich zu den neuen Angeboten. Aber natürlich sind auch unsere Klassiker wieder dabei, wie Schlagfertigkeitstraining und Selbstsicherheitstraining, Stimme und mehr oder Klarheit durch Selbstcoaching.

Nach einer Pause erneut im Programm ist der Kurs Systemisches Coaching für soziale Berufe. Beachten Sie auch die beiden neuen Samstagseminare zu Coaching und Supervision in Umbruchphasen. An Personen vor oder kurz nach dem Eintritt in den Ruhestand richtet sich das Seminar „Endlich tun, was ich wirklich möchte“.

Nützliches für den Alltag lernen und dabei viel Spaß haben können Sie auch in unseren Gedächtnistrainings. Sie können dabei zwischen wöchentlichen Kursen und einmaligen Kurzseminaren auswählen. Beim Tanzen und Jonglieren erfahren und erleben Sie, was Sie mit etwas Bewegung für Ihre grauen Zellen tun können.

„Kinder brauchen Beziehung“, „Baustelle Pubertät: Vom Kaktus, der umarmt sein will“ oder auch „Mein Kind bei der Berufswahl begleiten“ sind drei Titel unserer Veranstaltungen für Eltern, von denen auch in diesem Semester ein Teil online durchgeführt wird.

Die gemeinsame Vortragsreihe mit dem Arbeitskreis Demenz findet diesmal wieder in Präsenz statt. Im blended learning bieten wir zum zweiten

eine Basisqualifizierung für Unterstützungsangebote nach § 8 AnFöVO an.

Dies alles ist nur eine ganz kleine Auswahl aus unserem Programm. Am besten, Sie blättern jetzt einfach mal die nächsten Seiten durch. Wir meinen, es müsste für jede und jeden etwas dabei sein.

Wenn Sie jedoch etwas vermissen sollten, lassen Sie es uns bitte wissen. Denn – und das gilt selbstverständlich ebenso für die anderen Fachbereiche der VHS Bonn -, der Fachbereich Lebensgestaltendes Lernen lernt auch selber und entwickelt sich weiter. Darum sind wir Ihnen für Rückmeldungen und Anregungen dankbar. Mit positiven Rückmeldungen machen Sie uns eine Freude. Mit Kritik helfen Sie uns. Beides zusammen bringt uns voran.

Gedächtnistrainings

Ganzheitliches Gedächtnistraining in Bad Godesberg

Auf entspannte und spielerische Art und Weise trainieren wir in diesem Kurs wichtige Funktionen unseres Gehirns, wie die Wahrnehmung, die Konzentration, die Wortfindung und die Denkfähigkeit. Das wird ergänzt mit vielfältigen altersgerechten Bewegungs- und Entspannungsübungen. Denn wissenschaftliche Studien belegen, dass bereits geringe körperliche Anstrengungen das Gehirn besser durchbluten und somit leistungsfähiger machen. Frei nach dem Motto: „Bewegung macht schlau“.

Das Training wird Ihnen Spaß machen. Freude weckt positive Gefühle und steigert die Lebensenergie. Entsprechend wollen wir das Gedächtnis in einer angenehmen fröhlichen Arbeitsatmosphäre in der Gruppe trainieren, wo das miteinander Lachen herzlich willkommen ist.

Die Dozentin ist zertifizierte Gedächtnistrainerin (BVGT e.V.).

Buchen ■ **2001** Donnerstagskurs
Petra Hartmann-Sadrina
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05
Donnerstags 02.02., 09.02., 23.02., 02.03., 09.03., 16.03., 23.03., 30.03., 20.04., 27.04., 04.05. und 11.05.23,
10.00-11.30 Uhr
97,30 EUR; erm. 69,94 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende

Buchen ■ **2002** Montagskurs
Petra Hartmann-Sadrina
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05
Montags 30.01., 06.02., 13.02., 27.02., 06.03., 13.03., 20.03., 27.03., 17.04., 24.04., 08.05. und 15.05.23,
10.00-11.30 Uhr
97,30 EUR; erm. 69,94 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Wer seine geistige Fitness bewahren will, sollte regelmäßig etwas dafür tun. Unsere unterschiedlichen Gedächtnistrainings geben Ihnen dazu Anregungen. Probieren Sie es aus!

Ganzheitliches Gedächtnistraining im Haus der Bildung

Wer sein Gedächtnis trainiert, kann es länger und besser nutzen. Die vom Bundesverband Gedächtnistraining (BVGT e.V.) entwickelten Übungen helfen Ihnen dabei. Sie beziehen alle Sinne und beide Gehirnhälften ein. Dies verbessert die Durchblutung und den Stoffwechsel des Gehirns, was zu einer Steigerung der allgemeinen Lernfähigkeit führt.

An 10 Kurstagen probieren Sie es praktisch aus. In abwechslungsreichen Übungen erfahren Sie, wie Sie sich alltägliche Dinge (Namen, Daten, Zahlen, Wörter und vieles mehr) leichter merken können und was Sie für Wahrnehmung, Denkfähigkeit, Merkfähigkeit, Wortfindung und Konzentration tun können. Dabei kommt auch der Spaß nicht zu kurz.

Der Dozent bzw. die Dozentin sind zertifizierte/r Gedächtnistrainer/in.

Buchen ■ **2004** Vormittagskurs
Michael Kohlhaw
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
Montags, 30.01., 06.02., 13.02., 27.02., 06.03., 27.03., 17.04., 24.04., 08.05. und 15.05.23,
10.00-11.30 Uhr
83,56 EUR; erm. 63,82 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 11 Teilnehmende

Buchen ■ **2005** Nachmittagskurs
Claudia Hecker
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
Montags, 30.01., 06.02., 13.02., 27.02., 06.03., 13.03., 20.03., 27.03., 17.04. und 24.04.23,
15.00-16.30 Uhr
83,56 EUR; erm. 63,82 EUR,
Anmeldung erforderlich
7 - 11 Teilnehmende



Halten Sie Ihr Gedächtnis fit! - Kurzseminar

Gesichter, Namen, Termine ... - ein gutes Gedächtnis hilft uns in vielen Situationen. Aber schon ab dem 30. Lebensjahr lässt die Merkfähigkeit bei den meisten tendenziell nach. Indem Sie Ihr Gedächtnis trainieren, können Sie dem entgegenwirken.

In komprimierter Form lernen Sie verschiedene anregende Übungen aus dem ganzheitlichen Gedächtnistraining kennen, die Ihnen in Ihrem Alltag helfen können. Willkommen sind alle Altersgruppen ab 30 Jahren aufwärts.

Die Dozentin ist zertifizierte Gedächtnistrainerin des Bundesverbandes Gedächtnistraining e.V. (BVGT e.V.).

Buchen ■ **2011** Kurzseminar
Claudia Hecker
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46
Samstag, 25.03.23, 10.00-13.00 Uhr
16,00 EUR; erm. 11,20 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Denksport, der Spaß macht Für fitte Erwachsene 50plus

Bringen Sie Ihr Gehirn in Schwung! Es erwarten Sie abwechslungsreiche Übungen, die Ihr Gedächtnis aktivieren, damit Sie sich künftig Vieles besser merken können. In diesem Kurzseminar schärfen wir unsere Wahrnehmung und Konzentration, assoziieren, kramen in unserem Langzeitgedächtnis - und das garantiert ohne Leistungsdruck. Im Gegenteil: Sie werden merken, dass Gedächtnistraining Spaß macht und viele Vorteile bringt.

Die Dozentin ist Ernährungswissenschaftlerin und zertifizierte Gedächtnistrainerin (BVGT e.V.).

Buchen ■ **2014** Kurzseminar
Dr. Ingrid Brüggemann
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Freitag, 21.04.23, 15.00-18.00 Uhr
16,00 EUR; erm. 11,20 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



7 x Denksport, der Spaß macht

Die vielfältigen Übungen an den sieben Terminen sind garantiert kurzweilig und bringen Ihre grauen Zellen in Schwung. Dabei geht es nicht um Wissen oder Können, sondern um positives Erleben. Sie assoziieren, kramen in ihrem Langzeitgedächtnis, stellen neue kreative Verknüpfungen her, bauen neue Zellen auf und werden von Mal zu Mal fitter.

Die Dozentin ist Ernährungswissenschaftlerin und zertifizierte Gedächtnistrainerin (BVGT e.V.).

Buchen ■ **2015** Kurs
Dr. Ingrid Brüggemann
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Donnerstags, 01.05., 11.05., 25.05., 01.06., 15.06., 22.06. und 29.06.22,
10.00-11.30 Uhr
59,86 EUR; erm. 43,73 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 10 Teilnehmende

Ausbildung zum/zur ganzheitlichen Gedächtnistrainer/in

Ausbildung zum/zur ganzheitlichen Gedächtnistrainer(in) 1. Halbjahr 2024

Möchten Sie selber Gedächtnistrainer/in werden? Mit unserer vom Bundesverband Gedächtnistraining e.V. (BVGT) zertifizierten Ausbildung schaffen Sie sich neue berufliche Perspektiven und erweitern gleichzeitig Ihre eigene Lernfähigkeit.

Nachdem die laufende Ausbildung im 1. Halbjahr 2023 abschließen wird, werden wir die nächste Ausbildung im 1. Halbjahr 2024 anbieten.

Die Ausbildung besteht aus 120 Unterrichtsstunden und gliedert sich in drei 5-tägige Blöcke, die nur komplett belegt, aber einzeln als Bildungsurlaub anerkannt werden können. Sie wird mit einer schriftlichen Prüfung und Lehrprobe innerhalb des 3. Blocks abgeschlossen. Zwischen dem ersten und zweiten Teil ist eine Hausarbeit anzufertigen. Weitere Infos im Internet.

Die beiden Dozentinnen sind zertifizierte Ausbildungsreferentinnen des BVGT e.V.

Bei der Infoveranstaltung am 18. Oktober 2023 können Sie mehr über die Ausbildung erfahren und die beiden Dozentinnen persönlich kennenlernen.

Sie können sich aber auch jetzt schon zu der Ausbildung anmelden.

2021 Kurs
Petra Jahr, Beate Belau
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
Mo - Fr, 22.-26.01.24, 08.-12.04.24
und 08.-12.07.24
1480,00 EUR, nur komplett buchbar,
eine Ermäßigung ist nicht möglich.
7 - 10 Teilnehmende

Die Ausbildung ist nur komplett buchbar. Anmeldeschluss: 15.12.23. Bei einer Abmeldung danach ist das volle Teilnahmeentgelt fällig.

Bitte beachten Sie, dass das zusätzliche Zertifikat des BVGT e.V. eine Mitgliedschaft im BVGT e.V. voraussetzt. Die Mitgliedschaftsbedingungen können Sie der Webseite des Verbands entnehmen: www.bvgt.de

2018 Infoabend
Petra Jahr, Beate Belau
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Mittwoch, 18.10.23, 18.00-20.00 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich

Lernen in Bewegung

Tanzen macht Spaß - Kurs für Fortgeschrittene

Ein bunter Mix von Tänzen aus unterschiedlichen Bereichen wie Squares, Kontrattänzen, Linedance sowie Kreis - und Paartänzen, angepasst an die momentane Situation.

Beschwingte und mitreißende Musik, mit viel Spaß und Lachen, einem guten Gemeinschaftsgefühl und tänzerischen Erfolgserlebnissen.

Mitzubringen sind bequeme Schuhe und gute Laune! Die Kursleiterin ist ausgebildete Tanzleiterin des Bundesverbandes Seniorentanz.

2025 Kurs
Brigitte Pieper
Bonn, Margarete-Grundmann-Haus,
Lotharstr. 84-86, Saal
Freitags 03.02.-02.06.23,
14.00-15.30 Uhr, 15 Nachmittage
Am 17.02. kein Kurs!
118,60 EUR; erm. 84,85 EUR
Anmeldung erforderlich
10 - 15 Teilnehmende

Mehr Schwung für mein Leben: Die „Rossini-Kohärenz“ Methode

Die vom Psychologen Peter Bergholz entwickelte Methode „Rossini-Kohärenz“ beruht auf den Prinzipien der Dynamischen Entspannung. Gezielte, alltagstaugliche Körperbewegungen zu inspirierender Musik bereiten Körper und Geist vor auf die anschließende Entspannung in der „Bewegten Stille“.

Die Methode eignet sich aber nicht nur zur Entspannung. Sie kann Ihnen auch helfen, aktiver zu werden, sich besser abzugrenzen oder kontaktfreudiger zu werden. Sie versteht sich als eine ganzheitliche BodyMind Methode zur Selbstregulation. In dem Kurzseminar werden Sie sowohl die „Rossini-Reise“ kennenlernen als auch die „3 inneren Schalter“ unseres Nervensystems. Die Dozentin ist Coach für Dynamische Entspannung „Rossini-Kohärenz“.

2026 Workshop
Susanne Kessenich
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11
(Mehrzweckraum 1)
Samstag, 18.03.23, 10.00-13.00 Uhr
16,00 EUR; erm. 11,20 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 10 Teilnehmende
Bitte bringen Sie dicke Socken oder Hallenschuhe mit, da der Mehrzweckraum nicht mit Straßenschuhen betreten werden darf.

Jonglage für Jung und Alt

Jonglieren macht Spaß, in jedem Lebensalter. Nebenbei wird Ihr Gehirn ordentlich wachgerüttelt, und es baut neue Nervenbahnen und Verknüpfungen zu den unterschiedlichsten Gehirnregionen auf, die u.a. wichtig für die Augen-Hand-Koordination und für die Raumwahrnehmung sind. In diesem 3-stündigen Seminar lernen Sie Schritt für Schritt, wie das Jonglieren aufgebaut ist. Am Ende sind Sie mit dem Handwerkszeug der Jonglage ausgerüstet. Der Rest ist dann (nur noch) üben, üben, üben, ...

Wir jonglieren mit Tüchern, Gegenständen und natürlich auch mit Bällen, ganz ohne Leistungsdruck. Anfänger, Wiedereinsteiger und Fortgeschrittene sind gleichermaßen willkommen. Das „Material“ zum Jonglieren ist vorhanden. Bitte lockere Kleidung, Gymnastik-/Hallenschuhe und etwas zu trinken mitbringen. Diese Veranstaltung findet zweimal statt.

2027 Kurzseminar
Petra Schliebitz
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11
(Mehrzweckraum 1)
Samstag, 22.04.23, 14.00-17.00 Uhr
16,00 EUR; erm. 11,20 EUR,
Anmeldung erforderlich
7 - 9 Teilnehmende

2028 Kurzseminar
Petra Schliebitz
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11
(Mehrzweckraum 1)
Sonntag, 07.05.23, 14.00-17.00 Uhr
16,00 EUR; erm. 11,20 EUR,
Anmeldung erforderlich
7 - 9 Teilnehmende

Willkommen sind alle Altersgruppen ab 15 Jahre aufwärts.
Unter 15-Jährige nur in Begleitung Erwachsener und in Rücksprache mit dem Fachbereich.



Psychologie und Persönlichkeit - Eigene Stärken entwickeln

Die Veranstaltungen sind in der Regel nach Kursnummer und Datum sortiert. Ausnahmen ergeben sich aus dem Zusammenhang.

Autosuggestion - Wie überzeuge ich mich selbst?!

Kann Autosuggestion (lateinisch-griechisch: Selbstbeeinflussung) uns dabei helfen, unsere persönlichen Ziele zu erreichen? In diesem dreiteiligen interaktiven Workshop erfahren Sie mehr darüber. Sie lernen, wie Sie mit einfachen Werkzeugen Ihr Unbewusstes als starken Verbündeten aktivieren und so eventuelle Blockaden überwinden können, mit denen Sie sich immer wieder selbst limitieren. Wie können wir unsere inneren Dialoge positiv nutzen, um uns selbst zu überzeugen? Was hilft uns noch, unsere Motivation aufrecht zu erhalten? Erfahren Sie an drei Abenden, wie Sie Ihr Vertrauen in sich selbst stärken können, um Ihre Ideen lebendig werden zu lassen.

Der Dozent ist Hypnosecoach.

■ **2193J** Kurs
Markus Kirbach
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Mittwochs 11.01.-25.01.23,
18.00-19.30 Uhr, 3 Abende
27,40 EUR; erm. 21,01 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende

Gewaltfreie Kommunikation Bildungsurlaub

Eine Beschreibung der Inhalte dieses Bildungsurlaubs finden Sie unter Veranstaltungsnummer 2186S.

■ **2195J** Bildungsurlaub
Linda Mentner
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Montag, 23.01. bis Mittwoch,
25.01.23, 9.00-16.30 Uhr, 3 Tage
138,40 EUR; erm. 98,71 EUR,
Anmeldung erforderlich
Abmeldungen sind nur schriftlich bis
14 Tage vor Beginn möglich.
7 - 12 Teilnehmende

Online-Kurs: Mal dich stark!

Probieren Sie neue Wege für sich aus! Mit einfachen Entspannungsübungen der Meditation, Imagination und achtsamem Hineinspüren in den

Körper entdecken und schöpfen Sie an den sechs Abenden Inspiration, Vertrauen und Kraft. Die erlebten Prozesse werden dann durchs Malen und kreative Gestalten bildlich sichtbar, um Ihnen nachhaltige Wege zu zeigen und an Ihre Potentiale zu erinnern.

Sie brauchen keinerlei künstlerische Fähigkeiten oder körperliche Fitness, nur Neugier und Offenheit. Entsprechend sind Teilnehmende ohne Vorerfahrungen ebenso willkommen wie Teilnehmende früherer Kurse der Dozentin. Die Dozentin ist Kunst- und Gestaltungstherapeutin und Coachin für kreative Potentialentfaltung. Der Kurs wird in Kooperation mit dem Fachbereich Kultur und Kunst angeboten.

Der Kurs findet online über zoom statt. Die Einwahldaten gehen Ihnen rechtzeitig vor Kursbeginn zu.

■ **2104ON** Online-Kurs
Katharina Domscheit-D'souza
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-08.03.23,
18.00-20.30 Uhr, 6 Abende
82,90 EUR; erm. 59,86 EUR, Anmeldung erforderlich
7 - 10 Teilnehmende
An Materialien benötigen Sie lediglich einen Block Papier (mind. Din A3 groß und 180-220 mg schwer pro Blatt), ein paar Pinsel sowie einen Wasserfarb- oder Aquarellfarbkasten. Wer zusätzlich mag, Pastellkreide oder Öl/Wachskreide.

Bitte beachten Sie auch Kurs 2149ON: Mal dich stark, mit Collage und Ton!

Online-Kurs "Mal dich stark, mit Collage und Ton"

Der gleiche Kurs wie 2104ON - nur diesmal mit Collage und Ton. Sie benötigen die gleichen Materialien und zusätzlich für das Gestalten mit Ton und Collage eine dünne Holzunterlage (ca. 3mm) oder stabile Pappe von etwa 30x30 cm sowie diverse Zeitschriften Ihrer Wahl und einen Klebestift. Außerdem benötigen Sie einen lufttrocknenden Ton, etwas 500g, z.B. "hobby time soft ton" oder "Stadler Fimo Air".

■ **2149ON** Online-Kurs
Katharina Domscheit-D'souza
Online-Angebot
Mittwochs 19.04.-24.05.23,
18.00-20.30 Uhr, 6 Abende
82,90 EUR; erm. 59,86 EUR, Anmeldung erforderlich
7 - 10 Teilnehmende

Systemisches Coaching für soziale Berufe Infoabend

An dem Abend haben Sie Gelegenheit, sich über den Kurs Systemisches Coaching für soziale Berufe (Veranstaltungsnummer 2500) zu informieren und seine Dozentin kennenzulernen.

■ **2500A** Infoabend
Eva R. Schultz
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Dienstag, 07.02.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
5 - 15 Teilnehmende

Entscheidungen leichter fällen

Ja oder nein, soll ich oder soll ich nicht - wer kennt es nicht, wie schwierig es manchmal ist, sich zu entscheiden? Ob Partnerwahl, Jobwechsel, neue Wohnung, Shopping oder auch nur die Wahl des Mittagessens, Entscheidungen müssen wir ständig treffen. Einige fallen uns leichter, andere schwerer. Und nicht selten ist man hinterher unzufrieden und fragt sich „Hätte... Wäre... Wenn...?“ Das muss nicht sein. Zwar gibt es keine Patentrezepte, immer richtig zu entscheiden. Aber in diesem Kurzseminar lernen Sie verschiedene Techniken und Tipps kennen, persönliche Entscheidungen gut vorzubereiten und trotzdem schnell zu treffen.

■ **2106** Kurzseminar
Dr. Adrian Reinert
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Freitag, 10.02.23, 17.00-20.00 Uhr
14,00 EUR; erm. 9,80 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende

Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg - Einführungsseminar

Ihre Vorgesetzte braust auf, Ihr Partner schweigt, Ihr Kind motzt. Ihnen platzt der Kragen - und dabei wünschen Sie sich so sehr einen guten Kontakt und erfreuliche Beziehungen in Familie und Beruf?

Kommen Sie Ihren gewohnten Denk- und Konfliktmustern auf die Spur und entdecken Sie hinter Vorwürfen und Angriffen die eigentlichen Anliegen. Dieser Workshop ist ein lebendiger Mix aus pointierter Wissensvermittlung, spannenden Übungen und gemeinsamer Reflektion. Sie lernen die vier Elemente der Gewaltfreien Kommunikation kennen, mit deren Hilfe Sie auch in heiklen Situationen Ihre Beziehungen auf wertschätzender Basis verbessern und sich auf friedli-

che Weise Gehör verschaffen können.

Nach diesem Wochenende sehen Sie vermutlich anders auf sich und die Welt.

Das Seminar wird dreimal angeboten. Freitags und samstags begleitet Sie Frau Hartenberg, am Sonntag leiten Frau Hartenberg und Herr Voth das Seminar jeweils gemeinsam.

Büchen ■ **2108** Wochenendseminar
Hannah Hartenberg, Stefan Voth
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05
Freitag, 10.02., 19 bis 21 Uhr,
Samstag, 11.02., 10 bis 18 Uhr, und
Sonntag, 12.02.23, 10 bis 16 Uhr
103,37 EUR; erm. 74,19 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **2133** Wochenendseminar
Hannah Hartenberg, Stefan Voth
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Freitag, 17.03., 19 bis 21 Uhr,
Samstag, 18.03., 10 bis 18 Uhr, und
Sonntag, 19.03.23, 10 bis 16 Uhr
103,37 EUR; erm. 74,19 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **2161** Wochenendseminar
Hannah Hartenberg, Stefan Voth
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47
Freitag, 05.05., 19 bis 21 Uhr,
Samstag, 06.05., 10 bis 18 Uhr, und
Sonntag, 07.05.23, 10 bis 16 Uhr
103,37 EUR; erm. 74,19 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende

Konflikte positiv (auflösen)

Büchen ■ **2200** Vortrag
Thomas Titze
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Freitag, 24.02.23, 18.00-19.30 Uhr
*Weitere Infos unter "Mediation -
Konfliktlösung - Partnerschaft"*

Übungsgruppe

Kreative Kommunikation Miteinander Denken im DIALOG

Unter dem Titel „Kreative Kommunikation - Miteinander Denken im DIALOG“ bieten wir seit mehreren Semestern einen Kurs nach dem Konzept von Freeman Dhority an (siehe Veranstaltung 2147). In dieser Übungsreihe haben Sie Gelegenheit, das Modell weiter praktisch auszuprobieren.

Grundkenntnisse der Kreativen Kommunikation im DIALOG nach dem Konzept von Freeman Dhority sind für die Teilnahme hilfreich.

Eine vorherige Teilnahme am Einfüh-

rungskurs ist nicht notwendig.

Büchen ■ **2113** Übungsgruppe
Annette Niederhellmann-Mogk,
Helga Klier, Wolfgang Klier
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47
Samstags 25.02., 11.03. und
22.04.23, jeweils 10.00-13.00 Uhr
51,70 EUR; erm. 38,02 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende

Schlagfertigkeitstraining Die Kunst zu gewinnen, ohne zu siegen

Fallen auch Ihnen die passenden Worte oft zu spät ein? Denken Sie manchmal, warum werde ich immer angegriffen und verlieren Sie dadurch Energie und Lebensfreude? Dann wird es Zeit für ein Energiesparprogramm für die Nerven.

Lernen Sie, in den entscheidenden Momenten Ruhe zu bewahren, die richtigen Worte zu finden und sich unangreifbarer zu machen. Finden Sie heraus, welche Punkte andere Menschen dazu einladen, Sie immer wieder unangemessen zu behandeln oder zu verletzen. Schlagfertigkeit ist erlernbar, Es ist die Kunst, sich in jeder Situation für eine angemessene und für die eigene Person stimmige Reaktionsweise zu entscheiden. Die allgemein üblichen Reaktionen wie Rechtfertigung, Verteidigung oder Gegenangriff werden ersetzt gegen die Fähigkeit, souverän zu reagieren und zu handeln und Respekt einzufordern.

Büchen ■ **2110** Wochenendseminar
Antje Vödisch
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
Samstag, 25.02., und Sonntag,
26.02.23, jeweils 9.30 bis 16.30 Uhr
66,90 EUR; erm. 48,66 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende

Focusing - Der Stimme des Körpers folgen

Auf den Grundlagen der humanistischen Psychologie entwickelte der amerikanische Psychotherapeut Eugene T. Gendlin in den 1960er Jahren den Ansatz des Focusing als eine sanfte und effektive Selbsthilfemethode. Durch innere Achtsamkeit erfahren Sie, wie Ihr Körper sich Ihnen mitteilt und Ihnen vorerst unbewusste Signale verständlich werden. Focusing kann als Unterstützung bei Entscheidungsfindungen, beim Auflösen von Blockaden, bei der Vorbereitung auf anspruchsvolle Aufgaben sowie in Konfliktsituationen helfen.

An diesen 2 Tagen werden die 6 Fo-

cusing-Schritte vermittelt. In vielen praktischen Übungen erleben Sie selbst, wie sich Ihr Körper Ihnen mitteilt und welche Weisheit in diesem intuitiven Körperwissen liegt. Die Dozentin ist ausgebildete Focusingbegleiterin.

Dieses Seminar wird zweimal an Wochenenden und einmal im Sommerprogramm angeboten.

Büchen ■ **2111** 2-tägiges Seminar
Annett Heide
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Samstag, 25.02., 10 bis 17 Uhr, und
Sonntag, 26.02.23, 10 bis 16 Uhr
76,13 EUR; erm. 59,40 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **2173** 2-tägiges Seminar
Annett Heide
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Samstag, 03.06., 10:00-17:00 Uhr,
und Sonntag, 04.06.2023, 10:00 bis
16:00
76,13 EUR; erm. 59,40 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende

Beachten Sie auch das zweitägige Seminar im Sommerprogramm unter Veranstaltungsnummer 2187S.

Coaching/Supervision in Umbruchphasen:

Psychodynamische Rollenanalyse
Sie stehen vor einer Herausforderung und möchten nicht alles mit sich allein ausmachen? In diesem Workshop lernen Sie die Methode der psychodynamischen Rollenanalyse kennen. Sie kann Ihnen helfen, nicht in kreisenden Gedanken stecken zu bleiben und sich nicht allein „festzугrubeln“. In der Rollenanalyse geht es darum, genauer zu beleuchten, wie Ihre Persönlichkeit und das Umfeld, in dem Sie tätig sind, in Ihrer Rolle zusammenfinden. Die Dozentin ist promovierte Ökonomin, zertifizierter psychodynamischer Coach und Supervisorin.

Büchen ■ **2112** Tagesseminar
Felicia Müller-Pelzer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46
Samstag, 25.02.23, 10.00-17.00 Uhr
36,50 EUR; erm. 27,38 EUR, Anmeldung erforderlich
7 - 10 Teilnehmende

Bitte beachten Sie auch den Workshop „Coaching/Supervision in Umbruchphasen (2): Provokativer Stil (Veranstaltungsnummer 2172)“. Beide Veranstaltungen können auch unabhängig voneinander gebucht werden.

Mit EMDR positive Gefühle entwickeln

Haben Sie vielleicht schon einmal beim Joggen, Radfahren oder Spazieren gehen über ein Problem oder ein Projekt nachgedacht und sich hinterher fast gewundert, wieso Ihnen auf einmal neue, andere Gedanken gekommen sind? Vielleicht haben Sie in diesem Moment unbewusst EMDR betrieben.

EMDR steht für „Eye Movement Desensitization and Reprocessing“, zu Deutsch: „Desensibilisierung und Verarbeitung durch Augenbewegung“, und wurde von der amerikanischen Psychologin Francine Shapiro (1948-2019) ursprünglich für die Traumatherapie entwickelt. Es ist eine einfache, aber hochwirksame Technik, die wir auch unbewusst jede Nacht in der REM-Phase unseres Schlafes nutzen, um (belastende) Ereignisse des Tages zu verarbeiten. Die Dozentin zeigt, wie EMDR funktioniert und wie Sie damit neue Prozesse im Gehirn anstoßen und Ihr Wohlfühl verbessern können. Sie wird dabei auch auf Grenzen des Selbstcoachings mit EMDR eingehen. Im Anschluss an den Vortrag besteht Gelegenheit, die vorgestellten Tools in einer Übung einmal selbst auszuprobieren, um sich einen ersten Eindruck davon zu verschaffen.

2116 Vortrag
Dr. Tonia Schüller
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Dienstag, 28.02.23, 18.00-19.30 Uhr
7,00 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 18 Teilnehmende

Bitte beachten Sie auch den EMDR-Workshop am 13. Mai 2023 (Veranstaltungsnummer 2166).

Glückstraining

Stellen Sie sich vor, das Glück klopft an Ihre Tür und Sie hören es nicht ... Wir richten unsere Aufmerksamkeit oft auf das, was fehlt, was wir gern noch hätten - dieser Mangelblick macht unzufrieden. Wir sind in Gedanken in der Vergangenheit oder in der Zukunft und nehmen viele kleine alltägliche Dinge nicht wahr.

Wir können wählen, wie wir die Welt betrachten! Positive Emotionen erweitern unsere Perspektive und verbinden uns mit der Fülle des Lebens. Sie sind der Türöffner zu innerer Balance, Freude, Zufriedenheit und geistig-körperlicher Gesundheit. Diese Gesund- und Glücksmacher kann man trainieren. In dem Kurzseminar lernen Sie einige Methoden

kennen. Die Dozentin ist Dipl.-Psychologin.

2118 Kurzseminar
Claudia Westhäuser
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Freitag, 03.03.23, 18.00-21.00 Uhr
16,00 EUR; erm. 11,20 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende

Körper trifft Stimme

Der Körperausdruck und der Einsatz der Stimme hängen eng zusammen und sind die Basis der inneren wie äußeren Präsenz und des ganz persönlichen Stils. Wir erforschen diese Zusammenhänge und erweitern spielerisch unsere Möglichkeiten. Wir lernen in kreativen Stimm- und Körperübungen, wie wir unsere Stimme kräftigen und die Aussprache deutlichkeit verstärken, und machen uns Rhythmus und Klang bewusst. Wir arbeiten mit einfachen Sprachversen bis hin zu einer kleinen Theaterrolle. Dabei überprüfen wir unsere Wirkungsweise. Geeignet für große und kleine Ziele, den professionellen Auftritt, die persönliche Weiterentwicklung oder einfach nur aus Spass.

2120 Wochenendseminar
Jutta Großkinsky
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Samstag, 04.03., und Sonntag,
05.03.23, jeweils 11 bis 17 Uhr
57,15 EUR; erm. 41,83 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende

Dieses Wochenendseminar wird im Rahmen des Sommerprogramms auch als vierteiliger Abendkurs angeboten, siehe Veranstaltung 2183S.

Endlich tun, was ich wirklich möchte

2338 Workshop
Thomas Titze
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46
Samstag, 04.03.23, 10.00-14.00 Uhr
Weitere Infos unter "Älter werden und aktiv bleiben"

Online-Workshop: Einführung in die Achtsamkeit

Ist Achtsamkeit online erlernbar? In dem zweiteiligen Workshop, der im Rahmen von zwei Studienprojekten in der Abteilung für Klinische Psychologie und Psychotherapie am Institut für Psychologie an der Universität Bonn entwickelt wurde, erhalten Sie einen umfassenden Einblick in Grundlagen der Achtsamkeitsthema-

tik. Dabei wird auf aktuelle psychologische Forschungsergebnisse ebenso wie auf die ursprüngliche Bedeutung von Achtsamkeit in der buddhistischen Tradition Bezug genommen. Praktische Übungen zur Körperwahrnehmung und zum Umgang mit Gedanken werden Sie an Ihre eigene Achtsamkeitspraxis heranführen. Anschließend Reflexionsrunden bieten die Möglichkeit, die gemachten Erfahrungen zu besprechen und eine Integration der Übungen in Ihren Alltag vorzubereiten.

Der Workshop ist geeignet für alle, die das Thema Achtsamkeit neu entdecken wollen, aber auch für Personen, die schon gewisse Berührungspunkte mit Achtsamkeit haben (Yoga, Fasten, Schweigeseminare, etc.) und ihre Kenntnisse erweitern wollen. Die Dozentin und der Dozent sind Psycholog(inn)en.

2122ON Online-Workshop
Lukas Zinzius, Verena Koch
Online-Angebot
Montags, 06. und 13.03.23, jeweils
18 bis 20.30 Uhr
48,70 EUR; erm. 35,92 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Letzte Hilfe

Am Ende wissen, wie es geht

Sterben macht Menschen oft sprachlos und hilflos. Altes Wissen zur Begleitung am Ende des Lebens ist verloren gegangen. Sterbebegleitung in Familie und Nachbarschaft ist möglich, es ist keine Wissenschaft.

Im Rahmen dieses Kurzseminars erfahren die Teilnehmenden, was sie für ihnen nahestehende Menschen am Ende des Lebens tun können. Es vermittelt Grundwissen, gibt Orientierung und einfache Handgriffe und macht Mut, sich Sterbenden zuzuwenden.

Die Dozentinnen sind Ernährungswissenschaftlerin und Hospizkoordinatorin bzw. Ärztin und ehrenamtliche Sterbebegleiterin.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit Letzte Hilfe gGmbH (www.letztehilfe.info) statt, die für das Kurskonzept von deutschen Hospiz- und Palliativverbänden ausgezeichnet wurde.

2123 Kurzseminar
Dr. Elisabeth Sous-Braun, Ruth Rieckmann
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Dienstag, 07.03.23, 17.00-21.30 Uhr
25,98 EUR; erm. 20,02 EUR
10 - 16 Teilnehmende

Hochsensibilität, was ist das?

Immer mehr Menschen werden heute als „hochsensibel“ eingeschätzt. Was verbirgt sich aber hinter dem Begriff „Hochsensibilität“, und welche Probleme oder auch Chancen sind für die Betroffenen damit verbunden? Die Dozentin erklärt den Begriff, und was mögliche Anzeichen sein können. Außerdem gibt sie Tipps und Hinweise, die hochsensiblen Menschen helfen können, im Alltag besser zurechtzukommen. Im Anschluss besteht Gelegenheit zu Fragen und Diskussion.

Die Dozentin ist Heilpraktikerin (Psychotherapie) und hat sich unter anderem auf das Thema Hochsensibilität spezialisiert.

■ 2124 Vortrag

Büchen Anna Kötting
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Mittwoch, 08.03.23, 18.00-19.30 Uhr
7,00 EUR, Anmeldung erforderlich
8 - 20 Teilnehmende



Leichter Umgang mit schwierigen Menschen

Ganz gleich, ob es sich dabei um narzisstische Persönlichkeiten, Borderliner*innen, Choleriker*innen oder einfach nur sehr schwierige Mitmenschen handelt, die Beziehung (en) zu diesen Personen kosten Nerven, Geld und Zeit.

Wie geht man mit schwierigen Menschen um? Wie löst man das Problem der Un-Kommunikation und wie verhält man sich in Ausnahmesituationen am Arbeitsplatz oder bei Familienfesten?

Dieser Workshop gibt Ihnen Strategien im Umgang mit komischen und sehr komplexen Beziehungskonstellationen an die Hand, die Sie direkt umsetzen können. Leicht verständlich erhalten Sie einen praktischen Leitfaden und ein Verständnis für das Dramadriek, welche Rolle Sie darin spielen und wie Sie es jeder Zeit verlassen können.

Die Dozentin ist systemischer Managementcoach sowie Counselor Process Inquiry. Der Dozent ist als Berater tätig.

■ 2126 Workshop

Büchen Regina Schrott und Henning Glasmacher
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Samstag, 11.03.23, 10.00-16.00 Uhr
45,72 EUR; erm. 33,83 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Deeskalieren in schwierigen Situationen

Büchen ■ 2202 Vortrag
Birgit Rösch
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Freitag, 10.03.23, 18.00-19.30 Uhr
Weitere Infos unter "Mediation - Konfliktlösung - Partnerschaft"



Klarheit durch Selbstcoaching

Coaching hilft Ihnen, nicht in der Vergangenheit hängen zu bleiben, stattdessen zukunftsorientiert vorzugehen und schneller ein Problem oder eine persönliche Krise zu überwinden. Unterscheiden lassen sich „Coaching durch eine/n professionelle/n Coach“ vom „Selbstcoaching“, welches ohne externe Begleitung durchgeführt wird.

Es gibt eine Vielzahl an sogenannten Coaching-Tools, die geeignet sind, Struktur in das eigene Leben zu bringen und zielorientierte Lösungen zu finden.

In diesem Tagesseminar zeigt Ihnen die Dozentin, wie Sie sich selbst besser helfen, verstehen und annehmen können. Die Dozentin ist Life- und Business-Coach.

Büchen ■ 2128 Tagesseminar
Petra Nießen
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46
Sonntag, 12.03.23, 9.30-16.30 Uhr
36,50 EUR; erm. 27,38 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Online-Vortrag: Flirten, daten und verlieben

Sie wollen sich neu verlieben, aber wissen nicht, wo oder wie Sie jemand passenden kennenlernen sollen?

Der Dozent geht darauf ein, was eine attraktive Persönlichkeit ausmacht und wie Sie selber für andere attraktiver werden können. Sie erfahren, wie Sie im Alltag, beim Feiern oder beim Online-Dating auf einfache und natürliche Weise in Kontakt treten können und wie Sie ein Date arrangieren. Außerdem können Sie lernen, wie Sie beim Online-Dating ein ansprechendes Profil erstellen und worauf es bei der ersten Nachricht ankommt.

Die Konzepte basieren auf psychologischen und soziologischen Grundlagen und haben sich in der Praxis bewährt. Der Dozent ist seit vielen Jahren als Flirt- und Persönlichkeitstrainer tätig. Der Vortrag richtet sich an Frauen und Männer jeglichen Alters.

Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie

rechtzeitig vor der Veranstaltung einen Link, über den Sie sich am Veranstaltungsabend einwählen können.

Büchen ■ 2130ON Online-Vortrag
Niklas Düllings
Online-Vortrag
Montag, 13.03.23, 18.00-19.30 Uhr
8,00 EUR, Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Mit gutem Gefühl „Nein“ sagen

Wie können wir „Nein!“ sagen ohne ablehnend zu sein? Was erfüllen wir uns mit einem „Nein“? Wenn wir „Nein“ sagen, wozu können wir dann „Ja“ sagen? In diesem Workshop probieren wir mit vielen praktischen Übungen in einem sicheren Rahmen aus, „Nein“ zu sagen und dabei eine wertschätzende Verbindung zu behalten. Dabei ist das Motto: Ein „Nein“ ist ein „Ja“ zu etwas anderem. Die Dozentin ist Mediatorin und Trainerin für wertschätzende Kommunikation.

Büchen ■ 2132 Kurzseminar
Marisa Hafner
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46
Freitag, 17.03.23, 10.00-13.00 Uhr
16,00 EUR; erm. 11,20 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Weg mit der Aufschieberitis - Dinge endlich erledigen statt aufschieben

Kennen Sie das? Unangenehme oder lästige Dinge schieben Sie immer wieder vor sich her oder es kostet Sie eine übergroße Überwindung, diese endlich zu erledigen?

In dem Seminar erforschen wir gemeinsam die möglichen Ursachen für Aufschieberitis in der Erziehung, Familienprägung und dem individuellen Charakter. In Rollenspielen entdecken wir, welche Denk- und Verhaltensmuster mit Aufschieberitis einhergehen. Anhand von Fallbeispielen erarbeiten wir konkrete Lösungssätze, um dieser entgegenzuwirken. Lernen Sie sich ganz neu kennen und dadurch einen neuen Umgang mit Aufschieberitis! Die Dozentin ist Diplom-Psychologin und systemische sowie individualpsychologische Beraterin.

Büchen ■ 2134 Tagesseminar
Maika Köpke
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 08
Samstag, 18.03.23, 10.00-17.00 Uhr
36,50 EUR; erm. 27,38 EUR
8 - 12 Teilnehmende





Mehr Schwung für mein Leben: Die „Rossini-Kohärenz“ Methode

Büchen ■ 2026 Workshop
Susanne Kessenich
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11
Samstag, 18.03.23, 10.00-13.00 Uhr
Weitere Infos unter
"Lernen in Bewegung"



Impulse für die eigene Biografiearbeit

An dem Abend erfahren Sie zu nächst, warum es Sinn macht, sich wertschätzend und fürsorglich mit dem eigenen Leben auseinander zu setzen. Biografiearbeit meint dabei, den Blick ganzheitlich ins Gestern, Heute und Morgen zu richten, um mehr Verständnis und Klarheit für den eigenen Lebensweg zu gewinnen. Angeleitet von der Dozentin, erhalten Sie dann mit Übungen aus dem Life Coaching erste Impulse, wie Sie dabei für sich praktisch vorgehen können. Die Dozentin ist Psychologin und Coach.

Büchen ■ 2136 Kurzseminar
Luisa Bergholz
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Dienstag, 21.03.23, 18.00-20.30 Uhr
14,00 EUR; erm. 9,80 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Salute! Was die Seele stark macht

Es gibt Menschen, die anscheinend nichts umhaut. Weder eine große Arbeitsbelastung noch der Verlust einer geliebten Person kann sie aus der Bahn werfen. Wie schaffen diese Menschen es, ihr psychisches Gleichgewicht zu halten?

Wir wissen heute, dass besonders 4 Faktoren für unsere seelische Gesundheit verantwortlich sind: Selbstfürsorge, Soziales Netzwerk, Selbstwirksamkeit und Sinnorientierung. In dem Kurs lernen Sie, sich bewusst mit diesen psychischen Gesundheitsfaktoren auseinandersetzen. Sie erfahren, was Salutogenese ist, begeben sich auf die Suche Ihrer persönlichen Ressourcen und lernen in Ihrem Alltag darauf zurückzugreifen. Es erwarten Sie an 2x2 Tagen span-

nende Übungen, eine humorvolle Lernatmosphäre und ein Vitaminschub für Ihre Seele. Ein Follow-Up-Treffen nach 5 Monaten soll das Gelernte nachhaltig festigen. Die Dozentin ist Erziehungswissenschaftlerin M.A., systemische Therapeutin und Supervisorin.

Büchen ■ 2137 3-teiliger Kurs
Michaela Recht
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Fr, 24.03., 16.00-19.30 Uhr, und
Sa, 25.03., 10.00-13.30 Uhr;
Fr, 21.04., 16.00-19.30 Uhr, und
Sa, 22.04., 10.00-13.30 Uhr;
sowie Fr, 22.09.23, 16.00-19.30 Uhr
90,61 EUR; erm. 65,26 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Stimme und mehr

Stimmklang, Lautstärke und andere Stimmqualitäten lassen sich durch Wahrnehmungs-, Atem- und funktionale Stimmübungen verbessern. Das Wissen um Anatomie und Stimmfunktion unterstützt den gesunden Stimmgebrauch und hilft, Heiserkeit, Überbeanspruchung und Räusperzwang zu vermeiden.

Dieses Tagesseminar informiert über Stimmschonung und Stimmprophylaxe. Durch praktische Übungen erleben Sie, wie sich die Körperhaltung, Atmung und Sprechtempo, Artikulation oder Redefluss auf Ihre Stimme auswirken und sie individuell prägen. Wechselnde Stimmkraft, Stimmlosigkeit und Sprechangst vor großen Gruppen haben häufig ihre Ursache in der Familienkonstellation. Deshalb werden wir in dem Seminar als unterstützende Arbeitsmethode auch mit Familien- oder Symptomaufstellungen arbeiten.

Büchen ■ 2138 Tagesseminar
Tatjana Hefke
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Samstag, 25.03.23, 10.00-17.00 Uhr
36,50 EUR; erm. 27,38 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Bausteine zur Inneren Zufriedenheit

Wünschen Sie sich manchmal ein bisschen mehr Zufriedenheit, Leichtigkeit und Gelassenheit im Leben? Wenn wir im Einklang sind mit uns selber und unsere Herausforderungen gelassen meistern, dann können wir den Alltag so viel besser genießen.

In dem Workshop lernen Sie Bausteine für ein zufriedeneres und glücklicheres Leben kennen, die Sie

täglich anwenden können. Wir betrachten zusammen die eigenen Werte und Ziele und erarbeiten mit Hilfe von Coaching-Methoden, was unserer Zufriedenheit im Wege steht. Wir lernen gemeinsam, ungewünschten Ballast abzuwerfen und uns auf das Wesentliche zu konzentrieren. Am Ende des Workshops nehmen Sie viele kleine und große Werkzeuge und Bausteine für die eigene Zufriedenheit mit.

Büchen ■ 2139 Tagesseminar
Barbara Gerhards
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
Sonntag, 26.03.23, 10.00-17.00 Uhr
36,50 EUR; erm. 27,38 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Persönlichkeit entwickeln - souveräner wirken

Wünschen Sie sich, sicherer und souveräner aufzutreten?

Wahre Souveränität kann nicht gespielt werden, Sie können sie nur ausstrahlen. Menschen mit Persönlichkeit und Selbstvertrauen ziehen Aufmerksamkeit auf sich und sind erfolgreicher. Sie sind von sich überzeugt, kennen ihre Stärken und akzeptieren auch ihre Schwächen. Man hört ihnen eher zu, schenkt ihnen mehr Vertrauen und umgibt sich gerne mit ihnen. Nutzen Sie dieses Seminar, um sich selbst und Ihre Talente besser kennen zu lernen und dies glaubwürdig zu repräsentieren. Sie erhalten einen praktischen Leitfaden, der es Ihnen ermöglicht, mehr Ausstrahlung zu entwickeln, um dauerhafte Veränderungen im Berufs- und Privatleben zu erzielen. Das Seminar ist für Männer und Frauen geeignet.

Büchen ■ 2140 Tagesseminar
Antje Vödisch
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46
Sonntag, 26.03.23, 10.00-17.00 Uhr
36,50 EUR; erm. 27,38 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Selbstwahrnehmung trifft Fremdwahrnehmung

Wir stehen im permanenten Austausch mit anderen Menschen. Aber nicht immer stimmt unsere Eigenwahrnehmung mit der anderer überein. Warum sieht mein Gegenüber mich anders, als ich mich selbst sehe? Weshalb sind wir nicht deckungsgleich in unserer Wahrnehmung, und welche Rolle spielen dabei unterschiedliche Sinne?

In diesem Workshop proben wir den Perspektivenwechsel. In praxisna-

hen kognitiven und spielerischen Übungen erfahren Sie, wie andere Sie wahrnehmen, und damit auch mehr über sich selbst. Davon werden Sie in Ihrer täglichen Kommunikation profitieren. Ein Seminar für alle, die offen für neue Impulse und das Feedback anderer sind.

Die Dozentin ist Sozialpädagogin, Schauspielerin und Regisseurin.

Büchen ■ 2141 Workshop

Jutta Großskinsky
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Sonntag, 26.03.23, 11.00-17.00 Uhr
33,95 EUR; erm. 25,60 EUR, Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Jedes Wort wirkt! In der Sprache liegt die Kraft.

„Da müssen wir in den sauren Apfel beißen!“, „Ich versuche mal, das Problem zu lösen!“, „Das muss nachher noch schnell erledigt werden“. Solche Formulierungen spiegeln typische Sprachgewohnheiten wider, die wir von Kindesbeinen an kennen und nicht mehr hinterfragen. Doch welche Wirkung haben sie auf uns? Was macht es mit uns selbst, wenn wir ständig „beißen“, „müssen“ und „versuchen“? Und was kommt dabei bei unseren Gesprächspartnern an? Jedes Wort wirkt und schafft Wirklichkeit! Sie werden bei diesem Vortrag einen spannenden Einblick erhalten, was Ihre Sprache mit Ihnen macht - und was Sie mit Sprache alles machen können.

Der Vortrag beruht auf dem LINGVA ETERNA Sprach- und Kommunikationstraining.

Büchen ■ 2143 Vortrag

Constanze Wachsmann
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Dienstag, 28.03.23, 18.00-19.30 Uhr
7,00 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 18 Teilnehmende

Bitte beachten Sie auch das Tagesseminar 2175 „Sprache neu erleben“ am 4. Juni 2023.



In 60 Sekunden überzeugen: Wie funktioniert ein „Elevator Pitch“?

Wie erreichen Sie in 60 Sekunden die volle Aufmerksamkeit und das Interesse Ihres Gegenübers?

Hinter einem sog. „Elevator Pitch“ steckt der Gedanke, eine andere Person binnen kürzester Zeit (während der Dauer einer Aufzugfahrt; engl. „elevator“) mit einer knackigen Botschaft von sich oder einer Idee zu überzeugen und zu gewinnen.

Die Dozentin zeigt Ihnen neben einer theoretischen Einführung, wie Sie Ihren Elevator Pitch strukturiert vorbereiten, aufbauen und auch praktisch umsetzen können.

Büchen ■ 2144 Kurzseminar

Petra Nießen
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Mittwoch, 29.03.23, 17.00-20.00 Uhr
16,00 EUR; erm. 11,20 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Gruppentraining sozialer Kompetenzen

Das Gruppentraining sozialer Kompetenzen (GSK) ist ein etabliertes Trainingsprogramm, mit dem Sie Ihr persönliches Verhaltensrepertoire erweitern. Sie lernen, unangenehme Situationen selbstbewusster anzugehen, berechtigte Forderungen durchzusetzen, Erwartungen und Gefühle angemessen zu äußern und zwischen sicherem und aggressivem Verhalten zu unterscheiden. Theorie-Input, Partnerübungen, Arbeitsblätter und Gruppendiskussionen wechseln sich ab. Zentraler Bestandteil sind Rollenspielübungen mit Videofeedback.

Der Trainer ist Dipl.-Sozialarbeiter und Kompetenztrainer (GSK) mit langjähriger Gruppenerfahrung. Bei der Infoveranstaltung am 29. März können Sie Trainer und Programm kennenlernen. Der Kurs findet vom 19.04. bis 31.05. statt.

Büchen ■ 2145 Infoabend

Andreas Bergmann
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Mittwoch, 29.03.23, 18.00-19.00 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
5 - 18 Teilnehmende

Büchen ■ 2150 Kurs

Andreas Bergmann
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Mittwochs 19.04.-31.05.23,
18.00-19.30 Uhr, 7 Abende
59,86 EUR; erm. 43,73 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Neurolinguistisches Programmieren (NLP) Bildungsurlaub

Das Neurolinguistische Programmieren (NLP) ist ein erfolgreiches Kommunikations- und Veränderungsmodell. Es bietet vielfältige Möglichkeiten, die eigene Kommunikationsfähigkeit zu verbessern und Handlungskompetenzen zu erweitern.

Im Rahmen des Bildungsurlaubs werden Sie die Vorannahmen, Grundbegriffe und einige leicht zu erlernende Übungen und Methoden des NLP kennenlernen. Er bietet Ihnen die Möglichkeit, sich Ihrer Ressourcen und Fähigkeiten bewusst zu werden und diese erfolgreich in der Zukunft einzusetzen. Sie werden erfahren, wie Sie mit ihrer Hilfe zielorientiert Ihre beruflichen Herausforderungen angehen und Ihr eigenes Denken und Handeln beeinflussen können.

Die vorgestellten Methoden sind praxisorientiert und werden jeweils kurz theoretisch besprochen. Der Schwerpunkt liegt jedoch eindeutig in der praktischen Anwendung der einzelnen Formate durch die Teilnehmenden. Dies geschieht in 2-er bzw. 3-er Gruppen. Wer die Formate im Seminar praktisch angewendet und erlebt hat, kann sie später leichter in den Arbeitsalltag übertragen. Der Bildungsurlaub richtet sich an Teilnehmende ohne Vorkenntnisse in NLP.

Büchen ■ 2146 Bildungsurlaub

Dietmar Horn
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
Montag, 03.04. bis Donnerstag,
06.04.23, 9.00-16.00 Uhr, 4 Tage
194,90 EUR; erm. 138,26 EUR,
Anmeldung erforderlich
Abmeldungen sind nur schriftlich bis
14 Tage vor Beginn möglich.
8 - 12 Teilnehmende



Kreative Kommunikation: Miteinander Denken im DIALOG

In einer Zeit zunehmend polarisierender Meinungsgegensätze - bis zu Hasskampagnen und Shitstorms - ermöglicht die kreative Kommunikation im DIALOG (ein Konzept nach Freeman Dhority, MITBoston) Respekt vor unterschiedlichen Empfindungen, Herangehensweisen und Standpunkten.

Durch bewusstes Zuhören und Erkunden werden - anders als bei vielen üblichen Diskussionen und Debatten - Hintergründe von Denkkonzepten und Meinungen erfahrbar; es wird Einblick in andere Sichtweisen und deren Hintergründe ermöglicht. Im wertschätzenden „Miteinander

Denken“ erschließen sich neue Ein-sichten, Lösungsmöglichkeiten und Handlungsalternativen.

Das Konzept ist in privaten Gruppen, Institutionen und Unternehmen einsetzbar.

Sie lernen die Grundlagen des DIALOG-Konzepts kennen und erhalten Gelegenheit, die kreative Kommunikation praktisch zu erleben, zu erproben und einzuüben. Sie werden dabei begleitet von ausgebildeten DIALOG-Facilitator(inn)en mit langjährigen Erfahrungen.

Büchen

■ **2147** Kurs
Annette Niederhellmann-Mogk,
Helga Klier, Wolfgang Klier
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Dienstags 18.04.-09.05.23,
18.00-19.30 Uhr, 4 Abende
41,94 EUR; erm. 31,19 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Schnupperworkshop Gewaltfreie Kommunikation

Haben Sie von Gewaltfreier Kommunikation schon mal was in Ihrem Umfeld gehört oder vielleicht ein Buch hierzu gelesen? Und wollen Sie jetzt erleben, wie so was in Workshopform gelernt werden kann?

Dann laden wir Sie herzlich ein zum Kennenlernabend. Lassen Sie sich überraschen vom Tiefgang der Methode und kommen Sie Ihren eigenen Denk- und Sprachmustern in Konfliktsituationen auf die Spur. So manche bislang heikle oder angespannte Situation werden Sie nach diesem Abend in neuem Licht sehen und vielleicht ja auch Lust bekommen zum tieferen Einstieg in einen GFK-Einführungskurs.

Büchen

■ **2148** Workshop
Stefan Voth
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Dienstag, 18.04.23, 18.00-21.30 Uhr
23,89 EUR; erm. 18,55 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 14 Teilnehmende

Zu Gewaltfreier Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg siehe auch die Wochenendseminare 2108, 2133, und 2161 sowie den Bildungsurlaub im Juli (Veranstaltungsnummer 2186S).



Befriending the body Mit dem Körper Freundschaft schließen

Unser Körper ist die Grundlage für unser Leben, aber immer auch wieder der Grund für Irritationen: er ist zu dick, zu dünn, zu lang, zu kurz oder es schmerzt hier und pfeift da.

Statt immer wieder gegen unseren Körper zu kämpfen (bzw. unsere Vorstellungen, wie er zu sein und zu funktionieren hat), wollen wir an diesem Tag versuchen, ein Stück mehr Freundschaft mit dem Körper zu schließen. Methoden aus Achtsamkeit, Kunsttherapie und Psychodrama stehen uns hierfür zur Verfügung. Dr. Sabina Glasmacher ist Ärztliche Psychotherapeutin und Psychodramatikerin, Dr. Dagmar Wohler ist Professorin für Kunsttherapie; beide sind Achtsamkeitstrainerinnen.

Neugierde und bequeme Kleidung sind gute Voraussetzungen für die Teilnahme. Wer mag, kann auch eine eigene Yogamatte mitbringen.

Büchen

■ **2152** Workshop
Dagmar Wohler, Sabina Glasmacher
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
Samstag, 22.04.23, 10.00-17.00 Uhr
67,22 EUR; erm. 48,88 EUR,
Anmeldung erforderlich
7 - 10 Teilnehmende



Annäherungen an das innere Kind

Das „Innere Kind“ ist ein Synonym für Erinnerungen, Gefühle und Verletzungen aus der Kindheit, die sich heute noch auf unser Leben auswirken. In dem Seminar werden wir uns der Frage stellen, wir den Inneren Erwachsenen aktivieren können, der sich um dieses Innere Kind liebevoll kümmert, um besser bei uns selbst anzukommen. Die liebevolle und achtsame Verbindung mit unserem Inneren Kind kann erleichtern, uns von alten Abhängigkeiten zu befreien, Konflikte in unseren Beziehungen zu lösen und daran zu wachsen. Schwerpunkt ist der Umgang mit alten Verletzungen, die in (?persönlichen, zwischenmenschlichen?) Beziehungen ausgelöst werden. Die Dozentin ist Dipl.-Psychologin.

Büchen

■ **2153** Tagesseminar
Claudia Westhäuser
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46
Samstag, 22.04.23, 10.00-17.00 Uhr
36,50 EUR; erm. 27,38 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Lebenslust entwickeln mit Lachyoga

Wann haben Sie zuletzt herzlich gelacht? Immer mal wieder müssen wir feststellen, dass wir uns eigentlich nicht sehr lebendig fühlen ... Wir sind müde, abgespannt, Körper und Geist sind manchmal blockiert.

In diesem Tagesworkshop lernen wir, mit Lachyoga und verschiedenen Übungen aus Atemtherapie und Kinesiologie, mit Pantomime und körpertherapeutischen Elementen Freude im Alltag zu entdecken. Mit einer neuen Wahrnehmung und neuen Impulsen positiver Lebensenergie entwickeln wir verborgene Fähigkeiten zum Glücklichein. Der Dozent ist ausgebildeter Physiotherapeut und Lachtrainer. Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und etwas zu trinken (Wasser) mitbringen.

Büchen

■ **2154** Tagesseminar
Samy Boroumand
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14
(Mehrzweckraum 2)
Samstag, 22.04.23, 11.00-17.00 Uhr
36,45 EUR; erm. 27,35 EUR,
Anmeldung erforderlich
7 - 8 Teilnehmende



Toxisches Umfeld - Freunde, Familie, Romantik

„Stell dich nicht so an“ - Toxische Beziehungen im eigenen Umfeld - Freunde, Familie, Kollegen, Romantik, - Der Begriff „toxische Beziehung“ ist momentan in aller Munde. Aber was ist das eigentlich?

Wer in einer schädlichen Beziehung steckt - sei es in Freundschaften, Partnerschaften, mit Kollegen/Vorgesetzten oder als Kind in einer solchen aufgewachsen ist, befindet sich tagtäglich im Überlebensmodus. Wir schauen uns gemeinsam die Verhaltensweisen in einer solchen Beziehung an und welche Anzeichen es dafür gibt, um sie zu erkennen. Damit schaffen wir gute Voraussetzungen, um uns aus dieser wieder zu befreien und zu uns selbst zu finden. Die Dozentin ist Dipl.-Psychologin.

Büchen

■ **2158** Vortrag
Claudia Westhäuser
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Dienstag, 25.04.23, 18.00-20.00 Uhr
7,00 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 20 Teilnehmende



Ärger für Gutes nutzen

Wenn wir uns über andere oder uns selbst ärgern, geraten wir schnell in einen Zustand der Anspannung. Die Gedanken verengen sich auf Fragen, wer Recht hat oder Schuld trägt usw. In diesem Zustand handeln wir selten konstruktiv.

Aus Sicht der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg kann uns Ärger aber auch als Warnleuchte dienen, um uns zu zeigen, was wir brauchen. Wie Sie diese Erkenntnis nutzen können, um vom Ärger zum konstruktiven Handeln zu kommen, erfahren Sie in diesem Workshop.

Die Dozentin ist Mediatorin und Trainerin für wertschätzende Kommunikation. Der Workshop wird zweimal angeboten.

■ 2160 Workshop

Marisa Hafner

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Freitag, 28.04.23, 15.00-18.00 Uhr
16,00 EUR; erm. 11,20 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Bessere Kommunikation mit Storytelling

Jeder hört gerne Geschichten. Mit plastischen Stories machen Sie Eindruck - die Leute hören Ihnen gerne zu. Im Seminar lernen Sie die Kommunikationsmethode Storytelling (deutsch: Geschichten erzählen) kennen, die Sie privat im Bekanntenkreis wie auch für Reden und Präsentationen beruflich anwenden können. Mit bildhafter Sprache, bewährten Erzählmustern und konsistentem Körpereinsatz werden Sie überzeugender sein. Dazu gehört auch die Entwicklung von Charme und Charisma, die Ihre Wirkung auf Ihre Umgebung vertiefen.

Dieses Intensivseminar richtet sich an Menschen, die sich aktiv für den Ausbau ihrer kommunikativen Kompetenz einsetzen möchten. Der Dozent ist Kommunikationstrainer und Image-Berater.

■ 2162 Tagesseminar

Ralph M. Bloemer

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Samstag, 06.05.23, 10.00-17.00 Uhr
36,50 EUR; erm. 27,38 EUR
8 - 12 Teilnehmende



Dankbarkeit

Wann sagen Sie bewusst Danke für: unsere Natur, ein freundliches Lächeln, den Sonnenschein? Seit einigen Jahren belegen wissenschaftliche Studien, dass Dankbarkeit ein wunderbares Mittel ist, um die psychische Gesundheit zu stärken, Schlafstörungen, Ängste, Depressionen und Ängste zu reduzieren. Was genau passiert, wenn wir Dankbarkeit praktizieren? Wie wird dadurch unser Mindset verändert? Wie macht Dankbarkeit uns glücklicher und stärkt unsere Beziehungen? Der genannte Vortrag zeigt auf, wie Dankbarkeit wirkt und welche positiven Effekte regelmäßiges Praktizieren von Dankbarkeit für unsere Gesundheit hat. Er beinhaltet zudem verschiedene Beispiele, wie wir alle Dankbarkeit in unseren Alltag integrieren können.

■ 2164 Vortrag

Dr. Tonia Schüller

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Dienstag, 09.05.23, 18.00-19.30 Uhr
7,00 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 20 Teilnehmende



„Immer mit der Ruhe“

■ 2204 Vortrag

Thomas Titze

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Freitag, 12.05.23, 18.00-19.30 Uhr
Weitere Infos bei "Mediation - Konfliktlösung - Partnerschaft"



Vom Selbstmitgefühl zum Altruismus

Seit einigen Jahren gibt es Achtsamkeits-basierte Meditationsprogramme zur Entwicklung von mehr Selbstmitgefühl. Dieser Ansatz ist deutlich zu unterscheiden von einer verstärkten Ich-betonten Selbstbezogenheit und kann durch Übungen zur Kultivierung von altruistischem Mitgefühl ausgeglichen werden.

Der Dozent ist seit vielen Jahren als buddhistischer Meditationslehrer mit dieser Thematik vertraut.

■ 2168 Vortrag

Yesche Udo Regel

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Mittwoch, 17.05.23, 18.00-19.30 Uhr
7,00 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 20 Teilnehmende



EMDR-Workshop

EMDR steht für „Eye Movement Desensitization and Reprocessing“ („Desensibilisierung und Verarbeitung durch Augenbewegung“).

Es ist eine einfache, aber hochwirksame Technik, die wir auch unbewusst jede Nacht in der REM-Phase unseres Schlafes nutzen, um (belastende) Ereignisse des Tages zu verarbeiten.

Im Workshop erfahren Sie wie EMDR „funktioniert“ und probieren unter Anleitung der Dozentin direkt einzelne Techniken aus. Sie lernen den Umgang mit dem Glücksboard kennen und erleben EMDR mit Malen. Sie erproben, wie sich die Kombination verschiedener EMDR Techniken anfühlt und wie Sie durch EMDR mehr innere Ruhe entfalten.

■ 2166 Workshop

Dr. Tonia Schüller

VHS, Am Michaelshof 2, Raum 08
Samstag, 13.05.23, 10.00-16.00 Uhr
31,51 EUR; erm. 23,89 EUR,
Anmeldung erforderlich. Bitte bringen Sie ein Musikabspielgerät (Smartphone etc.) mit Stereo-Kopfhörern mit. Und bringen Sie bitte auch etwas zum Schreiben/Malen (Papier, Stift) mit.
8 - 12 Teilnehmende

Beachten Sie auch den Vortrag „Mit EMDR positive Gefühle entwickeln“ (2116) am 28. Februar 2023.



Wenn die Seele krank wird ... So nah und doch so fern!

Behandlungsbedürftige psychische Krankheiten nehmen zu. Doch die kranke Seele ist in unserer Gesellschaft weiterhin ein Tabu-Thema. Wir wollen Berührungsängste abbauen und darüber reden! In der Veranstaltung vermitteln wir in einem lebendigen Dialog zwischen einem Betroffenen und dem Referenten grundlegende Informationen und Antworten auf zentrale Fragen: Woran erkenne ich eine behandlungsbedürftige psychische Erkrankung? Was kann ich selber tun und wer kann sonst noch helfen? Was ist unser Beitrag für eine seelische Gesundheit? Eine Veranstaltung in Kooperation mit der Gemeindepsychiatrie Bonn-Rheinsieg gGmbH.

■ 2169 Vortrag

Lothar Steffens

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Mittwoch, 31.05.23, 18.00-19.30 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
8 - 18 Teilnehmende



Selbstepathie-Training

Eine Einführung

In dem Workshop erleben Sie, wie Sie durch Selbstepathie in Anlehnung an Carl Rogers und Marshall Rosenberg sowie Erfahrungen aus der Konfliktmediation Ihre persönlichen Stärken und Ihre Ressourcen bewusster und unabhängiger von äußeren Einflüssen nutzen können. Wir greifen unangenehme Gefühle (Unsicherheit, Ärger, Druck) oder Verhaltensmuster (Zögerlichkeit, Vermeidung) auf, die im Hintergrund wirken und Sie daran hindern, Ihr Potenzial auszuschöpfen.

Sie werden Wege kennenlernen, diese Einflüsse zu verringern oder aufzulösen, die es Ihnen ermöglichen, sich selbst aktiv zu unterstützen und einen effektiven und freudevollen Umgang mit sich selbst zu finden.

Dies fördert Ihr Selbstbewusstsein und Ihre Entscheidungsfreudigkeit auch in schwierigen Situationen.

Der Dozent ist Coach und Mediator.

■ 2170 Kompaktseminar

Dr. Arne Schöler

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47

Freitag, 02.06., 18 bis 21 Uhr, und

Samstag, 03.06.23, 10 bis 17 Uhr

49,30 EUR; erm. 36,34 EUR,

Anmeldung erforderlich

8 - 12 Teilnehmende



Selbstsicherheitstraining

Sie wollen selbstsicherer auftreten? Im Umgang mit Kollegen, Vorgesetzten, Freunden, Familie bestehen? Die Beziehungen zu anderen Menschen auf Augenhöhe gestalten?

Über Selbst-Kenntnis und Selbst-Bewusstsein zu Selbst-Steuerung und Selbst-Sicherheit: Sie sind zunächst eingeladen, Ihre inneren Kritiker näher kennen und schätzen(!) zu lernen - und zugleich andere starke Ak-

teure (wieder) in sich zu entdecken. Danach lernen Sie in einem „Umschaltspiel“, wie Sie ungewollte, ungünstige Verhaltensmuster im Alltag schnell erkennen und in gewolltes, günstiges Verhalten verwandeln können. Und im Rollenspiel trainieren wir, wie Sie mit klarer Kommunikation auch herausfordernde Situationen meistern können.

Die Dozentin ist ausgebildeter Coach (DGfC) und Supervisorin (DGSvSG).

■ 2171 Wochenendseminar

Dr. Renate Kremer

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56

Samstag, 03.06., und Sonntag,

04.06.23, jeweils 10 bis 17 Uhr

66,90 EUR; erm. 48,66 EUR,

Anmeldung erforderlich

8 - 12 Teilnehmende



Coaching/Supervision in

Umbruchphasen: Provokativer Stil

Sie stehen vor einer Herausforderung und möchten nicht alles mit sich allein ausmachen? In dem Workshop lernen Sie, wie ein provokativer Stil dabei helfen kann. Gleich vorweg: Provokativ heißt hier, etwas liebevoll hervorlocken, und nie gemein oder verletzend sein. Über den Humor eröffnen sich ganz neue Sichtweisen, aus Blockaden herauszukommen.

Der Workshop baut auf dem Workshop zur Psychodynamischen Rollenanalyse auf, kann aber auch unabhängig davon belegt werden.

Die Dozentin ist promovierte Ökonomin, zertifizierter psychodynamischer Coach und Supervisorin.

Buchen

■ 2172 Tagesseminar

Felicia Müller-Pelzer

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46

Samstag, 03.06.23, 10.00-17.00 Uhr

36,50 EUR; erm. 27,38 EUR, Anmeldung erforderlich

7 - 10 Teilnehmende

7 - 10 Teilnehmende

Bitte beachten Sie auch den Workshop „Coaching/Supervision in Umbruchphasen: Psychodynamische Rollenanalyse“ (Veranstaltungsnummer 2112).



Sprache neu erleben

In der alltäglichen Kommunikation wissen wir meist gut, was wir sagen wollen und was wir erreichen wollen. Doch wie sagen wir es? Das ist uns selten bewusst.

Dabei wirkt unsere Sprache gleichermaßen auf uns selbst wie auf andere. Das geht weit über den Inhalt des Gesagten hinaus. Dieses Kompaktseminar lädt Sie ein, die ganze Wirkung Ihrer Sprache zu entdecken und neu zu erleben. Sie erhalten anhand von alltäglichen Situationen und eigenen Beispielen sprachliche Anregungen. Sie erfahren, wie Sie diese Anregungen auf konkrete Situationen im Alltag übertragen und dort souverän anwenden können.

Das Kompaktseminar basiert auf dem LINGVA ETERNA® Sprach- und Kommunikationskonzept.

■ 2175 Kompaktseminar

Constanze Wachsmann

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47

Sonntag, 04.06.23, 10.00-17.00 Uhr

36,50 EUR; erm. 27,38 EUR,

Anmeldung erforderlich

8 - 12 Teilnehmende



Lernen, ein Optimist zu sein

Optimistische Menschen leben länger, haben ein besseres Immunsystem und erholen sich schneller nach Operationen. Sie sind außerdem glücklicher und zufriedener, und es fällt ihnen leichter, Rückschläge zu überwinden. Forschungsergebnisse zum Optimismus bestätigen, was wir lange ahnten. Optimismus scheint vieles leichter zu machen. Kann man Optimismus lernen und ist Optimismus wirklich immer angebracht? Gibt es nicht umgekehrt auch die positive Kraft negativen Denkens? In einem heiteren Streifzug durch die Optimismus-Forschung erfahren Sie an diesem Abend, wie Sie eine optimistische Grundhaltung entwickeln können, ohne deswegen gleich oberflächlich oder trauntänzerisch werden zu müssen.

Büchen ■ **2180** Kurzseminar
Dr. Adrian Reinert
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Freitag, 16.06.23, 17.00-20.00 Uhr
14,00 EUR; erm. 9,80 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Körper trifft Stimme

Der Körperausdruck und der Einsatz der Stimme hängen eng zusammen und sind die Basis der inneren wie äußeren Präsenz und des ganz persönlichen Stils. Wir erforschen diese Zusammenhänge und erweitern spielerisch unsere Möglichkeiten. Wir lernen in kreativen Stimm- und Körperübungen, wie wir unsere Stimme kräftigen und die Aussprachedeutlichkeit verstärken, und machen uns Rhythmus und Klang bewusst. Wir arbeiten mit einfachen Sprachversen bis hin zu einer kleinen Theaterrolle. Dabei überprüfen wir unsere Wirkungsweise. Geeignet für große und kleine Ziele, den professionellen Auftritt, die persönliche Weiterentwicklung oder einfach nur aus Spass.

Büchen ■ **2183S** Sommerkurs
Jutta Großskinsky
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Montag, 26.06. bis Donnerstag,
29.06.23, 18.00-21.00 Uhr, 4 Abende
66,90 EUR; erm. 48,66 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Gewaltfreie Kommunikation Bildungsurlaub

Vielleicht kennen Sie das: Es gibt Stress auf der Arbeit, Sie ärgern sich über Kolleg:innen oder andere Mitmenschen, ein Wort gibt das andere. Zuhause stehen Sie unter Druck. Es fallen immer wieder die gleichen Schuldzuweisungen, die Stimmung kippt schnell und Sie wollen doch eigentlich harmonisch zusammenleben?

In diesem Bildungsurlaub lernen Sie die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg kennen und erfahren deren verbindende Wirkung. Sie gewinnen Klarheit über bisherige Kommunikationsmuster und erfahren in der Empathie für sich selbst und andere eine kraftvolle Alternative.

Freuen Sie sich auf ein lebendiges Seminar mit Theorieanteilen, Austausch und vielen Übungen. Eigene Konfliktbeispiele sind herzlich willkommen!

Die Dozentin ist Lehrerin und ist Dozentin auf Gewaltfreie Kommunikation spezialisiert.

Büchen ■ **2186S** Bildungsurlaub
Tanja Bunzel
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Montag, 17.07. bis Mittwoch,
19.07.23, 9.00-16.30 Uhr, 3 Tage
146,00 EUR; erm. 104,03 EUR,
Anmeldung erforderlich
Abmeldungen sind nur schriftlich bis
14 Tage vor Beginn möglich.
7 - 12 Teilnehmende



Focusing - Der Stimme des Körpers folgen

Auf den Grundlagen der humanistischen Psychologie entwickelte der amerikanische Psychotherapeut Eugene T. Gendlin in den 1960er Jahren den Ansatz des Focusing als eine sanfte und effektive Selbsthilfemethode. Durch innere Achtsamkeit erfahren Sie, wie Ihr Körper sich Ihnen mitteilt und Ihnen vorerst unbewusste Signale verständlich werden. Focusing kann als Unterstützung bei Entscheidungsfindungen, beim Auflösen von Blockaden, bei der Vorbereitung auf anspruchsvolle Aufgaben sowie in Konfliktsituationen helfen.

An diesen 2 Tagen werden die 6 Focusing-Schritte vermittelt. In vielen praktischen Übungen erleben Sie selbst, wie sich Ihr Körper Ihnen mitteilt und welche Weisheit in diesem intuitiven Körperwissen liegt. Die Dozentin ist ausgebildete Focusingbegleiterin.

Büchen ■ **2187S** 2-tägiges Sommerseminar
Annett Heide
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Montag, 17.07., 10.00-17.00 Uhr,
und Dienstag, 18.07.23, 10.00-16.00 Uhr
76,13 EUR; erm. 59,40 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Mediation - Konfliktlösung - Partnerschaft

Konflikte positiv (auf)lösen

Private und berufliche Konflikte sind Teil unseres Lebens. Wir haben aber jederzeit die Möglichkeit zu entscheiden, ob und wie wir reagieren wollen und welche Bedeutung eine Situation insgesamt für uns hat.

Im Vortrag erfahren Sie, auch anhand von praktischen Beispielen, wie Sie durch Einnahme einer anderen Perspektive, gute Konfliktkompetenz und Ihre Art der Kommunikation, schwierige Situationen aktiv positiv gestalten können.

Der Dozent ist Mediator und Konfliktlotsen. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Verein Mediation fördern e.V. statt.

Büchen ■ **2200** Vortrag
Thomas Titze
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Freitag, 24.02.23, 18.00-19.30 Uhr
7,00 EUR, Anmeldung erforderlich
8 - 20 Teilnehmende



Deeskalieren in schwierigen Situationen

Je früher Sie einen Konflikt erkennen, desto einfacher ist es, ihn zu lösen bzw. ihn mindestens zu entschärfen. Doch manchmal ist der Konflikt schon so stark eskaliert, dass Sie sich in einer verfangenen, schwierigen Situation wiederfinden. Warum führen erlernte Kommunikationsmuster manchmal trotz guten Willens zu einem schlechten Ergebnis?

Im Vortrag erfahren Sie, was Sie tun können, damit sich Ihr Gegenüber beruhigt, und welche Möglichkeiten der Deeskalation es gibt, und Sie lernen Handlungsstrategien kennen, um auf persönliche Angriffe angemessen und wirksam reagieren können. Die Dozentin ist Mediatorin, Coach und Konfliktlotsin. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Verein Mediation fördern e.V. statt.

Büchen ■ **2202** Vortrag
Birgit Rösch
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Freitag, 10.03.23, 18.00-19.30 Uhr
7,00 EUR, Anmeldung erforderlich
8 - 20 Teilnehmende





„Immer mit der Ruhe“

Durch einfache Gesprächsstrategien schwierige Situationen deeskalierend entschärfen. Hier geht es um emotionale Alltagssituationen (Supermarktkasse, Büro etc.), in denen mittels Gesprächsführung Konflikte in eine (bessere) Richtung gelenkt werden können.

Die Teilnehmenden stellen ihren eigenen Konflikttyp fest, und gemeinsam betrachten wir Ursachen und anwendbare Möglichkeiten.

Der Dozent ist Wirtschaftsmediator und Trainer für Konfliktmanagement. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Verein Mediation fördern e.V. statt.

- Büchen** ■ **2204** Vortrag
Thomas Titze
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Freitag, 12.05.23, 18.00-19.30 Uhr
7,00 EUR, Anmeldung erforderlich
8 - 20 Teilnehmende

Übungsgruppe Kreative Kommunikation Miteinander Denken im DIALOG

- Büchen** ■ **2113** Übungsgruppe
Annette Niederhellmann-Mogk,
Helga Klier, Wolfgang Klier
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47
Samstags 25.02., 11.03. und
22.04.23, jeweils 10.00-13.00 Uhr
*Weitere Infos unter "Psychologie und
Persönlichkeit - Eigene Stärken ent-
wickeln"*

Kreative Kommunikation: Miteinander Denken im DIALOG

- Büchen** ■ **2147** Kurs
Annette Niederhellmann-Mogk,
Helga Klier, Wolfgang Klier
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Dienstags 18.04.-09.05.23,
18.00-19.30 Uhr, 4 Abende
*Weitere Infos unter "Psychologie und
Persönlichkeit - Eigene Stärken ent-
wickeln"*

Eltern und Erziehung

Immer diese Hausaufgaben

Hausaufgaben sind eine Herausforderung für Eltern und Kinder. Denn wenn Kinder die Hausaufgaben nicht machen wollen (oder nicht so, wie die Erwachsenen sich das wünschen), entsteht viel Streit darum. Wenn wir bereit sind, die Sicht des Kindes zu sehen und mit einzubeziehen, können wir gemeinsame Lösungen finden und Kindern helfen, Verantwortung für

ihren eigenen Lernweg mit zu übernehmen. Im Austausch mit den Teilnehmenden gibt die Dozentin dazu an dem Abend Anregungen.

- Büchen** ■ **2240J** Elternseminar
Nina Steckel
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47
Mittwoch, 18.01.23, 18.00-19.30 Uhr
entgeltfrei,
Anmeldung erforderlich
8 - 15 Teilnehmende

Online-Elternseminar: Eltern sind keine Servicekräfte

Eltern sind dafür da, die Basis für das Aufwachsen ihrer Kinder sicher zu stellen, sie auf ihrem Weg in die Selbständigkeit zu begleiten und sie aufzufangen, wenn etwas schief läuft. Aber sie sind nicht verpflichtet, ihren Kindern die Langeweile zu vertreiben, ihre Hausaufgaben zu korrigieren und ihnen jede Last abzunehmen. Wie Sie Ihren Kindern helfen können, mehr Verantwortung für sich und andere zu übernehmen, ist Thema dieses Abends.

Die Dozentin ist Dipl.-Sozialarbeiterin mit therapeutischer Zusatzausbildung und zertifizierte Elterntainerin. Die Einwahldaten über zoom gehen Ihnen rechtzeitig vor der Veranstaltung zu.

- Büchen** ■ **2220ON** Online-Elternseminar
Hildegard Pfister
Montag, 06.02.23, 20.00-21.30 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
8 - 15 Teilnehmende

Online-Elternseminar: Kinder brauchen Beziehung: Die 4 Grundwerte von Jesper Juul

Der 2019 verstorbene dänische Familientherapeut Jesper Juul gilt als einer der meist gelesenen Autoren zum Thema Erziehung. Statt Grenzen und Disziplin als Allheilmittel für Eltern anzupreisen, setzte er auf Werte, die tragfähige Säulen für eine gute Entwicklung von Kindern und Familien sind: Gleichwürdigkeit, Inte-

grität, Authentizität und Verantwortung.

Die Dozentin, ausgebildet nach der Juulschen erlebnisorientierten Familientherapie, erläutert Juuls Werte und bietet den Teilnehmenden anhand von beispielhaften Familiensituationen Gelegenheit, ihr eigenes Verhalten und die Werte, die Sie mit Ihren Kindern leben möchten, zu reflektieren.

Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie rechtzeitig vor der Veranstaltung per Mail einen Link, über den Sie sich einwählen können.

- Büchen** ■ **2222ON** Online-Elternseminar
Nina Steckel
Donnerstag, 23.02.23,
19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
8 - 15 Teilnehmende

Online-Elternseminar: Schüchterne Kinder stärken

Eltern schüchterner Kinder machen sich oft Sorgen, ihr Kind könne im Laufe seiner Entwicklung Nachteile durch seine Zurückhaltung erleben. In unserer Gesellschaft scheinen laute und selbstbewusst auftretende Menschen erfolgreicher zu sein. Für Eltern ist es darum manchmal schwer, ihr schüchternes Kind so anzunehmen, wie es ist, und sie fragen sich, warum es sich so verhält.

Die Dozentin vermittelt Hintergrundwissen, wie Sie Ihr Kind stärken können, damit es seinen Weg gut gehen kann.

Sie erhalten rechtzeitig den Link für die Einwahl.

- Büchen** ■ **2224ON** Online-Elternseminar
Hildegard Pfister
Dienstag, 07.03.23, 20.00-21.30 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
8 - 15 Teilnehmende

Online-Elternseminar: „Räum endlich Dein Zimmer auf!“

„Räum endlich Dein Zimmer auf, häng endlich Deine Jacke weg“ Kennen Sie das, ausflippen fast ohne Grund? Stehen Sie auch manchmal ratlos dem eigenen Ärger und dem der Kinder gegenüber? Wünschen Sie sich, auch in herausfordernden Familiensituationen wertschätzend und respektvoll zu bleiben?

Dieses online-Kurzseminar führt an ausgewählten Beispielen - meist typische Situationen in vielen Familien - in die Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg ein und wie sie Ihnen im Familienalltag helfen können.

Die Dozentin ist langjährige Grundschullehrerin, Mutter von zwei Jungs und zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation.

Die Einwahldaten über zoom gehen Ihnen nach Ihrer Anmeldung rechtzeitig vor der Veranstaltung zu.

Büchen ■ **2226ON** Online-Elternseminar
Tanja Bunzel
Donnerstag, 16.03.23,
19.00-21.00 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
8 - 15 Teilnehmende



Mein Kind bei der Berufswahl begleiten

Ihre Tochter oder Ihr Sohn sind auf dem Weg zu Abitur oder Fachhochschulreife und stehen bald vor der Berufs- oder Studienwahl (oder sind schon mitten drin)? An diesem Abend erhalten Sie fundierte Informationen und Tipps, wie Sie Ihr Kind dabei gut unterstützen können.

Zwei erfahrene Studien- und Berufberater/innen geben Ihnen einen Überblick über die Berufswahl heute und die Wege nach der Schule. Auch die Reflexion Ihrer eigenen Rolle im Berufswahlprozess Ihrer Kinder wird dabei nicht zu kurz kommen.

Die Veranstaltung richtet sich an Eltern mit Kindern der Sekundarstufe II im Berufswahlprozess und findet in Kooperation mit der Agentur für Arbeit Bonn statt.

Büchen ■ **2228** Kurzseminar
Dorothea Herzog, Dr. Erik vom Hövel
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Mittwoch, 22.03.23, 19.00-21.00 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
8 - 15 Teilnehmende



Starke Gefühle beziehungsorientiert begleiten

Der Alltag mit einem Kleinkind kann herausfordernd sein, insbesondere wenn unser Kind von starken Gefühlsstürmen heimgesucht wird. Es sagt gefühlt zu allem »Nein«, und der Alltag ist durch viele Wutanfälle geprägt. Auf der anderen Seite möchte das Kind alles selber machen, entdecken und ausprobieren - das scharfe Messer, die Schere, das Einschenken des Saftes. Dabei enden oft Alltagsroutinen im (Macht-) Kampf, und alle Beteiligten sind frustriert.

Es lohnt sich immer, unsere Kinder und ihre Entwicklung besser zu verstehen sowie Bindung und Beziehung als Leitmotive im Familienmiteinander zu integrieren, um neue individuelle Handlungsstrategien und Wege zu sehen und zu gehen. Dazu

soll der Abend Anregungen geben. Die Dozentin ist zertifizierte Bindungs- und beziehungsorientierten Eltern- und Familienberaterin. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Familienzentrum Luthers Arche statt.

Anmeldeschluss: 14. März 2023!

Büchen ■ **2230** Elternseminar
Sabrina Farnschläger
Familienzentrum Luthers Arche,
Sternenburgstr. 90, 53115 Bonn
Mittwoch, 22.03.23, 19.30-21.30 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
8 - 10 Teilnehmende



Regeln und Konsequenzen in der Erziehung

Ohne Regeln geht es nicht. Aber oft sind Eltern unsicher, wie sie Grenzen setzen können und was sie bei Regelverstößen tun sollen. Konsequenzen werden dann so eingesetzt wie früher Strafen. An dem Abend sprechen wir über einen sinnvollen Umgang mit Regeln und wie wir als Erwachsene eigene Grenzen klarer vermitteln können. Geduld, Wiederholungen und der Wille, sich selbst und das Kind ernst zu nehmen, werden als Alternativen besprochen, um zu sinnvolleren und wirksameren Konsequenzen kommen zu können.

Büchen ■ **2231** Elternseminar
Nina Steckel
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05
Donnerstag, 30.03.23,
19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
8 - 15 Teilnehmende



So komme ich bei meinem Kind an. Tipps für genervte Eltern

Manchmal geraten Eltern mit ihren Kindern in die „Brüllfalle“. Die Kinder hören nicht mehr auf das, was die Eltern sagen, und die Eltern ertappen sich selbst dabei, zu schreien oder genervt zu reagieren. Aber es gibt kreative Konfliktlösungsstrategien, die nicht nur wirken, sondern die auch persönliches Wachstum fördern - bei Kindern und Eltern.

Die Dozentin ist Dipl.-Sozialarbeiterin mit therapeutischer Zusatzausbildung und zertifizierte Elterntainerin.

Büchen ■ **2233** Elternseminar
Hildegard Pfister
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05
Montag, 24.04.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
8 - 15 Teilnehmende



Online-Elternseminar: Resilienz bei Kindern

Wir wünschen, dass unsere Kinder zu selbstbewussten, starken und vor allem glücklichen Menschen heranwachsen. Die widerstandsfähig sind in einer sich wandelnden Welt, „unbesiegbar“ trotz aller Verletzlichkeit - resilient.

Neueste Erkenntnisse zeigen, wie sehr Eltern daran beteiligt sind, dass Kinder Resilienz entwickeln, also Widerstandsfähigkeit, Flexibilität und innere Stärke. Doch wie genau können wir dazu beitragen?

Sie erhalten rechtzeitig vor der Veranstaltung den Link für die Einwahl.

Büchen ■ **2234ON** Online-Elternseminar
Nina Steckel
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Mittwoch, 03.05.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
8 - 16 Teilnehmende



Online-Elternseminar: Alleinerziehend als Chance

Eine Trennung ist oft ein schmerzhafter Prozess. Mit Kindern kann er zusätzlich von einem Emotionscocktail aus Vorwürfen, Schuldgefühlen und schlechtem Gewissen begleitet werden. Die Dozentin, selbst jahrelang alleinerziehend, gibt Anregungen, wie Sie diese Situation stattdessen auch als Chance nutzen können. Umdenken und Perspektivwechsel können den Alltag für alle entspannen, damit Sie als Einzelner teil noch Freiraum haben, etwas für sich zu tun. Dabei kann der Satz „nur wenn ich mich gut fühle, kann es auch meinem Kind gut gehen“ persönliche Stärken freisetzen und Mut zur Veränderung geben.

Sie erhalten rechtzeitig vor der Veranstaltung den Link für die Einwahl.

Büchen ■ **2235ON** Online-Seminar
Inga Knies
Donnerstag, 11.05.23,
20.00-21.30 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
8 - 16 Teilnehmende



Online-Elternseminar: Baustelle Pubertät: Vom Kaktus, der umarmt sein will

Heranwachsende haben es nicht leicht, in dieser unüberschaubar gewordenen Welt Orientierung und Halt zu finden. Sie sind körperlich und seelisch großen Umwandlungsprozessen unterworfen. In diesem inneren und oft äußeren Durcheinander brauchen Jugendliche Erwachsene als Vorbild und Gegenüber, an denen sie sich reiben können. Für

Eltern ist diese Zeit eine besondere Herausforderung. Sie müssen loslassen und gleichzeitig Halt geben, Freiraum gewähren und dennoch auf die Einhaltung der Regeln achten. Sie erhalten rechtzeitig vor der Veranstaltung den Link für die Einwahl.

Büchen ■ **2236ON** Online-Elternseminar
Hildegard Pfister
Dienstag, 23.05.23, 20.00-21.30 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
8 - 15 Teilnehmende



Wie stark ist das Selbstwertgefühl meines Kindes?

Als Eltern wünschen wir unseren Kindern ein gutes Selbstwertgefühl. Dann können sie besser mit den kleinen und großen Herausforderungen des Lebens zurechtkommen. Je mehr das Selbstwertgefühl entwickelt ist, desto größer sind Lebensqualität und Lebensfreude.

Seine gesunde Entwicklung in der Familie ist ein gegenseitiger Wachstumsprozess. Was können wir zu seiner Stärkung tun, was ist der Unterschied von Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen, und was bewirken Lob und Kritik? Neben Impulsvortrag und Austausch mit den anderen Teilnehmenden ist Platz für Fragen.

Büchen ■ **2239** Elternseminar
Nina Steckel
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Mittwoch, 14.06.23, 18.00-19.30 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
8 - 15 Teilnehmende

Mensch und Tier

Erst der Kurs - dann der Hund

Dackel oder Bernhardiner - Sie überlegen, einen Hund anzuschaffen, sind aber noch unsicher; oder Sie haben sich schon entschieden und möchten, dass Sie und Ihr Hund von Anfang an ein gutes Team werden? Dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie. An vier Abenden erhalten Sie Grundlagenwissen zu allen Aspekten der Hundehaltung sowie viele praktische Informationen über Wesen und Ausdrucksformen des Hundes. In einem praktischen Teil haben Sie beim 5. Termin zudem Gelegenheit, verschiedene Hundetypen kennenzulernen und auszuführen. Die Dozentin ist eine erfahrene Hundetrainerin. Der praktische Teil findet in Kooperation mit dem Tierschutzverein Remagen und Umgebung e.V. statt. Interessierte können sich beim Infoabend am 13. Februar genauer über die Kursinhalte informieren. Die An-

meldung zum Kurs ist aber auch ohne Teilnahme am Infoabend möglich. Der Infoabend findet online statt. Sie erhalten nach der Anmeldung rechtzeitig vorher einen Link zur Einwahl. Der am 27. Februar beginnende Kurs soll in Präsenz stattfinden.

Büchen ■ **2253ON** Online-Infoabend
Annalisa Edeler
Montag, 13.02.23, 18.00-19.00 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
5 - 18 Teilnehmende

Büchen ■ **2254** Kurs
Annalisa Edeler
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05
Montags, 27.02., 06.03., 13.03., und
20.03.23, jeweils 18.00-19.30 Uhr, in
der der VHS Bad Godesberg, und
Samstag, 25.03.23., 14.30-17.00
Uhr, Tierheim Remagen
49,12 EUR; erm. 37,53 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Körpersprache und Kommunikation von Hunden

Freut sich ein Hund, wenn er mit der Rute wedelt? Warum legt er seinen Kopf auf den Schoß? Springt er die Besucher wirklich nur aus Begeisterung an?

Um Hunde zu verstehen, muss man ihre Körpersprache und Kommunikation kennen. Hunde kommunizieren untereinander über ihre Körpersprache, über Lautgebung, Berührungen, Blickkontakte, Gerüche. Wie fein ein Hund auf unsere Körpersprache und Stimmung reagiert, kann man bei genauem Hinsehen im Alltag ständig erfahren.

An diesem Themenabend wird die Dozentin die hündischen Signale übersetzen und erklären, welche Bedeutung sie für den Aufbau einer guten Mensch-Hund-Beziehung haben. Danach werden Sie Ihren Hund sicher mit anderen Augen sehen ...

Büchen ■ **2255** Kurzseminar
Sabine Ehrhardt
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Freitag, 31.03.23, 18.00-20.30 Uhr
14,00 EUR; erm. 9,80 EUR,
Anmeldung erforderlich bitte keine
Hunde mitbringen!
8 - 20 Teilnehmende



Wie lernen Hunde eigentlich?

In diesem Vortrag erfahren Sie mehr über das Lernverhalten von Hunden, einem der wichtigsten Themen für die Ausbildung des Hundes. Wie kann ich meinem Hund ein bestimmtes Verhalten beibringen und welche Lernprozesse stecken hinter Verhaltensänderungen? Wenn man versteht, wie Hunde lernen, funktioniert auch die Erziehung eindeutiger und erfolgreicher.

Büchen ■ **2256** Vortrag
Sabine Ehrhardt
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Freitag, 02.06.23, 18.00-19.30 Uhr
7,00 EUR, Anmeldung erforderlich;
bitte keine Hunde mitbringen!
8 - 20 Teilnehmende



Tiergestützer Besuchsdienst

In Zusammenarbeit mit der Bonner Altenhilfe und Bonner Altenheimen haben wir vor 15 Jahren das Projekt „Tiergestützter Besuchsdienst“ gestartet. Im Rahmen des Projektes besuchen Hundebesitzer/innen gemeinsam mit ihren Vierbeinern regelmäßig ein Altenheim. Sie machen damit älteren Menschen eine Freude.

Damit das für alle Seiten - Besuchte und Besuchende, aber natürlich auch das Tier - passt, führen wir für interessierte Hundebesitzer/innen an zwei Samstagnachmittagen ein zweiteiliges Einführungsseminar durch. Außerdem werden die Hunde gesichtet.

Infolge der Corona-Pandemie läuft das Projekt derzeit etwas eingeschränkt. Wir werden daher vermutlich erst im Frühjahr oder Sommer 2023 ein neues Einführungsseminar anbieten können. Wenn Sie sich für das Projekt interessieren und Sie auch etwas Geduld mitbringen, wenn es nicht sofort klappt, wenden Sie sich bitte an dr.adrian.reinert@bonn.de

Büchen ■ **2258**



Engagement - Ehrenamt

Aktion Leselust:

Vorlesen in Kindergärten

Im Herbst 2006 hat die Volkshochschule die Aktion Leselust gestartet. Im Rahmen der Aktion lesen ca. 50 ehrenamtliche Vorlesepatinnen und Vorlesepaten einmal wöchentlich in Bonner Kindergärten vor. Sie wecken damit Interesse für Bücher und Lesen und fördern die sprachliche Entwicklung von Kindern. Zur Vorbereitung auf die Tätigkeit führen wir Einführungsseminare durch.

Infolge der Corona-Pandemie wurde die Aktion zeitweise unterbrochen. In einer Reihe von Kindergärten wurde sie inzwischen wieder aufgenommen. Wenn Sie sich für eine Vorlesepatenschaft in einem Kindergarten interessieren und Sie auch etwas Geduld mitbringen, wenn es nicht sofort klappt, wenden Sie sich bitte an dr.adrian.reinert@bonn.de (Tel.: 0228/77-3631).

■ 2303



MENTOR -

Die Leselernhelfer Bonn e.V. Qualifizierung für Mentorinnen und Mentoren

Seit 2008 hilft der Verein MENTOR-Leselernhelfer Bonn e.V. Schulkindern, die Schwierigkeiten im Umgang mit der deutschen Sprache haben. In dem Einführungsseminar erlernen Sie Grundsätzliches zur Arbeit und Rolle einer Mentorin/eines Mentors und zur Gestaltung einer (oder der ersten) Mentorenstunde. Sie erhalten viele praktische Tipps zu Leseförderung und dafür geeigneten Materialien und trainieren Ihre interkulturellen Kompetenzen.

Das Seminar findet statt in Kooperation mit der VHS, der Freiwilligenagentur, der Stadtbibliothek und dem Inklusionsbüro. Es empfiehlt sich, vor der Anmeldung an einer Informationsveranstaltung des Vereins MENTOR - Die Leselernhelfer Bonn e.V. teilzunehmen; www.mentor-bonn.de; info@mentor-bonn.de

■ 2308

Kurzseminar
Edith Dietzler-Isenberg
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46
Freitag, 24.03.23, 14.00-18.30 Uhr
entgeltfrei,
5 - 12 Teilnehmende

Anmeldung erforderlich; nur direkt über den Verein MENTOR - Die Leselernhelfer Bonn e.V.: info@mentor-bonn.de



Tiergestützter Besuchsdienst
siehe Infos unter "Mensch und Tier"

■ 2258



Letzte Hilfe Am Ende wissen, wie es geht

■ 2123 Kurzseminar
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Dienstag, 07.03.23, 17.00-21.30 Uhr
Weitere Infos unter "Psychologie und Persönlichkeit - Eigene Stärken entwickeln"



Basisqualifizierung für Unterstützungsangebote im Alltag nach §8 AnFöVO

Wenn Sie sich ehrenamtlich in der Alltagsbetreuung Pflegebedürftiger engagieren möchten, beachten Sie bitte das Qualifizierungsangebot.

■ 2652

Älter werden und aktiv bleiben

Reifen, wachsen, sich verändern - Gesprächskreis

Frauen über 60, neudeutsch auch „Best Agers“ genannt, verfügen über große Potentiale, Möglichkeiten und Chancen. Ein reicher privater und beruflicher Erfahrungsschatz, vielfältige Interessenlagen, gepaart mit hoher Mobilität, bieten reichlich Gestaltungs- und Entfaltungsspielraum.

Diese moderierte Gesprächsrunde bietet einmal monatlich einen Rahmen zum Austausch. Die Gesprächsleiterin ist Diplom-Psychologin.

■ 2331 Kurs

Anne-Kathrin Schwarz
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
Freitags 24.02., 17.03., 14.04.,
05.05., 09.06. und 14.07.23,
11.00-13.00 Uhr, 6 Vormittage
66,90 EUR; erm. 48,66 EUR,
Anmeldung erforderlich
7 - 12 Teilnehmende

Bitte beachten Sie: Die Gruppe besteht schon seit mehreren Semestern, ist aber für alle offen. Bei entsprechender Nachfrage werden wir versuchen, ein weiteres Angebot zu entwickeln.



Endlich tun, was ich wirklich möchte

Für viele Menschen kommt der Ruhestand trotz aller zeitlichen Regelungen unvermittelt. Wie es dann weitergehen soll, ist oft völlig unklar. Dabei birgt der Ruhestand so viele Chancen und Möglichkeiten, das Leben (endlich) nach eigenen Vorstellungen zu gestalten.

In dem Workshop können die Teilnehmenden ihre eigenen Werte und Kernkompetenzen herausarbeiten, sowie kreativ Ziele, Visionen und Perspektiven entwickeln. Diese Veranstaltung ist für alle Menschen gedacht, die sich aktiv und selbstbestimmt auf eine herausfordernde Lebensphase vorbereiten wollen. Der Dozent ist Wirtschaftsmediator und Trainer für Konfliktmanagement.

■ 2338 Workshop

Thomas Titze
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46
Samstag, 04.03.23, 10.00-14.00 Uhr
20,00 EUR; erm. 14,00 EUR, Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende



Autofahren im Alter

Autofahren gehört für viele von uns zum Alltag. Aber wir werden nicht jünger. Wie lange kann ich Auto fahren, was ändert sich mit zunehmendem Alter und wie kann ich bestimmten Risiken vorbeugen? An dem Nachmittag erhalten Sie wertvolle Hinweise und Tipps, worauf Sie besonders achten sollten. An einem Reaktionstestgerät können Sie testen, wie schnell Sie in Gefahrensituationen reagieren. Auch über aktuelle Änderungen in der Straßenverkehrsordnung wird informiert. Die Veranstaltung findet in Zusammenarbeit mit der Verkehrssicherheitsberatung der Bonner Polizei und der Verkehrswacht Bonn statt.

■ 2340 Einzelveranstaltung

Elfi Klein, Cornelia Brodeßer
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05
Montag, 15.05.23, 14.30-17.00 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
8 - 20 Teilnehmende



Sicher unterwegs mit dem eigenen Pedelec

Sie sind endlich Besitzer/in eines eigenen Pedelecs und möchten das neue Fahrgefühl sicher genießen? Vielleicht haben Sie schon gemerkt, dass der 'eingebaute Rückenwind' manchmal seine Tücken hat und man sich z.B. schnell beim Bremsweg verschätzt. Damit bringt man nicht nur sich selbst, sondern auch

andere in Gefahr.

Bei der Kooperationsveranstaltung mit dem Allgemeinen Fahrrad Club Deutschland (ADFC) lernen Sie Ihr Pedelec besser kennen. Der möglichst effektive Einsatz des Motors, z.B. bei Bergauffahrt oder Gegenwind, wird ebenso geübt wie sicheres Bremsen, auch bergab. Außerdem zeigen Ihnen die Trainer des ADFC richtiges Auf- und Absteigen, das Überholen und geben Tipps zur passenden Einstellung des Rades. Die Veranstaltung wird mehrfach angeboten.

Bitte bringen Sie Ihr Pedelec mit und tragen Sie wetterfeste, sportliche Kleidung, feste Schuhe und einen Fahrradhelm (wird gestellt, wenn Sie keinen besitzen). Gesundheitliche Fitness, um mit dem Pedelec an einer ca. einstündigen Fahrt teilnehmen zu können, wird vorausgesetzt.

Buchen ■ **2345S** Einzelveranstaltung
Paul Kreutz
Skatepark, Landgrabenweg 150
(T-mobile)
Samstag, 17.06.23, 10.00-13.00 Uhr
30,00 EUR; erm. 22,20 EUR,
Anmeldung erforderlich
3 - 8 Teilnehmende

Buchen ■ **2346S** Einzelveranstaltung
Beschreibung siehe 2345S
Samstag, 17.06.23, 14.00-17.00 Uhr
30,00 EUR; erm. 22,20 EUR,
Anmeldung erforderlich

Buchen ■ **2347S** Einzelveranstaltung
Beschreibung siehe 2345S
Samstag, 15.07.23, 10.00-13.00 Uhr
30,00 EUR; erm. 22,20 EUR,
Anmeldung erforderlich

Buchen ■ **2348S** Einzelveranstaltung
Beschreibung siehe 2345S
Samstag, 15.07.23, 14.00-17.00 Uhr
30,00 EUR; erm. 22,20 EUR,
Anmeldung erforderlich



Bitte beachten Sie auch unsere Angebote zum Gedächtnistraining, Denksport und Lernen in Bewegung unter den Veranstaltungsnummern 2001 bis 2028.

Zivilcourage, Sicherheit und Vorbeugung

Einbruchschutz - Wie schütze ich Haus und Wohnung?

Entgegen landläufiger Meinung erfolgen Einbrüche oft zur Tageszeit, z. B. während einer kurzen Abwesenheit des Bewohners zur Schul-, Arbeits- und Einkaufszeit, am frühen Abend oder an den Wochenenden. Weit über ein Drittel aller Einbrüche werden durch Tageswohnungseinbrecher begangen. Schon einfache, aber geprüfte mechanische Sicherungen an Ihren Fenstern und Türen, sach- und fachgerecht montiert, können überraschend wirkungsvoll sein, um Einbrecher abzuschrecken. Der Dozent ist technischer Berater beim Polizeipräsidium Bonn und wird Sie über Möglichkeiten der modernen Technik informieren, sich gegen einen Einbruch zu sichern.

Buchen ■ **2361** Einzelveranstaltung
Bernhard Sodge
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Dienstag, 21.03.23, 17.30-19.30 Uhr
entgeltfrei,
Anmeldung erforderlich
8 - 15 Teilnehmende



Telefonbetrug? - Trickdiebstahl in den eigenen vier Wänden

„So etwas kann mir nicht passieren!“ denken Sie vielleicht. Tatsächlich verursachen Betrügereien am Telefon seit 2017 stetig steigend inzwischen außerordentlich hohe finanzielle Schäden - in Bonn, NRW und bundesweit.

Nicht nur ältere Menschen sind davon betroffen. Die Täterinnen und Täter sind variantenreich, hoch professionell, überzeugend und stark motiviert. Unterschätzen Sie niemals die Macht der Situation!

An diesem Vormittag erfahren Sie mehr über die gängigsten Maschen und wie Sie sich und andere davor schützen können. Die Veranstaltung findet statt in Kooperation mit dem Kommissariat für Kriminalprävention und Opferschutz der Bonner Polizei. Die Dozentin ist Kriminalhauptkommissarin.

Buchen ■ **2363** Einzelveranstaltung
Marita Wichterich
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05
Dienstag, 16.05.23, 14.00-16.00 Uhr
entgeltfrei,
Anmeldung erforderlich
8 - 15 Teilnehmende

Neue Wohnformen

Neue Wohnformen in Bonn - ein Überblick

Jung und Alt zusammen, Gemeinschaftliches Wohnen, Seniorenwohngemeinschaften, Wohnungsanpassung, quartiersbezogene Wohnkonzepte - in den letzten Jahren sind eine Vielzahl neuer Wohnformen entstanden. In der Veranstaltung erhalten Sie einen Überblick, welche neuen Wohnformen und -modelle es in Bonn schon gibt und was geplant wird, und über angepasste Formen des Wohnens im Alter. Im zweiten Teil haben Sie Gelegenheit zu Rückfragen und Gesprächen mit den Fachleuten sowie zum Austausch von neuen Ideen und zur Vernetzung mit anderen Interessierten.

Die Veranstaltung findet statt in Kooperation mit der Kontakt- und Info-stelle Innovative Wohnformen im Amt für Soziales und Wohnen.

Buchen ■ **2402** Einzelveranstaltung
Melanie Buderath,
Hans-Joachim Otto
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11
(Saal)
Mittwoch, 15.03.23, 17.00-18.30 Uhr
entgeltfrei,
Anmeldung erforderlich
10 - 40 Teilnehmende



Die Hausgemeinschaft Heerstraße der Wahlverwandtschaften Bonn e.V.: Gemeinschaftliches Wohnen in Bonn

Der Verein Wahlverwandtschaften Bonn e. V. steht für die Idee von Generationen verbindenden Wohnformen und solidarisch nachbarschaftliches Zusammenleben. Inzwischen hat der Verein mehrere Hausgemeinschaften realisiert in Bonn. Die Wohnanlagen haben Eigentums-, Miet- und geförderte Wohnungen sowie einen Gemeinschaftsbereich.

An diesem Nachmittag lernen Sie die seit 2008 bestehende Hausgemeinschaft Heerstraße kennen, und Sie erfahren mehr über die Aktivitäten, Grundsätze und Ziele des Vereins Wahlverwandtschaften sowie über weitere Vorhaben.

Buchen ■ **2405** Einzelveranstaltung
Ulla Sterzenbach
Heerstraße 177, 53111 Bonn (Wahlverwandtschaften Bonn e.V.)
Donnerstag, 11.05.23,
18.30-20.00 Uhr
7,00 EUR, Anmeldung erforderlich
8 - 18 Teilnehmende

Systemisches Coaching für soziale Berufe

Systemisches Coaching für soziale Berufe

Ziel des Kurses sind Hilfestellungen zur Bewältigung von Konfliktsituationen im beruflichen Alltag. Anhand von konkreten Fallbeispielen erarbeiten wir individuelle Handlungsstrategien für die Praxis. Zugleich lernen Sie praxishen Wege und Modelle kennen, die Ihnen bei zukünftigen Problemen helfen können, diese selbstständig zu bearbeiten und zu lösen.

Fachliche Grundlage bilden Methoden des systemischen Coachings. Sie werden ergänzt durch Elemente aus der Transaktionsanalyse, um Perspektivenwechsel zu erleichtern und Kommunikationsmuster in sozialen Beziehungen besser entschlüsseln zu lernen.

Der Kurs (s. 2500) richtet sich an in Schule, Erziehung, sozialer Arbeit und Sozialpädagogik Tätige sowie generell Interessierte. Die Dozentin ist Diplom-Psychologin, ausgebildete systemische Supervisorin, Mediatorin, Familientherapeutin sowie Coach. Sie hat in den letzten 25 Jahren sowohl in Verbänden und Behörden als auch in der freien Wirtschaft gearbeitet. Beim Infoabend am 7. Februar haben Sie Gelegenheit, sie kennenzulernen und mehr über die Inhalte des Kurses zu erfahren.

Büchen ■ **2500A** Infoabend
Eva R. Schultz
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Dienstag, 07.02.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
5 - 15 Teilnehmende

Büchen ■ **2500** 5-teiliger Kurs
Eva R. Schultz
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
Samstags 4. März, 11. März, 25.
März, 22. April und 6. Mai 2023,
jeweils 10 bis 15 Uhr
112,60 EUR; erm. 80,65 EUR,
Anmeldung erforderlich
8 - 12 Teilnehmende

Vortragsreihe Demenz - Pflege Themen

Im Arbeitskreis Demenz arbeiten Fachkräfte aus Ärzteschaft, ambulanten Diensten, teilstationären und stationären Diensten und aus der Stadtverwaltung Bonn zusammen, um über Demenz aufzuklären und Hilfen im Umgang mit Demenzerkrankten und zu Früherkennung zu geben.

Gemeinsam mit dem Arbeitskreis Demenz laden wir Sie zu den Vorträgen 2600-2603 ein. Die anderen Vorträge zum Thema Pflege (2612-2614) laufen außerhalb der Vortragsreihe.

Vergesslich oder dement? Wie fängt das eigentlich an? Von der Diagnose zur Behandlung

Wie nicht selten in der Medizin sind die Grenzen zwischen Gesundheit und Krankheit nicht scharf. Der Vortrag erklärt, was eher normale Vergesslichkeit ist und was mögliche Frühsymptome einer Demenz sein können. Was sind Hauptformen und typische Entwicklungsverläufe einer Demenz, wie erfolgt die Diagnose, welche Möglichkeiten der Behandlung oder Beeinflussbarkeit gibt es und was sind nach dem aktuellen Wissenstand Schutz- und Risikofaktoren?

Der Dozent ist Ärztlicher Leiter (Psychiatrie) am Klinischen Behandlung- und Forschungszentrum der Uniklinik Bonn.

Büchen ■ **2600** Vortrag
Prof. Dr. med. Klaus Fließbach
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)
Mittwoch, 26.04.23, 18.00-20.00 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
10 - 30 Teilnehmende

Umgang mit Demenz: Was kann ich tun? Hilfen zur Kommunikation für Angehörige

Mit der Einschränkung der Gedächtnisleistung muss sich auch die Kommunikation verändern: Alles geht nur noch über das Empfinden und die Emotion. Appelle an die Vernunft, an Gewohntes, was doch lange Geltung hatte, und an die Rollenverteilung in der Familie helfen nicht. Es gibt viele Missverständnisse und oft auch richtig „dicke Luft“. Wie man miteinander umgehen kann, um das Klima für beide Seiten zu verbessern und im Kontakt mit den Betroffenen zu bleiben, sind die Themen dieses Vor-

trags mit Übungen und anschließender Diskussion.

Büchen ■ **2601** Vortrag
Tilla Heilmann
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)
Mittwoch, 03.05.23, 18.00-20.00 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
10 - 30 Teilnehmende

Von der Haushaltshilfe bis zum Pflegeheim: Hilfsangebote für Menschen mit Demenz im Großraum Bonn/ Rhein-Sieg

Wer hilft mir, wenn mein Mann, meine Frau oder ein Elternteil an Demenz erkrankt ist? Welche Unterstützung brauche ich, wo bekomme ich diese und wer zahlt das? Von der hauswirtschaftlichen Hilfe, über die stundenweise Betreuung zu Hause oder in einer Senioreneinrichtung, bis hin zur Tagespflege reichen die Angebote, die Erkrankte und pflegende Angehörige unterstützen. Kurzzeitpflege, Wohngruppen bis hin zur stationären Pflege bilden die Ergänzung. In dieser Veranstaltung stellen Fachleute, darunter der Leiter des Betreuungszentrums Breite Straße der Stadt Bonn, eine Mitarbeiterin des Hauses Rosental und eine Demenz-Fachberaterin der Alzheimer Gesellschaft Bonn e.V., die Bandbreite der Hilfsangebote der zahlreichen Träger in Bonn und die verschiedenen Finanzierungsmöglichkeiten vor.

Büchen ■ **2602** Vortrag
Sven Dresen, Christiane Schneider, Peter Gauchel
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)
Mittwoch, 10.05.23, 18.00-20.00 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
10 - 30 Teilnehmende

Online-Vortrag: „Pflegefall - was nun?“

Menschen, die von heute auf mor-



gen pflegebedürftige Eltern oder ihren Partner versorgen müssen, haben oft große Ängste, Sorgen und

Zweifel, alles zu schaffen. Woher Hilfsmittel bekommen? Ist die Treppe im Haus nicht zu steil? Wer kocht das Essen, wer kauft ein?

Betroffene Angehörige wissen oft nicht, wer sie in dieser Notlage kompetent berät und welche regionalen Netzwerke hier weiterhelfen.

Dieser Vortrag soll Angehörigen eine Orientierung geben. Auch die finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten der Krankenkassen und der öffentlichen Hand stehen hierbei im Fokus. Im Anschluss an den Vortrag können individuelle Fragen der Zuhörer beantwortet werden.

Die Dozentin ist selbstständige Pflegeberaterin.

Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie rechtzeitig vor der Veranstaltung den Zugangslink.

Buchen ■ **2612ON** Online-Vortrag

Petra Willems

Mittwoch, 29.03.23, 18.00-19.30 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
8 - 15 Teilnehmende



**Pflegefinanzierung:
Welche Hilfe steht mir zu?**

Das neue Pflegestärkungsgesetz bietet viele Möglichkeiten der Unterstützung durch die gesetzlichen Pflegekassen und staatlichen Hilfen. Doch wie sollen sich Betroffene und deren Angehörige in Akutsituationen in diesem Dschungel zurechtfinden und die individuelle Lösung und mögliche Ansprechpartner finden?

Im Vortrag wird vermittelt, wie vielfältig die Möglichkeiten der finanziellen Unterstützungen heute sind, um möglichst lange im eigenen Wohnumfeld bleiben zu können. Auch die Finanzierbarkeit einer stationären Unterbringung wird ein Thema sein. Im Anschluss sind Fragen der Teilnehmenden willkommen.

Die Dozentin ist selbstständige Pflegeberaterin.

Buchen ■ **2614** Vortrag

Petra Willems

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Mittwoch, 24.05.23, 18.00-19.30 Uhr
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
8 - 15 Teilnehmende

Schulung Alltagsunterstützer*in nach §8 AnFöVO

Basisqualifizierung für Unterstützungsangebote im Alltag nach §8 AnFöVO

Blended Learning Kurs

Möchten Sie ehrenamtlich oder freiberuflich dazu beitragen, Pflegepersonen zu entlasten und Pflegebedürftigen zu helfen, möglichst lange in ihrer häuslichen Umgebung zu bleiben, soziale Kontakte aufrechtzuerhalten und ihren Alltag möglichst selbstständig bewältigen zu können? Dann können Sie Alltagsunterstützer*in werden. Die dafür erforderlichen Anforderungen sind im Sozialgesetzbuch XI und in § 8 der Verordnung des Landes Nordrhein-Westfalen über die Anerkennung von Angeboten zur Unterstützung im Alltag geregelt, der sogenannten Anerkennungs- und Förderungsverordnung (AnFöVO).

In Kooperation mit dem Haus der Bonner Altenhilfe als kommunaler Fachstelle Alter und Pflege und dem Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Köln und südliches Rheinland bietet die VHS diesen Kurs an, in dem Sie die erforderliche Basisqualifikation nach §8 der AnFö VO im Blended Learning erwerben können. Der Kurs umfasst 9 Module mit insgesamt 40 Unterrichtsstunden. Davon finden 24 Stunden online statt und 16 Stunden bei einem zweitägigen Präsenzseminar. Das Konzept und die Online-Module wurden von den Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz in NRW in Kooperation mit der Lebenshilfe Bildung gGmbH entwickelt und umgesetzt. Das Präsenz-

seminar wird von Fachkräften aus dem Bonner Raum geleitet.

Die Online-Phase wird vom 27. März bis 5. Mai stattfinden. Während dieser Zeit können Sie sich entsprechend Ihren eigenen zeitlichen Möglichkeiten und Wünschen autonom einwählen. Das für alle gemeinsame Präsenzseminar findet am 6./7. Mai statt.

Weitere Informationen über den Ablauf erhalten Sie beim Online-Infoabend am 1. März (siehe Anmeldung unter Veranstaltungsnummer 2651ON). Die Teilnahme daran wird empfohlen, ist aber nicht verpflichtend.

Buchen

■ **2652** Blended Learning Kurs
Tilla Heilmann, Lydia Fricke, Änne Türke, Christina Tripp
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Online-Phase:
27.03. bis 05.05.2023
Präsenztermin: 06. und 07.05.2023,
jeweils 9.30 - 16.30 Uhr
180,00 EUR,
Ehrenamtlich in Bonn Tätige gegen
Vorlage einer Bescheinigung des
Trägers: EUR 30,00
Auskünfte dazu bei dr.adrian.rei-
nert@bonn.de (Tel. 0228/77-3631)
8 - 12 Teilnehmende

Achtung: Nach erfolgter Anmeldung ist eine Wiederabmeldung nur schriftlich bis zum 12. März möglich (Abmeldeentgelt: EUR 6,10). Bei später eingehenden Abmeldungen wird das volle Entgelt fällig.

Buchen

■ **2651ON** Online-Infoabend
Tilla Heilmann, Lydia Fricke, Änne Türke, Christina Tripp
Online-Angebot
Mittwoch, 01.03.23, 18.00-19.30 Uhr
entgeltfrei
5 - 20 Teilnehmende



3 Fremdsprachen

- Englisch
- Französisch
- Italienisch
- Spanisch
- Portugiesisch
- Altgriechisch
- Arabisch
- Chinesisch
- Dänisch
- Finnisch
- Hindi
- Japanisch
- Koreanisch
- Kroatisch
- Kurdisch
- Latein
- Neugriechisch
- Neuhebräisch
- Niederländisch
- Norwegisch
- Persisch
- Polnisch
- Quechua
- Russisch
- Schwedisch
- Swahili
- Türkisch
- Ungarisch
- Vietnamesisch

Bettina Kröll
Fachbereichsleiterin
Englisch und andere Sprachen
Fon 0228 77-3643
bettina.kroell@bonn.de

Andrea Witt
Fachbereichsleiterin
Romanische Sprachen
Fon 0228 77-5151
andrea.witt@bonn.de

Der Fachbereich

Auch wenn wir noch nicht wissen, was das Frühjahr bringt – wir hoffen das Beste und haben für das erste Halbjahr 2023 wieder ein abwechslungsreiches Programm zusammengestellt. Es ist entstanden aus dem Bemühen um Flexibilität einerseits und einer großen Portion Optimismus andererseits.

Unter anderem werden wir unser Online-Kursangebot größtenteils beibehalten. So gibt es Sprachkurse von Altgriechisch bis Vietnamesisch, die das komplette Semester hindurch weiter online stattfinden. Monatliche Angebote wie die englische "Quiz Night", zwei "VHS Book Clubs" und unser Sprachencafé setzen wir fürs Erste ebenfalls digital fort.

Die Präsenzangebote finden unter Beachtung aller ggf. erforderlichen Schutz- und Hygienemaßnahmen statt. Das bedeutet konkret, dass wir die Anzahl der Plätze in den Kursräumen und damit die Teilnehmer*innenanzahl in den Kursen nach wie vor beschränken.

Vieles bleibt auch beim Alten: Sie können wie gewohnt aus über 30 Vormittags-, Nachmittags- und Abendkursen in 30 Sprachen wählen.

Im Fachbereich Englisch erwartet Sie wie gewohnt ein umfangreiches Programm mit verschiedenen inhaltlichen Schwerpunkten auf allen Stufen des Europäischen Referenzrahmens. Wer Englisch ganz neu lernt, ist in den Standardkursen gut aufgehoben; wer vor allem das Sprechen üben möchte, in den Konversationskursen.

Falls Sie sich nicht für ein ganzes Semester festlegen können, interessieren Sie sich vielleicht für unsere Wochenendkurse, und falls Sie Ihre Englischkenntnisse für Studium oder Beruf nachweisen müssen, können Sie sich bei der VHS auf eins von drei allgemeinsprachlichen Zertifikaten der Universität Cambridge vorbereiten.

Englisch, Arabisch, Japanisch, Hebräisch, Hindi, Französisch, Italienisch, Koreanisch, Norwegisch, Persisch, Portugiesisch, Quechua, Russisch oder Spanisch können Sie gezielt in kompakten Wochenendseminaren trainieren, viele dieser Sprachen außerdem in einwöchigen Seminaren, die auch als Bildungsurlaube nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz anerkannt werden.

Zur Aktivierung verschütteter Sprachkenntnisse eignen sich die Kurse für Wiedereinsteiger*innen auf den Stufen A1, A2, B1 und B2. Aktuelle Preetexte, Literatur, kurze Videos und Podcasts gehören zu den thematischen Schwerpunkten der fortgeschrittenen Konversationskurse (Stufen B1-C1).

Sind Sie unsicher, bei welchem Niveau Sie in die Sprachkurse einsteigen sollten? Bitte nutzen Sie vor dem Semesterstart die auf unserer Webseite vhs-bonn.de verlinkten Online-Einstufungstests für häufig gelernte Sprachen. Wir beraten Sie auch gern telefonisch oder per Mail (Bettina Kröll für Englisch und andere Sprachen: 0228 77-3643; bettina.kroell@bonn.de; Andrea Witt für die romanischen Sprachen: 0228 77-5151; andrea.witt@bonn.de).

Bitte achten Sie auf weitere aktuelle Mitteilungen in der Presse und auf unserer Webseite www.vhs-bonn.de. Auf der Webseite können Sie außerdem direkt sehen, ob in einem Kurs noch Plätze frei sind (grün), ob er fast ausgebucht ist (gelb) oder ob er bereits vollständig ausgebucht ist (rot).

Kompetente Sprachverwendung	C2	<ul style="list-style-type: none"> • Kann praktisch alles, was er / sie liest oder hört, mühelos verstehen. • Kann Informationen aus schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenfassen und dabei Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wiedergeben. • Kann sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken und auch bei komplexeren Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen. • Kann anspruchsvolle Briefe sowie komplexe Berichte oder Artikel verfassen.
	C1	<ul style="list-style-type: none"> • Kann anspruchsvolle, längere Gespräche und Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen. • Kann sich spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter deutlich erkennbar nach Worten suchen zu müssen. • Kann die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium wirksam und flexibel gebrauchen. • Kann sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken.
Selbständige Sprachverwendung	B2	<ul style="list-style-type: none"> • Kann die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; versteht im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen. • Kann sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung gut möglich ist. • Kann sich zu einem breiten Themenspektrum mündlich und schriftlich klar und detailliert ausdrücken, einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben.
	B1	<ul style="list-style-type: none"> • Kann die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. • Kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. • Kann sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete äußern und über Erfahrungen und Ereignisse berichten sowie Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben. • Kann einfache, zusammenhängende Texte lesen und schreiben.
Elementare Sprachverwendung	A2	<ul style="list-style-type: none"> • Kann alltägliche Dialoge und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, z. B. Informationen zur Person, zur Lebenssituation, zu Einkauf, Arbeit, Familie, Nachbarschaft, Freizeit usw. • Kann kurze, einfache Texte lesen und verstehen. • Kann sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um vertraute und geläufige Themen geht. • Kann kurze, einfache Notizen und Mitteilungen schreiben.
	A1	<ul style="list-style-type: none"> • Kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und in Gesprächen verwenden. • Kann sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen und auf Fragen dieser Art Antwort geben. • Kann sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind, zu helfen. • Kann auf einfachen Formularen Name, Adresse, Nationalität u.ä. eintragen.

Englisch

Sprachberatungen

Sprachberatung - Englisch

Nice to meet you! Sie interessieren sich für unsere Englischkurse und sind nicht sicher, welcher für Sie passt? Dann kommen Sie bei uns vorbei - wir beraten Sie gern! Außerdem haben Sie Gelegenheit, sich die Lehrbücher anzusehen und Fragen quer durch unser Programm zu stellen.

Wenn Sie schlecht einschätzen können, wie gut Ihr Englisch schon ist, nutzen Sie bitte diesen Einstufungstest: www.sprachtest.de. Er macht die anschließende Beratung vor Ort einfacher und zuverlässiger.

*** Die Beratung ist kostenlos, eine Anmeldung nicht erforderlich. ***

Büchen ■ **3000A** Sprachberatung
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60
Mittwoch, 11.01.23, 16.00-19.00 Uhr

Büchen ■ **3000B** Sprachberatung
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61
Mittwoch, 25.01.23, 17.00-18.30 Uhr

Bildungsurlaube Standard A2-C1

Die folgenden Veranstaltungen sind als Bildungsurlaube nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz NRW anerkannt. Sie können aber auch von allen Interessierten gebucht werden, die Englisch lernen möchten.

Bitte nutzen Sie vor der Anmeldung den Einstufungstest unter www.sprachtest.de, um den Kurs zu finden, in dem Sie sich am wohlsten fühlen und die größten Fortschritte machen können.

Refresher A2.1 - Bildungsurlaub

Für Wiedereinsteiger*innen, die ihr Englisch systematisch auffrischen und verbessern wollen. Abwechslungsreiche Themen und Übungen helfen dabei, den Wortschatz zu reaktivieren und die Grammatik zu festigen. Wiederholt werden zum Beispiel Genitiv-s (Peter's son), some/any, Adjektive und Adverbien (good/well) und die Zeiten simple present, present progressive, simple past und present perfect (goes/is going/went/has gone).

Voraussetzung: 3-4 Jahre Englisch.

Lehrbuch (bitte mitbringen): A New Start Refresher A2 - New Edition, Units 1-5, ISBN 978-3-464-20034-6, Cornelsen

Büchen ■ **3015** Bildungsurlaub
Katharina Bomans
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Montag, 06.03., bis Freitag,
10.03.23, 9.00-12.00 Uhr und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Büchen ■ **3014** Bildungsurlaub
Katharina Bomans
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Montag, 04.09., bis Freitag,
08.09.23, 9.00-12.00 Uhr und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
206,10 EUR; erm. 146,10 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Refresher A2/B1 - Bildungsurlaub

Do you sometimes feel that your English has gotten a little rusty? This one-week course will help you to get back into the swing of things. We will discuss many different topics and provide you with useful words and phrases for everyday English communication. We will also brush up some important grammar points, e.g. simple versus continuous (goes/is going), simple past versus present perfect (went/has gone), future tenses and conditional sentences. At the end of the week, you'll notice that you've made a big step forward in your English.

Requirements: 3-5 years of English.
Material is provided (10 Euros).

Büchen ■ **3020** Bildungsurlaub
Esther Smialowski
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Montag, 30.01., bis Freitag,
03.02.23, 9.00-12.00 Uhr und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Refresher B1 - Bildungsurlaub

You have learnt English at school but feel like you have forgotten much of it? We will help you get it back! This one-week course is for participants who come back to English after a break and want to systematically brush up on their language skills. Varied topics and activities help reactivate your vocabulary and consolidate your grammar. We review among other things: the grammatical tenses,

verbs with infinitive or gerund, conditional clauses, passive voice and reported speech.

Requirements: 4-6 years of English.

Please bring the textbook with you: A New Start Refresher B1 - New Edition, ISBN 978-3-464-20232-6, Cornelsen

Büchen ■ **3026** Bildungsurlaub
Katharina Bomans
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Montag, 27.03., bis Freitag,
31.03.23, 9.00-12.00 Uhr und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Büchen ■ **3029** Bildungsurlaub
Regina Baumann
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55
Montag, 22.05., bis Freitag,
26.05.23, 9.00-12.00 Uhr und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Büchen ■ **3028** Bildungsurlaub
Katharina Bomans
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Montag, 25.09., bis Freitag,
29.09.23, 9.00-12.00 Uhr und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
206,10 EUR; erm. 146,10 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Refresher B1plus - Online-Bildungsurlaub

Looking for an opportunity to brush up your English? In this one-week course we will revise grammar points that you have already learnt in the past and introduce new structures, too. We will take a look at useful vocabulary for everyday communication and practise listening and reading. You will learn to express yourself more fluently and spontaneously in all kinds of situations and about many different topics: presenting your point of view in a discussion, having a nice chat, making a phone call, writing an email to a colleague, etc.

Requirements: 6 years of English or better.

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3034ON** Bildungsurlaub
Esther Smialowski
Online-Angebot
Montag, 17.07., bis Freitag,
21.07.23, 9.00-12.00 Uhr und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Refresher B2 - Bildungsurlaub

For upper intermediate speakers who want to improve their fluency and accuracy in a friendly atmosphere. This one-week course will provide you with a good range of conversational phrases and broaden your vocabulary so that you can express yourself more clearly and in detail. We will also brush up some tricky but important structures to help you perfect your grammar, e.g. tenses, modals, conditional sentences, passive forms, relative and participle clauses and reported speech. There will be time for your questions, too.

Requirements: about Abitur exam level English.

- Buchen** ■ **3038** Bildungsurlaub
Britta Schröter-Welsch
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Montag, 08.05., bis Donnerstag,
11.05., 9.00-13.00 Uhr und
14.00-16.30 Uhr, und Freitag,
12.05.23, 9.00-13.00 Uhr, 5 Tage
202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
6 - 9 Teilnehmende



Refresher B2plus - Online-Bildungsurlaub

Looking for an opportunity to improve your good language skills? Welcome to this very active English week! This one-week course will provide you with a good range of conversational phrases and broaden your vocabulary so that you can express yourself more spontaneously and accurately. We will brush up some important grammar points to help you get the fine differences right, but the focus will be on your communicative competence.

Requirements: good Abitur exam level English or better.

*** The course is held via Zoom. ***

- Buchen** ■ **3040ON** Bildungsurlaub
Esther Smialowski
Online-Angebot
Montag, 24.07., bis Freitag,
28.07.23, 9.00-12.00 Uhr und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
6 - 9 Teilnehmende



English Advanced C1 - Bildungsurlaub

For participants who want to expand their vocabulary, be more confident about English grammar, and develop their skills in speaking, listening, reading and writing. Enjoy speaking

English for a week! Interesting discussions, entertaining small talk scenarios and various role plays will help you to improve both fluency and accuracy. Communicative vocabulary training sessions and pronunciation exercises will help you to get the fine differences right. Maybe you'll even start dreaming in English!

Requirements: good Abitur exam level English or better.

Please bring the textbook with you: Straightforward Advanced - Second Edition, ISBN 978-3-19-532953-8, Macmillan/Hueber

- Buchen** ■ **3041** Bildungsurlaub
Dr. Abigail Dunn
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55
Montag, 17.04., bis Freitag,
21.04.23, 9.00-12.00 Uhr und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
6 - 9 Teilnehmende



Cambridge Exam Preparation C1 Advanced - Bildungsurlaub

This one-week course offers exam preparation for the Cambridge English C1 level certificate, C1 Advanced. C1 Advanced provides a high level qualification in English and proves you can follow an academic course at the university level, communicate effectively and with confidence at a professional level and express yourself with a high level of fluency.

There is no obligation to take the exam and the course is also suitable for those who simply wish to systematically improve their English at an appropriate level. The course will help you to expand your vocabulary, be more confident about English grammar, and develop your skills in speaking, listening, reading and writing.

- Buchen** ■ **3048** Bildungsurlaub
Britta Schröter-Welsch
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Montag, 13.03., bis Donnerstag,
16.03., 9.00-13.00 Uhr und
14.00-16.30 Uhr, und Freitag,
17.03.23, 9.00-13.00 Uhr, 5 Tage
202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Bildungsurlaube Englisch für den Beruf A2-C1

Die folgenden Veranstaltungen sind als Bildungsurlaube nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz NRW anerkannt. Sie können aber auch von allen Interessierten gebucht werden, die Englisch lernen möchten.

Bitte nutzen Sie vor der Anmeldung den Einstufungstest unter www.sprachtest.de, um den Kurs zu finden, in dem Sie sich am wohlsten fühlen und die größten Fortschritte machen können.

English at Work A2/B1 - Online-Bildungsurlaub

You need English for your job and feel that your language skills have gotten a little rusty? This one-week online course will help you to get back into the swing of things. We will discuss many different topics and provide you with useful words and phrases for English communication in the office, e.g. for writing emails, talking on the phone, making small talk with colleagues or clients, etc. We will also brush up some important grammar points, e.g. simple versus continuous (goes/is going), simple past versus present perfect (went/has gone), future tenses and conditional sentences. At the end of the week, you'll notice that you've made a big step forward in your English.

Requirements: 3-5 years of English.

*** The course is held via Zoom. ***

- Buchen** ■ **3050ON** Bildungsurlaub
Esther Smialowski
Online-Angebot
Montag, 09.10., bis Freitag,
13.10.23, 9.00-12.00 Uhr und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
206,10 EUR; erm. 146,10 EUR
6 - 9 Teilnehmende



English at Work B1 - Bildungsurlaub

Do you sometimes feel uncomfortable or stressed when you need to speak English at work? Practise communicating in English this week, with lots of speaking activities and practical tips! You'll find the right words in English much more easily after: talking on the phone and writing emails, at the office and in meetings - wherever you need them.

Requirements: 4-6 years of English.

Material is provided (10 Euros).

Büchen ■ **3053** Bildungsurlaub
 Esther Smialowski
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
 Montag, 06.02., bis Freitag,
 10.02.23, 9.00-12.00 Uhr und
 13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
 202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
 6 - 9 Teilnehmende



English at Work B1 - Online-Bildungsurlaub

Do you sometimes feel uncomfortable or stressed when you need to speak English at work? Practise communicating in English this week, with lots of speaking activities and practical tips! You'll find the right words in English much more easily after: talking on the phone and writing emails, at the office and in meetings - wherever you need them.

Requirements: 4-6 of English.

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3054ON** Bildungsurlaub
 Esther Smialowski
 Online-Angebot
 Montag, 13.11., bis Freitag, 17.11.23,
 9.00-12.00 Uhr und 13.00-16.00 Uhr,
 5 Tage
 206,10 EUR; erm. 146,10 EUR
 6 - 9 Teilnehmende

English at Work B2 - Bildungsurlaub

This one-week course will help you handle a variety of job-related situations in English more easily and make you feel more secure the next time you find yourself in a busy meeting, a heated debate or a difficult small talk situation. You will learn the essential phrases and structures you need for English office communication, practise via role plays and learn from your mistakes. On top of that, we will address important grammar topics, do some pronunciation exercises and have a look at how to write emails and short reports. There will be time for individual questions, too.

Requirements: about Abitur exam level English.

Material is provided (5 Euros).

Büchen ■ **3056** Bildungsurlaub
 Dr. Abigail Dunn
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
 Montag, 19.06., bis Freitag,
 23.06.23, 9.00-12.00 Uhr und
 13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
 202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
 6 - 9 Teilnehmende



English at Work C1 - Bildungsurlaub

For advanced speakers who need English in their job. You will practise your presentation skills, learn how to get your ideas across in meetings, keep a level head in heated discussions, and get your way in tough negotiations. You will also look at some common mistakes German-speakers make when speaking and writing. At the end of the week, you will feel a lot more confident when you have to use English in your job.

Requirements: good Abitur exam level English or better.

Please bring the textbook with you: Basis for Business C1 - New Edition, from Unit 1, ISBN 978-3-06-122164-5, Cornelsen

Büchen ■ **3058** Bildungsurlaub
 Pallavi Polanki
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55
 Montag, 06.02., bis Freitag,
 10.02.23, 9.00-12.00 Uhr und
 13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
 202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
 6 - 9 Teilnehmende

Englisch für den Beruf B1 - C1

English for the Office A2/B1

This course is for participants who need English in their day-to-day work, e.g. for emails, telephoning, (virtual) meetings, receiving international visitors, enquiries, small talk with clients and generally talking about their job and their company's products or services, etc. We will review some relevant grammar, too.

Requirements: 3-5 years of English.

Büchen ■ **3061** Kurs
 Timothy Phillips
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51
 Montags 30.01.-12.06.23,
 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 6 - 8 Teilnehmende



English for the Office A2/B1 - Weekend Course

Why not spend a weekend working on your English? Knowing your way around the office in English will make your future work life much easier. This weekend course is for participants who need English in their day-to-day work, e.g. for emails, telephoning, (virtual) meetings, receiving international visitors, enquiries, small talk with clients and their company's products or services, etc. We will review some relevant grammar, too.

Requirements: 3-5 years of English.

Büchen ■ **3064** Wochenendveranstaltung
 Timothy Phillips
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57
 Fr, 24.02., 17.00-20.00 Uhr, Sa,
 25.02., 10.00-13.00 Uhr und
 14.00-17.00 Uhr, und So, 25.02.23,
 10.00-13.00 Uhr, 3 Tage
 73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
 6 - 8 Teilnehmende



English at Work B1 - Onlinekurs

Do you sometimes feel uncomfortable or stressed when you need to speak English at work? Practise communicating in English in this course, with lots of speaking activities and practical tips! You'll find the right words in English much more easily after: talking on the phone and writing emails, at the office and in meetings - wherever you need them.

Requirements: 4-6 years of English.

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3068ON** Kurs
 Dr. Abigail Dunn
 Online-Angebot
 Montags 30.01.-12.06.23,
 20.15-21.45 Uhr, 14 Abende
 123,70 EUR; erm. 88,42 EUR
 6 - 8 Teilnehmende



English for the Office B1 - Intensivkurs im Sommer (4 Abende)

Why not spend a summer week working on your English? Knowing your way around the office in English will make your future work life much easier. This short course is for participants who need English in their day-to-day work, e.g. for emails, telephoning, (virtual) meetings, receiving international visitors, enquiries, small talk with clients and generally talking about their job and their company's products or services, etc. We will review some relevant grammar, too.

Requirements: 4-6 years of English.

Büchen ■ **3070** Kurs
Yvonne Schenk
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55
Montag, 03.07., bis Donnerstag,
06.07.23, 18.00-20.15 Uhr, 4 Abende
56,50 EUR; erm. 41,38 EUR
6 - 8 Teilnehmende



English at Work B2 - Onlinekurs

This course will help you handle a variety of job-related situations in English more easily and make you feel more secure the next time you find yourself in a busy meeting, a heated debate or a difficult small talk situation. You will learn the essential phrases and structures you need for English office communication, practise via role plays and learn from your mistakes. On top of that, we will address important grammar topics, do some pronunciation exercises and have a look at how to write emails and short reports. There will be time for individual questions, too.

Requirements: about Abitur exam level English.

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3072ON** Kurs
Dr. Abigail Dunn
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 14 Abende
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Preparing Job Interviews B2/C1 - Weekend Course

Detailed preparation and practice is the key to successful job interviews - even more so if they're held in a language that is not your own. In this weekend course, you will cover the various components of your application, résumé (cv) and covering letter, looking at essential text content, relevant grammar and appropriate layout. In role-play activities you will actively prepare for the frequently asked interview questions, including the typical „difficult“ ones, and practise answering them with ease and confidence. You will receive feedback on your body language and strength of voice, and will learn to tell the story of your own educational and professional path, including your future goals, with ease and persuasion.

Requirements: good Abitur exam level English or better.

Büchen ■ **3074** Wochenendveranstaltung
Timothy Phillips
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57
Fr, 02.06., 17.00-20.00 Uhr, Sa,
03.06., 10.00-13.00 Uhr und
14.00-17.00 Uhr, und So, 04.06.23,
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
6 - 8 Teilnehmende



English at Work C1

For advanced speakers who need English in their job. You will practise your presentation skills, learn how to get your ideas across in meetings, keep a level head in heated discussions, and get your way in tough negotiations. You will also look at some common mistakes German-speakers make when speaking and writing. At the end of the semester, you will feel a lot more confident when you have to use English in your job.

Requirements: good Abitur exam level English or better.

Please bring the textbook with you: Basis for Business C1 - New Edition, from Unit 5, ISBN 978-3-06-122164-5, Cornelsen

Büchen ■ **3076** Kurs
Timothy Phillips
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51
Dienstags 31.01.-23.05.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Prüfungsvorbereitung B2-C1

Cambridge Exam Preparation B2 First

This course offers exam preparation for the Cambridge English B2 level qualification, B2 First (semester two of two). B2 First is one of the most widely taken English exams in the world and proves that you can use everyday written and spoken English for work or study purposes.

There is no obligation to take the exam and the course is also suitable for those who simply wish to systematically improve their English at an appropriate level. The course will help you to expand your vocabulary, be more confident about English grammar, and develop your skills in speaking, listening, reading and writing.

Please bring the textbook with you: Open World First, from Unit 6, ISBN 978-3-12-540607-0, Cambridge Uni-

versity Press/Klett

Büchen ■ **3082** Kurs
Timothy Phillips
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51
Dienstags 31.01.-23.05.23,
17.45-20.00 Uhr, 15 Abende
244,60 EUR; erm. 173,05 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Cambridge Exam Preparation C1 Advanced - Online Course

This course offers exam preparation for the Cambridge English C1 level certificate, C1 Advanced (semester one of two). C1 Advanced provides a high level qualification in English and proves that you can follow an academic course at the university level, communicate effectively and with confidence at a professional level and express yourself with a high level of fluency.

There is no obligation to take the exam and the course is also suitable for those who simply wish to systematically improve their English at an appropriate level. The course will help you to expand your vocabulary, be more confident about English grammar, and develop your skills in speaking, listening, reading and writing.

Please buy the textbook in advance: Cambridge English: Advanced. Result, from Unit 1, ISBN 978-0-19-451249-7, Oxford University Press

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3084ON** Kurs
Jacob Packham
Online-Angebot
Montags 30.01.-05.06.23,
17.45-20.00 Uhr, 14 Abende
228,70 EUR; erm. 161,92 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Cambridge Exam Preparation C1 Advanced

This course offers exam preparation for the Cambridge English C1 level certificate, C1 Advanced (semester two of two).

Please bring the textbook with you: Cambridge English: Advanced. Result, from Unit 6, ISBN 978-0-19-451249-7, Oxford University Press

Büchen ■ **3086** Kurs
Britta Schröter-Welsch
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61
Donnerstags 02.02.-01.06.23,
19.30-21.45 Uhr, 14 Abende
228,70 EUR; erm. 161,92 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Cambridge Exam Preparation C1 Advanced - Bildungsurlaub

This one-week course offers exam preparation for the Cambridge English C1 level certificate, C1 Advanced.

- Büchen** ■ **3048** Bildungsurlaub
Britta Schröter-Welsch
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Montag, 13.03., bis Donnerstag, 16.03., 9.00-13.00 Uhr und 14.00-16.30 Uhr, und Freitag, 17.03.23, 9.00-13.00 Uhr, 5 Tage
202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Prüfungen B2-C1

If you are planning to take a Cambridge Exam in June, be sure to read up on how to prepare for it early in the semester. You are not required to take a preparation course before taking a Cambridge examination, but we recommend that you do. If you have any questions about the topic please contact Anne Baumeister (anne.baumeister@bonn.de, 0228 77 3577).

Cambridge B2 First - Exam

For more information please go to <https://www.cambridgeenglish.org/exams-and-tests/first/>

- Büchen** ■ **3090** Prüfung
Schriftliche Prüfung: Di, 06.06.23, 7.30-14.00 Uhr; mündliche Prüfung: Fr, 09.06.23, 9.00-17.00 Uhr (Einzeltermine für Paarprüfungen), 2 Tage
218,00 EUR

Please contact Anne Baumeister at anne.baumeister@bonn.de for the registration form. Registration deadline: Monday 27 March 2023.



Cambridge C1 Advanced - Exam

For more information please go to <https://www.cambridgeenglish.org/exams-and-tests/advanced/>

- Büchen** ■ **3091** Prüfung
Schriftliche Prüfung: Do, 08.06.23, 7.30-14.00 Uhr; mündliche Prüfung: Fr, 09.06.23, 9.00-17.00 Uhr (Einzeltermine für Paarprüfungen), 2 Tage
232,00 EUR

Please contact Anne Baumeister at anne.baumeister@bonn.de for the registration form. Registration deadline: Monday 27 March 2023.

Standardkurse A1-C1

Englisch für Anfänger*innen A1.1

Hi there! Mehr als 1,5 Milliarden Menschen auf der Welt sprechen alltagstaugliches Englisch - und Sie können schon bald dazugehören. Mit vielen praktischen Beispielen und Übungen lernen Sie im Kurs erste Grundkenntnisse, um sich in den wichtigsten Situationen zurechtzufinden. Ein Schwerpunkt liegt dabei auf dem Sprechen und dass der Unterricht entspannt und angstfrei verläuft und allen Spaß macht.

Für echte Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse. Wenn Sie früher schon einmal Englisch gelernt haben, passt ein anderer Kurs wahrscheinlich besser. Machen Sie bitte diesen Einstufungstest: www.sprachtest.de/einstufungstest-englisch oder lassen Sie sich von uns beraten (Bettina Kröll, 0228-77 36 43, bettina.kroell@bonn.de). Weil im Kurs auf Deutsch erklärt wird, passt der Kurs auch nicht, wenn Sie (noch) kein Deutsch sprechen.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Great! A1. 2nd Edition, ab Unit 1, ISBN 978-3-12-501750-4, Klett

- Büchen** ■ **3102** Kurs
Laura Hanusch-Clarens
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58
Dienstags 31.01.-23.05.23, 9.30-11.00 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

- Büchen** ■ **3103** Kurs
Svetlana Sevryugina
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Dienstags 31.01.-23.05.23, 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Englisch A1.2

Für Teilnehmer*innen mit ersten Vorkenntnissen, zum Beispiel aus einem Englisch A1.1-Kurs, aber auch für Seiteneinsteiger*innen mit ein bis zwei Jahren Schulenglisch. Sie kennen schon das englische Alphabet und die Zahlen bis 100, und Sie können unter anderem grüßen, sich vorstellen und sagen, wie spät es ist. Deshalb beginnen Sie mit Englisch nicht mehr ganz von vorn. Weil im Kurs auf Deutsch erklärt wird, passt der Kurs nicht, wenn Sie (noch) kein Deutsch sprechen.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Great! A1. 2nd Edition, ab Unit 4, ISBN 978-3-12-501750-4, Klett

- Büchen** ■ **3105** Kurs
Helen Karamanidou
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61
Dienstags 31.01.-23.05.23, 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

- Büchen** ■ **3106** Kurs
Svetlana Sevryugina
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Dienstags 31.01.-23.05.23, 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Englisch A1.3

In diesem Kurs lernen Sie unter anderem die Zeiten simple past, present progressive und present perfect (went/is going/has gone), Häufigkeitsadverbien (never/sometimes/always) und die Verbformen „might“ und „would like“ („I might go to London next year.“/„I'd like a cup of tea.“). Weil im Kurs auf Deutsch erklärt wird, passt der Kurs nicht, wenn Sie (noch) kein Deutsch sprechen.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Great! A1. 2nd Edition, ab Unit 6, ISBN 978-3-12-501750-4, Klett

- Büchen** ■ **3109** Kurs
Theda Rogge
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58
Montags 30.01.-12.06.23, 9.30-11.00 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Refresher A1 - Englisch auffrischen mit Muße (1. Semester)

Für Teilnehmer*innen, die früher Englisch gelernt, aber vieles wieder vergessen haben. In diesem Kurs können Sie Ihre Sprachkenntnisse in einer entspannten Runde wieder zum Leben erwecken. Sie wiederholen wichtigen Wortschatz für Alltag und Reisen und üben unter anderem Satzstellung, Fragen, Verben im simple present und present continuous (goes/ist going), Ortsangaben und Imperativ. Abwechslungsreiche Übungen in der Gruppe geben Ihnen Gelegenheit, von Anfang an viel Englisch zu sprechen.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Intermezzo Englisch A1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-009600-8, Hueber

Büchen ■ **3113** Kurs
 Dr. Evanthia Petropoulou
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58
 Donnerstags 02.02.-15.06.23,
 11.15-12.45 Uhr, 15 Vormittage
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

❖
**Refresher A1 -
 Englisch auffrischen mit Muße
 (2. Semester)**

Für Teilnehmer*innen, die früher Englisch gelernt, aber vieles wieder vergessen haben. In diesem Kurs können Sie Ihre Sprachkenntnisse in einer entspannten Runde wieder zum Leben erwecken. Sie wiederholen wichtigen Wortschatz für Alltag und Reisen und üben unter anderem Gegenwart, Zukunft und Vergangenheit, „some“ und „any“ und like + ing. Abwechslungsreiche Übungen in der Gruppe geben Ihnen Gelegenheit, von Anfang an viel Englisch zu sprechen.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Intermezzo Englisch A1, ab Lektion 5, ISBN 978-3-19-009600-8, Hueber

Büchen ■ **3114** Kurs
 Dr. Evanthia Petropoulou
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58
 Donnerstags 02.02.-15.06.23,
 9.30-11.00 Uhr, 15 Vormittage
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

❖
Englisch A2.1 (Go for it)

Auf der Stufe A2 lernen Sie in drei Semestern unter anderem, Informationen zur Person und Familie auszutauschen, über Hobbys, Beruf und Gewohnheiten zu sprechen, Termine zu vereinbaren, Wege zu beschreiben und Anweisungen zu geben und zu verstehen.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Go for it! A2, ab Unit 1, ISBN 978-3-19-002939-6, Hueber

Büchen ■ **3117** Kurs
 Pallavi Polanki
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58
 Freitags 03.02.-09.06.23,
 11.15-12.45 Uhr, 15 Vormittage
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

Englisch A2.2
 Lehrbuch (bitte mitbringen): Great! A2. 2nd Edition, ab Unit 5, ISBN 978-3-12-501754-2, Klett

Büchen ■ **3118** Kurs
 Theda Rogge
 VHS, Am Michaelshof 2, Raum 08
 Mittwochs 01.02.-24.05.23,
 11.15-12.45 Uhr, 15 Vormittage
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **3119** Kurs
 Pallavi Polanki
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58
 Freitags 03.02.-16.06.23,
 9.30-11.00 Uhr, 15 Vormittage
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

❖
Englisch A2.3

In diesem Kurs schließen wir die Stufe A2 ab. Sie lernen unter anderem Komparativ und Superlativ (good/better/best), question tags („It's great, isn't it?“) und die Zeiten simple present, present progressive, present perfect und simple past (goes/is going/has gone/went). Insgesamt versuchen wir, noch offene Fragen zu klären und alle Lücken zu schließen. Der Kurs eignet sich auch zum Auffrischen und für Wiedereinsteiger*innen.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Great! A2. 2nd Edition, ab Unit 7, ISBN 978-3-12-501754-2, Klett

Büchen ■ **3125** Kurs
 Britta Schröter-Welsch
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61
 Donnerstags 02.02.-15.06.23,
 18.00-19.30 Uhr, 15 Abende
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
 9 - 14 Teilnehmende

❖
Englisch A2: Wiederholung und Vertiefung (Go for it)

Für Teilnehmer*innen, die ihr Englisch vertiefen und sich dabei über interessante Themen austauschen wollen. Sie wiederholen nützliche Redemittel und erweitern Ihren aktiven Wortschatz. Außerdem üben und vertiefen Sie einige grammatische Grundlagen, zum Beispiel die Zeiten simple present, present progressive, simple past, present perfect und Futur (goes/is going/went/has gone/will/going to). Sie können auch eigene Ideen und Fragen mitbringen.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Go for it! A2, ab Unit 1, ISBN 978-3-19-002939-6, Hueber

Voraussetzung: 3-4 Jahre Englisch.

Büchen ■ **3126** Kurs
 Pallavi Polanki
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
 Mittwochs 01.02.-31.05.23,
 17.40-19.10 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

❖
Englisch A2: Wiederholung und Vertiefung (Brush up)

Für Teilnehmer*innen, die ihr Englisch vertiefen und sich dabei über interessante Themen austauschen wollen. Sie wiederholen nützliche Redemittel und erweitern Ihren aktiven Wortschatz. Außerdem üben und vertiefen Sie einige grammatische Grundlagen, zum Beispiel die Zeiten simple present, present progressive, simple past, present perfect und Futur (goes/is going/went/has gone/will/going to). Sie können auch eigene Ideen und Fragen mitbringen.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Brush up A2, ab Module 1, ISBN 978-3-19-002936-5, Hueber

Voraussetzung: 3-4 Jahre Englisch.

Büchen ■ **3128** Kurs
 Theda Rogge
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
 Donnerstags 02.02.-15.06.23,
 11.15-12.45 Uhr, 15 Vormittage
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

❖
**Refresher A2:
 Auffrischung intensiv - Onlinekurs**

Für Wiedereinsteiger*innen, die den Stoff der Stufe A2 in kurzer Zeit auffrischen möchten und an einem zügigen Lerntempo interessiert sind. In einer kleinen Onlinegruppe, in der Sie genauso unproblematisch, effektiv und mit Freude wie in einem Präsenzkurs lernen können, üben Sie, Englisch in alltäglichen Situationen besser zu verstehen und zu sprechen. Zu den grammatischen Themen gehören unter anderem Adjektive und Adverbien (good/well) und die Zeiten simple present, present progressive, simple past, present perfect und Futur (goes/is going/went/has gone/will/going to), Modalverben (should/ought to/must, etc.) und Bedingungssätze.

Voraussetzung: 3-4 Jahre Englisch.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Brush up A2, ab Module 1, ISBN 978-3-19-002936-5, Hueber

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3145ON** Kurs
Katharina Bomans
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Englisch für die Reise A2 - Wochenendkurs

Freund*innen in den USA, eine Reise nach England oder ein Besuch in Australien? Egal wohin es Sie zieht, in diesem Kurs lernen Sie, 'Fish and Chips' zu bestellen, ein Hotelzimmer zu buchen und alles, was Sie sonst noch für die nächste Reise brauchen. Wir packen Ihnen jede Menge Englisch für typische Reisesituationen in den Koffer. Sie können auch eigene Ideen und Fragen mitbringen. Voraussetzung: 3-4 Jahre Englisch.

Büchen ■ **3150** Wochenendveranstaltung
Regina Baumann
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58
Samstag, 06.05., 10.00-13.00 und
14.00-17.00 Uhr, und Sonntag,
07.05.23, 10.00-13.00 Uhr, 2 Tage
56,50 EUR; erm. 41,38 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Grammar Workout A2/B1 - Weekend Course

This weekend will cover important points of elementary grammar and make them memorable and fun. We will provide you with tips that will help you understand the rules more easily and give you plenty of practice with the tricky grammar of everyday English. We review among other things: correct use of basic tenses, prepositions, going to for planning, will/won't, modals: have to, can, must, should and negative forms, conditionals, verb patterns with -ing or to, used to, some/any and relative clauses. There will also be a lot of learning by doing, talking and activities.

Requirements: 3-5 years of English.

Büchen ■ **3155** Wochenendveranstaltung
Timothy Phillips
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11
Fr, 17.03., 17.00-20.00 Uhr, Sa,
18.03., 10.00-13.00 Uhr und
14.00-17.00 Uhr, und So, 19.03.23,
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
6 - 8 Teilnehmende

English B1.1 - Onlinekurs

On the way to level B1, over the course of three semesters, you learn to communicate in a simple and connected way in everyday situations, when travelling and when talking about topics of personal interest. You learn to describe experiences, hopes and ambitions and give reasons for opinions. On the whole, you will be able to use the most important grammatical structures correctly.

Please buy the textbook in advance: Great! B1. 2nd Edition, from Unit 1, ISBN 978-3-12-501758-0, Klett

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3170ON** Kurs
Regina Pleithner
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
11.45-13.15 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

English B1.2 (Great)

Please bring the textbook with you: Great! B1. 2nd Edition, from Unit 4, ISBN 978-3-12-501758-0, Klett

Büchen ■ **3174** Kurs
Helen Karamanidou
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61
Dienstags 31.01.-23.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

English B1.3 (Great)

In this course, we wrap up level B1. You learn two more tenses, past progressive and past perfect (was going/had gone), and practise using question tags („English is so much fun, isn't it?") and conditional sentences („If I had more time, I would learn French."). Please also bring along any unanswered level B1 grammar questions you may have, and we will answer them during the course.

Please bring the textbook with you: Great! B1. 2nd Edition, from Unit 6, ISBN 978-3-12-501758-0, Klett

Büchen ■ **3175** Kurs
Theda Rogge
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 10
Dienstags 31.01.-23.05.23,
10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

English B1.3 (Go For It) - Onlinekurs

In this course, we wrap up level B1. You will practise using „should“ and „ought to“, „could be“, „must be“ and „can't be“, if clauses and future forms. We will talk about personal habits and hobbies, advice, and memories. Please also bring along any unanswered level B1 grammar questions you may have, and we will answer them during the course.

Please buy the textbook in advance: Go For It! B1, from Unit 9, ISBN 978-3-19-002940-2, Hueber

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3176ON** Kurs
Katharina Bomans
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

English B1.3 (Great)

Please bring the textbook with you: Great! B1. 2nd Edition, from Unit 7, ISBN 978-3-12-501758-0, Klett

Büchen ■ **3178** Kurs
Yvonne Schenk
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

English B1.3 (Great)

Please bring the textbook with you: Great! B1. 2nd Edition, from Unit 6, ISBN 978-3-12-501758-0, Klett

Büchen ■ **3179** Kurs
Theda Rogge
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
9.30-11.00 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Refresher B1.2 - Onlinekurs

For participants who want to systematically brush up on their English at level B1.2. Varied topics and activities help reactivate your vocabulary and consolidate your grammar, e.g. the tenses past perfect, simple past and used to (went/had gone/used to go), gerund after prepositions and as subject (good at learning/getting up early is hard), conditional clauses, passive voice, reported speech and phrasal verbs (look after/look for/look out/look over, etc.).

Requirements: 4-6 years of English or „Refresher B1.1“.

Please buy the textbook in advance: A New Start Refresher B1 - New Edition, from Unit 5, ISBN 978-3-464-20232-6, Cornelsen

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3192ON** Kurs
Michelle Börnicke
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
19.20-20.50 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Refresher B1.3 - Onlinekurs

For participants who want to systematically brush up on their English at level B1. Varied topics and activities help reactivate your vocabulary and consolidate your grammar, e.g. conditional sentences (if I were you; if you had come), asking for and giving advice, passive (is built, was stolen), verbs with to + infinitive (like to do, hope to see), indirect speech and phrasal verbs (look for, look around, look after, look up, look into).

Requirements: 4-6 years of English or „Refresher B1.2“.

Please buy the textbook in advance: A New Start Refresher B1 - New Edition, from Unit 8, ISBN 978-3-464-20232-6, Cornelsen

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3194ON** Kurs
Regina Baumann
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
16.45-18.15 Uhr, 15 Nachmittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



English B1: Consolidation Class (Key)

For participants who have completed B1 level and would like to brush up on their English in a relaxed, no-hurry atmosphere. This course is about improving speaking skills, working on listening and revising key grammar.

Requirements: 4-6 years of English.

Please bring the textbook with you: Key B1, from Unit 5A, ISBN 978-3-06-020100-6, Cornelsen

Büchen ■ **3201** Kurs
Regina Baumann
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
Dienstags 31.01.-06.06.23,
10.30-12.00 Uhr, 15 Vormittage
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



English B1: Consolidation Class (Go For It)

For participants who have completed B1 level and would like to brush up on their English in a relaxed, no-hurry atmosphere. This course is about improving speaking and pronunciation skills, working on listening and revising key grammar. We will also read some short stories together. Participants can always bring their own ideas and questions to class, and we will use them during the course.

Requirements: 4-6 years of English.

Please bring the textbook with you: Go For It! B1, from Unit 8, ISBN 978-3-19-002940-2, Hueber

Büchen ■ **3203** Kurs
Theda Rogge
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 10
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
9.30-11.00 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



English B1plus

Looking for an opportunity to brush up your English? In this course, we will revise grammar points that you have already learnt in the past and introduce new structures, too. We will take a look at useful vocabulary for everyday communication and practise listening and reading. You will learn to express yourself more fluently and spontaneously in all kinds of situations and about many different topics: presenting your point of view in a discussion, having a nice chat, making a phone call, writing an email to a colleague, etc. Please also bring along any ideas and questions you may have, and we will try to use them during the course.

Requirements: 6 years of English or better.

Please bring the textbook with you: Straightforward Intermediate - Second Edition, from Unit 2D, ISBN 978-3-19-492953-1, Macmillan/Hueber

Büchen ■ **3210** Kurs
Pallavi Polanki
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
Mittwochs 01.02.-31.05.23,
16.00-17.30 Uhr, 15 Nachmittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Grammar Practice B1/B2

Everybody makes mistakes but this grammar course will help you make fewer. We will look at some of the basic English grammar that many intermediate learners still find confusing.

In this new part of the grammar series, you will find answers to nagging questions like „Is it 'enjoy doing' or 'enjoy to do'?“ You will find out all you need to know about gerunds and infinitives and when and how to use them.

Requirements: 6 years of English or better.

Büchen ■ **3216** Kurs
Pallavi Polanki
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
Mittwochs 01.02.-31.05.23,
11.40-12.40 Uhr, 15 Vormittage
90,10 EUR; erm. 64,90 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Englisch für Schüler*innen ab 16 Jahren:

Grammar and Conversation B1/B2

In diesem Kurs wiederholen wir in einer kleinen Gruppe wichtige Grammatik der Stufen B1 und B2, zum Beispiel die Verwendung der Zeiten, Adverbien, indirekte Rede, Passiv und if-Sätze. Wir lesen Zeitungsartikel und andere kurze Texte, sehen uns nützliche Vokabeln an und sprechen über aktuelle Themen. Ziel ist es, dass Sie Ihren Wortschatz erweitern und sicherer im Sprechen und Schreiben werden - ganz ohne Schulstress, Tests und Noten! Teilnehmer*innen können auch eigene Ideen und Fragen mitbringen. Die Kurssprache ist Englisch.

Voraussetzung: mindestens 5 Jahre Englisch.

*** Der Kurs richtet sich an Schüler*innen ab 16 Jahren/Klasse 10. Für Erwachsene oder Nichtschüler*innen gibt es andere Kurse im Programm, die besser passen. Bitte kontaktieren Sie uns unter bettina.kroell@bonn.de oder 0228 77 3643. ***

No stress, no tests, no grades - just English! In this course we review important grammar topics, including the use of tenses, adverbs, indirect speech, passive voice and if-clauses. We read newspaper articles and other short texts, look at useful vocabulary and discuss a range of current topics. The aim is for you to broaden your vocabulary and use English with more ease and confidence. Please bring along any ideas or questions you may have for topics,

and we will try to use them during the course. The course language is English.

Requirements: 5 years of English or better.

*** The course is for students aged 16 and over. For adults or non-students there are other courses that are more suitable. Please contact us at bettina.kroell@bonn.de or at 0228 77 3643. ***

Büchen

■ 3218 Kurs

Barbara Pagenkopf

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61

Montags 30.01.-12.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
182,50 EUR; erm. 129,58 EUR
6 - 8 Teilnehmende



English B2.1

For upper intermediate learners who want to improve their fluency and accuracy in a friendly atmosphere. We will deepen your grammar skills so that you can master more complex speech and content. Interesting topics and varied activities will help you expand your vocabulary and express yourself clearly and in detail about a range of topics.

Requirements: about Abitur exam level English.

Please bring the textbook with you: Straightforward Upper Intermediate - Second Edition, from Unit 1, ISBN 978-3-19-512953-4, Macmillan/Hueber

Büchen

■ 3220 Kurs

Britta Schröter-Welsch

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61

Donnerstags 02.02.-15.06.23,
16.30-18.00 Uhr, 13 Nachmittage
115,30 EUR; erm. 82,54 EUR
6 - 8 Teilnehmende



English B2.2 (On Point) - Onlinekurs

Please buy the textbook in advance: On Point B2, from Unit 3, ISBN 978-3-12-501275-2, Delta/Klett

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen

■ 3223ON Kurs

Katharina Bomans

Online-Angebot

Mittwochs 01.02.-24.05.23,
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



English B2.2 (Great) - Onlinekurs

Please buy the textbook in advance: Great! B2, from Unit 4, ISBN 978-3-12-501584-5, Klett

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen

■ 3224ON Kurs

Carla Jackson

Online-Angebot

Donnerstags 02.02.-15.06.23,
10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



VHS for Older Adults: English B2

For participants who want to practise and consolidate their upper intermediate level English in a friendly group. We talk about global issues and daily life, home and abroad, wishes and regrets. Varied methods and activities create a pleasant, relaxed atmosphere and make the lessons fun. There is a lot of room for revision and individual questions, too.

Requirements: about Abitur exam level English.

Please bring the textbook with you: Key B2/2, from Unit 7A, ISBN 978-3-06-020856-2, Cornelsen

Büchen

■ 3226 Kurs

Regina Baumann

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56

Montags 30.01.-19.06.23,
10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende



English B2: Consolidation Class - Onlinekurs

For learners who want to practise and consolidate their upper intermediate level English in a relaxed, no-hurry atmosphere. There will be a revision of grammar, but the focus will be on speaking competently.

Requirements: about Abitur exam level English.

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen

■ 3228ON Kurs

Regina Baumann

Online-Angebot

Montags 30.01.-12.06.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



English B2: Consolidation Class - Onlinekurs

For learners who want to practise and consolidate their upper intermediate level English in a relaxed, no-hurry atmosphere. There will be a revision of grammar, but the focus will be on speaking competently.

Please buy the textbook in advance: Key B2/1, from Unit 6A, ISBN 978-3-06-020814-2, Cornelsen

Requirements: about Abitur exam level English.

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen

■ 3229ON Kurs

Regina Baumann

Online-Angebot

Mittwochs 01.02.-24.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Grammar Workout B2/C1 - Online Weekend Course

As someone once said, English is the easiest language to speak badly. How true! You start talking in no time, but then it gets more and more complicated. This weekend we will focus on the most challenging or confusing tenses, modal verbs and prepositions. You can also bring along any individual questions you may have. We will spend a lot of time doing exercises - this is a workout after all - but there will also be room for small talk and general conversation. At the end of the weekend, you will be speaking much more fluently and with fewer mistakes!

Requirements: about Abitur exam level English or better.

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen

■ 3231ON Wochenendveranstaltung

Dr. Abigail Dunn

Online-Angebot

Fr, 10.03., 17.00-20.00 Uhr, Sa,
11.03., 10.00-13.00 Uhr und
14.00-17.00 Uhr, und So, 12.03.23,
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Creative Writing in English B2/C1 - Weekend Course

This weekend, we will explore our creativity. Let's come up with crazy characters, pursue promising plots and freak out about fantastic fiction full of fascinating figures. We will try out different techniques together. Why not, for example, tell a well-known story from a different point of view or give it an alternative ending? Or turn a poem into a short story and vice versa? Grammar and vocabulary will be discussed along the way according to your individual needs.

In order to enjoy this class, you need to be fluent in English - B2 or upper - and should be willing to discuss your written work with others.

Buchen ■ **3232** Wochenendveranstaltung
Britta Schröter-Welsch
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58
Fr, 24.03., 17.00-20.00 Uhr,
Sa, 25.03., 10.00-13.00 Uhr und
14.00-17.00 Uhr, und So, 26.03.23,
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Creative Writing in English B2/C1: Fantasy - Weekend Course

Once you enter the world of fantasy, anything can happen: Your friendly neighbour might be a wizard or witch in disguise (either good or bad), the back of your wardrobe might turn out to be the entrance to a hidden world, and what about this quite ordinary-looking ring you have inherited from your slightly eccentric great-granduncle - are you sure it is that ordinary... The genre of fantasy offers a rich source of inspiration when it comes to Creative Writing, and the English literature is full of great stories. In this class, we can create magic worlds and places, and we need creatures inhabiting this world, magic objects, heroes and heroines and of course a good plot to turn a bunch of ideas into an actual story.

In order to enjoy this class, you need to be fluent in English - B2 or upper - and should be willing to discuss your written work with others.

Buchen ■ **3233** Wochenendveranstaltung
Britta Schröter-Welsch
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57
Fr, 05.05., 17.00-20.00 Uhr,
Sa, 06.05, 10.00-13.00 Uhr und
14.00-17.00 Uhr, und So, 07.05.23,
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
6 - 8 Teilnehmende



English Advanced C1.1 - Onlinekurs

For participants who want to expand their vocabulary, be more confident about English grammar, and develop their skills in speaking, listening, reading and writing. Interesting discussions, entertaining small talk scenarios and various role plays will help you to improve both fluency and accuracy. Communicative vocabulary training sessions and pronunciation exercises will help you to get the fine differences right.

Requirements: good Abitur exam level English or better.

Please buy the textbook in advance: Straightforward Advanced - Second Edition, from Unit 1, ISBN 978-3-19-532953-8, Macmillan/Hueber

*** The course is held via Zoom. ***

Buchen ■ **3233ON** Kurs
Jacob Packham
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Buchen ■ **3234ON** Kurs
Yvonne Schenk
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



English Advanced C1.2

Please bring the textbook with you: Straightforward Advanced - Second Edition, from Unit 3C, ISBN 978-3-19-532953-8, Macmillan/Hueber

Buchen ■ **3235** Kurs
Yvonne Schenk
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60
Dienstags 31.01.-23.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



English Advanced C1.2

Please bring the textbook with you: Straightforward Advanced - Second Edition, from Unit 5, ISBN 978-3-19-532953-8, Macmillan/Hueber

Buchen ■ **3236** Kurs
Traude Perrin
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 09
Mittwochs 01.02.-19.04.23,
10.45-12.15 Uhr, 10 Vormittage
90,10 EUR; erm. 64,90 EUR
6 - 8 Teilnehmende



English Advanced C1.2 - Onlinekurs

Please buy the textbook in advance: Straightforward Advanced - Second Edition, from Unit 5, ISBN 978-3-19-532953-8, Macmillan/Hueber

*** The course is held via Zoom. ***

Buchen ■ **3237ON** Kurs
Dr. Evanthia Petropoulou
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
19.30-21.00 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Konversation und Lektüre A2-C2

Sprachencafé (jeden 2. Freitag im Monat) - Onlinekurs

Im Sprachencafé können Sie Ihr Englisch üben und praktisch anwenden. Von Anfänger*innen bis zu Sprachprofis sind alle herzlich willkommen. Englische Muttersprachler*innen natürlich auch. Probieren Sie es einfach aus: Es kostet nichts, es ist online und es ist immer lustig.

Zum Ablauf:

1) Bitte melden Sie sich rechtzeitig an, damit wir Ihnen den Einladungslink schicken können. Unsere Mailadresse ist vhs@bonn.de. (Sie können sich auch über den Warenkorb auf unserer Website anmelden.)

2) Am Freitag, 13. Januar, loggen Sie sich kurz vor 17 Uhr auf Zoom zum Sprachencafé ein.

3) Es gibt mehrere Runden mit jeweils wechselnden Gruppen. Moderatorinnen helfen Ihnen, mit anderen Gästen ins Gespräch zu kommen. Sie helfen auch gern aus, wenn Ihnen gerade das richtige Wort nicht einfällt.

*** Das Sprachencafé wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3241AON** Sprachencafé
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll
Online-Angebot
Freitag, 13.01.23, 17.00-19.00 Uhr
entgeltfrei

Büchen ■ **3241BON** Sprachencafé
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll
Online-Angebot
Freitag, 10.02.23, 17.00-19.00 Uhr
entgeltfrei

Büchen ■ **3241CON** Sprachencafé
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll
Online-Angebot
Freitag, 10.03.23, 17.00-19.00 Uhr
entgeltfrei

Büchen ■ **3241DON** Sprachencafé
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll
Online-Angebot
Freitag, 14.04.23, 17.00-19.00 Uhr
entgeltfrei

Büchen ■ **3241EON** Sprachencafé
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll
Online-Angebot
Freitag, 12.05.23, 17.00-19.00 Uhr
entgeltfrei

Büchen ■ **3241FON** Sprachencafé
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll
Online-Angebot
Freitag, 16.06.23, 17.00-19.00 Uhr
entgeltfrei



Quiz Night (Every 3rd Friday of the Month) - Onlinekurs

Do you love a quiz? Are you full of general knowledge? Welcome to our monthly quiz night! It's free, it's online and it's a lot of fun!

This is how it works:

1) You find a few friends to form a team. The best size for a team is 5 or 6 people but you can also play in smaller groups or on your own. (If your friends don't like quizzes and you don't want to play alone, we can set you up in teams.)

2) Everyone needs to register in advance so we can send them the invitation link. Our email address is vhs@bonn.de. (You can also register using the shopping cart symbol on our website.)

3) On Friday, 20 January, you log on to Zoom shortly before 19:00 for the quiz. There will be 5 rounds, each with 10 questions. You try and answer all the questions.

4) There will be a short break after the third round for you to compare answers within your team.

5) After the last round of questions and the final answer check, the quizmaster will read out the correct answers. The winning teams will get big rounds of applause from everybody.

*** The quiz is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3242AON** Quiz Night
Jean Lennox
Online-Angebot
Freitag, 20.01.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei

Büchen ■ **3242BON** Quiz Night
Jean Lennox
Online-Angebot
Freitag, 17.02.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei

Büchen ■ **3242CON** Quiz Night
Jean Lennox
Online-Angebot
Freitag, 17.03.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei

Büchen ■ **3242DON** Quiz Night
Jean Lennox
Online-Angebot
Freitag, 21.04.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei

Büchen ■ **3242EON** Quiz Night
Jean Lennox
Online-Angebot
Freitag, 19.05.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei

Büchen ■ **3242FON** Quiz Night
Jean Lennox
Online-Angebot
Freitag, 16.06.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei



Leichte Konversation und Lektüre A2/B1

Come along and join us at a conversation course for beginners. We will read easy short stories and talk about them, listen to English songs and translate the texts and talk about everyday topics that come to our minds.

Requirements: 3-5 years of English.

Büchen ■ **3247** Kurs
Theda Rogge
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58
Montags 30.01.-12.06.23,
11.15-12.45 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Easy Summer Conversation A2/B1 - Onlinekurs im Sommer (5 Nachmittage)

Many people get nervous when they speak English. Maybe they cannot understand the other person or find it difficult to think of the right words. But nobody is perfect and your English does not have to be perfect either! Practise speaking about different topics and make small talk in English this summer. You will have many friendly conversations - inside

the VHS classroom first and in the 'real world' after. Have fun with your English!

Requirements: 3-5 years of English.

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3248ON** Kurs
Esther Smialowski
Online-Angebot
Montag, 17.07., bis Freitag,
21.07.23, Mo-Do 16.30-18.00 Uhr
und 18.15-19.00 Uhr, Fr 16.30-18.00
Uhr, 5 Nachmittage
64,90 EUR; erm. 47,26 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Conversation for Every Day B1

For work or for fun, for the next holiday or because your nice new neighbour is from the UK - there's always a reason to start a conversation. This course is all about talking. You will discuss many different topics, in group work and pair work. The aim is for you to broaden your vocabulary, become more confident, and simply enjoy speaking English. Please also bring along any ideas you may have for topics, and we will use them during the course.

Requirements: 4-6 years of English.

Büchen ■ **3250** Kurs
Timothy Phillips
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 10
Montags 30.01.-12.06.23,
10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **3252** Kurs
Dr. Philip Davaraj
VHS, Kirchplatz 6, Raum E.01
Montags 30.01.-12.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **3253** Kurs
Laura Hanusch-Clarens
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58
Dienstags 31.01.-23.05.23,
11.15-12.45 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **3254** Kurs
Martina Harms
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
Dienstags 31.01.-23.05.23,
15.00-16.30 Uhr, 14 Nachmittage
95,70 EUR; erm. 68,82 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Conversation for Every Day B1 - Onlinekurs

*** The course is held via Zoom. ***

Buchen ■ **3255ON** Kurs
Christine Horler
Online-Angebot

Dienstags 25.04.-20.06.23,
15.00-16.30 Uhr, 8 Nachmittage
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Conversation for Every Day B1

This course is all about talking! We will discuss a range of topics, in group work and pair work, using texts, audios and video material. The aim is for you to broaden your vocabulary, become more confident, and simply enjoy speaking English. Please bring along any ideas you may have for topics, and we will use them during the course, as well as using the „In Conversation B1“ textbook (see below). Your teacher looks forward to working with you!

Requirements: 4-6 years of English.
Please bring the textbook with you: In Conversation B1. 2nd Edition, ISBN 978-3-12-501558-6, Delta/Klett

Buchen ■ **3256** Kurs
Stephanie Wilde
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



The Language of Folk Music B1 (Every 3rd Saturday of the Month)

Folk comes from the German word 'Volk' meaning 'the people', and folk music is often described as being the music belonging to 'the people'.

We will talk about the mysterious, melodic and magical folk music of the British Isles and discuss what some of the most loved songs, including „Early One Morning“, „Molly Ma-Anzeige

lone“, „Scarborough Fair“ and „The Wellerman“, actually mean. We will also listen to various old and new recordings, and if you want, you can even sing along.

Requirements: 4-6 of English.

Buchen ■ **3258** Kurs
Jean Lennox
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61
Samstags 18.02.-17.06.23,
11.45-13.15 Uhr, 5 Vormittage
(18.02., 18.03., 15.04., 20.05. und
17.06.23)
48,10 EUR; erm. 35,50 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Knit and Natter B1: Easy Conversation mit Stricken

Do you like to knit? Do you like to chat in English? Join this class and do both! Let's get together and chat while knitting or, if you prefer, knit while chatting. We can talk about whatever you are interested in, and the world of knitting will be our conversation starter. Want to tackle English knitting instructions? Maybe you have a project you are currently working on? Bring it along to share with the others.

Requirements: 4-6 years of English.

Buchen ■ **3260** Wochenendveranstaltung
Jacob Packham
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.59
Samstag, 25.02.23, 10.00-13.00 Uhr
22,90 EUR; erm. 17,86 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Everyone Can Draw B1: Easy Conversation mit Zeichnen

Do you know how to draw? Do you want to learn some new techniques? Or would you like to learn the basics? And do you like to chat in English? Join this class and do both! Let's get together and chat while drawing or, if you prefer, draw while chatting. Your teacher will give you some fun and effective drawing exer-

cises, and you can talk about the results together. You can also talk about any other topics you are interested in, and the world of art will be the conversation starter.

Requirements: 4-6 years of English.

Buchen ■ **3262** Wochenendveranstaltung
Jean Lennox
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58
Fr, 02.06., 17.00-20.00 Uhr, Sa,
03.06., 10.00-13.00 Uhr und
14.00-17.00 Uhr, und So, 04.06.23,
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Conversation for Every Day B1/B2

This intermediate conversation course is a fun way to practise your English. We will read and talk about newspaper articles, work on our listening skills, watch short videos on the internet and cover a wide range of current topics. We will also look at useful vocabulary and phrases for all kinds of conversations and give room for grammar topics where needed. Newcomers are always welcome.

Requirements: 6 years of English or better.

Buchen ■ **3265** Kurs
Claudia Böffgen
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57
Dienstags 21.02.-20.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Buchen ■ **3266** Kurs
Martina Harms
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
Dienstags 31.01.-23.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 14 Abende
95,70 EUR; erm. 68,82 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Buchen ■ **3268** Kurs
Claudia Böffgen
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57
Dienstags 21.02.-20.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Buchen ■ **3270** Kurs
Pallavi Polanki
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
Mittwochs 01.02.-31.05.23,
10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Conversation for Every Day B1/B2

This intermediate conversation course is a fun way to practise your English. We will read and talk about

TREFFPUNKT-SPRACHEN



**Englischkurse in kleinen Gruppen
und angenehmer Atmosphäre
Vom Anfänger bis zum Fortgeschrittenen
Adelheidisstraße 80, 53225 Bonn, Tel. 0228 – 695751
www.treffpunkt-sprachen.de**

newspaper articles, work on our listening skills, watch short videos on the internet and cover a wide range of current topics. We will also look at useful vocabulary and phrases for all kinds of conversations and give room for grammar topics where needed. Newcomers are always welcome.

Requirements: 6 years of English or better.

Please bring the textbook with you: In Conversation B2. 2nd Edition, ISBN 978-3-12-501559-3, Delta/Klett

Büchen ■ **3272** Kurs
Stephanie Wilde
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Language and Conversation B1/B2 - Onlinekurs

This Level B1/B2 course is a mixture of language learning and conversation. The lessons will start with some grammar and language exercises, followed by plenty of time for discussion. Material (articles, podcasts or video links) will be provided by the teacher a few days in advance.

Requirements: 6 years of English or better.

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3274ON** Kurs
Christine Horler
Online-Angebot
Dienstags 25.04.-20.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 8 Abende
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Summer Conversation B1/B2 - Onlinekurs im Sommer (5 Nachmittage)

This intermediate conversation course is a fun way to practise your English this summer. We will read and talk about newspaper articles, work on our listening skills, watch short videos on the internet and cover a wide range of current topics. We will also look at useful vocabulary and phrases for all kinds of conversations and give room for grammar topics where needed.

Requirements: 6 years of English or better.

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3277ON** Kurs
Esther Smialowski
Online-Angebot
Montag, 24.07., bis Freitag,
28.07.23, Mo-Do 16.30-18.00 Uhr
und 18.15-19.00 Uhr, Fr 16.30-18.00
Uhr, 5 Nachmittage
64,90 EUR; erm. 47,26 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Conversation for Every Day B2 - Onlinekurs

A friendly conversation group for all who enjoy practising their English. We will discuss a wide range of topics: everyday life and travel, current affairs and culture, politics, entertainment and much more. Participants can also bring their own ideas and experiences to class and newcomers are always welcome.

Requirements: about Abitur exam level English.

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3280ON** Kurs
Regina Baumann
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Advanced Conversation B2/C1: Breaking the Code - Onlinekurs

Have you ever tried, but failed, to fully understand British films, TV series or simply the daily conversation of native English speakers? This course will make you familiar with the ins and outs of English vocabulary: phrasal verbs, slang, idioms, puns, euphemisms, proverbs/sayings and non-sexist language. You will thereby learn to „break the code“ and use these categories of words and phrases like native speakers and practise them in conversations.

Requirements: about Abitur exam level English or better.

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3285ON** Kurs
Dr. Abigail Dunn
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 14 Abende
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Advanced Conversation B2/C1 - Onlinekurs

In this advanced conversation course, you can discuss a variety of topics from politics to Picasso, your favourite books, films and artists, far-flung locations or family life - and at the same time keep up your English in a fun way. Discussions are based on press articles, podcasts and videos - in fact anything that the group is interested in. The aim is for everyone to have a good time together and chat about something we all find interesting.

Requirements: about Abitur exam level English or better.

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3286ON** Kurs
Carla Jackson
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



English Book Club B2/C1 (Every 2nd Saturday of the Month) - Onlinekurs

Would you like to read (more) in English? In our Monthly English Book Club we read English books and meet once a month on Saturdays to talk about them. Grammar and vocabulary are discussed along the way where needed. The aim is for everyone to have a good time together and chat about something we all find interesting. Happy reading!

Our first pick for February is: Felix Ever After by Kacen Callender.

Requirements: about Abitur exam level English or better.

*** The course is held via Zoom. ***

Buchen ■ **3288ON** Kurs
Helen Daughtrey
Online-Angebot
Samstags, 11.02.-10.06.23,
11.00-12.30 Uhr, 5 Vormittage
(11.02., 11.03., 15.04., 13.05. und
10.06.23)
38,10 EUR; erm. 28,50 EUR
9 - 14 Teilnehmende



English Book Club B2/C1 (Every 3rd Saturday of the Month)

Would you like to read (more) in English? In our Monthly English Book Club we read English books and meet once a month on Saturdays to talk about them. Grammar and vocabulary are discussed along the way where needed. The aim is for everyone to have a good time together and chat about something we all find interesting. Happy reading!

Requirements: about Abitur exam level English or better.

Buchen ■ **3289** Kurs
Jean Lennox
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60
Samstags, 18.02.-17.06.23,
10.00-11.30 Uhr, 5 Vormittage
(18.02., 18.03., 15.04., 20.05. und
17.06.23)
48,10 EUR; erm. 35,50 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Swearing and Slang B2/C1 - Weekend Course

Many people say, „It's not polite to swear,“ or „Swearing is offensive.“ Guess what? They're right! However, swear words are a huge part of every language, and they're used everywhere: in movies, in songs, on the internet, when we get emotional, etc. Because swear words are so common and potentially offensive, it's important to understand them. It can also be helpful to learn polite alternatives so there's no need to swear.

This short weekend course is a safe place for you to learn swear words, phrases, and safe alternatives commonly used by native English speakers.

Requirements: about Abitur exam level English or better.

Buchen ■ **3291** Wochenendveranstaltung
Jacob Packham
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57
Samstag, 04.03.23, 10.00-13.00 Uhr
22,90 EUR; erm. 17,86 EUR
6 - 8 Teilnehmende



English Literature C1

Are you interested in a variety of English short stories by different authors, such as Charles Dickens, Evelyn Waugh or Angela Carter? Then this is the right course for you! The stories will be read and discussed in class. New participants are always welcome.

Requirements: good Abitur exam level English or better.

Buchen ■ **3295** Kurs
Traude Perrin
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 09
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
9.00-10.30 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Advanced Conversation C1 - Onlinekurs

Do you already speak fluent English and want to keep your hand in? Practise your speaking skills through conversation, texts and interesting activities. We will talk about topics that affect all of us - the news, travel, the environment, moral dilemmas, culture and much more. You will have the opportunity to join in lively discussions, and you can also bring your own ideas and experiences to class.

Requirements: good Abitur exam level English or better.

*** The course is held via Zoom. ***

Buchen ■ **3293ON** Kurs
Dr. Abigail Dunn
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
10.30-12.00 Uhr, 14 Vormittage
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Vocabulary and Idioms Training C1 - Online Weekend Course

Do you want to know a secret? Vocabulary is more important than grammar. Without grammar you might not be able to say things correctly but without words you can't say anything at all. This weekend will provide you with techniques and many ideas on how to memorise new vocabulary and idioms quickly and permanently. We will make it fun to think about, talk about, apply, and play with new words.

Requirements: good Abitur exam level English or better.

*** The course is held via Zoom. ***

Buchen ■ **3297ON** Wochenendveranstaltung
Vivian Lee Samano
Online-Angebot
Samstag, 13.05., und Sonntag,
14.05.23, 10.00-11.30 Uhr und
12.00-13.30 Uhr, 2 Vormittage
39,70 EUR; erm. 29,62 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Englisch online

Refresher B1plus - Online-Bildungsurlaub

Looking for an opportunity to brush up your English? In this one-week course we will revise grammar points that you have already learnt in the past and introduce new structures, too.

*** The course is held via Zoom. ***

Buchen ■ **3034ON** Bildungsurlaub
Esther Smialowski
Online-Angebot
Montag, 17.07., bis Freitag,
21.07.23, 9.00-12.00 Uhr und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
6 - 9 Teilnehmende



Refresher B2plus - Online-Bildungsurlaub

Looking for an opportunity to improve your good language skills? Welcome to this very active English week!

*** The course is held via Zoom. ***

Buchen ■ **3040ON** Bildungsurlaub
Esther Smialowski
Online-Angebot
Montag, 24.07., bis Freitag,
28.07.23, 9.00-12.00 Uhr und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
6 - 9 Teilnehmende



English at Work B1 - Onlinekurs

Do you sometimes feel uncomfortable or stressed when you need to speak English at work? Practise communicating in English in this course, with lots of speaking activities and practical tips!

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3068ON** Kurs
 Dr. Abigail Dunn
 Online-Angebot
 Montags 30.01.-12.06.23,
 20.15-21.45 Uhr, 14 Abende
 123,70 EUR; erm. 88,42 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

English at Work B2 - Onlinekurs

This course will help you handle a variety of job-related situations in English more easily and make you feel more secure the next time you find yourself in a busy meeting, a heated debate or a difficult small talk situation.

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3072ON** Kurs
 Dr. Abigail Dunn
 Online-Angebot
 Montags 30.01.-12.06.23,
 18.40-20.10 Uhr, 14 Abende
 123,70 EUR; erm. 88,42 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

Cambridge Exam Preparation C1 Advanced - Online Course

This course offers exam preparation for the Cambridge English C1 level certificate, C1 Advanced (semester one of two).

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3084ON** Kurs
 Jacob Packham
 Online-Angebot
 Montags 30.01.-05.06.23,
 17.45-20.00 Uhr, 14 Abende
 228,70 EUR; erm. 161,92 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

Refresher A2: Auffrischung intensiv - Onlinekurs

Für Wiedereinsteiger*innen, die den Stoff der Stufe A2 in kurzer Zeit auffrischen möchten.

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3145ON** Kurs
 Katharina Bomans
 Online-Angebot
 Donnerstags 02.02.-15.06.23,
 19.00-20.30 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

English B1.1 - Onlinekurs

On the way to level B1, over the course of three semesters, you learn to communicate in a simple and connected way in everyday situations, when travelling and when talking about topics of personal inter-

est.
 *** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3170ON** Kurs
 Regina Pleithner
 Online-Angebot
 Donnerstags 02.02.-15.06.23,
 11.45-13.15 Uhr, 15 Vormittage
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

English B1.3 (Go For It) - Onlinekurs

In this course, we wrap up level B1.

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3176ON** Kurs
 Katharina Bomans
 Online-Angebot
 Dienstags 31.01.-23.05.23,
 19.00-20.30 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

Refresher B1.2 - Onlinekurs

For participants who want to systematically brush up on their English at level B1.2.

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3192ON** Kurs
 Michelle Börnicke
 Online-Angebot
 Mittwochs 01.02.-24.05.23,
 19.20-20.50 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

Refresher B1.3 - Onlinekurs

For participants who want to systematically brush up on their English at level B1.

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3194ON** Kurs
 Regina Baumann
 Online-Angebot
 Mittwochs 01.02.-24.05.23,
 16.45-18.15 Uhr, 15 Nachmittage
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

English B2.2 (On Point) - Onlinekurs

For upper intermediate learners who want to improve their fluency and accuracy in a friendly atmosphere.

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3223ON** Kurs
 Katharina Bomans
 Online-Angebot
 Mittwochs 01.02.-24.05.23,
 19.00-20.30 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

English B2.2 (Great) - Onlinekurs

For upper intermediate learners who want to improve their fluency and accuracy in a friendly atmosphere. ***

Büchen ■ **3224ON** Kurs
 Carla Jackson
 Online-Angebot
 Donnerstags 02.02.-15.06.23,
 10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

English B2: Consolidation Class - Onlinekurs

For learners who want to practise and consolidate their upper intermediate level English in a relaxed, no-hurry atmosphere.

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3228ON** Kurs
 Regina Baumann
 Online-Angebot
 Montags 30.01.-12.06.23,
 20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

English B2: Consolidation Class - Onlinekurs

For learners who want to practise and consolidate their upper intermediate level English in a relaxed, no-hurry atmosphere.

*** The course is held via Zoom. ***

Büchen ■ **3229ON** Kurs
 Regina Baumann
 Online-Angebot
 Mittwochs 01.02.-24.05.23,
 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

English Advanced C1.1 - Onlinekurs

For participants who want to expand their vocabulary, be more confident about English grammar, and develop their skills in speaking, listening, reading and writing.

*** The course is held via Zoom. ***

Buchen ■ **3233ON** Kurs
Jacob Packham
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Buchen ■ **3234ON** Kurs
Yvonne Schenk
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

English Advanced C1.2 - Onlinekurs

For participants who want to expand their vocabulary, be more confident about English grammar, and develop their skills in speaking, listening, reading and writing.

*** The course is held via Zoom. ***

Buchen ■ **3237ON** Kurs
Dr. Evanthia Petropoulou
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
19.30-21.00 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Sprachencafé (jeden 2. Freitag im Monat) - Onlinekurs

Im Sprachencafé können Sie Ihr Englisch üben und praktisch anwenden.

*** Das Sprachencafé wird mit Zoom durchgeführt. ***

Buchen ■ **3241AON** Sprachencafé
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll
Online-Angebot
Freitag, 13.01.23, 17.00-19.00 Uhr
entgeltfrei

Buchen ■ **3241BON** Sprachencafé
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll
Online-Angebot
Freitag, 10.02.23, 17.00-19.00 Uhr
entgeltfrei

Buchen ■ **3241CON** Sprachencafé
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll
Online-Angebot
Freitag, 10.03.23, 17.00-19.00 Uhr
entgeltfrei

Buchen ■ **3241DON** Sprachencafé
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll
Online-Angebot
Freitag, 14.04.23, 17.00-19.00 Uhr
entgeltfrei

Buchen ■ **3241EON** Sprachencafé
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll
Online-Angebot
Freitag, 12.05.23, 17.00-19.00 Uhr
entgeltfrei

Buchen ■ **3241FON** Sprachencafé
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll
Online-Angebot
Freitag, 16.06.23, 17.00-19.00 Uhr
entgeltfrei

Quiz Night (Every 3rd Friday of the Month) - Onlinekurs

Do you love a quiz? Are you full of general knowledge? Welcome to our monthly quiz night!

*** The quiz is held via Zoom. ***

Buchen ■ **3242AON** Quiz Night
Jean Lennox
Online-Angebot
Freitag, 20.01.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei

Buchen ■ **3242BON** Quiz Night
Jean Lennox
Online-Angebot
Freitag, 17.02.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei

Buchen ■ **3242CON** Quiz Night
Jean Lennox
Online-Angebot
Freitag, 17.03.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei

Buchen ■ **3242DON** Quiz Night
Jean Lennox
Online-Angebot
Freitag, 21.04.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei

Buchen ■ **3242EON** Quiz Night
Jean Lennox
Online-Angebot
Freitag, 19.05.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei

Buchen ■ **3242FON** Quiz Night
Jean Lennox
Online-Angebot
Freitag, 16.06.23, 19.00-20.30 Uhr
entgeltfrei

Easy Summer Conversation A2/B1 - Onlinekurs im Sommer (5 Nachmittage)

Many people get nervous when they speak English. Maybe they cannot understand the other person or find it difficult to think of the right words. But nobody is perfect and your English does not have to be perfect either!

*** The course is held via Zoom. ***

Buchen ■ **3248ON** Kurs
Esther Smialowski
Online-Angebot
Montag, 17.07., bis Freitag,
21.07.23, Mo-Do 16.30-18.00 Uhr
und 18.15-19.00 Uhr, Fr 16.30-18.00
Uhr, 5 Nachmittage
64,90 EUR; erm. 47,26 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Conversation for Every Day B1 - Onlinekurs

For work or for fun, for the next holiday or because your nice new neighbour is from the UK - there's always a reason to start a conversation.

*** The course is held via Zoom. ***

Buchen ■ **3255ON** Kurs
Christine Horler
Online-Angebot
Dienstags 25.04.-20.06.23,
15.00-16.30 Uhr, 8 Nachmittage
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Language and Conversation B1/ B2 - Onlinekurs

This Level B1/B2 course is a mixture of language learning and conversation.

*** The course is held via Zoom. ***

Buchen ■ **3274ON** Kurs
Christine Horler
Online-Angebot
Dienstags 25.04.-20.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 8 Abende
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Summer Conversation B1/B2 - Onlinekurs im Sommer (5 Nachmittage)

This intermediate conversation course is a fun way to practise your English this summer.

*** The course is held via Zoom. ***

Buchen ■ **3277ON** Kurs
Esther Smialowski
Online-Angebot
Montag, 24.07., bis Freitag,
28.07.23, Mo-Do 16.30-18.00 Uhr
und 18.15-19.00 Uhr, Fr 16.30-18.00
Uhr, 5 Nachmittage
64,90 EUR; erm. 47,26 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Conversation for Every Day B2 - Onlinekurs

A friendly conversation group for all who enjoy practising their English.

*** The course is held via Zoom. ***

Buchen ■ **3280ON** Kurs
Regina Baumann
Online-Angebot

Montags 30.01.-12.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Advanced Conversation B2/C1: Breaking the Code - Onlinekurs

Have you ever tried, but failed, to fully understand British films, TV series or simply the daily conversation of native English speakers? This course will make you familiar with the ins and outs of English vocabulary.

*** The course is held via Zoom. ***

Buchen ■ **3285ON** Kurs
Dr. Abigail Dunn
Online-Angebot

Montags 30.01.-12.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 14 Abende
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Advanced Conversation B2/C1 - Onlinekurs

In this advanced conversation course, you can discuss a variety of topics from politics to Picasso, your favourite books, films and artists, far-flung locations or family life - and at the same time keep up your English in a fun way.

*** The course is held via Zoom. ***

Buchen ■ **3286ON** Kurs
Carla Jackson
Online-Angebot

Dienstags 31.01.-23.05.23,
10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



English Book Club B2/C1 (Every 2nd Saturday of the Month) - Onlinekurs

Would you like to read (more) in English? In our Monthly English Book Club we read English books and meet once a month on Saturdays to talk about them.

*** The course is held via Zoom. ***

Buchen ■ **3288ON** Kurs
Helen Daughtrey
Online-Angebot
Samstags, 11.02.-10.06.23,
11.00-12.30 Uhr, 5 Vormittage
(11.02., 11.03., 15.04., 13.05. und
10.06.23)
38,10 EUR; erm. 28,50 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Vocabulary and Idioms Training C1 - Online Weekend Course

Do you want to know a secret? Vocabulary is more important than grammar.

*** The course is held via Zoom. ***

Buchen ■ **3297ON** Wochenendveranstaltung
Vivian Lee Samano
Online-Angebot
Samstag, 13.05., und Sonntag,
14.05.23, 10.00-11.30 Uhr und
12.00-13.30 Uhr, 2 Vormittage
39,70 EUR; erm. 29,62 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Kochkurse auf Englisch

In the Kitchen with Escoffier - Elegant French Classics

Für Details siehe Kurs Seite 220

Buchen ■ **7910** Course
Alessio Fangano
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)
Wednesday, 01.03.23,
18.00-21.00 p.m.
38,40 EUR; red. 33,96 EUR, including 12 EUR for cooking ingredients.
8 - 10 Participants



Indian Cooking - Discover a New World of Spice & Flavour

Für Details siehe Kurs Seite 220

Buchen ■ **7912** Course
Masud Khan
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)
Tuesdays, 07.03. and 14.03.23,
18:00-21:00 p.m., 2 Sessions
46,70 EUR; red. 37,82 EUR
8 - 10 Participants



Sicilian Cooking for Vegetarians

Für Details siehe Kurs Seite 220

Buchen ■ **7914** Course
Alessio Fangano
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)
Wednesday, 22.03.23,
18.00-21.00 p.m.
38,40 EUR; red. 33,96 EUR, including 12 EUR for cooking ingredients.
8 - 10 Participants



Indian Vegetarian Cooking - the Magic of Spices and Herbs

Für Details siehe Kurs Seite 221

Buchen ■ **7918** Course
Masud Khan
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)
Tuesdays 02.05. and 09.05.23,
18.00-21.00 p.m, 2 Sessions
46,70 EUR; red. 37,82 EUR
8 - 10 Participants



Mediterranean Antipasti - Celebrating Autumn

Für Details siehe Kurs Seite 221

Buchen ■ **7920** Course
Alessio Fangano
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)
Wednesday, 10.05.23,
18.00-21.00 p.m.
38,40 EUR; red. 33,96 EUR, including 12 EUR for cooking ingredients.
8 - 10 Participants



Indian Finger Foods - Crisp and Spicy in Just One Bite

Für Details siehe Kurs Seite 221

Buchen ■ **7924** Course
Masud Khan
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)
Tuesday, 06.06.23, 18.00-21.00 p.m.
26,40 EUR; red. 21,96 EUR
8 - 10 Participants

Französisch

Bildungsurlaube

Diese Bildungsveranstaltungen sind nach § 9 des Gesetzes zur Freistellung von Arbeitnehmern zum Zwecke der beruflichen und politischen Weiterbildung - Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt.

Französisch A1.1 für Anfänger*innen - Bildungsurlaub

Französisch lernen von Anfang an! Der Kurs richtet sich an echte Nullanfänger*innen und führt zum ersten Sprechen (Begrüßung, Kontaktaufnahme, über Interessen und Vorlieben sprechen, nach dem Weg fragen, sich unterwegs orientieren). Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.1 vertraut.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu A1, Lektionen 1-4, ISBN 978-3-12-529412-7, Ernst Klett Sprachen.

■ 3401 Bildungsurlaub
 Sophia Pudrycki
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
 Montag, 09.01., bis Freitag,
 13.01.2023, 9.00-12.00 und
 13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
 202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
 6 - 9 Teilnehmende



Französisch A2.1 - Bildungsurlaub

Für Französischlernende, die das Niveau A2.1 anstreben: Sie lernen, einfache Alltagsgespräche zu führen und Personen, Dinge und Orte zu beschreiben. Sie verstehen kurze Mitteilungen und Durchsagen und üben das Schreiben einfacher Briefe oder E-Mails. Trainiert werden Dialoge und Redemittel für Gesprächssituationen im Alltag, auf Reisen und im Beruf. Das passé composé und das futur proche kennen Sie schon. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1.1-A1.3.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu A2, Lektionen 1-4, ISBN 978-3-12-529422-6, Ernst Klett Sprachen.

■ 3405 Bildungsurlaub
 Sophia Pudrycki
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
 Montag, 30.01., bis Freitag,
 03.02.2023, 9.00-12.00 und
 13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
 202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
 6 - 9 Teilnehmende



Standardkurse A1-B2

Französisch A1.1 für Anfänger*innen

Französisch lernen von Anfang an! Der Kurs richtet sich an echte Nullanfänger*innen und führt zum ersten Sprechen (Begrüßung, Kontaktaufnahme, über Interessen und Vorlieben sprechen, nach dem Weg fragen, sich unterwegs orientieren). Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.1 vertraut.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu A1, Lektionen 1-4, ISBN 978-3-12-529412-7, Ernst Klett Sprachen.

■ 3412 Kurs
 Samantha Masson
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
 Montags 30.01.-12.06.23,
 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
 9 - 12 Teilnehmende

■ 3415 Kurs
 Enza Konopka
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
 Mittwochs 01.02.-24.05.23,
 10.30-12.00 Uhr, 15 Vormittage
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
 9 - 12 Teilnehmende



Französisch A1.2

Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.2 vertraut. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufe A1.1 (ca. 30 Unterrichtsstunden).

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu A1, ab Lektion 3, ISBN 978-3-12-529412-7, Ernst Klett Sprachen.

■ 3420 Kurs
 Enza Konopka
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
 Dienstags 31.01.-23.05.23,
 10.30-12.00 Uhr, 15 Vormittage
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
 9 - 12 Teilnehmende



Französisch A1.2

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu A1, ab Lekt. 6, ISBN 978-3-12-529412-7, Ernst Klett Sprachen.

■ 3421 Kurs
 Brigitte Vollmer
 VHS, Kirchplatz 6, Raum 1.01
 Mittwochs 01.02.-24.05.23,
 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
 9 - 14 Teilnehmende

■ 3422 Kurs
 Mireille Gras
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.56
 Mittwochs 08.02.-31.05.23,
 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
 9 - 14 Teilnehmende



Französisch A1.3

Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.3 vertraut. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1.1 und A1.2 (ca. 60 Unterrichtsstunden).

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu A1, ab Lekt. 8, ISBN 978-3-12-529412-7, Ernst Klett Sprachen.

■ 3425 Kurs
 Charlotte Springer
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46
 Donnerstags 02.02.-15.06.23,
 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
 9 - 14 Teilnehmende



Französisch A1.3

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu A1, ab Lekt. 10, ISBN 978-3-12-529412-7, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ 3426 Kurs
N.N.

VHS, Am Michaelshof 2, Raum 08
Montags 30.01.-12.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Französisch A1.3

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu A1, ab Lektion 10, ISBN 978-3-12-529412-7, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ 3427 Kurs

Sophia Pudrycki
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.59
Montags 06.02.-12.06.23,
8.30-10.00 Uhr, 14 Vormittage
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Französisch A1.3

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu A1, ab Lektion 11, ISBN 978-3-12-529412-7, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ 3428 Kurs

Sophia Pudrycki
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46
Mittwochs 08.02.-31.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Französisch A2.1

Für Französischlernende, die das Niveau A2.1 anstreben: Sie lernen, einfache Alltagsgespräche zu führen und Personen, Dinge und Orte zu beschreiben. Sie verstehen kurze Mitteilungen und Durchsagen und üben das Schreiben einfacher Briefe oder E-Mails. Das passé composé und das futur proche kennen Sie schon. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1.1-A1.3.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu A2, ab Lektion 3, ISBN 978-3-12-529422-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ 3430 Kurs

Sophia Pudrycki
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 09
Dienstags 07.02.-06.06.23,
9.00-10.30 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Französisch A2.1

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu A2, Lektionen 1-4, ISBN 978-3-12-529422-6, Ernst Klett Sprachen.

Dieser Kurs findet im Online-Format statt (Zoom).

Büchen ■ 3431ON Kurs

Carolina El-Zaim
Online-Angebot
Dienstags 07.02.-06.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende



Französisch A2.2 - Onlinekurs

Durch das Training vielfältiger Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A2.2 vertraut. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1 und A2.1 (ca. 120 Unterrichtsstunden).

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu A2, Lektionen 5-8, ISBN 978-3-12-529422-6, Ernst Klett Sprachen. Dieser Kurs findet im Online-Format statt (Zoom).

Büchen ■ 3434ON Kurs

Carolina El-Zaim
Online-Angebot
Montags 06.02.-19.06.23,
10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende



Französisch A2.3

Durch das Training vielfältiger Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A2.3 vertraut. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1, A2.1 und A2.2 (ca. 150 Unterrichtsstunden).

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu A2, Lektionen 9-12, ISBN 978-3-12-529422-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ 3436 Kurs

Samantha Masson
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Montags 30.01.-12.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ 3437 Kurs

Enza Konopka
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
13.00-14.30 Uhr, 15 Nachmittage
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Französisch A2.3

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu A2, ab Lektion 10, ISBN 978-3-12-529422-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ 3438 Kurs

Martina Vocks
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Französisch A2.3

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu A2, Lektionen 9-12, ISBN 978-3-12-529422-6, Ernst Klett Sprachen.

Dieser Kurs findet im Online-Format statt (Zoom).

Büchen ■ 3439ON Kurs

Carolina El-Zaim
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende



Französisch B1.1

Für Französischlernende, die sich bereits in den meisten alltäglichen Gesprächssituationen verständigen können und über Vergangenes und Zukünftiges sprechen können. Abwechslungsreiche Übungen helfen dabei, Wortschatz und Grammatik der Stufe B1.1 zu erweitern und zu festigen. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1 und A2.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu B1, Lektionen 1-4, ISBN 978-3-12-529431-8, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ 3440 Kurs

N.N.
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.56
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Französisch B1.2 - Onlinekurs

Für Französischlernende, die sich bereits in den meisten alltäglichen Gesprächssituationen verständigen können und über Vergangenes und Zukünftiges sprechen können. Abwechslungsreiche Übungen helfen dabei, Wortschatz und Grammatik der Stufe B1.2 zu erweitern und zu festigen. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1, A2 und B1.1.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu B1, Lektionen 5-8, ISBN 978-3-12-529431-8, Ernst Klett Sprachen. Dieser Kurs findet im Online-Format statt (Zoom).

Termine s. nächste Seite >

Büchen ■ **3443ON** Kurs
 Carolina El-Zaim
 Online-Angebot
 Mittwochs 01.02.-24.05.23,
 10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **3444ON** Kurs
 Isabelle Jaschke
 Online-Angebot
 Mittwochs 01.02.-24.05.23,
 19.00-20.30 Uhr, 15 Abende
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
 9 - 12 Teilnehmende

Französisch B1.3

Für Französischlernende, die sich bereits in den meisten alltäglichen Gesprächssituationen verständigen können und über Vergangenes und Zukünftiges sprechen können. Abwechslungsreiche Übungen helfen dabei, Wortschatz und Grammatik der Stufe B1 zu erweitern und zu festigen. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1, A2, B1.1 und B1.2. Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu B1, Lektionen 9-12, ISBN 978-3-12-529431-8, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3445** Kurs
 Charlotte Springer
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47
 Donnerstags 02.02.-15.06.23,
 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

Französisch B1.3+

Für Französischlernende, die sich bereits in den meisten alltäglichen Gesprächssituationen verständigen können und über Vergangenes und Zukünftiges sprechen können. Abwechslungsreiche Übungen helfen dabei, Wortschatz und Grammatik der Stufe B1 zu erweitern und zu festigen. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1, A2, B1.1 und B1.2. Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu B1, ab Lektion 10, ISBN 978-3-12-529431-8, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3446** Kurs
 Charlotte Springer
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
 Montags 30.01.-12.06.23,
 20.00-21.30 Uhr, 15 Abende
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
 9 - 12 Teilnehmende

Französisch Vertiefung B1

In diesem Kurs können Sie Ihre Kenntnisse der Stufe B1 vertiefen und durch praktische Übungen festigen. Abwechslungsreiche Themen (Alltag, Reisen, aktuelle Themen) helfen dabei, den Wortschatz und die Ausdrucksfähigkeit zu erweitern. Voraussetzung: Niveau B1.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu B1, ISBN 978-3-12-529431-8, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3450** Kurs
 Sophia Pudrycki
 VHS, Am Michaelshof 2, Raum 09
 Dienstags 07.02.-06.06.23,
 10.30-12.00 Uhr, 15 Vormittage
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

Konversationskurse B1-C2

Französisch Konversation B1

Für Teilnehmer*innen, die gute Kenntnisse der Stufen A2 und B1 mitbringen. Abwechslungsreiche Übungen ermöglichen Ihnen, Ihren Wortschatz zu erweitern und Ihre mündliche Ausdrucksfähigkeit zu trainieren (Niveau: B1). Die Themen werden gemeinsam im Kurs ausgewählt.

Büchen ■ **3460** Kurs
 Sophia Pudrycki
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.59
 Montags 06.02.-12.06.23,
 10.00-11.30 Uhr, 14 Vormittage
 123,70 EUR; erm. 88,42 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **3461** Kurs
 Charlotte Springer
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
 Montags 30.01.-12.06.23,
 18.30-20.00 Uhr, 15 Abende
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
 9 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **3462** Kurs
 Enza Konopka
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
 Dienstags 31.01.-23.05.23,
 13.00-14.30 Uhr, 15 Nachmittage
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
 9 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **3463** Kurs
 Isabelle Jaschke
 VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11
 Mittwochs 01.02.-24.05.23,
 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
 9 - 14 Teilnehmende

Büchen ■ **3464** Kurs
 Isabelle Jaschke
 VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11
 Donnerstags 02.02.-15.06.23,
 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
 9 - 14 Teilnehmende

Französisch Konversation B2

Ce cours de conversation s'adresse aux apprenants de niveau B2. Les thèmes couvrent les principaux aspects de l'actualité (société, vie culturelle, faits divers), favorisant l'expression orale dans différentes situations de communication.

Büchen ■ **3465** Kurs
 Brigitte Vollmer
 VHS, Kirchplatz 6, Raum 1.01
 Mittwochs 01.02.-24.05.23,
 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
 9 - 14 Teilnehmende

Büchen ■ **3466** Kurs
 Nicole Lehmann Perrin
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
 Mittwochs 01.02.-24.05.23,
 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
 9 - 14 Teilnehmende

Anzeige

70
 60 Jahre
 50
 INSTITUT FRANÇAIS BONN

In einem französischen Umfeld
 intensiv, kommunikativ und effektiv
 Französisch lernen - auch online!
 0228 73 32 88 - www.fif.uni-bonn.de

Französisch Konversation B2

Ce cours de conversation s'adresse aux apprenants de niveau B2.

Büchen

■ **3467** Kurs
Isabelle Jaschke
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Büchen

■ **3468** Kurs
Nicole Lehmann Perrin
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57
Freitags 03.02.-02.06.23,
10.15-11.45 Uhr, 15 Vormittage
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Französisch Konversation C2

Ce cours de conversation s'adresse aux apprenants de niveau C2. Les thèmes couvrent les principaux aspects de l'actualité (société, vie culturelle, faits divers), favorisant l'expression orale dans différentes situations de communication (niveau C2).

Büchen

■ **3471** Kurs
Dr. Tanguy Samzun
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
10.45-12.15 Uhr, 15 Vormittage
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Italienisch

Bildungsurlaube

Diese Bildungsveranstaltungen sind nach § 9 des Gesetzes zur Freistellung von Arbeitnehmern zum Zwecke der beruflichen und politischen Weiterbildung - Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt.

Italienisch A1.1 für Anfänger*innen - Bildungsurlaub

Italienisch lernen von Anfang an! Der Kurs richtet sich an echte Nullanfänger*innen und führt zum ersten Sprechen. Sie lernen erste Wörter und Sätze, die eine einfache Verständigung im Alltag, am Arbeitsplatz und auf Reisen ermöglichen.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Chiaro! A1 - Nuova edizione, Lektionen 1-4, ISBN 978-3-19-275427-2, Hueber.

Büchen

■ **3501** Bildungsurlaub
Sabine Andree
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Montag, 06.02., bis Freitag,
10.02.2023, 9.00-12.00 und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
210,43 EUR; erm. 149,13 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Italienisch A1.3 - Bildungsurlaub

Andiamo avanti! Dieser Kurs richtet sich an Italienischlernende, die bereits zwei Semester Italienisch (60 bis 80 Unterrichtsstunden) besucht haben. Trainiert werden Wortschatz und grammatische Strukturen für Gesprächssituationen in Alltag und Beruf.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Chiaro! A1 - Nuova edizione, Lektionen 8-10, ISBN 978-3-19-275427-2, Hueber.

Büchen

■ **3504** Bildungsurlaub
Sabine Andree
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Montag, 27.03., bis Freitag,
31.03.2023, 9.00-12.00 und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
210,43 EUR; erm. 149,13 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Italienisch B1.2 - Bildungsurlaub

Für Italienischlernende, die sich bereits in den meisten alltäglichen Gesprächssituationen verständigen können und über Vergangenes und Zukünftiges sprechen können. Abwechslungsreiche Übungen helfen dabei, Wortschatz und Grammatik der Stufe B1.2 zu erweitern und zu festigen. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1, A2 und B1.1.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Chiaro! B1 - Nuova edizione, Lektionen 5-8, ISBN 978-3-19-045467-9, Hueber.

Büchen

■ **3508** Bildungsurlaub
Sabine Andree
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Montag, 12.06., bis Freitag,
16.06.2023, 9.00-12.00 und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
210,43 EUR; erm. 149,13 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Standardkurse A1-B2

Italienisch für die Reise A1.1 für Anfänger*innen

Buon viaggio! Dieser Kurs bietet ein erstes Sprachtraining für Reisen: Sie lernen, typische Situationen im Hotel, im Restaurant, bei Einladungen, Besprechungen oder unterwegs sprachlich zu bewältigen. Durch das Training einfacher Redewendungen wird es Ihnen leichter fallen, erste Kontakte zu knüpfen und sich vor Ort zurechtzufinden, auch wenn Sie beruflich auf Reisen sind. Italienischkenntnisse werden nicht vorausgesetzt. Das Unterrichtsmaterial wird von der Dozentin zusammengestellt.

Büchen

■ **3510** Wochenendveranstaltung
Sabine Andree
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
Sa./So., 11./12.03.2023, jeweils
10.00-13.00 Uhr und 14.00-17.00
Uhr, 2 Tage
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Italienisch A1.1 für Anfänger*innen

Italienisch lernen von Anfang an! Der Kurs richtet sich an echte Nullanfänger*innen und führt zum ersten Sprechen (Begrüßung, Kontaktaufnahme, über Interessen und Vorlieben sprechen, nach dem Weg fragen, sich unterwegs orientieren). Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.1 vertraut.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Chiaro! A1 - Nuova edizione, Lektionen 1-4, ISBN 978-3-19-275427-2, Hueber.

■ **3513** Kurs
N.N.

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58
Mittwochs 08.02.-31.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Büchen

■ **3514** Kurs
Dr. Roberto Puggioni
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Büchen

■ **3516** Kurs
Isabella Esposito
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

1

Politik,
Wissenschaft und
Internationales

2

Lebensgestaltendes
Lernen

3

Fremdsprachen

4

Deutsch und
Integration

5

Beruf, IT und
Digitales

6

Kultur und
Kunst

7

Gesundheit und
Ernährung

8

Service

Italienisch intensiv A1 für Anfänger*innen (2x wöchentlich)

Imparare velocemente! Der Intensivkurs ermöglicht ein schnelles Lern-tempo und eignet sich besonders für Lerner*innen, die bereits eine andere romanische Sprache gelernt haben. Auch Studierende, die einen Italienaufenthalt planen, können in diesem Kurs zügig Wortschatz und Redemittel der Stufe A1 erwerben. Teilnahmevoraussetzung: Bereitschaft zur aktiven Mitarbeit, auch in Form von Hausaufgaben.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Universalitalia 2.0 A1/A2, Lektionen 1-4, ISBN 978-3-19-165463-4, Hueber.

Büchen ■ **3519** Kurs
Dr. Roberto Puggioni
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.56
Dienstags und donnerstags,
31.01.-23.03.2023, 15.15-16.45 Uhr,
15 Nachmittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Italienisch A1.2

Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.2 vertraut. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufe A1.1 (ca. 30 Unterrichtsstunden).

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Chiaro! A1 - Nuova edizione, Lektionen 5-7, ISBN 978-3-19-275427-2, Hueber.

Büchen ■ **3520** Kurs
Dr. Roberto Puggioni
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
Montags 30.01.-12.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Büchen ■ **3521** Kurs
Dr. Roberto Puggioni
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.56
Dienstags 31.01.-23.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Büchen ■ **3522** Kurs
Elena Santia
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Büchen ■ **3523** Kurs
Isabella Esposito
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

■ **3524** Kurs
N.N.
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58
Mittwochs 08.02.-31.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Büchen ■ **3525** Kurs
Francesco Lupoli
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
Freitags 03.02.-02.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende



Italienisch A1.3

Voraussetzung: Kenntnisse der Stufe A1.1 und A1.2 (ca. 60 Unterrichtsstunden).

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Chiaro! A1 - Nuova edizione, Lektionen 8-10, ISBN 978-3-19-275427-2, Hueber.

Büchen ■ **3527** Kurs
Dr. Roberto Puggioni
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
Montags 30.01.-12.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Büchen ■ **3528** Kurs
Marta Cassina
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46
Dienstags 31.01.-23.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Italienisch A2.1 - Onlinekurs

Für Italienischlernende, die das Niveau A2.1 anstreben: Sie lernen, einfache Alltagsgespräche zu führen und Personen, Dinge und Orte zu beschreiben. Sie verstehen kurze Mitteilungen und Durchsagen und üben das Schreiben einfacher Briefe oder E-Mails. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1.1-A1.3.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Chiaro! A2 - Nuova edizione, Lektionen 1-4, ISBN 978-3-19-275449-4, Hueber. Der Kurs findet im Online-Format statt (Zoom).

Büchen ■ **3530ON** Kurs
Isabella Esposito
Online-Angebot
Dienstags 07.02.-06.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende



Italienisch intensiv A2 (2x wöchentlich)

Imparare velocemente! Der Intensivkurs ermöglicht ein schnelles Lern-tempo und eignet sich besonders für Lerner*innen, die bereits eine andere romanische Sprache gelernt haben. Auch Studierende, die einen Italienaufenthalt planen, können in diesem Kurs zügig Wortschatz und Redemittel der Stufe A2 erwerben. Teilnahmevoraussetzung: Kenntnisse der Stufe A1 und Bereitschaft zur aktiven Mitarbeit, auch in Form von Hausaufgaben.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Universalitalia 2.0 A1/A2, Lektionen 5-8, ISBN 978-3-19-165463-4, Hueber.

Büchen ■ **3531** Kurs
Dr. Roberto Puggioni
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.56
Dienstags und donnerstags,
18.04.-15.06.2023, 15.15-16.45 Uhr,
15 Nachmittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Anzeige

TREFFPUNKT-SPRACHEN



**Italienischkurse in kleinen Gruppen
und angenehmer Atmosphäre**

**Vom Anfänger bis zum Fortgeschrittenen
Adelheidsstraße 80, 53225 Bonn, Tel. 0228 - 695751**

www.treffpunkt-sprachen.de

Italienisch A2.2

Durch das Training vielfältiger Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A2.2 vertraut. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1 und A2.1 (ca. 120 Unterrichtsstunden).

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Chiaro! A2 - Nuova edizione, Lektionen 5-7, ISBN 978-3-19-275449-4, Hueber.

Bücher

■ **3532** Kurs
Cristina De Bacco
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende



Italienisch A2.3

Durch das Training vielfältiger Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A2.3 vertraut. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1 und A2.1 (ca. 120 Unterrichtsstunden).

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Chiaro! A2 - Nuova edizione, Lektionen 8-10, ISBN 978-3-19-275449-4, Hueber.

Bücher

■ **3534** Kurs
Dr. Roberto Puggioni
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.56
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Bücher

■ **3535** Kurs
Marta Cassina
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46
Dienstags 31.01.-23.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Italienisch Vertiefung A2 - Parliamo di cucina

An diesem Wochenende werden wir mit Lesetexten, Übungen und Rezepten Italienischkenntnisse der Stufe A2 auffrischen und vertiefen. Buon appetito!

Bücher

■ **3539** Wochenendveranstaltung
Sabine Andree
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
Sa./So., 06./07.05.2023, jeweils
10.00-13.00 Uhr und 14.00-17.00
Uhr, 2 Tage
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Italienisch B1.1

Für Italienischlernende, die sich bereits in den meisten alltäglichen Gesprächssituationen verständigen können und über Vergangenes und Zukünftiges sprechen können. Abwechslungsreiche Übungen helfen dabei, Wortschatz und Grammatik der Stufe B1.1 zu erweitern und zu festigen. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1 und A2.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Dieci B1, Lektionen 1-3, ISBN 978-3-19-025647-1, Hueber Verlag.

Bücher

■ **3540** Kurs
Dr. Giuseppina Pastorelli
Beethovengymnasium, Adenaueral-
lee 51-53, Raum A008
Montags 30.01.-12.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende



Italienisch B1.3

Für Italienischlernende, die sich bereits in den meisten alltäglichen Gesprächssituationen verständigen können und über Vergangenes und Zukünftiges sprechen können. Abwechslungsreiche Übungen helfen dabei, Wortschatz und Grammatik der Stufe B1.3 zu erweitern und zu festigen. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1, A2, B1.1 und B1.2.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Chiaro! B1 - Nuova edizione, Lektionen 8-10, ISBN 978-3-19-045467-9, Hueber.

Bücher

■ **3543** Kurs
Cristina De Bacco
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Bücher

■ **3546** Kurs
Sabine Andree
Realschule Beuel, Adelheidisstraße
56, Gebäude A, (Raum A003)
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



VHS für Ältere: Italienisch Vertiefung B1

Für Italienischlernende, die sich bereits in den meisten alltäglichen Gesprächssituationen verständigen können und über Vergangenes und Zukünftiges sprechen können. Abwechslungsreiche Übungen helfen dabei, Wortschatz und Grammatik der Stufe B1 zu erweitern und zu festigen. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1 bis B1.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Dieci B1, ISBN 978-3-19-025647-1, Hueber.

Bücher

■ **3551** Kurs
Elena Santità
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 13 Teilnehmende



Italienisch Vertiefung B1+

Questo corso è indirizzato a chi desideri acquisire sicurezza nella comunicazione spontanea e perfezionare l'uso di strutture e lessico previsti dal livello B1+.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Al dente 3 (B1), Lektionen 7-8, ISBN 978-3-12-525388-9, Ernst Klett Sprachen.

Bücher

■ **3552** Kurs
Dr. Giuseppina Pastorelli
Beethovengymnasium, Adenaueral-
lee 51-53, Raum A009
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Italienisch B2.1

Questo corso è indirizzato a chi desideri acquisire sicurezza nella comunicazione spontanea e perfezionare l'uso di strutture e lessico previsti dal livello B2.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Nuovo Espresso 4, Lektionen 1-2, ISBN 978-3-19-535466-0, Hueber Verlag.

Bücher

■ **3560** Kurs
Dr. Giuseppina Pastorelli
Beethovengymnasium, Adenaueral-
lee 51-53, Raum A008
Montags 30.01.-12.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Italienisch B2.1 - Onlinekurs

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Nuovo Espresso 4, Lektionen 1-3, ISBN 978-3-19-535466-0, Hueber Verlag. Der Kurs findet im Online-Format statt (Zoom).

Bücher

■ **3561ON** Kurs
Isabella Esposito
Online-Angebot
Dienstags 07.02.-06.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



1

Politik,
Wissenschaft und
Internationales

2

Lebensgestaltendes
Lernen

3

Fremdsprachen

4

Deutsch und
Integration

5

Beruf, IT und
Digitales

6

Kultur und
Kunst

7

Gesundheit und
Ernährung

8

Service

Italienisch B2.2 - Onlinekurs

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Nuovo Espresso 4, Lektionen 4-6, ISBN 978-3-19-535466-0, Hueber Verlag. Der Kurs findet im Online-Format statt (Zoom).

Büchen ■ **3563ON** Kurs
Isabella Esposito
Online-Angebot
Montags 06.02.-12.06.23,
19.00-20.30 Uhr, 14 Abende
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Italienisch Vertiefung B2

Questo corso è indirizzato a chi desidera acquisire sicurezza nella comunicazione spontanea e perfezionare l'uso di strutture e lessico previsti dal livello B2.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Nuovo magari B2, ab Lektion 6, ISBN 978-3-19-205421-1, Hueber Verlag.

Büchen ■ **3565** Kurs
Elena Santià
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.48
Montags 30.01.-12.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Italienisch Vertiefung B2

Lehrbuch: Con piacere nuovo B1+/B2, Lektionen 3-6, ISBN 978-3-12-525219-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3566** Kurs
Dr. Roberto Puggioni
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.56
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Italienisch C1.2

Questo corso è indirizzato a chi desidera acquisire sicurezza nella comunicazione spontanea e perfezionare l'uso di strutture e lessico previsti dal livello C1.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Nuovo Espresso 5 (einsprachige Ausgabe), Lektionen 5-7, ISBN 978-3-19-625466-2, Hueber Verlag.

Büchen ■ **3567** Kurs
Isabella Esposito
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Konversationskurse B1-C2

Italienisch Konversation B1

Für Teilnehmer*innen, die gute Kenntnisse der Stufen A2/B1 mitbringen. Abwechslungsreiche Übungen ermöglichen Ihnen, Ihren Wortschatz zu erweitern und Ihre mündliche Ausdrucksfähigkeit zu trainieren (Niveau: B1). Die Themen werden gemeinsam im Kurs ausgewählt.

Büchen ■ **3571** Kurs
Dott.ssa Annalisa Gebauer
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 08
Dienstags 31.01.-23.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende



Italienisch Lektüre und Konversation B2

Für Teilnehmende, die gute Kenntnisse der Stufe B2 mitbringen. Abwechslungsreiche Übungen ermöglichen Ihnen, Ihren Wortschatz zu erweitern und Ihre mündliche Ausdrucksfähigkeit zu trainieren (Niveau: B2). Die Themen werden gemeinsam im Kurs ausgewählt. Materialkosten werden mit der Dozentin abgerechnet.

Büchen ■ **3572** Kurs
Sabine Andree
Realschule Beuel, Adelheidstraße
56, Gebäude A, (Raum A003)
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Italienisch Konversation B2

In questo corso si parlerà di aspetti della cultura italiana sulla base di brevi testi di narrativa contemporanea e articoli di giornale. Esercizi di grammatica consolidano e ampliano la conoscenza della lingua.

I corsisti sanno esprimere le loro opinioni e sono in grado di seguire dialoghi anche lunghi.

Büchen ■ **3573** Kurs
Elena Santià
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.48
Dienstags 31.01.-23.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Italienisch Lektüre B2 -

La Sicilia attraverso la letteratura

Il corso si propone come un viaggio letterario nel tempo e nello spazio alla scoperta della „sicilianità“, attraverso le opere di due degli autori più pregnanti dell'isola: Luigi Pirandello (1867-1936), Premio Nobel per la Letteratura nel 1934 e studente all'Università di Bonn, e Andrea Camilleri (1925-2019), che contribuì a portare la Sicilia nel mondo attraverso libri e film tratti dalle avventure del suo Commissario Montalbano.

Oltre che avvicinare i partecipanti alla lettura dei testi originali, obiettivo del corso è anche improntare l'esercizio della scrittura a partire della discussione comune sui materiali letti e visionati e dalla fantasia dei partecipanti, che sperimenteranno la loro creatività.

Lektüre: Camilleri, Andrea: Un mese con Montalbano. Palermo: Sellerio 2017; Pirandello, Luigi: Novelle per un anno. Roma: Newton Compton 2020.

Büchen ■ **3575** Kurs
Roberta Bassi
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
Donnerstags 23.02.-01.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 12 Abende
106,90 EUR; erm. 76,66 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Italienisch Lektüre C1

Seguendo il desiderio di molti partecipanti, leggiamo „Eva dorme“ di Francesca Melandri. Il romanzo, pluripremiato e pluritradotto, racconta a ritroso la storia di Eva e di sua madre Gerda sullo sfondo del Trentino-Alto-Adige del primo dopoguerra.

È questo il periodo in cui sorsero tante incomprensioni tra la popolazione italiana, in gran parte inviata dal Partito Nazionale Fascista a colonizzare quelle terre, e quella di lingua tedesca, che si vide privata della propria identità e della propria lingua. Impareremo così a conoscere un altro pezzo della Storia passata italiana, per comprenderne meglio quella attuale.

Lektüre: Francesca Melandri: Eva dorme. Bompiani Editore, ISBN 9788830105393 (erhältlich auch als E-Book)

Büchen ■ **3579** Kurs
Caterina Massai Dräger
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47
Montags 30.01.-12.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Spanisch

Bildungsurlaube

Diese Bildungsveranstaltungen sind nach § 9 des Gesetzes zur Freistellung von Arbeitnehmern zum Zwecke der beruflichen und politischen Weiterbildung - Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt.

Spanisch A1.1 für Anfänger*innen - Bildungsurlaub

Spanisch lernen von Anfang an! Der Kurs richtet sich an echte Nullanfänger*innen und führt zum ersten Sprechen. Sie lernen erste Wörter und Sätze, die eine einfache Verständigung im Alltag, am Arbeitsplatz und auf Reisen ermöglichen.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Lekt. 1-4, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3601** Bildungsurlaub
 María Elena Lösing
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55
 Montag, 06.03., bis Freitag,
 10.03.23, 09.00-12.00 Uhr und
 13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
 202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
 6 - 9 Teilnehmende

Büchen ■ **3601B** Bildungsurlaub
 Alma Virginia Barletta
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
 Montag, 19.06., bis Freitag,
 23.06.2023, 09.00-12.00 Uhr und
 13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
 202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
 6 - 9 Teilnehmende

Spanisch A1.2 - Bildungsurlaub

Der Kurs richtet sich an Spanischlernende, die bereits ein VHS-Semester (30 bis 40 Unterrichtsstunden) besucht haben. Trainiert werden Wortschatz und grammatische Strukturen für Gesprächssituationen in Alltag und Beruf.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Lekt. 5-8, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3602** Bildungsurlaub
 Alma Virginia Barletta
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55
 Montag, 23.01., bis Freitag,
 27.01.2023, 09.00-12.00 Uhr und
 13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
 202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
 6 - 9 Teilnehmende

Spanisch A1.2 - Bildungsurlaub

Der Kurs richtet sich an Spanischlernende, die bereits ein VHS-Semester (30 bis 40 Unterrichtsstunden) besucht haben. Trainiert werden Wortschatz und grammatische Strukturen für Gesprächssituationen in Alltag und Beruf.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Lekt. 5-8, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3602A** Bildungsurlaub
 Ángeles Jünke
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55
 Montag, 14.08., bis Freitag,
 18.08.23, 09.00-12.00 Uhr und
 13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
 206,10 EUR; erm. 146,10 EUR
 6 - 9 Teilnehmende

Spanisch A1.3 - Bildungsurlaub

Der Kurs richtet sich an Spanischlernende, die bereits zwei VHS-Semester (60 bis 80 Unterrichtsstunden) besucht haben. Trainiert werden Wortschatz und grammatische Strukturen für Gesprächssituationen in Alltag und Beruf.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Lekt. 9-12, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3603** Bildungsurlaub
 María Elena Lösing
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
 Montag, 24.04., bis Freitag,
 28.04.2023, 09.00-12.00 Uhr und
 13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
 202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
 6 - 9 Teilnehmende

Spanisch A2.1 - Bildungsurlaub

Sie lernen, einfache Alltagsgespräche zu führen und Personen, Dinge und Orte zu beschreiben. Sie üben, kurze Mitteilungen und Durchsagen zu verstehen und schreiben einfache Briefe oder E-Mails. Voraussetzung: Kenntnisse der Niveaustufen A1.1-A1.3.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Lekt. 1-4, ISBN 978-3-12-514677-8, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3606** Bildungsurlaub
 Ángeles Jünke
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
 Montag, 16.01., bis Freitag,
 20.01.2023, 09.00-12.00 Uhr und
 13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
 202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
 6 - 9 Teilnehmende

Büchen ■ **3606A** Bildungsurlaub
 María Elena Lösing
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
 Montag, 22.05., bis Freitag,
 26.05.2023, 09.00-12.00 Uhr und
 13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
 202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
 6 - 9 Teilnehmende

Spanisch A2.2 - Bildungsurlaub

Durch das Training vielfältiger Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A2.2 vertraut. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1 und A2.1 (ca. 120 Unterrichtsstunden).

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Lekt. 5-8, ISBN 978-3-12-514677-8, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3607** Bildungsurlaub
 Ángeles Jünke
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55
 Montag, 19.06., bis Freitag,
 23.06.2023, 09.00-12.00 und
 13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
 202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
 6 - 9 Teilnehmende

Spanisch B1.2 - Bildungsurlaub

Für Spanischlernende, die sich bereits in den meisten alltäglichen Gesprächssituationen verständigen können und über Vergangenes und Zukünftiges sprechen können. Abwechslungsreiche Übungen helfen dabei, Wortschatz und Grammatik der Stufe B1.2 zu erweitern und zu festigen. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1, A2 und B1.1.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo B1, Lekt. 5-8, ISBN 978-3-12-514684-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3608A** Bildungsurlaub
 Ángeles Jünke
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
 Montag, 23.01., bis Freitag,
 27.01.2023, 09.00-12.00 Uhr und
 13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
 202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
 6 - 9 Teilnehmende

Spanisch B2.5 - Bildungsurlaub

Español para avanzados: Sie trainieren, sich spontan und fließend zu verständigen, in Diskussionen Ihren Standpunkt zu vertreten und sich zu aktuellen Themen und Texten differenziert zu äußern. Der Gebrauch der Vergangenheitszeiten (perfecto, imperfecto, indefinido), der Bedingungssätze (Konditional), des Passivs und des Subjuntivo wird weiter vertieft und gefestigt. >

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Nuevo Español en marcha 4, Lektionen 11-12, Kursbuch (ISBN 978-3-19-414503-0) und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-19-424503-7), Hueber Verlag.

Büchen ■ **3609A** Bildungsurlaub
Alma Virginia Barletta
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Montag, 09.10. bis Freitag,
13.10.2023, 9.00-12.00 und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
206,10 EUR; erm. 146,10 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Standardkurse A1-B2

Spanisch für die Reise A1.1 für Anfänger*innen

¡Buen viaje! Dieser Kurs bietet ein erstes Sprachtraining für Reisen: Sie lernen, typische Situationen im Hotel, im Restaurant, bei Einladungen, Besprechungen oder unterwegs sprachlich zu bewältigen. Durch das Training einfacher Redewendungen wird es Ihnen leichter fallen, erste Kontakte zu knüpfen und sich vor Ort zurechtzufinden, auch wenn Sie beruflich auf Reisen sind. Spanischkenntnisse werden nicht vorausgesetzt.

Büchen ■ **3610** Wochenendveranstaltung
Alma Virginia Barletta
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56
Fr., 24.03., 18.00-21.00 Uhr, Sa.,
25.03.2023, 10.00-13.00 Uhr und
14.00-17.00 Uhr, 2 Tage
44,50 EUR; erm. 32,98 EUR
9 - 12 Teilnehmende

Spanisch A1.1 für Anfänger*innen

Spanisch lernen von Anfang an! Der Kurs richtet sich an echte Nullanfänger*innen und führt zum ersten Sprechen (Begrüßung, Kontaktaufnahme, über Interessen und Vorlieben sprechen, nach dem Weg fragen, sich unterwegs orientieren). Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.1 vertraut.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Lekt. 1-4, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3613** Kurs
María Elena Lösing
Realschule Beuel, Adelheidsstraße
56, Gebäude A, (Raum A004)
Dienstags 31.01.-23.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Büchen ■ **3614** Kurs
Lita Kauth
Beethovengymnasium, Adenauerallee 51-53, Raum A202
Dienstags 31.01.-23.05.23,
19.30-21.00 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **3615** Kurs
Jimena Parra Rodríguez
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
10.45-12.15 Uhr, 15 Vormittage
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **3617** Kurs
Alma Virginia Barletta
VHS, Kirchplatz 6, Raum 1.01
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Spanisch A1.2

Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.2 vertraut. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufe A1.1 (ca. 30 Unterrichtsstunden).

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Lekt. 5-8, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3620** Kurs
Cecilia Roddewig
VHS, Kirchplatz 6, Raum 1.01
Montags 06.03.-19.06.23,
18.00-19.30 Uhr, 12 Abende
82,90 EUR; erm. 59,86 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Spanisch A1.2 - Onlinekurs

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Lekt. 5-8, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen.

Der Kurs findet im Online-Format statt (BigBlueButton).

Büchen ■ **3621ON** Kurs
Ruddy Acurio Cruz
Online-Angebot
Montags 06.02.-19.06.23,
19.30-21.00 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende

Spanisch A1.2

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Lekt. 5-8, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3622** Kurs
Lita Kauth
Beethovengymnasium, Adenauerallee 51-53, Raum A202
Dienstags 31.01.-23.05.23,
18.00-19.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende

Spanisch A1.2

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, ca. ab Lekt. 4, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3623** Kurs
Diego Rodrigo Fittipaldi
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
Dienstags 31.01.-23.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende

Spanisch A1.2

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Lekt. 5-8, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3624** Kurs
Jimena Parra Rodríguez
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
9.00-10.30 Uhr, 15 Vormittage
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Spanisch A1.2 - Onlinekurs

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Lekt. 5-8, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen.

Dieser Kurs findet im Online-Format statt (Google Meet).

Büchen ■ **3625ON** Kurs
Carlos Rodrigo Torres Diaz
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
16.30-18.00 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **3626ON** Kurs
Carlos Rodrigo Torres Diaz
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
18.10-19.40 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende

Spanisch intensiv A1.2 (2x wöchentlich)

Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.2 vertraut. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufe A1.1 (ca. 30 Unterrichtsstunden).

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Lekt. 5-8, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3627** Kurs
Carmen Martín Esteban
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56
Montags und mittwochs,
30.01.-22.03.2023, 17.00-18.30 Uhr,
15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Spanisch A1.3 - Onlinekurs

Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.3 vertraut. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1.1 und A1.2 (ca. 60 Unterrichtsstunden).

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Lekt. 9-12, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen. Der Kurs findet im Online-Format statt (Google Meet).

Büchen ■ **3630ON** Kurs
Carlos Rodrigo Torres Diaz
Online-Angebot
Montags 06.02.-19.06.23,
18.00-19.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende



Spanisch A1.3

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Lekt. 9-12, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3631** Kurs
María Elena Lösing
Realschule Beuel, Adelheidsstraße
56, Gebäude A, (Raum A004)
Dienstags 31.01.-23.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Spanisch A1.3

Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.3 vertraut. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1.1 und A1.2 (ca. 60 Unterrichtsstunden).

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, ca. ab Lekt. 8, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3632** Kurs
Diego Rodrigo Fittipaldi
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
Dienstags 31.01.-23.05.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Spanisch A1.3

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Lekt. 9-12, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3633** Kurs
Lita Kauth
Beethovengymnasium, Adenaueral-
lee 51-53, Raum A202
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
19.30-21.00 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Spanisch A1.3 - Onlinekurs

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Lekt. 9-12, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen. Der Kurs findet im Online-Format statt (Zoom).

Büchen ■ **3634ON** Kurs
Ángeles Jünke
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 13 Teilnehmende



Spanisch intensiv A1.3 (2x wöchentlich)

Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.3 vertraut. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1.1 und A1.2 (ca. 60 Unterrichtsstunden).

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Lekt. 9-12, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3636** Kurs
Dennis Mosheh Cardoze Fábrega
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
Dienstags und donnerstags,
31.01.-23.03.2023, 20.15-21.45 Uhr,
15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Büchen ■ **3637** Kurs
Carmen Martín Esteban
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56
Montags und mittwochs,
17.04.-12.06.2023, 17.00-18.30 Uhr,
15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Spanisch Kompakt A1 - Wiederholung und Festigung

¡Hablamos español! An diesem Wochenende werden die wichtigsten Redemittel und Strukturen der Niveaustufe A1 wiederholt und gefestigt. Voraussetzung: ca. 1 bis 2 Jahre Spanischunterricht. Das Unterrichtsmaterial wird von der Dozentin zusammengestellt.

Büchen ■ **3638** Wochenendveranstaltung
Alma Virginia Barletta
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56
Fr., 21.04., 18.00-21.00 Uhr, Sa.,
22.04.2023, 10.00-13.00 Uhr und
14.00-17.00 Uhr, 2 Tage
56,50 EUR; erm. 41,38 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Spanisch A2.1

Für Spanischlernende, die das Niveau A2.1 anstreben: Sie lernen, einfache Alltagsgespräche zu führen und Personen, Dinge und Orte zu beschreiben. Sie verstehen kurze Mitteilungen und Durchsagen und üben das Schreiben einfacher Briefe oder E-Mails. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1.1-A1.3.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Lekt. 1-4, ISBN 978-3-12-514677-8, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3640** Kurs
Diego Rodrigo Fittipaldi
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61
Montags 30.01.-12.06.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Spanisch A2.1 - Onlinekurs

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Lekt. 1-4, ISBN 978-3-12-514677-8, Ernst Klett Sprachen. Der Kurs findet im Online-Format statt (Google Meet).

Büchen ■ **3641ON** Kurs
Carlos Rodrigo Torres Diaz
Online-Angebot
Montags 06.02.-19.06.23,
20.00-21.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende

Spanisch A2.1

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Lekt. 1-4, ISBN 978-3-12-514677-8, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3642** Kurs
Pilar Lombardo
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
Dienstags 31.01.-23.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Spanisch A2.1

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, ab Lekt. 3, ISBN 978-3-12-514677-8, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3643** Kurs
Cecilia Roddewig
VHS, Kirchplatz 6, Raum E.02
Dienstags 07.03.-13.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 12 Abende
82,90 EUR; erm. 59,86 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Spanisch A2.1

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Lekt. 1-4, ISBN 978-3-12-514677-8, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3644** Kurs
Carmen Martín Esteban
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende



Spanisch intensiv A2.1 (2x wöchentlich)

Für Spanischlernende, die das Niveau A2.1 anstreben: Sie lernen, einfache Alltagsgespräche zu führen und Personen, Dinge und Orte zu beschreiben. Sie verstehen kurze Mitteilungen und Durchsagen und üben das Schreiben einfacher Briefe oder E-Mails. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1.1-A1.3.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Lekt. 1-4, ISBN 978-3-12-514677-8, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3645** Kurs
Dennis Mosheh Cardoze Fábrega
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
Dienstags und donnerstags,
18.04.-15.06.2023, 20.15-21.45 Uhr,
15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Spanisch A2.2

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Lekt. 5-8, ISBN 978-3-12-514677-8, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3651** Kurs
Manuela Pérez Ramírez
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende



Spanisch A2.2 Blended Learning - Onlinekurs

Durch das Training vielfältiger Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A2.2 vertraut. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1 und A2.1 (ca. 120 Unterrichtsstunden).

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Lektionen 5-8, ISBN 978-3-12-514677-8, Ernst Klett Sprachen.

Der Unterricht wird im Blended-Learning-Format angeboten: An vier Samstagen finden die Treffen als Videokonferenz statt (Zoom). In der Zeit zwischen den Videokonferenzen erhalten Sie weitere Lernaufgaben und Feedbacks von der Kursleiterin (betreutes Distanzlernen).

Büchen ■ **3652ON** Kurs
Ángeles Jünke
Online-Angebot

Videokonferenzen: samstags, 14.01.,
04.02., 25.02. und 18.03.2023,
09.30-12.45 Uhr, jeweils 15 min.
Pause, zusätzliche individuelle
Lernzeit ca. 2 Std. / Woche.
134,10 EUR; erm. 95,70 EUR
4 - 12 Teilnehmende



Spanisch A2.3 - Onlinekurs

Durch das Training vielfältiger Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A2.3 vertraut. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1, A2.1 und A2.2 (ca. 150 Unterrichtsstunden).

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Lekt. 9-12, ISBN 978-3-12-514677-8, Ernst Klett Sprachen.
Der Kurs findet im Online-Format statt (Google Meet).

Büchen ■ **3653ON** Kurs
Carlos Rodrigo Torres Díaz
Online-Angebot

Dienstags 07.02.-06.06.23,
16.30-18.00 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 11 Teilnehmende



Spanisch A2.3

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Lekt. 9-12, ISBN 978-3-12-514677-8, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3654** Kurs
Dennis Mosheh Cardoze Fábrega
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
Dienstags 31.01.-23.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Büchen ■ **3656** Kurs
Lita Kauth

Beethovengymnasium, Adenauerallee 51-53, Raum A202
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
18.00-19.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Los tiempos del pasado A2

Dieses Wochenendseminar zielt darauf ab, die Kenntnisse der Vergangenheitsformen durch praktische Übungen zu vertiefen. In einer entspannten und lebendigen Atmosphäre lernen Sie die verschiedenen Vergangenheitsformen kennen: Pretérito Perfecto, Indefinido, Imperfecto und Plusquamperfecto. Wir werden viel üben. Das Unterrichtsmaterial wird von der Dozentin zusammengestellt.

Büchen ■ **3657** Wochenendveranstaltung
Manuela Pérez Ramírez
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.55
Samstag, 06.05.23, 10.00-17.00 Uhr
39,70 EUR; erm. 29,62 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Spanisch Kompakt A2 - Wiederholung und Festigung

¿Quiere mejorar su español? An diesem Wochenende werden die wichtigsten Redemittel und Strukturen der Niveaustufe A2 wiederholt und gefestigt. Voraussetzung: 2 bis 3 Jahre Spanischunterricht. Das Unterrichtsmaterial wird von der Dozentin zusammengestellt.

Büchen ■ **3658** Wochenendveranstaltung
Alma Virginia Barletta
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56
Fr., 02.06., 18.00-21.00 Uhr, Sa.,
03.06.2023, 10.00-13.00 und
14.00-17.00 Uhr, 2 Tage
56,50 EUR; erm. 41,38 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Los pasados en español A2/B1 - Wiederholung und Festigung

¡Hablamos español! In diesem Kurs werden die verschiedenen Vergangenheitsformen wiederholt und gefestigt: Perfecto, Indefinido, Imperfecto und Pluscuamperfecto. Voraussetzung: ca. 3 Jahre Spanischunterricht. Das Unterrichtsmaterial wird von der Dozentin zusammengestellt.

Büchen ■ **3659** Wochenendveranstaltung
Ángeles Jünke
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
Samstag, 25.03.23, 10.00-17.00 Uhr
39,70 EUR; erm. 29,62 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Spanisch B1.1

Für Spanischlernende, die sich bereits in den meisten alltäglichen Gesprächssituationen verständigen können und über Vergangenes und Zukünftiges sprechen können. Abwechslungsreiche Übungen helfen dabei, Wortschatz und Grammatik der Stufe B1.1 zu erweitern und zu festigen. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1 und A2.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo B1, ab Lekt. 3, ISBN 978-3-12-514684-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ 3660 Kurs

Dennis Mosheh Cardoze Fábrega
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47
Montags 30.01.-12.06.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Spanisch B1.1

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo B1, Lekt. 1-4, ISBN 978-3-12-514684-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ 3661 Kurs

Jimena Parra Rodríguez
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende

Spanisch B1.2 - Onlinekurs

Für Spanischlernende, die sich bereits in den meisten alltäglichen Gesprächssituationen verständigen können und über Vergangenes und Zukünftiges sprechen können. Abwechslungsreiche Übungen helfen dabei, Wortschatz und Grammatik der Stufe B1.2 zu erweitern und zu festigen. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1, A2 und B1.1.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo B1, Lekt. 5-8, ISBN 978-3-12-514684-6, Ernst Klett Sprachen. Dieser Kurs findet im Online-Format statt (BigBlueButton).

Büchen ■ 3662ON Kurs

Ruddy Acurio Cruz
Online-Angebot
Montags 06.02.-19.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende

Spanisch Vertiefung B1.2

In diesem Kurs können Sie Ihre Kenntnisse der Stufe B1 vertiefen und durch praktische Übungen festigen. Abwechslungsreiche Themen (Alltag, Reisen, aktuelle Themen) helfen dabei, den Wortschatz und die Ausdrucksfähigkeit zu erweitern.

Voraussetzung: Grundkenntnisse der Stufe B1.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Impresiones B1, Lektionen 5-9, ISBN 978-3-19-074545-6, Hueber Verlag.

Büchen ■ 3663 Kurs

Carmen Martín Esteban
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11
Dienstags 31.01.-23.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Spanisch B1.3

Für Spanischlernende, die sich bereits in den meisten alltäglichen Gesprächssituationen verständigen können und über Vergangenes und Zukünftiges sprechen können. Abwechslungsreiche Übungen helfen dabei, Wortschatz und Grammatik der Stufe B1.3 zu erweitern und zu festigen. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1, A2, B1.1 und B1.2.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo B1, Lekt. 9-12, ISBN 978-3-12-514684-6, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ 3664 Kurs

Lita Kauth
Beethovengymnasium, Adenaueral-
lee 51-53, Raum A202
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
18.00-19.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Kleingruppe
Sollte ein Kurs die vorgesehene Mindestteilnehmerzahl nicht erreichen, besteht dennoch die Möglichkeit, den Kurs mit einer geringeren Anzahl von Teilnehmer*innen zu einem entsprechend angepassten Kursentgelt stattfinden zu lassen (6-8 Teilnehmer*innen).

El uso del subjuntivo B1 - Wiederholung und Festigung

En este seminario se analizará el presente de subjuntivo de los verbos regulares e irregulares, así como de los verbos con diptongación. También se estudiará el imperfecto de subjuntivo y se examinará la correspondencia. Sólo se hablará en castellano y se va a practicar mucho. El material didáctico lo confeccionará la docente.

Büchen ■ 3665 Wochenendveranstaltung

Manuela Pérez Ramírez
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.48
Samstag, 03.06.23, 10.00-17.00 Uhr
39,70 EUR; erm. 29,62 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Spanisch Kompakt B1 - Wiederholung und Festigung

¡Hablamos español! An diesem Wochenende werden die wichtigsten Redemittel und Strukturen der Niveaustufe B1 wiederholt und gefestigt. Voraussetzung: ca. 3 bis 4 Jahre Spanischunterricht. Das Unterrichtsmaterial wird von der Dozentin zusammengestellt.

Büchen ■ 3666 Wochenendveranstaltung

Alma Virginia Barletta
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56
Fr., 05.05., 18.00-21.00 Uhr, Sa.,
06.05.2023, 10.00-13.00 Uhr und
14.00-17.00 Uhr, 2 Tage
56,50 EUR; erm. 41,38 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Spanisch B2.1

Español para avanzados: Sie trainieren, sich spontan und fließend zu verständigen, in Diskussionen Ihren Standpunkt zu vertreten und sich zu aktuellen Themen und Texten differenziert zu äußern. Der Gebrauch der Vergangenheitszeiten (perfecto, imperfecto, indefinido), der Bedingungssätze (Konditional) und des Subjuntivo wird weiter vertieft und gefestigt.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo B2, ab Lekt. 1, ISBN 978-3-12-514688-4, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ 3667 Kurs

Alma Virginia Barletta
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56
Dienstags 31.01.-23.05.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ 3668 Kurs

Ángeles Jünke
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.59
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
9.00-10.30 Uhr, 15 Vormittage
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 11 Teilnehmende

Büchen ■ 3669 Kurs

Lita Kauth
Beethovengymnasium, Adenaueral-
lee 51-53, Raum A202
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
19.30-21.00 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ 3670 Kurs

Cecilia Roddewig
VHS, Kirchplatz 6, Raum E.02
Dienstags 07.03.-13.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 12 Abende
82,90 EUR; erm. 59,86 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Spanisch B2.2

Español para avanzados: Sie trainieren, sich spontan und fließend zu verständigen, in Diskussionen Ihren Standpunkt zu vertreten und sich zu aktuellen Themen und Texten differenziert zu äußern. Der Gebrauch der Vergangenheitszeiten (perfecto, imperfecto, indefinido), der Bedingungssätze (Konditional) und des Subjuntivo wird weiter vertieft und gefestigt.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo B2, ab Lekt. 5, ISBN 978-3-12-514688-4, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **3671** Kurs
Jimena Parra Rodríguez
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58
Dienstags 31.01.-23.05.23,
10.45-12.15 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **3672** Kurs
Carmen Martín Esteban
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 08
Dienstags 31.01.-23.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Spanisch B2.4

En este curso Usted va a desarrollar las habilidades de comunicación para expresarse de manera espontánea y fluida, para pronunciarse sobre su punto de vista en discusiones y para dar su opinión sobre temas y textos actuales. Usted ganará en expresión comunicativa tanto oral como escrita. Se trabajará la comprensión lectora. Se profundiza y consolida el uso de los tiempos pasados (perfecto, indefinido, imperfecto), las cláusulas condicionales y el subjuntivo, entre otros.

Lehrbuch: Nuevo español en marcha 4, Lektionen 7-9, Libro del alumno, ISBN 978-3-19-414503-0, und Libro de ejercicios, ISBN 978-3-19-424503-7.

Büchen ■ **3675** Kurs
Manuela Pérez Ramírez
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Kleingruppe

Sollte ein Kurs die vorgesehene Mindestteilnehmerzahl nicht erreichen, besteht dennoch die Möglichkeit, den Kurs mit einer geringeren Anzahl von Teilnehmer*innen zu einem entsprechend angepassten Kursentgelt stattfinden zu lassen (6-8 Teilnehmer*innen).

Spanisch B2.5

Lehrbuch: Nuevo Español en Marcha 4, ab Lektion 11, Libro del alumno, ISBN 978-3-19-414503-0, und Libro de ejercicios, ISBN 978-3-19-424503-7.

Büchen ■ **3676** Kurs
Jimena Parra Rodríguez
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Spanisch B2.5

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Nuevo Español en Marcha 4, Libro del alumno, ISBN 978-3-19-414503-0, und Libro de ejercicios, ISBN 978-3-19-424503-7.

Büchen ■ **3677** Kurs
Ángeles Jünke
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.59
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
9.00-10.30 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Spanisch B2.8

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Nuevo Español en Marcha 4, Libro del alumno, ISBN 978-3-19-414503-0, und Libro de ejercicios, ISBN 978-3-19-424503-7.

Büchen ■ **3678** Kurs
Ángeles Jünke
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.59
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
10.45-12.15 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Konversationskurse B1-C2

Spanisch Konversation B1

Für Spanischlernende, die bereits die meisten Gesprächssituationen im Alltag und auf Reisen sprachlich bewältigen können. Sie erweitern Ihren Wortschatz und trainieren vor allem Ihre mündliche Ausdrucksfähigkeit. Die Themen werden gemeinsam im Kurs ausgewählt.

Büchen ■ **3681** Kurs
Jimena Parra Rodríguez
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58
Dienstags 31.01.-23.05.23,
9.00-10.30 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Spanisch Konversation B2

Sie können sich bereits weitgehend spontan und fließend verständigen, in Diskussionen Ihren Standpunkt vertreten und sich zu Zeitungsartikeln sowie aktuellen Texten äußern (Niveau B2). Die Themen werden gemeinsam im Kurs ausgewählt.

Büchen ■ **3682** Kurs
Alma Virginia Barletta
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56
Dienstags 31.01.-23.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Büchen ■ **3683** Kurs
Ángeles Jünke
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.59
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
10.45-12.15 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Anzeige

SPANISCH- SPRACHKURSE



Wer nach einem Spanienurlaub seine Sprachkenntnisse frisch halten oder sich auf einen zukünftigen Urlaub im spanischsprachigen Raum vorbereiten möchte oder Nachhilfe benötigt, ist bei uns an der richtigen Stelle.

www.laspalabras.de • spanisch@laspalabras.de • Mobil 0171 / 31 36 966
Adenauerallee 170 • 53113 Bonn

Spanisch Konversation C1

Trabajaremos juntos distintos temas de debate, textos literarios, temas de actualidad y repasaremos gramática (nivel C1).

3684 Kurs
Alma Virginia Barletta
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46
Montags 30.01.-12.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

3686 Kurs
Marlene Grambach
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50
Montags 30.01.-12.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Spanisch Konversation C1+

Trabajaremos juntos distintos temas de debate, textos literarios, temas de actualidad y repasaremos gramática (nivel C1+).

3687 Kurs
Dennis Mosheh Cardoze Fábrega
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende

Spanisch Konversation C2

Für Spanischlernende, die sich bereits spontan, sehr fließend und differenziert ausdrücken können und ihren Wortschatz erweitern sowie ihre Sprechfertigkeit verbessern möchten (Niveau C2). Die Themen werden gemeinsam im Kurs ausgewählt.

3688 Kurs
Alma Virginia Barletta
VHS, Kirchplatz 6, Raum 1.01
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Portugiesisch

Bildungsurlaube

Diese Bildungsveranstaltungen sind nach § 9 des Gesetzes zur Freistellung von Arbeitnehmern zum Zwecke der beruflichen und politischen Weiterbildung - Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt.

Portugiesisch A1.1 für Anfänger*innen - Bildungsurlaub

Portugiesisch lernen von Anfang an! Der Kurs richtet sich an echte Nullanfänger*innen und führt zum ersten Sprechen (Begrüßung, Kontaktaufnahme, über Interessen und Vorlieben sprechen, nach dem Weg fragen, sich unterwegs orientieren). Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.1 vertraut.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Olá Portugal! neu, Lekt. 1-4, ISBN 978-3-12-528934-5, Ernst Klett Sprachen.

3691B Bildungsurlaub
Teresa Ribeiro Maier
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Montag, 06.03., bis Freitag,
10.03.2023, 9.00-12.00 und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Portugiesisch A1.2 - Bildungsurlaub

Voraussetzung: Kenntnisse der Stufe A1.1 (ca. 30 Unterrichtsstunden). Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.2 vertraut.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Olá Portugal! neu, Lekt. 5-8, ISBN 978-3-12-528934-5, Ernst Klett Sprachen.

3692 Bildungsurlaub
Teresa Ribeiro Maier
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Montag, 17.04., bis Freitag,
21.04.2023, 9.00-12.00 und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Standardkurse A1-B1

Portugiesisch für die Reise A1.1 für Anfänger*innen

Dieser Kurs bietet ein erstes Sprachtraining für Reisen: Sie lernen, typische Situationen im Hotel, im Restaurant, bei Einladungen, Besprechungen oder unterwegs sprachlich zu bewältigen. Durch das Training einfacher Redewendungen wird es Ihnen leichter fallen, erste Kontakte zu knüpfen und sich vor Ort zurechtzufinden, auch wenn Sie beruflich auf Reisen sind. Das Unterrichtsmaterial wird von der Dozentin zusammengestellt.

3693 Wochenendveranstaltung
Teresa Ribeiro Maier
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.59
Fr., 05.05., 17.00-20.00 Uhr, Sa.,
06.05., 10.00-13.00 Uhr und
14.00-17.00 Uhr, So., 07.05.2023,
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Portugiesisch A1.2 - Onlinekurs

Voraussetzung: Kenntnisse der Stufe A1.1 (ca. 30 Unterrichtsstunden). Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.2 vertraut.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Olá Portugal! neu, ab Lekt. 4, ISBN 978-3-12-528934-5, Ernst Klett Sprachen. Der Kurs findet im Online-Format statt (Skype).

3695ON Kurs
Teresa Ribeiro Maier
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 10 Teilnehmende

Portugiesisch A1.3 - Onlinekurs

Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1.1 und A1.2 (ca. 60 Unterrichtsstunden). Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.3 vertraut. Bitte mitbringen: Lehrbuch: Olá Portugal! neu, ab Lekt. 8, ISBN 978-3-12-528934-5, Ernst Klett Sprachen. Der Kurs findet im Online-Format statt (Skype).

3696ON Kurs
Teresa Ribeiro Maier
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 10 Teilnehmende

Portugiesisch A2.1 - Onlinekurs

Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1.1, A1.2 und A1.3 (ca. 90 Unterrichtsstunden). Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A2.1 vertraut. Bitte mitbringen: Lehrbuch: Olá Portugal! neu, ab Lekt. 11, ISBN 978-3-12-528934-5, Ernst Klett Sprachen. Der Kurs findet im Online-Format statt (Skype).

Termine siehe nächste Seite >

Büchen ■ **3697ON** Kurs
Teresa Ribeiro Maier
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Portugiesisch B1.1 - Onlinekurs

Für Teilnehmende, die sich bereits in den meisten alltäglichen Gesprächssituationen auf Portugiesisch verständigen können und über Vergangenes und Zukünftiges sprechen können. Abwechslungsreiche Übungen helfen dabei, den Wortschatz zu erweitern und die Grammatik zu festigen.

Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1 und A2. Das Unterrichtsmaterial wird von der Dozentin zusammengestellt.

Der Kurs findet im Online-Format statt (Skype).

Büchen ■ **3698ON** Kurs
Teresa Ribeiro Maier
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Kleingruppe

Sollte ein Kurs die vorgesehene Mindestteilnehmerzahl nicht erreichen, besteht dennoch die Möglichkeit, den Kurs mit einer geringeren Anzahl von Teilnehmer*innen zu einem entsprechend angepassten Kursentgelt stattfinden zu lassen (6-8 Teilnehmer*innen).

Altgriechisch

Standardkurse und Lektüre

Altgriechisch (4. Semester)

In diesem Semester setzen wir mit dem Aorist ein, der wichtigsten griechischen Vergangenheitsform. Neben der Grammatik hat auch die Auseinandersetzung mit der griechischen Literatur, Kultur und Philosophie einen festen Platz im Unterricht. Neue Teilnehmer*innen, die früher erworbene Kenntnisse auffrischen wollen, sind herzlich willkommen.

Voraussetzung: ca. 3 Semester Altgriechisch.

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Xenia, ab Lektion 11, ISBN 978-3-7661-5815-4, Buchner

*** Hinweis: Wir nehmen pro Semester ungefähr vier Lektionen im Kursbuch durch. Wenn Sie sehr bald die Graecumsprüfung ablegen möchten oder ein anderes konkretes Ziel vor Augen haben, bietet dieser Kurs nicht die geeignete Progression. ***

Büchen ■ **3703** Kurs
Moritz Kuhn
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.61
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Altgriechisch (7. Semester) - Onlinekurs

In diesem Kurs liegt der Fokus auf der Einübung weiterer Modi (Konjunktiv und Optativ). Thematisch befassen wir uns mit Auszügen aus den platonischen Werken. Neue Teilnehmer*innen, die früher erworbene Kenntnisse auffrischen wollen, sind herzlich willkommen.

Voraussetzung: ca. 3 Jahre Altgriechisch.

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Xenia, ab Lektion 24/25, ISBN 978-3-7661-5815-4, Buchner

*** Hinweis: Wir nehmen pro Semester ungefähr vier Lektionen im Kursbuch durch. Wenn Sie sehr bald die Graecumsprüfung ablegen möchten oder ein anderes konkretes Ziel vor Augen haben, bietet dieser Kurs nicht die geeignete Progression. ***

*** Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt.***

Büchen ■ **3704ON** Kurs
Moritz Kuhn
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Altgriechische Lektüre: Platons Apologie

Nach der Lektüre neutestamentlicher Texte wenden wir uns der klassischen Philosophie zu. In Platons Apologie lernen wir die facettenreiche Persönlichkeit des Sokrates kennen, die bis heute fasziniert und Rätsel aufgibt. Wir machen uns vertraut mit den Besonderheiten philosophischer Sprache und mit den Wertbegriffen der attischen Demokratie. Grammatische Themen werden nach Bedarf wiederholt und vertieft.

Lehrbücher (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Platon, Apologie und Kriton (Text), ISBN 978-3-

402-02224-5, und Platon, Apologie und Kriton (Kommentar), ISBN 978-3-402-022268-9, Aschendorff

Büchen ■ **3705** Kurs
Dr. Uta Schmidt-Clausen
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.61
Montags 30.01.-12.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Altgriechische Lektüre: Nikomachische Ethik

Derzeit beschäftigt sich der Kurs mit Aristoteles' Nikomachischer Ethik. Die neue Lektüre wird in Abstimmung mit der Gruppe festgelegt.

Voraussetzung: Graecum oder besser.

Lektüre: Wird zu Beginn des Semesters gemeinsam ausgewählt.

Büchen ■ **3706** Kurs
Moritz Kuhn
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.61
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Arabisch

Bildungsurlaube

Die folgenden Veranstaltungen sind als Bildungsurlaube nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz NRW anerkannt, können aber von allen Interessierten gebucht werden, die Arabisch lernen möchten.

Einstieg Arabisch - Bildungsurlaub

Für Teilnehmer*innen, die innerhalb kurzer Zeit lernen möchten, einfache Gespräche auf Arabisch zu führen. Sie lernen unter anderem zu grüßen, sich vorzustellen, nach dem Befinden zu fragen, Zahlen, Uhrzeiten und Wochentage zu nennen, über den Beruf oder das Studium zu sprechen und sich in der Stadt zu orientieren. Zusätzlich erhalten Sie eine Einführung in grundlegende Kulturstandards der arabischsprachigen Welt, zum Beispiel Körpersprache und den Umgang mit Zeit. Sie können auch eigene Fragen und Themen mitbringen. Weil das Verstehen und die mündliche Kommunikation im Mittelpunkt stehen, lernen Sie im Kurs nicht die arabische Schrift, son-

dem benutzen die lateinische Umschrift.

Büchen ■ **3710** Bildungsurlaub
Carolina El-Zaim
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55
Montag, 03.04., bis Donnerstag,
06.04.23, 10.00-13.00 Uhr und
14.00-17.00 Uhr, 4 Tage
162,90 EUR; erm. 115,86 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Büchen ■ **3711** Bildungsurlaub
Carolina El-Zaim
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55
Montag, 26.06., bis Freitag,
30.06.23, 9.00-12.00 Uhr und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Standardkurse, Lektüre und Konversation A1-B2

Schnupperwochenende Arabisch

Salam! Dieser Schnupperkurs vermittelt Ihnen einen ersten Eindruck von der arabischen Sprache und Kultur. Sie lernen, auf Arabisch zu grüßen und sich vorzustellen. Außerdem erhalten Sie eine kurze Einführung in die arabische Schrift (von rechts nach links) und in einige grundlegende Kulturstandards der arabischsprachigen Welt, zum Beispiel Körpersprache und den Umgang mit Zeit. Sie können auch eigene Fragen mitbringen.

Büchen ■ **3712** Wochenendveranstaltung
Ahmad Aljesri
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58
Samstag, 11.03., 10.00-13.00 Uhr
und 14.00-17.00 Uhr, und Sonntag,
12.03.23, 10.00-13.00 Uhr, 2 Tage
56,50 EUR; erm. 41,38 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Arabisch für Anfänger*innen A1.1

Salam! Über 300 Millionen Menschen in 22 Ländern in Nordafrika und Vorderasien sprechen im Alltag Arabisch. In diesem Kurs lernen Sie das moderne Hocharabisch, das den gesamten Sprachraum verbindet, weil es über Ländergrenzen hinweg in den Medien verwendet wird. Neben der arabischen Schrift (von rechts nach links), einigen Lauten, die das Deutsche nicht kennt, und etwas grundlegender Grammatik steht vor allem die Kommunikation in alltäglichen Situationen im Vordergrund.

Lehrbücher (bitte mitbringen):
Salam! neu A1-A2, ab Lektion 1,
ISBN 978-3-12-528835-5, und

Schreibtrainer, ISBN 978-3-12-
528848-5, Klett

Büchen ■ **3714** Kurs
Amal Ibrahim
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Montags 30.01.-12.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Büchen ■ **3715** Kurs
Nabil Elias
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 08
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Arabisch sprechen für Anfänger*innen A1.1 - Onlinekurs am Wochenende (6 Nachmittage)

Sie suchen nach einem kommunikativen Einstieg ins Arabische? In diesem Kurs lernen Sie, einfache Gespräche zu führen. Es geht um praktische Alltagsthemen, zum Beispiel sich vorstellen, jemanden kennenlernen, Familie, Essen und Trinken, Beruf und Freizeit. Die mündliche Kommunikation steht im Vordergrund, die arabische Schrift wird nach und nach eingeführt. Sie können auch eigene Ideen und Fragen mitbringen.

Für Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Salam! neu A1-A2, ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-528835-5, Klett

*** Der Kurs eignet sich als Vorbereitung oder Ergänzung zu einem Anfänger*innenkurs Arabisch (Kursnummern 3714 und 3715), kann aber auch separat belegt werden. ***

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3717ON** Kurs
Amal El Hajoui
Online-Angebot
Samstags 25.02.-01.04.23,
14.00-17.00 Uhr, 6 Nachmittage
106,90 EUR; erm. 76,66 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Arabisch A1.2

In diesem Kurs üben Sie unter anderem Smalltalk für verschiedene Situationen und lernen, Fragen zu stellen und einfache Gespräche zu führen, zum Beispiel über Herkunft, Familie und Beruf. Außerdem lesen und schreiben Sie kurze Texte auf Arabisch und üben so die arabische Schrift weiter ein.

Lehrbücher (bitte mitbringen):
Salam! neu A1-A2, ab Lektion 4,
ISBN 978-3-12-528835-5, Klett

Büchen ■ **3718** Kurs
Kareem Kublaghli
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58
Donnerstags 23.02.-15.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 13 Abende
115,30 EUR; erm. 82,54 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Arabisch A1.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Salam! neu A1-A2, ab Lektion 4, ISBN 978-3-12-528835-5, Klett

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3719ON** Kurs
Amal El Hajoui
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Arabisch A1.3 - Onlinekurs

In diesem Kurs erwartet Sie ein abwechslungsreicher Unterricht mit mündlichen und schriftlichen Lerninhalten: Lesen und Schreiben üben, das Hörverständnis und die richtige Aussprache trainieren, neue Wörter lernen und durch kurze Dialoge sicherer beim Sprechen werden.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Salam! neu A1-A2, ab Lektion 6, ISBN 978-3-12-528835-5, Klett

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3720ON** Kurs
Ahmad Aljesri
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **3721ON** Kurs
Fatima Abdelhadi
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
20.00-21.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Arabisch A1.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Salam! neu A1-A2, ab Lektion 7, ISBN 978-3-12-528835-5, Klett

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37220N** Kurs
Carolina El-Zaim
Online-Angebot

Mittwochs 01.02.-24.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Arabisch A1.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Salam! neu A1-A2, ab Lektion 6, ISBN 978-3-12-528835-5, Klett

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37230N** Kurs
Amal El Hajoui
Online-Angebot

Donnerstags 02.02.-15.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Arabisch A2.2 - Onlinekurs

Auf der Stufe A2 lernen Sie, einfache Alltagsgespräche zu führen und Personen, Dinge und Orte zu beschreiben. Sie verstehen kurze Mitteilungen und Durchsagen und üben das Schreiben einfacher Briefe oder E-Mails.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Salam! neu A1-A2, ab Lektion 11, ISBN 978-3-12-528835-5, Klett

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37270N** Kurs
Kaouther Zaroui
Online-Angebot

Mittwochs 01.02.-24.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Arabisch A2.3 - Onlinekurs

In diesem Kurs schließen wir die Stufe A2 ab. Wir versuchen, offene Fragen zu klären und alle Lücken zu schließen. Der Kurs eignet sich auch zum Auffrischen und für Wiedereinsteiger*innen.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Salam! neu A1-A2, ab Lektion 13, ISBN 978-3-12-528835-5, Klett

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37290N** Kurs
Carolina El-Zaim
Online-Angebot

Mittwochs 01.03.-21.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Arabisch A2.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Salam! neu A1-A2, Lektionen 12-13, ISBN 978-3-12-528835-5, Klett

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37310N** Kurs
Carolina El-Zaim
Online-Angebot

Freitags 03.02.-09.06.23,
16.00-17.30 Uhr, 15 Nachmittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Arabisch B1.3 - Onlinekurs

Yallah! Weiter geht's auf dem Weg zur Niveaustufe B1. Sie lernen neue grammatische Strukturen kennen, um sich differenzierter auszudrücken, zum Beispiel um etwas zu begründen, Bedingungssätze zu formulieren oder zeitliche Zusammenhänge zu beschreiben. Außerdem trainieren wir das Hörverstehen und Sprechen.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Arabisch intensiv. Aufbaustufe, ab Lektion 6, ISBN 978-3-87548-874-6, Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37320N** Kurs
Carolina El-Zaim
Online-Angebot

Montags 30.01.-12.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Arabisch B2.2 - Onlinekurs

Yallah! Auf der Stufe B2 geht es neben alltäglichen Situationen wie Einkauf, Reiseplanung und Besuchen beim Arzt auch um Themen wie die arabische Kultur, Politik, Persönlichkeiten des kulturellen Lebens und kurze literarische Texte. Sprechen und Hörverstehen stehen im Vordergrund, neue Grammatik hilft Ihnen, sich flexibler auszudrücken.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Arabisch intensiv. Aufbau-

stufe, ab Lektion 12, ISBN 978-3-87548-874-6, Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37330N** Kurs
Carolina El-Zaim
Online-Angebot

Montags 30.01.-12.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Chinesisch

Bildungsurlaube

Diese Veranstaltung ist als Bildungsurlaub nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz NRW anerkannt, kann aber von allen Interessierten gebucht werden, die Chinesisch lernen möchten.

Chinesische Sprache und Kultur für Anfänger*innen A1.1 - Bildungsurlaub

Ni hao! Hochchinesisch (oder Mandarin) ist eine der meistgesprochenen Sprachen der Welt und Muttersprache von fast einer Milliarde Menschen. Der einwöchige Intensivkurs richtet sich an Interessierte, die innerhalb kurzer Zeit einen ersten Einblick in die chinesische Sprache und Kultur gewinnen möchten.

Zu den Inhalten des Bildungsurlaubs zählt unter anderem eine Einführung in die chinesische Sprache (lateinische Umschrift und Aufbau der chinesischen Schriftzeichen) und in das Thema Zahlen und ihre Bedeutung, zum Beispiel für Termine und Tierkreiszeichen. Sie lernen aber auch, zu grüßen, sich vorzustellen und sich zu verabschieden, und üben kurze Dialoge im Restaurant und beim Einkaufen. Insgesamt werden Sie viel sprechen und Wissenswertes über Traditionen und Feste erfahren. Sie können auch eigene Ideen und Fragen mitbringen.

Büchen ■ **3735** Bildungsurlaub
Yun Bin Beissel

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Montag, 24.04., bis Freitag,
28.04.23, 9.00-12.00 Uhr und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Standardkurse A1-B1

Schnupperkurs Chinesisch - Onlinekurs im Januar (2 Abende)

'Feng Shui' (Wind und Wasser) und 'Kungfu' (große Anstrengung), 'Tai-fun' (großer Wind) und 'Tofu' (Bohnenquark) - einige chinesische Wörter kennen Sie schon. Wenn Sie mehr über die chinesische Sprache und Kultur erfahren wollen, erhalten Sie in diesem Schnupperkurs einen ersten Einblick. Unter anderem lernen Sie ein paar einfache Schriftzeichen kennen und üben, auf Chinesisch zu grüßen, sich zu verabschieden und danke zu sagen. Informationen zu Kultur und Landeskunde und praktische Tipps zur Vermeidung interkultureller „Fettnäpfchen“ ergänzen das Programm.

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen

■ **3736ON** Kurs
Yun Bin Beissel
Online-Angebot
Mittwochs, 11.01. und 18.01.23,
17.00-18.30 Uhr und 18.45-20.15
Uhr, 2 Abende
36,50 EUR; erm. 27,38 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Chinesisch für Anfänger*innen A1.1 - Onlinekurs

Ni hao! Hochchinesisch (oder Mandarin) ist eine der meistgesprochenen Sprachen der Welt und Muttersprache von fast einer Milliarde Menschen. In diesem Kurs trainieren Sie die mündliche Kommunikation im Alltag. Am Ende des Kurses beherrschen Sie die chinesischen Ausspracheregeln und die lateinische Pinyin-Umschrift und können auf Chinesisch zum Beispiel schon grüßen, sich vorstellen und zählen.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): China entdecken. Lehrbuch 1, ab Einheit 1, ISBN 978-3-905816-51-8, Chinabooks E. Wolf

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen

■ **3737ON** Kurs
Yun Bin Beissel
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Chinesisch A1.2 - Onlinekurs

In diesem Kurs lernen Sie, die ersten Schriftzeichen zu lesen und zu schreiben und trainieren die mündli-

che Kommunikation im Alltag. Am Ende des Kurses können Sie auf Chinesisch von Ihrem Tagesablauf erzählen und beim Einkaufen nach dem Preis fragen - und vielleicht sogar feilschen.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): China entdecken. Lehrbuch 1, ab Einheit 5, ISBN 978-3-905816-51-8, Chinabooks E. Wolf

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen

■ **3738ON** Kurs
Tien-Hsin Lee
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
18.30-20.00 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Chinesisch A1.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): China entdecken. Lehrbuch 1, ab Einheit 9, ISBN 978-3-905816-51-8, Chinabooks E. Wolf

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen

■ **3739ON** Kurs
Yun Bin Beissel
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Chinesisch B1.3

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): China entdecken. Lehrbuch 3, ab Einheit 5, ISBN 978-3-905816-55-6, Chinabooks E. Wolf

Büchen

■ **3742** Kurs
Yun Bin Beissel
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.59
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Dänisch

Standardkurse und Konversation A1-B1

Dänisch für Anfänger*innen A1.1 - Onlinekurs

Hej! Gäste aus der ganzen Welt lieben Dänemark für Sehenswürdigkeiten wie die kleine Meerjungfrau, Tivoli oder Legoland, für die wunderschöne Natur und für die freundli-

chen Menschen. Wenn Sie ebenfalls einen Aufenthalt in Dänemark planen, lernen Sie hier mit vielen praktischen Übungen, sich sprachlich zurechtzufinden: das dänische Alphabet mit seinen zusätzlichen drei Vokalen æ, ø und å aussprechen, grüßen, sich vorstellen, einen Kaffee bestellen, über den Tagesablauf sprechen etc. Einige grammatische Grundlagen lernen Sie natürlich auch.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Vi snakkes ved! aktuell A1+, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-105379-6, Hueber

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen

■ **3743ON** Kurs
Nina Larsen
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
20.20-21.50 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Dänisch A1.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Vi snakkes ved! aktuell A1+, ab Lektion 5, ISBN 978-3-19-105379-6, Hueber

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen

■ **3744ON** Kurs
Nina Larsen
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
19.10-20.40 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Dänisch A1.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Vi snakkes ved! aktuell A1+, ab Lektion 9, ISBN 978-3-19-105379-6, Hueber

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen

■ **3745ON** Kurs
Nina Larsen
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Dänisch A2.1 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Vi snakkes ved! aktuell A1+, ab Lektion 11, ISBN 978-3-19-105379-6, Hueber

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3746ON** Kurs

Nina Larsen
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Dänisch A2.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Vi snakkes ved! aktuell A1+, ab Lektion 16, ISBN 978-3-19-105379-6, Hueber

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3747ON** Kurs

Nina Larsen
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
17.30-19.00 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Dansk B1.3 - Onlinekurs

Målgruppe er alle der har behov for at bruge dansk både privat, på ferie og på arbejde eller studium og gerne vil opnå et godt mundtligt og skriftligt dansk. Formålet er at blive i stand til at udtrykke sig både om natur, kultur og samfund, om personlige, nationale og internationale forhold.

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Pæredansk B1, fortsættelse Kapitel 2 (oplevelser), ISBN 978-3-12-528775-4, Klett

*** Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. ***

Büchen ■ **3748ON** Kurs

Dr. Helmut Huntemann
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Dänische Konversation B2

Vi taler i dette kursus om det, som dagligt bevæger verden.

Büchen ■ **3749** Kurs

Verena Krautwald
Beethovengymnasium,
Adenauerallee 51-53, Raum A007
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Finnisch

Standardkurse A1-A2

Finnisch für Anfänger*innen A1.1 - Onlinekurs

Hei! In Finnland ist die Luft sauberer als fast überall sonst auf der Erde und die Landschaften sind unvergleichlich. Außerdem ist es die Heimat der Nordlichter, der Sauna und des Weihnachtsmanns. In diesem Kurs werden Sie am Beispiel praktischer Alltagssituationen in die finnische Sprache eingeführt. Sie lernen u. a. die Aussprache des Finnischen, zu grüßen, sich vorzustellen, zu zählen und etwas im Café zu bestellen. Parallel lernen Sie die notwendige Grammatik kennen und erwerben ein erstes Grundvokabular.

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Suomen mestari 1, ab Lektion 1, ISBN 978-951-1-33423-1, Finn Lectura

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3750ON** Kurs

Anikó Rapp
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Finnisch A1.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Suomen mestari 1, ab Lektion 6/7, ISBN 978-951-1-33423-1, Finn Lectura

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3752ON** Kurs

Anikó Rapp
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Finnisch A2.5 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Suomen mestari 3, ab Lektion 1/2, ISBN 978-951-1-35580-9, Finn Lectura

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3754ON** Kurs

Anikó Rapp
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Hindi

Standardkurse A1

Einstieg Hindi - Kompaktkurs am Wochenende (3 Samstagvormittage)

Hindi ist eine indoeuropäische Sprache, die vor allem in Nord- und Zentralindien gesprochen wird. Sie gehört mit Englisch, Chinesisch und Spanisch zu den meistgesprochenen Sprachen der Welt. Obwohl man in Indien mit Englisch gut zurechtkommt, wird Ihnen Hindi viele Herzen öffnen.

In diesem Kurs lernen Sie an drei Vormittagen nützliche Wörter und Wendungen kennen, um sich in typischen Reisesituationen zu verständigen. Sie erhalten einen Einblick in die indische Devanagari-Schrift und lernen, erste Wörter zu lesen und zu schreiben. Namasté!

Büchen ■ **3755** Kurs

Eva Heinen
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.60
Samstags, 25.02., 25.03. und
22.04.23, 10.00-12.00 und
12.45-14.30 Uhr, 3 Vormittage
69,10 EUR; erm. 50,20 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Japanisch

Standardkurse A1-B1

Japanisch für Anfänger*innen A1.1 - Onlinekurs im Januar (3x wöchentlich)

Konichiwa! Japan hat Besucher*innen viel zu bieten: Megastädte, alte Traditionen, eine junge Manga- und Popkultur und eine faszinierende Sprache. In diesem Kurs erlernen Sie erste Grundlagen der japanischen Schrift und Grammatik und üben von Anfang an, in verschiedenen Situationen im Alltag und unterwegs kurze Gespräche zu führen.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Starter A1 Ri-

kai, ab Lektion 1, ISBN 978-3-87548-708-4, Japan Foundation/Buske.

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3762JON** Kurs
Masakazu Sasao
Online-Angebot

Dienstags, donnerstags und freitags, 10.01.-26.01.23, 17.30-19.00 Uhr und 19.10-20.40 Uhr, 8 Abende (10.01., 12.01., 13.01., 17.01., 19.01., 20.01., 24.01. und 26.01.23) 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Japanisch für Anfänger*innen A1.1 - Onlinekurs am Vormittag

Konichiwa! Japan hat Besucher*innen viel zu bieten: Megastädte, alte Traditionen, eine junge Manga- und Popkultur und eine faszinierende Sprache. In diesem Kurs erlernen Sie erste Grundlagen der japanischen Schrift und Grammatik und üben von Anfang an, in verschiedenen Situationen im Alltag und unterwegs kurze Gespräche zu führen.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Starter A1 Rikai, ab Lektion 1, ISBN 978-3-87548-708-4, Japan Foundation/Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3762ON** Kurs
Masakazu Sasao
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-22.06.23, 10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Japanisch für Anfänger*innen A1.1

Konichiwa! Japan hat Besucher*innen viel zu bieten: Megastädte, alte Traditionen, eine junge Manga- und Popkultur und eine faszinierende Sprache. In diesem Kurs erlernen Sie erste Grundlagen der japanischen Schrift und Grammatik und üben von Anfang an, in verschiedenen Situationen im Alltag und unterwegs kurze Gespräche zu führen.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Marugoto. Starter A1 Rikai, ab Lektion 1, ISBN 978-3-87548-708-4, Japan Foundation/Buske

Büchen ■ **3763** Kurs
Vanessa von Heuduck
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57
Donnerstags 02.02.-15.06.23, 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Japanisch für Anfänger*innen A1.1 - Onlinekurs

Konichiwa! Japan hat Besucher*innen viel zu bieten: Megastädte, alte Traditionen, eine junge Manga- und Popkultur und eine faszinierende Sprache. In diesem Kurs erlernen Sie erste Grundlagen der japanischen Schrift und Grammatik und üben von Anfang an, in verschiedenen Situationen im Alltag und unterwegs kurze Gespräche zu führen.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Starter A1 Rikai, ab Lektion 1, ISBN 978-3-87548-708-4, Japan Foundation/Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3764ON** Kurs
Masakazu Sasao
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-22.06.23, 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Japanisch für Anfänger*innen A1.1 - Onlinekurs im Sommer (2x wöchentlich)

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3766ON** Kurs
Masakazu Sasao
Online-Angebot
Montags und donnerstags, 26.06.-20.07.23, 17.30-19.00 Uhr und 19.10-20.40 Uhr, 8 Abende
140,50 EUR; erm. 100,18 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Japanisch A1.2

In diesem Semester sprechen wir über Mahlzeiten, Wohnen und andere Themen aus dem Alltag. Grammatische Schwerpunkte sind unter anderem das Adjektiv und das Verb in der Non-Past-Form.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Marugoto. Starter A1 Rikai, ab Lektion 6, ISBN 978-3-87548-708-4, Japan Foundation/Buske

Büchen ■ **3767** Kurs
Vanessa von Heuduck
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
Montags 30.01.-12.06.23, 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Japanisch A1.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Starter A1 Rikai, ab Lektion 7, ISBN 978-3-87548-708-4, Japan Foundation/Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3768ON** Kurs
Masakazu Sasao
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23, 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Japanisch A1.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Starter A1 Rikai, ab Lektion 6, ISBN 978-3-87548-708-4, Japan Foundation/Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3768PON** Kurs
Shinobu Sawada
Online-Angebot
Freitags, 03.02.-16.06.23, 17.30-19.00 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Japanisch A1.3

Lehrbuch (bitte mitbringen): Marugoto. Starter A1 Rikai, ab Lektion 9, ISBN 978-3-87548-708-4, Japan Foundation/Buske

Büchen ■ **3769** Kurs
Vanessa von Heuduck
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
Montags 30.01.-12.06.23, 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Japanisch A1.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Starter A1 Rikai, ab Lektion 15, ISBN 978-3-87548-708-4, Japan Foundation/Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37700N** Kurs
Masakazu Sasao
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Japanisch A2.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Elementary 1 (A2) Rikai, ab Lektion 4, ISBN 978-3-87548-714-5, Japan Foundation/ Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37710N** Kurs
Masakazu Sasao
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Japanisch A2.3 - Onlinekurs

In diesem Semester üben Sie unter anderem, Termine zu vereinbaren, jemanden einzuladen, Einladungen anzunehmen oder abzulehnen, sich zu entschuldigen und übers Fremdsprachenlernen zu sprechen. Grammatische Schwerpunkte sind unter anderem: um Einverständnis bitten mit ...mo ii desu, begründen mit ...te, Ausdruck von „schon“ und „noch nicht“ sowie die Adjektiv-Satz-Konstruktion mit A wa B ga plus Adjektiv.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Elementary 1 (A2) Rikai, ab Lektion 7, ISBN 978-3-87548-714-5, Japan Foundation/ Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37720N** Kurs
Shinobu Sawada
Online-Angebot
Donnerstags, 02.02.-15.06.23,
17.30-19.00 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Japanisch A2.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Elementary 1 (A2) Rikai, ab Lektion 13, ISBN 978-3-87548-714-5, Japan Foundation/ Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37730N** Kurs
Masakazu Sasao
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-22.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Japanisch A2.4 - Onlinekurs

Lehrbuch (kostenloser Download): Irodori. Japanese for Life in Japan A2, ab Lektion 10, Japan Foundation

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3773PON** Kurs
Takayo Ishizawa
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Japanisch A2plus (1. Semester) - Onlinekurs

In diesem Semester üben wir zum Beispiel uns vorzustellen, über Dinge zu sprechen, die wir gern tun, im Restaurant zu bestellen und darüber zu sprechen, wie ein Gericht zubereitet wird, was wir nicht essen können usw. Grammatische Schwerpunkte sind unter anderem Nomenmodifikation, etwas verbieten mit ...tewa dame desu, Ausdruck „ohne dass“ und Inversion der Satzelemente.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Elementary 2 (A2) Rikai, ab Lektion 1, ISBN 978-3-87548-753-4, Japan Foundation/ Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37740N** Kurs
Masakazu Sasao
Online-Angebot
Freitags 03.02.-16.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **3774PON** Kurs
Shinobu Sawada
Online-Angebot
Freitags, 03.02.-16.06.23,
19.15-20.45 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Japanisch A2plus (2. Semester) - Onlinekurs

In diesem Semester geht es zum Beispiel um gemeinsames Essen und eine Reise nach Okinawa. Sie üben, um Empfehlungen für eine

Reise zu bitten und sie zu geben, von Reiseeindrücken zu erzählen, sich im Hotel nach Ausflugszielen zu erkundigen, um Hilfe zu bitten und vieles andere mehr. Grammatische Schwerpunkte sind zum Beispiel die Potenzialform und Redemittel für Ratschläge.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Elementary 2 (A2) Rikai, ab Lektion 4, ISBN 978-3-87548-753-4, Japan Foundation/ Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37750N** Kurs
Shinobu Sawada
Online-Angebot
Mittwochs, 01.02.-14.06.23,
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Japanisch A2/B1 (2. Semester) - Onlinekurs

In diesem Semester geht es unter anderem um Essgewohnheiten, Besuche zu Hause, Familienmitglieder und ums Fremdsprachenlernen. Zu den grammatischen Schwerpunkten gehören die alternative Verneinungsform ...nai-desu und das Erklären einer Absicht mit ...yoo to omoimasu.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Pre-Intermediate A2/B1, ab Lektion 3, ISBN 978-3-87548-827-2, Japan Foundation/ Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37760N** Kurs
Shinobu Sawada
Online-Angebot
Donnerstags, 02.02.-15.06.23,
19.15-20.45 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Japanisch B1.2 - Onlinekurs

Im neuen Semester geht es unter anderem um erste Begegnungen und japanische Gerichte. Wir üben, Dinge genauer zu beschreiben und insgesamt flüssiger zu kommunizieren. Sie können auch eigene Ideen und Fragen mitbringen.

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Marugoto. Intermediate B1, ab Lektion 2, ISBN 978-3-87548-828-9, Japan Foundation/ Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3777ON** Kurs
Takayo Ishizawa
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **3777PON** Kurs
Masakazu Sasao
Online-Angebot
Freitags 03.02.-16.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Japanisch B1.3

Lehrbuch (bitte mitbringen): Japanisch im Sauseschritt 2B. Obere Mittelstufe, ab Lektion 16, ISBN 978-4-902456-01-1, Doitsu Center

Büchen ■ **3778** Kurs
Vanessa von Heuduck
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Japanische Lektüre B1 - Onlinekurs

Wir lesen einen japanischen Krimi im Original. Dabei lernen wir neben nützlichen Redewendungen für den Alltag auch viel über die japanische Mentalität. Neben den Kanji-Zeichen sind als Lesehilfe Furigana notiert - Sie müssen sich wegen der Kanji keine Sorgen machen! Grammatik wird nach Bedarf und Interesse der Teilnehmer*innen besprochen.

Voraussetzung: Japanisch auf der Stufe B1 oder besser.

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3779ON** Kurs
Masakazu Sasao
Online-Angebot
Freitags 03.02.-16.06.23,
15.15-16.45 Uhr, 15 Nachmittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Koreanisch

Standardkurse A1-A2

Schnupperkurs Koreanisch - Onlinekurs im Januar (2 Abende)

Im Schnupperkurs Koreanisch tauchen Sie an zwei Abenden intensiv in die koreanische Sprache ein und

lernen mit viel Spaß ihre ersten Grundlagen kennen, zum Beispiel das Schriftsystem Hangeul und wichtige Ausspracheregeln. Danach sind Sie im Koreanischen kein*e Analphabet*in mehr!

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3781ON** Kurs
Young-Jin Kim
Online-Angebot
Mittwochs, 11.01. und 18.01.23,
17.00-18.30 Uhr und 18.45-20.15
Uhr, 2 Abende
39,70 EUR; erm. 29,62 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Koreanisch für Anfänger*innen A1.1

Seit einigen Jahren interessieren sich auch in Europa viele für die südkoreanische Popkultur: für Filme, Fernsehserien und die singenden Boy- und Girlbands des K-Pop. K-Pop ist eine Marke geworden - wie Samsung für Smartphones, Hyundai für Autos und Kimchi, das koreanische Nationalgericht, für gesundes und fotogenes Essen. Uns freut das Interesse! Wer mehr über die koreanische Sprache wissen möchte, wird in diesem Kurs ins Schriftsystem Hangeul und die Aussprache eingeführt und lernt zum Beispiel, sich vorzustellen, zu zählen und einen Kaffee zu bestellen.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Vitamin Korean 1 (A1), ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-528651-1, Klett

Büchen ■ **3783** Kurs
Hyungki Min
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **3784** Kurs
Hyungki Min
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Koreanisch A1.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Vitamin Korean 1 (A1), ab Lektion 5-1, ISBN 978-3-12-528651-1, Klett

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3786ON** Kurs
Seong-Won Moon
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
17.30-19.00 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Koreanisch A1.3 - Onlinekurs am Wochenende

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Koreanisch leicht gemacht für Anfänger, ab Kapitel 13, ISBN 978-89-277-3155-9, Korean Book Service

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3787ON** Kurs
Sooyun Oh
Online-Angebot
Sonntags, 29.01.-18.06.23,
10.40-12.10 Uhr bzw. 11.40-13.10
Uhr (ab 26.03.23), 14 Vormittage
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Koreanisch A2.1 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Vitamin Korean 2 (A2), ab Lektion 1-1, ISBN 978-3-12-528652-8, Klett

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3788ON** Kurs
Hyunhee Lee
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **3789ON** Kurs
Jungyeon Lee
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
17.30-19.00 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Koreanisch A2.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Vitamin Korean 2 (A2), ab Lektion 3, ISBN 978-3-12-528652-8, Klett

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3790ON** Kurs
Hyunhee Lee
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Koreanisch A2.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Vitamin Korean 2 (A2), ab Lektion 3-2, ISBN 978-3-12-528652-8, Klett

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37910N** Kurs
Seong-Won Moon
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
17.30-19.00 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Koreanisch A2.4 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Vitamin Korean 2 (A2), ab Lektion 4-1, ISBN 978-3-12-528652-8, Klett

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37920N** Kurs
Jungyeon Lee
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
17.30-19.00 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Koreanisch A2.5 - Onlinekurs am Wochenende

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Koreanisch leicht gemacht. Mittelstufe, ab Kapitel 9, ISBN 978-89-277-3217-4, Korean Book Service

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37930N** Kurs
Sooyun Oh
Online-Angebot
Sonntags, 29.01.-18.06.23,
9.00-10.30 Uhr bzw. 10.00-11.30 Uhr
(ab 26.03.23), 14 Vormittage
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Kroatisch

Standardkurse und Konversation A1-A2

Kroatisch für Anfänger*innen A1.1 - Onlinekurs

Kroatien hat etwas für jeden Geschmack: für Strandurlauber*innen klares Wasser, warme Temperaturen und 1246 Inseln; acht UNESCO-Welterbestätten für kulturell Interessier-

te; die Drehorte von Game of Thrones für Serienfans. In diesem Anfänger*innenkurs lernen Sie die ersten Grundlagen der kroatischen Sprache. Da die Sprachen eng verwandt sind, ist der Kurs auch geeignet, wenn Sie Bosnisch lernen möchten.

Lehrbuch: Ja govorim hrvatski 1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-85253-452-7, E. Weber.

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37940N** Kurs
Dr. Reiner Itschert
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
18.00-19.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Kroatisch A1.2 - Onlinekurs

Lehrbuch: Ja govorim hrvatski 1, ab Lektion 5, ISBN 978-3-85253-452-7, E. Weber.

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37950N** Kurs
Dr. Reiner Itschert
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
18.00-19.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Kroatisch A2.1 - Onlinekurs

Im neuen Semester geht es weiter mit vielfältigen Themen aus Alltag und Beruf: Sie sprechen über Ihren Werdegang, Ihren Tagesablauf und wichtige Lebensereignisse und üben, sich vorzustellen, Vorschläge zu machen und (wichtig für die nächste Reise nach Kroatien!) ein Hotelzimmer zu buchen.

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Ja govorim hrvatski 2, ab Lektion 1, ISBN 978-3-85253-527-2, E. Weber

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37960N** Kurs
Mirjana Werner
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Kroatisch A2/B1 - Onlinekurs

In diesem Kurs kommunizieren wir auf Kroatisch und versuchen, alles, was Sie lernen, gleich praktisch anzuwenden. Abwechslungsreich, reali-

tätsnah und mit viel Humor werden Sie nicht nur Ihr Kroatisch verbessern, sondern auch die kroatische Sprache und Kultur ein Stück mehr kennen und lieben lernen.

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Razgovarajte s nama A2-B1, ab Lektion 5, ISBN 978-953-175-957-1, Croaticum Zagreb.

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37970N** Kurs
Mirjana Werner
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Kurdisch

Standardkurse A1-A2

Kurdisch für Anfänger*innen A1.1 - Onlinekurs

Rojbas, hûn bi xêr hatin! Sie würden Ihre kurdischen Nachbar*innen gern auf Kurdisch grüßen? Sie wollen Freundschaften schließen, von sich erzählen, im Restaurant 'Sorbenîsk' bestellen, Ihre Telefonnummer aufsagen, im kurdischen Supermarkt einkaufen und kurdische Witze verstehen? Hier sind Sie richtig! Wer Kurdisch (oder Kurmancî) spricht, kann sich außerdem mit ca. 35 Millionen Menschen im Nahen Osten verständigen.

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Hinker Kurmancî: Asta Yekemîn, ab Lektion 1, ISBN 978-975-6282-66-3, Enstîtuya Kurdî ya Stenbolê

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **37980N** Kurs
Mehmet Emin Acil
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
20.00-21.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Kurdisch A1.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Hinker Kurmancî: Asta Yekemîn, ab Lektion 4, ISBN 978-975-6282-66-3, Enstîtuya Kurdî ya Stenbolê

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3799ON** Kurs
 Mehmet Emin Acil
 Online-Angebot
 Montags 30.01.-12.06.23,
 18.15-19.45 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 5 - 8 Teilnehmende

Latein

Standardkurse und Lektüre

Latein für Anfänger*innen (1. Semester)

Willkommen zum gemütlichen Einstieg in ein vielseitiges Fach! Seine Zielgruppe(n): Knobelfreunde (jeder entschlüsselte Satz ein Erfolgserlebnis) und jene, die sich der Mutter aller romanischen Sprachen linguistisch nähern wollen; wer aus erster Hand erfahren möchte, wie Menschen in der Antike, in Mittelalter und Renaissance gelebt, gefühlt und gedacht haben - und wie dieses Ideenpotential bis heute in Kunst und Wissenschaft weiterlebt; wer gern Inschriften deutet, wer schöne Manuskripte und frühen Buchdruck liebt... Dieser Kurs orientiert sich ganz an den Interessen* seiner Teilnehmenden (* 'inter-esse' = dabei sein).

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Adeamus! Ausgabe A, ab Lektion 1, ISBN 978-3-637-01546-3, Oldenbourg

Büchen ■ **3802** Kurs
 Henriette Mozet
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50
 Donnerstags 02.02.-15.06.23,
 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 5 - 8 Teilnehmende

Latein (3. Semester) - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Adeamus! Ausgabe A, ab Lektion 14, ISBN 978-3-637-01546-3, Oldenbourg

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3803ON** Kurs
 Sarah Behr
 Online-Angebot
 Mittwochs 22.02.-14.06.23,
 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 5 - 8 Teilnehmende

Lateinische Lektüre: Roma urbs aeterna - Onlinekurs

Dieser Kurs bietet einen Einstieg in die lateinische Lektüre - und bereitet gleichzeitig auf einen Besuch in der Ewigen Stadt vor. Denn wie Goethe schrieb: „Man erblickt nur, was man schon weiß.“ Unsere Reisevorbereitung geschieht mit ausgewählten und kommentierten Texten, die in der Sprache geschrieben sind, die von den Bewohner*innen dieser Stadt mehr als ein Jahrtausend lang gesprochen wurde: Latein. Sprachliche Grundlagen werden nach Bedarf und Interesse der Teilnehmer*innen wiederholt und vertieft.

Voraussetzung: ca. 3 Jahre Latein oder besser.

Lektüre (bitte vor dem Kurs anschaffen): Roma urbs aeterna, ISBN 978-3-7661-5982-3, Buchner

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3804ON** Kurs
 Sarah Behr
 Online-Angebot
 Mittwochs 22.02.-14.06.23,
 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 5 - 8 Teilnehmende

Lateinische Lektüre: Schluss mit lustig?! - Präsenzkurs mit Onlineteilnahmemöglichkeit

„Ridentem dicere verum quid vetat?“ Lachend die Wahrheit zu sagen war ein Anliegen der römischen Satiriker Lucilius und Horaz; ebenso prägt es die Spottgedichte Catulls und Martials wie auch Petrons zynische Darstellung der Ausschweifungen eines etwas unterbelichteten Emporkömmelings in seiner Cena Trimalchionis.

Wenn wir Quintilians literaturhistorischem Überblick Glauben schenken, ist die Persiflage ein typisch römisches Produkt („satura tota nostra est“), frei vom übermächtigen Einfluss des Griechischen als Vorbild für andere Kunstformen. - Humor ist Kontext-gebunden: Manches Mal wird uns auf der Suche nach seinen Spuren bei oben genannten Autoren das Lachen im Halse stecken bleiben, sich vielleicht in Unverständnis oder Empörung verwandeln. Auf jeden Fall aber beleuchten wir Zeitschnitte aus besonders reizvollen Blickwinkeln.

*** Der Kurs findet als Präsenz-Veranstaltung im Bonner Haus der Bildung statt, die Teilnahme ist aber auch via Zoom möglich. ***

Büchen ■ **3806ON** Kurs
 Henriette Mozet
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50
 Donnerstags 02.02.-15.06.23,
 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 5 - 8 Teilnehmende

Neugriechisch

Standardkurse A1-C1

Neugriechisch für Anfänger*innen A1.1

Kalispera in der Volkshochschule! In diesem Kurs lernen Sie die griechische Schrift und erste grammatische Grundlagen des Griechischen kennen. Vor allem aber lernen Sie mit vielen praktischen Übungen, sich auf einfache Weise in Athen, Thessaloniki oder Lefkosia zu verständigen: grüßen und sich vorstellen, nach dem Befinden fragen, im Restaurant bestellen etc. Darüber hinaus erhalten Sie Insider-Informationen über Land, Leute und Kultur.

Lehrbücher (bitte mitbringen): Pamel! A1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-190-05404-6, und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-190-25404-0, Hueber

Büchen ■ **3811** Kurs
 Helen Karamanidou
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57
 Montags 30.01.-12.06.23,
 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
 9 - 14 Teilnehmende

Neugriechisch A1.2

Lehrbücher (bitte mitbringen): Pamel! A1, ab Lektion 5, ISBN 978-3-190-05404-6, und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-190-25404-0, Hueber

Büchen ■ **3813** Kurs
 Helen Karamanidou
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61
 Dienstags 31.01.-23.05.23,
 20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
 9 - 14 Teilnehmende

Neugriechisch A1.3

Lehrbücher (bitte mitbringen): Pamel! A1, ab Lektion 6, ISBN 978-3-190-05404-6, und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-190-25404-0, Hueber

Büchen ■ **3814** Kurs
Diego Rodrigo Fittipaldi
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61
Montags 30.01.-12.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **3815** Kurs
Diego Rodrigo Fittipaldi
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
19.15-20.45 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Neugriechisch A1.5 - Präsenzkurs mit Onlineteilnahmemöglichkeit

Lehrbücher (bitte mitbringen): Pamel A1, ab Lektion 8, ISBN 978-3-19-05404-6, und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-19-25404-0, Hueber

*** Der Kurs findet als Präsenz-Veranstaltung im Bonner Haus der Bildung statt, die Teilnahme ist aber auch via Zoom möglich. ***

Büchen ■ **3815ON** Kurs
Ioannis Kompopoulos
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58
Montags 30.01.-12.06.23,
18.45-20.15 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Neugriechisch A1.5

Lehrbücher (bitte mitbringen): Pamel A1, ab Lektion 8, ISBN 978-3-19-05404-6, und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-19-25404-0, Hueber

Büchen ■ **3816** Kurs
Diego Rodrigo Fittipaldi
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Neugriechisch A2.3 - Onlinekurs

Lehrbücher (bitte vor dem Kurs anschaffen): Pamel A2, ab Lektion 4, ISBN 978-3-19-005462-6, und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-19-025462-0, Hueber

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3817ON** Kurs
Diego Rodrigo Fittipaldi
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
17.30-19.00 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Neugriechisch A2: Wiederholung und Vertiefung - Präsenzkurs mit Onlineteilnahmemöglichkeit

In diesem Kurs wiederholen wir die Lektionen 1 bis 8 aus dem Kursbuch Pamel A2. Wir üben die Grammatik an neuen Beispielen, erweitern unseren Wortschatz und trainieren die mündliche Ausdrucksfähigkeit. Insgesamt versuchen wir, noch offene Fragen zu klären und alle Lücken zu schließen. Sie können auch eigene Ideen und Fragen mitbringen.

Lehrbücher (bitte mitbringen): Pamel A2, Lektionen 1-8, ISBN 978-3-19-005462-6, und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-19-025462-0, Hueber

*** Der Kurs findet als Präsenz-Veranstaltung im Bonner Haus der Bildung statt, die Teilnahme ist aber auch via Zoom möglich. ***

Büchen ■ **3819ON** Kurs
Ioannis Kompopoulos
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Neugriechisch B1.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Epikoinoniste Ellinika 2 (Lehrbuch), ab Lektion 10, ISBN 978-3-88975-074-7, und Epikoinoniste Ellinika 2a (Arbeitsbuch), ISBN 978-3-88975-088-4, Zambon

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3822ON** Kurs
Anastasia Koukougiani
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
19.15-20.45 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Neugriechische Konversation B1 - Präsenzkurs mit Onlineteilnahmemöglichkeit

Sprechen Sie Griechisch? In diesem Kurs üben Sie Gespräche über Aktuelles und Themen mit praktischem Bezug, die Sie im Alltag und auf Reisen anwenden können. Außerdem lesen Sie einfache Texte, zum Beispiel Zeitungsartikel, Liedtexte und kurze Auszüge aus literarischen Texten. Wichtige grammatische Themen werden nach Bedarf wiederholt. Sie können auch eigene Ideen und Fragen mitbringen.

Voraussetzung: Griechisch auf der Stufe A2-B1.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Epikoi-

noniste Ellinika 2, ISBN 978-3-88975-074-7, Zambon

*** Der Kurs findet als Präsenz-Veranstaltung im Bonner Haus der Bildung statt, die Teilnahme ist aber auch via Zoom möglich. ***

Büchen ■ **3824ON** Kurs
Ioannis Kompopoulos
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58
Montags 30.01.-12.06.23,
17.15-18.45 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Neugriechisch C1

In diesem Kurs können Sie in die Welt der griechischen Medien und Literatur eintauchen und Ihre fortgeschrittenen Sprachkenntnisse verbessern. Wir lesen und besprechen interessante Artikel zu aktuellen Themen und spannende Theaterstücke moderner Autorinnen und Autoren.

Büchen ■ **3825** Kurs
Diego Rodrigo Fittipaldi
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Neuhebräisch

Standardkurse A1-A2

Schnuppersamstag Neuhebräisch

Shalom! Hebräisch (oder Iwrit) ist eine sehr alte Sprache und wieder quicklebendig, nachdem sie jahrhundertlang im Alltag nicht mehr gebraucht worden war. Ob Sie Israel besuchen möchten, sich aus akademischen Gründen für die Sprache interessieren oder einfach neugierig sind: An diesem Samstag tauchen Sie intensiv ins Neuhebräische ein und lernen die ersten Grundlagen der hebräischen Sprache und das hebräische Alef-Bet kennen.

Büchen ■ **3830** Wochenendveranstaltung
Talya Lerner
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.59
Samstag, 03.06.23, 10.00-13.00 Uhr und 14.00-17.00 Uhr, 1 Tag
39,70 EUR; erm. 29,62 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Neuhebräisch für Anfänger*innen A1.1 - Onlinekurs

Shalom! Hebräisch (oder Iwrit) ist eine sehr alte Sprache und die einzige

auf der Welt, die wiederbelebt wurde, nachdem sie jahrhundertlang im Alltag nicht mehr gebraucht worden war. In diesem Kurs lernen Sie u.a. die hebräische Schrift kennen, die von rechts nach links geschrieben wird und aus 22 Konsonanten besteht, und einige grammatische Strukturen. Sie lesen kurze Texte und üben, einfache Gespräche auf Hebräisch zu führen. Außerdem erfahren Sie Wissenswertes über Kultur, Festtage und Traditionen in Israel.

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3831ON** Kurs
Talya Lerner
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
17.30-19.00 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Neuhebräisch A1.2 - Onlinekurs

Für Teilnehmer*innen, die bereits das hebräische Alef-Bet und einen kleinen Grundwortschatz kennen.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Lehrbuch der neuhebräischen Sprache, ab Lektion 1, ISBN 978-3-87548-117-4, Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3832ON** Kurs
Talya Lerner
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Neuhebräisch A1.4 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Lehrbuch der neuhebräischen Sprache, ab Lektion 11, ISBN 978-3-87548-117-4, Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3834ON** Kurs
Talya Lerner
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Neuhebräisch A2.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Lehrbuch der neuhebräischen Sprache, ab Lektion 27, ISBN 978-3-87548-117-4, Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

führt. ***

Büchen ■ **3835ON** Kurs
Talya Lerner
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
19.10-20.40 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Niederländisch

Bildungsurlaube

Die folgenden Veranstaltungen sind als Bildungsurlaube nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz NRW anerkannt, können aber von allen Interessierten gebucht werden, die Niederländisch lernen möchten.

Niederländisch für Anfänger*innen A1.1 - Bildungsurlaub

Tulpen, Käse und Holzschuhe? Unser Nachbarland hat viel mehr zu bieten! In diesem Bildungsurlaub erlernen Sie mit viel Praxisbezug und Spaß die ersten Grundlagen der niederländischen Sprache. Im Mittelpunkt stehen das Verstehen und Sprechen. Sie üben Wortschatz und Grammatik und lernen, sich mit einfachen sprachlichen Mitteln in typischen Alltagssituationen zu verständigen. Ziel ist es, im Unterricht von Anfang an so viel Niederländisch wie möglich zu sprechen.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Wat leuk! aktuell A1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-105460-1, Hueber

Büchen ■ **3840B** Bildungsurlaub
Nanda Pieteron
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51
Montag, 06.03, bis Freitag, 10.03.23,
9.00-12.00 Uhr und 13.00-16.00 Uhr,
5 Tage
202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Büchen ■ **3840A** Bildungsurlaub
Nanda Pieteron
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55
Montag, 20.03., bis Freitag,
24.03.23, 9.00-12.00 Uhr und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Büchen ■ **3840C** Bildungsurlaub
Petrie van Gent
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51
Montag, 22.05., bis Freitag,
26.05.23, 9.00-12.00 Uhr und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
202,10 EUR; erm. 143,30 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Büchen ■ **3840D** Bildungsurlaub
Nanda Pieteron
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55
Montag, 09.10., bis Freitag,
13.10.23, 9.00-12.00 Uhr und
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage
206,10 EUR; erm. 146,10 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Standardkurse und Konversation A1-B2

Niederländisch für die Reise - Wochenendkurs

Städtetrip nach Amsterdam oder Segeln auf dem IJsselmeer, Kultur in Flandern oder Tulpenblüte auf dem Keukenhof... Der nächste Besuch bei unseren Nachbar*innen kann kommen, nachdem Sie bei uns gelernt haben, ein paar einfache Dinge auf Niederländisch zu sagen: in der Bäckerei Brot kaufen, einen Kaffee bestellen, ein Hotel buchen, nach dem Weg fragen. Praktische Informationen über die Niederlande als Urlaubsziel ergänzen den Unterricht. Wir wünschen „fijne vakantie“!

Für Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Leve de vakantie! Neu, ISBN 978-3-19-037243-0, Hueber

Büchen ■ **3843** Wochenendveranstaltung
Denise Brockmann
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57
Fr, 10.03., 17.00-20.00 Uhr, Sa,
11.03., 10.00-13.00 Uhr und
14.00-17.00 Uhr, und So, 12.03.23,
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **3844** Wochenendveranstaltung
Nanda Pieteron
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 10
Fr, 17.03., 17.00-20.00 Uhr, Sa,
18.03., 10.00-13.00 Uhr und
14.00-17.00 Uhr, und So, 19.03.23,
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Niederländisch A1.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Wat leuk! aktuell A1, ab Lektion 5, ISBN 978-3-19-105460-1, Hueber

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3848ON** Kurs
Lidy Nathrath-Weijers
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 12 Teilnehmende



Niederländisch A2.1 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Wat leuk! aktuell A2, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-105461-8, Hueber

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3850ON** Kurs
Denise Brockmann
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Niederländisch A2.1

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Wat leuk! aktuell A2, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-105461-8, Hueber

Büchen ■ **3851** Kurs
Denise Brockmann
Beethovengymnasium,
Adenauerallee 51-53, Raum A007
Dienstags 31.01.-13.06.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Niederländisch A2.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Wat leuk! aktuell A2, ab Lektion 5, ISBN 978-3-19-105461-8, Hueber

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3854ON** Kurs
Denise Brockmann
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Niederländisch A2.2

Lehrbuch (bitte mitbringen): Wat leuk! aktuell A2, ab Lektion 5, ISBN 978-3-19-105461-8, Hueber

Büchen ■ **3855** Kurs
Denise Brockmann
Beethovengymnasium,
Adenauerallee 51-53, Raum A007
Dienstags 31.01.-13.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Niederländisch B1.1 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Wat leuk! B1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-005472-5, Hueber

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3856ON** Kurs
Lidy Nathrath-Weijers
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
18.45-20.15 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Büchen ■ **3857ON** Kurs
Jacomijn Brinkman
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
19.45-21.15 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Niederländisch B1.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Wat leuk! B1, ab Lektion 7, ISBN 978-3-19-005472-5, Hueber

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3858ON** Kurs
Jacomijn Brinkman
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
18.00-19.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Nederlandse conversatie B1

Deze cursus is geschikt voor je als je B1-niveau hebt bereikt en graag praat. Deze cursus is bedoeld om je woordenschat en uitdrukkingsvaardigheid in het Nederlands te vergroten. We oefenen dialogen, we praten over de actualiteiten en over de onderwerpen die jou interesseren. We zullen ook elke week wat grammatica herhalen en integreren in de spreekoefeningen.

Büchen ■ **3859** Kurs
Olga Haas Leenders
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 08
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
19.30-21.00 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Nederlandse conversatie en leeskring B1/B2 (4x op zaterdag)

Deze cursus is voor je geschikt als je B1-niveau hebt bereikt en graag praat en leest. We gaan samen een boek, verhalen en teksten uit de krant of het internet lezen en praten daarover in de groep. Deze cursus is bedoeld om je woordenschat en uitdrukkingsvaardigheid in het Nederlands te vergroten en de spreekvaardigheid te verbeteren. Bovendien spreken we over actuele ontwikkelingen en over de onderwerpen die jou interesseren. Tekstkeuze wordt zo veel als mogelijk in overleg gedaan.

Büchen ■ **3860** Kurs
Denise Brockmann
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61
Samstags, 25.02.-03.06.23,
10.30-12.45 Uhr, 4 Vormittage
(25.02., 25.03., 06.05. und 03.06.23)
56,50 EUR; erm. 41,38 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Nederlands B2.1 - Onlinekurs

Deze cursus is geschikt voor diegenen die B1 niveau hebben bereikt. In deze cursus spreken we enkel Nederlands. We zullen grammaticale constructies herhalen en vooral onze spreekvaardigheid oefenen. We zullen de lessen met actuele en informatieve teksten aanvullen.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Nederlands op niveau (B1-B2) Neu, ab Hoofdstuk 1, ISBN 978-3-12-528898-0, Klett (Coutinho)
*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3862ON** Kurs
Denise Brockmann
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Nederlands B2.1

Deze cursus is geschikt voor diegenen die B1 niveau hebben bereikt. In deze cursus spreken we enkel Nederlands. We zullen grammaticale constructies herhalen en vooral onze spreekvaardigheid oefenen. We zullen de lessen met actuele en infor-

matieve teksten aanvullen.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Nederlands op niveau (B1-B2) Neu, ab Hoofdstuk 1, ISBN 978-3-12-528898-0, Klett (Coutinho)

Büchen ■ **3863** Kurs

Nanda Pieterse
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55
Dienstags 31.01.-06.06.23,
17.30-19.00 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Nederlands B2.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Nederlands op niveau (B1-B2) Neu, ab Mitte Hoofdstuk 2, ISBN 978-3-12-528898-0, Klett (Coutinho)

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3866ON** Kurs

Lidy Nathrath-Weijers
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
18.45-20.15 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Nederlands B2.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Nederlands op niveau (B1-B2) Neu, ab eind van Hoofdstuk 3, ISBN 978-3-12-528898-0, Klett (Coutinho)

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3868ON** Kurs

Lidy Nathrath-Weijers
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Nederlandse conversatie B2 - Onlinekurs

Deze cursus is geschikt voor diegenen die B1 niveau hebben bereikt. In deze cursus spreken we enkel Nederlands. We werken vooral met actuele en informatieve teksten (kranten, tv etc.) en oefenen spreekvaardigheid. Daarnaast zullen we grammaticale constructies herhalen.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): 77 puntjes op de i, ISBN 978-3-12-528807-2, Klett (Coutinho)

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3869ON** Kurs

Petrie van Gent
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
19.30-21.00 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Norwegisch

Standardkurse und Konversation A1-B2

Norwegisch für die Reise - Wochenendkurs

Mit fantastischen Naturphänomenen wie Fjorden, der Mitternachtssonne und dem Nordlicht zählt Norwegen zu den schönsten Ländern der Welt - und die Norweger*innen laut „World Happiness Report“ regelmäßig zu den glücklichsten Menschen. Wir hoffen, dass Ihre Reise nach Norwegen mit Sprachkenntnissen auch noch etwas schöner und Sie ein bisschen glücklicher werden! An diesem Wochenende lernen Sie, sich in typischen Situationen zu verständigen, zum Beispiel im Café oder Restaurant oder beim Einkaufen. Praktische Informationen über das Land in Europas hohem Norden ergänzen den Sprachunterricht.

Büchen ■ **3870** Wochenendveranstaltung

Jone Malmin
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.59
Fr, 24.02., 17.00-20.00 Uhr, Sa,
25.02, 10.00-13.00 Uhr und
14.00-17.00 Uhr, und So, 26.02.23,
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Norwegisch für Anfänger*innen A1.1

Hei, hei! Mit fantastischen Naturphänomenen wie seinen Fjorden, der Mitternachtssonne und den Nordlichtern zählt Norwegen zu den schönsten Ländern der Welt. In diesem Kurs lernen Sie die ersten Grundlagen seiner Sprache sowie Spannendes und Wissenswertes zur norwegischen Kultur. Am Ende des Semesters können Sie auf Norwegisch zum Beispiel schon grüßen und zählen, etwas im Café bestellen und einfache Gespräche führen. Willkommen til Norge!

Lehrbuch (bitte mitbringen): Et år i Norge, ab Lektion 1, ISBN 978-3-944312-29-3, Hempfen

Büchen ■ **3871** Kurs

Jone Malmin
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Anzeige

Norwegisch A1.2

Lehrbuch (bitte mitbringen): Et år i Norge, ab Lektion 8, ISBN 978-3-944312-29-3, Hempfen

- Büchen** ■ **3872** Kurs
 Jone Malmin
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57
 Mittwochs 01.02.-24.05.23,
 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 5 - 8 Teilnehmende



Norwegisch A1.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Nils. Norwegisch lernen mit einer spannenden Geschichte A1/A2, ab Kapitel 10, ISBN 978-3-945174-01-2, Skapago

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

- Büchen** ■ **3873ON** Kurs
 Julia Kusnezowa
 Online-Angebot
 Dienstags 31.01.-23.05.23,
 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 5 - 8 Teilnehmende



Norsk A2.1 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Nils. Norwegisch lernen mit einer spannenden Geschichte A1/A2, ab Kapitel 13, ISBN 978-3-945174-01-2, Skapago

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

- Büchen** ■ **3875ON** Kurs
 Jone Malmin
 Online-Angebot
 Montags 30.01.-12.06.23,
 18.00-19.30 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 5 - 8 Teilnehmende



Norsk B1 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Et år i Norge, ab Lektion 21, ISBN 978-3-944312-29-3, Hempfen

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

- Büchen** ■ **3876ON** Kurs
 Jone Malmin
 Online-Angebot
 Montags 30.01.-12.06.23,
 19.45-21.15 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 5 - 8 Teilnehmende



Norsk konversasjon B2

Et kurs for deg som ønsker å praktisere norsk med likesinnede. Her vil

du få muligheten til å utvide ordforrådet og forbedre språket ditt. Hver uke tar vi opp nye diskusjonstemaer, vi spiller spill, hører på musikk og mye mer.

- Büchen** ■ **3877** Kurs
 Jone Malmin
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57
 Mittwochs 01.02.-24.05.23,
 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 5 - 8 Teilnehmende

Persisch

Bildungsurlaube

Diese Veranstaltung ist als Bildungsurlaub nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz NRW anerkannt, kann aber von allen Interessierten gebucht werden, die Persisch lernen möchten.

Einstieg Persisch - Bildungsurlaub

Salaam! In diesem kurzen Bildungsurlaub erlernen Sie mit viel Praxisbezug und Spaß die ersten Grundlagen der persischen Sprache. Im Mittelpunkt stehen das Verstehen und Sprechen. Sie üben Wortschatz und Grammatik und lernen, sich mit einfachen sprachlichen Mitteln in typischen Alltagssituationen zu verständigen. Ziel ist es, im Unterricht von Anfang an so viel Persisch wie möglich zu sprechen. Informationen über die persische Kultur und Gesellschaft ergänzen das Programm.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Lehrbuch der persischen Sprache 1 (3., durchgesehene Auflage 2018), ab Lektion 1, ISBN 978-3-87548-884-5, Buske

- Büchen** ■ **3878B** Bildungsurlaub
 Dr. Faranak Bayat
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
 Dienstag, 11.04., bis Freitag,
 14.04.23, 9.00-12.00 Uhr und
 13.00-16.00 Uhr, 4 Tage
 162,90 EUR; erm. 115,86 EUR
 6 - 9 Teilnehmende

Standardkurse und Konversation A1-B2

Persisch für Anfänger*innen A1.1 - Onlinekurs

Salaam! Das moderne Hochpersisch ist als Farsi Amtssprache im Iran, als Dari Amtssprache in Afghanistan. In

diesem Kurs steht die gesprochene Alltagssprache im Mittelpunkt, und wir versuchen, von Anfang an so viel wie möglich zu sprechen (und zu verstehen). Außerdem lernen und üben Sie die persische Schrift und wichtige grammatische Grundlagen. Informationen über die persische Kultur und Gesellschaft ergänzen das Programm.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Lehrbuch der persischen Sprache 1 (3., durchgesehene Auflage 2018), ab Lektion 1, ISBN 978-3-87548-884-5, Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

- Büchen** ■ **3879ON** Kurs
 Dr. Faranak Bayat
 Online-Angebot
 Montags 30.01.-12.06.23,
 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
 9 - 14 Teilnehmende



Persisch für Anfänger*innen A1.1 - Onlinekurs am Vormittag

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Lehrbuch der persischen Sprache 1 (3., durchges. Aufl. 2018), ab Lektion 1, ISBN 978-3-87548-884-5, Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

- Büchen** ■ **3880ON** Kurs
 Fateme Khaleghykafash
 Online-Angebot
 Donnerstags 02.02.-15.06.23,
 11.30-13.00 Uhr, 15 Vormittage
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 5 - 8 Teilnehmende



Persisch A1.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Lehrbuch der persischen Sprache 1 (3., durchges. Aufl. 2018), ab Lektion 7, ISBN 978-3-87548-884-5, Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

- Büchen** ■ **3881ON** Kurs
 Fateme Khaleghykafash
 Online-Angebot
 Montags 30.01.-12.06.23,
 19.30-21.00 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 5 - 8 Teilnehmende



Persisch A1.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Lehrbuch der persischen Sprache 1 (3., durchges. Aufl. 2018), ab Lektion 6, ISBN 978-3-87548-884-5, Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3882ON** Kurs
Dr. Faranak Bayat
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Persisch A1.3 - Onlinekurs

In diesem Kurs lernen wir die persischen Modalverben, die Bildung des Konjunktivs und weitere grammatische Konstruktionen kennen. Vor allem aber sprechen wir so viel wie möglich!

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Lehrbuch der persischen Sprache 1 (3., durchges. Aufl. 2018), ab Lektion 10, ISBN 978-3-87548-884-5, Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3883ON** Kurs
Dr. Faranak Bayat
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Persisch A2.1 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Lehrbuch der persischen Sprache 1 (3., durchg. Aufl. 2018), ab Lektion 13, ISBN 978-3-87548-884-5, Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3884ON** Kurs
Dr. Faranak Bayat
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Persisch B1.1 - Onlinekurs

Auf der Stufe B1 beschäftigen wir uns unter anderem mit den folgenden Themen: ein Hotelzimmer buchen oder ein Auto mieten, über Filme sprechen, für und gegen etwas argumentieren, Vermutungen ausdrücken. Neben der Arbeit mit dem Kursbuch wiederholen wir Grammatik und Wortbildung im Persischen, lesen kurze Zeitungsartikel, schreiben Aufsätze und sprechen vor allem viel. Biyaid ba ham farsi yad begirim!

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Persisch für Fortgeschrittene (B2), ab Lektion 1, ISBN 978-3-87548-613-1, Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3885ON** Kurs
Dr. Faranak Bayat
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Persische Konversation und Lektüre B2 - Onlinekurs

In diesem freundlichen Konversationskurs können Sie Ihre Sprachkenntnisse praktisch anwenden und vertiefen. Wir lesen Geschichten und Zeitungsartikel und unterhalten uns über verschiedene Themen aus aller Welt. Biyaid ba ham farsi harf besanim!

Voraussetzung: Persisch auf der Stufe B1 oder besser.

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Lehrbuch der persischen Sprache 2, ab Lektion 1, ISBN 978-3-87548-873-9, Buske

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3886ON** Kurs
Dr. Faranak Bayat
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Polnisch

Standardkurse und Konversation A1-B2/C1

Einstieg Polski - Online-Crashkurs im Januar (2 Abende)

Wollen Sie in einem Café in „Warszawa“ einen Kaffee bestellen, in „Kraków“ nach dem Weg fragen oder einfach in Deutschland Nachbar*innen grüßen oder Ihre polnischen Schwiegereltern beeindrucken? Hier sind Sie richtig! In unserem Crashkurs im Januar erhalten Sie eine kurze und abwechslungsreiche Einführung in die polnische Sprache. Polnisch lernen lohnt sich!

*** Der Kurs wird mit Skype durchgeführt. ***

Büchen ■ **3887ON** Kurs
Andrzej Grodzki
Online-Angebot
Montags, 09.01. und 11.01.23,
18.00-19.30 Uhr und 19.45-21.15
Uhr, 2 Abende
39,70 EUR; erm. 29,62 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Polnisch für Anfänger*innen A1.1 - Onlinekurs

Der polnische Otto Normalverbraucher heißt Jan Kowalski. In diesem Kurs lernen Sie, sich mit ihm und seiner Frau Anna in ihrer Muttersprache zu unterhalten. Sie erhalten eine Einführung in die grammatischen Besonderheiten des Polnischen und Aussprachehilfen für scheinbar schwierige Buchstabenkombinationen. Sie führen aber auch schon kurze Gespräche, können in einer Stadt nach dem Weg fragen und im Café etwas bestellen. Witamy - herzlich willkommen im Polnischkurs!

Lehrbücher (bitte vor dem Kurs anschaffen): Razem neu A1-A2, ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-528641-2, und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-528642-9, Klett

*** Der Kurs wird mit Skype durchgeführt. ***

Büchen ■ **3888ON** Kurs
Andrzej Grodzki
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Polnisch A1.2 - Onlinekurs

Lehrbücher (bitte vor dem Kurs anschaffen): Razem neu A1-A2, ab Lektion 5, ISBN 978-3-12-528641-2, und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-528642-9, Klett

*** Der Kurs wird mit Skype durchgeführt. ***

Büchen ■ 3889ON Kurs

Andrzej Grodzki
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Polnisch A1.3

Lehrbücher (bitte mitbringen): Razem neu A1-A2, ab Lektion 8, ISBN 978-3-12-528641-2, und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-528642-9, Klett

Büchen ■ 3890 Kurs

Alicja Kostrzewska
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55
Montags 30.01.-12.06.23,
17.30-19.00 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Polnisch A1.3 - Onlinekurs

Lehrbücher (bitte vor dem Kurs anschaffen): Razem neu A1-A2, ab Lektion 8, ISBN 978-3-12-528641-2, und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-528642-9, Klett

*** Der Kurs wird mit Skype durchgeführt. ***

Büchen ■ 3891ON Kurs

Andrzej Grodzki
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Polnisch A2.1

Lehrbücher (bitte mitbringen): Razem neu A1-A2, ab Lektion 11, ISBN 978-3-12-528641-2, und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-528642-9, Klett

Büchen ■ 3892 Kurs

Alicja Kostrzewska
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Dienstags 31.01.-23.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Polnisch A2: Wiederholung und Vertiefung - Onlinekurs

Für Teilnehmer*innen, die den Stoff der Stufe A2 vertiefen und praktisch anwenden wollen. Der Schwerpunkt liegt auf dem Sprechen: Wir üben Redemittel und unterhalten uns über viele verschiedene Themen, erzählen aus unserem Alltag, lesen und schreiben kurze Texte und Dialoge und werden insgesamt souveräner im Umgang mit der polnischen Grammatik.

Lehrbuch: Polski krok po kroku 1 (A1-A2), ab Lektion 18, ISBN 978-3-12-528953-6, Klett

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ 3893ON Kurs

Milena Butt-Pośnik
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Polnisch A2/B1

In diesem Kurs liegt der Schwerpunkt auf dem Sprechen: Wir üben Strukturen und Redemittel zu verschiedenen Themen, damit es Ihnen leichter fällt, sich spontan an Gesprächen zu beteiligen. Durch Texte und Übungen vertiefen Sie gleichzeitig Ihre grammatischen Kenntnisse.

Büchen ■ 3894 Kurs

Alicja Kostrzewska
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55
Montags 30.01.-12.06.23,
19.15-20.45 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Polski B2: Kurs konwersacyjny

In diesem Konversationskurs dreht sich alles ums Reden! Wir lesen kurze Texte und diskutieren über viele verschiedene Themen. Ziel ist es, dass Sie Ihren Wortschatz erweitern, sicherer werden und einfach Spaß mit Ihrem Polnisch haben. Sie können auch eigene Ideen und Themen mitbringen.

Voraussetzung: Polnisch auf der Stufe B2 oder besser.

Büchen ■ 3895 Kurs

Alicja Kostrzewska
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Dienstags 31.01.-23.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Polski B2/C1: Konwersacja i lektura - Onlinekurs

In diesem Kurs lesen wir aktuelle Zeitungsartikel und diskutieren über verschiedene Themen aus dem Bereich der polnischen Politik, Gesellschaft, Kultur und Literatur. Sie können auch eigene Ideen und Themen mitbringen. Das Material, unter anderem Zeitungsartikel, Textauszüge, Podcasts oder Videolinks, wird von der Kursleiterin zur Verfügung gestellt.

Voraussetzung: Polnisch auf der Stufe B2 oder besser.

*** Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. ***

Büchen ■ 3896ON Kurs

Alicja Kostrzewska
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
10.30-12.00 Uhr, 15 Vormittage
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Quechua

Standardkurse

Schnupperwochenende Quechua - Onlinekurs

Sie interessieren sich für Quechua? Napayukuykichis! Ich begrüße Sie von Herzen! In diesem kurzen Wochenendkurs beschäftigen wir uns mit der Quechua-Variante der alten Hauptstadt des Inkareichs, Quechua-Cuzqueño. Interessierte lernen nicht nur, ein paar einfache Dinge auf Quechua zu sagen, sondern erhalten auch eine kurze Einführung in die Quechua-Kultur. Sie können eigene Ideen und Fragen mitbringen.

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ 3897ON Wochenendveranstaltung

Ruddy Acurio Cruz
Online-Angebot
Samstag, 04.02., und Sonntag,
05.02.23, 10.00-11.30 Uhr und
12.00-13.30 Uhr, 2 Vormittage
39,70 EUR; erm. 29,62 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Quechua A1.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): „rimaykullayki“, ab Lektion 3, ISBN 3-496-02734-7, Reimer

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3898ON** Kurs
Ruddy Acurio Cruz
Online-Angebot
Dienstags 07.02.-30.05.23,
18.30-20.00 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Quechua B2: Wiederholung und Vertiefung - Onlinekurs

In diesem Kurs werden die Kenntnisse der Stufe B2 wiederholt und vertieft. Sie können Ihre Sprach- und Grammatikkenntnisse praktisch anwenden und gewinnen mehr Gewandtheit und Sicherheit für Gespräche über verschiedene Themen. Ideen und Vorschläge der Teilnehmer*innen sind herzlich willkommen.

Voraussetzung: Quechua auf der Stufe B1 oder besser (Ayacucho-Variante).

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): „rimaykullayki“, ISBN 3-496-02734-7, Reimer

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3899ON** Kurs
Ruddy Acurio Cruz
Online-Angebot
Freitags 03.02.-02.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 14 Abende
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Russisch

Bildungsurlaube

Die folgenden Veranstaltungen sind als Bildungsurlaube nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz NRW anerkannt, können aber von allen Interessierten gebucht werden, die gern Russisch lernen möchten.

Russisch für Anfänger*innen A1.1 - Bildungsurlaub

Für Russlandreisende, Teilnehmer*innen mit privaten oder beruflichen Kontakten nach Russland und Sprachinteressierte. In diesem Intensivkurs erhalten Sie eine Einführung in die kyrillische (Druck-)Schrift. Außerdem lernen Sie nützliche Wörter und Wendungen für die Reise und üben einfache Gespräche, zum Beispiel grüßen und sich vorstellen, nach dem Befinden fragen und von Familie und Beruf erzählen.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Otlit-

schno! aktuell A1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-204477-9, Hueber

Büchen ■ **3900A** Bildungsurlaub
Elena Rubina
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Montag, 23.01., bis Freitag,
27.01.23, 9.00-12.00 Uhr und
12.30-14.00 Uhr, 5 Tage
153,10 EUR; erm. 109,00 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Büchen ■ **3900B** Bildungsurlaub
Elena Rubina
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Montag, 17.04., bis Freitag,
21.04.23, 9.00-12.00 Uhr und
12.30-14.00 Uhr, 5 Tage
153,10 EUR; erm. 109,00 EUR
6 - 9 Teilnehmende



Russisch A1.2 - Bildungsurlaub

Sie erweitern Ihren Wortschatz und lernen neue grammatischen Strukturen. Außerdem üben wir einfache Gespräche, zum Beispiel über Herkunft und Wohnort, das Befinden, Freund*innen und Familie und Bestellungen im Café. Sie können auch eigene Ideen und Fragen mitbringen.

Voraussetzung: ein VHS-Semester oder ein Bildungsurlaub (ca. 30 Unterrichtsstunden).

Lehrbuch (bitte mitbringen): Otlitschno! aktuell A1, ab Lektion 3, ISBN 978-3-19-204477-9, Hueber

Büchen ■ **3900C** Bildungsurlaub
Ludmila Ramires
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Montag, 22.05., bis Freitag,
26.05.23, 9.00-12.00 Uhr und
12.30-14.00 Uhr, 5 Tage
153,10 EUR; erm. 109,00 EUR
6 - 9 Teilnehmende



Russisch A1.3 - Bildungsurlaub

Sie lernen, Personen und Dinge zu beschreiben und kurze Texte zu lesen und nachzuerzählen. Außerdem trainieren wir Wortschatz und grammatische Strukturen für verschiedene Gesprächssituationen. Sie können auch eigene Ideen und Fragen mitbringen.

Voraussetzung: zwei VHS-Semester oder zwei Bildungsurlaube (ca. 60 Unterrichtsstunden).

Lehrbuch (bitte mitbringen): Otlitschno! aktuell A1, ab Lektion 6, ISBN 978-3-19-204477-9, Hueber

Büchen ■ **3900D** Bildungsurlaub
Ludmila Ramires
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55
Montag, 30.01., bis Freitag,
03.02.23, 9.00-12.00 Uhr und
12.30-14.00 Uhr, 5 Tage
153,10 EUR; erm. 109,00 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Standardkurse und Konversation A1-C2

Schnuppersamstag Russisch

Privet! Dieser Schnupperkurs vermittelt Ihnen einen ersten Eindruck von der russischen Sprache und Kultur. Sie lernen unter anderem, auf Russisch zu grüßen und sich vorzustellen, und erhalten eine Einführung in die kyrillische (Druck-)Schrift. Darüber hinaus erfahren Sie, warum die russische Schreibschrift bei Lerner*innen so berüchtigt ist, und finden heraus, worin der Unterschied zwischen einer 'Babuschka' und einer 'Matröschka' besteht.

Büchen ■ **3901** Wochenendveranstaltung
Ludmila Ramires
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57
Samstag, 22.04.23, 10.00-13.00 Uhr
und 14.00-17.00 Uhr, 1 Tag
39,70 EUR; erm. 29,62 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Russisch für Anfänger*innen A1.1 - Onlinekurs

In diesem Kurs erlernen Sie zunächst die kyrillischen Schriftzeichen und ihre Aussprache und bauen dann langsam Wortschatz und Grammatik auf. Daneben üben Sie von Anfang an, erste einfache Gespräche zu führen, zum Beispiel wie man grüßt und sich vorstellt, nach dem Befinden fragt und von Familie und Beruf erzählt.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Otlitschno! aktuell A1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-204477-9, Hueber

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3902ON** Kurs
Ludmila Ramires
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Buchen ■ **3903ON** Kurs
Ludmila Piters-Hofmann
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Russisch A1.2 - Onlinekurs

Im neuen Semester lernen Sie unter anderem, auf Russisch Essen zu bestellen und sich über Hobbys und Beruf zu unterhalten. Dabei vergrößern Sie Ihren Wortschatz und erarbeiten neue Grammatik.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Otlitschno! aktuell A1, ab Lektion 4, ISBN 978-3-19-204477-9, Hueber

*** Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. ***

Buchen ■ **3906ON** Kurs
Ludmila Piters-Hofmann
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
18.00-19.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Russisch A1.2

Lehrbuch (bitte mitbringen): Otlitschno! aktuell A1, ab Lektion 5, ISBN 978-3-19-204477-9, Hueber

Buchen ■ **3907** Kurs
Valida Aghayeva
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Russisch A1.3 - Onlinekurs

Sie lernen unter anderem, sich über den Beruf und übers Einkaufen zu unterhalten. Dabei vergrößern Sie Ihren Wortschatz und erarbeiten neue Grammatik, zum Beispiel wie man Nomen in den Plural setzt.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Otlitschno! aktuell A1, ab Lektion 6, ISBN 978-3-19-204477-9, Hueber

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Buchen ■ **3910ON** Kurs
Ludmila Ramires
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende

Russisch A1.3 - Onlinekurs

*** Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. ***

Buchen ■ **3911ON** Kurs
Ludmila Piters-Hofmann
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Russisches Grammatiktraining A1 - Wochenendkurs

In diesem Kompaktkurs wiederholen wir wichtige Themen der Stufe A1, zum Beispiel die Deklination der Nomen im Singular (1., 2. und 3. Deklination), die Deklination der Personalpronomen und die Konjugation der Verben im Präsens (1. und 2. Konjugation). Wir wenden die Grammatik an praktischen Beispielen an und üben viel.

Voraussetzung: ca. 3 Semester Russisch.

Buchen ■ **3912** Wochenendveranstaltung
Elena Semenova
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58
Samstag, 04.03.23, 10.00-13.00 Uhr
und 14.00-17.00 Uhr, 1 Tag
31,30 EUR; erm. 23,74 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Russisch A2.2 - Onlinekurs

Im neuen Semester sprechen wir unter anderem über Wohnungen und Urlaubspläne und beschreiben, wie Personen aussehen. Dabei vergrößern Sie Ihren Wortschatz und erarbeiten neue Grammatik, unter anderem neue Präpositionen, Vergleichsformen und Indefinitpronomen.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Otlitschno! aktuell A2, ab Lektion 3, ISBN 978-3-19-204478-6, Hueber

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Buchen ■ **3914ON** Kurs
Elena Semenova
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Russisch A2.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Otlitschno! aktuell A2, ab Lektion 4, ISBN 978-3-19-204478-6, Hueber

*** Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. ***

tings durchgeführt. ***

Buchen ■ **3915ON** Kurs
Ludmila Piters-Hofmann
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
16.45-18.15 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Buchen ■ **3916ON** Kurs
Ludmila Piters-Hofmann
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
18.45-20.15 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Russisch A2.2

Im neuen Semester sprechen wir unter anderem über Wohnungen und Urlaubspläne und beschreiben, wie Personen aussehen. Dabei vergrößern Sie Ihren Wortschatz und erarbeiten neue Grammatik, unter anderem neue Präpositionen, Vergleichsformen und Indefinitpronomen.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Otlitschno! aktuell A2, ab Lektion 3, ISBN 978-3-19-204478-6, Hueber

Buchen ■ **3917** Kurs
Valida Aghayeva
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Russisch A2.8 - Onlinekurs

Lehrbücher (bitte vor dem Kurs anschaffen): Otlitschno! A2, ab Lektion 12, ISBN 978-3-19-004478-8, und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-19-014478-5, Hueber

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Buchen ■ **3922ON** Kurs
Maria Munitis
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
19.30-21.00 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Russisch A2.8 - Onlinekurs

Lehrbücher (bitte vor dem Kurs anschaffen): Otlitschno! A2, ab Lektion 11, ISBN 978-3-19-004478-8, und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-19-014478-5, Hueber

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3923ON** Kurs
 Maria Munits
 Online-Angebot
 Dienstags 31.01.-23.05.23,
 20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 5 - 8 Teilnehmende



Russisch B1.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Otlitschno! B1, ab Lektion 2/3, ISBN 978-3-19-004479-5, Hueber

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3924ON** Kurs
 Maria Munits
 Online-Angebot
 Dienstags 31.01.-23.05.23,
 18.15-19.45 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 5 - 8 Teilnehmende



Russisch B1.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Otlitschno! B1, ab Lektion 3, ISBN 978-3-19-004479-5, Hueber

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3925ON** Kurs
 Maria Munits
 Online-Angebot
 Montags 30.01.-12.06.23,
 17.15-18.45 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 5 - 8 Teilnehmende



Russisch intensiv B1.3 - Onlinekurs vor den Osterferien (9 Nachmittage)

Im neuen Semester sprechen wir unter anderem über Kommunikationstechnik und historische Ereignisse. Dabei tauchen Sie tiefer in die russische Sprache ein, vergrößern Ihren Wortschatz und erarbeiten neue Grammatik, zum Beispiel das Präteritum Aktiv und Passiv.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Otlitschno! B1, ab Mitte Lektion 4, ISBN 978-3-19-004479-5, Hueber

*** Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. ***

Büchen ■ **3926ON** Kurs
 Ludmila Piters-Hofmann
 Online-Angebot
 Mittwochs, 01.02.-29.03.23,
 16.30-18.00 Uhr und 18.15-19.45
 Uhr, 9 Nachmittage
 157,30 EUR; erm. 111,94 EUR
 5 - 8 Teilnehmende



Russisch intensiv B1.4 - Onlinekurs nach den Osterferien (9 Nachmittage)

Im neuen Semester sprechen wir unter anderem übers Fremdsprachenlernen und über Wirtschaft und Politik. Dabei tauchen Sie tiefer in die russische Sprache ein, vergrößern Ihren Wortschatz und erarbeiten neue Grammatik.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Otlitschno! B1, ab Mitte Lektion 6, ISBN 978-3-19-004479-5, Hueber

*** Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. ***

Büchen ■ **3927ON** Kurs
 Ludmila Piters-Hofmann
 Online-Angebot
 Mittwochs, 19.04.-14.06.23,
 16.30-18.00 Uhr und 18.15-19.45
 Uhr, 9 Nachmittage
 157,30 EUR; erm. 111,94 EUR
 5 - 8 Teilnehmende



Russische Konversation und Lektüre C1/C2

Für Teilnehmer*innen, die sehr gut Russisch sprechen und sich für Themen aus Gesellschaft, Politik und Kultur interessieren. Wir lesen und diskutieren über anspruchsvolle Presse- und literarische Texte. Sie können auch eigene Ideen und Themen mitbringen.

Büchen ■ **3928** Kurs
 Elena Rubina
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.55
 Dienstags 31.01.-23.05.23,
 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 5 - 8 Teilnehmende

Schwedisch

Standardkurse und Konversation A1-B2/C1

Schwedisch A1.2 - Onlinekurs

Hej allihopa! In diesem Kurs reden wir unter anderem über Kleidung und über das Wetter. Wir üben erste Gespräche beim Einkaufen und Wegbeschreibungen, lesen viel, hören Musik und tauchen tiefer in die schwedische Kultur ein. Välkomna till kursen och vi ses!

Lehrbücher (bitte vor dem Kurs anschaffen): Rivstart A1+A2 neu. Textbok, ab Kapitel 6, ISBN 978-3-12-527991-9, und Övningsbok, ISBN 978-3-12-527992-6, Klett

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3931ON** Kurs
 Victoria Terlutter
 Online-Angebot
 Montags 30.01.-12.06.23,
 19.00-20.30 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 5 - 8 Teilnehmende



Schwedisch A1.3 - Onlinekurs

Lehrbücher (bitte vor dem Kurs anschaffen): Rivstart A1+A2 neu. Textbok, ab Kapitel 7/8, ISBN 978-3-12-527991-9, und Övningsbok, ISBN 978-3-12-527992-6, Klett

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3932ON** Kurs
 Mark Jungbluth
 Online-Angebot
 Donnerstags 02.02.-15.06.23,
 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 5 - 8 Teilnehmende



Svenska A2.1 - Onlinekurs

Var vänlig ta med kursboken (var nogga med rätt ISBN-nummer!): Rivstart A1+A2 neu. Textbok, från Kapitel 11, ISBN 978-3-12-527991-9, samt Övningsbok, ISBN 978-3-12-527992-6, Klett

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3933ON** Kurs
 Mark Jungbluth
 Online-Angebot
 Donnerstags 02.02.-15.06.23,
 19.00-20.30 Uhr, 15 Abende
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
 9 - 14 Teilnehmende



Svenska A2/B1 - Onlinekurs

Hej och välkomna! I denna kurs pratar vi bland annat om läkarsbesök, nyheter på radio, vi lyssnar på svensk musik, börjar med B1-nivån och lär oss mer om svensk kultur. Är du med? Vi ses!

Var vänlig ta med kursboken (var nogga med rätt ISBN-nummer!): Rivstart A1+A2 neu. Textbok, från Kapitel 18, ISBN 978-3-12-527991-9, samt Övningsbok, ISBN 978-3-12-527992-6, Klett;

im Anschluss: Rivstart B1+B2 neu. Textbok, från Kapitel 1, ISBN 978-3-12-527994-0, samt Övningsbok, ISBN 978-3-12-527995-7, Klett

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3934ON** Kurs
Victoria Terlutter
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Svenska B1.1 - Onlinekurs

Vi jobbar med textboken och övningsboken, diskuterar livet och samhället i Sverige...

Kursbok (köp inte kursboken före det första mötet, var noga med rätt ISBN-nummer!): Rivstart B1+B2 neu. Textbok, från Kapitel 1, ISBN 978-3-12-527994-0, Klett, samt Övningsbok, ISBN 978-3-12-527995-7, Klett

*** Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. ***

Büchen ■ **3935ON** Kurs
Dr. Helmut Huntemann
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Svenska B2.1 - Onlinekurs

En kurs för alla som kan svenska på B1-nivå. Förutom att vi arbetar med böckerna pratar vi också om aktuella ämnen och språkets nyanser.

Var vänlig ta med kursboken (var noga med rätt ISBN-nummer!): Rivstart B1+B2 neu. Textbok, från Kapitel 8, ISBN 978-3-12-527994-0, Klett, samt Övningsbok, ISBN 978-3-12-527995-7, Klett

*** Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt.***

Büchen ■ **3936ON** Kurs
Dr. Helmut Huntemann
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Svenska B2.2 - Onlinekurs

Var vänlig ta med kursboken (var noga med rätt ISBN-nummer!): Rivstart B1+B2. Textbok, från Kapitel 14, ISBN 978-3-12-527994-0, Klett

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3937ON** Kurs
Marie-Louise Jarlshammar
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 10 Teilnehmende



Svenska B2/C1 konversationskurs - Onlinekurs

Vill du utveckla dina svenska språkskaper i tal och skrift? Eller du kanske helt enkelt vill prata lite svenska en gång i veckan? Då kanske denna kurs är den rätta för dig. Vi läser tidningsartiklar och skönlitteratur, lyssnar på svensk musik, pratar om språkets finare nyanser samt filosoferar om livet. Vi kommer överens om vilka texter vi ska använda.

Förkunskaper: Svenska på nivå B2.

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen ■ **3938ON** Kurs
Marie-Louise Jarlshammar
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-24.05.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Swahili

Standardkurse A1

Swahili für Anfänger*innen A1.1

Hakuna Matata - alles in bester Ordnung! Der erste Satz auf Swahili ist Ihnen schon begegnet, wenn Sie den „König der Löwen“ kennen. Wenn Sie mehr lernen wollen, geht das bei uns. Swahili ist mit ca. 80 Millionen Sprechern die wichtigste Verkehrssprache in Ostafrika. Im Kurs werden Sie nicht nur in Grammatik und Wortschatz der Sprache eingeführt, sondern auch in ihren kulturellen Hintergrund.

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Habari Gani! Kiswahili. Lehrbuch des Swahili, ab Einheit 1, ISBN 978-3-9819461-5-4, AM-CO Publishers

Büchen ■ **3940** Kurs
Prema Kuruneru Martin
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.55
Montags 17.04.-19.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 8 Abende
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Swahili A1.2

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Habari Gani! Kiswahili. Lehrbuch des Swahili, ab Einheit 4, ISBN 978-3-9819461-5-4, AM-CO Publishers

Büchen ■ **3941** Kurs
Prema Kuruneru Martin
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.55
Montags 17.04.-19.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 8 Abende
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Türkisch

Standardkurse und Konversation A1-A2

Türkisch für Anfänger*innen A1.1

Ein paar türkische Wörter kommen Ihnen wahrscheinlich schon vor dem ersten Kurstag bekannt vor: Der 'Kuaför' ist ein Frisör, 'Döner' heißt 'er dreht sich' und 'süper' ist super. Wenn Sie mehr erfahren wollen, bietet Ihnen dieser Kurs einen interaktiven und spielerischen Einstieg in die türkische Sprache, und Sie lernen, sich auf einfache Weise in Alltags- und Urlaubssituationen zu verständigen. Darüber hinaus erhalten Sie Insider-Informationen über Land, Leute und 'kültür'.

Lehrbücher (bitte mitbringen): Kolay gelsin! neu A1-A2, ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-528661-0, und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-528662-7, Klett

Büchen ■ **3951** Kurs
Gültekin Özdemir
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Türkisch A1.2

Lehrbücher (bitte mitbringen): Kolay gelsin! neu A1-A2, ab Lektion 5, ISBN 978-3-12-528661-0, und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-528662-7, Klett

Büchen ■ **3952** Kurs
Gültekin Özdemir
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende





HOLEN SIE SICH DIE WELT NACH HAUSE! Werden Sie Gastfamilie!



Jetzt
beraten
lassen!

Andere Länder und Kulturen lernt man am besten durch direkten interkulturellen Austausch kennen. Internationale Studierende aus aller Welt möchten deshalb gerne in einen typischen Familienalltag in Deutschland eintauchen.

Deshalb suchen wir Sie: Als Gastfamilie können Sie für zwei Wochen Studierenden aus anderen Ländern einen Einblick in die deutsche Kultur geben und gleichzeitig etwas über ihre Kultur lernen. Holen Sie sich die Welt nach Hause und freuen Sie sich auf eine spannende interkulturelle Erfahrung!

Falls Sie lieber für eine längere Zeit Gastfamilie werden möchten – wir vermitteln auch internationale Schüler*innen für drei bis zehn Monate.

EXPLORE. EXCHANGE. EXPERIENCE.

Experiment – Glückstraße 1 – 53115 Bonn



EXPERIMENT
DEINE AUSTAUSCHORGANISATION

Weitere Informationen unter
experiment-ev.de/gastfamilie-werden
oder telefonisch unter **0228 957220**.





SCHLOSS MIEL



Es spielt keine Rolle wie Du Golf spielst,
dafür aber wo!

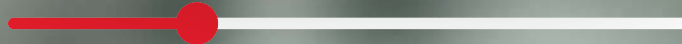
schlossmiel.de

WDR **2** PODCAST



8:27

29:00



Pistor grätscht rein



EINFACH FUSSBALL
Der Podcast mit Leidenschaft.
Starke Gäste, verblüffende Einblicke.

JETZT IN DER
WDR 2 APP HÖREN

Wir sind deins.
ARD 1

Anzeige





Lust auf Radfahren? Die Radkarte zur Rheinischen Apfelroute gibt es unter: www.apfelroute.nrw

Anzeige



Foto: Cornelia Neuhaus

KÖLLEN GmbH
DRUCK+VERLAG

Ernst-Robert-Curtius-Str. 14 · 53117 Bonn-Buschdorf
Telefon: (0228) 98 98 2-0 · Telefax: (0228) 98 98 2-22
E-Mail: druckverlag@koellen.de
www.koellen.de

Hier sind Sie richtig.
Wir sind Ihr Spezialist rund um die Themen
Medienberatung, Mediengestaltung
und Medienproduktion.

Anzeige



Unsere Berufung

Kinder und Jugendliche zu fördern ist unsere Berufung. In zwei Kindertagesstätten und in der Schulbegleitung legen wir den Grundstein für ihre Selbstbestimmung und Entwicklung. Finde auch du deine Berufung und informiere dich über unsere aktuellen Stellenangebote für pädagogische Fachkräfte und Quereinsteiger*innen.



www.drk-bonn.de



Deutsches Rotes Kreuz

Bundesstadt Bonn



King Mum

COSIMA SEITZ
ANDREAS ETIENNE
MICHAEL MÜLLER
CHRISTOPH SCHEEBEN



@rheinkabarett

Regie:
Hans Holzbecher

TICKETS: WWW.SPRINGMAUS-THEATER.DE

HAUS DER

SPRINGMAUS

@rheinkabarett

KING MUM - Das große Finale

AB APRIL 2023
im Haus der Springmaus



WELT
HUNGER
HILFE

Photo: David Sacks/Getty Images



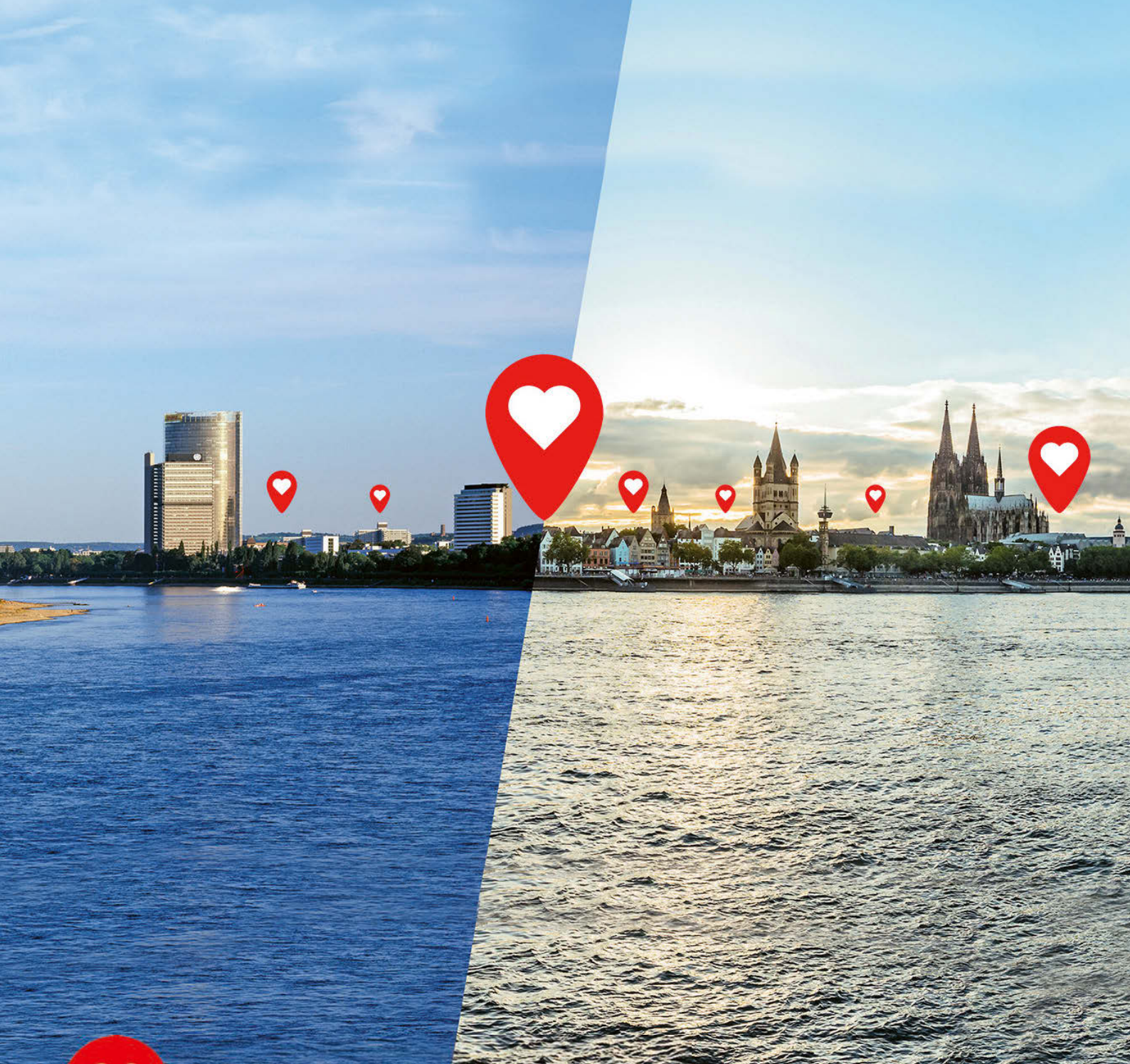
HUNGER AUF LEBEN.

Leben ohne Hunger ist ein Menschenrecht.



Jetzt spenden: welthungerhilfe.de

IBAN: DE 15 3705 0198 0000 0011 15, BIC: COLSDE33



#hiermitherz

Die Vereine der Region geben Menschen Perspektiven – wir geben ihnen das passende Spendenportal.

Einfach Projekt anmelden und unterstützen lassen.
Oder gleich für das Lieblingsprojekt spenden:

hiermitherz.de



**Sparkasse
KölnBonn**



Malteser

...weil Nähe zählt.



Damit Ihre Lieben im Notfall nicht alleine sind.
Malteser Hausnotruf

Ihre Vorteile:

- Hausnotrufzentrale rund um die Uhr erreichbar
- Qualifizierter Bereitschaftsdienst für die Hilfe vor Ort
- Einfache Technik mit persönlicher Einweisung
- Jederzeit monatlich kündbar
- Nur 52,40 Euro monatlich, keine versteckten Kosten

Jetzt unverbindlich anrufen und mehr erfahren:



0800 9966010 (kostenlos) oder unter



malteser-hausnotruf.de

Türkisch A1.3

Lehrbücher (bitte mitbringen): Kolay gelsin! neu A1-A2, ab Lektion 6, ISBN 978-3-12-528661-0, und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-528662-7, Klett

Büchen

■ **3953** Kurs
Gültekin Özdemir
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Türkisch B1.1 - Onlinekurs

In vielen Situationen können Sie sich schon auf Türkisch verständigen: sich vorstellen; Ihren Alltag oder Ihre Wohnung beschreiben; über Ereignisse aus der Vergangenheit und Pläne für die Zukunft sprechen etc.

Im neuen Semester lernen Sie unter anderem, Dinge zu begründen, Vor- und Nachteile zu erklären und über Urlaube und alte Gewohnheiten zu sprechen. Grammatisch geht es um verschiedene Arten von Nebensätzen (Temporal-, Kausal- und Relativsätze). Hadi devam edelim!

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Kolay gelsin! B1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-528871-3, Klett

Voraussetzung: Türkisch auf der Stufe A2.

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen

■ **3954ON** Kurs
Alptuğ Ahmet Güney
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-23.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Ungarisch

Standardkurse A1-B1

Ungarisch für Anfänger*innen A1.1 - Onlinekurs

Szia! In diesem Kurs lernen Sie erste grammatische Grundlagen des Ungarischen kennen. Vor allem aber lernen Sie mit vielen praktischen Übungen, sich auf einfache Weise in Alltags- und Urlaubssituationen zu verständigen, z. B. zu grüßen und sich zu verabschieden, einzukaufen, nach dem Weg und nach der Uhrzeit zu fragen oder beim Konditor ein Stück 'csokoládétorta' und einen starken 'kávé' zu bestellen. Darüber hinaus erhalten Sie Insider-Informationen über Land, Leute und 'kultúra'.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): MagyarOK A1+, ISBN 978-963-7178-68-9, Pécsi Tudományegyetem/Universität Pécs

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen

■ **3970ON** Kurs
Johanna Maróthy
Online-Angebot
Mittwochs 08.02.-31.05.23,
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Ungarisch A1.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): MagyarOK A1+, ab Lektion 3/4, ISBN 978-963-7178-68-9, Pécsi Tudományegyetem/Universität Pécs

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen

■ **3971ON** Kurs
Anikó Rapp
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR
9 - 14 Teilnehmende



Ungarisch A1.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): MagyarOK A1+, ab Lektion 5/6, ISBN 978-963-7178-68-9, Pécsi Tudományegyetem/Universität Pécs

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen

■ **3972ON** Kurs
Anikó Rapp
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Ungarisch A1.5 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): MagyarOK A1+, ab Lektion 7/8, ISBN 978-963-7178-68-9, Pécsi Tudományegyetem/Universität Pécs

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen

■ **3973ON** Kurs
Anikó Rapp
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Ungarisch A2.4 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): MagyarOK A2+, ab Lektion 5, ISBN 978-963-642-681-1, Pécsi Tudományegyetem/Universität Pécs

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen

■ **3975ON** Kurs
Johanna Maróthy
Online-Angebot
Dienstags 07.02.-06.06.23,
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende



Ungarisch B1.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): MagyarOK B1+, ab Lektion 3, ISBN 978-963-429-073-5, Pécsi Tudományegyetem/Universität Pécs

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

Büchen

■ **3976ON** Kurs
Johanna Maróthy
Online-Angebot
Donnerstags 09.02.-22.06.23,
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Vietnamesisch

Standardkurse A1-B1

Vietnamesisch für Anfänger*innen A1.1 - Onlinekurs

Xin chào! In Vietnam sind die Farben kräftiger als anderswo auf der Welt, die Strände weiß wie Zucker und die Reisfelder smaragdgrün. Pagoden und Tempel erzählen von über 3000 Jahren turbulenter Geschichte. Weil viele Vietnames*innen gastfreundlich sind, aber nicht immer Englisch (oder Deutsch) sprechen, kann es Ihnen Türen öffnen, wenn Sie vor der Reise etwas Vietnamesisch lernen.

In diesem Kurs erhalten Sie eine Einführung in die Aussprache des Vietnamesischen (sechs Töne!) und seine Schrift (lateinisches Alphabet). Sie lernen, sich in ersten alltags- und urlaubstypischen Situationen auf einfache Weise zu verständigen. Außerdem gewinnen Sie einen Einblick in das Land, seinen Alltag und seine Kultur.

Lehrbuch: Wird zu Beginn des Kurses mitgeteilt.

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

3977AON Kurs
Nhan Bui-Gaulke
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
20.00-21.30 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Buchen

Vietnamesisch A1.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Que Viet. Stufe A, Buch 1, ab Lektion 12, Buchnummer 81873H5, Nha xuất ban giao duc Viet Nam (Verlag)

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

3977ON Kurs
Lan Anh Ha
Online-Angebot
Freitags 03.02.-02.06.23,
18.30-20.00 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Buchen

Vietnamesisch A2.1 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Elementary Vietnamese (Use for Non-Vietnamese Speakers) - Upper Elementary 2, ab Lektion 4, Institute of Language Development

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

3978ON Kurs
Lan Anh Ha
Online-Angebot
Montags 30.01.-12.06.23,
18.30-20.00 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Buchen

Vietnamesisch B1.1 (2. Semester) - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Que Viet. Stufe B, Buch 1, ab Lektion 2, Buchnummer 81877H5, Nha xuất ban giao duc Viet Nam (Verlag)

*** Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. ***

3979ON Kurs
Lan Anh Ha
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-15.06.23,
18.30-20.00 Uhr, 15 Abende
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
5 - 8 Teilnehmende

Buchen



- Standardkurse A1-B2
- Grammatik, Konversation, A2-B2
- Deutschprüfungen /
Prüfungstraining A1-C1

Andrea Witt
Fachbereichsleiterin
Standardkurse
Fon 0228 77-5151
andrea.witt@bonn.de

Angela Büren
Fachbereichsleiterin
Integration in den Arbeitsmarkt
Fon 0228 77-5646
angela.bueren@bonn.de

Claudia Rodemann
Fachbereichsleiterin
Integrationskurse, Projekte,
Deutsch für den Beruf,
Deutsch für die Uni
Fon 0228 77-5217
claudia.rodemann@bonn.de

Beratung nach telefonischer
Vereinbarung

Der Fachbereich

Deutsch lernen für die allgemeine Orientierung, Ausbildung und Beruf: Die Deutschkurse der Volkshochschule Bonn richten sich an Erwachsene jeden Alters. Integrationskurse nach den Richtlinien des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF) vermitteln Sprachkenntnisse für alle wichtigen Bereiche des täglichen Lebens und der Arbeitswelt und bereiten auf den Abschluss „Deutsch-Test für Zuwanderer“ vor. Berufstätige, Studierende und Au-Pair-Kräfte können zwischen Vormittags- und Abendkursen für Anfänger*innen, Fortgeschrittene und „Profis“ wählen. Die Prüfung „Start Deutsch A1“, die als Nachweis einfacher Deutschkenntnisse für den Ehegattennachzug nach Deutschland gilt, wird ebenso angeboten wie der „Deutsch-Test für Zuwanderer“ und das „Zertifikat Deutsch B1“ für Einbürgerungsbewerber. Bei der VHS Bonn kann weiterhin der Einbürgerungstest abgelegt werden.

Alle Testtermine werden fortlaufend im Internet veröffentlicht (www.vhs-bonn.de). Bitte achten Sie auf die jeweiligen Anmeldefristen. Spezialkurse zum sicheren schriftlichen Ausdruck und lebendiger Konversation eignen sich als Ergänzung zu den Standardkursen. Für fortgeschrittene Deutschlernende stehen Prüfungsvorbereitungskurse auf den Stufen B1 bis C1 auf dem Programm: Zertifikat Deutsch B1, Intensivtraining B2 und Goethe-Zertifikat C1. Alle Kurse und Prüfungen orientieren sich an den sechs Stufen des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens. Testen Sie Ihre Deutschkenntnisse im Internet: Unter www.sprachtest.de finden Sie einen interaktiven Test mit Online-Auswertung.

Nutzen Sie auch die kostenlosen Sprachberatungen der Volkshochschule. Erfahrene Dozentinnen und Dozenten helfen Ihnen bei der Auswahl Ihres Kurses. Bitte beachten Sie unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen und die Datenschutzerklärung. Bitte wenden Sie sich mit Fragen zur Anmeldung an das Anmeldesekretariat der Volkshochschule am Mülheimer Platz 1, Raum 1.45. Weitere Informationen zu unserem Angebot finden Sie unter www.vhs-bonn.de und dort unter FAQs/Oft gestellte Fragen. Im Internet kommen Sie mit wenigen Klicks zu Ihrem Kurs. Dort sehen Sie, ob noch Plätze frei sind (grün), ob ein Kurs fast ausgebucht ist (gelb) oder ob er voll belegt ist (rot). Ihre Online-Anmeldung wird sofort gebucht! Weitere Fragen beantwortet Ihnen das Team des Fachbereichs Deutsch und Integration.

Kursbeginn:

Die Sprachkurse beginnen in der Woche vom 30.01.2023 bis 03.02.2023, soweit nicht anders vermerkt. In dieser Woche entscheidet sich auch, ob genügend Anmeldungen für die angebotenen Kurse vorliegen. Bitte berücksichtigen Sie dies beim Kauf der Lehrbücher. Unterrichtsstunden, die wegen Krankheit ausfallen müssen, können auch an anderen Wochentagen zu anderen Uhrzeiten nachgeholt werden.

Lehrmaterial:

Die Kosten für Lehrbücher und weitere Unterrichtsmaterialien sind nicht im Kursentgelt enthalten. Sie erhalten die Lehrbücher im Buchhandel. Bitte achten Sie auf die entsprechenden Angaben in den Kursinformationen.

Weiterführung der Kurse im Folgesemester:

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass im nächsten Semester nicht jeder Kurs mit derselben Dozentin / demselben Dozenten, am gewohnten Ort und zur gewohnten Uhrzeit weitergeführt werden kann.

Firmenschulungen:

Im Fachbereich Sprachen bieten wir Ihnen maßgeschneiderte Firmenschulungen an, die auf Wunsch in Ihrem Hause stattfinden. Bitte setzen Sie sich bei Interesse mit der Fachbereichsleitung in Verbindung.

Einstufungsberatung und Anmeldung:

Wenn Sie Vorkenntnisse in Deutsch haben und nicht genau wissen, welcher Kurs für Sie geeignet ist, nutzen Sie einen interaktiven Test. Zur ersten Orientierung finden Sie diesen im Internet unter www.sprachtest.de.

Informationsquelle Internet

Informationen zu Deutsch als Fremdsprache, anerkannten Deutschprüfungen und Fortbildungen:

Landesverband der Volkshochschulen von NRW:

- <http://vhs-nrw.de>

Informationen zu Integrationskursen nach Zuwanderungsgesetz:

Bundesamt für Migration und Flüchtlinge:

- <http://www.bamf.de>

Informationen zum Einbürgerungstest:

- <http://www.einbuengerung.nrw.de>
- <http://www.bamf.de>

Informationen zu Prüfungen des Goethe-Instituts: Goethe-Zertifikat (B2/C1/C2):

- <http://www.goethe.de>

Informationen zu Prüfungen der telc GmbH (Start Deutsch A1, Zertifikat Deutsch B1, Deutsch-Test für Zuwanderer, Zertifikat Deutsch für den Beruf B2):

- <http://www.telc.net>

Informationen zur Prüfung „testdaf“ (Sprachprüfung für den Hochschulzugang), Online-Zugang zu den Anmeldeformularen:

- <http://www.testdaf.de>

Informationen zum Sprachnachweis für Studienbewerber:

- <http://sprachnachweis.de>

Materialien zum Selbstlernen:

- <http://www.dw-world.de>
- <http://www.ich-will-deutsch-lernen.de>

Einstufungstest, placement tests:

<http://www.sprachtest.de>

Folgenden Prüfungen können Sie an der VHS Bonn ablegen:

- Start Deutsch A1
- Deutsch-Test für Zuwanderer A2/B1 (DTZ)
- Zertifikat Deutsch B1
- Goethe-Zertifikat C1
- Weitere Prüfungen auf Anfrage

Standardkurse A1-B2

Deutsch als Fremdsprache für Anfänger A1.1 (3x wöchentlich)

Sie lernen erste Wörter und Sätze für die Verständigung in Alltagssituationen. Voraussetzung: Das lateinische Alphabet kennen Sie schon.

Welcome to the German course for Beginners. This course is intended for absolute, literate beginners. Topics: Meeting, People, Food and Drink, Leisure Time, Making Arrangements, Every Day Conversation, Getting Around. Bitte mitbringen: Lehrbuch: Netzwerk neu A1.1, Kurs- und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-607154-3, Ernst Klett Sprachen.

4314 Kurs
Sebastian Schwarzenbarth
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46
Montags, mittwochs und donnerstags 30.01.-20.03.2023, 16.00-18.30 Uhr (15 Min. Pause), 20 Abende
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Deutsch als Fremdsprache für Anfänger A1.1 (2x wöchentlich)

Sie lernen erste Wörter und Sätze für die Verständigung in Alltagssituationen.

Voraussetzung: Das lateinische Alphabet kennen Sie schon.

Welcome to the German course for beginners. This course is intended for absolute, literate beginners. Topics: Meeting People, Accomodation, Food and Drink, Shops, Leisure Time, Making Arrangements, Health, Every Day Conversation, Getting Around.

Lehrbuch/textbook: studio d A1, Kurs- und Übungsbuch, Teilband 1, ISBN 978-3-464-20765-9, Cornelsen Verlag.

4315 Kurs
Dr. Thomas Kaut
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
Montags und donnerstags, 30.01.-15.06.2023, 11.00-12.30 Uhr, 30 Vormittage.
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR
10 - 14 Teilnehmende

4316 Kurs
Maria Barton
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.48
Montags und mittwochs, 30.01.-05.06.2023, 17.00-18.30 Uhr, 30 Abende
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Deutsch als Fremdsprache A1.2 (3x wöchentlich)

Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.2 vertraut. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufe A1.1 (ca. 60 Unterrichtsstunden).

For students who have already passed level A1.1. Please check your level with www.sprachtest.de.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Netzwerk neu A1.2, Kurs- und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-607155-0, Ernst Klett Sprachen.

4324 Kurs
Sebastian Schwarzenbarth
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57
Montags, mittwochs und donnerstags 09.01.-23.02.2023, 09.30-12.00 Uhr (15 Min Pause), 19 Vormittage
199,90 EUR; erm. 141,76 EUR
10 - 14 Teilnehmende

4325 Kurs
Sebastian Schwarzenbarth
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46
Montags, mittwochs und donnerstags 17.04.-07.06.2023, 16.00-18.30 Uhr (15 Min. Pause), 20 Abende
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Deutsch als Fremdsprache A1.2 (2x wöchentlich)

Deutsch lernen von Anfang an! Der Kurs richtet sich an echte Anfänger und führt zum ersten Sprechen. Durch das Training einfacher Gespräche machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.1 vertraut. Voraussetzung: Das lateinische Alphabet kennen Sie schon.

Welcome to the German course for beginners. This course is intended for absolute, literate beginners. Topics: Meeting People, Accomodation, Food and Drink, Shops, Leisure Time, Making Arrangements, Health, Every Day Conversation, Getting Around.

Lehrbuch/textbook: studio [21] A1, Teilb. 2, ISBN 978-3-06-520532-0, Cornelsen Verlag

4326 Kurs
Brigitte Bauerdick
Beethovengymnasium, Adenauerallee 51-53, Raum A201
Montags und mittwochs, 30.01.-05.06.2023, 18.00-19.30 Uhr, 30 Abende
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Deutsch als Fremdsprache A2.1 (3x wöchentlich)

Sie lernen, einfache Alltagsgespräche zu führen und Personen, Dinge und Orte zu beschreiben. Sie üben, kurze Mitteilungen und Durchsagen zu verstehen und schreiben einfache Briefe oder E-Mails. Der Kurs bereitet auf die sprachlichen Anforderungen in Ausbildung und Beruf vor. Voraussetzung: 120 bis 200 Unterrichtsstunden Deutsch als Fremdsprache (Niveaustufe A1).

Lehrbuch: studio d A2, Kurs- und Übungsbuch, Teilband 1, ISBN 978-3-464-20767-3, Cornelsen Verlag.

Anzeige

DEUTSCH als Freundschaftssprache

... in Intensivkursen für Ausbildung und Studium

A1-C1, TestDaF-Vorbereitung und Prüfungszentrum



Kreuzberg-Bonn Sprachinstitut

Kekuléstraße 31 • 53115 Bonn-Poppelsdorf • 0228-217172

www.kreuzberg-bonn.de/deutschkurs-angebot • sprachinstitut@kreuzberg-bonn.de

Büchen ■ **4331** Kurs
Beate Görner M. A.
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 08
Montags, dienstags und
donnerstags, 09.01.-27.02.2023,
09.30-11.45 Uhr, 20 Vormittage
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Deutsch als Fremdsprache A2.1 (3x wöchentlich)

Lehrbuch: Netzwerk neu A2.1. Kurs-
und Übungsbuch, ISBN 978-3-
12-607162-8, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **4332** Kurs
Sebastian Schwarzenbarth
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57
Montags, mittwochs und
donnerstags 27.02.-26.04.2023,
09.30-12.00 Uhr (15 Min Pause),
20 Vormittage
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Deutsch als Fremdsprache A2.1 (2x wöchentlich)

Für Deutschlernende, die das Ni-
veau A2.1 anstreben: Sie lernen, ein-
fache Alltagsgespräche zu führen
und Personen, Dinge und Orte zu
beschreiben. Sie verstehen kurze
Mitteilungen und Durchsagen und
üben das Schreiben einfacher Briefe
oder E-Mails. Voraussetzung: Kennt-
nisse der Stufen A1.1 und A1.2.
Bitte bereithalten: Lehrbuch: studio d
A2, Kurs- und Übungsbuch, Teilband
1, ISBN 978-3-464-20767-3, Cornel-
sen Verlag.

Büchen ■ **4335** Kurs
Christiane Batke
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58
Montags und mittwochs,
30.01.-05.06.2023, 09.30-11.00 Uhr,
30 Vormittage
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Deutsch als Fremdsprache A2.1 (2x wöchentlich) - Onlinekurs

Für Deutschlernende, die das Ni-
veau A2.1 anstreben: Sie lernen, ein-
fache Alltagsgespräche zu führen
und Personen, Dinge und Orte zu
beschreiben. Sie verstehen kurze
Mitteilungen und Durchsagen und
üben das Schreiben einfacher Briefe
oder E-Mails. Voraussetzung: Kennt-
nisse der Stufen A1.1 und A1.2.
Bitte bereithalten: Lehrbuch: studio d
A2, Kurs- und Übungsbuch, Teilband
1, ISBN 978-3-464-20767-3, Cornel-
sen Verlag.
Dieser Kurs findet im Online-Format
statt (Zoom).

Büchen ■ **4337ON** Kurs
Ulrike Wilmanns
Online-Angebot
Montags und mittwochs,
30.01.-05.06.2023, 20.15-21.45 Uhr,
30 Abende (Online-Format)
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Deutsch als Fremdsprache A2.2 (3x wöchentlich)

Durch das Training vielfältiger Ge-
sprächssituationen machen Sie sich
mit Wortschatz und Redemitteln der
Stufe A2.2 vertraut. Voraussetzung:
Kenntnisse der Stufen A1 und A2.1.
Bitte mitbringen: Lehrbuch: studio d
A2, Kurs- und Übungsbuch, Teilband
2, ISBN 978-3-464-20768-0, Cornel-
sen Verlag.

Büchen ■ **4341** Kurs
Simone Zell
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11
Montags, dienstags und
donnerstags, 09.01.-21.02.2023,
09.30-12.00 Uhr, 19 Vormittage
199,90 EUR; erm. 141,76 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Büchen ■ **4342** Kurs
Beate Görner M. A.
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 08
Montags, dienstags und
donnerstags, 28.02.-27.04.2023,
09.30-11.45 Uhr, 20 Vormittage
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Deutsch als Fremdsprache A2.2 (3x wöchentlich)

Lehrbuch: Netzwerk neu A2.2, Kurs-
und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-
607163-5, Ernst Klett Sprachen.

Büchen ■ **4343** Kurs
Sebastian Schwarzenbarth
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57
Montags, mittwochs und
donnerstags 27.04.-21.06.2023,
09.30-12.00 Uhr (15 Min Pause), 20
Vormittage
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Deutsch als Fremdsprache A2.2 (2x wöchentlich)

Durch das Training vielfältiger Ge-
sprächssituationen machen Sie sich
mit Wortschatz und Redemitteln der
Stufe A2.2 vertraut. Voraussetzung:
Kenntnisse der Stufen A1 und A2.1.
Bitte mitbringen: Lehrbuch: studio d
A2, Kurs- und Übungsbuch, Teilband
2, ISBN 978-3-464-20768-0, Cornel-
sen Verlag.

Büchen ■ **4345** Kurs
Dr. Thomas Kaut
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
Montags und donnerstags,
30.01.-15.06.2023, 09.30-11.00 Uhr,
30 Vormittage.
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Büchen ■ **4346** Kurs
Helgard Böckenheuer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57
Dienstags und donnerstags,
31.01.-06.06.2023, 17.00-18.30 Uhr,
30 Abende
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Anzeige

TREFFPUNKT-SPRACHEN



DEUTSCH ALS FREMDSPRACHE LERNEN IN KLEINEN GRUPPEN

Vorbereitung auf DSH, DAF, Studienkolleg

Adelheidsstraße 80, 53225 Bonn, Tel. 0228 - 695751

www.treffpunkt-sprachen.de

Deutsch als Fremdsprache B1.1 (3x wöchentlich)

Für Deutschlernende, die sich bereits in den meisten alltäglichen Gesprächssituationen verständigen können und über Vergangenes und Zukünftiges sprechen können. Abwechslungsreiche Übungen helfen dabei, Wortschatz und Grammatik der Stufe B1.1 zu erweitern und zu festigen. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1 und A2.

Lehrbuch: studio d B1, Kurs- und Übungsbuch, Teilband 1, ISBN 978-3-06-020466-3, Cornelsen Verlag.

Büchen ■ **4351** Kurs
Ioannis Kompopoulos
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.48
Dienstags, donnerstags und freitags,
31.01.-28.03.2023, 16.15-18.30 Uhr,
20 Abende
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Büchen ■ **4352** Kurs
Simone Zell
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11
Montags, dienstags und
donnerstags, 23.02.-20.04.2023,
09.30-12.00 Uhr, 19 Vormittage
199,90 EUR; erm. 141,76 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Büchen ■ **4353** Kurs
Beate Görner M. A.
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 08
Montags, dienstags und
donnerstags, 02.05.-22.06.2023,
09.30-11.45 Uhr, 19 Vormittage
199,90 EUR; erm. 141,76 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Deutsch als Fremdsprache B1.1 (2x wöchentlich) - Onlinekurs

Für Deutschlernende, die sich bereits in den meisten alltäglichen Gesprächssituationen verständigen können und über Vergangenes und Zukünftiges sprechen können. Abwechslungsreiche Übungen helfen dabei, Wortschatz und Grammatik der Stufe B1.1 zu erweitern und zu festigen. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1 und A2.

Lehrbuch: studio d B1, Kurs- und Übungsbuch, Teilband 1, ISBN 978-3-06-020466-3, Cornelsen Verlag.
Der Kurs findet im Online-Format statt (Zoom).

Büchen ■ **4356ON** Kurs
Dr. Thomas Kaut
Online-Angebot
Montags und donnerstags,
30.01.-15.06.2023, 18.40-20.10 Uhr,
30 Abende
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR
10 - 12 Teilnehmende

Deutsch als Fremdsprache B1.1 (2x wöchentlich)

Für Deutschlernende, die sich bereits in den meisten alltäglichen Gesprächssituationen verständigen können und über Vergangenes und Zukünftiges sprechen können. Abwechslungsreiche Übungen helfen dabei, Wortschatz und Grammatik der Stufe B1.1 zu erweitern und zu festigen. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1 und A2.

Lehrbuch: studio d B1, Kurs- und Übungsbuch, Teilband 1, ISBN 978-3-06-020466-3, Cornelsen Verlag.

Büchen ■ **4357** Kurs
Heike Schiemann
Beethovengymnasium, Adenaueral-
lee 51-53, Raum A102
Dienstags und donnerstags,
31.01.-06.06.2023, 18.40-20.10 Uhr,
30 Abende
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Deutsch als Fremdsprache B1.2 (3x wöchentlich)

Durch das Training vielfältiger Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe B1.2 vertraut.

Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1, A2 und B1.1.
Bitte mitbringen: Lehrbuch: studio d B1, Kurs- und Übungsbuch, Teilband 2, ISBN 978-3-06-020467-0, Cornelsen Verlag.

Büchen ■ **4361** Kurs
Ioannis Kompopoulos
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.48
Dienstags, donnerstags und freitags,
18.04.-06.06.2023, 16.15-18.30 Uhr,
20 Abende
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Büchen ■ **4362** Kurs
Simone Zell
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11
Montags, dienstags und
donnerstags, 24.04.-19.06.2023,
09.30-12.00 Uhr, 20 Vormittage
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Deutsch als Fremdsprache B1.2 (2x wöchentlich) - Onlinekurs

Durch das Training vielfältiger Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe B1.2 vertraut. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1, A2 und B1.1.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: studio d B1, Kurs- und Übungsbuch, Teilband 2, ISBN 978-3-06-020467-0, Cornelsen Verlag.

Dieser Kurs wird im Online-Format angeboten (Zoom).

Büchen ■ **4365ON** Kurs
Dr. Ursula Jünger
Online-Angebot
Montags und donnerstags,
30.01.-15.06.2023, 18.40-20.10 Uhr,
30 Abende
258,10 EUR; erm. 182,50 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **4366ON** Kurs
Dr. Ursula Jünger
Online-Angebot
Dienstags und donnerstags,
31.01.-06.06.2023, 09.00-10.30 Uhr,
30 Vormittage
258,10 EUR; erm. 182,50 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Deutsch als Fremdsprache B1.2 (2x wöchentlich)

Durch das Training vielfältiger Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe B1.2 vertraut. Voraussetzung: Kenntnisse der Stufen A1, A2 und B1.1.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: studio d B1, Kurs- und Übungsbuch, Teilband 2, ISBN 978-3-06-020467-0, Cornelsen Verlag.

Büchen ■ **4367** Kurs
Eva Gruhn
Beethovengymnasium, Adenaueral-
lee 51-53, Raum A210
Dienstags und donnerstags,
31.01.-06.06.2023, 18.40-20.10 Uhr,
30 Abende
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Büchen ■ **4368** Kurs
Anja Frank-Gretic
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 08
Mittwochs und freitags,
01.02.-31.05.2023, 09.30-11.00 Uhr,
30 Vormittage
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Deutsch als Fremdsprache B1+ / Brückenkurs

Für Teilnehmende, die gute Kenntnisse der Stufe B1 mitbringen. Abwechslungsreiche Übungen ermöglichen Ihnen, Ihren Wortschatz zu erweitern und Ihre mündliche Ausdrucksfähigkeit zu trainieren (Niveau: B1+). Der Kurs vermittelt mehr Sicherheit für das Verständnis längerer Texte, das selbständige Schreiben und den korrekten Ausdruck und bietet eine gründliche Vorbereitung auf das Intensivtraining B2.

Lehr- und Arbeitsbuch: Aspekte neu B1 plus, Teil 1, ISBN 978-3-12-605018-0, Ernst Klett Sprachen.

■ 4371 Kurs

Büchen Simone Zell
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11
Freitags 03.02.-16.06.23,
9.30-12.45 Uhr, 14 Vormittage
196,50 EUR; erm. 139,38 EUR
10 - 14 Teilnehmende



Deutsch als Fremdsprache B2.2 (2x wöchentlich)

Im Intensivtraining B2.2 (Teil 2) werden Wortschatz, Redemittel, Grammatik und Textsorten der Niveaustufe B2 systematisch erarbeitet und vertieft. Teilnahmevoraussetzung: gute mündliche und schriftliche Kenntnisse der Niveaustufen B1/B1+ und die Bereitschaft zur aktiven Mitarbeit, auch in Form von Hausaufgaben (schriftliche Übungen, Lesetexte, Präsentationen).

Bitte mitbringen: Aspekte neu B2, Teilband 2, Mittelstufe Deutsch, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CD, ISBN 978-3-12-605028-9, Ernst Klett Sprachen.

■ 4375 Kurs

Büchen Brigitte Bauerdick
Beethovengymnasium, Adenauerallee 51-53, Raum A008
Dienstags und donnerstags,
31.01.-06.06.2023, 19.40-21.10 Uhr,
30 Abende
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Grammatik, Konversation, A2-B2

Schreiben in Alltag und Beruf A2/B1

Texte schreiben in Alltag und Beruf: In diesem Kurs trainieren Sie das Schreiben von Briefen, E-Mails, Berichten, Protokollen und weiteren Textsorten, die im Alltag und am Arbeitsplatz häufig gefragt sind. Der Kurs richtet sich an Interessenten, die Deutschkenntnisse der Stufen A2/B1 mitbringen. Lehrbuch: Schreiben in Alltag und Beruf, Intensivtrainer NEU, ISBN 978-3-12-605169-9, Ernst Klett Sprachen.

■ 4405 Kurs

Büchen Eva Heinen
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50
Mittwochs 01.02.-03.05.23,
18.00-19.30 Uhr, 12 Abende
106,90 EUR; erm. 76,66 EUR
8 - 9 Teilnehmende



Deutsche Grammatik B1 - Wiederholung und Festigung

Für Deutschlernende, die schon einmal Kurse der Stufen B1 besuchen. In diesem Kurs wiederholen und vertiefen

Sie die wichtigsten Grammatikthemen und üben die korrekte Anwendung in typischen Sprech- und Schreibsituationen. Auf Wünsche der Teilnehmer/innen geht die Dozentin gern ein.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Übungsgrammatik für die Grundstufe, ISBN 978-3-922989-70-7, Verlag Liebaug-Dartmann.

■ 4408 Kurs

Büchen Brigitte Bauerdick
Beethovengymnasium, Adenauerallee 51-53, Raum A008
Donnerstags 02.02.-01.06.23,
18.00-19.30 Uhr, 14 Abende
101,30 EUR; erm. 72,74 EUR
10 - 14 Teilnehmende



Deutsch als Fremdsprache B1 - Konversation

Für Deutschlernende, die gute Kenntnisse der Stufen A2 und B1 mitbringen. Sie erweitern Ihren Wortschatz und trainieren vor allem Ihre mündliche Ausdrucksfähigkeit. Die Themen werden gemeinsam im Kurs ausgewählt.

■ 4415 Kurs

Büchen Christiane Batke
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58
Freitags 03.02.-02.06.23,
9.30-11.00 Uhr, 15 Vormittage
108,10 EUR; erm. 77,50 EUR
10 - 14 Teilnehmende



Deutsch als Fremdsprache B2 - Konversation

Sie lernen, sich spontan und fließend zu äußern, in Diskussionen Ihren Standpunkt zu vertreten und über aktuelle Texte aus Presse und Literatur zu sprechen. Die Themen werden gemeinsam im Kurs ausgewählt.

■ 4418 Kurs

Büchen Eva Heinen
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50
Mittwochs 01.02.-03.05.23,
19.40-21.10 Uhr, 12 Abende
106,90 EUR; erm. 76,66 EUR
8 - 9 Teilnehmende



Deutsch als Fremdsprache B2 - Wortschatz und Grammatik

Dieser Kurs richtet sich an fortgeschrittene Teilnehmer*innen, die ihre Grammatikkenntnisse auf der Niveaustufe B2 festigen und trainieren möchten. Behandelt werden unter anderem die korrekte Wortstellung, Negationen und Vergleichssätze. Text- und Redeaufgaben helfen dabei, das eigene Schreiben und Sprechen zu verbessern.

Die Teilnehmer*innen lernen außerdem Wortschatz und Redemittel der Themen „Heimat“, „Kommunikation“ und „Arbeit“ kennen.

Bitte mitbringen: Aspekte neu B2, Teilband 1, Lehr- und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-12-605027-2, Ernst Klett Sprachen.

■ 4420 Kurs

Büchen Tobias Bönemann
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50
Dienstags 31.01.-18.04.23,
18.40-20.10 Uhr, 10 Abende
90,10 EUR; erm. 64,90 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Deutschprüfungen / Prüfungstraining A1-C1

Start Deutsch A1 - Prüfung

Die Prüfung „Start Deutsch A1“ gilt als Nachweis einfacher Deutschkenntnisse für den Ehegattennachzug nach Deutschland. Voraussetzung: ca. 120-150 Unterrichtsstunden Deutsch. Ein Modelltest kann im Internet unter <http://www.telc.net> heruntergeladen werden. Die Prüfungsunterlagen werden von der telc GmbH bereitgestellt. Eventuelle Preisänderungen können zur Erhöhung des Prüfungsentgelts führen. Anmeldungen sind nur persönlich bis spätestens Mo., 27.02.2023, 15.30 Uhr im VHS-Sekretariat möglich (Tel.: 0228/773652), solange Plätze frei sind. Eine Anmeldung über das Internet ist nicht möglich!

Öffnungszeiten des VHS Sekretariates (Mülheimer Platz 1, Raum 1.45: montags bis freitags 10.00-12.00 Uhr, Anmeldung nur nach Terminvereinbarung!).

Das Prüfungsentgelt in Höhe von 93,00 EUR ist bei der Anmeldung direkt zu bezahlen. Bitte auch den Pass mitbringen.

4501 Prüfung
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
Mittwoch, 29.03.23, 12.00-15.30 Uhr
93,00 EUR
4 - 12 Teilnehmende

(Bonn-Ausweis-Inhaber*innen: 46,50 EUR; Angaben ohne Gewähr), Anmeldeschluss: 27.02.23, 15.30 Uhr.



Deutsch als Fremdsprache B1 - Zertifikatstraining (2x wöchentl.) - Onlinekurs

Für Deutschlernende, die aktive Kenntnisse der Niveaustufe B1 mitbringen.

Mit dem „Zertifikat Deutsch B1“ können Sie nachweisen, dass Sie sich in vielen Situationen des täglichen Lebens und im vertrauten beruflichen Umfeld mündlich und schriftlich verständigen können. Das Zertifikat Deutsch B1 gilt auch als Nachweis ausreichender Deutschkenntnisse für die Einbürgerung. Der Kurs bietet eine gezielte Prüfungsvorbereitung, auch mit Hilfe von Modelltests (s. auch: <http://www.telc.net>).

Lehrbuch: Prüfungstraining DaF, Zertifikat Deutsch / telc Deutsch B1, ISBN 978-3-06-0203109, 2. Auflage, 1. Druck 2021, Cornelsen Verlag. Dieser Kurs findet im Online-Format statt (Zoom).

4521ON Kurs
Ulrike Wilmanns
Online-Angebot
Montags und mittwochs,
30.01.-20.03.23, 18.15-19.45 Uhr,
14 Abende
134,90 EUR; erm. 96,26 EUR
10 - 13 Teilnehmende

4523ON Kurs
Ulrike Wilmanns
Online-Angebot
Montags und mittwochs,
17.04.-07.06.23, 18.15-19.45 Uhr,
14 Abende
134,90 EUR; erm. 96,26 EUR
10 - 13 Teilnehmende



Einbürgerungsbewerber müssen mündliche und schriftliche Sprachkenntnisse auf dem Niveau B1 nachweisen. Die VHS Bonn ist als lizenzierte Einrichtung berechtigt, die Prüfung zum Zertifikat Deutsch B1 und zum Deutsch-Test für Zuwanderer (telc) abzunehmen. Prüfungstermine und entsprechende Vorbereitungskurse werden im Fachbereich Deutsch und Integration regelmäßig angeboten.

Zertifikat Deutsch B1 - Prüfung

Das Prüfungsentgelt beträgt voraussichtlich 158,00 EUR (Änderungen vorbehalten). Die Prüfungsunterlagen werden von der telc GmbH bereitgestellt. Eventuelle Preisänderungen können zur Erhöhung des Prüfungsentgelts führen. Die Anmeldung ist nur persönlich im VHS-Sekretariat möglich, solange Plätze frei sind. Anmeldung nur nach Terminvereinbarung (Tel. 0228 77 3652)!

4525 Prüfung
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
Donnerstag und Freitag,
23.03.-24.03.23, 8.30-13.00 Uhr,
2 Tage
158,00 EUR
10 - 18 Teilnehmende

(Bonn-Ausweis-Inhaber*innen: 79,00 EUR; Angaben ohne Gewähr), Anmeldeschluss: 09.02.23, 11.30 Uhr.

4530 Prüfung
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
Donnerstag und Freitag,
22.06.-23.06.23, 8.30-13.00 Uhr,
2 Tage
158,00 EUR
10 - 18 Teilnehmende

(Bonn-Ausweis-Inhaber*innen: 79,00 EUR; Angaben ohne Gewähr)
Anmeldeschluss: 11.05.23, 11.30 Uhr.

Deutsch als Fremdsprache B2 - Intensivtraining

Im Intensivtraining B2 werden Wortschatz, Redemittel, Grammatik und Textsorten der Niveaustufe B2 systematisch erarbeitet und vertieft. Teilnahmevoraussetzung: gute mündliche und schriftliche Kenntnisse der Niveaustufen B1/B1+ und die Bereitschaft zur aktiven Mitarbeit, auch in Form von Hausaufgaben (schriftliche Übungen, Lesetexte, Präsentationen). Bitte mitbringen: Lehrbuch: Aspekte neu B2, Lehrbuch, ISBN 978-3-12-605024-1, und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-12-605026-5, Ernst Klett Sprachen.

4552 Kurs
Beate Görner M. A.
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57
Montags, dienstags und mittwochs,
30.01.-17.05.2023, 18.40-20.55 Uhr,
40 Abende
462,10 EUR; erm. 325,30 EUR
10 - 14 Teilnehmende



Deutsch als Fremdsprache C1 - Prüfungstraining

Das Prüfungstraining C1 bereitet gezielt auf die Prüfungsaufgaben des Goethe-Zertifikats C1 vor. Voraussetzung: Teilnahme am Intensivtraining B2 oder aktive Sprachkenntnisse der Niveaustufe B2 des Europäischen Referenzrahmens sowie Bereitschaft zur aktiven Mitarbeit, auch in Form von Hausaufgaben (schriftl. Übungen, Lesetexte, Präsentationen).
Lehrbuch: Aspekte neu C1, Lehrbuch, ISBN 978-3-12-605034-0, und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-12-605036-4, Ernst Klett Sprachen.

4555 Kurs
Silke Meyer-Janowsky M.A.
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.56
Montags, dienstags und mittwochs,
07.02.-06.06.2023, 09.30-12.00 Uhr
(15 Min. Pause) 40 Vorm.
462,10 EUR; erm. 325,30 EUR
10 - 14 Teilnehmende

4556 Kurs
Ioannis Kompopoulos
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.48
Dienstags, mittwochs und
donnerstags, 07.02.-07.06.2023,
18.40-21.10 Uhr (15 Min. Pause), 40
Abende
462,10 EUR; erm. 325,30 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Goethe-Zertifikat C1 - Prüfung

Die Goethe-Zertifikat C1-Prüfung findet am Do., 15.06.2023 (schriftl.) und Fr., 16.06.2023 (mündl.) statt. Voraussetzung: Nachweis, dass ein Prüfungsvorbereitungskurs an der VHS Bonn oder einer anderen VHS absolviert wurde.

Bei geringer Teilnehmerzahl findet die gesamte Prüfung nur am ersten Termin statt. Das Prüfungsentgelt beträgt voraussichtlich 215,00 EUR (Änderungen vorbehalten). Die Prüfungsunterlagen werden vom Goethe-Institut bereitgestellt. Eventuelle Preisänderungen können zur Erhöhung des Prüfungsentgelts führen. Bei niedriger Anzahl der Teilnehmer*innen kann die Prüfung an einem anderen Prüfungsort in NRW stattfinden.

Die Anmeldung ist nur pers. bis spätestens 21.04.23 beim Fachbereich abzugeben, solange Plätze frei sind (Tel.: 0228/775150, Terminvereinbarung erforderlich). Eine Anmeldung über das Internet ist nicht möglich!
Anmeldezeiten: Mo-Do, 09.00-12.00 Uhr u. 14.00-16.00 Uhr (nur nach Terminvereinbarung!)

4559 Prüfung
FB 4, Standard, DaF N.N.
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47
Do. und Fr., 15.06./16.06.23, jeweils
08.00-14.30 Uhr
215,00 EUR
10 - 14 Teilnehmende

(Bonn-Ausweis-Inhaber*innen:
107,50 EUR; Angaben ohne Gewähr), Anmeldeschluss: 21.04.23.

Anzeige

Auf dem Zweiten Bildungsweg in Deine Zukunft?

Du bist berufstätig, hast vielleicht schon Kinder, willst Dich beruflich verändern und suchst eine zweite Chance, um Dein Fachabitur oder Abitur nachzuholen?

Wir vom WbK Bonn unterstützen Dich, damit Du dieses Ziel erreichen kannst. Das machen wir bereits seit 50 Jahren mit Leib und Seele, fachlichem Know-how und ohne monatliche Kosten. **Wir freuen uns auf Dich!**

3

BILDUNGSGÄNGE

Kolleg am Vormittag
Abendgymnasium am Vormittag
abitur-online am Abend vor Ort und von Zuhause

2

SCHULABSCHLÜSSE

Abitur (6 Semester)
Fachabitur (4 Semester)

1

ZIEL

Gemeinsam zu Deinem höheren Abschluss für neue Lebens- und Berufsperspektiven

Starte jetzt durch und lass Dich informieren:

Weiterbildungskolleg der Bundesstadt Bonn
Langwartweg 72, 53129 Bonn
Telefon: 0228/777660 | E-Mail: anmeldung@wbk-bonn.de
Beratung ohne Anmeldung | montags 14-15 Uhr



Weiterbildungskolleg der
Bundesstadt Bonn
www.wbk-bonn.de



Jetzt einscannen und
mehr Informationen
einholen!



50
JAHRE
WbK BONN

Integrationskurse

Was ist ein Integrationskurs?

Ein Integrationskurs besteht aus 600 Stunden (= 45 min) Sprachkurs und 100 Stunden Orientierungskurs. Spezielle Integrationskurse sind länger, sie dauern 900 Stunden. Dies sind Kurse für junge Menschen, Eltern und zum Lernen der Buchstaben (Alphabetisierung/ Zweitschriftler).

Wer kann teilnehmen?

- Menschen aus Europa
- Menschen aus aller Welt mit Aufenthaltstitel für mehr als 1 Jahr
- Asylsuchende aus bestimmten Ländern
- Menschen mit deutschem Pass, die noch nicht gut Deutsch sprechen

Bitte beachten Sie: Dies ist eine sehr einfache Liste. Genauere Informationen geben wir Ihnen gerne telefonisch oder in unserer Beratung.

Was lernt man?

Sie lernen Deutsch für den Alltag bis zur Niveaustufe B1. Der Kurs hat sechs Module. Jedes Modul hat 100 Stunden. Pro Niveaustufe (A1, A2, B1) besuchen Sie 2 x 100 Stunden. Sie müssen den Kurs nicht komplett machen. Nach einem Einstufungstest sehen wir, wie viele Stunden Sie brauchen.

Im Orientierungskurs lernen Sie Wichtiges über deutsche Politik, Kultur und Geschichte. Beide Kursteile enden mit einem Test.

Was brauche ich?

Sie brauchen eine Berechtigung/ eine Verpflichtung zur Teilnahme an einem Integrationskurs. Diese bekommen Sie beim Ausländeramt, dem Jobcenter oder beim BAMF.

Was kostet der Kurs?

Wenn Sie Geld vom Staat bekommen, ist der Kurs kostenlos. Wenn Sie oder Ihr Ehepartner selbst Geld verdienen, müssen Sie einen Teil der Kosten selbst bezahlen. Im Moment sind dies 229 € für 100 Stunden (45 min.).

Was mache ich nach dem Kurs?

Nach dem Integrationskurs können Sie in berufsbezogenen Deutschkursen (DeuFöV) weiter Deutsch lernen.

Wie melde ich mich an?

Sie müssen sich persönlich anmelden. Sie können uns auch anrufen und fragen. Bitte bringen Sie Ihre Berechtigung und Ihren Pass mit. Wir machen mit Ihnen einen schriftlichen und mündlichen Einstufungstest. Dann melden wir Sie für einen Kurs an. Wenn wir keinen passenden Platz für Sie haben, können Sie sich mit dem Test auch bei einer anderen Schule anmelden.

Berufsbezogene Deutschförderung nach § 45 (DeuFö)

Was ist das?

Die berufsbezogene Deutschförderung führt in 400 - 500 Stunden (45 min.) zum Sprachniveau A2, B1, B2, C1 oder C2. Sie lernen Deutsch mit dem Bezug zu Arbeit und Beruf. Die Kurse enden mit einer Prüfung.

Es gibt auch Kurse für spezielle Berufe, z.B. Deutsch für die Pflege.

Wer kann teilnehmen?

Teilnehmen können Sie, wenn:

- Sie den Integrationskurs gemacht haben oder das Niveau B1 haben
- arbeitssuchend, ausbildungssuchend oder arbeitslos gemeldet sind,
- Sie Deutsch für die Anerkennung Ihres Berufes benötigen

Wo bekomme ich die Papiere?

Sie brauchen eine Zulassung zum Kurs. Diese bekommen Sie beim BAMF, Jobcenter oder der Arbeitsagentur.

Was kostet ein Kurs?

Der Kurs kostet 0,00 €, wenn Sie die Berechtigung vom Jobcenter oder dem Arbeitsamt haben und kein Geld verdienen. Die Prüfungen und Bücher sind kostenlos. Die Fahrtkosten bekommen Sie erstattet.

Der Kurs kostet 2,42 € pro Stunde (45 min.), wenn Sie arbeiten. Die Prüfungen und Bücher sind kostenlos. Die Fahrtkosten müssen Sie selbst bezahlen.

Wie melde ich mich an?

Sie können sich nur persönlich anmelden. Bitte bringen Sie Ihre Berechtigung bzw. Verpflichtung und das Zeugnis vom letzten Sprachkurs mit.

Fragen?

Rufen Sie uns gerne an:
 Frau Scheele 775039
 Frau Knispel 775043

oder per Mail an:
vhsdeutsch@bonn.de.

Kompetente Sprachverwendung	C2	<ul style="list-style-type: none"> ■ Kann praktisch alles, was er / sie liest oder hört, mühelos verstehen. ■ Kann Informationen aus schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenfassen und dabei Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wiedergeben. ■ Kann sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken und auch bei komplexeren Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen. ■ Kann anspruchsvolle Briefe sowie komplexe Berichte oder Artikel verfassen.
	C1	<ul style="list-style-type: none"> ■ Kann anspruchsvolle, längere Gespräche und Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen. ■ Kann sich spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter deutlich erkennbar nach Worten suchen zu müssen. ■ Kann die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium wirksam und flexibel gebrauchen. ■ Kann sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken.
Selbstständige Sprachverwendung	B2	<ul style="list-style-type: none"> ■ Kann die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; versteht im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen. ■ Kann sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung gut möglich ist. ■ Kann sich zu einem breiten Themenspektrum mündlich und schriftlich klar und detailliert ausdrücken, einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben.
	B1	<ul style="list-style-type: none"> ■ Kann die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. ■ Kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. ■ Kann sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete äußern und über Erfahrungen und Ereignisse berichten sowie Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben. ■ Kann einfache, zusammenhängende Texte lesen und schreiben.
Elementare Sprachverwendung	A2	<ul style="list-style-type: none"> ■ Kann alltägliche Dialoge und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, z. B. Informationen zur Person, zur Lebenssituation, zu Einkauf, Arbeit, Familie, Nachbarschaft, Freizeit usw. ■ Kann kurze, einfache Texte lesen und verstehen. ■ Kann sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um vertraute und geläufige Themen geht. ■ Kann kurze, einfache Notizen und Mitteilungen schreiben.
	A1	<ul style="list-style-type: none"> ■ Kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und in Gesprächen verwenden. ■ Kann sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen und auf Fragen dieser Art Antwort geben. ■ Kann sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind, zu helfen. ■ Kann auf einfachen Formularen Name, Adresse, Nationalität u.ä. eintragen.

5 Beruf, IT und Digitales

- Betriebswirtschaftslehre
- Rechnungswesen
- Arbeitstechnik / Mitarbeiterführung
- Kommunikation / Persönliche Kompetenzen
- Medienwerkstatt
- Angebote rund um die Schule: Angebote für Schülerinnen und Schüler/Eltern
- Grundlagen EDV
- Mac
- Word - Textverarbeitung
- Excel - Tabellenkalkulation
- PowerPoint - Präsentation
- Outlook - Bürokommunikation
- Internet
- Access - Datenbankanwendung
- Fotografie, Grafik, Layout
- Android-Smartphone, iPhone, Notebook
- CAD - Computer Aided Design
- Programmieren lernen
- Web-Seiten erstellen und betreuen / Social Media
- Tastschreiben
- Weiterbildung für junge Leute
- Weiterbildung für Frauen
- Digitale Lebenswelten

Dipl.-Pädagoge Harald Otto
Fachbereichsleiter und
Qualitätsmanagementbeauftragter
Mülheimer Platz 1
53111 Bonn
Fon 0228 77 49 05
Harald.Otto@bonn.de

Der Fachbereich

Fit für den Arbeitsmarkt von heute und morgen durch Weiterbildung an der VHS Bonn! Ob für die Ausbildung, die Berufsrückkehr, eine berufliche Neuorientierung oder neues Wissen für den Job – bei uns finden Sie immer den richtigen Kurs! Wählen Sie aus unserem breiten Angebot bewährter und neuer Lehrgänge. Nutzen Sie auch den Bildungsscheck. Informationen dazu finden Sie im Programmheft oder unter www.bildungsscheck.nrw.de.

„Xpert eine Marke setzt sich durch!“ Seit fast zwanzig Jahren bieten Volkshochschulen unter der Dachmarke *Xpert* die Möglichkeit, hochwertige und arbeitsmarktrelevante Abschlüsse zu erwerben und zu graduieren. Wissensgebiete des Xpert sind Computerkenntnisse (Xpert-ECP), Buchführung (Xpert-Business) und interkulturelle Kompetenzen (Xpert CSS), ein spezielles Angebot für Menschen in sozialen Berufen und in der Verwaltung. Xpert-Prüfungen sind durch die Europäische Prüfungskommission anerkannt. Neu im Programm ist ein Xpert-Kurs „Fit im Büroalltag“ mit Inhalten wie Dateimanagement-Grundlagen, Textgestaltung mit MS-Word, Tabellenfunktionen mit MS-Excel und MS-Powerpoint-Basics.

Im Arbeitsbereich Rechnungswesen haben wir aus der Xpert Business-Reihe in diesem Semester wieder eine Einführung in die Finanzbuchführung im Angebot. Sie wollen Ihre Arbeitsabläufe optimieren, im Beruf überzeugender und erfolgreicher kommunizieren oder lernen, wie man erfolgreich eine berufliche Existenz gründet? Schauen Sie auf unsere Kommunikationsworkshops- und Trainings zu Arbeitstechniken, die wir z.T. als Onlinekurse anbieten.

Achten Sie auch auf unsere Fortbildungen im PC-Bereich! In diesem Semester können wir z.B. wieder Kurse zu AUTOCAD 2D und 3D anbieten. Außerdem: Windows 10 und MS-Office lernen, Mac-Kurse, Wordpress, Access-VBA, betriebliche Nutzung von Social Media, alles rund um den Umgang mit dem Smartphone, Internetsicherheit u.v.m.. Die Teilnahme an unseren Onlinekursen ist mit grundlegenden Computerkenntnissen zu bewältigen. Diese Kurse enthalten in der Ankündigung Informationen zur Durchführung.

Seminare richten wir für Sie auch gerne zeitlich, räumlich und inhaltlich passgenau als Firmenschulung ein. Wir freuen uns auf Ihre Anfrage! Informationen zum Fachbereich Beruf, IT und Digitales erhalten Sie bei Harald Otto unter 774905 oder harald.otto@bonn.de oder unter www.vhs-bonn.de. Unter dieser Webadresse können Sie sich auch online zu unseren Angeboten anmelden. Infos zum allgemeinen Programm der Volkshochschule erhalten Sie unter 77 33 55.

Betriebswirtschaftslehre

Einführung in die BWL I, 2 x wöchentlich - Online

Folgende Inhalte werden u.a. vermittelt:

- Betriebswirtschaftliche Grundlagen: z.B. Organisationsstrukturen, Produktionsfaktoren, Zielsysteme.
- Rahmenbedingungen: z.B. Rechtsformen, Unternehmensverbindungen, Standortwahl.
- Funktionen des Unternehmens: z.B. Beschaffung, Produktion, Absatz.
- Finanzwirtschaft z.B. betriebswirtschaftliche Kennzahlen: u.a. Liquidität, Rentabilität, Cash Flow ..., Finanzierung-, Investitionsplanung.

Auf individuelle Wünsche der Teilnehmenden wird nach Möglichkeit eingegangen.

Der Kurs findet online mit dem Konferenztool BigBlueButton (BBB) statt. Vor dem Start des Kurses erhalten die Teilnehmenden einen Anmelde-link. Bitte prüfen Sie auch Ihren Spamordner. Sie benötigen keine Registrierung bei BBB. Notwendig sind ein PC, Laptop oder Tablet mit einem Webbrowser, Kamera/Lautsprecher/Mikrofon und ein stabiler Internetzugang. Nutzen Sie gerne einen Kopfhörer mit Mikrofon für eine bessere Akustik.

Infos zu den Unterrichtsplattformen: <https://www.vhs-bonn.de/info-und-service/info-zu-online-kursen-fuer-kursleitende.html>

Büchen ■ 50200N Online-Kurs Ina Schiffgens Online-Angebot

Montags und mittwochs,
17.04.-22.05.23,
18.40-20.10 Uhr, 10 Abende
86,70 EUR; erm. 62,52 EUR
8 - 10 Teilnehmende

Kaufmännisches Rechnen mit Excel - Online

Freuen Sie sich auf zwei spannende Excel-Tage und lassen Sie sich überraschen wie einfach es ist, kaufmännische Fragen von Excel lösen zu lassen.

Es erwarten Sie Themen wie ABC-Analyse, Break-Even-Berechnung, Deckungsbeitrag, Eigenfertigung/Fremdbezug, Finanzierung, Investitionsrechnung, Kalkulation, optimale Bestellmenge, Trendermittlung, Umsatzanalyse, Was-wäre-wenn-Sze-

narien, Wirtschaftlichkeits-Kennziffern...

Lassen Sie sich diesen Wissensvorsprung nicht entgehen. Kommen Sie mit Ihrem Excel-Grundlagenwissen zu uns und werden Sie zum Excel-Anwendungsprofi.

Im Kursentgelt sind Kosten für ein Lehrmittel enthalten das Ihnen vor Kursbeginn zugesandt wird. Bitte beachten Sie deshalb den An- und Abmeldeschluss.

Der Kurs findet online mit dem Konferenztool BigBlueButton (BBB) statt. Vor dem Start des Kurses erhalten die Teilnehmenden einen Anmelde-link. Sie benötigen keine Registrierung bei BBB. Notwendig sind ein PC, Laptop oder Tablet mit einem Webbrowser, Kamera/Lautsprecher/Mikrofon und ein stabiler Internetzugang. Nutzen Sie gerne einen Kopfhörer mit Mikrofon für eine bessere Akustik.

Infos zu den Unterrichtsplattformen: <https://www.vhs-bonn.de/info-und-service/info-zu-online-kursen-fuer-kursleitende.html>

Büchen ■ 50290N Online-Wochenendseminar

Jürgen Büscher
Online-Angebot
Samstag und Sonntag,
22.04.-23.04.23, 10.00-17.00 Uhr
109,37 EUR; erm. 84,31 EUR
6 Teilnehmende

An- und Abmeldung nur bis
07.04.2023 möglich!

Rechnungswesen

Einführung in die Finanzbuchführung auch als Modul 1 der Ausbildung „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung Xpert“, 2 x wöchentlich

Der 1. Teil vermittelt grundlegende Kenntnisse der Finanzbuchführung. Die einzelnen Stoffgebiete werden systematisch und praxisnah behandelt. Ziel ist das Beherrschen der Systemlogik der Buchführung verbunden mit dem Verständnis der buchhalterischen Zusammenhänge. Weiterhin werden Grundkenntnisse im Bereich der Umsatzsteuer vermittelt, die für die Praxis besonders wichtig sind.

Diese Veranstaltung findet unter Hygienevorschriften statt.

Im Kursentgelt sind Kosten für die



entsprechenden Xpert-Lehrbücher und weitere Lehrmittel enthalten. Teilnehmende werden gebeten zum ersten Unterrichtstag die neueste Ausgabe der Bücher 'Wichtige Wirtschaftsgesetze' und 'Wichtige Steuergesetze' erschienen im NWB-Verlag, mitzubringen. Die Bücher werden auch im Aufbaukurs genutzt.

Es besteht die Möglichkeit, im Anschluss an diesen Kurs eine bundeseinheitliche Teilprüfung für Xpert Business abzulegen. Prüfungsanmeldung siehe Kurs 5030A.

Büchen ■ 5030 Kurs
Petra Schneider
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Mittwochs und dienstags,
15.03.-03.05.23,
17.30-21.30 Uhr, 11 Abende
245,59 EUR; erm. 193,94 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Frühzeitige Anmeldung empfohlen!



Prüfung Xpert Business, Modul: Finanzbuchführung Grundkurs (1)

Prüfung für das Modul Finanzbuchführung 1 des europaweit anerkannten Zertifikats Xpert Business.

Weitere Informationen finden Sie unter <http://www.xpert-business.eu> oder wenden Sie sich an Frau Wichelhoven (0228) 774904 oder E-Mail an Margret.Wichelhoven@bonn.de.

!Für die Anmeldung zur Prüfung ist die datenschutzrechtliche Einwilligungserklärung und Anerkennung der Xpert Business Prüfungsordnung erforderlich. Die Prüfungsordnung und die Erklärung finden Sie unter <https://www.xpert-business.eu/de/ueber-uns/index.html>

Bitte senden Sie die unterschriebene Erklärung unter Angabe des Prüfungsmoduls und Ihres Geburtsdatums per E-Mail an den Fachbereich Beruf, IT & Digitales, Margret.Wichelhoven@bonn.de

Büchen ■ 5030A Prüfung
Margret Wichelhoven
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Dienstag, 09.05.23, 9.00-12.00 Uhr
71,10 EUR

Bei vorheriger Teilnahme am Kurs zu dieser Prüfung beträgt das Entgelt 65,00 EUR. Schriftliche An- und Abmeldung bis 09.04.2023!



Mit Xpert Business erwerben Sie fundierte kaufmännische Kenntnisse und Fähigkeiten - vom Einstieg bis zum professionellen Niveau.

Aufbauend auf Ihren Vorkenntnissen können Sie in diesem modularen System auf Ihrem individuellen Weg Ihr Weiterbildungsziel erreichen. Praktische Probleme aus dem betrieblichen Alltag bilden die Basis dieser Weiterbildung.

Xpert steht für ein qualitativvolles, standardisiertes System zur Zertifizierung von fachlichen und persönlichen Kompetenzen im Beruf.

Das Kurs- und Zertifikatssystem Xpert Business ist konsequent modular aufgebaut: Ein Abschluss kann für jedes Modul erworben und Modulgruppen können zu übergeordneten Zertifikaten zusammengezogen werden. Es vermittelt kaufmännische und betriebswirtschaftliche Kompetenzen praxisnah und innovativ: Die fachliche Ausbildung wird über das Arbeiten an Praxisproblemen realisiert und mit Modulen aus dem Bereich der sozialen Kompetenzen (Xpert Personal Business Skills) ergänzt.

Xpert Business-Abschlüsse werden auch durch FOM anerkannt. Siehe www.xpert-business.eu/de/hochschule

Sollten Sie sich für Module des Xpert Business interessieren, wenden Sie sich bitte an Frau Wichelhoven (0228) 77 49 04

Weitere Informationen finden Sie unter:

www.xpert-business.eu

Arbeitstechnik / Mitarbeiterführung

Online-Meetings strukturiert, aktiv und effizient durchführen - Onlinekurs

Meetings sind ein fester Bestandteil der Arbeitswelt, sei es zum allgemeinen Informationsaustausch, als Auftakt zu einem Projekt und zur Projektarbeit, zum Entwickeln kreativer Ideen, zum Austausch von Erfahrungen oder, oder.

Was vor dem Jahr 2020 eher die Ausnahme war, gehört heute zum gelebten „New Normal“ - Meetings werden online durchgeführt!

Damit Online-Meetings für alle Teilnehmenden einen hohen Nutzwert haben, braucht es das richtige Meetingformat, eine gute Struktur und aktivierende Methoden. Dieser Kurs vermittelt Ihnen strukturiert und teilnehmeraktiv Kenntnisse zu Meeting Formaten und zielführenden Methoden.

Kursmodul 1: Meeting Formate und ihre Zielsetzung (daily, weekly, Kick-Off, etc.)

Kursmodul 2: Methoden zum Start in ein Online-Meeting/Energizer

Kursmodul 3: Methoden zur Sammlung, Bearbeitung und Strukturierung von Arbeitsergebnissen

Kursmodul 4: Methoden zum Meeting-Ausstieg

Das Training findet online mit dem Konferenztool WebEx statt. Vor dem Start des Kurses erhalten die Teilnehmenden einen Anmeldelink. Bitte prüfen Sie auch Ihren Spamordner. Sie benötigen keine Registrierung bei WebEx. Notwendig sind ein PC, Laptop oder Tablet mit einem Webbrowser, Kamera/Lautsprecher/Mikrofon und ein stabiler Internetzugang. Nutzen Sie gerne einen Kopfhörer mit Mikrofon für eine bessere Akustik.

Hinweis: Damit Sie alle Funktionen der Anwendung Webex im Online-Kurs nutzen können, empfehlen wir die kostenfreie Webex App auf den eigenen Rechner zu laden.

Infos zu den Unterrichtsplattformen: <https://www.vhs-bonn.de/info-und-service/info-zu-online-kursen-fuer-kursleitende.html>

50750N Online-Kurs
Heike Oppen
Online-Angebot
Freitags 10.03.-31.03.23,
18.30-20.00 Uhr, 4 Abende
47,86 EUR; erm. 35,33 EUR
6 - 8 Teilnehmende



MeTuner: „Selbtsabotage“ und Selbstmanagement

Für Details siehe Kurs Seite 0

5133 Wochenendseminar
Ralph M. Bloemer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51
Samstag und Sonntag
04.03.-05.03.23, 10.00-17.00 Uhr
89,62 EUR; erm. 64,56 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Kommunikation / Persönliche Kompetenzen

Für die Vereinten Nationen arbeiten?

Berufliche Möglichkeiten bei internationalen Organisationen

Für Details siehe Kurs Seite 28

1501 Vortrag mit Diskussion
Rainer Döbelstein
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05
Mittwoch, 19.04.23, 18.00-20.00 Uhr
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.
10 - 40 Teilnehmende



ProfilPASS - die eigenen Kompetenzen richtig bilanzieren

Sie suchen berufliche Beratung? Sie wollen zusammenstellen und dokumentieren, was Sie in Ihrem beruflichen und privaten Leben gelernt haben? Sie wollen Ihr erworbenes Wissen, Ihre Fähigkeiten und Talente richtig und beruflich gewinnbringend einsetzen? Wir bieten Ihnen ein kostenloses Erstgespräch zum ProfilPASS. Mit dem ProfilPASS lernen Sie, Ihre Kompetenzen richtig einzuschätzen und was Sie noch tun sollten/müssen, um Ihren beruflichen Werdegang neu zu gestalten. Nach der Erstberatung können Sie entscheiden, ob Sie den ProfilPASS erwerben und unser damit verbundenes Coaching-Angebot (vier bis acht Einzelstunden) annehmen möchten.

!Bitte melden Sie sich zwecks Vereinbarung eines kostenlosen Kurzberatungstermins durch Herrn Harald Otto unter Telefon 77 49 05 oder per E-Mail an Harald.Otto@bonn.de!

Büchen ■ **5100** Erstberatung
Harald Otto
Volkshochschule Bonn, Mülheimer
Platz 1, 53103 Bonn
entgeltfrei



Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und der Europäischen Union



Kofinanziert von der Europäischen Union

Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen



Perspektiven im Erwerbsleben (PiE) an der VHS Bonn (Förderangebot des MAGS/NRW)

Gefördert wird die individuelle Beratung zur Unterstützung bei der Gestaltung der beruflichen Entwicklung sowie die Fachberatung zur Anerkennung im Ausland erworbener Berufsabschlüsse.

!Weitere Informationen und Terminvereinbarung zum Informationsgespräch unter 0228-7749 05 oder Mail an harald.otto@bonn.de!

Büchen ■ **5101** Beratung
Volkshochschule Bonn,
Mülheimer Platz 1, 53103 Bonn
entgeltfrei



Resilienz stärken - Onlinekurs

Gestresst im Berufs- oder Privatleben? Das Konzept der Resilienz richtet die Aufmerksamkeit auf lösungsorientierte Ansätze zur Stressbewältigung. Sie werden in diesem Kurs die Bedeutung von Resilienz für Ihre (berufliche) Leistungsfähigkeit kennenlernen und reflektieren den eigenen Umgang mit schwierigen Situationen und stärken damit Ihre Achtsamkeit. Außerdem entwickeln Sie Bewältigungsstrategien für kommende Krisen und können so den (Berufs-)Alltag souverän und gelassen bewerkstelligen.

Neben den theoretischen Grundlagen, werden auch praktische Übungen geteilt, die zur Stärkung der eigenen Resilienz beitragen.

Der Kurs findet als Online Seminar (Videokonferenz) mit der Software ZOOM statt. Vor dem Start des Kurses erhalten die Teilnehmenden per E-Mail einen entsprechenden Zugangslink.

Um an dem Training teilnehmen zu können, benötigen Sie einen PC, Laptop oder Tablet mit einem Webbrowser, Kamera/Lautsprecher/Mikrofon und installierter ZOOM App. Format, sowie ein stabilen Internetzugang. Nutzen Sie gerne einen Kopfhörer mit Mikrofon für eine bessere Akustik.

Infos zu den Unterrichtsplattformen: <https://www.vhs-bonn.de/info-und->

[service/info-zu-online-kursen-fuer-kursleitende.html](https://www.vhs-bonn.de/service/info-zu-online-kursen-fuer-kursleitende.html)

Büchen ■ **5102ON** Online-Kurs
Rabea Brozulat
Online-Angebot
Mittwochs 08.03.-22.03.23,
18.30-20.00 Uhr, 3 Abende
37,42 EUR; erm. 28,02 EUR
6 Teilnehmende



Selbst- und Zeitmanagement

Wünschen Sie sich mehr Struktur und Ordnung für eine bessere Work-Life-Balance? Vor allem durch die Corona-Pandemie arbeiten mehr Menschen im Home Office und müssen sich dadurch zwangsläufig selbst (besser) organisieren.

In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie sich selbst organisieren, Ziele setzen und erreichen, Strukturen und Listen effektiv erstellen und wie Sie Ihr Zeitmanagement in den Griff bekommen.

Anhand von praktischen Übungen wird das Erlernte direkt in die Praxis übertragen und Sie starten gut organisiert in die nächste Arbeitswoche. So gewinnen Sie den Überblick über Ihre To-Do's und schaffen wieder Freiraum für die wichtigen Dinge im Leben!

Im Präsenz-Seminar wenden wir das Gelernte in Praxisübungen direkt an und haben Zeit Ihre Ergebnisse individuell zu besprechen.

Büchen ■ **5103** Praxisseminar
Rabea Brozulat
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Samstag, 11.03.23, 10.00-14.15 Uhr
32,20 EUR; erm. 24,37 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Mein magisches Büro

Den privaten und beruflichen Büroalltag vollständig verwandeln, vereinfachen, rationalisieren und entschleunigen? Das geht mit dem richtigen Konzept schnell und gründlich. „Nebeneffekt“: Auch die Rationalisierung des Selbstmanagements (Wünsche und Ziele) erhält einen 'Booster'.

Der Kurs enthält Anleitungen zu sehr nützlichen, kostenlosen Programmen für die Digitalisierung von Dokumenten, fertige, herunterladbare Ordnungsstrukturen und Checklisten mit Erläuterungen, Lösungen zu unbeliebten Aufgaben wie Besprechungsprotokolle schreiben und kurzfristige Präsentationen und Vorträge. Alle Methoden sind PC-gestützt, digital und effektiv.

PC mit Bildschirm, Tastatur und Maus werden zur Verfügung gestellt.

Basiskonntnisse im PC sind Voraussetzung.

Kursinhalt:

- Digitalisierung (alle Dokumente sind schnell verfügbar)
- Nützliche (kostenlose) Software. Verständliche Anleitungen.
- Digitale Ordnungsstrukturen (für Steuern, Versicherungen, Wohnen, Auto usw.)
- Spezielle Checklisten (Meetings, Reisen, Vorträge usw.)
- Lösungen für typische Problemaufgaben
- Blindleistungen erkennen und auflösen (Entschleunigung!)
- Zielmanagement: Betten Sie Ihre Ziele in den Alltag ein!

Ein Skript wird auf einer Webseite zur Verfügung gestellt. Der Zugriff ist per Login möglich oder Sie bringen einen USB-Stick mit.

Büchen ■ **5105** Kurs
Hans-Joachim Beese
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Dienstags 18.04.-02.05.23,
10.00-12.15 Uhr, 3 Vorm.
59,74 EUR; erm. 44,32 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Erfolgreich telefonieren im Beruf

Informationen austauschen, Vereinbarungen treffen, argumentieren und überzeugen, Kontakt pflegen, beraten und verkaufen, Ärger und Konflikte aus dem Weg räumen, Lösungen finden - für all dies nutzen Sie das Telefon.

In diesem Seminar lernen Sie, Ihr Telefonverhalten bewusster wahrzunehmen und zu optimieren. Inhaltlich geht es vor allem um folgende Fragen:

- Was unterscheidet Telefongespräche von anderen Kommunikationsformen?
- Ihr Telefonverhalten als „Visitenkarte“ und Spiegel Ihrer Grundhaltung
- Stimme und Körpersprache wirkungsvoll einsetzen
- Telefongespräche gezielt vor- und nachbereiten
- Von der Begrüßung bis zum Abschluss: Typische Phasen ein- und ausgehender Gespräche
- Klar und verständlich, überzeugend und positiv formulieren
- Wer fragt, führt: Fragetechniken
- Dos und Don'ts der Telefonsprache
- Mit redseligen, wortkargen, unentschlossenen und wütenden Gesprächspartner*innen professionell umgehen.

Ehrenamtlich Tätige, die professionell telefonieren möchten, sind ebenfalls herzlich willkommen.

Bildungsförderung:

Der Staat fördert berufliche Weiterbildung, indem er die Hälfte der Kosten für bestimmte Kurse und Prüfungen bis zur Höhe von € 500 übernimmt.

Der Bildungsscheck NRW (www.mags.nrw/bildungsscheck)

Mit dem Bildungsscheck fördert das Land Nordrhein-Westfalen die berufliche Weiterbildung von Erwerbstätigen, die in NRW wohnen oder arbeiten und in einem Unternehmen mit weniger als 250 Beschäftigten arbeiten, Berufsrückkehrer/in oder selbstständig tätig sind.

Die Fördersumme beträgt 50 % der Lehrgangsgebühr, maximal € 500.

Auch neue Formen der Weiterbildung wie E-Learning werden gefördert.

Sie können jedes Jahr einen Bildungsscheck beantragen.

Voraussetzung: Ihr zu versteuernde Einkommen beträgt höchstens € 40.000 (gemeinsam Veranlagte: maximal € 80.000) pro Jahr. Sie sind nicht mehr in Ausbildung und weder im Öffentlichen Dienst noch bei einer öffentlich-rechtlichen Körperschaft beschäftigt.

Unter bestimmten Voraussetzungen können auch Unternehmen mit maximal 249 Beschäftigten bis zu 10 Bildungsschecks pro Jahr für die Fortbildung ihrer Mitarbeiter/innen nutzen.



Nutzen Sie den
BILDUNGSSCHECK

Wie erhält man die staatliche Förderung?

Informieren Sie sich frühzeitig, welche Fortbildung für Sie sinnvoll ist. Zu EDV- und anderen in Bonn stattfindenden berufsbezogenen VHS-Kursen berät Sie Herr Otto (Tel.: 0228/77 49 05) oder Frau Wichelhoven (Tel.: 0228/77 49 04).

Vereinbaren Sie einen Termin mit einer zugelassenen Beratungsstelle. In Bonn ist das LerNet (Tel.: 0228-96 96 87 60).

Weitere autorisierte Beratungsstellen finden Sie unter www.weiterbildungsberatung.nrw.

Gemeinsam mit Ihnen klären die Beraterinnen die Fördervoraussetzungen, Ihr Weiterbildungsziel und die Anforderungen an die Fortbildung. Die Beratung ist neutral, wirbt also nicht für bestimmte Kurse oder Anbieter. Wenn alle Kriterien erfüllt sind, erhalten Sie Ihren Bildungsscheck. Diesen reichen Sie vor Kursbeginn beim Anbieter Ihrer Weiterbildung ein.

Das Thema „Telefonkonferenzen“ wird im Kurs nicht behandelt.

Büchen

■ **5108** Wochenendseminar
Ursula Goeth
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Samstag, 25.02.23, 9.30-16.30 Uhr
43,86 EUR
8 - 10 Teilnehmende



Entdecken Sie die Überzeugungskraft Ihrer Stimme - Stimmtraining

Hören wir jemanden sprechen, machen wir uns ein Bild von der Person. Als Sprechende hingegen möchten wir überzeugend bei den Zuhörenden ankommen und verstanden werden. Stimme und Sprechausdruck sind hierbei entscheidende Faktoren, denn sie sind individuelle Merkmale und gelten als Ausdruck der Persönlichkeit und Befindlichkeit. Atem-, Stimm- und Sprechübungen helfen, unsere Stimme gesund zu erhalten und ihr Potential zu entdecken.

Dieses Seminar richtet sich an alle, die mehr über ihre Stimme, Sprech- und Ausdrucksweise erfahren und an ihrer Überzeugungskraft arbeiten wollen.

Im Kursentgelt sind Kosten für Lehrmittel enthalten.

Büchen

■ **5110** Wochenendseminar
Norvisi Stanic
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55
Freitag, 10.03.23, 18.30-21.30 Uhr,
Samstag, 11.03.23, 10.00-17.00 Uhr
47,11 EUR; erm. 35,84 EUR
10 - 12 Teilnehmende



Gekonnt frei Sprechen - Rhetorik -Training

Das freie Sprechen vor Gruppen gehört heute zum beruflichen Alltag. Jedoch stellen solche Vortrags- oder Präsentationssituationen häufig besondere Herausforderungen für uns dar, die von Unsicherheiten und Hemmungen begleitet sind.

Souverän vor anderen sprechen zu können, ist nicht reine Technik, sondern ein feines Zusammenwirken verschiedener kommunikativer

Aspekte wie abwechslungsreicher Sprechausdruck, lebendige Körpersprache, motivierender Hörerbezug, spannender Inhalt, nachvollziehbare Struktur, Selbstwahrnehmung und innere Haltung.

Ziel des Seminars ist es, mit Hilfe von praktischen Übungen, konstruktiver Kritik und Video-Analyse individuelle Stärken und Schwächen beim

freien Sprechen bewusst zu machen, um so die persönliche und inhaltliche Präsentation der Teilnehmenden zu verbessern.

Im Kursentgelt sind Kosten für Lehrmittel enthalten.

Büchen

■ **5112** Wochenendseminar
Norvisi Stanic
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Samstag und Sonntag,
03.06.-04.06.23, 9.30-17.15 Uhr
65,89 EUR; erm. 48,99 EUR
10 - 12 Teilnehmende



Bildungsurlaub Rhetorik und Gesprächsführung im Beruf

Ob Sie zu einem betrieblichen Anlass sprechen, einen Vortrag halten oder Ihre Zuhörer*innen überzeugen wollen: In diesem Bildungsurlaub lernen Sie, die drei unterschiedlichen Redetypen zielsicher aufzubauen und zu gestalten. Sie üben, Ihre Körpersprache, Stimme und Sprache wirkungsvoll einzusetzen, mit Lampenfieber umzugehen, angemessen auf Unterbrechungen zu reagieren und Ihre Inhalte geschickt zu visualisieren.

Häufiger als vor größeren Gruppen spricht man jedoch unter vier Augen oder im kleinen Kreis: Hier tauschen wir Wissen und Erfahrungen aus, entwickeln Ideen und lösen Probleme, bitten und verhandeln, beraten, geben Feedback und kritisieren, reagieren auf Vorwürfe usw. Damit Ihnen solche Gespräche leichter gelingen, erfahren Sie im Kurs Grundlegendes zu Kommunikation und Gesprächshaltungen und probieren Sie unterschiedliche Gesprächstechniken aus.

Alle Übungen sind freiwillig, und auch wer nur ungern das Wort ergreift, ist herzlich willkommen.

Im Kursentgelt sind Kosten für Kursunterlagen enthalten.

Dieses Kompaktseminar ist nach § 9 des Gesetzes zur Freistellung von Arbeitnehmern zum Zwecke der beruflichen und politischen Weiterbildung - Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Angemeldete Teilnehmende erhalten rechtzeitig eine entsprechende Bescheinigung für den Arbeitgeber.

Büchen

■ **5116** Bildungsurlaub
Ursula Goeth
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Montag, 13.03. bis Freitag, 17.03.23,
9.00-16.00 Uhr, 5 Tage
216,30 EUR; erm. 154,14 EUR
8 - 10 Teilnehmende



Business-Knigge - die modernen Umgangsformen

Menschen machen sich Bilder von Menschen und gestalten selbst das Bild, das andere sich von ihnen machen, bewusst oder unbewusst. Nicht zu selten passiert das Gegenteil des Erwünschten und manchmal versteht man nicht die Ursache. Wenn Ihr Auftreten und Handeln den Erfordernissen oder Erwartungen Ihres Geschäftspartners entspricht und im Einklang mit der Situation ist, gewinnen Sie. Um sich eine gewisse Sicherheit im Umgang mit Menschen zu verschaffen, wird das passende Verhalten antrainiert. In der Geschäftswelt, für feierliche Anlässe oder offiziellen Veranstaltungen lernen Sie korrekte Korrespondenz, Begrüßen, Vorstellen, Kundenkontakt, Smalltalk, Business-Bekleidung, Einladungen, Knigge-Apero, Tischregeln und vieles mehr. Die erworbenen Kenntnisse werden anhand praktischer Übungen trainiert. Im Kursentgelt sind Kosten für Lehrmittel enthalten.

Büchen ■ 5124 Wochenendseminar
Irina Völker
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60
Freitag, 24.03.23, 15.00-19.00 Uhr,
Samstag, 25.03.23, 10.00-14.00 Uhr
70,30 EUR; erm. 54,64 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Internationaler Businessknigge

Wie bewegen wir uns zwischen den Kulturen? Welche Gesten im Alltag haben unsere Aufmerksamkeit verdient? Diese Fragen stellen wir uns heute mehr denn je, auch ohne das Land wechseln zu müssen. Es beginnt damit, dass in großen Teilen der Welt wie Südamerika, Asien oder auch Südeuropa indirekt kommuniziert wird. Deutsche aber kommunizieren direkt. Wo der Dialog in anderen Ländern ritualisiert ist, kommt man in Deutschland gerne auf den Punkt, am liebsten schon im ersten Satz und es wird als unhöflich von internationalen Geschäftspartnern empfunden.

Die landespezifischen Eigenschaften im Beruf und Alltag werden diskutiert, wie Sie jemanden anreden und anschreiben, bevor Sie sich in der folgenden Korrespondenz oder in den sozialen Medien präsentieren. Besonderheiten der Geschäftskultur, des Kontaktaufbaus, der äußeren Erscheinung und vieles mehr werden thematisiert und mit praktischen Übungen verdeutlicht. Im Fokus stehen Europa, der angelsächsische Sprachraum, Skandinavien, Russ-

land sowie der Ferne Osten. Im Kursentgelt sind Kosten für Lehrmittel enthalten.

Büchen ■ 5125 Wochenendseminar
Irina Völker
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60
Freitag, 21.04.23, 15.00-19.00 Uhr,
Samstag, 22.04.23, 10.00-14.00 Uhr
62,80 EUR; erm. 47,14 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Einige Module des Xpert ccs

- Eigene Kultur
- Kulturelle Fremdheit
- Kulturelle Filter
- Technik des interkulturellen Umgang
- Kulturexploration
- Kulturgrammatik
- Interkulturelle Kommunikation
- Interkulturelle Handlungsfelder

Mehr Infos unter:

www.xpert-ccs.de

Styling-Knigge im Beruf für Mann und Frau

In jeder Branche und jedem Unternehmen gibt es eine eigene Kultur mit speziellen Regeln. Karrieretechnisch wird es fatal, wenn man versteckte Codes nicht erkennt oder nicht ernst nimmt. Das gilt auch für das berufliche Outfit. Kann es ein Fehler sein, sich im Beruf so zu kleiden, wie man es vom Studium gewohnt ist?

Die Dresscode-Falle: Bei der Business-Kleidung sollte man sich daran orientieren, wie sich die Mitarbeiter einer Hierarchiestufe höher anziehen. Damit kann man auf eine diskrete Art zeigen, dass man auch zu anderen Aufgaben herangezogen werden kann. Doch Vorsicht: Wer den Stil des Chefs einfach nachahmt oder sich gar mit teurerer Markenkleidung präsentiert, macht sicher keine Bella Figura. Dem drohen nicht nur das Gespött der unteren Ebe-

nen, sondern auch besonders kritische Blicke und Misstrauen von oben. Es stellt sich die Frage, wie genau nimmt es so einer mit Regeln und Ehrlichkeit?

In diesem Seminar werden Sie die wichtigsten Regeln für eine unkomplizierte Businessmode für Mann und Frau erfahren. Was wird Ihnen persönlich stehen. Es wird über Farben, Schnitte, Accessoires und Schuhe gesprochen: Dresscode zu verschiedenen Anlässen, u.a. Hochzeit und Kondolenz, mögliche Fettnäpfchen Dresscode im Home Office und Freizeit.

Es wird vermittelt, wie man das eigene Image mit Bekleidung verbessern kann und wie Ihre gesamte Erscheinung Ihre inneren Werte und Intelligenz widerspiegeln und unterstreichen kann.

Im Kursentgelt sind Kosten für Lehrmittel enthalten.

Büchen ■ 5126 Wochenendseminar
Irina Völker
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60
Freitag, 05.05.23, 15.00-19.00 Uhr,
Samstag, 06.05.23, 10.00-14.00 Uhr
60,80 EUR; erm. 45,14 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Smalltalk im Geschäftsleben

Freundlich und offen auf Menschen zugehen. Das ist Trainingsziel dieses Seminars. Menschen knüpfen häufig neue Beziehungen und wollen deshalb locker, leicht und charmant ins Gespräch kommen. Sie wollen eine sympathische Gesprächs- oder Verhandlungsatmosphäre geschickt aufbauen und wichtige Verbindungen knüpfen. Typische Situationen für den Smalltalk sind vielfach dann gegeben, wenn die anregende Unterhaltung mit anderen Menschen im Mittelpunkt des Geschehens steht. Die Kunst des kleinen Gespräches wird häufig zur Beziehungspflege genutzt, um den Boden für die spätere Durchsetzung eigener Ziele zu bereiten. Wir werden Strategien aufzeigen, mit denen die Teilnehmenden ein interessantes Gespräch in Smalltalk-Situationen professionell beginnen können. Sie werden trainieren, ansprechend von Ihren Fähigkeiten, Ideen und Leistungen zu erzählen. Die Teilnehmenden werden kommunikative Verhaltensweisen gezielt einsetzen lernen, damit sich Menschen in ihrer Gegenwart wohl fühlen, den Kontakt zu ihnen suchen und ausbauen. Dadurch lässt sich die Beziehungsebene erfolgreich und nachhaltig stärken.

Diese Veranstaltung richtet sich an

Selbstständige, Führungskräfte, Nachwuchskräfte.
Im Kursentgelt ist das DAHMS-Trainingsbuch Band 2 'Smalltalk' enthalten.

Büchen ■ **5132** Wochenendseminar
Christoph Dahms
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.48
Sonntag, 04.06.23, 9.00-16.00 Uhr
64,10 EUR; erm. 50,90 EUR
6 - 8 Teilnehmende



MeTuner: „Selbstsabotage“ und Selbstmanagement

Der Weg zum Erfolg ist mit harter Arbeit, Disziplin und Risiken gepflastert. Der Selbsterhaltungstrieb kann dabei unsere Pläne durchkreuzen: Sabotagemechanismen dienen der Vermeidung von unangenehmen Situationen und fragwürdigem Aufwand. Im Seminar analysieren wir die Hintergründe und Symptome dieser Verhaltensweisen und erarbeiten Möglichkeiten, damit zielführend umzugehen. Themen: Innerer Schweinehund, Aufschieben, Realitätsausblendung, unbewusste Erfolgsvermeidung, destruktive Selbstüberschätzung, Perfektionsfalle, Demotivationsspirale, Neid und Arroganz als Karrierebremsen. Mit Methoden des Selbstcoaching, Feedback-Übungen und Case Studies legen wir Routen an für ein angemessenes Selbstmanagement unter Berücksichtigung individueller Stärken und Schwächen.

Büchen ■ **5133** Wochenendseminar
Ralph M. Bloemer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51
Samstag und Sonntag
04.03.-05.03.23, 10.00-17.00 Uhr
89,62 EUR; erm. 64,56 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Existenzgründung im Ruhestand - Neue Wege in der Rente!

Die Phase vor und nach dem Ende der Arbeitstätigkeit kann man auf verschiedene Arten gestalten. Der Wunsch nach neuen beruflichen Herausforderungen, nach einer finanziellen Aufbesserung der Rente oder nach Selbstverwirklichung kann zur Gründung eines Unternehmens führen oder zur Aufnahme einer freiberuflichen Tätigkeit.

Sie erhalten Informationen über die wirtschaftlichen, rechtlichen und steuerlichen Rahmenbedingungen. Weitere Inhalte sind: beschränkter Einsatz von Zeit, Umgang mit den Finanzen, Begrenzung des Risikos, Gründungsbeispiele und aktuelle Informationen.

Im Kursentgelt sind Kosten für ein vom Dozenten erstelltes ausführliches Skript enthalten.

Büchen ■ **5140** Infoveranstaltung
Jürgen von zur Mühlen
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51
Freitag, 02.06.23, 18.00-21.15 Uhr
31,98 EUR; erm. 25,72 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Erfolgreich selbstständig - Existenzgründung

Endlich selbstständig, endlich die eigenen Ideen verwirklichen - Sie erhalten hier das Handwerkszeug, um Ihr Ziel umzusetzen: von der Geschäftsplanung über Marktchancen, Marketing und PR, Standort-, Umsatz-, Kosten- und Gewinnplanung, Quellen der Mittelbeschaffung bis zu Rechtsformen, steuerlichen Kriterien und Versicherungen sowie Praxistipps und ein ausführliches Skript mit umfangreicher Link-Liste. Nach diesem Kurs sind Sie in der Lage, konkret mit Ihrer Geschäftsplanung zu beginnen. Für die Praxisübungen sind Ihre Gründungsideen gerne gesehen.

Der Dozent ist Gutachter bei den Businessplan-Wettbewerben in München und Köln.

Im Kursentgelt sind Kosten für ein vom Dozenten erstelltes ausführliches Skript enthalten.

Büchen ■ **5141** Wochenendseminar
Jürgen von zur Mühlen
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51
Samstag und Sonntag,
03.06.-04.06.23, 9.15-16.45 Uhr
101,62 EUR; erm. 76,56 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Öffentlichkeitsarbeit: Mit dem Startup oder Verein in die Medien kommen

Mit dem Verein oder dem jüngst gegründeten Startup in die Zeitung kommen - das ist heute keine leichte Übung mehr. Auch eine gute Pressemitteilung fällt schnell unter den Redaktionstisch. Sie wollen trotzdem öffentliche Aufmerksamkeit haben, um das Geschäft anzukurbeln oder Vereinsmitglieder zu finden? Dann ist Storytelling eine gute Alternative. Sie lernen im Kurs, wie Sie auf Ihrer Homepage, im eigenen Blog oder auf Twitter Ihre Geschichte erzählen. So schaffen Sie Öffentlichkeit, um Ihre Zielgruppe zu erreichen. Wie Ihre Story entsteht, welche Rolle Presseinfo, Fotos, Homepage oder Blog und Twitter haben, das erarbeiten wir an zwei Tagen. Nach einem ersten

Theorieteil geht es zwei Wochen später darum, Ihre ersten Ideen veröffentlichungsreif zu machen. Teilnehmende erhalten ein Skript als pdf-Datei.

Büchen ■ **5150** Wochenendseminar
Markus Schulte
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51
Samstags, 22.04. und 06.05.23,
10.00-14.15 Uhr, 2 Tage
58,30 EUR; erm. 42,64 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Einführung in das Onlinemarketing

In der letzten Zeit stehen viele KMUs und auch Freiberufler vor der Frage, wie sie ihre Marketingstrategie digitalisieren können. In diesem Kurs behandeln wir die Grundlagen des Online-Marketings und besprechen die gängigsten Online-Marketing Kanäle aus der Sicht ihrer Anwendbarkeit für KMUs und freiberuflich tätige Personen.

In diesem Kurs werden folgende Themen behandelt:

- Aufbau einer Marketing-Strategie für Produkte und Dienstleistungen mit Fokus auf Online-Präsenz
- Übersicht der wichtigsten Online-Marketing Kanäle (Social Media, E-Mail Marketing, SEO, Content Marketing, Online-PR, Online Werbung (z.B. Google Ads oder Facebook Ads))
- Vorstellung von gängigen Tools und Leitfäden (Best Practices) für jeden Kanal

Büchen ■ **5155** Wochenendseminar
Elena Semenova
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Samstag und Sonntag,
25.02.-26.02.23, 10.00-15.00 Uhr
77,62 EUR; erm. 57,06 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Sich mit Gelassenheit und Humor selbst behaupten - Strategien für Frauen

Für Details siehe Kurs Seite 155

Büchen ■ **5850** Wochenendseminar
Sonja Waszerka
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60
Samstag und Sonntag,
03.06.-04.06.23,
10.00-18.00 Uhr, 2 Tage
100,06 EUR; erm. 71,87 EUR
6 Teilnehmende



Netzwerken für Frauen

Für Details siehe Kurs Seite 155

- Büchen** ■ **5853** Netzwerkseminar
 Sonja Waszerka
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51
 Mittwoch, 22.03.23, 17.30-21.00 Uhr
 30,70 EUR; erm. 23,92 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

Medienwerkstatt

Bildbearbeitung mit Photoshop CS6 - Grundlagen - Online

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Büchen** ■ **5533ON** Online-Kurs
 Günter Barczewski
 Online-Angebot
 Dienstags 07.02.-07.03.23,
 18.00-20.15 Uhr, 5 Abende
 95,50 EUR; erm. 69,80 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

Bildbearbeitung mit Photoshop CS6 - Aufbaukurs - Online

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Büchen** ■ **5535ON** Online-Kurs
 Günter Barczewski
 Online-Angebot
 Dienstags 18.04.-16.05.23,
 18.00-20.15 Uhr, 5 Abende
 95,50 EUR; erm. 69,80 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

CEWE FOTOBUCH

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Büchen** ■ **5551** Kurs
 Gunnar Martens
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
 Mittwochs 03.05.-10.05.23,
 18.00-21.00 Uhr, 2 Abende
 43,30 EUR; erm. 32,74 EUR
 8 - 9 Teilnehmende

Visitenkarten, Flyer und Co - Geschäftspapiere mit Adobe InDesign erstellen

Für Details siehe Kurs Seite 149

- Büchen** ■ **5570** Wochenendseminar
 Gunnar Martens
 VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13
 Samstag und Sonntag,
 13.05.-14.05.23, 10.00-17.00 Uhr
 84,50 EUR; erm. 63,38 EUR
 7 - 8 Teilnehmende

Angebote rund um die Schule: Angebote für Schülerinnen und Schüler/Eltern

Mein Kind bei der Berufswahl begleiten

Für Details siehe Kurs Seite 61

- Büchen** ■ **2228** Kurzseminar
 Dorothea Herzog, Dr. Erik vom Hövel
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
 Mittwoch, 22.03.23, 19.00-21.00 Uhr
 entgeltfrei, Anmeldung erforderlich
 8 - 15 Teilnehmende

Abendgymnasium und Kolleg (WbK Bonn) Weiterbildungskolleg der Bundesstadt Bonn



Bildungsgänge:
 Kolleg (30 Unterrichtsstunden pro Woche)
 Abendgymnasium (20 Unterrichtsstunden pro Woche)
 abitur-online.nrw (10 Stunden Präsenz- und 10 Stunden Distanzunterricht)

Abschlüsse:

Fachhochschulreife

Allgemeine Hochschulreife

Unterrichtszeiten:

Vormittags: 8.30 - 15.30 Uhr

Abends: 17.30 - 22.05 Uhr

Aufnahme:

Im Februar und August jeden Jahres nach intensiver individueller Beratung; Voraussetzung sind das Mindestalter (18 Jahre) und eine zweijährige Berufstätigkeit (bspw. Lehre, Arbeitslosenzeiten, freiwillige soziales Jahr, Bundeswehrzeiten,)

- Büchen** ■ **5201** Information
 Patricia Wolf
 Abendgymnasium Bonn
 entgeltfrei

!Weitere Infos unter www.weiterbildungskolleg-bonn.de oder Mail an info@wbk-bonn.de.

Abendrealschule - Weiterbildungskolleg der Bundesstadt Bonn



An unserer Schule stehen den Lernenden sehr engagierte Fachlehrer/innen, Förderlehrer/innen sowie ein Team von Sozialpädagogen/innen in ihren schulischen Belangen sowie bei der Bewältigung der Anforderungen des täglichen Lebens zur Seite.

Abschlüsse:

Hauptschulabschluss nach Klasse 9

Hauptschulabschluss nach Klasse 10

Fachoberschulreife

Fachoberschulreife mit Berechtigung zum Besuch der gymnasialen Ausbildungsgänge im Berufskolleg oder des Abendgymnasiums / Kollegs
 Arbeitsgemeinschaften / Projekte:
 Theater, Fußball, Schüleraustausch (E2C)

Europäischer EDV-Führerschein, diverse Zertifikate

Unterrichtszeiten:

Vormittags: 8.30 Uhr - 13.30 Uhr (1.-4. Semester, KuS - Kind und Schule - Klasse, PARS Praktikum an der Abendrealschule, FK - Frauenklassen, IVK - Internationale Vorbereitungsklassen)
 Nachmittags: 14.00 Uhr - 19.00 Uhr (1.-4. Semester, Förderkurse zum Erwerb des HA 9 / 10)

Abends: 15.40 Uhr - 20.40 Uhr (1.-4. Semester): nur bei ausreichender Anzahl von Anmeldungen

- Büchen** ■ **5205** Information
 Julia Nonhoff
 entgeltfrei

!Weitere Infos unter www.abendrealschule-bonn.de oder Mail an sekretariat@abendrealschule-bonn.de.

Junge VHS

10 Finger-Schreiben am PC für 10-15 jährige

Für Details siehe Kurs Seite 155

- Büchen** ■ **5831** Ferienkurs
 Rolf Pallagst
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
 Dienstag, 11.04. bis Freitag
 14.04.23, 9.00-12.00 Uhr, 4 Vorm.
 117,62 EUR; erm. 90,16 EUR
 8 - 9 Teilnehmende

Junge VHS

10 Finger-Schreiben am PC für 10-15 jährige

Für Details siehe Kurs Seite 155

- Büchen** ■ **5833** Ferienkurs
 Rolf Pallagst
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
 Dienstag, 11.04. bis Freitag
 14.04.23, 12.00-15.00 Uhr, 4 Nachm.
 117,62 EUR; erm. 90,16 EUR
 8 - 9 Teilnehmende

Junge VHS

10 Finger-Schreiben am PC für 10-15 jährige

Für Details siehe Kurs Seite 155

- Büchen** ■ **5835** Ferienkurs
Rolf Pallagst
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Montag 26.06. bis Freitag 30.06.23,
9.00-12.00 Uhr, 5 Vorm.
141,50 EUR; erm. 107,18 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Junge VHS

10 Finger-Schreiben am PC für 10-15 jährige

Für Details siehe Kurs Seite 155

- Büchen** ■ **5837** Ferienkurs
Rolf Pallagst
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Montag 26.06. bis Freitag 30.06.23,
12.00-15.00 Uhr, 5 Nachm.
141,50 EUR; erm. 107,18 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Grundlagen EDV

Info-Veranstaltung Xpert ECP (Europäischer Computer Pass)

Beruflicher Wieder-/Einstieg durch / mit Xpert an der VHS Bonn

Xpert ist das durch die Europäische Prüfungskommission anerkannte modulare Zertifizierungssystem der Volkshochschulen für berufliche Qualifizierung. Die Teilnehmenden erhalten einen umfassenden Überblick über Struktur und Inhalte von Xpert.

- Büchen** ■ **5240** Infoveranstaltung
Harald Otto
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Dienstag, 24.01.23, 14.00-15.00 Uhr
entgeltfrei
5 - 9 Teilnehmende

Um Anmeldung wird gebeten!



Einführung in Windows 10 für 55+, 2 x wöchentlich VHS für Ältere

Sie sind es leid, immer andere fragen zu müssen, wenn am Computer mal wieder was nicht so läuft, wie Sie das wollen? Lernen Sie die ersten Schritte im Betriebssystem Windows 10. Erfahren Sie, wie und wo Windows Ihre Dateien speichert und wie Sie selber Windows an Ihre persönlichen Wünsche anpassen können. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Im Kursentgelt sind Kosten für Lehrmittel enthalten.

- Büchen** ■ **5250** Kurs
Henner Malchert
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Montags und donnerstags,
30.01.-23.02.23,
9.00-12.15 Uhr, 6 Vorm.
130,70 EUR; erm. 99,02 EUR
8 - 9 Teilnehmende

- Büchen** ■ **5251** Kurs
Henner Malchert
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13
Montags und donnerstags,
17.04.-08.05.23,
9.00-12.15 Uhr, 6 Vorm.
130,70 EUR; erm. 99,02 EUR
6 - 8 Teilnehmende



PC-Basiswissen und Internet für Ältere (55+), 2 x wöchentlich VHS für Ältere

Vermittlung von PC-Basiswissen mit ersten Schritten im Internet. Lernen Sie die vielfältigen Möglichkeiten des Internet kennen. Erfahren Sie den Umgang mit einem Browser, wie Sie gezielt im Internet suchen und finden.

Grundsätzliches zu eMail, eMail-Adressen und Internetsicherheit runden diesen Kurs ab. Im Kursentgelt sind Kosten für Lernmittel enthalten.

- Büchen** ■ **5253** Kurs
Werner Schlimbach
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13
Dienstags und donnerstags,
14.02.-07.03.23,
9.00-12.00 Uhr, 6 Vorm.
153,14 EUR; erm. 112,03 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Windows 10 Aufbaukurs für Ältere 55+, 2 x wöchentlich VHS für Ältere

Vertiefen Sie Ihre Windows Kenntnisse und erweitern Sie Ihr Können. Erfahren Sie, wie Sie: Dateien sichern, Inhalte aus dem Internet auf dem Computer weiter verwenden, Anhänge per eMail verschicken, sich selber helfen können, wenn es am PC mal klemmt. Erste Erfahrungen mit Windows 10 sollten Sie hierfür bereits haben.

Sie können das Lehrmittel aus Kurs 5250 oder 5251 in diesem Kurs ebenfalls nutzen.

- Büchen** ■ **5255** Kurs
Henner Malchert
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Montags und donnerstags,
06.03.-23.03.23,
9.00 - 12.15 Uhr, 6 Vorm.
149,14 EUR; erm. 108,03 EUR
6 - 8 Teilnehmende

- Büchen** ■ **5256** Kurs
Henner Malchert
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13
Montags und donnerstags,
11.05.-05.06.23,
9.00-12.15 Uhr, 6 Vorm.
149,14 EUR; erm. 108,03 EUR
6 - 8 Teilnehmende



PC-Grundlagen Xpert Starter mit Windows 10, Xpert Europäischer Computerpass, 2 x wöchentlich

In diesem Kurs erhalten Teilnehmende einen Einblick in den Aufbau eines typischen PC-Systems. Sie erwerben die Fähigkeit, die Benutzeroberfläche von Windows zu bedienen und anwenderbezogen zu konfigurieren und Objekte (Datenträger, Ordner und Dateien) mit dem Windows-Explorer zu verwalten. Sie haben einen Einblick in Organisation, Aufbau und die Dienste des Internets, weiterhin die Fähigkeit, die beiden wichtigsten Internetdienste (WWW und E-Mail) anzuwenden sowie die Gefahren, die sich aus der Nutzung des Internets ergeben, zu erkennen. Sie haben zudem einen grundlegenden Überblick über die Oberfläche von Windows-Apps.

Im Kursentgelt sind Kosten für das entsprechende Xpert-Lehrbuch enthalten.

Der Lehrgang ist ein Modul des Lehrgangs- und Prüfungssystem Xpert Europäischer Computer Passport und kann mit einer Xpert ECP ITS R3 Online Prüfung abgeschlossen werden. Prüfungsanmeldung siehe 5260A oder 5310A.

- Büchen** ■ **5260** Kurs
Werner Schlimbach
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Montags und mittwochs,
06.02.-06.03.23,
18.00-21.00 Uhr, 8 Abende
211,82 EUR; erm. 157,00 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Online-Prüfung für alle Module, Xpert Europäischer Computerpass

Prüfung für alle Module des europaweit anerkannten Zertifikats Xpert Europäischer Computerpass. Die Prüfung findet am Mülheimer Platz 1, 53111 Bonn an den Rechnern im PC-Raum statt.

!Anmeldungen nur schriftlich an Margret Wichelhoven, Fachbereich Beruf, IT und Digitales oder per E-Mail an Margret.Wichelhoven@bonn.de. Bitte bei der Anmeldung das gewünschte Prüfungsmodul und das Geburtsdatum angeben, sowie die unter folgendem Link (htt-



Europäischer Computer Pass (ECP)

Zielgruppe: Erwachsene (privat Interessierte, Berufstätige und Selbständige, die EDV-Kenntnisse nachweisen möchten.)

Ziele: Die sechs Module des Lehrgangssystems vermitteln umfassende Kenntnisse und praktische Fertigkeiten mit grundlegenden EDV-Techniken sowie mit gängigen Anwenderprogrammen im Office-Bereich und im Umgang mit dem Internet.

Wahlmodule:

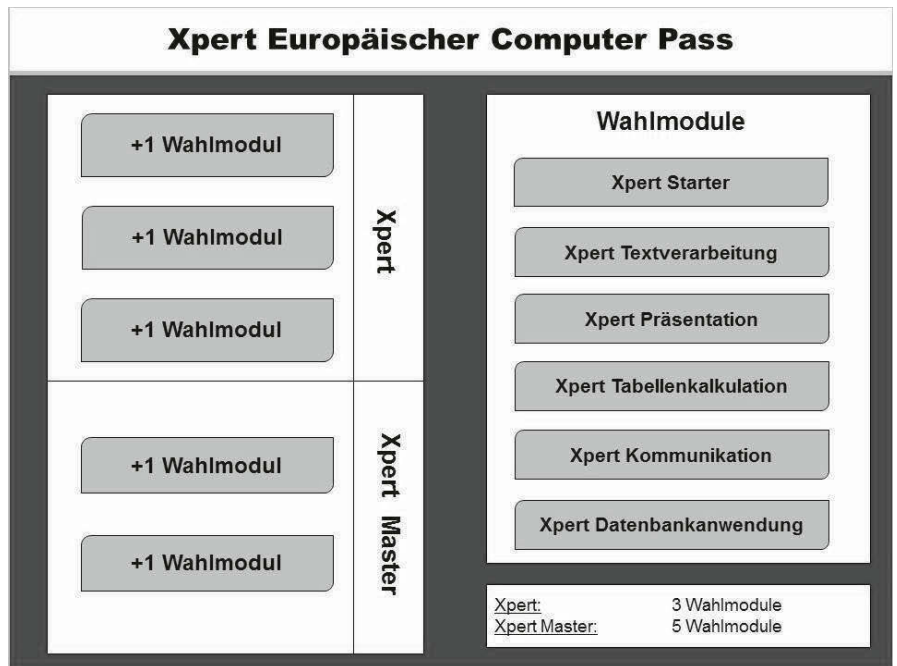
- Xpert Starter
- Textverarbeitung Basics
- Präsentation
- Tabellenkalkulation
- Kommunikation/Organisation
- Datenbankanwendung

Die Module können einzeln sowie in jeder beliebigen Reihenfolge absolviert werden. Jedes Modul schließt mit einer europaweit anerkannten Prüfung ab. Für jede bestandene Prüfung wird ein Zeugnis vergeben.

Nach erfolgreicher Absolvierung von drei frei wählbaren Modulen, wird der Abschluss **European Computer Passport „Xpert“** erreicht. Wenn zwei weitere Module erfolgreich absolviert werden, wird der Abschluss **European Computer Passport „Xpert Master“** erworben.

Prüfungstermine finden Sie bei den jeweiligen Modulen. Sie können an den Prüfungen selbstverständlich auch ohne Besuch eines Kurses teilnehmen.

Weitere Informationen finden Sie unter:
www.vhs-nds.de



ps://www.vhs-nds.de/files/epz/img/itsR3/dsgvo_einwilligungserklaerung_epz.pdf) bereitgestellte Zustimmung zur Weiterverarbeitung von personenbezogenen Daten beifügen!

Buchten

■ **5260A** Prüfung
Margret Wichelhoven
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montag, 20.03.23, 9.00-11.00 Uhr
50,77 EUR

Bei vorheriger Teilnahme am Kurs zu dieser Prüfung beträgt das Entgelt 44,67 EUR. Schriftliche An- und Abmeldung bis 12.03.2023!

!Sicher in den richtigen Kurs.
Kursberatung unter Telefon 0228 - 77 49 04/-05

Buchten

■ **5270** Kurs
Hans-Peter Weis
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montags und mittwochs,
30.01.-06.03.23,
18.30-21.30 Uhr, 10 Abende
207,10 EUR; erm. 154,30 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Online-Prüfung für alle Module, Xpert Europäischer Computerpass

Für Details siehe Kurs Seite 144

Buchten

■ **5310A** Prüfung
Margret Wichelhoven
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montag, 05.06.23, 9.00-11.00 Uhr
50,77 EUR

Xpert ECP Praxis - Fit im Büroalltag, 2 x wöchentlich

Der praxisnahe Zertifikatslehrgang Xpert ECP Praxis vermittelt Lerninhalte zu Dateimanagement, Textverarbeitung, Tabellenkalkulation und Präsentation in einem EDV-Kompaktlehrgang. Dabei werden Kenntnisse zum Betriebssystem Windows und den MS-Office-Programme vermittelt bzw. vertieft, um diese sicherer und effizienter anwenden zu können.

Vorkenntnisse: Grundkenntnisse im Umgang mit Windows.

Der Kurs vermittelt unter anderen folgenden Inhalte:

- Windows: Dateimanagement-Grundlagen.
- Word: Textgestaltung, Kopf-/Fußzeilen, Tabellen eingeben und ge-

Sicherheit und Datenschutz für Windows-PC und Android-Smartphone (Workshop) (nicht für iPhone oder iPad)

Für Details siehe Kurs Seite 151

- Büchen** ■ **5650** Workshop
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Donnerstag, 02.02.23,
10.00-14.00 Uhr
33,92 EUR; erm. 25,57 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Sicherheit und Datenschutz für Windows-PC und Android-Smartphone (Workshop) (nicht für iPhone oder iPad)

Für Details siehe Kurs Seite 151

- Büchen** ■ **5652** Workshop
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Mittwoch, 22.02.23, 10.00-14.00 Uhr
33,92 EUR; erm. 25,57 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Workshop: Windows 10/11 bündigen

Für Details siehe Kurs Seite 151

- Büchen** ■ **5665** Workshop
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Donnerstag, 02.02.23,
14.30-18.00 Uhr
30,48 EUR; erm. 23,17 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Workshop: Windows 10/11 bündigen

Für Details siehe Kurs Seite 151

- Büchen** ■ **5667** Workshop
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Mittwoch, 22.02.23, 14.30-18.00 Uhr
30,48 EUR; erm. 23,17 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Computer - Sprechstunde (Windows)

Für Details siehe Kurs Seite 156

- Büchen** ■ **5920** Fragestunde
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Dienstag, 28.02.23, 18.00-20.30 Uhr
17,38 EUR; erm. 12,17 EUR
6 Teilnehmende

Mac

iMac oder MacBook - Einführung am eigenen Gerät

Sie lernen Ihr Gerät von Grund auf kennen, richten „Mail“ für Ihre E-Mails ein, surfen mit Safari und lernen die Bedienung von Tastatur und Maus, die Benutzeroberfläche, den Finder und andere bereits installierte Programme am eigenen Gerät kennen.

Die Teilnehmenden sollen das eigene Gerät mit Tastatur, Maus und Stromversorgung mitbringen. Dieser Kurs ist sowohl für Einsteiger als auch Umsteiger geeignet.
Voraussetzung: eigene Apple-Id, MacBook(Pro) oder iMac. (Kein iPad oder iPhone)

- Büchen** ■ **5296** Kurs
Henner Malchert
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Dienstags, 31.05. und 07.06.23,
9.00-12.15 Uhr, 2 Vorm.
53,78 EUR; erm. 40,08 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Mein iPhone (Apple - Smartphone oder Tablet) - Workshop für Einsteiger/-innen (nur für iPhone/iPad)

Für Details siehe Kurs Seite 151

- Büchen** ■ **5680** Wochenendworkshop
Melanie Schroeder
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51
Samstag und Sonntag,
25.02.-26.02.23,
10.00-15.00 Uhr, 2 Tage
70,74 EUR; erm. 51,95 EUR
6 Teilnehmende

Mein iPhone (Apple - Smartphone oder Tablet) - Workshop für Einsteiger/-innen (nur für iPhone/iPad)

Für Details siehe Kurs Seite 151

- Büchen** ■ **5681** Wochenendworkshop
Melanie Schroeder
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Samstag und Sonntag,
06.05.-07.05.23,
10.00-15.00 Uhr, 2 Tage
70,74 EUR; erm. 51,95 EUR
6 Teilnehmende

Word - Textverarbeitung

Info-Veranstaltung Xpert ECP (Europäischer Computer Pass) Beruflicher Wieder-/Einstieg durch / mit Xpert an der VHS Bonn

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Büchen** ■ **5240** Infoveranstaltung
Harald Otto
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Dienstag, 24.01.23, 14.00-15.00 Uhr
entgeltfrei
5 - 9 Teilnehmende



Online-Prüfung für alle Module, Xpert Europäischer Computerpass

Für Details siehe Kurs Seite 141

- Büchen** ■ **5260A** Prüfung
Margret Wichelhoven
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montag, 20.03.23, 9.00-11.00 Uhr
50,77 EUR



Xpert ECP Praxis - Fit im Büroalltag, 2 x wöchentlich

Für Details siehe Kurs Seite 142

- Büchen** ■ **5270** Kurs
Hans-Peter Weis
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montags und mittwochs,
30.01.-06.03.23,
18.30-21.30 Uhr, 10 Abende
207,10 EUR; erm. 154,30 EUR
8 - 9 Teilnehmende



Word für Ältere (55+) VHS für Ältere

In diesem Seminar werden die Grundfunktionen von Microsoft Office Word dargestellt. Sie lernen die richtige Gestaltung von Texten und Briefen, etc. anhand von typischen Fallbeispielen, wie Sie Ihnen im Alltag begegnen können. Am Ende des Kurses sind Sie für den Alltag gewappnet und können ihn stressfrei erledigen.

Im Kursentgelt sind Kosten für Lernmittel enthalten.

- Büchen** ■ **5308** Kurs
Werner Schlimbach
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Montags 17.04.-05.06.23,
9.00-12.00 Uhr, 6 Vorm.
153,14 EUR; erm. 112,03 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Textverarbeitung (Word) Basics mit Office 2016, Xpert Europäischer Computerpass, 2 x wöchentlich

Sie haben schon einige Vorkenntnisse im Betriebssystem Windows, aber manches in der Textverarbeitung mit Word klappt noch nicht? Sie möchten endlich Ihre Texte ansprechend gestalten können? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Behandelt werden Grundfunktionen des Programms, Gestaltung fertiger Texte, Textbausteine erstellen und verwalten, Tabulatoren und Tabellen, Dokument- und Formatvorlagen etc. Voraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang mit Windows.

Im Kursentgelt sind Kosten für das entsprechende Xpert-Lehrbuch enthalten.

Der Lehrgang ist ein Modul des Lehrgangs- und Prüfungssystem Xpert Europäischer Computer Passport und kann mit einer Xpert ECP ITS R3 Online Prüfung abgeschlossen werden. Prüfungsanmeldung siehe 5310A.

Büchen ■ **5310** Kurs
Gianni Carboni
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Montags und mittwochs,
24.04.-31.05.23,
18.30-21.30 Uhr, 10 Abende
259,50 EUR; erm. 190,98 EUR
6 - 8 Teilnehmende

!Sicher in den richtigen Kurs.
Kursberatung unter Telefon 0228 - 77
49 04/-05



Online-Prüfung für alle Module, Xpert Europäischer Computerpass

Prüfung für alle Module des europaweit anerkannten Zertifikats Xpert Europäischer Computerpass. Die Prüfung findet am Mülheimer Platz 1, 53111 Bonn an den Rechnern im PC-Raum statt.

!Anmeldungen nur schriftlich an Margret Wichelhoven, Fachbereich Beruf, IT & Digitales oder per E-Mail an Margret.Wichelhoven@bonn.de. Bitte bei der Anmeldung das gewünschte Prüfungsmodul und das Geburtsdatum angeben, sowie die unter folgendem Link (https://www.vhs-nds.de/files/epz/img/itsR3/dsgvo_einwilligungserklaerung_epz.pdf) bereitgestellte Zustimmung zur Weiterverarbeitung von personenbezogenen Daten beifügen!

Büchen ■ **5310A** Prüfung
Margret Wichelhoven
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montag, 05.06.23, 9.00-11.00 Uhr
50,77 EUR

Bei vorheriger Teilnahme am Kurs zu dieser Prüfung beträgt das Entgelt 44,67 EUR. Schriftliche An- und Abmeldung bis 28.05.2023!

Einstieg in die Textverarbeitung und der Tabellenkalkulation 2016

Einstieg in die gängigsten Funktionen von Excel und Word.

Sie erwerben Basiswissen in Word, in Bezug auf die Bearbeitung von Texten, wie Kopieren, Einfügen, Textgestaltung und Layout usw. Im weiteren Verlauf erhalten Sie ebenfalls Kenntnisse in der Tabellenkalkulation (Excel) über Formeln und Zahlen, um damit Berechnungen und grafische Darstellungen auszuführen.

Voraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang mit Windows.

Im Kursentgelt sind Kosten für Lernmittel enthalten.

Büchen ■ **5343** Kurs
Werner Schlimbach
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13
Mittwochs 26.04.-31.05.23,
9.00-12.00 Uhr, 6 Vorm.
156,14 EUR; erm. 115,03 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Excel - Tabellenkalkulation

Kaufmännisches Rechnen mit Excel - Online

Für Details siehe Kurs Seite 134

Büchen ■ **50290N** Online-Wochenendseminar
Jürgen Büscher
Online-Angebot
Samstag und Sonntag,
22.04.-23.04.23, 10.00-17.00 Uhr
109,37 EUR; erm. 84,31 EUR
6 Teilnehmende

Info-Veranstaltung Xpert ECP (Europäischer Computer Pass) Beruflicher Wieder-/Einstieg durch / mit Xpert an der VHS Bonn

Für Details siehe Kurs Seite 0

Büchen ■ **5240** Infoveranstaltung
Harald Otto
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Dienstag, 24.01.23, 14.00-15.00 Uhr
entgeltfrei
5 - 9 Teilnehmende



Online-Prüfung für alle Module, Xpert Europäischer Computerpass

Für Details siehe Kurs Seite 141

Büchen ■ **5260A** Prüfung
Margret Wichelhoven
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montag, 20.03.23, 9.00-11.00 Uhr
50,77 EUR



Xpert ECP Praxis - Fit im Büroalltag, 2 x wöchentlich

Für Details siehe Kurs Seite 142

Büchen ■ **5270** Kurs
Hans-Peter Weis
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montags und mittwochs,
30.01.-06.03.23,
18.30-21.30 Uhr, 10 Abende
207,10 EUR; erm. 154,30 EUR
8 - 9 Teilnehmende



Online-Prüfung für alle Module, Xpert Europäischer Computerpass

Für Details siehe Kurs Seite 144

Büchen ■ **5310A** Prüfung
Margret Wichelhoven
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montag, 05.06.23, 9.00-11.00 Uhr
50,77 EUR

Einstieg in die Textverarbeitung und der Tabellenkalkulation 2016

Für Details siehe Kurs Seite 144

Büchen ■ **5343** Kurs
Werner Schlimbach
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13
Mittwochs 26.04.-31.05.23,
9.00-12.00 Uhr, 6 Vorm.
156,14 EUR; erm. 115,03 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Excel-Vertiefungskurs: Datenmanagement mit MS Excel

Sie haben Grundkenntnisse in der Bedienung von MS Excel und möchten diese erweitern. In diesem Kurs lernen Sie den grundsätzlichen Umgang mit Datensätzen, wie z.B. Formatieren, Bereinigen, Filtern, Sortieren, Pivotalisieren. Dabei geht es nicht nur um die Funktionen von Excel, sondern auch darum wie Daten möglichst effizient organisiert werden können.

Es werden Ihnen einige nützliche Formeln und Vorgehensweisen begegnen, die schnelles und effizientes Arbeiten ermöglichen. Anhand von praxisnahen Anwendungsbeispielen werden zudem ausgewählte Themen behandelt.

Büchen ■ **5355** Wochenendseminar
Christian Stumpf
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13
Samstag, 11.02.23, 8.30-13.30 Uhr
41,86 EUR; erm. 31,58 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Excel-Vertiefungskurs: Einführung in die Aufbereitung, Auswertung und Darstellung von Daten mit MS Excel 2016

Sie haben Grundkenntnisse in der Bedienung von MS Excel und möchten lernen Daten auszuwerten und darzustellen. In diesem Kurs werden Ihnen einige nützliche Formeln und Vorgehensweisen zur Datenaufbereitung und Datenanalyse sowie eine gewisse Kompetenz in Bezug auf Diagramme nähergebracht. Dabei geht es um technische Details aber auch um ein Grundverständnis von Darstellung und Layout.

Büchen ■ **5356** Wochenendseminar
Christian Stumpf
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13
Sonntag, 12.02.23, 8.30-13.30 Uhr
41,86 EUR; erm. 31,58 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Excel 2016 für Fortgeschrittene und Anwender

Excel ist in Büros das wohl meist benutzte Programm zum Berechnen, Darstellen und Verwalten von Finanzen und Bilanzen, von Verkaufstrend- oder Hypothekenverläufen und vielem mehr.

Im Kurs werden die wichtigsten Funktionen wie SVerweise, Pivottabellen, Wenn- dann- oder/und Funktionen, Summewenn, Zählenwenn, Diagramme u.v.m., sowie sonstige Befehle in der Tabellenkalkulation mit Excel vorgestellt.

Voraussetzungen: Grundkenntnisse in Excel 2016 müssen vorhanden sein.

Im Kursentgelt sind Kosten für Lernmittel enthalten.

Büchen ■ **5357** Kurs
Werner Schlimbach
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13
Donnerstags 09.03.-27.04.23,
18.00-21.00 Uhr, 6 Abende
153,14 EUR; erm. 112,03 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Einführung in die Datenanalyse mit Excel Power Pivot

Durch den Besuch dieses Kurses werden Sie in die Lage versetzt werden, Daten aus unterschiedlichen Quellen miteinander zu verknüpfen sowie schnell und flexibel auszuwerten.

Für die Teilnahme erforderliche Vorkenntnisse: Excel-Grundlagen und eine mindestens halbjährige Excel-Praxis.

Büchen ■ **5358** Wochenendseminar
Hans-Martin Schönenberg
VHS, Kirchplatz 6, Raum 1.02
Samstag, 11.02.23, 9.00-16.00 Uhr
und Sonntag, 12.02.23,
9.00-12.30 Uhr, 2 Tage
92,62 EUR; erm. 72,06 EUR
6 Teilnehmende

MS-Excel - Makros & Einführung in VBA

Makros aufzeichnen, speichern und über Menü- und/oder Symbolleiste aufrufen, absolute und relative Makroaufzeichnung. Makros im VBA-Editor aufrufen, verstehen und ändern/anpassen.

Einführung in VBA. Erklärung der Entwicklungsumgebung (Editor) und des Projektexplorers. Variablendeklaration, sinnvolle Datentypen festlegen und verwenden, Arbeiten mit Rückgabewerten, Erstellen von Schleifen- und Kontrollstrukturen. Erstellen von eigenen Funktionen und Verwendung dieser in der Arbeitsmappe.

Anwendererfahrungen im Umgang mit MS-Excel werden vorausgesetzt.

Büchen ■ **5360** Kurs
Armin Dippel
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Dienstags 28.02.-21.03.23,
18.00-20.30 Uhr, 4 Abende
61,90 EUR; erm. 46,06 EUR
8 - 9 Teilnehmende

!Sicher in den richtigen Kurs.
Kursberatung unter Telefon 0228 - 77
49 04/-05

MS-Excel - VBA-Vertiefungskurs

Schleifen- und Kontrollstrukturen, Erstellen von eigenen Funktionen und Verwendung dieser in der Arbeitsmappe, Erstellen benutzerdefinierter Prozeduren mit Übergabeargumenten, mit Forms und weiteren Steuerelementen arbeiten, Objekte erstellen, AddIns programmieren.

Anwendererfahrungen im Umgang mit MS-Excel und Grundkenntnisse im Umgang mit VBA werden vorausgesetzt.

Büchen ■ **5363** Kurs
Armin Dippel
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Dienstags 18.04.-09.05.23,
18.00-20.30 Uhr, 4 Abende
77,62 EUR; erm. 57,06 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Bildungsurlaub Tabellenkalkulation (Excel) mit Office 2016, Xpert Europäischer Computerpass

Im Kurs werden Kenntnisse über Aufbau, Arbeitsweise, Funktion und Leistungsmerkmale eines typischen Kalkulationsprogrammes vermittelt. Ferner wird der Umgang mit diesem Programm einschließlich der grafischen Auswertung geübt.

Voraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang mit Windows.

Dieses Kompaktseminar ist nach § 9 des Gesetzes zur Freistellung von Arbeitnehmern zum Zwecke der beruflichen und politischen Weiterbildung - Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Angemeldete Teilnehmende erhalten rechtzeitig eine entsprechende Bescheinigung für den Arbeitgeber.

Im Kursentgelt sind Kosten für das entsprechende Xpert-Lehrbuch enthalten.

Der Lehrgang ist ein Modul des Lehrgangs- und Prüfungssystem Xpert Europäischer Computer Passport und kann mit einer Xpert ECP R2 Online Prüfung abgeschlossen werden.

Prüfungstermin siehe im nächsten Programm.

Büchen ■ **5370** Bildungsurlaub
Margarete Pastuszak
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montag, 17.04. bis Freitag, 21.04.23,
08.30-15.30 Uhr, 5 Tage
232,30 EUR; erm. 171,94 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Abmeldung nur bis 14
Tage vor Beginn der Veranstaltung
möglich!

Büchen ■ **5371** Bildungsurlaub
Margarete Pastuszak
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montag 09.10. bis Freitag 13.10.23,
8.30-15.30 Uhr, 5 Tage
232,30 EUR; erm. 171,94 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Abmeldungen nur bis 14
Tage vor Beginn der Veranstaltung
möglich!

PowerPoint - Präsentation

Info-Veranstaltung Xpert ECP (Europäischer Computer Pass) Beruflicher Wieder-/Einstieg durch / mit Xpert an der VHS Bonn

Für Details siehe Kurs Seite 0

Büchen ■ **5240** Infoveranstaltung
Harald Otto
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Dienstag, 24.01.23, 14.00-15.00 Uhr
entgeltfrei
5 - 9 Teilnehmende

Online-Prüfung für alle Module, Xpert Europäischer Computerpass

Für Details siehe Kurs Seite 141

Büchen ■ **5260A** Prüfung
Margret Wichelhoven
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montag, 20.03.23, 9.00-11.00 Uhr
50,77 EUR

Xpert ECP Praxis - Fit im Büroalltag, 2 x wöchentlich

Für Details siehe Kurs Seite 142

Büchen ■ **5270** Kurs
Hans-Peter Weis
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montags und mittwochs,
30.01.-06.03.23,
18.30-21.30 Uhr, 10 Abende
207,10 EUR; erm. 154,30 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Online-Prüfung für alle Module, Xpert Europäischer Computerpass

Für Details siehe Kurs Seite 144

Büchen ■ **5310A** Prüfung
Margret Wichelhoven
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montag, 05.06.23, 9.00-11.00 Uhr
50,77 EUR

Einstieg in PowerPoint (Präsentation) 2016, 2 x wöchentlich

In diesem Kurs werden die grundlegenden Funktionen von MS PowerPoint vorgestellt. Ziel dieses Kurses ist, die erarbeiteten Inhalte in einer Präsentation, auch animiert, darzustellen.

Voraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang mit Windows.
Im Kursentgelt sind Kosten für Lernmittel enthalten.

Büchen ■ **5403** Kurs
Werner Schlimbach
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Dienstags und donnerstags,
31.01.-09.02.23,
18.00-21.00 Uhr, 4 Abende
104,46 EUR; erm. 77,05 EUR
6 - 8 Teilnehmende

PowerPoint Vertiefungskurs (Schwerpunkt Funktionen): Tripps, Tricks und spezielle Funktionen - Schnelles und effizientes Arbeiten mit MS PowerPoint

Sie haben Grundkenntnisse in der Bedienung von PowerPoint und möchten lernen schnell und effizient zu arbeiten. Sie werden viele Funktionen und deren geschickte Anwendung kennenlernen.

Neben verborgenen Funktionen gibt es viele Short-Cuts, die das Arbeiten mit PowerPoint stark vereinfachen und einen enormen Zeitvorteil mit sich bringen.

Anhand von praxisnahen Anwendungsbeispielen werden viele Best-Practices aus der alltäglichen Arbeit mit PowerPoint vermittelt. Nach diesem Kurs können Sie PowerPoint auf Ihre Bedürfnisse und Ihr Tätigkeitsfeld abstimmen.

Büchen ■ **5407** Wochenendseminar
Christian Stumpf
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13
Samstag, 18.03.23, 8.30-13.30 Uhr
41,86 EUR; erm. 31,58 EUR
6 - 8 Teilnehmende

PowerPoint Vertiefungskurs (Schwerpunkt Design): Foliendesign - Verwendung von Bildern und Formen mit MS PowerPoint

Sie haben Grundkenntnisse in der Bedienung von PowerPoint und möchten lernen, wie Sie Inhalte richtig darstellen. Ein Bild sagt mehr als 1.000 Worte, doch woher nehmen, wenn nicht stehlen? Welches Motiv ist das Richtige? Und was tun, wenn es keine Fotos gibt?

In diesem Kurs wird gezeigt, welche Gestaltungsmöglichkeiten es auf den Folien gibt, um den Zuhörer visuell anzusprechen und gleichzeitig Informationen und Inhalte zu transportieren.

Büchen ■ **5408** Wochenendseminar
Christian Stumpf
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13
Sonntag, 19.03.23, 8.30-13.30 Uhr
41,86 EUR; erm. 31,58 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Bildungsurlaub Präsentation (PowerPoint) mit Office 2016, Xpert Europäischer Computerpass

Im Kurs werden mit Hilfe einer modernen Präsentations-Software Kenntnisse und Funktionen zu folgenden Schwerpunkten vermittelt:



- Erstellung von Overhead-Folien, Bildschirmshows, Handouts
- Gestaltung von Texten, Bildern, Tabellen, Diagrammen, Organigrammen
- wirkungsvoller Farbeinsatz.

PowerPoint ist ein leistungsfähiges Programm, um Präsentationen für den Beruf aber auch für private Zwecke zu erstellen.

Voraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang mit Windows.

Dieses Kompaktseminar ist nach § 9 des Gesetzes zur Freistellung von Arbeitnehmern zum Zwecke der beruflichen und politischen Weiterbildung - Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Angemeldete Teilnehmende erhalten rechtzeitig eine entsprechende Bescheinigung für den Arbeitgeber.

Im Kursentgelt sind Kosten für das entsprechende Xpert-Lehrbuch enthalten.

Der Lehrgang ist ein Modul des Lehrgangs- und Prüfungssystem Xpert Europäischer Computer Passport und kann mit einer Xpert ECP ITS R3 Online Prüfung abgeschlossen werden.

Prüfungstermin siehe im nächsten Programm.

Büchen ■ **5410** Bildungsurlaub
Margarete Pastuszak
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montag 03.04. bis Donnerstag,
06.04.23, 8.30-15.30 Uhr, 4 Tage
182,02 EUR; erm. 135,84 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Abmeldungen nur bis 14 Tage vor Beginn der Veranstaltung möglich!

Büchen ■ **5411** Bildungsurlaub
Margarete Pastuszak
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montag 16.10. bis Donnerstag,
19.10.23, 8.30-15.30 Uhr, 4 Tage
190,06 EUR; erm. 141,77 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Abmeldungen nur bis 14
Tage vor Beginn der Veranstaltung
möglich!

Outlook - Bürokommunikation

**Info-Veranstaltung Xpert ECP
(Europäischer Computer Pass)
Beruflicher Wieder-/Einstieg
durch / mit Xpert an der VHS Bonn**

Für Details siehe Kurs Seite 0

Büchen ■ **5240** Infoveranstaltung
Harald Otto
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Dienstag, 24.01.23, 14.00-15.00 Uhr
entgeltfrei
5 - 9 Teilnehmende



**Online-Prüfung für alle Module,
Xpert Europäischer Computerpass**

Für Details siehe Kurs Seite 141

Büchen ■ **5260A** Prüfung
Margret Wichelhoven
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montag, 20.03.23, 9.00-11.00 Uhr
50,77 EUR



**Online-Prüfung für alle Module,
Xpert Europäischer Computerpass**

Für Details siehe Kurs Seite 144

Büchen ■ **5310A** Prüfung
Margret Wichelhoven
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montag, 05.06.23, 9.00-11.00 Uhr
50,77 EUR

**Kommunikation (Outlook) mit
Office 2016, Xpert Europäischer
Computerpass**

Dieses Seminar vermittelt Ihnen den optimalen Einsatz von Outlook 2016. Versenden Sie E-Mails mit Dateien, beantworten Sie Nachrichten oder leiten Sie Nachrichten weiter. Verschaffen Sie sich eine schnelle Übersicht über Ihre täglichen Aufgaben und Termine. Tragen Sie wichtige E-Mails und Kontakte in Ihre Aufgabenliste ein und verwalten Sie diese direkt im Kalender. Gruppieren Sie E-Mails, Termine und Aufgaben, die zum selben Projekt gehören. Finden Sie einen passenden Termin für eine

Gruppe und laden Sie die anderen Teilnehmer zu Besprechungen ein. Delegieren Sie Aufgaben an andere Personen und verfolgen Sie die Bearbeitung. Verwenden Sie Ihre Adressen aus Office Outlook für Briefe und Faxe in Word.

Voraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang mit Windows.

Im Kursentgelt sind Kosten für das entsprechende Xpert-Lehrbuch enthalten.

Der Lehrgang ist ein Modul des Lehrgangs- und Prüfungssystem Xpert Europäischer Computer Passport und kann mit einer Xpert ECP ITS R3 Online Prüfung abgeschlossen werden. Prüfungsanmeldung siehe 5310A.

Büchen ■ **5440** Kurs
Werner Schlimbach
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Dienstags 25.04.-23.05.23,
18.00-21.00 Uhr, 5 Abende
140,30 EUR; erm. 106,04 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Internet

**PC-Basiswissen und Internet für
Ältere (55+), 2 x wöchentlich
VHS für Ältere**

Für Details siehe Kurs Seite 141

Büchen ■ **5253** Kurs
Werner Schlimbach
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13
Dienstags und donnerstags,
14.02.-07.03.23,
9.00-12.00 Uhr, 6 Vorm.
153,14 EUR; erm. 112,03 EUR
6 - 8 Teilnehmende



**PC-Grundlagen Xpert Starter mit
Windows 10, Xpert Europäischer
Computerpass, 2 x wöchentlich**

Für Details siehe Kurs Seite 141

Büchen ■ **5260** Kurs
Werner Schlimbach
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Montags und mittwochs,
06.02.-06.03.23,
18.00-21.00 Uhr, 8 Abende
211,82 EUR; erm. 157,00 EUR
6 - 8 Teilnehmende

**Amazon, Shops, Kleinanzeigen &
Co. - Kaufen und Verkaufen im
Internet**

Bestellen und Kaufen bei Amazon, Zalando und anderen Online-Shops ist nicht erst seit Corona ein großes Thema. Viele Dinge, zum Beispiel Kinderspielzeug, müssen auch nicht unbedingt neu gekauft werden, son-

dern erfüllen auch als Gebrauchtware durchaus ihren Zweck. Nicht mehr benötigte Dinge müssen auch nicht unbedingt weg geworfen werden, über Kleinanzeigenportale erfreuen sich potentielle Käufer über günstige Preise und Sie über Erträge aus den Verkäufen.

Beim Kaufen und Verkaufen über das Internet gibt es jedoch einiges zu beachten. Schließlich wollen Sie ja beim Kaufen und Verkaufen gute Preise erzielen und nicht betrogen werden.

In diesem Kurs werden die verschiedenen Shops und Portale angesprochen und die Unterschiede dargestellt.

Insbesondere beim Bezahlen im Netz gibt es viele Dinge zu beachten, die in diesem Kurs erläutert werden. Hier sei auch insbesondere das Zahlungssystem PayPal genannt, welches im Kurs besprochen wird. Wer einen internetfähigen Computer mit bringt und eine gültige E-Mail-Adresse hat, kann sich im Kurs unter Anleitung bei eBay, eBay-Kleinanzeigen und/oder Amazon/Zalando anmelden und einen ersten Kauf vornehmen bzw. Verkauf starten.

Büchen ■ **5490** Kurs
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Donnerstag, 02.03.23,
18.00-21.30 Uhr
30,48 EUR; erm. 23,17 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Access - Datenbankanwendung

**Info-Veranstaltung Xpert ECP
(Europäischer Computer Pass)
Beruflicher Wieder-/Einstieg
durch / mit Xpert an der VHS Bonn**

Für Details siehe Kurs Seite 0

Büchen ■ **5240** Infoveranstaltung
Harald Otto
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Dienstag, 24.01.23, 14.00-15.00 Uhr
entgeltfrei
5 - 9 Teilnehmende



**Online-Prüfung für alle Module,
Xpert Europäischer Computerpass**

Für Details siehe Kurs Seite 141

Büchen ■ **5260A** Prüfung
Margret Wichelhoven
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montag, 20.03.23, 9.00-11.00 Uhr
50,77 EUR



Online-Prüfung für alle Module, Xpert Europäischer Computerpass

Für Details siehe Kurs Seite 144

Büchen ■ **5310A** Prüfung
Margret Wichelhoven
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montag, 05.06.23, 9.00-11.00 Uhr
50,77 EUR

Bildungsurlaub Datenbankanwendung (Access) mit Office 2016, Xpert Europäischer Computerpass

Teilnehmende sind alle, die beruflich oder privat zur Organisation größerer Informationsmengen den Umgang mit einem leistungsfähigen Datenverarbeitungsprogramm (Access) erlernen möchten. Dieser Kurs bietet Einblick in Aufbau, Leistungsumfang und Einsatzmöglichkeiten von Access und vermittelt die Fähigkeit, die grundlegenden Techniken der Datenverwaltung sinnvoll und selbständig anzuwenden.

Voraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang mit Windows.

Dieses Kompaktseminar ist nach § 9 des Gesetzes zur Freistellung von Arbeitnehmern zum Zwecke der beruflichen und politischen Weiterbildung - Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Angemeldete Teilnehmende erhalten rechtzeitig eine entsprechende Bescheinigung für den Arbeitgeber.

Im Kursentgelt sind Kosten für das entsprechende Xpert-Lehrbuch enthalten.

Der Lehrgang ist ein Modul des Lehrgangs- und Prüfungssystem Xpert Europäischer Computer Passport und kann mit einer Xpert ECP ITS R3 Online Prüfung abgeschlossen werden.

Prüfungstermin siehe im nächsten Programm.

Büchen ■ **5510** Bildungsurlaub
Rainer Bierth
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montag, 12.06. bis Freitag, 16.06.23,
8.30-15.30 Uhr, 5 Tage
240,80 EUR; erm. 180,44 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Abmeldungen nur bis 14 Tage vor Beginn der Veranstaltung möglich!



ACCESS 2016 Grundlagen

MS-Access kombiniert ein Datenbanksystem mit der leichten Bedienbarkeit von Windows. Einsteiger werden schnell mit Access vertraut, das Programm genügt aber auch professionellen Ansprüchen. Behandelt werden u.a. Tabellen, Abfragen, For-

mulare und Berichte. Vorkenntnisse in Access sind keine erforderlich. Kenntnisse in Windows sowie in der Handhabung von Maus und Tastatur müssen vorhanden sein.

Im Kursentgelt sind Kosten für Lehrmittel enthalten.

Büchen ■ **5515** Wochenendseminar
Rainer Bierth
VHS, Kirchplatz 6, Raum 1.02
Freitag, 12.05.23, 17.00-21.45 Uhr
und Samstag, 13.05.23,
9.00-17.00 Uhr
119,13 EUR; erm. 91,72 EUR
6 Teilnehmende

Einführung in Access-VBA

Folgende Inhalte werden vermittelt: Erklärung der Entwicklungsumgebung (Editor) und des Projektplatzers; Variablendeklaration, sinnvolle Datentypen festlegen und verwenden; Arbeiten mit Rückgabewerten; Erstellen von Schleifen- und Kontrollstrukturen, sowie Fehlerbehandlungsroutinen; Ausführen von SQL innerhalb VBA; Datenbearbeitung über VBA; Erstellen von eigenen Funktionen und Prozeduren.

Voraussetzungen: Erfahrung im Erstellen von Access-Datenbanken.

Büchen ■ **5520** Kurs
Armin Dippel
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Mittwochs 17.05.-07.06.23,
18.00-20.30 Uhr, 4 Abende
77,62 EUR; erm. 57,06 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Bildungsurlaub Datenbankanwendung (Access) mit Office 2016, Xpert Europäischer Computerpass

Teilnehmende sind alle, die beruflich oder privat zur Organisation größerer Informationsmengen den Umgang mit einem leistungsfähigen Datenverarbeitungsprogramm (Access) erlernen möchten. Dieser Kurs bietet Einblick in Aufbau, Leistungsumfang und Einsatzmöglichkeiten von Access und vermittelt die Fähigkeit, die grundlegenden Techniken der Datenverwaltung sinnvoll und selbständig anzuwenden.

Voraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang mit Windows.

Dieses Kompaktseminar ist nach § 9 des Gesetzes zur Freistellung von Arbeitnehmern zum Zwecke der beruflichen und politischen Weiterbildung - Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Angemeldete Teilnehmende erhalten rechtzeitig eine entsprechende Bescheinigung

für den Arbeitgeber.

Im Kursentgelt sind Kosten für das entsprechende Xpert-Lehrbuch enthalten.

Der Lehrgang ist ein Modul des Lehrgangs- und Prüfungssystem Xpert Europäischer Computer Passport und kann mit einer Xpert ECP ITS R3 Online Prüfung abgeschlossen werden.

Prüfungstermin siehe im nächsten Programmheft.

Büchen ■ **5511** Bildungsurlaub
Beruf, IT & Digitales N.N.
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Montag 11.12. bis Freitag 15.12.23,
8.30-15.30 Uhr, 5 Tage
232,30 EUR; erm. 171,94 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Abmeldungen nur bis 14 Tage vor Beginn der Veranstaltung möglich!

Fotografie, Grafik, Layout

Bildbearbeitung mit Photoshop CS6 - Grundlagen - Online

Sie sind mit den Grundlagen von Photoshop noch nicht vertraut? Sie möchten die Grundlagen eines der leistungsstärksten Programme in der digitalen Fotobearbeitung kennen lernen?

In diesem Kurs lernen Sie: die handwerklichen Grundlagen zur Bedienung von Photoshop, Farben und Tonwerte Ihrer Bilder zu optimieren, Fotos mit trendigen Looks zu versehen, die Lichtstimmung eines Bildes zu verändern, aufwändige Freistellungsarbeiten durchzuführen, Ihren Bildern eine persönliche, kreative Handschrift zu geben, kreativ mit Filtern, Ebenen und Masken zu arbeiten und wichtige Retusche-Werkzeuge zu bedienen.

Voraussetzung: Teilnehmende benötigen neben einem Internetzugang auch eine funktionsfähige Installation von Adobe Photoshop (mind. CS6, besser Cloud-Version Adobe Photoshop CC).

Der Kurs findet online mit dem Konferenztool BigBlueButton (BBB) statt. Vor dem Start des Kurses erhalten die Teilnehmenden einen Anmelde-link. Bitte prüfen Sie auch Ihren Spamordner. Sie benötigen keine Registrierung bei BBB. Notwendig sind ein PC, Laptop oder Tablet mit einem Webbrowser, Lautsprecher/Mikrofon, Kamera optional und ein stabiler Internetzugang. Nutzen Sie gerne einen Kopfhörer mit Mikrofon für eine bessere Akustik.

Infos zu den Unterrichtsplattformen:

<https://www.vhs-bonn.de/info-und-service/info-zu-online-kursen-fuer-kursleitende.html>

Büchen

■ **5533ON** Online-Kurs
Günter Barczewski
Online-Angebot
Dienstags 07.02.-07.03.23,
18.00-20.15 Uhr, 5 Abende
95,50 EUR; erm. 69,80 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Bildbearbeitung mit Photoshop CS6 - Aufbaukurs - Online

Vertiefung der Freistellungsmöglichkeiten, Ebenenmasken, Textwerkzeug, Kopierstempel, Reparaturwerkzeug, Tonwertkorrektur, Gradationskurve, Tiefen/Lichter, Farbbalance, Aktionen.

Voraussetzungen: Teilnahme am Grundkurs (5533) oder vergleichbare Vorkenntnisse.

Teilnehmende benötigen neben einem Internetzugang auch eine funktionsfähige Installation von Adobe Photoshop (mind. CS6, besser Cloud-Version Adobe Photoshop CC).

Der Kurs findet online mit dem Konferenztool BigBlueButton (BBB) statt. Vor dem Start des Kurses erhalten die Teilnehmenden einen Anmelde-link. Bitte prüfen Sie auch Ihren Spamordner. Sie benötigen keine Registrierung bei BBB. Notwendig sind ein PC, Laptop oder Tablet mit einem Webbrowser, Lautsprecher/Mikrofon, Kamera optional und ein stabiler Internetzugang. Nutzen Sie gerne einen Kopfhörer mit Mikrofon für eine bessere Akustik.

Infos zu den Unterrichtsplattformen: <https://www.vhs-bonn.de/info-und-service/info-zu-online-kursen-fuer-kursleitende.html>

Büchen

■ **5535ON** Online-Kurs
Günter Barczewski
Online-Angebot
Dienstags 18.04.-16.05.23,
18.00-20.15 Uhr, 5 Abende
95,50 EUR; erm. 69,80 EUR
6 - 8 Teilnehmende



CEWE FOTOBUCH

Auch im Zeitalter der digitalen Fotografie hat das gute alte Fotoalbum nicht ausgedient. Schöne Erinnerungen an Urlaub, Familienfeste oder andere Anlässe leben stärker wieder auf, wenn wir sie in einem Buch zu betrachten als am Computer. Fotobücher sind eine komfortable Möglichkeit, Ihre digitalen Bilder zu arrangieren und in gedruckte Form zu bringen. Wie das geht, zeigt dieser Kurs Schritt für Schritt.

Inhalte: Bilder auswählen, Bildkorrekturen und Retusche, Format anpassen, Layout des Fotobuchs auswählen, Fotos arrangieren und mit Texten versehen, Gestaltung und Bestellvorgang.

Bitte bringen Sie eigene Bilder auf CD oder USB-Stick mit. Gerne können Teilnehmende auch ihren eigenen Laptop mitbringen, sofern die Software „CEWE FOTOBUCH“ installiert ist.

Erforderliche Vorkenntnisse: Gute Kenntnisse im Umgang mit dem PC. Im Kursentgelt ist ein CEWE FOTOBUCH-Gutschein im Wert von 21,95 Euro für Ihr erstes Fotobuch enthalten.

Büchen

■ **5551** Kurs
Gunnar Martens
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Mittwochs 03.05.-10.05.23,
18.00-21.00 Uhr, 2 Abende
43,30 EUR; erm. 32,74 EUR
8 - 9 Teilnehmende



Visitenkarten, Flyer und Co - Geschäftspapiere mit Adobe InDesign erstellen

InDesign ist DAS Layout-Programm zur Erstellung von Broschüren, Zeitungen, Flugblättern und Drucksachen aller Art. Sie lernen die Grundlagen der Typografie, Text- und Seitengestaltung kennen und erzeugen eigene Flyer, Anzeigen und Katalogseiten. Dabei setzen Sie Texte, Fotos, Abbildungen und Farben am PC gestalterisch um.



Am Ende des Seminars sind Sie in der Lage, Ihre eigenen Geschäftspapiere und Flyer zu layouten und druckfertig auszugeben.

Voraussetzung: gute PC-Kenntnisse inklusive sicherer Umgang mit Dateiverwaltung.

Im Kursentgelt sind Kosten für ein Handout des Dozenten enthalten.

Büchen

■ **5570** Wochenendseminar
Gunnar Martens
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13
Samstag und Sonntag,
13.05.-14.05.23, 10.00-17.00 Uhr
84,50 EUR; erm. 63,38 EUR
7 - 8 Teilnehmende

Android-Smartphone, iPhone, Notebook

Mein Android-Smartphone - Workshop für Einsteiger/-innen (nicht für iPhone)

Ein Smartphone ist viel mehr als nur ein „Handy“ - es ist ein vollständiger Computer mit vielen Funktionen und umfangreichen Leistungsmerkmalen! In diesem Kurs führt Sie der Referent in die Android-Welt und Einsatzmöglichkeiten eines Android-Smartphones ein.

Nach der Einleitung geht es im Workshop-Charakter (d.h. mitmachen, Learning by Doing) um die Einrichtung und Benutzung des Smartphones. Dazu gehören die grundsätzliche Bedienung des Geräts, Telefonieren und SMS verschicken, Fotos schießen mit dem Smartphone, die Einrichtung des Startbildschirms, das obligatorische Google-Konto und die Installation von neuen „Apps“.

Auch die vorinstallierten, oft unerwünschten „Apps“ entfernen wir im Workshop gemeinsam.

Weitere Themen sind die Einwahl in ein WLAN bzw. WiFi, Internet über mobile Daten, Surfen und Suchen im Internet sowie der Zugriffsschutz über Bildschirmsperre und SIM-Kartensperre.

Abhängig von Zeitfortschritt im Kurs und den Teilnehmerinteressen können zusätzlich folgende Themen behandelt werden: Akku, Klingeltöne, Kontakte, Notruf, Übertragen von Fotos auf den PC oder andere Smartphones, Fotos versenden.

Bitte mitbringen: Android-Smartphone oder -Tablet mit geladenem Akku oder Ladegerät.

Zielgruppe: Alle, die ihr Android-Smartphone oder -Tablet besser kennenlernen und nutzen wollen.

Büchen

■ **5608** Workshop
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Freitags 03.02.-10.02.23,
10.00-13.30 Uhr, 2 Vorm.
54,80 EUR; erm. 40,19 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Büchen

■ **5609** Workshop
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Freitags 03.02.-10.02.23,
14.00-17.30 Uhr, 2 Nachm.
54,80 EUR; erm. 40,19 EUR
6 - 8 Teilnehmende

1

Politik,
Wissenschaft und
Internationales

2

Lebensgestaltendes
Lernen

3

Fremdsprachen

4

Deutsch und
Integration

5

Beruf, IT und
Digitales

6

Kultur und
Kunst

7

Gesundheit und
Ernährung

8

Service

Büchen ■ **5610** Wochenendworkshop
Uwe Fischer
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11
Samstag, 11.02.23, 10.00-18.00 Uhr
54,80 EUR; erm. 40,19 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **5611** Wochenendworkshop
Uwe Fischer
VHS, Kirchplatz 6, Raum E.02
Sonntag, 12.02.23, 10.00-18.00 Uhr
54,80 EUR; erm. 40,19 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **5612** Wochenendworkshop
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Samstag, 04.03.23, 10.00-18.00 Uhr
54,80 EUR; erm. 40,19 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Smartphone - Treff 60+, 2 x wöchentlich (Android, nicht für iPhone)

In diesem Workshop „Smartphone-Treff 60+“ lehnen wir uns inhaltlich an den Kurs „Mein Android-Smartphone - Workshop für Einsteiger“ an, haben aber 4 Tage à 2 1/2 Stunden Zeit.

Empfehlenswert, aber nicht Voraussetzung, ist der vorherige Besuch des Kurses „Mein Android-Smartphone - Workshop für Einsteiger“.

Primär geht es in diesem Workshop um das praktische Arbeiten mit dem Smartphone und um die Vertiefung der Inhalte aus dem Kurs „Mein Android-Smartphone - Workshop für Einsteiger“.

Geübt wird der Umgang mit dem Smartphone und das Arbeiten mit Apps wie Google Maps (Navigation), ggf. Whatsapp, Kalender, Notizen etc..

Wir gehen auf Telefonieren mit dem Smartphone, SMS versenden, Fotografieren, Verschicken von Fotos, Notruf usw. ein.

Gerätespezifische „Eigenarten“ und Ihre persönlichen bzw. individuellen Herausforderungen bekommen Sie mit Unterstützung im Smartphone-Treff 60+ in den Griff!

Zielgruppe: 60+
Bitte mitbringen: Android-Smartphone oder -Tablet mit geladenem Akku.

Büchen ■ **5620** Praxistreff
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Dienstags und donnerstags,
28.02.-09.03.23,
12.00-14.30 Uhr, 4 Nachm.
75,68 EUR; erm. 54,81 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **5622** Praxistreff
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Dienstags und donnerstags,
28.02.-09.03.23,
15.00-17.30 Uhr, 4 Nachm.
75,68 EUR; erm. 54,81 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Mein Android-Smartphone - Workshop II: Apps, Tips & Tricks (nicht für iPhone)

Aufbauend auf den „Workshop für Einsteiger“ werden in diesem Kurs weitergehende Themen behandelt, wobei die Schwerpunkte sich auch an der Interessenlage der Teilnehmer orientieren.

Geplant sind folgende Themen:

- Apps: Auswahlkriterien und Geschäftsmodelle der App-Anbieter
- Gefahren durch Apps und einfache Gegenmaßnahmen
- Nützliche Apps und Anwendungen des Smartphones
- Navigation
- Datensicherung und Synchronisation mit und ohne Google
- Google - Kontoverwaltung und Einstellungen
- Akku: Optimierung der Laufzeit und Akkupflege
- Bluetooth Datenübertragung, Klingeltöne, Kontakte, Notruf
- Viren, Trojaner und Schnüffler: Gefahren durch Apps und Internetzugang

Bitte mitbringen: Android-Smartphone oder -Tablet mit geladenem Akku oder Ladegerät.

Büchen ■ **5630** Wochenendworkshop
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.48
Samstag, 11.03.23, 10.00-18.00 Uhr
54,80 EUR; erm. 40,19 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **5632** Workshop
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Dienstag und Donnerstag,
14.03.-16.03.23,
17.00-20.30 Uhr, 2 Abende
54,80 EUR; erm. 40,19 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Mein Android-Smartphone - Workshop III: Datensicherung und Synchronisation (nicht für iPhone)

Wie kommen Fotos vom Smartphone auf den Computer und MP3-Musik vom Computer auf das Smartphone? Wie sichern Sie Ihre Kontakte, Kalender und sonstigen Daten ohne

dass sie in der „Cloud“ von den Datenkraken gelesen und analysiert werden? Diese immer wieder auftretenden Fragen werden in diesem Workshop behandelt.

Vorgestellt werden mehrere Lösungen und deren Leistungsmerkmale miteinander verglichen. Anschließend installiert und konfiguriert jeder Teilnehmer mit Unterstützung des Referenten die Lösung seiner Wahl. Ziel ist es, im Workshop eine erste Synchronisation und Datensicherung aller Daten ohne Cloud & Co erfolgreich durchlaufen zu lassen.

Hierfür bitte mitbringen:

- Smartphone (oder Tablet) mit geladenem Akku, Ladegerät
- USB-Verbindungskabel
- Notebook-Computer mit Windows (falls Admin-Passwort eingerichtet: nicht vergessen mitzubringen, damit auf dem Computer etwas installiert werden kann).

Voraussetzung: Sie sollten über den Google Play Store Apps installieren können.

Büchen ■ **5635** Wochenendworkshop
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Samstag, 25.03.23, 10.30-14.00 Uhr
30,48 EUR; erm. 23,17 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Mein Android-Smartphone - Workshop IV: Sicherheit (nicht für iPhone)

SPAM, Viren, Trojaner, Ausspionieren und Verfolgen der Smartphone-Nutzer mittels vorinstallierter und selbst installierter Apps, Cookies und Co. sind die Themen dieses Workshops.

Vorgestellt werden die am weitesten verbreiteten Angriffs-, Schnüffel- und Verfolgungstechniken sowie die entsprechenden Gegenmaßnahmen.

Mit Unterstützung des Dozenten können die Teilnehmer die jeweiligen Gegenmaßnahmen über Installation und Konfiguration der entsprechenden Hilfsmittel direkt einrichten.

Ganz neu: über einen technischen Kniff kann bei Interesse ein systemweiter Werbeblocker eingerichtet werden.

Bitte mitbringen: Smartphone (oder Tablet) mit geladenem Akku und/oder Ladegerät.

Voraussetzung: Sie sollten über den Google Play Store Apps installieren können.



Büchen ■ **5640** Wochenendworkshop
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Samstag, 25.03.23, 14.30-18.00 Uhr
30,48 EUR; erm. 23,17 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Sicherheit und Datenschutz für Windows-PC und Android-Smartphone (Workshop) (nicht für iPhone oder iPad)

Haben Sie sich schon mal darüber gewundert (und geärgert?), dass Sie bei Amazon Werbung für Artikel angezeigt bekommen, die Sie bei eBay gesucht haben? Wenn ja, dann sollten Sie (nicht erst seit den Enthüllungen von Snowden & Co.) wissen, dass Sie überall im Netz verfolgt und analysiert werden.

Nach nur drei Monaten regelmäßiger Google-Suche sind Google und die angeschlossenen Werbenetzwerke in der Lage, Ihren Namen und alle persönlichen Interessen, Probleme und Lebensumstände zu bestimmen. Und glauben sie mir - die tun es!

Vollständig verhindern können wir diese Schnüffelei nicht, aber es gibt auch eine gute Nachricht: mit etwas Umsicht und relativ einfachen Mitteln lässt sich das Ausspionieren und Verfolgen deutlich erschweren und teilweise sogar ganz verhindern.

Auf dieser „Cryptoparty“ werden eine Reihe Angriffs-, Schnüffel- und Verfolgungstechniken dargestellt und die entsprechenden Gegenmaßnahmen besprochen.

Wenn Sie Ihr Android-Smartphone bzw. -Tablet und/oder Ihren Windows-PC mitbringen, können wir in Abhängigkeit von den Teilnehmerinteressen die wichtigsten Dinge auch direkt einrichten.

Themen und Stichworte: Sicheres Surfen im Netz, Virens Scanner, bekannte Sicherheitslücken, Passwortsicherheit, Werbeblocker, Tracking, Browerauswahl, Daten verschlüsseln, Abofallen, Festplattenverschlüsselung, VPN, TOR-Browser, WhatsApp, Rechtebeschränkung in Android und vieles mehr.

Büchen ■ **5650** Workshop
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Donnerstag, 02.02.23,
10.00-14.00 Uhr
33,92 EUR; erm. 25,57 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **5652** Workshop
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Mittwoch, 22.02.23, 10.00-14.00 Uhr
33,92 EUR; erm. 25,57 EUR
6 - 8 Teilnehmende



!Sicher in den richtigen Kurs.
Kursberatung unter Telefon 0228 - 77
49 04/-05

Workshop: Windows 10/11 bändigen

Wer sein Windows 10/11 Computer oder Notebook erstmalig einschaltet, den trifft fast der Schlag: uns begrüßt ein ganzer Sack voll Programme, die nur eines gemeinsam haben: wir wollen sie nicht.

Vorinstalliert ist eine bunte Auswahl Spiele, Werbe-Apps und Virens Scanner- oder Office- Testversionen. Und als wenn das nicht reichen würde, installiert Microsoft auch noch regelmäßig und unbemerkt weitere unerwünschte Apps, und die Hersteller der Notebooks steuern auch noch diverse nervende Programme zu.

All diese unerwünschten Programme fressen nicht nur Speicherplatz, sie laufen auch noch im Hintergrund, nerven uns mit lästigen Abfragen und tauschen auch noch fleißig Daten über das Internet aus.

Und im Geschäftsumfeld macht man sich große Sorgen, dass Windows 10/11 unbemerkt interne Dokumente und Kommunikationen an amerikanische Konzerne übermittelt.

In diesem Workshop bändigen wir Windows 10/11 unter Einsatz verschiedener Werkzeuge. Das Startmenü wird bereinigt, die unerwünschten Programme werden entfernt, das „nach Hause telefonieren“ wird weitgehend unterbunden. Auch die neuerdings von den Notebook-Herstellern installierten unerwünschten Programme entfernen wir. Im Gegenzug installieren wir sinnvolle Alternativen zu den vorinstallierten Testversionen wie Office 365.

Bitte mitbringen: Windows 10/11 Notebook mit Netzteil. Falls ein Admin-Passwort eingerichtet ist: bitte mitbringen, damit auf dem Computer etwas installiert werden kann.

Büchen ■ **5665** Workshop
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Donnerstag, 02.02.23,
14.30-18.00 Uhr
30,48 EUR; erm. 23,17 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Büchen ■ **5667** Workshop
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Mittwoch, 22.02.23, 14.30-18.00 Uhr
30,48 EUR; erm. 23,17 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Mein iPhone (Apple - Smartphone oder Tablet) - Workshop für Einsteiger/-innen (nur für iPhone/iPad)

Wer sein iPhone oder iPad besser kennenlernen und nutzen will, ist in diesem interaktiven Workshop richtig. Folgende Themen werden behandelt: Grundsätzliche Bedienung und Einstellungen (inkl. Klingeltöne und Bildschirme), Erläuterung der verschiedenen Symbole, Einwahl in ein WLAN bzw. Nutzung mobiler Daten, Telefonfunktion, Versand von Nachrichten und Bildern, Abspeichern von Kontakten, Apple-ID und die Installation von Anwendungen („Apps“) über den App Store. Je nach Fortschritt und Interesse werden weitere Inhalte besprochen.

Teilnehmende bringen bitte ein Apple-Smartphone (iPhone) oder -Tablet (iPad) mit geladenem Akku oder Ladegerät mit.

Büchen ■ **5680** Wochenendworkshop
Melanie Schroeder
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51
Samstag und Sonntag,
25.02.-26.02.23,
10.00-15.00 Uhr, 2 Tage
70,74 EUR; erm. 51,95 EUR
6 Teilnehmende

Büchen ■ **5681** Wochenendworkshop
Melanie Schroeder
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55
Samstag und Sonntag,
06.05.-07.05.23,
10.00-15.00 Uhr, 2 Tage
70,74 EUR; erm. 51,95 EUR
6 Teilnehmende



Smartphone-Übungsstunde (Android, kein iPhone)

Für Details siehe Kurs Seite 156

Büchen ■ **5910** Übungsstunde
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Dienstag, 07.03.23, 18.00-21.00 Uhr
26,98 EUR; erm. 20,72 EUR
6 Teilnehmende

Smartphone-Übungsstunde (Android, kein iPhone)

Für Details siehe Kurs Seite 156

- Büchen** ■ **5912** Übungsstunde
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Donnerstag, 09.03.23,
18.00-21.00 Uhr
26,98 EUR; erm. 20,72 EUR
6 Teilnehmende



Smartphone - Sprechstunde (Android, kein iPhone)

Für Details siehe Kurs Seite 156

- Büchen** ■ **5914** Fragestunde
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Mittwoch, 22.02.23, 18.30-20.30 Uhr
13,94 EUR; erm. 9,76 EUR
6 Teilnehmende

Smartphone - Sprechstunde (Android, kein iPhone)

Für Details siehe Kurs Seite 156

- Büchen** ■ **5916** Fragestunde
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Dienstag, 14.03.23, 14.30-16.30 Uhr
13,94 EUR; erm. 9,76 EUR
6 Teilnehmende

Smartphone - Sprechstunde (Android, kein iPhone)

Für Details siehe Kurs Seite 156

- Büchen** ■ **5918** Fragestunde
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Donnerstag, 16.03.23,
14.30-16.30 Uhr
13,94 EUR; erm. 9,76 EUR
6 Teilnehmende



Computer - Sprechstunde (Windows)

Für Details siehe Kurs Seite 156

- Büchen** ■ **5920** Fragestunde
Uwe Fischer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
Dienstag, 28.02.23, 18.00-20.30 Uhr
17,38 EUR; erm. 12,17 EUR
6 Teilnehmende

CAD - Computer Aided Design

Bildungsurlaub AutoCAD 2D-Grundkurs

Der Grundkurs zu AutoCAD vermittelt das notwendige Wissen um vielfältige Konstruktions- oder Entwurfsaufgaben in praxis- und normgerech-

ten 2D-Zeichnungen effizient darzustellen.

Sie lernen die grundlegenden Dateioperationen, die Arbeitsoberfläche und die Anzeigesteuerung des Programms kennen. Mit geometrischen Grundelementen und Grundaufgaben erstellen und ändern Sie komplexe 2D-Konstruktionen. Zeichnungsebenen (Layer), Objekteigenschaften und Stile strukturieren Ihre Zeichnung effizient. Benannte Gruppierungen (Blöcke) organisieren wiederkehrende Bauteile, Baugruppen und Normteile. Die maßstäbliche Darstellung und Bemaßung der Konstruktion - mit Detailansichten - in normgerechten Blattformaten präsentiert abschließend Ihre 2D-Entwurfsaufgabe.

Dieses Kompaktseminar ist nach § 9 des Gesetzes zur Freistellung von Arbeitnehmern zum Zwecke der beruflichen und politischen Weiterbildung - Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Angemeldete Teilnehmende erhalten rechtzeitig eine entsprechende Bescheinigung für den Arbeitgeber.

Die Veranstaltung ist anerkannt als Fortbildungsveranstaltung nach der Fort- und Weiterbildungsordnung der Architektenkammer NRW (AKNW).

- Büchen** ■ **5700** Bildungsurlaub
Hans-Peter Weis
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13
Montag, 03.04. bis Mittwoch,
05.04.23, 8.30-15.30 Uhr, 3 Tage
151,78 EUR; erm. 109,88 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Abmeldung nur bis 14 Tage vor Beginn der Veranstaltung möglich!



gramm ab.

Voraussetzung: AutoCAD 2D-Grundkurs (siehe Kurs 5700/1) oder gleichwertige Kenntnisse.

Dieses Kompaktseminar ist nach § 9 des Gesetzes zur Freistellung von Arbeitnehmern zum Zwecke der beruflichen und politischen Weiterbildung - Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Angemeldete Teilnehmende erhal-

Die Veranstaltung ist anerkannt als Fortbildungsveranstaltung nach der Fort- und Weiterbildungsordnung der Architektenkammer NRW (AKNW).

- Büchen** ■ **5702** Bildungsurlaub
Hans-Peter Weis
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13
Montag 12.06. bis Mittwoch
14.06.23, 8.30-15.30 Uhr, 3 Tage
151,78 EUR; erm. 109,88 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Abmeldung nur bis 14 Tage vor Beginn der Veranstaltung möglich!

Praxis-Workshop zu AutoCAD

Für Anwender mit Grundwissen in AutoCAD vermittelt dieser Workshop rationale und praxiserprobte Techniken für 2D- und 3D-Konstruktionen. Strategien und effiziente Arbeitsweisen für das Teamwork bzw. die Einbindung von Fremdkonstruktionen in eigene Projekte bilden einen weiteren Schwerpunkt.

Sie erlernen und erproben Arbeitsmethoden für die Erstellung und Verwaltung von Normteilen. Werten Sie Ihre Zeichnungsdaten und -Strukturen zielgerichtet durch Filter- und Abfragetechniken aus und erstellen Sie Tabellen aus den gewonnenen Daten - als Grundlage für Stücklisten, Mengenberechnungen und grafische Informationssysteme.

Der Datenaustausch zwischen AutoCAD und anderen Programmen bzw. dem Internet rundet das Themenspektrum dieser Workshops ab. Vorausgesetzt werden die Kenntnisse aus dem AutoCAD 2D-Grundkurs 5700/5701 oder vergleichbare Kenntnisse. Grundkenntnisse der 3D-Konstruktion sind hilfreich - aber nicht erforderlich.

- Büchen** ■ **5708** Wochenendworkshop
Hans-Peter Weis
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Samstag, 22.04.23, 8.30-17.00 Uhr
65,70 EUR; erm. 48,57 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Bildungsurlaub AutoCAD 2D-Grundkurs

Der Grundkurs zu AutoCAD vermittelt das notwendige Wissen um vielfältige Konstruktions- oder Entwurfsaufgaben in praxis- und normgerechten 2D-Zeichnungen effizient darzustellen.



Sie lernen die grundlegenden Dateioperationen, die Arbeitsoberfläche und die Anzeigesteuerung des Programms kennen. Mit geometrischen Grundelementen und Grundaufgaben erstellen und ändern Sie komplexe 2D-Konstruktionen. Zeichnungsebenen (Layer), Objekteigenschaften und Stile strukturieren Ihre Zeichnung effizient. Benannte Gruppierungen (Blöcke) organisieren wiederkehrende Bauteile, Baugruppen und Normteile. Die maßstäbliche Darstellung und Bemaßung der Konstruktion - mit Detailansichten - in normgerechten Blattformaten präsentiert abschließend Ihre 2D-Entwurfsaufgabe.

Dieses Kompaktseminar ist nach § 9 des Gesetzes zur Freistellung von Arbeitnehmern zum Zwecke der beruflichen und politischen Weiterbildung - Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Angemeldete Teilnehmende erhalten rechtzeitig eine entsprechende Bescheinigung für den Arbeitgeber.

Die Veranstaltung ist anerkannt als Fortbildungsveranstaltung nach der Fort- und Weiterbildungsordnung der Architektenkammer NRW (AKNW).

Büchen

■ **5701** Bildungsurlaub
Hans-Peter Weis
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13
Montag, 09.10. bis Mittwoch
11.10.23, 8.30-15.30 Uhr, 3 Tage
151,78 EUR; erm. 109,88 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Abmeldung nur bis 14 Tage vor Beginn der Veranstaltung möglich!



Bildungsurlaub AutoCAD 3D-Grundkurs

Dieser Kurs führt Sie in die Grundlagen der 3D-Konstruktion mit AutoCAD ein. Mit den allgemeingültigen Methoden von AutoCAD erstellen Sie 3D-Modelle aus unterschiedlichen Fachgebieten.

Aus 2D-Konstruktionen und 3D-Grundkörpern erstellen Sie komplexe 3D-Modelle und ändern die Modelle mit leistungsstarken Programmwerkzeugen. Aus dem 3D-Modell werden anschließend automatisch 2DSchnitte und 2D-Ansichten für die

klassische technische Zeichnung erstellt. Wir stellen Ihnen die Grundlagen der Visualisierung Ihrer Modelle mit realistischen Materialien, Licht und Schatten vor. Der Austausch Ihrer Konstruktionsdaten mit anderen Programmen rundet das Kursprogramm ab.

Voraussetzung: AutoCAD 2D-Grundkurs (siehe Kurs 5700/1) oder gleichwertige Kenntnisse.

Dieses Kompaktseminar ist nach § 9 des Gesetzes zur Freistellung von Arbeitnehmern zum Zwecke der beruflichen und politischen Weiterbildung - Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Angemeldete Teilnehmende erhalten

Die Veranstaltung ist anerkannt als Fortbildungsveranstaltung nach der Fort- und Weiterbildungsordnung der Architektenkammer NRW (AKNW).

Büchen

■ **5703** Bildungsurlaub
Hans-Peter Weis
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13
Montag 11.12. bis Mittwoch
13.12.23, 8.30-15.30 Uhr, 3 Tage
151,78 EUR; erm. 109,88 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Abmeldung nur bis 14 Tage vor Beginn der Veranstaltung möglich!

Programmieren lernen

Statistik und Graphiken mit R (Einführungskurs), 2 x wöchentlich

R ist eine Programmiersprache und kostenlose Software. Durch die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten und Schwerpunkte in Mathematik und Graphik ist R eines der beliebtesten Werkzeuge für Datenauswertungen. Dieser Kurs bietet einen Einstieg in die Grundlagen des statistischen Programmierens mit R und die Verwendung von Posit (RStudio). Wir werden am Beispiel verschiedener Datensätze Tabellen und Graphiken erzeugen.

Der Kurs richtet sich an Anfänger, Vorkenntnisse sind daher nicht erforderlich.

Büchen

■ **5725** Kurs
Miguel Alvarez
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Dienstags und donnerstags,
28.02.-23.03.23,
18.00-20.30 Uhr, 8 Abende
149,14 EUR; erm. 108,03 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Reproduzierbare Datenauswertung mit R und Rmarkdown (Aufbaukurs)

Rmarkdown ermöglicht die Erstellung von interaktiven Dokumenten und reproduzierbaren Datenauswertungen. Internetseiten, Blogs, Folien, Artikel, Bücher und mehr lassen sich damit effizient erstellen. Dabei laufen Datenauswertungen und das Zeichnen von Graphiken im selben Skript, welches das Dokument erzeugt. Der Kurs legt den Schwerpunkt auf die Erstellung von PDF- und HTML-Dokumenten und bietet einen kurzen Einblick in LaTeX, HTML und shiny-Apps. Dieser Veranstaltung setzt Grundlagenkenntnisse des Programmierens mit R voraus.

Büchen

■ **5726** Kurs
Miguel Alvarez
VHS, Kirchplatz 6, Raum 1.02
Samstags und sonntags,
22.04.-30.04.23,
9.30-16.00 Uhr, 4 Tage
149,14 EUR; erm. 108,03 EUR
6 Teilnehmende

Web-Seiten erstellen und betreuen / Social Media

Workshop Joomla! - Homepage in einem Tag

In diesem Workshop werden Sie eine Homepage mit Joomla! installieren, konfigurieren, erweitern und absichern. Wir erklären Ihnen die Grundprinzipien des Systems und erstellen Ihre eigene ausbaufähige Webseite auf einem Server des Dozenten.

Sie erfahren auch, wie Sie Ihre Homepage vom Kurs-Server auf eine eigene Domain bei einem regulären Web-Hoster transferieren.

Vorausgesetzt werden solide Kenntnisse in Windows und im Dateimanagement. Kosten für die Bereitstellung des Servers (3 Monate) sind im Kursentgelt enthalten.

Büchen

■ **5751** Wochenendworkshop
Hans-Peter Weis
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Samstag, 25.03.23, 8.30-17.00 Uhr
57,60 EUR; erm. 44,40 EUR
8 - 9 Teilnehmende

WordPress, Ihr Internet-Baukasten

Die eigene Internetpräsenz ist heute für viele unverzichtbar, sowohl privat als auch beruflich, von der Imageseite über Firmenseiten bis zu Webshops und eLearning-Seiten. Der Weg dahin ist technisch nicht mehr so schwierig. Auch dank WordPress, einem intelligenten Baukasten für In-

ternetauftritte.

Dieser Kurs zeigt umsetzbar, wie man mit WordPress seine Internetziele umsetzt. Es werden auch Beispiele gezeigt, wie man mit WordPress Einnahmen erzielen kann. Gestaltung und Funktionalität sind mit Bausteinen wie 'Themes' und 'Plugins' nach Bedarf auf individuellen Bedarf anpassbar und bei richtiger Vorgehensweise ist das Ergebnis nach kurzer Zeit bereits nutzbar.

Voraussetzungen: Grundkenntnisse am PC.

Inhalt:

- WordPressbeispiele: So kann Ihre eigene Webseite aussehen
- Der Aufbau von Wordpress, Wordpress 'Backstage'
- So funktionieren verschiedene Installationsarten: Providerservice nutzen, die Standardinstallation, die Laborinstallation
- Blogseiten, Imageseiten, eCommerce, Nischenseiten
- Verwaltung und Pflege von Wordpress. Frontend und Backend.
- Details: Seiten und Beiträge editieren und gestalten, Magazine, Medien managen, Suchmaschinenoptimierung, Plugins, Design mit Themes, Shops und mehr.
- Backups und Hackerabwehr, Übertragung auf andere Server (z.B. Providerwechsel)

Ein Skript wird auf einer Webseite zur Verfügung gestellt. Der Zugriff ist per Login möglich oder Sie bringen eine USB-Stick mit.

Buchen ■ **5754** Kurs
Hans-Joachim Beese
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Dienstags 28.02.-14.03.23,
9.45-12.00 Uhr, 3 Vorm.
59,74 EUR; erm. 44,32 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Einführung in Suchmaschinenoptimierung (SEO)

In diesem Kurs lernen Sie:

- Welche Rolle SEO in der Marketing-Strategie spielt
- Wie die Suchmaschinen funktionieren
- Welche Tools Sie benutzen können, um Ihre Webseite und die Keywords zu analysieren
- Wie Sie die Inhalte Ihrer Website für SEO optimieren können
- Welche technischen Aspekte der Suchmaschinen-Optimierung es gibt

Der Kurs beinhaltet viele praktische Übungen. Am Ende des Kurses werden Sie eine Liste mit Empfehlungen

für die SEO-Optimierung einer Website Ihrer Wahl ausarbeiten. Teilnahmevoraussetzung sind gute Computerkenntnisse und Grundkenntnisse in HTML (wünschenswert aber kein Muss). Bitte bringen Sie einen USB-Stick zur Speicherung des Teilnehmermaterials mit.

Buchen ■ **5795** Wochenendseminar
Elena Semenova
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Samstag und Sonntag,
11.03.-12.03.23,
10.00-15.00 Uhr, 2 Tage
77,62 EUR; erm. 57,06 EUR
6 - 8 Teilnehmende

Tastschreiben

10-Finger-Schreiben am PC mit Trainingseinheiten

Ergebnisse aus der Gehirnforschung haben deutlich gezeigt: Lernen ist umso erfolgreicher je besser beide Gehirnhälften in den Lernprozess eingebunden sind. Unser Lehrgang basiert auf dem multisensorischen Lernen. D.h., es werden unterschiedliche Sinne angesprochen und so kann das Erlernen des 10-Finger-Schreibens auch für Sie zu einem stressfreien und erfolgreichen Erlebnis werden. Mit abwechslungsreichen Lernmethoden werden alle Lerntypen erreicht und es wird in einer entspannten Lernatmosphäre gearbeitet. Das logisch-rationale Denken wird dabei ebenso berücksichtigt wie das bildhafte Vorstellungsvermögen; ein Schreibtraining mit praktischen Übungen sichert das Ergebnis. Schon nach wenigen Stunden fühlen Sie sich auf dem gesamten Tastenfeld zu Hause ohne langweilige, immer gleich bleibende und damit frustrierende Wiederholungsübungen. Nach jeder erlernten Lektion werden Trainingseinheiten zur Festigung und Schnelligkeit absolviert.

Im Kursentgelt sind Kosten für Lernmittel enthalten.

Buchen ■ **5801** Wochenendseminar
Rolf Pallagst
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Freitag, 03.03.23, 18.00-21.00 Uhr,
Samstag und Sonntag,
04.03.-05.03.23, 9.00-14.00 Uhr
117,62 EUR; erm. 90,16 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Buchen ■ **5805** Wochenendseminar
Rolf Pallagst
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Freitag, 05.05.23, 18.00-21.00 Uhr,
Samstag und Sonntag,
06.05.-07.05.23, 9.00-14.00 Uhr
117,62 EUR; erm. 90,16 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Buchen ■ **5807** Wochenendseminar
Rolf Pallagst
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Freitag, 02.06.23, 18.00-21.00 Uhr,
Samstag und Sonntag,
03.06.-04.06.23, 9.00-14.00 Uhr
117,62 EUR; erm. 90,16 EUR
8 - 9 Teilnehmende



Junge VHS

10 Finger-Schreiben am PC für 10-15 jährige

Für Details siehe Kurs Seite 155

Buchen ■ **5831** Ferienkurs
Rolf Pallagst
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Dienstag, 11.04. bis Freitag
14.04.23, 9.00-12.00 Uhr, 4 Vorm.
117,62 EUR; erm. 90,16 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Junge VHS

10 Finger-Schreiben am PC für 10-15 jährige

Für Details siehe Kurs Seite 155

Buchen ■ **5833** Ferienkurs
Rolf Pallagst
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Dienstag, 11.04. bis Freitag
14.04.23, 12.00-15.00 Uhr, 4 Nachm.
117,62 EUR; erm. 90,16 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Junge VHS

10 Finger-Schreiben am PC für 10-15 jährige

Für Details siehe Kurs Seite 155

Buchen ■ **5835** Ferienkurs
Rolf Pallagst
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Montag 26.06. bis Freitag 30.06.23,
9.00-12.00 Uhr, 5 Vorm.
141,50 EUR; erm. 107,18 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Junge VHS

10 Finger-Schreiben am PC für 10-15 jährige

Für Details siehe Kurs Seite 155

Buchen ■ **5837** Ferienkurs
Rolf Pallagst
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Montag 26.06. bis Freitag 30.06.23,
12.00-15.00 Uhr, 5 Nachm.
141,50 EUR; erm. 107,18 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Weiterbildung für junge Leute

Junge VHS

10 Finger-Schreiben am PC für 10-15 jährige

10-Finger-Schreiben am PC - heute - anders als bisher?

Ergebnisse aus der Gehirnforschung haben deutlich gezeigt: Lernen ist umso erfolgreicher, je besser beide Gehirnhälften in den Lernprozess eingebunden sind. Unser Lehrgang basiert auf dem multisensorischen Lernen. D.h., es werden unterschiedliche Sinne angesprochen und so kann das Erlernen des 10-Finger-Schreibens auch für Dich zu einem stressfreien und erfolgreichen Erlebnis werden. Mit abwechslungsreichen Lernmethoden werden alle Lerntypen erreicht, und es wird in einer entspannten Lernatmosphäre gearbeitet. Das logisch-rationale Denken wird dabei ebenso berücksichtigt wie das bildhafte Vorstellungsvermögen; ein Schreibtraining mit praktischen Übungen sichert das Ergebnis. Schon nach wenigen Stunden fühlst Du Dich auf dem gesamten Tastenfeld zu Hause, ohne langweilige, immer gleich bleibende und damit frustrierende Wiederholungsübungen.

Im Kursentgelt sind Kosten für Lehrmittel enthalten.

!Onlineanmeldung wegen Einverständnis eines Erziehungsberechtigten nicht möglich. Bitte melden Sie Ihr Kind schriftlich, per FAX (77 36 71) oder per E-Mail an Margret.Wichelhoven@bonn.de an und fügen Sie für die Ermäßigung der Kursgebühr eine Kopie des Schülerausweises bei!

5831 Ferienkurs

Rolf Pallagst

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Dienstag, 11.04. bis Freitag
14.04.23, 9.00-12.00 Uhr, 4 Vorm.
117,62 EUR; erm. 90,16 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Nur für 10-15 jährige! Teilnehmende benötigen das Einverständnis eines Erziehungsberechtigten

5833 Ferienkurs

Rolf Pallagst

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Dienstag, 11.04. bis Freitag
14.04.23, 12.00-15.00 Uhr, 4 Nachm.
117,62 EUR; erm. 90,16 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Nur für 10-15 jährige! Teilnehmende benötigen das Einverständnis eines Erziehungsberechtigten

5835 Ferienkurs

Rolf Pallagst

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Montag 26.06. bis Freitag 30.06.23,
9.00-12.00 Uhr, 5 Vorm.
141,50 EUR; erm. 107,18 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Nur für 10-15 jährige! Teilnehmende benötigen das Einverständnis eines Erziehungsberechtigten

5837 Ferienkurs

Rolf Pallagst

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
Montag 26.06. bis Freitag 30.06.23,
12.00-15.00 Uhr, 5 Nachm.
141,50 EUR; erm. 107,18 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Nur für 10-15 jährige! Teilnehmende benötigen das Einverständnis eines Erziehungsberechtigten

Weiterbildung für Frauen

ProfilPASS - die eigenen Kompetenzen richtig bilanzieren

Für Details siehe Kurs Seite 0

5100 Erstberatung

Harald Otto

Volkshochschule Bonn, Mülheimer
Platz 1, 53103 Bonn
entgeltfrei



Perspektiven im Erwerbsleben (PiE) an der VHS Bonn (Förderangebot des MAGS/NRW)

Für Details siehe Kurs Seite 136

5101 Beratung

Volkshochschule Bonn,
Mülheimer Platz 1, 53103 Bonn
entgeltfrei



Sich mit Gelassenheit und Humor selbst behaupten - Strategien für Frauen

Selbstbewusst auftreten ohne verbissen zu wirken, sich durchsetzen ohne sich dabei aufzureiben - sich gelassen selbst zu behaupten ist lernbar. Es werden praktische Strategien vermittelt, mit denen Frauen souverän den beruflichen wie privaten Alltag meistern können. Themen sind u.a. wie Frauen sich positiv darstellen, wie sie Wünsche direkt äußern und wie sie konstruktiv mit Kritik und Konflikten umgehen können.

5850 Wochenendseminar

Sonja Waszerka

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60
Samstag und Sonntag,
03.06.-04.06.23,
10.00-18.00 Uhr, 2 Tage
100,06 EUR; erm. 71,87 EUR
6 Teilnehmende

Für Frauen!

Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Comeback-Zurück in den Beruf nach einer Familien- oder Pflegezeit

Suchen Sie zum Ende einer Unterbrechungsphase Informationen zum beruflichen Einstieg, zur Stellensuche, zum Arbeitsmarkt in der Region, zu Unterstützungsmöglichkeiten der Arbeitsagentur oder weiteren Beratungsmöglichkeiten in Bonn und dem Rhein-Sieg-Kreis?

Wir laden Sie herzlich zum **Online**termin ein.

Bitte melden Sie sich an unter: Bonn.BCA@arbeitsagentur.de

Termine 1. Halbjahr 2023

04.01.2023

08.02.2023

01.03.2023

05.04.2023

03.05.2023

07.06.2023

Die Veranstaltung findet **online** jeweils 10 bis max. 12 Uhr statt.

www.arbeitsagentur.de

 **Bundesagentur für Arbeit**
Agentur für Arbeit Bonn

bringt weiter.



Netzwerken für Frauen

Im Beruf ist nicht die Qualifikation entscheidend für den Werdegang, stattdessen spielen Beziehungen und Netzwerke eine wesentliche Rolle. Die Teilnehmerinnen lernen die Philosophie des Netzwerkes kennen und nutzen: positiv denken, neugierig und mitteilsam sein, geben und nehmen sowie Kontakte knüpfen. Wir beschäftigen uns außerdem mit dem gezielten Aufbau von Netzwerken und es werden bereits bestehende, insbesondere von und für Frauen vorgestellt.

Im Kursentgelt sind Kosten für Kopien enthalten.

Buchen ■ **5853** Netzwerkseminar
 Sonja Waszerka
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51
 Mittwoch, 22.03.23, 17.30-21.00 Uhr
 30,70 EUR; erm. 23,92 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

Für Frauen!



Schnelles Business Make-Up für jede Frau

Inhalt des Kurses wird es sein, ein schnelles Business Make-Up zu zaubern. Es werden die wichtigsten Do's and Dont's vom Profi besprochen und zwei verschiedene Schminktechniken gezeigt. Ein wesentliches Element des Make-up-Kurses ist das eigenständige Schminken. Die Teilnehmerinnen versuchen sich so selbst an einem Make-up und können immer wieder nachfragen und sich wertvolle Tipps holen. Dadurch ist man nach dem Kurs bestens für die Arbeit und den Alltag gerüstet. Im Kursentgelt sind Kosten für bereitgestelltes Material enthalten.

Buchen ■ **5858** Wochenendseminar
 Anja Käßner
 VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11
 Samstag, 13.05.23, 10.00-12.15 Uhr
 20,66 EUR; erm. 15,96 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

Für Frauen!

Digitale Lebenswelten

Einführung in das Onlinemarketing

Für Details siehe Kurs Seite 139

Buchen ■ **5155** Wochenendseminar
 Elena Semenova
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
 Samstag und Sonntag,
 25.02.-26.02.23, 10.00-15.00 Uhr
 77,62 EUR; erm. 57,06 EUR
 6 - 8 Teilnehmende



Statistik und Graphiken mit R (Einführungskurs), 2 x wöchentlich

Für Details siehe Kurs Seite 153

Buchen ■ **5725** Kurs
 Miguel Alvarez
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
 Dienstags und donnerstags,
 28.02.-23.03.23,
 18.00-20.30 Uhr, 8 Abende
 149,14 EUR; erm. 108,03 EUR
 6 - 8 Teilnehmende



Reproduzierbare Datenauswertung mit R und Rmarkdown (Aufbaukurs)

Für Details siehe Kurs Seite 153

Buchen ■ **5726** Kurs
 Miguel Alvarez
 VHS, Kirchplatz 6, Raum 1.02
 Samstags und sonntags,
 22.04.-30.04.23,
 9.30-16.00 Uhr, 4 Tage
 149,14 EUR; erm. 108,03 EUR
 6 Teilnehmende

WordPress, Ihr Internet-Baukasten

Für Details siehe Kurs Seite 0

Buchen ■ **5754** Kurs
 Hans-Joachim Beese
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
 Dienstags 28.02.-14.03.23,
 9.45-12.00 Uhr, 3 Vorm.
 59,74 EUR; erm. 44,32 EUR
 6 - 8 Teilnehmende



Einführung in Suchmaschinenoptimierung (SEO)

Für Details siehe Kurs Seite 154

Buchen ■ **5795** Wochenendseminar
 Elena Semenova
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57
 Samstag und Sonntag,
 11.03.-12.03.23,
 10.00-15.00 Uhr, 2 Tage
 77,62 EUR; erm. 57,06 EUR
 6 - 8 Teilnehmende

Smartphone-Übungsstunde (Android, kein iPhone)

In diesen drei Stunden geht es ausschließlich um das Üben und Wiederholen. Sie als Teilnehmer bestimmen die Themen wie beispielsweise Telefonieren mit dem Smartphone, Schreiben von SMS und WhatsApp-Nachrichten, Bilder aufnehmen und ggf. per WhatsApp weiterschicken, Bilder löschen, Telefonnummern in unser Telefonbuch eintragen und so weiter.

Bitte mitbringen: Eigenes Android-Smartphone oder -Tablet mit geladenem Akku.

Buchen ■ **5910** Übungsstunde
 Uwe Fischer
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
 Dienstag, 07.03.23, 18.00-21.00 Uhr
 26,98 EUR; erm. 20,72 EUR
 6 Teilnehmende

Buchen ■ **5912** Übungsstunde
 Uwe Fischer
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
 Donnerstag, 09.03.23,
 18.00-21.00 Uhr
 26,98 EUR; erm. 20,72 EUR
 6 Teilnehmende



Smartphone - Sprechstunde (Android, kein iPhone)

Sprechstunde für individuelle Smartphone-Themen oder -Probleme, für die ein kompletter Kurs nicht nötig ist oder wo individuelle Antworten und Hilfen erforderlich sind.

Bitte mitbringen: Eigenes Android-Smartphone oder -Tablet (kein iPhone oder iPad) mit geladenem Akku.

Buchen ■ **5914** Fragestunde
 Uwe Fischer
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
 Mittwoch, 22.02.23, 18.30-20.30 Uhr
 13,94 EUR; erm. 9,76 EUR
 6 Teilnehmende

Buchen ■ **5916** Fragestunde
 Uwe Fischer
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
 Dienstag, 14.03.23, 14.30-16.30 Uhr
 13,94 EUR; erm. 9,76 EUR
 6 Teilnehmende

Buchen ■ **5918** Fragestunde
 Uwe Fischer
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
 Donnerstag, 16.03.23,
 14.30-16.30 Uhr
 13,94 EUR; erm. 9,76 EUR
 6 Teilnehmende



Computer - Sprechstunde (Windows)

In diesem „Sprechstunde“ genannte Kurs geht es um Ihre individuellen Probleme in Zusammenhang mit Computer, Internet und Anwendungen. Wir bearbeiten alle Fragen rund um die Themen Geräteprobleme, Schwierigkeiten mit Programmen bis hin zu Internet-Themen wie Anmeldungen, Shops, Herunterladen und Betrachten von PDF-Dateien (Rechnungen etc.) u.s.w..

Bitte mitbringen: Computer / Notebook-Computer / Laptop mit Netzteil.

Buchen ■ **5920** Fragestunde
 Uwe Fischer
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60
 Dienstag, 28.02.23, 18.00-20.30 Uhr
 17,38 EUR; erm. 12,17 EUR
 6 Teilnehmende

- Kulturkalender
- Philosophie
- Religion
- Literatur
- Schreibpraxis
- Theater
- Musik / Singen
- Kunstgeschichte
- Kulturgeschichte
- Architektur im Fokus
- Blickpunkt Bonn
- Kulturwandern im Rheinland
- Online-Veranstaltungen
- Fortbildungen für Kursleitende
- Zeichnen / Malen
- Grafik
- Kalligrafie
- Wochenendakademie
- Plastisches Gestalten
- Glaskunst
- Buchbinden
- Papierkunst
- Textiles Gestalten
- Goldschmieden / Schmuck
- Fotografisches Gestalten
- Musikpraxis

Gabriele Tillmanns
 Fachbereichsleiterin
 Mülheimer Platz 1
 53111 Bonn
 Fon 0228 77-3042
 Fax 0228 77-3671
 Gabriele.Tillmanns@bonn.de

Der Fachbereich

„Es gibt Maler, die die Sonne in einen gelben Fleck verwandeln.“

Es gibt aber andere, die dank ihrer Kunst und Intelligenz einen gelben Fleck in die Sonne verwandeln können.“

(Pablo Picasso)

Ein bisschen was von dieser Fähigkeit wünsche ich uns allen für das kommende Frühjahr.

Die Hoffnung, hinter einem einfachen Klecks die Sonne entdecken zu können.

Unsere Angebote wollen Sie neue Begegnungen machen lassen, mit Menschen, mit Wissen, mit der Kunst.

Dies wollen auch unsere Angebote: Beim Erkenntnisgewinn in unseren Vorträgen wollen wir gleichzeitig Freude schenken. Einen neuen Blick auf die Welt werfen. Entdecken Sie neue Seiten und Fähigkeiten in sich. Vielleicht in einem unserer beliebten Schauspielkurse.

Oder Sie finden heraus, dass Schreiben etwas ist, das Sie zu Ihrem Inneren führt.

Sich neue Freiräume zu schaffen und erhalten, wird immer wichtiger, gerade in unseren hektischen Zeiten. Vielleicht finden Sie diese in einem unserer zahlreichen Kunstkurse.

Von Aquarell bis Zeichnen ist das Angebot breit gefächert. Daneben gibt es viele Spezialkurse, wie Aktzeichnen, Kalligraphie oder Arbeiten mit Ton.

Auch im Bereich der Fotografie bieten wir Ihnen ein großes Spektrum an Kursen. Neben Grundlagenkursen können Sie Erfahrungen in der Porträt- oder Streetfotografie machen.

Vielleicht wollten Sie auch schon immer einmal ein Instrument erlernen.

Gerade bei der Ukulele sind schnelle Fortschritte möglich und man kann wunderbar Gruppen damit begleiten. Neu ist ein Kurs in Improvisation. Für alle diejenigen, die schon ein Instrument beherrschen und das Zusammenspiel suchen.

Einige Kurse bieten wir auch im Frühjahr weiterhin online an. Um Ihnen so auch von zu Hause aus eine Teilnahme zu ermöglichen.

Zahlreiche Vorträge und Diskussionen finden Sie weiterhin online in unserer Mediathek.

Unter www.vhs-bonn.de finden Sie auf der Internetseite einen Balken mit dem Hinweis vhs youtube-Kanal.

Dort ist eine Auswahl von Veranstaltungen digital hinterlegt.

Zum Schluss möchte ich die neue Mitarbeiterin Martina Giersberg ganz herzlich begrüßen. Sie wird den Bereich der praktischen Kunst betreuen und Ihnen bei Fragen weiterhelfen. Weiterhin ist Britta Krollmann für Sie im Bereich der Kultur Ansprechpartnerin. Ich freue mich, dass wir nun als Team wieder vollständig sind.

Ihre Gabriele Tillmanns

Kulturkalender

Im „Kulturkalender“

In der Reihe „Kulturkalender“ erinnern wir an Jahrestage herausragender Persönlichkeiten und Ereignisse aus Geistesleben und Kultur. Forscher, Wissenschaftler und freie Autoren vermitteln bemerkenswerte und spannende Einblicke in ihr Forschungsthema.



200 Jahre nach Jean-François Champollion:

Zur Entzifferung der Hieroglyphenschrift und der Bedeutung von Namen

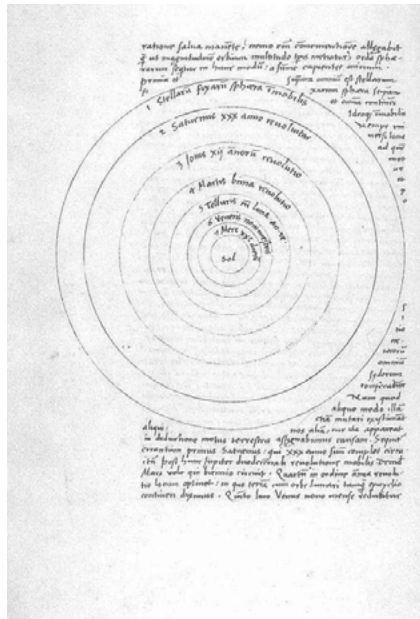
Nachholvortrag aus dem Herbstsemester 2022:

Die beiden Referenten folgen in Ihrem Vortrag der spannenden Geschichte des französischen Ägyptologen Jean François Champollion, der 1822 - vor genau 200 Jahren - die ägyptischen Schriftzeichen auf dem Stein von Rosette entzifferte.

Der Stein von Rosette wurde nach der verlorenen Schlacht bei Alexandria nach England verschleppt. Champollion bemühte sich um eine Kopie des Steines. Am 14.09.1822 war er sich sicher, die ägyptischen Namen auf dem Stein von Rosette sowie Namen aus römischer Zeit lesen zu können. Damit nahm die Entzifferung der Hieroglyphen ihren Verlauf.

Zusätzlich laden beide Referenten im Februar (Termin wird Ende Dezember online bekannt gegeben) zu einer Führung durch die Sonderausstellung im Ägyptischen Museum der Universität an. Dort wird die Geschichte der Hieroglyphen-Entdeckung an Objekten noch einmal verdeutlicht und gezeigt.

6001 Vortrag
 Prof. Dr. Ludwig Morenz,
 Dr. Yannik Wiechmann
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)
 Do., 02.02.23, 18:00-19:30 Uhr
 entgeltfrei
 10 - 80 Teilnehmende



Nicolaus Copernicus:
 Astronomie und
 Erinnerungskultur
 Zum 550. Geburtstag des
 Wissenschaftlers

Vor 480 Jahren machte Nicolaus Copernicus in dem Buch De revolutionibus orbium coelestium (Über die Umschwünge der himmlischen Kreise) seine Überzeugung bekannt, dass nicht die Erde, sondern die Sonne im Mittelpunkt unseres Planetensystems stehe. Diese „kopernikanische Revolution“ war der Durchbruch zur Neuzeit - oder zumindest wird die Arbeit von Copernicus oft so beschrieben. Die Entwicklung wie auch die Verbreitung des heliozentrischen Weltbildes waren aber vielschichtige Prozesse, wie insbesondere Forscher aus den USA und Polen aufgezeigt haben.

2023 ist auch das Jahr des 550. Geburtstages von Copernicus. Der Rückblick auf vergangene Copernicus-Gedenkjahre (1873, 1943, 1973) zeigt, dass die Erinnerung an den Gelehrten aus der historischen Region Preußen seit dem 19. Jahrhundert eine politische Dimension bekam und zwischen Deutschland und Polen zu einem Feld intensiver Konflikte wurde. Dokumente aus den beiden vergangenen Jahrhunderten und vor allem die vielen heute noch vorhandenen Copernicus-Gedenkstätten lassen diese Beziehungsgeschichte anschaulich werden.

6002 Vortrag
 Alexander Kleinschrodt
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)
 Do., 27.04.23, 20:00-21:30 Uhr
 entgeltfrei
 10 - 80 Teilnehmende



Paul Gauguin - ein Künstler im Paradies?
 Zum 175. Geburtstag des Künstlers

Die Kunst Paul Gauguins erschöpft sich nicht in der farbprächtigen Malerei, er hat auch als Bildhauer gearbeitet und Möbel produziert. Diese Werke werden auf ihre Eigenart und ihren Einfluss auf die moderne Kunst untersucht. Darüber hinaus muss auch auf die Entstehung der Werke aus einer westlichen Sehnsucht nach Exotik und vermeintlicher Freiheit im irdischen Paradies ohne Zivilisation eingegangen werden. Dass dabei in Europa auch die erotische Ausstrahlung der Werke eine Rolle für den Bekanntheitsgrad Gauguins gespielt hat, wird nachgewiesen. Unter diesem Aspekt werden einige aktuelle künstlerische Positionen aus dem Südpazifik den Werken Gauguins relativierend gegenübergestellt.

6003 Vortrag
 Dr. Carl Körner
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)
 Do., 04.05.23, 20:00-21:30 Uhr
 entgeltfrei
 10 - 80 Teilnehmende



Annette von Droste-Hülshoff - als Kriminalautorin und Dichterin zum 175. Todestag im Mai 2023

Annette von Droste-Hülshoff (1797-1848) ist - als eine der wenigen Dichterinnen des 19. Jahrhunderts - bis heute bekannt geblieben. Dazu hat vor allem ihre ebenso spannende wie rätselhafte Kriminalnovelle „Die Judenbuche“ (1842) beigetragen. Als nicht weniger lesenswert können ihre 'westfälischen Schilderungen' und ihre lyrischen Dichtungen betrachtet werden: ihre nachgerade berühmten Balladen (Der Knabe im Moor, Die Vergeltung u.a.), ihre geistlichen Gedichte sowie ihre Natur- und Liebeslyrik - die erstaunlich modern anmuten.

Der Bild-Vortrag stellt vor den historischen Hintergründen das eher ereignislose Leben und die anspruchsvollen literarischen Werke dieser außergewöhnlichen Frau und Dichterin

vor.

- Büchen** ■ **6004** Vortrag
 PD Dr. Jürgen Nelles
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)
 Do., 25.05.23, 20:00-21:30 Uhr
 entgeltfrei
 10 - 80 Teilnehmende



Howard Carter - ein Suchender. Sein Leben vor und nach der Entdeckung Tutanchamuns Zum 100. Jahrestag der Grabentdeckung



Am 4. November 2022 jährte sich zum 100. Mal die Entdeckung der Stufen, die zum nahezu unversehrten Grab des bis dahin kaum bekannten und heute weltberühmten Königs Tutanchamun führten. Mit dieser Entdeckung und ihrer für die damalige Zeit unglaublich gründlichen wissenschaftlichen Aufarbeitung und Dokumentation ging Howard Carter (1874-1939) nicht nur in die Geschichte der Ägyptologie ein. Doch wer war dieser Mann, der aus relativ bescheidenen Verhältnissen kam und keine akademische Ausbildung besaß? Wie kam er zur Ägyptologie? Was suchte er? War er „nur“ der Entdecker Tutanchamuns? Begeben wir uns auf die Suche nach den Spuren des Menschen und Ägyptologen Howard Carter! Wie war er und was machte er eigentlich, bevor Tutanchamun gefunden wurde, und was danach?

Da wir mit der Entzifferung der Hieroglyphen-Schrift 2022 ein weiteres Thema aus der Ägyptologie hatten (siehe F6002), haben wir uns die Freiheit genommen, an Howard Carter im 101. Jahr der Grabwiederentdeckung zu erinnern.

Dr. Brigitte Schadt studierte Ägyptologie, Klassische Archäologie und Bibliothekswissenschaft an der Universität zu Köln, wo sie mit einer Arbeit über „Die Entdeckung des „Briefes“, als literarisches Ausdrucksmittel in der Ramessidenzeit“ promovierte.

- Büchen** ■ **6005** Vortrag
 Dr. Brigitte Schadt
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)
 Do., 15.06.23, 20:00-21:45 Uhr
 entgeltfrei
 10 - 80 Teilnehmende

Die Vorträge 6001 - 6005 finden statt in Kooperation mit der Uni Bonn/Studium Universale.

Philosophie

Die Kulturphilosophie Ernst Cassirers

Ernst Cassirers „Versuch über den Menschen“ gehört ohne Zweifel zu den Meilensteinen der Kulturphilosophie im 20. Jahrhundert. Das Hauptaugenmerk von Cassirers Essay liegt dabei auf der Entwicklungsgeschichte des menschlichen Selbstverständnisses. Im Spiegel des Verhältnisses von Religion und Mythos, der Sprache, Wissenschaft, Kunst und Geschichte deuten Menschen sich seit Jahrtausenden selbst. Diese Selbstvergewisserung trägt, laut Cassirer, maßgeblich dazu bei was Menschen sein können und wie sie leben möchten. Der praktische Nutzen der Kulturphilosophie ist, dass sie eine Orientierungshilfe bieten will im Wechselspiel kultureller Identitäten und Werte. Im Vordergrund steht dabei, die eigene soziale Prägung und das individuelle Selbstverständnis transparent zu machen. Zudem bieten Cassirers Überlegungen in Zeiten einer immer vielfältiger werdenden Gesellschaft einen wichtigen Beitrag zum interkulturellen Dialog. Anhand eines Vortrages, der Lektüre und Diskussion ausgewählter Textstellen aus „Versuch über den Menschen“ soll ein erster Zugang zu Ernst Cassirers Kulturanthropologie geschaffen werden.

- Büchen** ■ **6012** Kurzseminar
 Michael Reinhard
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
 Samstag, 25.02.23, 14:00-17:00 Uhr
 12,00 EUR; erm. 8,40 EUR
 10 - 16 Teilnehmende



Lebenskunst im Zeichen der Anderen

Die Ethik Paul Ricoeurs

Im Kurs werden die beiden wichtigsten Konzeptionen vorgestellt, mit denen man über moralische Herausforderungen nachdenken kann. Gleichzeitig bietet Ricoeurs „kleine Ethik“ eine interessante Gelegenheit sich danach zu fragen, welche Bedeutung unsere Mitmenschen für unser Leben in den zwischenmenschlichen Beziehungen (öffentlicher oder freundschaftlicher Art), aber auch in den Institutionen haben. Der grundlegende Aufsatz "Ethik und Moral" von Paul Ricoeurs wird den Teilnehmenden vor Beginn des Seminars zur Verfügung gestellt. Er bildet die Diskussionsgrundlage für den Kurs. Er kann, muss aber nicht, vorher von den Teilnehmenden gelesen werden. Ein lohnenswertes Interview mit Ricoeur findet sich unter: <https://www.youtube.com/watch?v=mIAQtA5aHcY>

Das Seminar ist ohne Vorkenntnisse besuchbar.

- Büchen** ■ **6014** Kurzseminar
 Michael Reinhard
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56
 Samstag, 25.03.23, 14:00-17:00 Uhr
 12,00 EUR; erm. 8,40 EUR
 10 - 16 Teilnehmende

Religion

Religion - nur „Männersache“? Die Frau in den Weltreligionen

Als „Tor zur Hölle“ (Tertullian) gilt die Frau oft in den Religionen. Stimmt es, dass die Weltreligionen patriarchal geprägt sind - wie es ein Religionswissenschaftler formulierte?

In der Religionsgeschichte standen Frauen zwar als Mutter- und Fruchtbarkeitsgöttinnen im Mittelpunkt vieler Kulte, aber lässt das wirklich auf eine entsprechend hohe soziale Stellung der Frau oder gar auf ein sog. Matriarchat schließen? Bis heute ist in den Weltreligionen die dualistische Sicht der Frau als Jungfrau und Heilige einerseits und der Frau als Hexe, Hure und Agentin des Satans andererseits noch präsent. Der Frau kommt vor allem in konservativen und fundamentalistischen Kreisen meist nur der Bereich Haus und Familie zu, von der Öffentlichkeit wird sie ausgeschlossen.

Warum? Gibt es Veränderungen bezüglich der Rolle der Frau in den Religionen? Wie sehen zukünftige Entwicklungen aus? Der Vortrag gibt einen kritischen Überblick über die

Frau in der Geschichte der Weltreligionen und geht der Frage nach, ob und inwiefern Religion wirklich nur Männersache ist.

Weitere Veranstaltungen zum Thema Frauengeschichte finden Sie unter den VA-Nummern 6400 ff..

Büchen ■ 6050 Bild-Vortrag

Dr. Ulrike Peters

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49

Donnerstag, 23.03.23,

18:00-19:30 Uhr

6,00 EUR, um vorherige Anmeldung wird gebeten.

8 - 25 Teilnehmende



**Glück - was ist das?
Gott und die Frage nach dem Glück**

„Mit dem Glück ist es wie mit Diäten oder Erkältungskrankheiten: tausend Rezepte - aber keine überzeugenden Erfolge.“ Nicht nur Eckart von Hirschhausen, sondern schon Denker von Epikur über Thomas von Aquin bis hin zu Immanuel Kant oder dem Dalai Lama beschäftigten sich mit der Frage nach dem Glück und der Suche nach einer Antwort. So bestand für Epikur das Glück u.a. in Seelenruhe, für Augustinus ist es eine Gnadengabe Gottes, für Thomas von Aquin ist das irdische Wohlergehen die Teilhabe an der Glückseligkeit Gottes und für den Dalai Lama gelangt man durch eine systematische Schulung des Geistes zur Entfaltung des Glücks. Von der Medizin und der Neurowissenschaft weiß man heute, dass ein Glücksgefühl durch Endorphine und Neurotransmitter wie z. B. Dopamin hervorgerufen wird. Ein dadurch glücklich gesteigertes Lebensgefühl hat positive Auswirkungen auf die körperliche Gesundheit insgesamt.

Die Frage nach dem Glück ist bis heute aktuell. Das zeigt schon allein ein Blick ins Internet, wo man sogar ein „Glücksnetzwerk“ finden kann. Der Vortrag gibt einen Überblick der verschiedenen Antworten von Religion, Philosophie und Neurowissenschaft auf die Frage, was Glück ist.

Büchen ■ 6055 Bild-Vortrag

Dr. Ulrike Peters

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49

Donnerstag, 25.05.23,

18:00-19:30 Uhr

6,00 EUR, um vorherige Anmeldung wird gebeten.

8 - 25 Teilnehmende



Literatur

Annette von Droste-Hülshoff - als Kriminalautorin und Dichterin zum 175. Todestag im Mai 2023

Für Details siehe Kurs Seite 158

Büchen ■ 6004 Vortrag

PD Dr. Jürgen Nelles

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11

(Saal)

Do., 25.05.23, 20:00-21:30 Uhr

entgeltfrei

10 - 80 Teilnehmende



**#teiledeinbuch
Lese-Treff im Salon**

„Beim Lesen guter Bücher wächst die Seele empor“ (Voltaire)

Welches Buch brachte Sie zum Träumen, zum Nachdenken? Wo sind Sie auf nachwirkende Sätze oder wundervolle Formulierungen gestoßen? Welche Figur hat Sie beeindruckt und wo kamen Sie zu neuen Erkenntnissen?

Bücher bewegen uns. Lassen Sie andere daran teilhaben. Hier finden Sie einen Ort zu einer festen Zeit, wo Sie gleichgesinnte Treffen können.

Wenn Sie Ihr Herzens-Buch oder einen anderen literarischen Text vorstellen möchten, senden Sie eine E-Mail an

Sylvia.Gladrow@Bonn.de oder Gabriele.Tillmanns@Bonn.de und nennen Sie uns Ihren Titel.

Wir planen Sie mit Ihrem Beitrag dann für einen Donnerstag-Nachmittag ein. Und alle anderen, die lieber erst einmal zuhören möchten, sind eingeladen einfach zu kommen, zu hören und gemeinsam zu (be-)sprechen.

Büchen ■ 6100 Lesung & Gespräch
Sylvia Gladrow, Gabriele Tillmanns
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)

Donnerstags 02.02.-01.06.23,

16.00-17.30 Uhr, jeweils 1.

Donnerstag im Monat

entgeltfrei

8 - 55 Teilnehmende

In Kooperation mit der
Stadtbibliothek Bonn.



**Drei Welten - drei Werke
Baum - Ditlevsen - Präauer**

Unter dem Titel Drei Welten - drei Werke werden drei sehr unterschiedliche Autorinnen oder Autoren vorgestellt. Die Spannungen und Unterschiede, die sich in ihren Werken ergeben mögen, sind immer auch Anlass, Entsprechungen zu entdecken.

Diesmal werden die Werke der Dänin Tove Ditlevsen (1917 - 1976) und der beiden Österreicherinnen Vicki Baum (1888 - 1960) und Teresa Präauer (geb. 1979) vorgestellt. Ihre drei Welten könnten unterschiedlicher nicht sein: Die Kulisse eines luxuriösen Hotels, die Arbeitsbedingungen einer Schriftstellerin in den 1950er Jahren und die hippe Gastkultur moderner Westeuropäer.

Doch verbindet die überaus erfolgreiche Schriftstellerin Vicki Baum mit der wieder entdeckten Tove Ditlevsen und der gerade mit einem neuen Buch hervorgetretenen Teresa Präauer viel.

In Drei Welten - drei Werke wechseln wir die Autorinnen, die Milieus und die Zeitzonen, was aber bleibt, ist das Lesevergnügen.

Büchen ■ 6101 Vortrag & Lesung

Michael Schikowski

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49

Donnerstag, 16.03.23,

18.00-20.00 Uhr

7,00 EUR

10 - 25 Teilnehmende

In Kooperation mit der
Stadtbibliothek Bonn.



Hommage an Robert Gernhardt Hab'n Sie was mit Kunst am Hut? Rezitation und Musik

Als Mitbegründer der „Neuen Frankfurter Schule“ revolutionierte der Schriftsteller und Zeichner Robert Gernhardt mit den Kollegen von „Pardon“ und „Titanic“ den deutschen Humor. Vor 17 Jahren starb er in seiner Wahlheimat Frankfurt/Main.

Vor allem die Gedichtbände „Weiche Ziele“, „Herz in Not“, „Lichte Gedichte“ und die „K-Gedichte“, in denen er sich mit seinem Krebsleiden auseinandersetzte, brachten ihm die Wertschätzung nicht nur der Leser und Hörer, sondern auch der Literaturkritik, die ihn schließlich als einen der bedeutendsten zeitgenössischen Lyriker deutscher Sprache anerkannten.

Gernhardts Gedichte führen uns mit kritisch distanzierter Beobachtung von Alltagssituationen immer wieder zu ungewohnten Perspektiven und überraschenden Aha-Erlebnissen.

„Es ist schon so“ schrieb er über seine Verse, „grad, wenn man reimt, kommt man in Zusammenhänge, in die man nie kommen wollte, aber der Reim gibt das vor.“

Mit einem Blick, der ebenso unerbittlich wie aufmerksam und zart war, konnte er das komische wie das tragische Potential austarieren. Immer wieder macht er uns dabei aber auch zum imaginären Gefährten der Niederlage und des Ungeschicks, voller Sympathie für deren Opfer.

Büchen ■ **6102** Rezitation & Musik
Jörg Schulze, Zhenja Zhidkova
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)

Dienstag, 21.03.23, 18.30-20.30 Uhr
8,00 EUR, Wir bitten um eine vorherige Anmeldung.

8 - 80 Teilnehmende

In Kooperation mit der
Stadtbibliothek Bonn.



Zu Gast in der Altstadtbuchhandlung:

„Denk, ich botanisier' wieder“ (Rosa Luxemburg): Ein Abend über die Natur in der Literatur

Die Natur spielt in der Literatur seit jeher eine große Rolle, egal, ob in Form der Naturlyrik, bukolischer Aufzeichnungen wie etwa bei Wilhelm Lehmann oder als sorgsam angelegte Herbarien. Carl von Linné hat als einer der Ersten eine Systematik in diese Welt gepresster Pflanzen gebracht, Emily Dickinson und Rosa Luxemburg wiederum haben aus der Begrenztheit der Räume ihre Pflanzenbücher angelegt, Schreiben und Botanik miteinander verflochten.

Ein Abend über Literatur und Natur und die Frage, wie und ob „Botanisieren“ unseren Blick auf die Gegenwart ändert.

Büchen ■ **6106** Vortrag
Dr. Simone Scharbert
Altstadtbuchhandlung, Breite Str. 47
Dienstag, 25.04.23, 19:30-21:00 Uhr
8,00 EUR, Wir bitten um eine vorherige Anmeldung.
10 - 30 Teilnehmende

„Es kommen härtere Tage“ Ein Abend über und für Ingeborg Bachmann

Mit ihrer Lyrik feierte die junge österreichische Schriftstellerin Ingeborg Bachmann ein sensationelles Debüt, im Nachkriegseuropa wurde sie zu einer festen Größe der Gruppe 47.

Kaum eine literarische Form, die sie unversucht hätte lassen - vom Hörspiel bis zum Roman hat Ingeborg Bachmann alle Genres und Gattungen durchspielt. Ihr Lebensweg ist gezeichnet von Begegnungen mit

großen Schriftsteller_innen, sei es nun Ilse Aichinger, Paul Celan oder Max Frisch: Schonungslose Einblicke in die Beziehung zu Letzterem liefert der 2022 veröffentlichte Briefwechsel »Wir haben es nicht gut gemacht«.

Der Abend skizziert anlässlich des 50. Todestags die wichtigsten Stationen von Ingeborg Bachmann, um so ein wenig Einblick in Leben und Werk der Ausnahmeschriftstellerin zu geben.

Büchen ■ **6108** Vortrag
Dr. Simone Scharbert
Altstadtbuchhandlung, Breite Str. 47
Dienstag, 13.06.23, 19:30-21:00 Uhr
8,00 EUR, Wir bitten um eine vorherige Anmeldung.
10 - 30 Teilnehmende

Die Vorträge 6106 und 6108 finden statt in Kooperation mit der Altstadtbuchhandlung.

Die Goethe-Gesellschaft zu Gast in der VHS:

Luxus & Lifestyle - Weimar und die weite Welt



Das Weimar nicht nur eine Stadt der Klassik, sondern auch eine Design-Stadt ist, weiß man spätestens seit dem Bauhaus-Jubiläum. Aber was haben Weimar und Goethe mit der internationalen Modewelt zu tun? Das Journal des Luxus und der Moden, das erste Lifestyle-Magazin Deutschlands, das von 1786 bis 1827 über die neueste Mode aus Paris und London sowie über Einrichtungstrends berichtete, hatte seinen Verlagssitz nicht etwa in einer Metropole wie Berlin oder in einer Messestadt wie Leipzig oder Frankfurt, sondern in der kleinen Residenz Weimar. Gegründet wurde es von Friedrich Justin Bertuch, dem bedeutendsten Unternehmer im Weimar der Goethezeit.

Der Vortrag präsentiert anhand von Bildbeispielen die handkolorierten Hefte, die mit ihrem flammend orangefarbenen Einband auf die brandneue Mode aufmerksam machten, und zeigt am Beispiel alter und neuer Luxusgüter, wie manch ein Trend von damals das Design von heute inspiriert.

Büchen ■ **6110** Vortrag
 Dr. Barbara Steingießer
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)
 Donnerstag, 09.02.23,
 19.00-21.00 Uhr
 entgeltfrei, eine Anmeldung wird empfohlen.
 10 - 80 Teilnehmende



Wagner und Goethe



Für Wagner waren Goethe und Beethoven die beiden Repräsentanten der deutschen Kultur schlechthin. So zieht sich die stete Beschäftigung mit Goethe wie ein roter Faden durch Wagners Leben, was durch Briefe, Essays und Cosima Wagners Tagebücher zu belegen ist.

Wagner schätzte besonders die großen Dramen wie Torquato Tasso und natürlich den Faust. Auch Goethes Romane wie Wilhelm Meisters Lehrjahre oder Die Wahlverwandtschaften hat er mehrfach gelesen. Ein frühes Gedicht Goethes, Hans Sachsens poetische Sendung („In seiner Werkstatt Sonntags früh...“) wurde zur wichtigen Inspirationsquelle für die Realisation der Meistersinger.

Büchen ■ **6112** Vortrag
 Barbara Kiem
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)
 Mittwoch, 07.06.23, 19.00-21.00 Uhr
 entgeltfrei, eine Anmeldung wird empfohlen.
 10 - 80 Teilnehmende



„Mehr Stolz, ihr Frauen!“: Ein heiter bis ernster Streifzug durch die Geschichte des Internationalen Frauentags Online zur besten Mittagszeit

Für Details siehe Kurs Seite 170

Büchen ■ **6356ON** Vortrag
 Dr. Simone Scharbert
 Online-Angebot
 Mittwoch, 08.03.23, 13:30-14:30 Uhr
 entgeltfrei
 10 - 50 Teilnehmende



LiteraTOUR Natur & Literatur erleben Auf dem Burgweg in Blankenberg

Für Details siehe Kurs Seite 174

Büchen ■ **6438** Literaturwanderung
 Christel Cader, Heike Kallenberg
 Treffpunkt: 53773 Hennef/Blankenberg a.d. Sieg, Bahnhof Blankenberg, an den Gleisen
 Samstag, 20.05.23, 14:00-18:00 Uhr
 14,00 EUR, Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.
 9 - 16 Teilnehmende



Schreibpraxis

Schreiben kann man lernen! Einführung in das Kreative Schreiben - Onlinekurs

Manchmal fehlen die richtigen Worte. Und hat man sie schließlich, bleibt die Frage: Wie bringe ich sie in die richtige Reihenfolge, damit am Ende eine spannende, unterhaltsame Geschichte daraus wird.

Wir beschäftigen uns in diesem Kurs mit Ideen und Schreibanlässen und wenden dazu auch Techniken des Kreativen Schreibens an. Zudem kümmern wir uns um die Charakterisierung von Figuren, die Struktur und das Handlungsgerüst von Geschichten, erproben Dialoge oder fragen nach der Erzählperspektive.

Der Dozent, Dr. Jörg Wolfradt ist freier Autor, Literaturwissenschaftler u. Literaturpädagoge (www.wolfradt.de).

Er verfügt über viel Erfahrung und Übung in der Durchführung von abwechslungsreichen Online-Schreibkursen erworben und erfolgreich angewendet.

Büchen ■ **6121ON** Kurs
 Dr. Jörg Wolfradt
 Online-Angebot
 Montags 13.02.-12.06.23,
 18.30-21.30 Uhr, 7 Abende
 139,76 EUR; erm. 109,35 EUR,
 Kurs läuft 14-tägig.
 6 - 9 Teilnehmende



Textwerkstatt Kinderbuch

Sie haben eine Idee für ein Bilderbuch oder ein Kinder- oder Jugendbuch im Kopf oder bereits etwas geschrieben? Dann sind Sie hier richtig.

In dieser Textwerkstatt geht es ganz konkret um die Umsetzung erster Ideen oder Entwürfe in eine funktionierende Handlung, um die Entwicklung stimmiger Figuren und Dialoge - insgesamt darum, wie man eine Kindergeschichte spannend und unterhaltsam zugleich erzählt.

Der Dozent, Dr. Jörg Wolfradt ist freier Autor, Literaturwissenschaftler u. Literaturpädagoge (www.wolfradt.de).

Büchen ■ **6122** Wochenendworkshop
 Dr. Jörg Wolfradt
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57
 Samstag, 04.03.23, 10:00-18:00 Uhr,
 Sonntag, 05.03.23, 10:00-16:00 Uhr
 79,09 EUR; erm. 52,46 EUR,
 inkl. 2,- EUR Materialkosten.
 6 - 9 Teilnehmende



Schreiben kann man lernen! Einführung in das Kreative Schreiben

Sie haben immer schon geschrieben und/oder möchten sich nun grundlegender mit dem literarischen Schreiben beschäftigen?

Sie fragen sich, wie Sie zu geeigneten Ideen für Geschichten kommen? Sie möchten wissen, wie man eine Geschichte so strukturiert, dass sie spannend und unterhaltsam ist? Sie wollen sich das Handwerkszeug des Kreativen Schreibens aneignen?

Dann sind Sie hier richtig, denn Schreiben ist Handwerk, und Handwerk kann man erlernen.

Dr. Jörg Wolfradt ist freier Autor, Literaturwissenschaftler u. Literaturpädagoge (www.wolfradt.de).

Büchen ■ **6123** Wochenendworkshop
 Dr. Jörg Wolfradt
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57
 Samstag, 06.05.23, 10:00-16:00 Uhr,
 Sonntag, 07.05.23, 10:00-18:00 Uhr
 79,09 EUR; erm. 52,46 EUR,
 inkl. 2,- EUR Materialkosten.
 6 - 9 Teilnehmende



Wochenend-Workshop „Einstieg ins kreative Schreiben“

Sie wollen gerne für sich oder für andere schreiben, aber wissen nicht, wie Sie anfangen sollen?

Sie schreiben manchmal, aber nicht so regelmäßig, wie Sie gerne würden? In diesem Kurs erhalten Sie Anregungen, wie Sie leicht ins Schreiben einsteigen können. Außerdem reflektieren wir, wie man eine regelmäßige Schreibroutine aufbauen kann.

Es gibt Schreib Anregungen aus dem kreativen und autobiographischen Schreiben und Hinweise zum Journaling.

Büchen ■ **6125** Wochenendkurs
 Kerstin Kurrat
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58
 Samstag und Sonntag,
 25.02.-26.02.23, 10.00-15.30 Uhr,
 2 Tage
 61,30 EUR; erm. 43,71 EUR
 8 - 10 Teilnehmende



Weiterschreiben: Kreative Schreibwerkstatt

In einer festen Gruppe vertiefen Sie Methoden des kreativen Schreibens. Die Basis stellt das freie Schreiben dar, darauf aufbauend experimentieren Sie mit verschiedenen Formen und Schreibimpulsen. Es entstehen sowohl lyrische, persönliche als auch erzählende Texte.

In den Vorleserunden geben Sie sich gegenseitig Rückmeldungen und kommen in Austausch über Ihre Schreibprozesse. Der Kurs ist geeignet für Schreibende mit ersten Schreiberfahrungen.

Büchen ■ **6126** Kurs
 Kerstin Kurrat
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.59
 Dienstags 14.03.-23.05.23,
 19.00-20.45 Uhr, 9 Abende
 82,53 EUR; erm. 58,01 EUR
 6 - 8 Teilnehmende



Zeit zum Schreiben, Zeit für mich - regelmäßig schreiben

Sie wollen gerne für sich oder für andere schreiben, aber wissen nicht, wie Sie anfangen sollen?

Sie schreiben manchmal, aber nicht so regelmäßig, wie Sie gerne würden? In diesem Kurs erhalten Sie Anregungen, wie Sie leicht ins Schreiben einsteigen können. Außerdem reflektieren wir, wie man eine regelmäßige Schreibroutine aufbauen kann.

Es gibt Schreib Anregungen aus dem kreativen und autobiographischen Schreiben und Hinweise zum Journaling.

Büchen ■ **6128** Wochenendkurs
 Kerstin Kurrat
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58
 Samstag und Sonntag,
 03.06.-04.06.23, 10.00-17.00 Uhr,
 2 Tage
 61,30 EUR; erm. 43,71 EUR
 8 - 10 Teilnehmende



Geschichten-Erzähl-Workshop Geschichten frei erzählen und erfinden

Lassen Sie sich überraschen, wie einfach es ist, Geschichten frei zu erfinden und in eigenen Worten zu erzählen.

In diesem Workshop bekommen Sie dafür das passende Handwerkszeug. Denn auch wenn es ohne großes Zögern direkt ins Erzählen geht, gibt es doch den ein oder anderen Trick für den Ärmel um spielerisch und kreativ selbst kleine Geschichten zu erfinden.

Themen:

- Oh nein! Wie ging nochmal die Geschichte? - Loslassen von festen Texten und vertrauen in die eigene Kreativität.

- Schau mal ein Stein? - Ob Tiere, Pflanzen oder einfacher Gegenstand alles hat eine Geschichte zu erzählen. Gemeinsam wollen wir sie ihnen mit Fragen entlocken.
- Wer ist unser Held? - Eine Plan für eine Heldenreise ins Unbekannte.
- Was passiert, wenn die Zuhörer während dem Erzählen mitreden dürfen? - Ideen annehmen, einflechten und dadurch die Geschichte wachsen lassen.

Gemeinsam wollen wir mit Freude über Steine stolpern, rote Fäden wiederfinden und spannende Abenteuer entdecken.

Alle Interessierten, Anfänger und Erzähler, sind herzlich willkommen!

Büchen ■ **6130** Wochenendworkshop
 Clarissa Welter
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46
 Sonntag, 04.06.23, 10.00-17.00 Uhr
 34,28 EUR; erm. 25,83 EUR
 6 - 8 Teilnehmende



Mit dem Art-Journal ins Hier und Jetzt

Im Art-Journal kann als visuelles Tagebuch sichtbar werden, was im Alltag bewegt. Die Freude zu gestalten und die Begeisterung für Unvorhergesehenes machen es zu einer Inspirationsquelle, die wir für uns (wieder-)entdecken. Techniken und Herangehensweisen aus den Bereichen Collage, Farbauftrag/Acryl, Zeichnen und Schrift werden vorgestellt und erprobt. Dabei steht die Entwicklung des eigenen Ausdrucks im Vordergrund.

Weitere Hinweise finden Sie in der Gesamtausschreibung im Bereich "Kunst".

■ 6676 Kurs
 Beatrix Schulte
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)
 Montags 30.01.-06.03.23,
 18.00-21.00 Uhr, 5 Abende
 106,10 EUR; erm. 76,10 EUR, zzgl. 5-8 EUR Materialkosten, abzurechnen mit der Dozentin
 7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis 16.01.2023, 12.00 Uhr möglich!

■ 6677 Wochenendseminar
 Beatrix Schulte
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)
 Samstag, 06.05.23, 10:00-15:30 Uhr,
 Sonntag, 07.05.23, 10:00-15:30 Uhr
 76,10 EUR; erm. 55,10 EUR, zuzüglich 5-8 EUR Materialkosten, abzurechnen mit der Dozentin
 7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis 22.04.2023, 12.00 Uhr möglich!

Theater



Grundlagen des Schauspiels

Ist Schauspiel wirklich erlernbar? Kann es mir helfen in meinem alltäglichen Auftreten? Und was ist dieses Ding unterhalb meines Kopfes, was man Körper nennt?

In diesem Kurs begeben wir uns gemeinsam auf die Suche nach unserer Spielfreude. Wir beschäftigen uns mit den Grundelementen der Schauspielkunst in Partner- und Gruppenübungen, sowie kleiner Szenen und Improvisationen. Auf spielerische Weise, mit Hilfe von verschiedener Ansätze der Schauspieltheorie lernen wir unseren Körper und unsere Stimme neu kennen.

Wo gelangen wir an Grenzen? Und was erfahren wir über uns selbst?

Diesen und anderen Fragen gehen wir genauer auf den Grund! In diesem Kurs liegt der Fokus auf Körperarbeit und Stimmtraining um spielend ein Bewusstsein dafür zu entwickeln, wie man Körper und Stimme gezielt einsetzen kann. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!

■ 6200 Kurs
 Elena Nicodemus
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58
 Montags 27.02.-12.06.23,
 19.00-21.15 Uhr, 12 Abende
 121,30 EUR; erm. 86,74 EUR
 10 - 15 Teilnehmende

Schauspielworkshop KOMPAKT Intensiv-Workshop

Diese zwei Tage sind Ihrer Spielfreude gewidmet!

Gemeinsam werden wir Körper, Stimme und Sinne sensibilisieren und anschließend spielerisch die Grundlagen der Schauspielkunst kennenlernen. In Partner- und Gruppenkonstellationen werden wir improvisatorisch unsere Spielfreude herauskitzeln und unsere Erfahrungen in eigenen kleinen Szenen münden lassen.

Dieser Kurs eignet sich sowohl für Einsteiger, als auch für Teilnehmer mit Vorkenntnissen!

Dieser Wochenendkurs bietet auch die Grundlage für weiterführende, vertiefende Schauspielkurse. Weitere Informationen erhalten Sie bei Interesse im Kurs von der Dozentin.

■ 6210 Wochenendkurs
 Anna Möbus
 VHS, Kirchplatz 6, Raum 1.01
 Samstag, 11.03.23, 11:00-17:00 Uhr,
 Sonntag, 12.03.23, 11:00-17:00 Uhr
 53,04 EUR; erm. 36,90 EUR
 10 - 15 Teilnehmende

Improvisationstheater

„Ich spiele, also bin ich ... ich spiele mit mir, was ich bin und was ich sein könnte.“ (Felix Rellstab).

Spaß am Spiel ist etwas, was im Alltag oft zu kurz kommt. Improvisationstheater ist eine hervorragende Möglichkeit, dies zu ändern. Ganz nebenbei werden zudem unterschiedliche Kompetenzen gefördert, wie Kreativität, Wahrnehmung, Spontaneität, Ausdruck.

Wir finden heraus, welche Assoziationen Körper und Sprache wecken und wie daraus echte Bühnenbeziehungen in kleinen Szenen entstehen. Vielleicht entdecken wir ganz neue Seiten an uns?

Vorerfahrung ist nicht erforderlich und eines ist sicher: ganz nach dem Motto des Improvisationstheaters „Scheiter heiter!“ werden wir viel miteinander lachen!

■ 6220 Wochenendkurs
 Elke Feist
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
 Samstag, 11.03.23, 10:30-16:30 Uhr,
 Sonntag, 12.03.23, 10:00-14:00 Uhr
 46,64 EUR; erm. 34,48 EUR
 8 - 15 Teilnehmende

Frau Mayer mit ay...

Charakterarbeit im Impro-Theater

Was unterscheidet Frau Mayer von Frau Meier?

Im Improvisationstheater haben wir zur Charakterentwicklung in der Regel nicht viel Zeit. Oftmals muss eine kurze Vorgabe des Publikums oder unserer Mitspieler als Impuls reichen, um in eine andere Person zu schlüpfen - und sehr oft bleiben wir in unserer eigenen Person verhaftet.

In diesem Workshop nähern wir uns spielerisch den Möglichkeiten, durch Körperlichkeit, sprachliche Eigenart, emotionale Grundhaltung oder dem Bedienen von Klischees einen Charakter auf der Bühne darzustellen.

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer, die schon ein wenig Impro-Erfahrung haben. Mitzubringen: viel Spielfreude und Lust auf Lachen!

■ 6225 Wochenendkurs
 Elke Feist
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
 Samstag, 22.04.23, 10:00-17:00 Uhr
 33,84 EUR; erm. 25,52 EUR
 8 - 15 Teilnehmende

Musik / Singen

Hommage an Robert Gernhardt Hab'n Sie was mit Kunst am Hut? Rezitation und Musik

Für Details siehe Kurs Seite 161

■ 6102 Rezitation & Musik
 Jörg Schulze, Zhenja Zhidkow
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)
 Dienstag, 21.03.23, 18.30-20.30 Uhr
 8,00 EUR, Wir bitten um eine vorherige Anmeldung.
 8 - 80 Teilnehmende

Singen nach Herzenslust Heiter und befreiend

Dieses Angebot richtet sich an Menschen allen Alters, die in zwangloser Atmosphäre ihre Stimme kennen lernen möchten. Durch angenehme und lockere Gesangs- und Stimmbildungsübungen werden dabei Körperbewusstsein geschult und Resonanzräume gespürt, ergänzt durch leichte, entspannte Atemübungen,

die uns lockern.

Im Mittelpunkt des Ganzen steht aber das befreite und fröhliche Singen. Wir schnuppern hinein in die verschiedenen Musikstile und singen „Lieblingmelodien“ von Gospel über Volkslieder, Evergreens bis hin zum aktuellen Pop-Song.

Sie werden merken, die Lust und Freude am Singen in einer Gemeinschaft ist eine Bereicherung für Leib und Seele.

Bitte bringen Sie ein paar warme Socken oder Hausschuhe mit, da die Räume nicht mit Straßenschuhen betreten werden dürfen.

Büchen ■ 6251 Kurs am Nachmittag

Amalia Fabrizius
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier
Mittwochs 01.02.-17.05.23,
16.45-18.15 Uhr, 14 Abende
95,70 EUR; erm. 68,82 EUR
8 - 20 Teilnehmende

Büchen ■ 6252 Kurs am Vormittag

Amalia Fabrizius
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11
(Mehrzweckraum 1)
Freitags 03.02.-26.05.23,
11.00-12.30 Uhr, 14 Vormittage
95,70 EUR; erm. 68,82 EUR
8 - 20 Teilnehmende

**Singen nach Herzenslust
Eine musikalische Mittagspause**

Siehe Beschreibung unter Kursnummern 6251/6252. Inhaltlich ist dieser Kurs identisch.

Um ihn auch als entspannte Mittagspause nutzen zu können, ist er auf eine Stunde jeweils gekürzt.

Büchen ■ 6253 Kurs am Vormittag

Amalia Fabrizius
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11
(Mehrzweckraum 1)
Freitags 03.02.-26.05.23,
12.45-13.45 Uhr, 14 Vormittage
65,84 EUR; erm. 45,30 EUR
8 - 20 Teilnehmende

Kurs: Singen im Chor

Gemeinsam wollen wir etwa alle 2 Wochen 2-4stimmige Songs, Gospels und Lieder erarbeiten und dabei unsere Stimme regelmäßig trainieren. Das mehrstimmige Singen soll dabei selbstverständlich und genussvoll werden.

„Es erschließt sich dem Singenden“ (Martienßen-Lohmann).

Es wird dann leichter, bei der eigenen Stimme zu bleiben und dennoch im Gesamtklang „zu schwimmen“.

Der Körper speichert die Melodie ab und Singen im Chor wird ein Genuss!

Die Dozentin Claudia Rapp-Neumann hat ein Studium der Musik (Gesang und Orgel) absolviert sowie eine Ausbildung in Tanz und Cello. Neben ihrer Arbeit als Lehrerin hat sie vielfältige Chorleitertätigkeiten und Stimmbildungen erfolgreich durchgeführt.

Büchen ■ 6260 Chor
Claudia Rapp-Neumann
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11
(Saal)
Freitags 03.02.-12.05.23,
18.00-19.30 Uhr, 8 Abende
57,30 EUR; erm. 41,94 EUR
10 - 25 Teilnehmende



Chor-Workshop

Gemeinsam wollen wir singen, unsere Stimme kennenlernen und Freude haben. Dieses Singe-Wochenende ist für Einsteiger und Sänger/innen mit Chorerfahrung. Mit afrikanischen Liedern, Gospels und - je nach Wunsch - auch Folksongs (deutsch und englisch) werden wir ein- und mehrstimmig Musik machen. Natürlich werden wir mit Stimmbildung unsere Stimmen anwärmen und lernen, sie vorsichtig und adäquat zu gebrauchen. Dies ist nicht nur für Sportler notwendig sondern auch für uns Sänger und Sängerinnen. Die Stimme ist ja im Alltag eines unserer wichtigsten Instrumente!

Die Liedauswahl wird in beiden Seminaren unterschiedlich sein.

Die Dozentin Claudia Rapp-Neumann hat ein Studium der Musik (Gesang und Orgel) absolviert sowie eine Ausbildung in Tanz und Cello. Neben ihrer Arbeit als Lehrerin hat sie vielfältige Chorleitertätigkeiten und Stimmbildungen absolviert.

Büchen ■ 6261 Chor
Claudia Rapp-Neumann
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11
(Saal)
Samstag und Sonntag,
03.06.-04.06.23, 11.00-14.00 Uhr,
2 Vormittage
31,70 EUR; erm. 24,02 EUR
10 - 30 Teilnehmende

**Besuchsreihe:
Treffpunkt: Oper!**

Besuchen Sie exklusiv mit der VHS gemeinsam in der Gruppe und mit einer Einführung ausgewählte Generalproben der Bonner Oper.

**Sibirien
Tragödie von Umberto Giordano
(1867 - 1948)
Koproduktion mit den Bregener
Festspielen**

Es ist eine ungeheure Liebestat, wenn Stephana ihr Leben als Kurtisane im eleganten Stadtpalais in St. Petersburg aufgibt, um ihrer wahren Liebe Vassili ins sibirische Straflager zu folgen. Dort, in der Verbannung, wandelt sich Stephana zur unerschütterlichen Heldin.

Die effektvolle und dichte Handlung, die lebendige Emotionalität der Figuren und den imposanten Chor zeichnet Umberto Giordano in seiner italienischen Oper SIBIRIEN im Stil des Verismo. Leidenschaftliche Ausbrüche gipfeln in der erotischen Ekstase des Liebespaares und bestechen durch Wahrhaftigkeit der Gefühle, vertieft durch nahezu filmische Rückblenden. Faszinierende russische Klänge sind in die packende Musik eingebettet.

Ein junger Künstler aus Moskau bringt das mitreißende Werk auf die Bonner Opernbühne: Der international aufstrebende Regisseur Vasily Barkhatov stellt sich mit diesem Werk dem hiesigen Publikum vor.

Die Dozentin stellt zunächst das Werk im Haus der Bildung vor und begleitet Sie dann beim Besuch der Oper. In der Pause steht sie für Fragen und zum Austausch zur Verfügung.

Gegen 17.15 h gehen wir vom Haus der Bildung zur Oper, wo wir ab 18.00 h die Generalprobe besuchen.

Büchen ■ 6271 Operneinführung
Claudia Rapp-Neumann
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11
(Saal)
Freitag, 10.03.23, 16.00-21.00 Uhr
25,54 EUR; erm. 19,71 EUR
10 - 30 Teilnehmende



Die lustige Witwe
Operette von Franz Léhar (1870 - 1948)

Wir schreiben das Jahr 1904. In Deutschland regiert ein Kaiser, und die Landwirte fordern einen besseren Schutz ihrer Produkte gegen ausländische Konkurrenz. In Berlin findet ein internationaler Frauenkongress statt, und eine gewisse Rosa Luxemburg wird wegen Majestätsbeleidigung in Cottbus zu drei Monaten Gefängnis verurteilt. In Wien sitzt derweil der Komponist Franz Lehár an der Vollendung einer Operettenpartitur, die Musikgeschichte schreiben wird. 'Die Lustige Witwe' begründete nach ihrer Uraufführung 1905 ein neues Genre: die moderne, erotisch aufgeladene Operette.

Die Operette prägte mit Melodien wie dem Vilja-Lied oder dem Schlager 'Da geh' ich zu Maxim' den Musikgeschmack einer ganzen Generation. Sie war das moderne Pendant zur preußischen Biederkeit und Uromas Traumwelt, die uns noch heute viel über unser Deutschtum verraten kann und jede Menge Spaß bereitet.

Aron Stiehl, mittlerweile Intendant am Theater Klagenfurt, hat unter anderem 'Figaros Hochzeit' und 'Die Fledermaus' in Bonn inszeniert.

Die Dozentin stellt zunächst das Werk im Haus der Bildung vor und begleitet Sie dann beim Besuch der Oper. In der Pause steht sie für Fragen und zum Austausch zur Verfügung.

Gegen 17.15 h gehen wir vom Haus der Bildung zur Oper, wo wir ab 18.00 h die Generalprobe besuchen.

Büchen ■ **6272** Operneinführung
 Caterina Massai Dräger
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)
 Freitag, 21.04.23, 16.00-21.00 Uhr
 25,54 EUR; erm. 19,71 EUR
 10 - 30 Teilnehmende



Der singende Teufel
Oper von Franz Schreker (1878 - 1934)

Fokus '33

Bis weit in die zwanziger Jahre des 20. Jh. hinein war Franz Schreker der einzige Opernkomponist im deutschsprachigen Raum, dessen Aufführungsziffern mit denen eines Richard Strauss Schritt zu halten vermochten. Und: Schreker war ein Liebling der Kritiker.

Die mehr und mehr erstarkenden Nationalsozialisten begannen in den 20er Jahren Stimmung gegen ihn zu machen. Die Voraussetzungen konnten schlechter kaum sein, als am 10. Dezember 1928 seine Oper an der Berliner Staatsoper ihre Uraufführung erlebte: 'Der Singende Teufel' fiel durch. Im Publikum saßen erste randalierende Horden der SA und trugen wahrscheinlich maßgeblich zum Misslingen bei. Ab 1933 durften seine Werke in Deutschland nicht mehr gespielt werden und verschwanden auch international aus den Spielplänen. Nur sehr schlep-pend, beginnend mit einigen Radioproduktionen in den vierziger bis sechziger Jahren, kehrte Franz Schreker wieder ins Bewusstsein und auf die Opernbühnen zurück.

Die Dozentin stellt zunächst das Werk im Haus der Bildung vor und begleitet Sie dann beim Besuch der Oper. In der Pause steht sie für Fragen und zum Austausch zur Verfügung.

Gegen 17.15 h gehen wir vom Haus der Bildung zur Oper, wo wir ab 18.00 h die Generalprobe besuchen.

Büchen ■ **6273** Operneinführung
 Claudia Rapp-Neumann
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)
 Freitag, 19.05.23, 16.00-21.00 Uhr
 25,54 EUR; erm. 19,71 EUR
 10 - 30 Teilnehmende

Die Veranstaltungen 6271 - 6273 finden statt in Zusammenarbeit mit der Oper Bonn.



Musik ohne Genre-Korsett - VHS Kurs freie Improvisation

Sie spielen ein Instrument und möchten eigene Musik spielen? Sie wollen gerne mit anderen MusikerInnen spielen und wissen nicht was?

Interessierten MusikerInnen bietet der Kurs einen Einstieg in die freie Improvisation, in den musikalischen Dialog ohne vorgegebene Stücke, Noten etc.

Kreativität mit Instrument und Stimme, das Entdecken von Musik im Moment, das spielerische Entwickeln einer eigenen Klangsprache - das sind die Inhalte, an die der Kurs mithilfe von Spiel-Übungen und dem gemeinsamen Spiel heranzführt. Der Kurs beinhaltet eine Konzertextekursion und ein Abschlusskonzert mit den TeilnehmerInnen.

Der Bassklarinetttist Rainer Weber hat sich seit vielen Jahren auf improvisierte Musik und ihre Ausformungen spezialisiert.

Er lebt in der Nähe von Bonn wo er Musikwissenschaft, Germanistik und Philosophie studierte.

Weitere Informationen finden Sie im Kurs auf unserer Homepage www.vhs-bonn.de.

Büchen ■ **6280** Freies Improvisieren in der Gruppe
 Rainer Weber

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)
 Montags 13.02.-12.06.23,
 18.00-20.00 Uhr, 10 Abende
 91,44 EUR; erm. 65,84 EUR
 10 - 30 Teilnehmende

Kunstgeschichte

Paul Gauguin - ein Künstler im Paradies?

Zum 175. Geburtstag des Künstlers

Für Details siehe Kurs Seite 158

Büchen ■ **6003** Vortrag
 Dr. Carl Körner
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)

Do., 04.05.23, 20:00-21:30 Uhr
 entgeltfrei
 10 - 80 Teilnehmende



Howard Carter - ein Suchender. Sein Leben vor und nach der Entdeckung Tutanchamuns Zum 100. Jahrestag der Grabentdeckung

Für Details siehe Kurs Seite 159

Büchen

■ **6005** Vortrag
Dr. Brigitte Schadt
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11
(Saal)
Do., 15.06.23, 20:00-21:45 Uhr
entgeltfrei
10 - 80 Teilnehmende

Neue Reihe: Bequeme Museumsbesuche

In dieser Vortragsreihe sind bekannte und unbekanntere Museen kennenzulernen: Geschichte, „Geschichten“ und berühmte Exponate werden entspannt vorgestellt.



Colmar: Musée Unterlinden

Die Historische Altstadt von Colmar und das Musée Unterlinden - durch ein neues Kunstareal erweitert - liegen nahe beieinander. Ein unterirdischer Gang verbindet Neubau und mittelalterliches Dominikanerinnen-Kloster mit seinem weltberühmten „Isenheimer Altar“. In den Jahre 1512-1516 schufen ihn Mathias Grünewald und Niklaus von Hagenau.

Im Juni 2022 endeten die vierjährigen Restaurierungsarbeiten an dem bedeutenden Werk, dem im Vortrag die größte Aufmerksamkeit gilt.

Büchen

■ **6320** Vortrag
Dr. Angelika Dierichs
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Donnerstag, 09.02.23,
18:00-19:30 Uhr
6,00 EUR, um eine Voranmeldung
wird gebeten.
8 - 25 Teilnehmende



Das Venedig Casanovas

In der Präsentation geht um Casanovas Leben in Venedig von 1725-1756 (Vom schwierigen Kind zum mutigen Gefangenen im Dogenpalast). Daneben gibt es auch ein Wiedersehen mit den Hauptsehenswürdigkeiten Venedigs und einen Besuch im Casanova-Museum. Es wird sich zeigen: Casanova war eine kulturhistorische Persönlichkeit jenseits seines Rufes als „Frauenflüsterer“.

Büchen

■ **6321** Vortrag
Dr. Angelika Dierichs
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Donnerstag, 11.05.23,
18:00-19:30 Uhr
6,00 EUR, um eine vorherige Anmeldung
wird gebeten.
8 - 25 Teilnehmende



Vom DADA zum Surrealismus

1916 ging's los: in Zürich - Hugo Ball, Tristan Tzara, Hans Arp und etliche Freunde gründeten die Kunst-Bewegung DADA, eine der Wurzeln der modernen Kunst und Literatur.

Max Ernst stieß bald dazu, aufbauend auf den Ready-Mades von Marcel Duchamp und den entrückten Raum-Illusions-Bildern eines Giorgio de Chirico.

Max Ernst wurde schließlich ein Star der Szene...und wir wollen uns in einem Rückblick auf die Ausstellung im Bonner Kunstmuseum auch mit dieser Seite seiner Kreationen beschäftigen.

Die Metamorphose ist eines der wichtigsten Ausdrucksmittel des Surrealismus. So auch beim Bild von Peggy Guggenheim. Sie war eine der vielen Frauen, die Max Ernst verehrten, und die zauberhafte Verwandlung ihrer Figur hat ihm schließlich auch das Ticket in die USA (für die Flucht vor den Nazis) beschert, genauso wie das neue Atelier in New York.

Daneben gibt es andere, die im weiten Umfeld von André Breton „Verrücktes“ gezaubert haben, wie René Magritte oder Salvador Dali. Schauen wir mal in die diversen Schubladen einer verrückten Ära.

Büchen

■ **6325** Vortrag
Hermann F. Schweitzer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Donnerstag, 23.02.23,
19:00-20:30 Uhr
6,00 EUR, um vorherige Anmeldung
wird gebeten.
8 - 25 Teilnehmende



Susanna im Bade... und anderswo

Das Thema wird anlässlich einer Ausstellung im Wallraff-Richartz-Museum Köln aufgegriffen. Es kann auch als Vorbereitung auf die dazugehörige Führung genutzt werden. Es ist aber auch ohne Ausstellungsbesuch ein vergnüglicher Kunstabend.

„Susanna im Bade“ fußt auf der biblischen Geschichte, in der sich zwei böse alte Männer einer reizenden Dame im Nackt-Zustand heimlich nähern.

Tintoretto's Susanna (vor ca. 500 Jahren gemalt) war eine spektakuläre Neuformulierung des Themas mit einer monumentalen Susanna, die das Bild beherrscht in ihrer strahlenden Erscheinung, ein Meisterwerk des venezianischen Manierismus.

Später haben sich fast alle großen Maler mit diesem Thema beschäftigt, darunter Rubens, van Dyck und Rembrandt.

Und damit wird immer deutlicher, dass die unverschämte Bedrängnis von Frauen ein unangenehmes und aktuelles Thema ist, weshalb die Ausstellung auch visuelle Erzeugnisse der „Me-too-Debatte“ vorführt.

Das Thema soll aber auch in die andere Richtung erweitert werden: Seit der französischen Revolution und der zunehmenden Zurückdrängung religiöser Vorschriften und Einschränkungen gibt es auch ein emanzipatorisches Verständnis von Badevergnügen, das von Ingres bis Courbet, Renoir, Bonnard und vielen anderen Künstlern der Moderne geradezu huldigend beobachtet wird. Auch darauf werden wir schauen.



1

Politik,
Wissenschaft und
Internationales

2

Lebensgestaltendes
Lernen

3

Fremdsprachen

4

Deutsch und
Integration

5

Beruf, IT und
Digitales

6

Kultur und
Kunst

7

Gesundheit und
Ernährung

8

Service

Büchen ■ **6326** Vortrag
Hermann F. Schweitzer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Donnerstag, 02.03.23,
19:00-20:30 Uhr
6,00 EUR, um vorherige Anmeldung
wird gebeten.
8 - 25 Teilnehmende

**Susanna im Bade...
Bilder einer Frau vom Mittelalter
bis MeToo
Führung in der zugehörigen
Ausstellung im Wallraf-Richartz-
Museum Köln**

Siehe die Beschreibung unter dem
zugehörigen Vortrag, Nr. 6326.

Büchen ■ **6327** Ausstellungsführung
Hermann F. Schweitzer
Treffpunkt: Foyer des Wallraf-
Richartz-Museums & Fondation Cor-
boud, Obenmarspforten 40, Am Köl-
ner Rathaus, 50667 Köln
Samstag, 11.03.23, 11:30-13:30 Uhr
25,20 EUR, inkl. 12,- EUR Eintritt ins
Museum.
10 - 20 Teilnehmende

Schriftliche Anmeldung erforderlich!



**Picasso und die Frauen
Zum 50. Todestag**

Ein Gentleman war Picasso bekann-
tlich nicht, aber ohne seine weib-
lichen Partnerinnen kam er nicht zu-
recht.

So ist es bezeichnend, dass seine
zahlreichen Portraits schwanken zwi-
schen einfühlsamer Zärtlichkeit bis
zu den typischen eher ruppigen
Zerlegungen und surrealen Refigu-
rationen (ganz heftig bei den Demoi-
selles d'Avignon). Der For-
menreichtum weiblicher Kör-
persprache hat ihn zeitlebens ani-
miert und immer neue Varianten
hervorgebracht. Die Ausdrucksweise
entwickelt sich von der anfänglichen
romantischen Sensibilität über eine
klassische Periode mit antikisierten
weiblichen Kraftfiguren am heißge-
liebten Strand bis zu heftigen
Kampfszenen im Minotaurus-Genre.
Der alternde Picasso kämpft auch
um seine Männlichkeit, deshalb
nehmen erotische Themen zu. Die
Geschlechter-Verwicklungen sind
heftig, die Arrangements immer
bizarrer. Schauen wir uns das mal an
(ohne Zensur).

Büchen ■ **6328** Vortrag
Hermann F. Schweitzer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Mittwoch, 19.04.23, 19:00-20:30 Uhr
6,00 EUR, um vorherige Anmeldung
wird gebeten.
8 - 25 Teilnehmende



Piet Mondrian - Hilma af Klint

Anlässlich des 150. Geburtstages
von Piet Mondrian präsentiert die
das K20 in Düsseldorf einen Über-
blick über das facettenreiche Schaf-
fen Mondrians und dient als Anre-
gung für das gewählte Thema.

Von der gegenständlichen Malerei
über den Symbolismus und kubisti-
sche Einflüsse erarbeitete sich Mon-
drian einen malerischen Stil, den er
Neoplastizismus nannte. Charakte-
ristika und theoretische Grundlagen
werden verdeutlicht. Sein Einfluss
auf Künstler ist noch heute offen-
sichtlich. Parallel zu Mondrian ist die
schwedische Künstlerin Hilma af
Klint völlig unabhängig von ihm zu
vergleichbaren Ergebnissen gekom-
men, allerdings unter ganz anderen
Voraussetzungen, einem anthropo-
sophischen Einfluss. Es ist sehr auf-
schlussreich, die beiden Wege mit-
einander zu vergleichen und zu se-
hen, wie ähnlich aussehende Werke
inhaltlich weit auseinanderliegen und
dass die nicht gegenständliche
Kunst schon vor Kandinsky entwik-
kelt worden ist.



Wer sich die sehenswerte Mondrian-
Ausstellung ansehen will, sie wird bis
zum 10. Februar 2023 in Düsseldorf
gezeigt.

Büchen ■ **6330** Bild-Vortrag
Dr. Carl Körner
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Donnerstag, 09.03.23,
18.00-19.30 Uhr
7,00 EUR, um vorherige Anmeldung
wird gebeten.
8 - 25 Teilnehmende



**Künstlerbildnisse Teil I
Von August Macke und Franz Marc
bis zu Ernst Ludwig Kirchner und
Ludwig Meidner**

Die Darstellung des Künstlerporträts
hat eine lange Tradition. Künstler frü-
herer Jahrhunderte nutzten das Gen-
re vor allem dazu, ihre eigene Positi-
on innerhalb der Gesellschaft ihrer
Zeit zu verdeutlichen.

Am Beginn der Moderne wird das
Künstlerbildnis stärker zu einem
künstlerischen Mittel der Selbstbefra-
gung und legt oftmals die psychische
Verfasstheit des Malers offen.

Aber auch im deutschen Expressio-
nismus wird das Porträt zu einem
von vielen Malern intensiv verwendeten
Motiv. Hierbei steht nicht nur das
Selbstbildnis im Fokus, insbesonde-
re das gegenseitige Porträtieren er-
langt einen hohen Stellenwert.

Im ersten Vortrag zu diesem Thema
steht die Künstlergruppe „Der Blaue
Reiter“ im Zentrum: Ausgehend von
den Künstler-Freunden August Mac-
cke und Franz Marc werden Gemäl-
de und auch Fotografien vorgestellt,
die einerseits die Verbundenheit un-
tereinander verdeutlichen, anderer-
seits aber auch die unterschiedlichen
Handschriften eines Alexej Jawlensky,
einer Gabriele Münter oder eines
Wassily Kandinsky anschaulich ma-
chen.

Die Veranstaltung wird im Winterse-
mester fortgesetzt und thematisiert
dann das Motiv „Bildnis“ bei weiteren
zum Expressionismus gehörenden
Künstlern, u.a. den sog. „Brücke“-
Künstlern um Ludwig Kirchner sowie
EinzelgängerInnen wie Else Lasker-
Schüler oder Max Beckmann.

Büchen ■ **6335** Vortrag
Dr. Angelika Schmid
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Donnerstag, 30.03.23,
18:00-19:30 Uhr
6,00 EUR, um eine vorherige Anmel-
dung wird gebeten.
8 - 25 Teilnehmende



Ein spektakulärer Coup: Der Kunstraub von Gotha

Ein Krimi für Kunstfreunde!

Es war einer der spektakulärsten Kriminalfälle der DDR: 1979 werden fünf Gemälde alter Meister wie Hans Holbein d. Ä., Frans Hals und Anthonis van Dyck aus dem Museum Schloss Friedenstein in Gotha gestohlen. Fast 40 Jahre galten sie als verschollen. Auch die Stasi konnte den Fall nicht aufklären. Doch im Dezember 2018 kam die erstaunliche Nachricht: Die verlorenen Bilder sind wieder da!

Eine Erbgemeinschaft hatte sie bereits im Sommer 2018 der Stadt Gotha zum Kauf angeboten. Ein Meisterstück der Geheimdiplomatie brachte den Durchbruch: 2020 kehrten die fünf Gemälde, darunter auch ein Werk aus dem direkten Umkreis von Rembrandt, zurück in die Obhut des Schlosses Friedenstein. 2021 wurden sie zusammen mit 85 weiteren Werken im Herzoglichen Museum in einer Sonderausstellung über die wechselvolle Geschichte der Gothaer Sammlungen gezeigt. Der Vortrag zeigt, dass Kunstgeschichte auch manchmal Kriminalgeschichte sein kann.

Büchen

■ **6336** Vortrag
Dr. Angelika Schmid
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Donnerstag, 20.04.23,
18:00-19:30 Uhr
6,00 EUR, um eine vorherige Anmeldung wird gebeten.
8 - 25 Teilnehmende



Momente des Glücks Rundgang durch die Impressionisten-Sammlung des Wallraf-Richartz-Museums

Als Ergänzung zum Vortrag im letzten Semester über Auguste Renoir, der den Beinamen „Maler des Glücks“ erhielt, soll diese Veranstaltung die Möglichkeit eröffnen, impressionistische Kunstwerke im Original zu betrachten. Dafür bietet sich die ständige Sammlung des Wallraf-Richartz-Museums und der Fondation Corboud an.

Das Spektrum reicht hier von Renoirs berühmtem frühen Ehepaar-Bildnis über Monets Seerosen, Gemälde von Pissarro, Sisley und Caillebotte bis zu Plastiken von Auguste Rodin und bedeutenden Werken des Postimpressionismus, die zum großen Teil aus dem Besitz des Sammlerpaars Gérard J. und Marisol Corboud stammen und seit 2001 in Köln öffentlich ausgestellt sind. Dazu gesellen sich auch Gemälde

des deutschen Impressionisten Max Liebermann.

Freuen Sie sich also auf einen Vormittag, der Ihnen Momente des impressionistischen Glücks beschern möchte.

Büchen

■ **6338** Ausstellungsführung
Dr. Angelika Schmid
Treffpunkt: Foyer des Wallraf-Richartz-Museums & Fondation Corboud, Obenmarspforten 40, Am Kölner Rathaus, 50667 Köln
Samstag, 06.05.23, 11:30-13:30 Uhr
25,20 EUR, inkl. 12,- EUR Eintritt ins Museum.
10 - 20 Teilnehmende

Schriftliche Anmeldung erforderlich!



1920er! Im Kaleidoskop der Moderne

Ausstellung in der BuKuHa

Noch heute umgibt das Flair des Wilden die 1920er Jahre. Tatsächlich stellte dieses Jahrzehnt ein Experimentierfeld der westlichen Moderne dar: Es war eine Ära, die durch radikale künstlerische Innovationen geprägt war. In rund 250 Exponaten zeichnet die Ausstellung „1920er! Im Kaleidoskop der Moderne“, die von April bis Ende Juli 2023 in der Bundeskunsthalle in Bonn zu sehen ist, zentrale Entwicklungen dieser Umbruchphase nach. So kommen zu den traditionellen Kunstmetropolen Paris, Wien oder London neue Kunstzentren wie Berlin, Moskau, New York und Mexiko City hinzu. Die interdisziplinär angelegte Schau widmet sich drei großen Themenkomplexen: der Großstadt als Biotop der Moderne, den neuen Rollenbildern von Frau und Mann sowie der Wahrnehmung neuer Lebenswelten. Zugleich will sie den Blick auf Analogien zur Gegenwart schärfen.

Seien Sie also gespannt auf die präsentierten 250 Exponate aus unterschiedlichen künstlerischen Gattungen!

Art-Card-Inhaber zeigen bitte vor Ort Ihre Karte. Sie zahlen nur den ermäßigten Beitrag.

Büchen

■ **6339** Ausstellungsführung
Dr. Angelika Schmid
Treffpunkt: Foyer der Bundeskunsthalle, Friedrich-Ebert-Allee 4, 53113 Bonn, Museumsmeile
Mittwoch, 21.06.23, 18:00-20:00 Uhr
21,00 EUR, inkl. Museumseintritt
10 - 20 Teilnehmende



Im Sommerprogramm: Van Gogh in Auvers-sur-Oise: Seine letzten Monate

Ausgehend von der Ausstellung „Van Gogh in Auvers-sur-Oise. Seine letzten Monate“, die im Frühjahr und Sommer 2023 im Amsterdamer Van Gogh Museum gezeigt wird, stellt der Vortrag das späte Schaffen des Künstlers vor. Etwas mehr als zwei Monate lebte er in dem beschaulichen Ort Auvers-sur-Oise, der 32 km von Paris entfernt liegt. Hier malte er erneut im Freien, hielt wie im Rausch die Landschaft im Bild fest und verewigte in Öl den Flug der Krähen über den Feldern: in 70 Tagen schuf er 75 Bilder!

Hier entstand auch das weltberühmte Bild des Arztes Dr. Gachet, bei dem Vincent in Behandlung war und der ihm zum Vertrauten wurde. Dieses Gemälde gehörte einst in die Sammlung des Städel Museums Frankfurt, bevor es durch die Nazis beschlagnahmt und veräußert wurde. Diese Inkunabeln im Schaffen des niederländischen Malers werden ebenso eingehend vorgestellt wie Auszüge aus seinem Briefwechsel mit seinem Bruder Theo, der ihn zeit lebens finanziell und menschlich unterstützte.

Büchen

■ **6340** Vortrag
Dr. Angelika Schmid
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Donnerstag, 06.07.23,
19:00-20:30 Uhr
6,00 EUR, um vorherige Anmeldung wird gebeten.
8 - 25 Teilnehmende

Kulturgeschichte

200 Jahre nach Jean-François Champollion:

Zur Entzifferung der Hieroglyphenschrift und der Bedeutung von Namen

Für Details siehe Kurs Seite 158

Büchen

■ **6001** Vortrag
Prof. Dr. Ludwig Morenz,
Dr. Yannik Wiechmann
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)
Do., 02.02.23, 18:00-19:30 Uhr
entgeltfrei
10 - 80 Teilnehmende



1

Politik,
Wissenschaft und
Internationales

2

Lebensgestaltendes
Lernen

3

Fremdsprachen

4

Deutsch und
Integration

5

Beruf, IT und
Digitales

6

Kultur und
Kunst

7

Gesundheit und
Ernährung

8

Service

**Nicolaus Copernicus:
Astronomie und
Erinnerungskultur
Zum 550. Geburtstag des
Wissenschaftlers**

Für Details siehe Kurs Seite 158

6002 Vortrag
Alexander Kleinschrodt
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11
(Saal)
Do., 27.04.23, 20:00-21:30 Uhr
entgeltfrei
10 - 80 Teilnehmende

Weltfrauentag 8. März 2023

Am Tag des Weltfrauentags laden wir Sie ein, sich ernsthaft-vergnü- glich mit Herkunft und Geschichte die- ses Tages zu beschäftigen.

**„Mehr Stolz, ihr Frauen!“:
Ein heiter bis ernster Streifzug
durch die Geschichte des
Internationalen Frauentags
Online zur besten Mittagszeit**

Seit 1921 wird der Internationale Frauentag weltweit am 8. März gefei- ert. Seine Geschichte ist eine Wech- selvolle: Geprägt von illustren Na- men wie etwa Rosa Luxemburg, ge- zeichnet von vielen Rückschlägen, aber auch Anekdoten - nicht zuletzt getragen vom starken Willen vieler Frauen, sich oftmals zeitlebens für Gleichberechtigung und die Einfüh- rung des Frauenwahlrechts einzuset- zen. Wie es zu den Anfängen kam, welche Ideen und Ziele eine Rolle spielten und was davon umgesetzt wurde - davon erzählt der Online- Vortrag mit reichlich Bild- & Textma- terial.



Heraus mit dem Frauenwahlrecht
FRAUEN-TAG
8. MÄRZ 1914
Von diesem, die als Arbeitslosen, Mütter und Gemeindegliedern ihre volle Pflicht erfüllen, die in Staat wie in der Fremde ihre Stimme erheben sollen, hat Frauengesetzgebung und reichliche Teilnahme des vollen Staatsbürgerrechts bis jetzt versagt.
Diese nationale "Frauentag" zu feiern, und der weltbekannte Jahr 1914 jeder Frau, jeder Arbeiterin sein. Nur darf es kein Mann kein Mann geben, können haben alle, die Frauen sind Mädchen in Sie an
Sonntag den 8. März 1914 nachmittags 3 Uhr halboffener
Öffentl. Frauen-Versammlungen

6356ON Vortrag
Dr. Simone Scharbert
Online-Angebot
Mittwoch, 08.03.23, 13:30-14:30 Uhr
entgeltfrei
10 - 50 Teilnehmende

**Frauenmuseen weltweit -
eine Notwendigkeit in der
Museumslandschaft?**

**Vortrag inkl. Besuch vom Haus
der FrauenGeschichte am neuen
Standort**

Aufgrund eines Aus- landsaufenthaltes der Dozentin lag der genaue Ankündigungstext zum Zeitpunkt der Drucklegung noch nicht vor. Er ist voraussichtlich ab 20. Dezember 2022 unter www.vhs-bonn.de abrufbar.

Der neue Standort ist zwar be- schlossen, aber noch nicht von allen Gremien verabschiedet. Der genaue Treffpunkt wird Anfang des kommen- den Jahres nachgereicht. Lassen Sie sich überraschen!

Sie können sich unverbindlich voranmelden, dann informieren wir Sie automatisch per Email.

6360 Vortrag mit Führung
Dr. Alma Hannig
Ort wird frühzeitig bekannt gegeben
Samstag, 25.03.23, 11:00-13:00 Uhr
7,00 EUR, eine Voranmeldung wird aufgrund des geringen Platzangebo- tes dringend empfohlen.
10 - 24 Teilnehmende

**Haus der FrauenGeschichte:
Ausstellung „Archäologinnen in
Deutschland“**

Aufgrund eines Aus- landsaufenthaltes der Dozentin lag der genaue Ankündigungstext zum Zeitpunkt der Drucklegung noch nicht vor. Er ist voraussichtlich ab 20. Dezember 2022 unter www.vhs-bonn.de abrufbar.

Der neue Standort ist beschlossen, aber noch nicht von allen Gremien verabschiedet. Der genaue Treff- punkt wird Anfang des kommenden Jahres nachgereicht. Lassen Sie sich überraschen!

Sie können sich unverbindlich voranmelden, dann informieren wir Sie automatisch per Email.

6362 Ausstellungseinführung
Dr. Alma Hannig /
Vorstandskolleginnen Haus der
FrauenGeschichte
Ort wird noch bekannt gegeben
Samstag, 22.04.23, 11:00-12:30 Uhr
7,00 EUR, eine Voranmeldung wird aufgrund des geringen Platzangebo- tes dringend empfohlen.
10 - 24 Teilnehmende

**Erkundungen am Epochenrand I
ZUSAMMENKUNFT**

Die unten genannten Institutionen laden ein zu einer Ta- gesveranstaltung zum Thema 'Nachhaltigkeit im Kulturbetrieb'. Die Veranstaltung ist für die Öffent- lichkeit zugänglich. Eine Anmeldung erfolgt über die VHS Bonn. Weitere Informationen zum Prog- ramm finden Sie unter www.vhs-bonn.de.

6368 Tagesveranstaltung
verschiedene RednerInnen und
ExpertInnen
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11
(Saal)
Freitag, 10. März 23, 9.00-18.00 Uhr
Preis siehe Internet
10 - 60 Teilnehmende

Veranstalter: Stadtmuseum Bonn,
Sport- und Kulturdezernat der Bun-
desstadt Bonn
in Kooperation mit: VHS Bonn,
Bonn im Wandel e.V. sowie
"und.Institut für Kunst, Kultur und
Zukunftsfähigkeit e.V."

**Arboretum Park Härle
Ein Landschaftspark in
Oberkassel**

Für Details siehe Kurs 6420 unter der Rubrik "Blickpunkt Bonn".

6420 Parkführung
Dipl.-Ing. Michael Dreisvogt
Treffpunkt: Eingang zum Arboretum
Park Härle
Freitag, 02.06.23, 16.00-18.00 Uhr
8,00 EUR
15 - 20 Teilnehmende

In Kooperation mit Arboretum Park
Härle.

Kontinuität, Reform und Transformation. Wandlungsprozesse und Legitimationsstrategien im Vilicher Frauenkonvent des 11. und 12. Jahrhunderts Ein Kolloquium zum Gedenktag der Hl. Adelheid von Vilich am 05.02.

Für Details siehe Kurs Seite 173

■ **6428** Kolloquium
Johanna Beutner M.A., Prof. Dr. Andrea Stieldorf, Dr. Dominic Waßenhoven
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)
Freitag, 03. Februar 2023, 18:00-21:00 Uhr
entgeltfrei
10 - 80 Teilnehmende

Wasser für Kölle: Fahrradtour entlang des Römerkanals

Für Details siehe Kurs Seite 175

Büchen ■ **6448** geführte Radtour
Dr. Sabrina Tatz, Archäologin
Treffpunkt: Platz vor dem Römerkanal-Infozentrum, Himmeroder Wall 6, 53359 Rheinbach
Sonntag, 7. Mai, 11.00 - 16.00 Uhr
16,00 EUR
10 - 12 Teilnehmende

Architektur im Fokus



Wir bauen auf Kultur.

Beton, Glas und Kunststofffaser Altstadt - neu, erneuert, runderneuert?

Die große Fortschritts- und Wachstumseuphorie der 1960er und 1970er Jahre brachte nicht nur ausgedehnte neue Siedlungsgebiete vor den Toren der Städte hervor. Politik, Stadtplanung und Architektur nahmen auch vorhandene Stadtquartiere in den Blick.

Die Bad Godesberger Altstadtsanierung ab 1964 ist hierfür ein Musterbeispiel. Die radikale Herangehensweise lässt sich aus heutiger Sicht mit den damaligen hohen Idealen erklären. Die Ergebnisse gilt es nun in der richtigen Mischung von Bedauern über Verluste und Würdigung des Neuen zu betrachten. Manche Jugendstilfassade musste

fallen, andererseits wurden qualitätvolle neue Architekturen wie das Aennchen-Center errichtet und das historische Aennchen neugebaut.

Bei den Materialien kam viel Beton zum Einsatz, aber auch farbenfrohe Kunststoffe wurden ausprobiert. Die neuen Bauten vermitteln viel vom Aufbruchgefühl jener Jahre.

Ein Jahrzehnt später hatten sich die Ideale verändert.

In der Inneren Nordstadt von Bonn erfolgte in den 1980er Jahren eine Sanierung, die das Viertel erfolgreich reaktivierte und so stark vom Bestand ausging, dass es 1990 als Denkmalbereich qualifiziert werden konnte. Dass die Innere Nordstadt heute als "Altstadt" bezeichnet wird, ist dabei eine durchaus kuriose Nebenentwicklung dieser Geschichte. Auch hier gilt es sorgsam zu schauen, wie alt welche Bestandteile eigentlich sind und wo sich die Moderne zeigt. Die Städtebau- und Architekturgeschichte wird so zum Ausdruck von Kultur- und Gesellschaftsschichte der späten Moderne an der Schwelle zur Gegenwart.

Büchen ■ **6380** Vortrag
Maria M.A. Lörzel (Restaurierung, Werkstoffe der Moderne), Dr. Martin Bredenbeck (Inventarisierung), beide LVR-Amt für Denkmalpflege im Rheinland
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)
Dienstag, 28.03.23, 19:00-21:00 Uhr
entgeltfrei
10 - 80 Teilnehmende

In Kooperation mit der Deutschen
Stiftung Denkmalschutz -
Ortskuratorium Bonn/Rhein-Sieg



Neue Reihe: Pritzker-Preisträger

Der Pritzker-Prize wird auch als „Nobelpreis der Architektur“ bezeichnet. Er gilt als weltweit renommierte Auszeichnung und ehrt zeitgenössische Architekten, „deren Bauwerke eine Kombination aus Talent, Vision und Engagement zeigen..“. Weitere Vortragsabende sollen folgen.

Die Architekten Anne Lacaton und Jean Philippe Vassal Pritzker-Preisträger 2021

Ihr Motto ist oft zitiert worden, es erscheint beinahe wie eine neue Philosophie der Architektur: „Zerstöre niemals, entferne und ersetze nicht, sondern füge immer hinzu, transformiere und nutze neu“. Mit dieser Haltung haben die Pariser Architekten Anne Lacaton und Jean Philippe

Vassal in den vergangenen Jahren viel Beachtung gefunden. Zu ihren bekanntesten Projekten gehören der kostengünstige und die angestammte Bewohnerschaft respektierende Umbau einer Wohnanlage aus den 1960er Jahren in Bordeaux und die Neugestaltung des Palais de Tokyo in Paris. Für ihre innovative Arbeit sind Lacaton und Vassal im Jahr 2021 mit dem Pritzker-Prize ausgezeichnet worden.

Büchen ■ **6390** Vortrag
Alexander Kleinschrodt
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Mittwoch, 07.06.23, 20.00-21.30 Uhr
6,00 EUR, um eine Voranmeldung wird gebeten.
10 - 25 Teilnehmende

Blickpunkt Bonn



Von Wunderkammern zu modernen Lern- und Erlebnisorten: Museen und Sammlungen der Universität Bonn

Die Referentin wird die Entstehungsgeschichte und die aktuelle Entwicklung der Universitätsmuseen, angereichert mit vielen spannenden und interessanten Geschichten, vorstellen.

Aufgrund eines Auslandsaufenthaltes der Dozentin lag der genaue Ankündigungstext zum Zeitpunkt der Drucklegung noch nicht vor. Er ist voraussichtlich ab 20. Dezember 2022 unter www.vhs-bonn.de abrufbar.

Büchen ■ **6400** Vortrag
Dr. Alma Hannig
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49
Mittwoch, 01.03.23, 18:00-19:30 Uhr
6,00 EUR, um eine Voranmeldung wird gebeten.
10 - 25 Teilnehmende



Besuchsreihe: Museen der Universität Bonn

Die Universität Bonn zählt unter ihrem Dach 16 Museen. Alle haben sich neben der wissenschaftlichen Forschung zur Aufgabe gemacht, ihre Schätze der Öffentlichkeit zugänglich zu machen. In dieser VHS-Reihe laden wir Sie ein, diese Schätze mit sachkundiger Führung zu entdecken.

Vom 19. ins 21. Jahrhundert: Die neue Anatomie in Bonn Besuch des Anatomischen Instituts inkl. der aktuellen Ausstellung

Das Anatomische Institut der Universität Bonn in der Nussallee 10 wurde im Jahre 1868 errichtet, in den 80er Jahren des 20. Jahrhunderts deutlich erweitert, und in den vergangenen 15 Jahren aufwendig renoviert. Dabei gelang eine ansprechende Synthese bei der Gestaltung moderner und funktionaler Forschungslabore und der denkmalgerechten Erhaltung eines der repräsentativsten Gebäude unserer Universität.

Die kleine aber durchaus ansprechende (Lehr-) Sammlung des Anatomischen Institutes umfasst eine Reihe von Exponaten, die vor allem die Hinwendung der Medizin zu ihren naturwissenschaftlichen Grundlagen repräsentieren.

Das historische Gebäude selbst bildet einen interessanten Spiegel der gesellschaftlichen Akzeptanz medizinischer Forschung und Lehre.

Erleben Sie eine interessante Führung durch den historischen Hörsaal und die Sonderausstellung zum Abschied von Prof. Karl Schilling.

- Büchen** ■ 6401 Führung
Prof. Dr. Karl Schilling
Treffpunkt: Foyer im Altbau des Anatomischen Instituts,
Mittwoch, 22.03.23, 17.00-18.30 Uhr
7,00 EUR
10 - 20 Teilnehmende



Von der Anatomie zur Antikensammlung - Das Bonner Akademische Kunstmuseum

Das Akademische Kunstmuseum, die Antikensammlung der Universität Bonn, ist eines der ältesten Museen Bonns. Es hat seit seinen Anfängen im Jahr 1818 die Aufgabe, griechische und römische Kunst aus dem Mittelmeerraum in Abguss und Original zu sammeln.

In ihrer Vielseitigkeit und Systematik ist die Sammlung in Nordrhein-Westfalen unübertroffen.

Da der historische Schinkel-Bau am Hofgarten aktuell generalsaniert wird, ist das Museum vorübergehend in ein Ausweichquartier in der Römerstraße 164 umgezogen.

Die Kuratorin Dr. Kornelia Kressirer wird Sie am neuen Standort durch die einzigartige Antikensammlung führen.

- Büchen** ■ 6402 Führung
Dr. Kornelia Kressirer
Treffpunkt: Vor der Kasse des Akademischen Kunstmuseums
Dienstag, 28.03.23, 16:00-17:30 Uhr
8,00 EUR
10 - 20 Teilnehmende

Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Das Bonner Universitätsmuseum 200 Jahre Wissenschaft

Im Vorfeld der 200 Jahr-Feier der Universität Bonn, die im Jahre 2018 stattfinden wird, wollen wir die Geschichte der Universität in den Mittelpunkt unseres Blicks nehmen. Museen hat die Universität Bonn viele, aber nur eines davon hat die Universität Bonn selbst zum Gegenstand. In den Räumen der ehemaligen Studentenbibliothek wird ein Panorama der bald 200jährigen Geschichte dieser Institution ausgebreitet. Akademische Traditionen fehlen dabei ebenso wenig wie die Portraits berühmter Absolventen, von Heinrich Heine bis Ulrich Wickert. Exemplarisch werden an langgestreckten „Schreibtischen“ Forschungsleistungen einzelner Professoren aus Vergangenheit und Gegenwart nachempfunden, von der noch in den Kinderschuhen steckenden modernen Medizin bis zur Erforschung der Pflanzenoberflächen und ihrer Nutzbarkeit für das Alltagsleben.

Der Leiter des Museums, Dr. Thomas Becker, freut sich, Ihnen das Museum in einer Führung zu präsentieren.

- Büchen** ■ 6403 Ausstellungsführung
Dr. Thomas Becker
Treffpunkt: Universitäts-Hauptgebäude, Regina-Pacis-Weg 7
Donnerstag, 04.05.23,
17:30-19:00 Uhr
6,00 EUR
10 - 18 Teilnehmende

Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Anzeige

SHOW
MUSIK
COMEDY
IMPROVISATION
KABARETT
INFOTAINMENT
STAND-UP

HAUS DER
SPRINGMAUS

SPRINGMAUS-THEATER.DE

Frauenmuseen weltweit - eine Notwendigkeit in der Museumslandschaft? Vortrag inkl. Besuch vom Haus der FrauenGeschichte am neuen Standort

Für Details siehe Kurs Seite 170

Büchen ■ **6360** Vortrag mit Führung
Dr. Alma Hannig
Ort wird frühzeitig bekannt gegeben
Samstag, 25.03.23, 11:00-13:00 Uhr
7,00 EUR, eine Voranmeldung wird aufgrund des geringen Platzangebotes dringend empfohlen.
10 - 24 Teilnehmende



Was macht Beuel aus? Ein Architektur-Spaziergang auf der Sonnenseite Bonns

Bauwerke, sowohl historische als auch neuere, sind ein wichtiger Bezugspunkt für das Selbstbild einer Stadt oder eines Stadtteils. In Beuel-Mitte gibt es dafür eine ganze Reihe von Beispielen: Viele sind schön, einige aber auch un bequem - und manche sehen einer noch ungewissen Zukunft entgegen. Die Beurteilung der gebauten Umwelt ist dabei im Fluss, mit der Zeit entstehen immer wieder neue Blickwinkel und Prioritäten.

Zum Schluss des Rundgangs gibt es daher noch Zeit zur Diskussion: Was macht Beuel - in baulicher Hinsicht - eigentlich aus? Und wie sähe eine Stadtentwicklung aus, mit der die Identität des Stadtbezirks gestärkt wird?

Büchen ■ **6407** Architektur-Spaziergang
Alexander Kleinschrodt
Treffpunkt: Ecke Combahnstr./Rhein-austr. (an dem Cafe "Miss Minz")
Samstag, 25.03.23, 16.00-18.00 Uhr
6,00 EUR
10 - 20 Teilnehmende

Schriftliche Anmeldung erforderlich.
In Kooperation mit dem
StadtMuseum Bonn



Über Geschichte stolpern Ehemaliges Ghettolager und Stolpersteine in Bonn Endenich

Das Kloster Mariahilf der Benediktinerinnen Zur Ewigen Anbetung in Bonn Endenich wurde 1941 von der Gestapo beschlagnahmt; die Nonnen mussten das Kloster umgehend verlassen. Ab Frühsommer 1941 wurden hier 479 Jüdinnen und Juden bis zu einem Jahr interniert und 1942 von dort in Konzentrations- und Vernichtungslager deportiert.

In einem Rundgang führt Lara



Schroeter, Mitarbeiterin der Gedenkstätte Bonn, an den Stolpersteinen im Stadtteil Endenich vorbei und berichtet von den Familien, die dort lebten. Die Führung endet am Klostergebäude und erläutert die besondere Bedeutung dieses Ortes als Ghettolager in der NS-Zeit.

Büchen ■ **6415** Rundgang
Lara Schroeter
Treffpunkt: vor dem Haus Euskirchner Str. 52, 53121 Bonn
Donnerstag, 01.06.23,
17.00-19.00 Uhr
6,00 EUR
10- 20 Teilnehmende

In Kooperation mit der Gedenkstätte für die Bonner Opfer des Nationalsozialismus



Arboretum Park Härle Ein Landschaftspark in Oberkassel

Zwischen Bonn und dem Siebengebirge liegt die Gartenanlage Park Härle. „Prachtvolle Farben, exotische Gerüche und ein malerischer Ausblick auf die grünen Blätterdächer des Siebengebirges - das ist der Eindruck, der die Besucher von Park Härle erwartet,“ - so beschrieb es der General-Anzeiger 2015. Ein Arboretum (von lat. Arbor „Baum“) ist eine Sammlung verschiedenartiger, oft auch exotischer Gehölze. Im Park Härle gehören rund 2500 verschiedene Pflanzen aus allen Erdteilen zum Garten, darunter zahlreiche Stauden, Rosen und seltene Gehölze. Das vielseitige Gelände bietet das ganze Jahr über reichhaltige Gartenbilder und blühende Gartenschätze, aus jedem Blickwinkel entstehen neue, wunderschöne Ausblicke.

Die Führung wird geleitet von Michael Dreisvogt, Landschaftsarchitekt und Technischer Leiter der Stiftung Arboretum Park Härle. Neben einer allgemeinen Vorstellung des Parks wird seine Führung einen besonderen Fokus legen auf das Thema „Gärten im Klimawandel“.

Büchen ■ **6420** Parkführung
Dipl.-Ing. Michael Dreisvogt
Treffpunkt: Eingang zum Arboretum Park Härle
Freitag, 02.06.23, 16.00-18.00 Uhr
8,00 EUR
15 - 20 Teilnehmende

In Kooperation mit Arboretum Park Härle.



Neue Reihe: Rechtsrheinisches Bonn

Kontinuität, Reform und Transformation. Wandlungsprozesse und Legitimationsstrategien im Vilicher Frauenkonvent des 11. und 12. Jahrhunderts Ein Kolloquium zum Gedenktag der Hl. Adelheid von Vilich am 05.02.

Vilich nimmt unter den Frauenkonventen des Rheinlandes in vielerlei Hinsicht einen besonderen Platz ein. Nicht zuletzt hat dies mit seinem steilen Aufstieg zu tun, der bereits wenige Jahrzehnte nach seiner Gründung einen Neubau der Konventskirche nötig machte, um den gestiegenen Ansprüchen sowie dem aufkommenden Pilgerwesen gerecht zu werden.

Die Lebensbeschreibung der ersten Äbtissin des Klosters, der hl. Adelheid, nimmt hierbei eine Schlüsselstellung ein.

Der Umgang mit den eigenen Urkunden, deren sorgfältige Aufbewahrung, das Bemühen um Bestätigung durch die Rechtsnachfolger und die Anfertigung von Kopien sagt eine Menge über die Frauengemeinschaft und deren pragmatische Schriftlichkeit aus.

Das Abend-Kolloquium wird drei Vorträge umfassen, die unterschiedliche Aspekte des Konvents und seiner Überlieferungstradition behandeln und sich ihm aus der Perspektive der Architekturgeschichte, der kritischen Neulektüre der Quellen und der pragmatischen Schriftlichkeit nähern werden.

Weitere Informationen finden Sie unter www.vhs-bonn.de.

■ 6428 Kolloquium

Johanna Beutner M.A., Prof. Dr.
Andrea Stieldorf, Dr. Dominic
Waßenhoven
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11
(Saal)
Freitag, 03. Februar 2023,
18:00-21:00 Uhr
entgeltfrei
10 - 80 Teilnehmende

In Kooperation mit dem Denkmal-
und Geschichtsverein Bonn
Rechtsrheinisch e.V

Kulturwandern im Rheinland

Römerspuren im Feybachtal Rundtour durch Eifeler Hügellandschaft

Diese herrliche Rundtour durch
schönste Eifeler Hügellandschaft
bietet viele Weitblicke.
Auf dem Römerkanal-Wanderweg
gelangt man zu einigen kulturhistori-
schen Attraktionen mit Einblicken in
das Leben der Römer und deren ge-
niale Baukunst. Gleich am Anfang
können wir das römische Aquädukt
besichtigen. Der Gang durch die Ka-
kushöhle erinnert an die Spuren, die
Neandertaler, Kelten oder vielleicht
ein Riese hinterlassen hat?! Unter-
wegs finden sich wunderbare Rast-
plätze wo wir picknicken können.
Rucksackverpflegung und festes
Schuhwerk sind obligatorisch.
Christel Cader ist Buchhändlerin und
zertifizierte Landschaftsführerin.

Anforderung: 14 Km Strecke, 380
Hm, mit Pausen
ca. 5-6 Stunden

■ 6436 Kulturwanderung

Christel Cader
Treffpunkt: 53894 Mechernich-
Vussem, Parkplatz Römisches Aquä-
dukt, Treffzeit: 10.30 Uhr
Sonntag, 16.04.23, 10:30-16:00 Uhr
14,00 EUR, Die Teilnehmerzahl ist
begrenzt.
9 - 16 Teilnehmende

Schriftliche Anmeldung erforderlich!
Stornierung nur bis 2.04.23 mög-
lich.



LiteraTOUR

Natur & Literatur erleben Auf dem Burgweg in Blankenberg

Haben Sie Lust auf eine Wanderung
durch die frühlingshafte Natur, auf
historische Türme und neueste Lite-
ratur?

Dann bietet das mittelalterliche
Städtchen Blankenberg, mit seiner
wunderschön gelegenen Burgruine
den idealen Rahmen für eine literari-
sche Wanderung.

An schönen Plätzen, z. B. im Kräu-
tergarten der Burg, oder besonderen
Aussichtspunkten auf das Siegtal,
werden die neuen Bücher dieses
Frühjahrs vorgestellt. Eine lesens-
werte Auswahl der Neuerscheinun-
gen Frühjahr 2023, aber auch das ei-
ne oder andere Taschenbuch für den
Strand haben wir eingepackt.

Kleine Rucksackverpflegung wird
empfohlen. Der Startpunkt ist mit
Bus und Bahn gut erreichbar.

Alle Teilnehmer erhalten eine Litera-
tur Liste.

Christel Cader ist Buchhändlerin und
zertifizierte Landschaftsführerin,
Heike Kallenberg ebenfalls Buch-
händlerin.

Uhrzeit: 14.00 Uhr, ca. 3 - 4 Stunden
Länge: ca. 6 Km, enthält eine Stei-
gung

Büchen

■ 6438 Literaturwanderung
Christel Cader, Heike Kallenberg
Treffpunkt: 53773 Hennef/Blanken-
berg a.d. Sieg, Bahnhof Blanken-
berg, an den Gleisen
Samstag, 20.05.23, 14:00-18:00 Uhr
14,00 EUR, Die Teilnehmerzahl ist
begrenzt.
9 - 14 Teilnehmende

Schriftliche Anmeldung erforderlich!
Stornierung nur bis 06.05.23 mög-
lich.



Wer entscheidet eigentlich, was sehenswert ist?

Wer zieht eine Linie zwischen den Highlights und dem was
vielleicht nicht ganz so hell leuchtet? Wenn man etwas
sehen will, dann sollte man einfach mit dem Sehen
anfangen und nicht warten, bis etwas angeblich Sehens-
würdiges erscheint. So erreicht man „die sonderbaren
Kontinente, die sich in einem Landstrich verbergen“,
von denen der britische Autor Robert MacFarlane schreibt.
Kann ich der Eifel so gespannt begegnen wie Australien
oder Südamerika?

Hinter Mendig gelandet Eine Weltreise in die Eifel Multimedialer Vortrag

Alexander Kleinschrodt zeigt die
Region in Deutschlands Westen mit
einem Blick für Details, in denen grö-
ßere Zusammenhänge sichtbar
werden.

Jenseits der üblichen Sehenswür-
digkeiten wird die Eifel so zu einem
Spiegel der Welt, in der wir leben.
Der Weg führt durch eigensinnige
Orte und eindringliche Landschaften.
Er berührt die Vergangenheit wie die
Zukunft. Es geht um Europa, die
Erde und sogar den Weltraum, ohne
dass ein Ende in Sicht kommt.

Das alles verbindet sich in kurzwei-
ligen Reportagen mit Bildern und
Musik. Hinter Mendig, der Kleinstadt
am Ostrand der Eifel, wartet ein
sonderbarer Kontinent, den es neu
zu entdecken gilt.

Bitte beachten Sie die Exkursion in
die Osteifel (6444), die thematisch
an diesen Vortrag anknüpft.

Büchen

■ 6442 Multimedialer Vortrag mit
Bild und Musik,
inkl. diverser Eifeler Getränke (u.a.
Bier der Vulkan-Brauerei Mendig)
Alexander Kleinschrodt
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11
(Saal)

Freitag, 05.05.23, 20.00-21.30 Uhr
14,00 EUR, um eine Voranmeldung
wird gebeten
10 - 60 Teilnehmende

Kleine Welt-Reise durch die Osteifel

Erkundungen um und in Mendig
Mendig in der Osteifel ist ein außer-
gewöhnlicher Ort: Das Stadtbild ist
unverwechselbar, Natur und Kultur
sind hier ganz sichtbar verbunden.
Vor dem Rundgang in der Stadt ste-
hen einige Kilometer Wanderung auf
dem „Vulkanweg“, der Ausblicke in
die Landschaft und Einblicke in die
Erdgeschichte bietet. Unterwegs
gibt's als zusätzliche Anregungen
kurze Lesungen aus dem Buch „Hin-
ter Mendig gelandet“ (bei Bedarf
Sitzkissen mitbringen): In der Eifel
kann man der Welt, wie sie war und
ist, in besonderer Weise begegnen.

Treffpunkt: Bonn Hbf, am gläsernen
Wartehäuschen auf Bahnsteig 1,
Wanderung ca. 10 km, Hin- und
Rückfahrt jeweils 1:15 Stunden

(Bitte beachten Sie den dazuge-
hörigen Multimedia-Vortrag unter der
Nummer 6442)

Büchen ■ **6444** Kultur-Wanderung mit kleinen Lesungen
 Alexander Kleinschrodt
 Treffpunkt: Bonn Hbf, am gläsernen Warthäuschen Bahnsteig 1
 Samstag, 03.06.23, 9.15-17.00 Uhr
 Entgelt auf Nachfrage, bzw. ab 20.12.22 unter www.vhs-bonn.de
 10 - 16 Teilnehmende

Schriftliche Anmeldung erforderlich.
 Abmeldung nur bis zum 20.5.2023 möglich



Unkel, malerisches Kleinod am Rhein - ein Stadtrundgang mit Besuch des Willy Brandt Hauses

Das kleine Städtchen Unkel zwischen Königswinter und Linz am Rhein hat eine über tausendjährige Geschichte aufzuweisen. Im 18. Jahrhundert fanden begüterte Familien hier ihre Sommersitze. Davon zeugen noch heute die malerische Uferpromenade, alte Gässchen mit historischen Fachwerkhäusern und die Pfarrkirche St. Pantaleon. Die vielfältigen, über Jahrhunderte gepflegten Handelsverbindungen des Rheinstädtchens in das Oberzentrum Köln wirken im Erscheinungsbild des Ortes immer noch nach. Geschätztes Handelsobjekt war der „Unkeler Funkeler“, ein beliebter Rotwein.

Im Willy Brandt-Forum erinnert eine interessante Dauerausstellung an Leben und Wirken des vierten Bundeskanzlers der BRD. Die Ausstellung präsentiert wesentliche Stationen seines Werdegangs und wirft anhand vieler originaler Objekte und Dokumente einen Blick auf wichtige politische Entscheidungen und Ereignisse im Leben des SPD-Politikers und Friedensnobelpreisträgers. Der Rundgang erfolgt ausschließlich zu Fuß und nimmt einschließlich des Besuchers der Dauerausstellung ca. 3 Std. in Anspruch. Eine abschließende Einkehr in einem Unkeler Weinhaus ist möglich.

Die Anreise erfolgt individuell, entweder mit dem PKW (Parkmöglichkeiten am Ortsrand vorhanden) oder mit der DB von Bonn-Beuel mit der Regionalbahn 27 oder R 8 nach Unkel-Bahnhof.

Treffpunkt: 14.00 Uhr am Willy Brandt-Forum, Ortsmitte

Büchen ■ **6446** Rundgang mit Führung
 Dr. Inge Steinsträßer
 Treffpunkt: Willy Brandt-Forum, Willy-Brandt-Platz 5, 53572 Unkel
 Samstag, 13.05.23, 14.00-17.00 Uhr
 8,00 EUR
 8 - 18 Teilnehmende

Schriftliche Anmeldung erforderlich.



Wasser für Kölle: Fahrradtour entlang des Römerkanals

Auf einer abwechslungsreichen Fahrradtour erkunden wir gemeinsam eines der am besten erhaltenen römischen Bauwerke nördlich der Alpen. Die Eifelwasserleitung versorgte vor knapp 2000 Jahren die Bewohner Kölns mit Frischwasser aus der Eifel. Mit ihren 95 Kilometern gehört sie zu den längsten Aquädukten der Antike und prägt bis heute die Landschaft im Swisttal. In der Stadtvilla begegnet sie uns mal im Original, mal als Geländemerkmale. An anderen Stellen zeugen tiefe Ausbruchgräben vom Steinraub des Mittelalters, aus dem Neues erwuchs: Ganze Stadtmauern und Kirchen stehen heute auf Bruchstücken der Wasserleitung, in einem Kloster wurde gar eine ganze Aquäduktbrücke Stein für Stein wiedererrichtet.

Die Tour führt vor allem über Felder und Wälder, teils auch über Tore und (Kneipen-)türen, unterwegs werden mehrere Stopps und Pausen eingelegt. Im Vordergrund steht der Spaß am Entdecken, spannende Hintergrundinfos bietet Archäologin Sabrina Tatz.

Streckenlänge: ca. 30 km, geringe Steigung
 Treffzeit: 11.00 Uhr in Rheinbach

Büchen ■ **6448** geführte Radtour
 Dr. Sabrina Tatz, Archäologin
 Treffpunkt: Platz vor dem Römerkanal-Infozentrum, Himmeroder Wall 6, 53359 Rheinbach
 Sonntag, 7. Mai, 11.00 - 16.00 Uhr
 16,00 EUR
 10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Online-Veranstaltungen

Weltfrauentag 8. März 2023

Am Tag des Weltfrauentags laden wir Sie ein, sich ernsthaft-vergnügend mit Herkunft und Geschichte dieses Tages zu beschäftigen.

„Mehr Stolz, ihr Frauen!“: Ein heiter bis ernster Streifzug durch die Geschichte des Internationalen Frauentags Online zur besten Mittagszeit

Seit 1921 wird der Internationale Frauentag weltweit am 8. März gefeiert. Seine Geschichte ist eine Wechselvolle: Geprägt von illustren Namen wie etwa Rosa Luxemburg, gezeichnet von vielen Rückschlägen, aber auch Anekdoten - nicht zuletzt getragen vom starken Willen vieler Frauen, sich oftmals zeitlebens für Gleichberechtigung und die Einführung des Frauenwahlrechts einzusetzen. Wie es zu den Anfängen kam, welche Ideen und Ziele eine Rolle spielten und was davon umgesetzt wurde - davon erzählt der Online-Vortrag mit reichlich Bild- & Textmaterial.

Büchen ■ **6356ON** Vortrag
 Dr. Simone Scharbert
 Online-Angebot
 Mittwoch, 08.03.23, 13:30-14:30 Uhr
 entgeltfrei
 10 - 50 Teilnehmende



Einstieg ins Zeichnen Online-Kurs per Zoom

Jede Zeichnung lebt! Wer zeichnet, sieht mehr, weil er den Dingen auf den Grund geht. Zeichnen bedeutet auch Zeichen zu setzen, also zu kommunizieren. Starten Sie mit uns in die Welt des Zeichnens. Dazu haben Sie einige Zeichenblätter vor sich liegen, verschiedene Bleistifte und den Knetradierer Und los geht's! Das Programm für den Zeichenkurs beinhaltet folgende Themen: Punkte und Striche zu Mustern und Strukturen, mit Schraffuren eine Raumwirkung erzeugen, Licht und Schatten im Stillleben bestimmen, Aufbau von

Rundungen und Ellipsen, keine Zauberei mit der Perspektive, Landschaften und ihre Teile, Bildkomposition - Ihr persönlicher Ausdruck in der Zeichnung.

Benötigte Materialien: Bleistifte 2H, HB, 2B, Knetradierer, Spitzer, Fineliner, A3-Papier (ab 120g/m²) oder größer

Büchen ■ **6524ON** Online-Kurs
Karin Friedrich
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-01.03.23,
19.00-20.30 Uhr, 5 Abende
52,60 EUR; erm. 38,65 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
18.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Fortbildungen für Kursleitende

**In bester Wortgesellschaft:
Postkarten schneiden, kleben und
versenden**
Angebot nur für Kursleitende der
VHS Bonn

»Ich schnitt Berge von Papier« - gemäß dem Motto von Hans Arp lädt der Workshop dazu ein, dem einzelnen Wort auf einer Postkartenfläche Raum zu geben. Was passiert, wenn einzelne Wörter unverhofft in die Umgebung eines anderen Wortes geraten, was für Sätze, neue Wortgesellschaften entstehen?

Einen Nachmittag lang ist Zeit, Postkarten mit »Botschaften an sich selbst« (Emily Pine) oder an andere zu schneiden, kleben und ggf zu verschicken.

Bitte (nach Möglichkeit) mitbringen: Schere & Kleber



Büchen ■ **6470** Wochenendworkshop
Dr. Simone Scharbert
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50
Freitag, 17.03.23, 15.00-18.00 Uhr
entgeltfrei
6 - 8 Teilnehmende

Zeichnen / Malen

Online-Kurs: Mal dich stark!

Für Details siehe Kurs Seite 50

Büchen ■ **2104ON** Online-Kurs
Katharina Domscheit-D'souza
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-08.03.23,
18.00-20.30 Uhr, 6 Abende
82,90 EUR; erm. 59,86 EUR, Anmel-
dung erforderlich
7 - 10 Teilnehmende

**Online-Kurs "Mal dich stark, mit
Collage und Ton"**

Für Details siehe Kurs Seite 50

Büchen ■ **2149ON** Online-Kurs
Katharina Domscheit-D'souza
Online-Angebot
Mittwochs 19.04.-24.05.23,
18.00-20.30 Uhr, 6 Abende
82,90 EUR; erm. 59,86 EUR, Anmel-
dung erforderlich
7 - 10 Teilnehmende

**Laute und leise Linien
Zeichnen für Anfänger mit
Vorkenntnissen**

Jede Zeichnung lebt! Wer zeichnet, sieht mehr, weil er den Dingen auf den Grund geht. Welche Art von Linien gibt es? Wie setze ich sie am effektivsten ein? Laute und leise Linien, dünne und dicke, als Umriss, als Oberflächenbeschreibung, als Ausdruck der persönlichen Emotionen. Mit welchem Material arbeitet der Zeichner? Spaß macht das Zeichnen mit verschiedenen Stiften und Zeichenfeder, auf allen möglichen Papieren - die Wahl der Mittel bestimmt unseren Ausdruck im Bild. Dabei lernen wir die Grundlagen der Gestaltung kennen, so dass man problemlos auch zu Hause weiter zeichnen kann. Wir lernen Motivauswahl und Bildkomposition, Perspektive „light“ und das sichere Peilen, Licht und Schatten zu setzen. Der Kurs ist geeignet für Anfänger mit Vorkenntnissen.

Bitte mitbringen: Bleistifte 2H, HB, 2B, Knetradierer, Spitzer, Fineliner, Papier DIN A3 (ab 120g/m²) oder größer.

Büchen ■ **6521** Kurs
Karin Friedrich
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61
(Kunstraum)
Donnerstags 02.02.-16.03.23,
18.00-20.30 Uhr, 6 Abende
76,10 EUR; erm. 55,10 EUR
10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
19.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Das Lächeln der Blumen Natur-Zeichnen mit verschiedenen Techniken

Eine Pflanze, Blütenzweige oder Rosenblätter mit dem Stift zu erschaffen, das verlockt uns. Durch den bewussten Einsatz von Linien, Texturen, Schattierungen und Farbtönen aus der gegenständlichen Welt wird eine plastisch-räumliche Darstellung erzeugt. Sie werden vertraut mit unterschiedlichen Zeichenmaterialien wie z.B. Zeichen- und Aquarellbuntstiften, Kohle etc.

Sie brauchen: eine Blume zum Abzeichnen, Zeichenstifte, A3-Papier, Knetradiergummi

Büchen ■ 6522 Kurs

Karin Friedrich
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)
Donnerstags 27.04.-01.06.23,
18.00-20.30 Uhr, 5 Abende
64,45 EUR; erm. 46,94 EUR
10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
13.04.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Einstieg ins Zeichnen Online-Kurs per Zoom

Jede Zeichnung lebt! Wer zeichnet, sieht mehr, weil er den Dingen auf den Grund geht. Zeichnen bedeutet auch Zeichnen zu setzen, also zu kommunizieren. Starten Sie mit uns in die Welt des Zeichnens. Dazu haben Sie einige Zeichenblätter vor sich liegen, verschiedene Bleistifte und den Knetradierer Und los geht's! Das Programm für den Zeichenkurs beinhaltet folgende Themen: Punkte und Striche zu Mustern und Strukturen, mit Schraffuren eine Raumwirkung erzeugen, Licht und Schatten im Stillleben bestimmen, Aufbau von Rundungen und Ellipsen, keine Zauberei mit der Perspektive, Landschaften und ihre Teile, Bildkomposition - Ihr persönlicher Ausdruck in der Zeichnung.

Benötigte Materialien: Bleistifte 2H, HB, 2B, Knetradierer, Spitzer, Fineliner, A3-Papier (ab 120g/m²) oder größer

Büchen ■ 6524ON Online-Kurs

Karin Friedrich
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-01.03.23,
19.00-20.30 Uhr, 5 Abende
52,60 EUR; erm. 38,65 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
18.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Proportions-, Portrait- und Aktzeichnen für Anfänger und Fortgeschrittene

Sie üben zeichnerisches Arbeiten nach Modell und werden entsprechend Ihrer zeichnerischen Fähigkeiten individuell betreut. Im Vordergrund steht das Studium der menschlichen Proportionen in den Darstellungsformen des Aktes und des Portraits.

Mitzubringen sind: Zeichenblock, Bleistifte. Zzgl. Modellkosten (pro Person ca. 51 EUR bei Vollbelegung des Kurses), die am 1. Abend an den Dozenten zu entrichten sind. Keine Erstattung bei Modellkosten bei Nachholterminen.

Büchen ■ 6529 Kurs

Rolf Schanko
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier
Dienstags 07.02.-25.04.23,
16.00-18.15 Uhr, 9 Nachmittage
124,70 EUR; erm. 91,08 EUR, zzgl.
Modellkosten (pro Person ca. 51
EUR bei Vollbelegung), die am 1.
Abend an den Dozenten zu entrichten
sind.
10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
24.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Büchen ■ 6530 Kurs

Rolf Schanko
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier
Dienstags 07.02.-25.04.23,
19.00-21.15 Uhr, 9 Nachmittage
124,70 EUR; erm. 91,08 EUR, zzgl.
Modellkosten (pro Person ca. 51
EUR bei Vollbelegung), die am 1.
Abend an den Dozenten zu entrichten
sind.
10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
24.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Akt bei Griechen und Römern Zeichenkurs im Akademischen Kunstmuseum für Anfänger und Fortgeschrittene

Mit den Augen antiker Bildhauer betrachten wir männliche und weibliche Nacktheit. Nacktheit als Zeichen von Ehre und Status oder Reichtum und Fruchtbarkeit. Umgeben von Göttern und Helden erforschen wir die Schönheitsideale damals und heute sowie die Gesetze der Proportion und Perspektive. Dabei beobachten wir genau den Wechsel von Licht und Schatten, das Spiel von Linie und Fläche.



Bringen Sie bitte Zeichenblock und Stifte mit. Bitte tragen Sie beim Malen alte Kleidung oder einen Malkittel wegen eventueller Farbflecken. Zuzüglich Kosten für den Eintritt pro Termin von 3 EUR, zahlbar direkt vor Ort (alternativ besteht die Möglichkeit, Mitglied im Förderverein des Museums mit freiem Eintritt übers ganze Jahr zu werden). Das Museum ist wegen der anstehenden Sanierung des Gebäudes umgezogen, wir treffen uns vor dem Eingang in der Römerstraße.

Büchen ■ 6534 Kurs

Elisabeth Bille
Akademisches Kunstmuseum Bonn,
Römerstr. 164, 53117 Bonn
Freitags 10.02.-10.03.23,
15.00-17.15 Uhr, 5 Nachmittage
73,30 EUR; erm. 53,59 EUR, zzgl. 3
EUR Eintritt pro Termin, zahlbar direkt vor Ort
8 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
27.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!
In Zusammenarbeit mit dem Akademischen Kunstmuseum Bonn.

Büchen ■ 6535 Kurs

Elisabeth Bille
Akademisches Kunstmuseum Bonn,
Römerstr. 164, 53117 Bonn
Freitags 17.03.-28.04.23,
15.00-17.15 Uhr, 5 Nachmittage
73,30 EUR; erm. 53,59 EUR, zzgl. 3
EUR Eintritt pro Termin, zahlbar direkt vor Ort
8 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
03.03.2023, 12.00 Uhr, möglich!
In Zusammenarbeit mit dem Akademischen Kunstmuseum Bonn.



Figur im Raum - Aktzeichnen für Anfänger und Fortgeschrittene

Frauen und Männer lassen sich als Landschaften betrachten, mit Bergen und Tälern. So finden wir Zugang zur Königsdisziplin des Zeichnens. Wir werden unser Modell von Nahem und Weitem betrachten. Dabei beobachten wir genau den Wechsel von Licht und Schatten, das Spiel von Linie und Fläche. Wir schulen unsere

Augen, um die Proportionen, die Perspektive und die Lage im Raum zu erfassen. Mit spitzer Feder, japanischem Pinsel und Tusche, mit weichen Bleistiften, Kohle, Röteln, Aquarellfarben oder Gouache oder einem einfachen Kugelschreiber, alle Techniken sind möglich und werden erklärt.

Bringen Sie bitte Zeichenmaterial nach Belieben mit.

Zzgl. Modellkosten (pro Person ca. 40-50 EUR je nach Teilnehmerzahl), die am 1. Abend an die Dozentin zu entrichten sind. Keine Erstattung bei Modellkosten bei Nachholterminen.

Büchen

■ 6536 Kurs

Elisabeth Bille

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)

Mittwochs 08.02.-29.03.23,

18.00-20.15 Uhr, 8 Abende

105,70 EUR; erm. 75,82 EUR, Zzgl.

Modellkosten (pro Person ca. 40-50

EUR), am 1. Abend an die Dozentin

zu entrichten, auf Modellkosten keine Ermäßigung.

10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis 25.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Reiseskizzenbuch 2023 für Anfänger

Mit Stift und Skizzenblock Ihre Reise-Eindrücke im Urlaub festhalten oder auch in Ihrer Umgebung zu Hause zeichnend „unterwegs“ sein. Das schnelle Erfassen und Festhalten eines Motivs mit dem Stift soll Ziel dieses Kurses sein. Dazu werden die Grundlagen vermittelt: Linien und Schraffuren, perspektivisches Zeichnen in Architektur und Landschaft, Bäume und Menschen, Bildaufbau und Komposition.

Bitte mitbringen: Skizzenblock oder Skizzenbuch (bis DIN A3), Bleistifte (z.B. HB, 2B-6B), evtl. Fineliner

Büchen

■ 6537 Wochenendseminar

Cornelia Jung

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50

Samstag, 06.05.23, 14:00-18:00 Uhr,

Sonntag, 07.05.23, 11:00-18:00 Uhr

51,60 EUR; erm. 37,95 EUR

10 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis 22.04.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Reiseskizzenbuch 2023 für Anfänger und Fortgeschrittene

In diesem Kurs wollen wir die Kenntnisse des perspektivischen Zeichnens vertiefen. In Absprache mit den Teilnehmern stehen neben den Grundregeln folgende Themen zur

Auswahl: Kreise und Ellipsen, Treppen, Spiegelungen, Licht und Schatten, Vegetation und Landschaftselemente. In Skizzen nach Reiseumotiven werden ausserdem verschiedene Darstellungstechniken und die Reduktion auf das Wesentliche geübt. Dieser Kurs kann als Ergänzung zum Kurs Nr. 6537 belegt werden. Er baut aber nicht auf diesem Kurs auf und kann auch ganz eigenständig, auch von Anfängern, gebucht werden.

Bitte mitbringen: Skizzenblock oder Skizzenbuch (bis DIN A3), Bleistifte (z.B. HB, 2B-6B), evtl. Fineliner und Buntstifte

Büchen

■ 6538 Wochenendseminar

Cornelia Jung

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50

Samstag, 03.06.23, 14:00-18:00 Uhr,

Sonntag, 04.06.23, 11:00-18:00 Uhr

55,10 EUR; erm. 40,40 EUR

10 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis 20.05.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Erste Schritte in Farbe - Grundlagen des Aquarells für Anfänger

Der Kurs wendet sich an Interessierte ohne Vorkenntnisse. In einzelnen Arbeitsschritten, die auf ihre Wirkung hin betrachtet und besprochen werden, sollen die Teilnehmenden ein anschauliches Denken direkt aus den gestalteten Phänomenen heraus entwickeln.

Bitte mitbringen: 1 Aquarellblock DIN A3, rundum geleimt, nicht unter 180 g/qm, 1 Hartborsten-Flachhaarpinsel Stärke 15-20, 2-3 Rundhaarpinsel (Zuchthaarpinsel oder chines. Tuschmalpinsel) Stärken 10 bis etwa 20 (wichtig ist, dass der Pinsel im nassen Zustand eine feine Spitze bildet), Aquarellfarben: Preußisch- und Kobaltblau, Karmin- und Zinnoberrot (oder Kadmiumrot), Zitronengelb (oder Kadmium) und Indischgelb, Umbra, Mittelgrün, kleine Palette oder mehrere weiße Unterteller, 1 Haarföhn, 1 Lappen.

Büchen

■ 6551 Kurs

Karsten Nimmermann

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61

(Kunstraum)

Dienstags 18.04.-06.06.23,

18.30-20.45 Uhr, 7 Abende

103,75 EUR; erm. 74,46 EUR

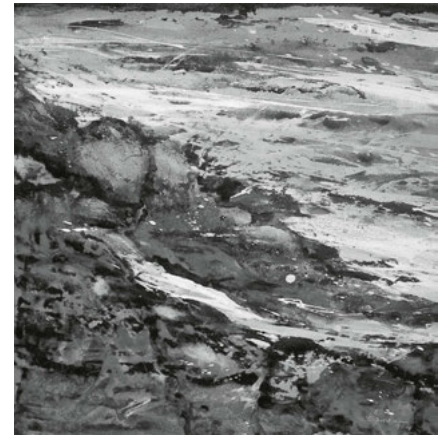
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis 04.04.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Mut zur Farbe - Aquarell- und Collagetechniken Für Anfänger und Fortgeschrittene

Gemalt wird nach Vorlagen, meistens Fotos, Landschaften oder Blumen, dazu gibt es eine schriftliche Schritt-für-Schritt Bildentwicklung, die es ermöglicht, das gleiche oder ein ähnliches Motiv zu Hause in eigener Entwicklung nachzuvollziehen. Gerne wird mit Farben und Formen experimentiert, das Motiv stilisiert und vereinfacht, die künstlerische Ausdruckskraft gesteigert durch Anwendung von vielfältigen Techniken und Hilfsmitteln, der Papieruntergrund verändert durch Aufbringen von Seidenpapier oder Leichtstrukturpaste. Alle Materialien (bis auf die unter bitte mitbringen genannten) werden von der Dozentin mitgebracht und können bei Bedarf gegen einen Materialkostenbeitrag von 5-10 EUR direkt bei der Dozentin erworben werden.



Bitte mitbringen: Aquarell-Papier (300g/m²), Malpinsel in verschiedenen Größen (möglichst synthetisch), Farben: blau, grau, gelb, rot, grün, braun (möglichst in Tuben von Winsor&Newton), Mal-Hilfsmittel: drawing gum.

Wichtig: Wasserbehälter (ca. 1/2 l), Papier-Haushaltsrolle, Bleistift, alte Zahnbürste, Föhn, Krepp-Klebeband.

Falls gewünscht, erhalten Sie die ausführliche Material-Liste über li-lobroc@aol.com.

Büchen ■ 6553 Wochenendseminar

Lilo Brockmann
VHS, Kirchplatz 6, Raum E.01
Samstag, 18.03.23, 13:30-18:00 Uhr,
Sonntag, 19.03.23, 11:00-16:00 Uhr
66,10 EUR; erm. 48,10 EUR, zzgl.
Materialkosten von 5-10 EUR, abzu-
rechnen direkt mit der Dozentin (auf
Materialkosten keine Ermäßigung!)
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
04.03.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Aquarell: Technik und mehr für Einsteiger*innen

Ein gutes Aquarell sollte leicht aus-
sehen - dies zu erreichen ist leider
nicht ganz so leicht. Der Kurs wen-
det sich an Anfänger und Interessier-
te mit wenig Malerfahrung. Das Be-
herrschen der technischen Möglich-
keiten ist eine wichtige Vorausset-
zung für ein gelungenes Bild. Wir
wollen uns intensiv mit der Eigenheit
und der Vielfalt der Aquarelltechnik
auseinandersetzen. Dazu wird aus-
führlich erklärt, vorgeführt, aber auch
selbst geübt. Unser Ziel ist, lockere
Bilder zu malen. Darauf werden wir
anhand zunächst einfacher, später
anspruchsvollerer Motivthemen hin-
arbeiten.

Bitte am 1. Kurstag mitbringen:
Aquarellblock (z.B. Hahnemühle
Echt-Bütten Aquarell matt 200g)
max. 30 x 40 cm, Aquarell-Rundpin-
sel Größe 8, Aquarellfarben in Näp-
fchen (empfohlen: Reingelb, Zinno-
berrot, Krapplack dunkel, Ultramarin
feinst, Phthaloblau, Siena natur, Sie-
na gebrannt von Schmincke), Was-
sergefäß, Bleistift B, Skizzenpapier
DIN A4. Weitere Materialien werden
besprochen.

Büchen ■ 6554 Kurs

Dr. Holger Figge
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier
Montags 20.03.-05.06.23,
16.30-18.45 Uhr, 8 Abende
104,50 EUR; erm. 76,42 EUR
10 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
06.03.2023, 12.00 Uhr, möglich!



**Motiv - Spannung - Farbe
Aquarell für Fortgeschrittene**

Wie wird aus einem Motiv ein gutes
Bild? Wie fange ich an? Wie bringe
ich Spannung in mein Bild? Wie be-
komme ich das Fließen der Farbe in
den Griff? Fragen, die sich auch die-
jenigen, die schon mit Aquarellfarben
gearbeitet haben, immer wieder stel-
len - oder stellen sollten. Wir werden
gemeinsam versuchen, auf diese
und weitere Fragen Antworten zu fin-
den. Wechselnde Motive werden be-
arbeitet, unterschiedliche Herange-
hensweisen aufgezeigt, verschiede-
ne Techniken ausprobiert. Individuel-
le Beratung wie abschließende ge-
meinsame Bildbetrachtung sind Be-
standteile des Kurses. Bei gutem
Wetter werden wir an den letzten
Kurstagen draussen malen.

Bitte mitbringen: Bleistifte B oder 2B,
Zeichenpapier, vorhandene Aquarell-
ausrüstung.

Büchen ■ 6555 Kurs

Dr. Holger Figge
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier
Montags 20.03.-05.06.23,
19.30-21.45 Uhr, 8 Abende
110,50 EUR; erm. 80,62 EUR
10 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
06.03.2023, 12.00 Uhr, möglich!



**Ferienkompaktkurs: In den Gärten
des Kurfürsten**

Experimentelle Aquarellmalerei

Verschnörkelte Gartenzäune, groß-
artige Promenadenwege, das gelbe
Schloss geben die Kulisse für Tau-
sende prachtvolle Pflanzen. Diese
malen, sprühen und zeichnen wir auf
großformatigen Aquarellkarton. Der
weite Himmel und die Wasserspiege-
lungen im Seerosenteich sind eben-
so Thema wie Grundlagen der Land-
schaftsmalerei, Horizont und Per-
spektive. Bringen Sie bitte Ihre so-
weit vorhandenen Malsachen wie
feste Unterlage, Pinsel, Aquarellfar-
ben, Aquarellblock etc. mit sowie
Sitzkissen oder Stühlchen. Tragen
Sie beim Malen bitte alte Kleidung
oder einen Malkittel wegen eventuel-
ler Farbflecken. Bei Bedarf stehen
auch weitere Materialien für Experi-
mente zur Verfügung, die mit der Do-
zentin direkt abgerechnet werden

(ca. 20 - 25 EUR). Wir treffen uns am
Haupteingang zum Botanischen Gar-
ten um 10 Uhr.

Büchen ■ 6558 Kurs

Elisabeth Bille
Botanischer Garten, Meckenheimer
Allee 171, 53115 Bonn, Treffpunkt
am Haupteingang
Montag, 17.07. bis Donnerstag,
20.07.23, 10.00-13.00 Uhr,
4 Vormittage

76,98 EUR; erm. 57,16 EUR, zzgl.
Materialkosten ca. 20 - 25 EUR, ab-
zurechnen mit der Dozentin (auf Ma-
terialkosten keine Ermäßigung mög-
lich!)

8 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
03.07.2023, 12.00 Uhr, möglich!
In Zusammenarbeit mit dem Botani-
schen Garten Bonn.

Büchen ■ 6559 Kurs

Elisabeth Bille
Botanischer Garten, Meckenheimer
Allee 171, 53115 Bonn, Treffpunkt
am Haupteingang
Montag, 17.07. bis Donnerstag,
20.07.23, 14.00-17.00 Uhr,
4 Nachmittage

76,98 EUR; erm. 57,16 EUR, zzgl.
Materialkosten ca. 20 - 25 EUR, ab-
zurechnen mit der Dozentin (auf Ma-
terialkosten keine Ermäßigung mög-
lich!)

8 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
03.07.2023, 12.00 Uhr, möglich!
In Zusammenarbeit mit dem Botani-
schen Garten Bonn.



Wege zum Bild Malerei mit Acrylfarbe

Der Kurs richtet sich an Interessierte, die die Besonderheiten der Acrylmalerei kennenlernen und ihre vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten erproben wollen. Der Kurs umfasst die Themen Stillleben, Landschaftsmalerei und Porträt. Im Vordergrund des Workshops wird die Entwicklung Ihrer individuellen Farbpalette stehen, ergänzt durch Ausführungen zum Thema Bildaufbau und Komposition. Sie fertigen kleinere Arbeiten auf Papier und größere auf Leinwand an. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Eine detaillierte Liste der Materialien wird 2 Wochen vor Seminarbeginn verschickt.

■ 6560 Kurs
 Sophie Stiller
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)
 Mittwochs 19.04.-14.06.23,
 18.00-21.00 Uhr, 9 Abende
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR
 10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
 05.04.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Malen mit Acryl Figürlicher Surrealismus

Die Kursbeschreibung lag zur Drucklegung noch nicht vor. Bitte informieren Sie sich auf unserer Internetseite (www.vhs-bonn.de/programm/kultur-und-kunst.html) über die konkreten Kursinhalte.

■ 6561 Wochenendseminar
 Sophie Stiller
 VHS, Kirchplatz 6, Raum E.01
 Samstag und Sonntag,
 29.04.-30.04.23, 10.00-17.00 Uhr
 66,76 EUR; erm. 48,56 EUR
 10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
 15.04.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Malen mit Acryl Portrait-Malerei

Die Kursbeschreibung lag zur Drucklegung noch nicht vor. Bitte informieren Sie sich auf unserer Internetseite (www.vhs-bonn.de/programm/kultur-und-kunst.html) über die konkreten Kursinhalte.

■ 6562 Wochenendseminar
 Sophie Stiller
 VHS, Kirchplatz 6, Raum E.01
 Samstag und Sonntag,
 20.05.-21.05.23, 10.00-17.00 Uhr
 66,76 EUR; erm. 48,56 EUR
 10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
 06.05.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Malen mit Acryl Urbane Landschaftsmalerei

Die Kursbeschreibung lag zur Drucklegung noch nicht vor. Bitte informieren Sie sich auf unserer Internetseite (www.vhs-bonn.de/programm/kultur-und-kunst.html) über die konkreten Kursinhalte.

■ 6563 Wochenendseminar
 Sophie Stiller
 VHS, Kirchplatz 6, Raum E.01
 Samstag und Sonntag,
 03.06.-04.06.23, 10.00-17.00 Uhr,
 2 Wochenende
 66,76 EUR; erm. 48,56 EUR
 10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
 20.05.2023, 12.00 Uhr, möglich!

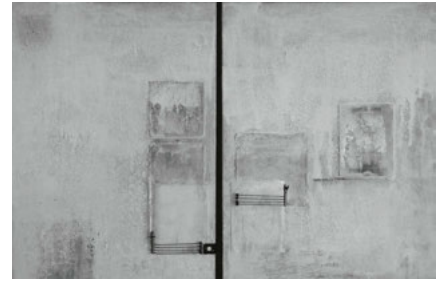


Acrylarbeiten von Grund auf - Handwerk und sinnliches Vergnügen

Dieser Kurs richtet sich an Anfänger und Fortgeschrittene. In den drei Kurstagen stehen die Grundlagen der experimentellen Acrylmalerei, verschiedene handwerkliche Techniken (Tupfen, Pinseln, Rollen, Schichten, Schütten) und Materialvielfalt im Vordergrund. Jede Woche bearbeiten wir ein anderes Thema in Untergrund, Struktur und Oberfläche wie Farbkunde, Spachtelmassen oder Keilrahmen selbst herstellen, Grundkenntnisse (wie lese ich mein Bild - wann ist mein Bild fertig).

Papier, Pappe, Holz, Leinwand und Metall kommen zum Einsatz. Das Material bekommen die Teilnehmenden gestellt und im Anschluss erhält jeder der Teilnehmenden ein ausführliches Skript.

In der Kursgebühr ist die professionelle Ausstattung von 45 Euro mit eingeschlossen. Diese beinhaltet: 4-6 verschiedene Malgründe von Baumwolle bis Leinen, Pinsel, Spachtel, Farbrolle, Schwamm, Farben, Pigmente, Tinte, Asche, Töpfe, verschiedene Steinmehle, Lehm, Haftputzgips, Sand, alle Kleber, Papiere, Schlagmetalle, Pappe uvm. Wie bisher bringt die Dozentin Sandarten der ganzen Welt, Steinstaub aus diversen Jahrhunderten und Rostfundstücke mit, um diese auf Wunsch in die Bilder einzuarbeiten. Bitte mitbringen: Küchenkrepp, Marmeladenglas, Fön, alte Kleidung, Wassersprühflasche



■ 6570 Kurs
 Annette Valeska Predeek
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)
 Freitags 03.02.-24.02.23,
 15.30-18.45 Uhr, 3 Nachmittage
 114,62 EUR; erm. 97,54 EUR
 8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
 20.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!

■ 6571 Kurs
 Annette Valeska Predeek
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)
 Freitags 03.03.-24.03.23,
 15.30-18.45 Uhr, 4 Nachmittage
 142,22 EUR; erm. 119,45 EUR
 8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
 17.02.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Acryl experimentell - Strukturen mit Kontrast

Dieser Workshop eignet sich für Anfänger und Fortgeschrittene, die Freude an der Vielfalt von Material und Technik innerhalb der abstrakten experimentellen Acrylmalerei haben. Die Kernarbeit bildet eine große Leinwand, die nach der Grundierung mit verschiedenen Spachtelmassen und Papier einen lebendigen Untergrund erhält. Anschließend wird diese mit Acrylfarben, Tinten sowie Pigmentschüttungen individuell farblich gestaltet. Der Kontrast von „schwerem Material“ (wie Steinmehl) und „leichten Spuren“ (wie Asche, Gips oder Kreide) steht im Vordergrund und wird mit flüssigen, hochpigmentierten Farben individuell gestaltet. Der Abschluss sieht Blattgold, Blattsilber, Rostfundstücke, Bitumenlack, antike Uhrenteile oder das Einarbeiten antiker Schriftsetzer vor. Unterschiedliche Techniken an weiteren kleineren Materialgründen wie Papier, Holz oder Pappe werden vorgestellt und experimentell erprobt.

In der Kursgebühr ist die komplette Ausstattung in Höhe von 51 EUR enthalten. Diese beinhaltet: alle Malgründe, Steinmehle, Papier, Holz, Pappe, Acrylbinder, alle Pinsel, Farbrolle, Acrylfarben, Spachtel, Töpfe,

Lappen, Tinte, Spezialkleber, Pigmente, Kreide, Zement, Ölfarbe, Bitumen, Blattgold, Blattsilber, antikem Steinstaub & Schriften sowie Sand dieser Erde.

Bitte mitbringen: alte Kleidung, Spritzflasche, Küchenkrepp, Fön, Marmeladenglas, wenn vorhanden alte Briefe und ein altes Bettuch.

Büchen

■ **6572** Wochenendseminar
Annette Valeska Predeek
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)
Samstag, 03.06.23, 10:00-17:00 Uhr,
Sonntag, 04.06.23, 10:00-17:00 Uhr
138,06 EUR; erm. 116,16 EUR
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
20.05.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Venezia - Sinnliches Feuerwerk mit Acryl und Gold

Dieser Workshop eignet sich für Anfänger und Fortgeschrittene, die Freude am „besonderen Material“ haben. Wir beginnen auf einer großen Leinwand mit starkem Tuch. Nach einer speziellen Grundierung folgen selbst hergestellte Spachtelmassen mit Steinmehl, antikem Steinstaub, Stuck aus Venedig (17. Jahrhundert) und antiken Papieren. Nun folgt das Feuerwerk an hochwertigen Farben, Tinten, Tuschen und Pigmentgüssen mit venezianischen Pigmenten. Den besonderen Abschluss bilden 24-karätiges Blattgold (oder Blattsilber), Perlmutter, Metall-Pigmente wie Gold und kleine kalligraphische Zeichen.

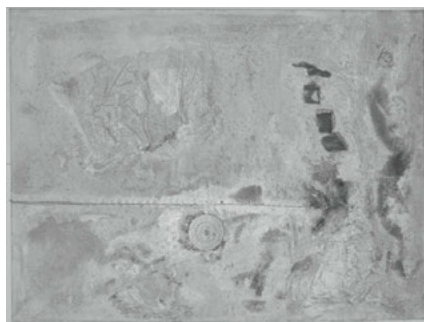
In der Trockenzeit stellen wir „Marbled Paper“ her - eine uralte türkische und später florentinische Papiertechnik - nur hochwertige Farben werden verwendet für individuelle Papierbögen. Es folgen weitere kleine Kunstwerke mit venezianischen Postkarten auf Holz, die mit Wachs veredelt werden und weitere Techniken auf Papier, Malplatten oder Pappe.

In der Kursgebühr ist die komplette Ausstattung in Höhe von 58 EUR enthalten. Diese beinhaltet: alle Malgründe, Steinmehle, Papier, Holz, Pappe, Acrylbinder, alle Pinsel, Farbrolle, Acrylfarben, Spachtel, Töpfe, Lappen, Tinte, Spezialkleber, Pigmente, Kreide, Zement, Ölfarbe, Wachs, Blattgold, Blattsilber, Pigmente, Steinstaub, Stuck, Steinmehle uvm.

Bitte mitbringen: alte Kleidung, Spritzflasche, Küchenkrepp, Fön, Marmeladenglas, ein altes Bettuch, wenn vorhanden.

■ **6573** Wochenendseminar
Annette Valeska Predeek
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier
Samstag, 11.02.23, 10:00-17:00 Uhr,
Sonntag, 12.02.23, 10:00-17:00 Uhr
145,06 EUR; erm. 123,16 EUR
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
28.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Drei-Tage-Akademie: Experimentelle Acrylmalerei - Kunst mit Baumaterialien

Dieser Drei-Tage-Workshop richtet sich sowohl an Anfänger als auch an Fortgeschrittene. Neben den verschiedenen Techniken (Pinseln, Rollen, Spachteln, Schütten, Tupfen) arbeiten wir vornehmlich mit Baustoffmaterialien wie Zement, Quarzsand, Bitumen, Haftputzgips, Lehm, Pappe und Papier und erproben diese auf unterschiedlichen Malgründen.

Die Kernarbeit bildet eine größere Leinwand, die Schicht für Schicht aufgebaut wird und mit hochwertigen Acrylfarben, Tinten oder Pigmenten farbig gestaltet wird. Der Abschluss kann mit Rostfundstücken, antiken Briefetzen oder kalligraphischen Elementen sowie Blattsilber- und Gold bestückt werden. In den Trockenzeiten werden auf kleineren Malgründen weitere experimentelle Techniken mit Spachtelmassen vermittelt.

In Kursgebühr ist die professionelle Ausstattung in Höhe von 47 Euro enthalten. Diese beinhaltet alle Malgründe, Steinmehle, Pinsel, Spachtel, Farbrolle, Farben, Pigmente, Tinten, Asche, Papiere, Binder, Bitumen, Asche, Papiere, Binder, Bitumen, Spezialkleber, Blattgold, Blattsilber, Rostfunde, Zement, Lehm, Haftputzgips, Quarzsand, Kreide, Kohle uvm.

Bitte mitbringen: alte Kleidung, Sprühflasche, ggfs. alte Papiere/Briefe, ein Marmeladenglas, Küchenkrepp

■ **6574** Kurs
Annette Valeska Predeek
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)
Montag, 27.02. bis Mittwoch,
01.03.23, 9.45-13.30 Uhr,
3 Vormittage
126,13 EUR; erm. 106,42 EUR
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
13.02.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Ferienkurs: Sommer Akademie - Abstraktion mit Leidenschaft & Vielfalt

In fünf aufeinander folgenden Tagen werden handwerkliche Grundlagen sowie Komposition und Bildersprache sowohl für Anfänger als auch für fortgeschrittene Künstler vermittelt. Einer großen Leinwand mit starkem Tuch gilt die intensive Aufmerksamkeit. Durch kontrastreiche Schichten entsteht ein mehrdimensionales, ausdrucksstarkes Werk. Verschiedene Techniken auf unterschiedlichen Malgründen runden die Grundlage der experimentellen Acrylmalerei ab. Wir arbeiten mit selbst hergestellten Spachtelmassen aus Steinmehlen, Lehm oder Zement. Diese lebendige Struktur wird mit hochwertigen Farben, Pigmenten oder Tinten leidenschaftlich farbig gestaltet, ob mit Rolle, Pinsel, Spachtel oder Schwamm. Mit fachkundiger Begleitung und Bilderbesprechung unterstütze ich die Teilnehmenden auf ihrem individuellen Weg der eigenen künstlerischen Ausdrucksform.

Die Trockenzeiten nutzen wir für weitere Techniken mit den unterschiedlichsten Materialien wie Leder, Holz, Papier, Pappe oder Karton. In diesem Kurs biete ich auch Kupferplatten an, die wir mit in unsere Kunstwerke einbauen und mitverarbeiten. Die Kursgebühr beinhaltet die komplette Ausstattung in Höhe von 59 EUR. Hierin sind alle Materialien enthalten wie: 5-6 Malgründe Papiere, Kleber, Steinmehle, Tinten, Ink, Tusche, Pigmente, Acrylfarben, Pinsel, Farbrolle, Ölfarbe, Kreide, Asche, Spachtel, Schwamm, Papiere, Bitumen, Kupferplatten uvm.

Bitte mitbringen: alte Kleidung, Sprühflasche, ggf. alte Papiere/Briefe, ein Marmeladenglas, Küchenkrepp, Fön

Büchen ■ **6575** Ferienkurs
Annette Valeska Predeek
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61
(Kunstraum)
Montag, 26.06. bis Freitag, 30.06.23,
10.00-14.00 Uhr, 5 Vormittage
207,83 EUR; erm. 167,82 EUR
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
12.06.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Die faszinierende Welt der Ölmalerei Grundlegendes Wissen für Anfänger und anspruchsvolle Techniken für Fortgeschrittene

Die Teilnehmenden können die Ölmaltechniken von Grund auf lernen: Farben mischen, Umgang mit Pinsel, Materialkunde zu Farben und Leinwand. Aufbau und Vorbereitung des Bildes werden individuell im Gespräch erarbeitet. Individuell heißt: Grundlagen für Anfänger und Maltechniken für Fortgeschrittene, praktische Hilfen und Kniffe aus der täglichen Praxis des Malens. Neue Teilnehmende werden gebeten, für den ersten Tag kein Material zu kaufen. Es findet eine Einführung mit ausführlicher Materialbesprechung statt.

Büchen ■ **6584** Kurs
Klaus Ackermann
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61
(Kunstraum)
Donnerstags 02.02.-11.05.23,
10.00-13.00 Uhr, 12 Vormittage
205,30 EUR; erm. 145,54 EUR
10 - 11 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
19.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Büchen ■ **6585** Kurs
Klaus Ackermann
Kulturzentrum Hardtberg, Atelier, Rochusstr. 276, 53123 Bonn
Freitags 03.02.-12.05.23,
10.15-13.15 Uhr, 12 Vormittage
205,30 EUR; erm. 145,54 EUR
10 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis zum
20.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!



„Tanz der Farben“ - Malen und Zeichnen mit Ölpastellkreiden, Farbstiften und Kohle

Der Kurs wendet sich an Teilnehmer*innen mit und ohne Vorkenntnisse. Mit Ölpastellkreiden, zu denen wir begleitend Farbstifte und französische Zeichenkohle anwenden, lassen wir aus farbigen Flächen Landschaften, Stillleben und Portraits entstehen, lernen die Linie dazu einzusetzen, um die Formen adäquat zu akzentuieren. Weiterhin befassen wir uns mit dem Farbkreis und seinen Gesetzen - Komplementärfarben und Farbsteigerung - sowie mit den entsprechenden Darstellungstechniken, um durch Schichtungen Mischfarben entstehen zu lassen.

Bitte mitbringen: Leicht rauhes Zeichenpapier (weiß und farbig - DIN A3 oder größer), 1 Kasten Ölpastellkreiden, 1 Kästchen normale Holzbuntstifte, französische Zeichenkohle

Büchen ■ **6588** Kurs
Karsten Nimmermann
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61
(Kunstraum)
Dienstags 21.02.-28.03.23,
18.30-20.45 Uhr, 6 Abende
96,10 EUR; erm. 69,10 EUR
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
07.02.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Ferienkurs: Skizzenhaft den Sommer einfangen - im Botanischen Garten, am Rhein, in Schwarzhemdorf oder ...

Der Kurs wendet sich an Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse und beinhaltet, das Wesentliche von Landschaft und Architektur mit wenigen skizzenhaft angelegten Linienzügen und Farbflächen zu erfassen. Dabei lernen Sie, Bleistift und Aquarell mit Feder und Tusche und/oder mit grauem oder schwarzem Fineliner (je nach Wahl) zu verbinden.

An Materialien benötigen Sie: 1 DIN A3-Zeichenblock, 1 Bleistift, 1 Fineliner und/oder 1 Zeichenfeder, 1 Glas schwarze Zeichentusche, 1 Kästchen Aquarellfarben, 1 Rundhaarpinsel Stärke 12 oder mehr, Wasser und Lappen und einen Klappstuhl. Bei sehr schlechter Witterung findet der Kurs im Atelier in der VHS Bonn, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 statt, wo wir uns mit Architektur, Straßenzügen und der skizzenhaften Umsetzung von landschaftlichen Vorlagen befassen.

Büchen ■ **6617** Ferienworkshop
Karsten Nimmermann
Treffpunkt: Brücke vor dem Poppelsdorfer Schloß
Mittwoch, 12.07.23, 10:00-13:30 Uhr,
Donnerstag, 13.07.23,
10:00-13:30 Uhr
52,75 EUR; erm. 38,75 EUR
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
28.06.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Form, Farbe, Fantasie - Vom Zeichnen zum Malen

Der Kurs vermittelt eine Einführung in die verschiedenen Techniken des Zeichnens und Malens sowie Grundkenntnisse in der künstlerischen Umsetzung. Jeweils an zwei Abenden widmen wir uns einer Technik: Wir starten mit den Grundlagen des Zeichnens, ausgehend von der Grundlagenkomposition, Perspektive, Licht und Schatten sowie das freihändige Skizzieren mit Kohle, Bleistift oder Pastell. Daran schließen zwei Stunden an, in denen wir uns mit dem Malen mit Acryl bzw. in Öl beschäftigen und die verschiedenen Techniken, die uns diese Materialien anbieten, ausprobieren. Zum Abschluss steht das Malen mit Aquarellfarben und seine besonderen Malqualitäten im Vordergrund. Die beiden letzten Stunden bieten jedem die Möglichkeit, noch einmal in der Technik, die ihn am meisten angesprochen hat, tätig zu werden. Haben Sie Mut, kreativ zu werden und probieren Sie einfach einmal aus, welche Technik, welches Material zu Ihnen passt. Der Kurs richtet sich an Anfänger wie Fortgeschrittene und eignet sich auch zur Erstellung von Arbeiten für künstlerische Bewerbungsmappen.

Zum ersten Treffen bringen Sie bitte folgende Materialien mit: Kohle, Zeichenpapier (DIN A 3 oder größer), einen Lappen und Radiergummi. Sie können für 7 Euro alle weiteren für den Kurs benötigten Materialien beim Dozenten erwerben, oder, wenn vorhanden, eigenes Material mitbringen.

Büchen ■ **6653** Kurs
 Danuta Moryto
 Kulturzentrum Hardtberg, Atelier, Rochusstr. 276, 53123 Bonn
 Donnerstags 09.03.-11.05.23,
 18.30-20.45 Uhr, 8 Abende
 90,10 EUR; erm. 64,90 EUR, Sie können für 7 Euro alle weiteren für den Kurs benötigten Materialien beim Dozenten erwerben, oder, wenn vorhanden, eigenes Material mitbringen.
 10 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis 23.02.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Einfach zeichnen - von Anfang an
 In diesem Kurs lernen Sie auf spielerischer Art und Weise und ohne Leistungsdruck die Grundlagen des Zeichnens. Sie probieren verschiedene Materialien und Techniken aus und entdecken Ihre eigene Handschrift. Wir werden sowohl im Atelier als auch draußen im Park arbeiten. Dieser Kurs ist perfekt für Menschen ohne Vorerfahrung, insbesondere für all diejenigen, die in der Schule den Kunstunterricht gehasst haben oder denen gesagt wurde, sie hätten „kein Talent“. Hier bekommen sie endlich eine neue Chance.

Bitte zur ersten Stunde mitbringen: 1 Klemmbrett (A4), 3 Bleistifte (H, B2, B6), 1 Bleistiftspitzer
 Weiteres Material wird von der Dozentin mitgebracht (Materialkosten 10 EUR, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden).

Büchen ■ **6654A** Kurs
 Jean Lennox
 VHS, Am Michaelshof 2, Atelier
 Donnerstags 02.02.-27.04.23,
 16.00-18.00 Uhr, 10 Abende
 99,44 EUR; erm. 71,44 EUR, zzgl. Materialkosten von 10 EUR, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden.
 10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis zum 19.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Einfach zeichnen mit Stift und Pinsel
Für fortgeschrittene Anfänger
 Das Zeichnen mit Stift und Pinsel (Pen and Brush) erfreut sich immer größere Beliebtheit. Es geht dabei um eine Kombination aus Zeichnen und Aquarellieren und es eignet sich besonders gut für schnelle Zeichnungen. Wir werden verschiedene Materialien und Techniken ausprobieren und Sie werden schnell Erfolgserlebnisse haben. Sie werden auch garantiert Spaß haben. Wenn das Wetter es erlaubt, werden wir oft im Godesberger Park sein und das bunte Leben dort auf Papier einfangen.
 Bitte zur ersten Stunden mitbringen: 1 Klemmbrett (A4)
 Weiteres Material wird von der Dozentin mitgebracht (Materialkosten 10 EUR, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden).

Büchen ■ **6654B** Kurs
 Jean Lennox
 VHS, Am Michaelshof 2, Atelier
 Donnerstags 02.02.-27.04.23,
 18.15-20.15 Uhr, 10 Abende
 99,44 EUR; erm. 71,44 EUR, zzgl. Materialkosten von 10 EUR, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden.
 10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis zum 19.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Spielerisch Zeichnen lernen - von Anfang an
 An diesem Wochenende lernen Sie auf spielerischer Art und Weise und ohne Leistungsdruck die Grundlagen des Zeichnens. Sie probieren verschiedene Materialien und Techniken aus und entdecken Ihre eigene Handschrift. Dieser Kurs ist perfekt für Menschen ohne Vorerfahrung, insbesondere für all diejenigen, die in der Schule den Kunstunterricht gehasst haben oder denen gesagt wurde, sie hätten „kein Talent“. Hier bekommen sie endlich eine neue Chance.
 Bitte mitbringen: 1 Klemmbrett (A4), 3 Bleistifte (H, B2, B6), 1 Bleistiftspitzer
 Weiteres Material wird von der Dozentin mitgebracht (Materialkosten 6 EUR, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden).

Büchen ■ **6655** Wochenendseminar
 Jean Lennox
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
 Samstag, 25.03.23, 10:00-16:00 Uhr,
 Sonntag, 26.03.23, 10:00-16:00 Uhr
 62,11 EUR; erm. 45,31 EUR, zzgl. Materialkosten von 6 EUR, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden.
 10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung bis zum 11.03.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Einfach zeichnen mit Stift und Pinsel
Für fortgeschrittene Anfänger
 Das Zeichnen mit Stift und Pinsel (Pen and Brush) erfreut sich immer größere Beliebtheit. Es geht dabei um eine Kombination aus Zeichnen und Aquarellieren und es eignet sich besonders gut für schnelle Zeichnungen. Wir werden verschiedene Materialien und Techniken ausprobieren und Sie werden schnell Erfolgserlebnisse haben. Sie werden auch garantiert Spaß haben. Wenn das Wetter es erlaubt, werden wir auch teilweise nach Draußen gehen und das bunte Leben der Stadt Bonn festhalten.
 Bitte mitbringen: 1 Klemmbrett (A4)
 Weiteres Material wird von der Dozentin mitgebracht (Materialkosten 6 EUR, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden).

Büchen ■ **6656** Wochenendseminar
 Jean Lennox
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50
 Samstag, 06.05.23, 10:00-16:00 Uhr,
 Sonntag, 07.05.23, 10:00-16:00 Uhr
 62,10 EUR; erm. 45,30 EUR, zzgl. Materialkosten von 6 EUR, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden.
 10 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung bis zum 22.04.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Freies Malen, Zeichnen und Experimentieren in Mischtechniken Von der Naturstudie zum abstrakten Bild

In diesem Seminar lernen wir verschiedene Zeichentechniken mit Bleistift, Kohle, Kreide und Feder bis hin zur Ausführung eigener Bildideen in Aquarell, Acryl und Pastell kennen. Ob Anfänger oder Geübter, jeder hat eine individuelle Ausdrucksweise und jeder entwickelt seine eigenen Vorlieben für die Mal- und Zeichenmaterialien. Unter fachlicher Anleitung kann in diesem Seminar auch Neues ausprobiert werden, z.B. Mischtechniken, wie Frottage, Collage oder Monotypie (Einmaldruck). Über Naturstudien und Malen von Stillleben bieten sich die Möglichkeiten, eigene Bildvorstellungen zu entwickeln und Wege zur Abstraktion zu öffnen. Es können auch Anregungen von Vorbildern aus der Kunstgeschichte und der zeitgenössischen Kunstbetrachtung aufgegriffen werden.

Bitte vorhandene Mal- und Zeichenmaterialien mitbringen. Bei Bedarf stehen auch Materialien zur Verfügung, Abrechnung nach Verbrauch direkt mit der Dozentin (ca. 5,00 EUR). Auf Wunsch kann die Kursleiterin vor dem Seminar (über E-Mail) mit Ihnen in Kontakt treten.

6658 Wochenendseminar
Petra Siering
Samstag, 04.03.23, 10:00-16:00 Uhr,
Sonntag, 05.03.23, 10:00-16:00 Uhr
99,38 EUR; erm. 71,40 EUR, zzgl.
5,00 EUR Materialkosten, die direkt
an die Dozentin zu entrichten sind
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
18.02.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Stilleben in Europa Ein Crossover von Zeichnen und Malen für Anfänger und Fortgeschrittene

Was macht die tote Fliege im Bild? Die Lilie? Das Messer? Wohin zeigt die Tischkante? Woher kommt das Licht? Warum zeichne ich nicht mit Kuli vor? Oder Textmarker? Was sagt die Farbe Grün, was Violett? ... Wir erforschen die Bedeutung der Dinge, den Gebrauch der Farben, benutzen die unterschiedlichsten Malmaterialien und Zeichengeräte, basteln uns Sehhilfen und lernen Aufbau, Komposition, Perspektive und Lichtführung eines spannenden Stilllebens. Küchen-, Jagd-, Blumen- und Arbeitsstilleben werden neu erdacht.



Bringen Sie Ihre Mal- und Zeichenu-tensilien mit - alles ist möglich, alles erlaubt. Tragen Sie beim Malen bitte alte Kleidung oder einen Malkittel wegen eventueller Farbpflecken. Materialkostenabrechnung je nach Verbrauch direkt mit der Dozentin, ca. 20-25 EUR.

Am 08.05.2023 kein Unterricht!

6659 Kurs
Elisabeth Bille
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61
(Kunstraum)
Montags 17.04.-05.06.23,
15.00-17.15 Uhr, 5 Nachmittage
71,80 EUR; erm. 52,09 EUR, zzgl.
Materialkosten ca. 20-25 EUR, abzu-
rechnen mit der Dozentin (auf Mate-
rialkosten keine Ermäßigung mög-
lich!)
8 - 10 Teilnehmende

Am 08.05.2023 kein Unterricht!
Schriftliche Stornierung nur bis
03.04.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Ferienkompaktkurs: Hinter Mauern ein Paradies Zeichnen und Malen auf dem alten Friedhof in Bonn

Im grünen Schatten der Bäume folgen wir den Spuren von Künstlern, Philosophen und Musikern. Wir erforschen die Grundzüge von Proportion und Perspektive. Landschaft, Architektur, Skulptur und Portrait sind unsere Motive. Der Goldene Schnitt, die Ornamente und Muster der Antike werden uns beschäftigen, sowie die revolutionäre Aufbruchzeit des 18. und 19. Jahrhunderts mit ihren tollen Persönlichkeiten.

Bitte mitbringen: Sitzkissen oder Stühlchen, Zeichen- oder Malmaterial. Tragen Sie beim Malen bitte alte Kleidung oder einen Malkittel wegen

eventueller Farbpflecken. Bei Bedarf steht auch weiteres Material von der Dozentin zur Verfügung das direkt mit der Dozentin abgerechnet wird, ca. 20 - 25 EUR. Wir treffen uns am Haupteingang zum Alten Friedhof.

6660 Kurs
Elisabeth Bille
Treffpunkt: Alter Friedhof, Hauptein-
gang
Montag, 24.07. bis Donnerstag,
27.07.23, 10.00-13.00 Uhr,
4 Vormittage
76,98 EUR; erm. 57,16 EUR, zzgl.
Materialkosten ca. 20 - 25 EUR, ab-
zurechnen mit der Dozentin (auf Ma-
terialkosten keine Ermäßigung mög-
lich!)
8 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
10.07.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Tiger, Kraniche, schöne Frauen Tusche- und Aquarellmalerei im Japanischen Garten

Tiger findet man hier nicht, aber Kraniche und schöne Frauen. In dem wunderschönen, geschlossenen Garten mit Teichen, Wasserfällen, kleinen verschlungenen Wegen, Vögeln und Schildkröten wird die fremde, geheimnisvolle Gartenlandschaft auf feine Japanpapiere mit selbst geriebener Tusche und Aquarellfarben eingefangen. Auf dem großen Schieferstein wird Stangentusche in langsamen Bewegungen gerieben. So entstehen Schwarzwerte in allen Tonstufen. Mit Rohfeder und Tuschepinsel werden konzentrierte und leichte Bilder erzeugt. Ein kleines Täfelchen mit dem Künstlernamen oder einem weisen Spruch, gedruckt in Zinnoberrot auf das fertige Blatt, ist ein Hingucker und gibt Auskunft.

Bitte mitbringen: Mappe für fertige Arbeiten, Aquarellkasten und Pinsel falls vorhanden. Tragen Sie beim Malen bitte alte Kleidung oder einen Malkittel wegen eventueller Farbpflecken.

Materialkostenabrechnung je nach Verbrauch direkt mit der Dozentin für Tusche, Rohfeder, Japanpapier ..., ca. 20-25 EUR.

Büchen ■ **6661** Wochenendseminar
 Elisabeth Bille
 Treffpunkt: Eingang Japanischer Garten, Rheinaue, 53113 Bonn
 Samstag, 03.06.23, 10:00-17:30 Uhr,
 Sonntag, 04.06.23, 10:00-17:30 Uhr
 77,24 EUR; erm. 57,64 EUR, zzgl. Materialkosten ca. 20 - 25 EUR, abzurechnen mit der Dozentin (auf Materialkosten keine Ermäßigung möglich!)
 10 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis 20.05.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Mit dem Art-Journal ins Hier und Jetzt

Im Art-Journal kann als visuelles Tagebuch sichtbar werden, was im Alltag bewegt. Die Freude zu gestalten und die Begeisterung für Unvorhergesehenes machen es zu einer Inspirationsquelle, die wir für uns (wieder-)entdecken. In entspannter Atmosphäre widmen wir uns dem Raum, der sich auf den Seiten des Art-Journals öffnet. Achtsamkeits- und thematische Impulse tragen dazu bei, mit frischem Blick immer wieder neu zu beginnen. Techniken und Herangehensweisen aus den Bereichen Collage, Farbauftrag/Acryl, Zeichnen und Schrift werden vorgestellt und erprobt. Dabei steht die Entwicklung des eigenen Ausdrucks im Vordergrund. Für entsprechenden Freiraum empfiehlt sich, in mehreren Art-Journals parallel zu arbeiten. Bitte mitbringen: A4-Papier, einen wasserfesten schwarzen Stift und, wenn vorhanden, begonnene Art-Journale. Vorhandenes Material entsprechend der eigenen Vorlieben ist willkommen, weiteres Material wird von der Kursleiterin gestellt. Ein Un-

Anzeige

kostenbeitrag von 5-8 € entsprechend der individuellen Nutzung ist an die Kursleiterin direkt zu entrichten.

Büchen ■ **6676** Kurs
 Beatrix Schulte
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)
 Montags 30.01.-06.03.23,
 18.00-21.00 Uhr, 5 Abende
 106,10 EUR; erm. 76,10 EUR, zuzüglich 5-8 EUR Materialkosten, abzurechnen mit der Dozentin
 7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis 16.01.2023, 12.00 Uhr möglich!

Büchen ■ **6677** Wochenendseminar
 Beatrix Schulte
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)
 Samstag, 06.05.23, 10:00-15:30 Uhr,
 Sonntag, 07.05.23, 10:00-15:30 Uhr
 76,10 EUR; erm. 55,10 EUR, zuzüglich 5-8 EUR Materialkosten, abzurechnen mit der Dozentin
 7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis 22.04.2023, 12.00 Uhr möglich!

Grafik

Druckgrafik: Radierung und ihre Nebentechniken Für Anfänger und Fortgeschrittene

Für eine kleine Gruppe von Teilnehmenden besteht das Angebot, unter künstlerischer Anleitung die Techniken der Radierung im Künstleratelier kennen zu lernen und anzuwenden. Zeichnerische Motive werden in den Tiefdrucktechniken wie z.B. Ätzradierung, Kaltadel, Aquatinta und

Weichgrund umgesetzt und in kleinen Auflagen gedruckt. Auch Anfänger erleben hier die Faszination, eine Zeichnung auf einer Zinkplatte in verschiedenen Variationen als Originalgrafik in der Druckpresse zu vervielfältigen.

Bitte Zeichenpapier, Bleistift, feine (preiswerte) Haarpinsel, spitze Radieradel (Fachhandel), Lappen, dünne Handschuhe und alte Zeitungen mitbringen. Materialkostenabrechnung je nach Verbrauch direkt mit der Dozentin, ca. 20,00 EUR.

Büchen ■ **6684** Wochenendseminar
 Petra Siering
 Samstag, 25.03.23, 10:00-16:00 Uhr,
 Sonntag, 26.03.23, 10:00-16:00 Uhr
 99,38 EUR; erm. 71,40 EUR, zzgl. 20,00 EUR Materialkosten, die direkt an die Dozentin zu entrichten sind
 6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis 11.03.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Experimentelle Druckgrafik: Hochdruck - Holzschnitt - Linolschnitt - Materialdruck

Mit Beiteln und Messern schneiden wir Motive und Muster in verschiedene Materialien. Alles, was stehen bleibt, druckt nachher. Farbwalzen färben die Grate und Flächen. Mit Reibern und Falzbeinen bedrucken wir dann Papier oder Stoff. Der Phantasie ist keine Grenze gesetzt, auch im Holz findet man schon die schönsten Muster in der Maserung. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Bitte bringen Sie Arbeitskleidung mit. Materialkostenabrechnung je nach Verbrauch direkt mit der Dozentin, ca. 20-25 EUR für Holz, Papier, Farben, Werkzeuge ...

**NACHHALTIG DENKEN IST GUT.
 NACHHALTIG HANDELN NOCH BESSER.**

Dies beginnt in unserer Nachbarschaft. Denn als Familienunternehmen sind wir in der Region zu Hause und leisten hier unseren Beitrag. Wir möchten dich anregen, dich mit uns zusammen zu engagieren – für Natur, Mensch und die Region.

NUR MIT DIR SIND WIR 100% KNAUBER®

knauber.de



- 1 Politik, Wissenschaft und Internationales
- 2 Lebenseinstellung Lernen
- 3 Fremdsprachen
- 4 Deutsch und Integration
- 5 Beruf, IT und Digitales
- 6 Kultur und Kunst
- 7 Gesundheit und Ernährung
- 8 Service

Büchen ■ **6685** Wochenendseminar
 Elisabeth Bille
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61
 (Kunstraum)
 Samstag, 04.03.23, 10:00-16:00 Uhr,
 Sonntag, 05.03.23, 10:00-16:00 Uhr
 84,18 EUR; erm. 60,76 EUR, zzgl.
 ca. 20-25 EUR Materialkosten, die
 direkt an die Dozentin zu entrichten
 sind
 8 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
 18.02.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Kalligrafie

Shodo - Die Kunst der japanischen Kalligrafie für Anfänger

Dieser Kurs widmet sich der traditionellen japanischen Kalligrafie, also der Kunst des Schönschreibens. Die Kalligrafie ist in Japan eine der ältesten traditionellen Kunstformen, bei der die eigene Konzentration und meditative Stille eine große Rolle spielen. Grundkenntnisse der japanischen Kalligrafie, dem »Weg der Schrift« werden von der Dozentin mit Papier, Tusche und Pinsel vermittelt. Sie können die nötigen Materialien wie Papier, Tinte, Unterlage und Pinsel entweder selbst besorgen und mitbringen, von der Dozentin ausleihen oder alles zusammen als Set ihr vor Ort erwerben. Die Materialkosten für die Ausleihe (6 EUR) oder für das Set (40 EUR) können direkt vor Ort mit der Dozentin abgerechnet werden.

Büchen ■ **6697** Kurs
 Takayo Yamamoto-Reich
 VHS, Am Michaelshof 2, Atelier
 Dienstags 07.03.-09.05.23,
 18.30-20.00 Uhr, 8 Abende
 80,50 EUR; erm. 58,18 EUR, zzgl.
 Materialkosten in Höhe von 6 EUR
 bei Ausleihe oder 40 EUR, die direkt
 bei der Dozentin zu entrichten sind
 7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis zum
 21.02.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Shodo - Die Kunst der japanischen Kalligrafie für Anfänger und Anfänger mit leichten Vorkenntnissen

Was ist Kalligraphie? Dieser Kurs widmet sich der traditionellen japanischen Kalligrafie, also der Kunst des Schönschreibens. Die Kalligrafie ist in Japan eine der ältesten traditionellen Kunstformen, bei der die eigene Konzentration und meditative Stille eine große Rolle spielen.

In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen der Kalligraphie und arbeiten sich bis zum fertigen Werk vor. Sie werden nie wieder aufhören wollen, Kalligraphie anzuwenden und Ihr Können auszubauen.

Sie können die nötigen Materialien wie Papier, Tinte, Unterlage und Pinsel entweder selbst besorgen und mitbringen, von der Dozentin ausleihen oder alles zusammen als Set ihr vor Ort erwerben. Die Materialkosten für die Ausleihe (6 EUR) oder für das Set (40 EUR) können direkt vor Ort mit der Dozentin abgerechnet werden.



Büchen ■ **6699** Wochenendseminar
 Takayo Yamamoto-Reich
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61
 (Kunstraum)
 Samstag, 25.03.23, 13:00-17:00 Uhr,
 Sonntag, 26.03.23, 13:00-17:00 Uhr
 59,45 EUR; erm. 43,44 EUR, zzgl.
 Materialkosten in Höhe von 6 EUR
 bei Ausleihe oder 40 EUR, die direkt
 bei der Dozentin zu entrichten sind
 7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
 22.10.2022, 12.00 Uhr, möglich!

Wochenendakademie

Wochenendakademie In Verbindung mit der Künstlergruppe Semikolon

Die Künstler leiten zu eigenem Gestalten in folgenden Bereichen an: Radierung, Linol- und Holzschnitt sowie kreative Drucktechniken, Malen und Zeichnen in den verschiedenen Techniken, z.B. Öl, Aquarell, Dispersions, Acryl, Bleistift, Farbstift, Pastell; dreidimensionales Gestalten mit Ton, Holz, Gasbeton, Alabaster, Speckstein usw.. Stilistisch werden je nach Teilnehmerwunsch genaues Naturstudium, Abstraktion, phantastische Kombination, ungegenständliches Arbeiten oder experimentelle Verfahren vermittelt. Die Teilnehmenden bestimmen ihre Arbeitszeit innerhalb des genannten Zeitraumes selbst und können jederzeit auch in andere Arbeitsbereiche überwechseln. Für die Druckgrafik bestehen nur begrenzte Plätze!

Büchen ■ **6701** Wochenendakademie
 Erika C. Kömpel
 Kulturzentrum Hardtberg, Atelier, Röchusstr. 276, 53123 Bonn
 Samstags 04.03.-25.03.23,
 9.00-14.00 Uhr, 4 Tage
 95,90 EUR; erm. 70,70 EUR
 10 - 18 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
 18.02.2023, 12.00 Uhr möglich!

Büchen ■ **6702** Wochenendakademie
 Erika C. Kömpel
 Kulturzentrum Hardtberg, Atelier, Röchusstr. 276, 53123 Bonn
 Samstags 22.04.-13.05.23,
 9.00-14.00 Uhr, 4 Tage
 95,90 EUR; erm. 70,70 EUR
 10 - 18 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
 08.04.2023, 12.00 Uhr möglich!

Plastisches Gestalten

Plastisches Gestalten und Modellieren mit Ton Für Anfänger und Fortgeschrittene

Ton ist ein Material, das sich hervorragend eignet, um seiner Kreativität und Phantasie freien Lauf zu lassen und die unterschiedlichsten Gegenstände anzufertigen. Aus Ton werden z.B. Terrakottgefäße aufgebaut und glasiert, außerdem bildhauerische Arbeiten wie Plastiken, Reliefs und Portraits modelliert. Das Herstellen von Gegenständen aus Keramik ist

eine der ältesten Handwerkstechniken überhaupt. Das Individuelle, das Besondere hat nur, wer selbst töpfer. Persönliche Neigungen werden dabei entdeckt und vertieft.

Der Kurs vermittelt die dazu erforderlichen Techniken und bietet einen vielseitigen Einblick in das Berufsfeld eines Töpfers. Neben ausführlichen Informationen über die Grundlagen des Modellierens werden verschiedene Tonarten und ihre Eigenschaften, sowie verschiedene Techniken - Aufbau, Plattentechnik, Schrühbrand, Glasurtechnik, Glasurbrand - nähergebracht. Die Teilnehmer lernen Gefäße, Skulpturen, Wandbilder, Gebrauchsgegenstände in Keramik herstellen, glasieren und brennen.

Die im Kurs anfallenden Materialkosten pro Person für Ton und Brenngelbst wurden in das Kursentgelt aufgenommen.

Zusätzliche Materialkosten z.B. für Glasuren (ab ca. 15 EUR) sind direkt bei der Dozentin zu entrichten.



Bildhauerei in Ton - Modellieren eines Kopfes

für Anfänger und Fortgeschrittene

Das Modellieren eines menschlichen Kopfes ist die beste Möglichkeit, wichtige bildhauerische Begriffe wie Konturlinie, Volumen, Fläche, Erhebung, Vertiefung und Ausdruck an einem Objekt zu studieren, das wir zu kennen glauben, und so wichtige Grundlagen der Bildhauerei zu erlernen.

Wir schauen zwar täglich in viele Gesichter, aber dennoch fällt es uns schwer ein Gesicht aus dem Gedächtnis nachzubilden. In diesem Kurs lernen wir nicht nur das Modellieren eines Kopfes und eines Gesichtes, sondern auch das genaue Hinsehen und das Beobachten.

Bereits im Kurs betrachten die Teilnehmenden Augen, Lippen, Ohren, Nasen und suchen nach Informationen. Wir werden mit speziellem Bildhauerton einen ca. lebensgroßen Kopf arbeiten. Dieser Ton zeichnet sich nicht nur durch gute Verarbeitungseigenschaften aus, sondern auch durch die gute Trocken- und Brennfähigkeit. Das qualifiziert ihn für sämtliche Bildhauerarbeiten.

Sämtliche Werkzeuge, Modellierbretter, Wasserbehälter usw. werden vom Dozent leihweise zur Verfügung gestellt.

Für einen Kopf (lebensgroß) werden ca. 12-15 kg Bildhauerton benötigt, der vom Dozenten mitgebracht und direkt mit ihm abgerechnet wird (1,50 EUR/kg, insgesamt ca. 18,00-22,50 EUR).

■ 6722 Wochenendseminar

Peter Marth
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)
Samstag, 11.03.23, 10:00-16:00 Uhr,
Sonntag, 12.03.23, 10:00-16:00 Uhr
100,72 EUR; erm. 76,23 EUR
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
26.02.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Glaskunst

Glas-Fusing: Glas und Farbe

Im Kurs „Glas und Farbe“ erhalten Sie eine fachkundige Einführung in die älteste und zugleich jüngste aller Glastechniken: Glasverschmelzung (Glas-Fusing). Anfänger sind stets willkommen, ebenso Fortgeschrittene. Lernen Sie das Glas von seiner farbigsten Seite kennen. Vom Modeschmuck über Gebrauchsglas bis zu Fensterbild und Glasskulptur reichen die angebotenen Themen. Wählen

■ 6716 Kurs

Eva Ademi
Kulturzentrum Hardtberg, Souterrain,
Rochusstr. 276, 53123 Bonn
Montags 30.01.-20.03.23,
17.30-20.30 Uhr, 7 Abende
162,24 EUR; erm. 125,45 EUR, Zusätzliche Materialkosten z.B. für Glasuren (ab ca. 15 EUR) sind direkt bei der Dozentin zu entrichten.
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
16.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!

■ 6717 Kurs

Eva Ademi
Kulturzentrum Hardtberg, Souterrain,
Rochusstr. 276, 53123 Bonn
Montags 27.03.-05.06.23,
17.15-20.15 Uhr, 7 Abende
162,24 EUR; erm. 125,45 EUR, Zusätzliche Materialkosten z.B. für Glasuren (ab ca. 15 EUR) sind direkt bei der Dozentin zu entrichten.
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
13.03.2023, 12.00 Uhr, möglich!

■ 6718 Kurs

Eva Ademi
Kulturzentrum Hardtberg, Souterrain,
Rochusstr. 276, 53123 Bonn
Dienstags 31.01.-21.03.23,
17.00-20.00 Uhr, 7 Abende
162,24 EUR; erm. 125,45 EUR, Zusätzliche Materialkosten z.B. für Glasuren (ab ca. 15 EUR) sind direkt bei der Dozentin zu entrichten.
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
17.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!

■ 6719 Kurs

Eva Ademi
Kulturzentrum Hardtberg, Souterrain,
Rochusstr. 276, 53123 Bonn
Dienstags 28.03.-23.05.23,
17.00-20.00 Uhr, 7 Abende
162,24 EUR; erm. 125,45 EUR, Zusätzliche Materialkosten z.B. für Glasuren (ab ca. 15 EUR) sind direkt bei der Dozentin zu entrichten.
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
14.03.2023, 12.00 Uhr, möglich!

■ 6720 Kurs

Eva Ademi
Kulturzentrum Hardtberg, Souterrain,
Rochusstr. 276, 53123 Bonn
Donnerstags 02.02.-23.03.23,
17.00-20.00 Uhr, 7 Abende
162,24 EUR; erm. 125,45 EUR, Zusätzliche Materialkosten z.B. für Glasuren (ab ca. 15 EUR) sind direkt bei der Dozentin zu entrichten.
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
19.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!

■ 6721 Kurs

Eva Ademi
Kulturzentrum Hardtberg, Souterrain,
Rochusstr. 276, 53123 Bonn
Donnerstags 30.03.-01.06.23,
17.00-20.00 Uhr, 7 Abende
162,24 EUR; erm. 125,45 EUR, Zusätzliche Materialkosten z.B. für Glasuren (ab ca. 15 EUR) sind direkt bei der Dozentin zu entrichten.
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
16.03.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Sie Ihr Thema selber aus. Oder lassen Sie sich anregen bei der Arbeit in einer kreativen Atmosphäre. Materialkosten entstehen nach Verbrauch (45 EUR je Kilo Glas). Werkzeuge können im Kurs entliehen oder erworben werden. Falls vorhanden, bitte mitbringen: Glasschneider, wasserlöslicher Filzschreiber, Zeichenpapier, Putztuch. Da der VHS Bonn kein Glasschmelzofen zur Verfügung steht, wird die Verschmelzung des Glases durch den Dozenten in seinem Ofen durchgeführt, die fertigen Glasobjekte können zu einer gemeinsam vereinbarten Nachbesprechung abgeholt werden.

6745 Kurs
Dr. Wolfgang Schmölders
VHS, Kirchplatz 6, Raum E.01
Freitag, 24.02.23, 14:00-18:30 Uhr
42,30 EUR; erm. 36,00 EUR, zzgl. Materialkosten von 45 EUR je Kilo Glas, die direkt mit dem Dozenten abzurechnen sind.
10 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis 10.02.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Buchbinden



Buchbinden für Anfänger - Vom Blatt zum Buch

Ein Kurs für tatendurstige und kreative Buchliebhaber - lernen Sie die alten Techniken des klassischen Buchbindens kennen! Sie werden mit den traditionellen Buchbindearten vertraut gemacht, die mit wenig Aufwand auch ganz einfach zu Hause durchgeführt werden können. Als Übungen vorab falzen Sie ein Leporello und üben dabei auch das Beziehen der Deckel. Anschließend binden Sie ein Heft, quasi ein Buch aus einer Lage als Broschur, mit flexiblen Deckel. Danach werden Sie aus gefalzten Blättern Ihr eigenes Buch in Fadenheftung fertigen und einen festen Einband in Glanzleinen herstellen. Alternativ können wir auch ein von Ihnen geliebtes Buch neu und/oder kreativ aufbinden. Der Aufbau des Buches, also des Buch-

blocks und der Buchdecke, wird Ihnen Schritt für Schritt erläutert. Mitzubringen sind: Nähadeln mit großem Nadelöhr, Schere, langes Lineal, Bleistift, Cutter oder Teppichmesser und (falls vorhanden) Falzbein. Der Kurs findet in einer voll ausgestatteten Handwerksbuchbinderei statt. Für das verwendete Material wird ein Kostenbeitrag in Höhe von 25 EUR erhoben, der direkt vor Ort mit dem Dozent abgerechnet wird. In der einstündigen Mittagspause kann man sich auch gerne ein Essen warm machen und einen Kaffee oder Tee trinken.

6763 Wochenendseminar
Wilfried Mandt
Buchbinderei Hennemann, Heilsbachstraße 24, 53123 Bonn Duisdorf
Samstag, 22.04.23, 10:00-17:00 Uhr
Sonntag, 23.04.23, 10:00-17:00 Uhr
92,66 EUR; erm. 66,69 EUR, zzgl. 25 EUR Materialkosten, die direkt bei dem Dozent zu entrichten sind
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis 08.04.2023, 12.00 Uhr, möglich!

6764 Wochenendseminar
Wilfried Mandt
Buchbinderei Hennemann, Heilsbachstraße 24, 53123 Bonn Duisdorf
Samstag, 20.05.23, 10:00-17:00 Uhr
Sonntag, 21.05.23, 10:00-17:00 Uhr
92,66 EUR; erm. 66,69 EUR, zzgl. 25 EUR Materialkosten, die direkt bei dem Dozent zu entrichten sind
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis 08.04.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Papierkunst

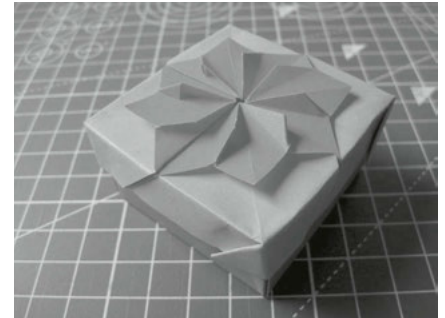
2000 Jahre Papier Papier schöpfen und färben

Aus Pflanzenfasern, Leim, Kreide, Kaolin, Pigmenten, Blättchen, Blüten, Duftstoffen, Gewürzen, Konfetti, edler Spitze und Vogelfedern schöpfen wir nach alten und neuen Rezepten Papier. Daneben färben wir Papier wie die Venezianer und Türken mit den schönsten gekämmten Mustern.

Bringen Sie bitte Arbeitskleidung, Handschuhe und Material zum Einschöpfen mit: Federn, Pflanzen, Tee, Fäden, zerrissene Liebesbriefe, ... Materialkosten werden je nach Verbrauch direkt mit der Dozentin abgerechnet (ca. 20-25 EUR für Material, Farben, Werkzeuge, ...)

6772 Wochenendseminar
Elisabeth Bille
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)
Samstag, 25.02.23, 10:00-16:00 Uhr
Sonntag, 26.02.23, 10:00-16:00 Uhr
87,10 EUR; erm. 63,68 EUR, zzgl. 20-25 EUR Materialkosten die direkt bei der Dozentin zu entrichten sind
8 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis 11.02.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Origami: Die Kunst des Japanischen Papierfaltens

Mit Berg- und Talfalten formen wir schöne Dinge aus Papier: Mappe, Briefumschlag, geheimnisvolles Kästchen, Pop-Up-Überraschung, Spiralen, Blüten, Schmetterlinge und viele nützliche und unnütze Dinge. Papier wird von der Dozentin mitgebracht. Die Materialkosten betragen ca. 20-25 EUR und werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Bitte mitbringen:

Bleistift, Lineal, Cutter, Schere, Falzbein (falls vorhanden), Schneidunterlage aus Kunststoff oder einfache Pappe

6778 Kurs
Elisabeth Bille
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50
Montags 30.01.-27.03.23,
15.00-17.15 Uhr, 8 Nachmittage
99,70 EUR; erm. 71,62 EUR, zzgl. 20-25 EUR Materialkosten, die direkt bei der Dozentin zu entrichten sind
10 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis 16.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Textiles Gestalten

Schneidern und Nähen - Voll im Trend

Kleine Nähschule für Anfänger

Möchten Sie gerne unter Anleitung das Nähen richtig erlernen? An diesem Wochenende wird die Dozentin Ihnen zu Beginn des Kurses eine kleine Einführung in die Nähmaschine geben und dann anhand eines Taschenmodells verschiedene Verarbeitungstechniken und Begriffe vermitteln. Am Ende werden Sie in der Lage sein, Nähanleitungen deutlich besser zu verstehen und umzusetzen.

Es wird in diesem Kurs eine große gefütterte Beuteltasche genäht, mit Reißverschluss tasche im Futter. Den Schnitt für dieses Taschenmodell bringt die Dozentin für jeden mit. Bitte selber zu Kursbeginn mitbringen:

Kleinen Ordner/Schnellhefter, Oberstoff 80 x 150 cm, Futterstoff Baumwollstoff 90 x 110 cm, Einlage für den Oberstoff 100 x 120 cm, Reißverschluss für die Innentasche 20 cm, passendes Garn, Stecknadeln, Nähnadeln, Maßband, Schneiderkreide, Geodreieck möglichst 30 cm groß, Papierschere, Stoffschere, kleine spitze Schere und einen Bleistift.

Büchen

■ **6780** Wochenendseminar
Vera Andernach
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Samstag, 04.03.23, 10:00-17:00 Uhr,
Sonntag, 05.03.23, 10:00-17:00 Uhr
83,62 EUR; erm. 60,36 EUR
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
19.02.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Schneidern und Nähen - voll im Trend Für Anfänger und Fortgeschrittene

Möchten Sie gerne unter Anleitung oder mit Unterstützung einer Schneidermeisterin Ihr Wunschprojekt realisieren? Ob Sie bereits Nähen können

oder es gerne lernen möchten, hier sind Sie richtig. Die Kursabende werden Sie dafür nutzen können Ihr neues Kleid, Bluse, Hose, Tasche, ... zu nähen. Gerne können Sie auch Ihr Lieblingskleidungsstück mitbringen. Die Dozentin zeigt Ihnen wie Sie davon einen Schnitt abnehmen können.

Bitte zur 1. Stunde mitbringen: Schnittmuster oder Lieblingsteil, Stoff, wenn Sie schon wissen, was Sie machen möchten, Seidenpapier oder Kopierfolie, Stoffschere, Kopierpapier, Papierschere, Bleistift, Näh- und Stecknadeln, Schneiderkreide und Maßband.

Wer eine eigene Nähmaschine besitzt kann diese gerne mitbringen.

Büchen

■ **6781** Kurs
Vera Andernach
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Freitags 03.02.-31.03.23,
18.00-20.45 Uhr, 8 Abende
177,09 EUR; erm. 125,79 EUR
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
20.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Büchen

■ **6782** Kurs
Vera Andernach
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.48
Dienstags 18.04.-06.06.23,
18.00-20.45 Uhr, 7 Abende
155,76 EUR; erm. 110,86 EUR
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
04.04.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Büchen

■ **6783** Kurs
Vera Andernach
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Freitags 21.04.-16.06.23,
18.00-20.45 Uhr, 7 Abende
155,76 EUR; erm. 110,86 EUR
6 - 6 Teilnehmende

Am 19.05.2023 kein Unterricht!
Schriftliche Stornierung nur bis
07.04.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Schneidern und Nähen: Problemlösungen Für Anfänger und Fortgeschrittene

Sie möchten ein angefangenes Projekt beenden, benötigen aber nur noch zwei oder drei Stunden dafür? Oder Sie brauchen Hilfe beim Abkreiden von Säumen, Abstecken von Paßform oder Hilfe bzw. Anleitung bei einem etwas komplizierteren Stück? Mit der Unterstützung einer Schneidermeisterin haben Sie die Möglichkeit an einem Wochenende ein oder mehrere Probleme bei Ihren Nähprojekten in Angriff zu nehmen ohne einen Kurs über mehrere Termine buchen zu müssen.

Wer eine eigene Nähmaschine besitzt kann diese gerne mitbringen.

Büchen

■ **6784** Wochenendseminar
Vera Andernach
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55
Samstag, 06.05.23, 10:00-17:00 Uhr,
Sonntag, 07.05.23, 10:00-17:00 Uhr
99,86 EUR; erm. 71,73 EUR
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
22.04.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Handarbeitstechniken neu gedacht - Stricken und Häkeln für Anfänger

Etwas Handgemachtes ist in Zeiten von Billig- und Wegwerfprodukten nicht nur individuell, sondern auch nachhaltig. In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden die grundlegenden Maschen im Stricken und Häkeln. Bitte bringen Sie folgende Materialien zum Kurs mit:

- Sockenwolle, 4-fädig, uni (helle Farben), Material meist Mischung Wolle und Polyamid (zur Orientierung: 100 g Wolle soll eine Lauflänge von ca. 420 m haben (siehe Wollbänderole))
- Stricknadeln Bambus, Stärke 3 oder 3,5, entweder Nadelspiel (5 Nadeln, Länge 20 cm) oder Rundstricknadel
- Baumwollgarn für Topflappen, helle Farben (zur Orientierung: 25 g Wolle soll eine Lauflänge von ca. 57 m haben (siehe Wollbänderole))
- Häkelnadel Metall, Stärke 3, 3,5 oder 4 (Angaben auf der Wollbänderole beachten)

Büchen

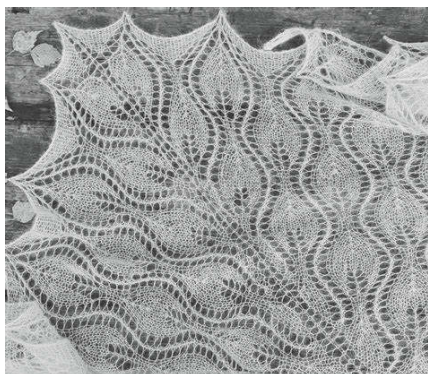
■ **6788** Wochenendseminar
Stephanie Schuler-Gundelach
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50
Samstag, 11.03.23, 10:00-13:00 Uhr,
Sonntag, 12.03.23, 10:00-13:00 Uhr
42,58 EUR; erm. 32,36 EUR
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
25.02.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Lace-Muster stricken Die Kunst Spitze zu stricken

Die aus feinsten Wolle gestrickten durchbrochenen Muster eignen sich für Tücher, Schals und mehr. Durch die Muster ist das Gestrickte leicht und doch wärmend, gut auch als Accessoire im Sommer geeignet. Sie lernen die Muster zu lesen, Umschläge und Noppen zu stricken sowie das richtige Spannen und Pflegen der geschaffenen Kostbarkeiten. Die Teilnehmer sollten etwas Strickerfahrung haben. Folgendes Material bitte mitbringen:



- Lace-Rundstricknadeln Metall mit 60-cm-Seil und guter Spitze, Stärke 3 oder 3,5
- feine Wolle (50 g = 400 m Lauflänge), alternativ: 4-fädige Sockenwolle (wird nicht ganz so weich und fein)
- Stopfnadel mit großem Ohr, Schere, Notizzettel und Stift

Büchen ■ **6789** Wochenendseminar
Stephanie Schuler-Gundelach
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50
Samstag, 03.06.23, 10:00-14:00 Uhr,
Sonntag, 04.06.23, 10:00-14:00 Uhr
55,00 EUR; erm. 41,05 EUR
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
20.05.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Socken stricken lernen

Mit etwas Grundkenntnissen im Stricken lernen Sie auf einem Nadelspiel (5 Nadeln), wie man Schaft, Ferse und Spitze eines Strumpfes strickt. Dazu gibt es Tipps zu Anschlägen, Bündchen und Mustern. Die Teilnehmenden sollten rechte und linke Maschen stricken können.

Büchen ■ **6790** Wochenendseminar
Stephanie Schuler-Gundelach
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50
Samstag, 04.03.23, 10:00-14:00 Uhr,
Sonntag, 05.03.23, 10:00-14:00 Uhr
55,00 EUR; erm. 41,05 EUR, zzgl.
Materialkosten in Höhe von 5 EUR
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
18.02.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Strickprojekt nach dem Anfängerkurs Wir stricken ein Dreieckstuch

Dieser Kurs richtet sich an alle, die in den Kursen von Frau Schuler-Gundelach bereits Grundkenntnisse erworben haben und diese an einem Projekt nun vertiefen möchten. Auch externe Teilnehmer*innen mit Grundkenntnissen sind herzlich willkommen.

Wir stricken gemeinsam ein kleines

Dreieckstuch. Dabei lernen wir etwas über den Aufbau eines solchen Strickprojektes, Strickmuster lesen und - wer möchte - kleine, einfache Muster einstricken.

Folgendes Material bitte mitbringen: Sockenwolle (4-fädig), Rundstricknadel mit 60-cm-Seil in Stärke 3 oder 3,5, Stopfnadel mit großem Ohr, Schere, Notizzettel und Stift

Büchen ■ **6791** Workshop
Stephanie Schuler-Gundelach
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50
Mittwoch, 11.01.23, 18:00-20:00 Uhr
20,92 EUR; erm. 17,19 EUR
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
28.12.2022, 12.00 Uhr, möglich!



Häkelpjekt nach dem Anfängerkurs Wir häkeln Topflappen

Dieser Kurs richtet sich an alle, die in den Kursen von Frau Schuler-Gundelach bereits Grundkenntnisse erworben haben und diese an einem Projekt nun vertiefen möchten. Auch externe Teilnehmer*innen mit Grundkenntnissen sind herzlich willkommen.

Wir häkeln gemeinsam Topflappen. Es werden verschiedene Varianten vorgestellt und dabei Häkelmaschen geübt.

Folgendes Material bitte mitbringen: Topflappengarn aus Baumwolle in verschiedenen Farben, dazu passende Häkelnadel, Stopfnadel mit großem Ohr, Schere, Notizzettel und Stift

Büchen ■ **6792** Workshop
Stephanie Schuler-Gundelach
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50
Mittwoch, 18.01.23, 18:00-20:00 Uhr
20,92 EUR; erm. 17,19 EUR
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
04.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Goldschmieden / Schmuck

Goldschmieden/Silberschmuck Für Anfänger und Fortgeschrittene

Es ist gar nicht so schwierig, Schmuck aus edlen Materialien nach eigenen Entwürfen selbst herzustellen, wenn man sich mit Geduld und Ausdauer darauf einlässt. Im Anfängerkurs werden die Grundtechniken des Goldschmiedens vermittelt, die schon bald die Fertigung einfacher

Schmuckstücke ermöglichen. Bleibt man länger bei diesem schönen alten Handwerk, das noch heute mit einem spannenden Berufsbild verbunden ist, dann erschließen sich einem auch schwierigere Techniken. Bitte beachten Sie, dass nicht in allen Kursen mit Gold gearbeitet wird! Goldarbeiten nur nach Vorabsprache!

Silber, Gold, Schmucksteine etc. müssen separat mit dem Dozenten abgerechnet werden, sofern Sie diese Materialien nicht selber mitbringen! Ein Betrag für Verbrauchsmaterial (Sägeblätter, Bohrer, Ersatzbeschaffungen von Werkzeugen) ist bereits im Kursentgelt enthalten.

Büchen ■ **6840** Wochenendseminar
Katja Knebel
Goldschmiedewerkstatt der VHS im Jugendzentrum K7 im Sportpark Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr. 9-11, 53177 Bonn, separater Eingang direkt vom Parkplatz aus gegenüber, Hinweis auf VHS beachten
Samstag, 04.02.23, 10:15-17:15 Uhr
44,16 EUR; erm. 34,04 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
21.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Büchen ■ **6841** Wochenendseminar
Thomas Manz
Goldschmiedewerkstatt der VHS im Jugendzentrum K7 im Sportpark Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr. 9-11, 53177 Bonn, separater Eingang direkt vom Parkplatz aus gegenüber, Hinweis auf VHS beachten
Sonntag, 05.02.23, 10:15-17:15 Uhr
43,68 EUR; erm. 33,56 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
22.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Büchen ■ **6842** Wochenendseminar
Thomas Manz
Goldschmiedewerkstatt der VHS im Jugendzentrum K7 im Sportpark Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr. 9-11, 53177 Bonn, separater Eingang direkt vom Parkplatz aus gegenüber, Hinweis auf VHS beachten
Samstag, 11.02.23, 10:15-17:15 Uhr,
Sonntag, 12.02.23, 10:15-17:15 Uhr
81,21 EUR; erm. 60,99 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
28.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Büchen ■ **6843** Wochenendseminar
Katja Knebel
Goldschmiedewerkstatt der VHS im
Jugendzentrum K7 im Sportpark
Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr.
9-11, 53177 Bonn, separater Ein-
gang direkt vom Parkplatz aus ge-
genüber, Hinweis auf VHS beachten
Samstag, 25.02.23, 10:15-17:15 Uhr
44,16 EUR; erm. 34,04 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
21.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Büchen ■ **6844** Wochenendseminar
Thomas Manz
Goldschmiedewerkstatt der VHS im
Jugendzentrum K7 im Sportpark
Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr.
9-11, 53177 Bonn, separater Ein-
gang direkt vom Parkplatz aus ge-
genüber, Hinweis auf VHS beachten
Sonntag, 26.02.23, 10:15-17:15 Uhr
43,68 EUR; erm. 33,56 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
12.02.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Büchen ■ **6845** Wochenendseminar
Katja Knebel
Goldschmiedewerkstatt der VHS im
Jugendzentrum K7 im Sportpark
Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr.
9-11, 53177 Bonn, separater Ein-
gang direkt vom Parkplatz aus ge-
genüber, Hinweis auf VHS beachten
Samstag, 11.03.23, 10:15-17:15 Uhr
44,16 EUR; erm. 34,04 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
25.02.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Büchen ■ **6846** Wochenendseminar
Thomas Manz
Goldschmiedewerkstatt der VHS im
Jugendzentrum K7 im Sportpark
Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr.
9-11, 53177 Bonn, separater Ein-
gang direkt vom Parkplatz aus ge-
genüber, Hinweis auf VHS beachten
Sonntag, 12.03.23, 10:15-17:15 Uhr
43,68 EUR; erm. 33,56 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
26.02.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Büchen ■ **6847** Wochenendseminar
Thomas Manz
Goldschmiedewerkstatt der VHS im
Jugendzentrum K7 im Sportpark
Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr.
9-11, 53177 Bonn, separater Ein-
gang direkt vom Parkplatz aus ge-
genüber, Hinweis auf VHS beachten
Samstag, 18.03.23, 10:15-17:15 Uhr,
Sonntag, 19.03.23, 10:15-17:15 Uhr
81,21 EUR; erm. 60,99 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
04.03.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Büchen ■ **6848** Wochenendseminar
Thomas Manz
Goldschmiedewerkstatt der VHS im
Jugendzentrum K7 im Sportpark
Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr.
9-11, 53177 Bonn, separater Ein-
gang direkt vom Parkplatz aus ge-
genüber, Hinweis auf VHS beachten
Sonntag, 26.03.23, 10:15-17:15 Uhr
43,68 EUR; erm. 33,56 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
12.03.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Büchen ■ **6849** Wochenendseminar
Thomas Manz
Goldschmiedewerkstatt der VHS im
Jugendzentrum K7 im Sportpark
Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr.
9-11, 53177 Bonn, separater Ein-
gang direkt vom Parkplatz aus ge-
genüber, Hinweis auf VHS beachten
Samstag, 01.04.23, 10:15-17:15 Uhr,
Sonntag, 02.04.23, 10:15-17:15 Uhr
81,21 EUR; erm. 60,99 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
28.03.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Büchen ■ **6850** Wochenendseminar
Thomas Manz
Goldschmiedewerkstatt der VHS im
Jugendzentrum K7 im Sportpark
Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr.
9-11, 53177 Bonn, separater Ein-
gang direkt vom Parkplatz aus ge-
genüber, Hinweis auf VHS beachten
Samstag, 15.04.23, 10:15-17:15 Uhr,
Sonntag, 16.04.23, 10:15-17:15 Uhr
81,21 EUR; erm. 60,99 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
01.04.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Büchen ■ **6851** Wochenendseminar
Katja Knebel
Goldschmiedewerkstatt der VHS im
Jugendzentrum K7 im Sportpark
Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr.
9-11, 53177 Bonn, separater Ein-
gang direkt vom Parkplatz aus ge-
genüber, Hinweis auf VHS beachten
Samstag, 22.04.23, 10:15-17:15 Uhr
44,16 EUR; erm. 34,04 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
08.04.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Büchen ■ **6852** Wochenendseminar
Thomas Manz
Goldschmiedewerkstatt der VHS im
Jugendzentrum K7 im Sportpark
Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr.
9-11, 53177 Bonn, separater Ein-
gang direkt vom Parkplatz aus ge-
genüber, Hinweis auf VHS beachten
Sonntag, 23.04.23, 10:15-17:15 Uhr
43,68 EUR; erm. 33,56 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
09.04.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Büchen ■ **6853** Wochenendseminar
Thomas Manz
Goldschmiedewerkstatt der VHS im
Jugendzentrum K7 im Sportpark
Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr.
9-11, 53177 Bonn, separater Ein-
gang direkt vom Parkplatz aus ge-
genüber, Hinweis auf VHS beachten
Samstag, 29.04.23, 10:15-17:15 Uhr,
Sonntag, 30.04.23, 10:15-17:15 Uhr
81,21 EUR; erm. 60,99 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
15.04.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Buchen ■ **6854** Wochenendseminar
Thomas Manz
Goldschmiedewerkstatt der VHS im
Jugendzentrum K7 im Sportpark
Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr.
9-11, 53177 Bonn, separater Ein-
gang direkt vom Parkplatz aus ge-
genüber, Hinweis auf VHS beachten
Sonntag, 07.05.23, 10:15-17:15 Uhr
43,68 EUR; erm. 33,56 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
23.04.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Buchen ■ **6855** Wochenendseminar
Thomas Manz
Goldschmiedewerkstatt der VHS im
Jugendzentrum K7 im Sportpark
Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr.
9-11, 53177 Bonn, separater Ein-
gang direkt vom Parkplatz aus ge-
genüber, Hinweis auf VHS beachten
Samstag, 13.05.23, 10:15-17:15 Uhr,
Sonntag, 14.05.23, 10:15-17:15 Uhr
81,21 EUR; erm. 60,99 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
29.04.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Buchen ■ **6856** Wochenendseminar
Thomas Manz
Goldschmiedewerkstatt der VHS im
Jugendzentrum K7 im Sportpark
Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr.
9-11, 53177 Bonn, separater Ein-
gang direkt vom Parkplatz aus ge-
genüber, Hinweis auf VHS beachten
Samstag, 20.05.23, 10:15-17:15 Uhr,
Sonntag, 21.05.23, 10:15-17:15 Uhr
81,21 EUR; erm. 60,99 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
06.05.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Buchen ■ **6857** Wochenendseminar
Thomas Manz
Goldschmiedewerkstatt der VHS im
Jugendzentrum K7 im Sportpark
Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr.
9-11, 53177 Bonn, separater Ein-
gang direkt vom Parkplatz aus ge-
genüber, Hinweis auf VHS beachten
Samstag, 27.05.23, 10:15-17:15 Uhr,
Sonntag, 28.05.23, 10:15-17:15 Uhr
81,21 EUR; erm. 60,99 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
13.05.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Buchen ■ **6858** Wochenendseminar
Thomas Manz
Goldschmiedewerkstatt der VHS im
Jugendzentrum K7 im Sportpark
Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr.
9-11, 53177 Bonn, separater Ein-
gang direkt vom Parkplatz aus ge-
genüber, Hinweis auf VHS beachten
Samstag, 10.06.23, 10:15-17:15 Uhr,
Sonntag, 11.06.23, 10:15-17:15 Uhr
81,21 EUR; erm. 60,99 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
27.05.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Buchen ■ **6859** Wochenendseminar
Katja Knebel
Goldschmiedewerkstatt der VHS im
Jugendzentrum K7 im Sportpark
Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr.
9-11, 53177 Bonn, separater Ein-
gang direkt vom Parkplatz aus ge-
genüber, Hinweis auf VHS beachten
Samstag, 17.06.23, 10:15-17:15 Uhr
44,16 EUR; erm. 34,04 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
03.06.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Buchen ■ **6860** Wochenendseminar
Thomas Manz
Goldschmiedewerkstatt der VHS im
Jugendzentrum K7 im Sportpark
Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr.
9-11, 53177 Bonn, separater Ein-
gang direkt vom Parkplatz aus ge-
genüber, Hinweis auf VHS beachten
Sonntag, 18.06.23, 10:15-17:15 Uhr
43,68 EUR; erm. 33,56 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
04.06.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Goldschmieden/Silberschmuck: Sandguss Für Anfänger und Fortgeschrittene

Eine Möglichkeit Metalle zu formen ist der Guss - flüssiges Metall wird in eine vorbereitete Form gegossen und sofort wird das Ergebnis der Arbeit sichtbar. Der Sandguss ist eine sehr alte Gusstechnik. Hierbei wird das Modell im Formkasten in den Modellsand eingebettet. Nach dem Ausheben des Modells und der Ausarbeitung der Gießtrichter im Sand kann nun ein Rohling aus Silber entstehen. Dabei wird die Ausgangsform sehr exakt abgebildet und der Formsand verleiht dem Schmuckstück eine besondere Oberflächenstruktur sowie eine archaische Anmutung. Wachsmodelle zur Abformung können im Kurs hergestellt werden. Zum Abguss eignen sich aber auch Muscheln, vorhandene Ringe, Knöpfe und Ähnliches, die von den Kursteilnehmern mitgebracht werden.

Silber, Schmucksteine etc. müssen separat mit dem Dozenten abgerechnet werden, sofern Sie diese Materialien nicht selber mitbringen! Ein Betrag für Verbrauchsmaterial (Sägeblätter, Bohrer, Ersatzbeschaffungen von Werkzeugen) ist bereits im Kursentgelt enthalten.

Buchen ■ **6861** Wochenendseminar
Katja Knebel
Goldschmiedewerkstatt der VHS im
Jugendzentrum K7 im Sportpark
Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr.
9-11, 53177 Bonn, separater Ein-
gang direkt vom Parkplatz aus ge-
genüber, Hinweis auf VHS beachten
Samstag, 25.03.23, 10:15-17:15 Uhr
44,16 EUR; erm. 34,04 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
11.03.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Büchen ■ **6862** Wochenendseminar
Katja Knebel
Goldschmiedewerkstatt der VHS im
Jugendzentrum K7 im Sportpark
Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr.
9-11, 53177 Bonn, separater Ein-
gang direkt vom Parkplatz aus ge-
genüber, Hinweis auf VHS beachten
Samstag, 06.05.23, 10:15-17:15 Uhr
44,16 EUR; erm. 34,04 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
22.04.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Wirework Jewelry - Schmuckstücke aus feinem Silberdraht weben Für Anfänger und Fortgeschrittene

Wirework - das Formen und Weben
von Schmuckstücken aus Draht - ist
eine der ältesten, bekannten
Schmucktechniken. Nur mit Ihren
Händen und einigen Zangen gestal-
ten Sie wunderschöne, filigrane
Schmuckstücke. Dazu werden aus
feinem Silberdraht Muster gewebt
oder gewickelt. Ziel der Wirework-
Technik ist es, möglichst ohne Löt-
arbeiten, nur auf mechanische Art die
genutzten Materialien zu verbinden.
Verwebte und gewickelte Drähte
(0,25-1,0 mm) bilden dafür die
Grundlage. In diesem Schmuckkurs
erlernen Sie verschiedene Techniken
des Webens und Wickelns mit Draht
und gestalten Ihr eigenes Schmuck-
stück. Es sind keine Kenntnisse in
Goldschmiede- und Lötarbeiten not-
wendig.

Schmucksteine etc. müssen separat
mit der Dozentin abgerechnet wer-
den, sofern Sie diese Materialien
nicht selber mitbringen! Ein Betrag
für Verbrauchsmaterial (Sägeblätter,
Bohrer, Ersatzbeschaffungen von
Werkzeugen) ist im Kursentgelt be-
reits enthalten.

Büchen ■ **6882** Wochenendseminar
Melanie May
Goldschmiedewerkstatt der VHS im
Jugendzentrum K7 im Sportpark
Pennenfeld, 1. Etage, Mallwitzstr.
9-11, 53177 Bonn, separater Ein-
gang direkt vom Parkplatz aus ge-
genüber, Hinweis auf VHS beachten
Sonntag, 05.03.23, 10:00-16:00 Uhr
44,11 EUR; erm. 35,56 EUR
7 - 7 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
19.02.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Fotografisches Gestalten

Bildbearbeitung mit Photoshop CS6 - Grundlagen - Online

Für Details siehe Kurs Seite 148

Büchen ■ **5533ON** Online-Kurs
Günter Barczewski
Online-Angebot
Dienstags 07.02.-07.03.23,
18.00-20.15 Uhr, 5 Abende
95,50 EUR; erm. 69,80 EUR
6 - 8 Teilnehmende



Bildbearbeitung mit Photoshop CS6 - Aufbaukurs - Online

Für Details siehe Kurs Seite 149

Büchen ■ **5535ON** Online-Kurs
Günter Barczewski
Online-Angebot
Dienstags 18.04.-16.05.23,
18.00-20.15 Uhr, 5 Abende
95,50 EUR; erm. 69,80 EUR
6 - 8 Teilnehmende



CEWE FOTOBUCH

Für Details siehe Kurs Seite 149

Büchen ■ **5551** Kurs
Gunnar Martens
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59
Mittwochs 03.05.-10.05.23,
18.00-21.00 Uhr, 2 Abende
43,30 EUR; erm. 32,74 EUR
8 - 9 Teilnehmende



Fotografie für Anfänger: Basiswissen Foto- und Kameratechnik

Ob Analog- oder Digitalfotografie, in
diesem Kurs lernen Einsteiger alle
relevanten Funktionen einer Fotoka-
mera. Neben ausführlicher Erklärung
der Technik werden auch Themen
wie Belichtungsmessung, Optik, Bild-
gestaltung und Präsentation behan-
delt. Eine Fotoexkursion gegen Ende
des Kurses ermöglicht den Teilneh-
menden, das Gelernte umzusetzen.
Der Termin für die Fotoexkursion
wird nach Absprache mit den Teil-
nehmern vereinbart.

Büchen ■ **6901** Kurs
Serhan Sözmen
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58
Dienstags und sonntags,
31.01.-07.03.23, 18.00-21.00 Uhr,
7 Abende
115,30 EUR; erm. 82,54 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
17.01.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Büchen ■ **6902** Kurs
Serhan Sözmen
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58
Donnerstags und sonntags,
23.02.-30.03.23, 18.00-21.00 Uhr,
7 Abende
115,30 EUR; erm. 82,54 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
09.02.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Fotografie für Fortgeschrittene: Bildsprache und Komposition

Dieser Kurs widmet sich Teilneh-
menden mit Vorkenntnissen in der Foto-
technik. Schwerpunkte liegen in Bild-
analyse, Bildgestaltung und themen-
bezogenem Arbeiten. Tipps für an-
spruchsvollere fotografische Arbeiten
helfen den Kursteilnehmenden, ihren
eigenen Stil zu entwickeln. Eine Ex-
kursion und anschließende Bildbe-
sprechung geben Anregungen für
bessere Bilder. Der Termin für die
Fotoexkursion wird nach Absprache
mit den Teilnehmenden vereinbart.

Büchen ■ **6903** Kurs
Serhan Sözmen
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58
Donnerstags und sonntags,
20.04.-25.05.23, 18.00-20.15 Uhr,
6 Abende
79,43 EUR; erm. 57,43 EUR
10 - 14 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
06.04.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Fotografieren statt „knipsen“ mit Praxisteil

Möchten Sie Ihre Kenntnisse der fo-
tografischen Techniken auf ein siche-
res Fundament stellen? Oder haben
Sie gerade erst mit der Fotografie
begonnen? Dieses Seminar zeigt die
wesentlichen Regeln und Kniffe der
digitalen Fotografie. Im Mittelpunkt
stehen dabei die Handhabung der
Kamera und der Umgang mit Objek-
tiven, AF-Systemen sowie Pro-
grammarten. Ausführlich behandelt
wird die kreative Nutzung von Blen-
de, Verschlusszeit, Schärfentiefe und
Objektiven. Richtige Belichtung und
Belichtungsmessarten sowie der Ein-
fluss von Kunst- und Tageslicht sind
ebenfalls Thema. Erklärt werden
auch die Neuerungen der digitalen
Fototechnik, wie z.B. Auflösung,
Weißabgleich etc.

Bitte bringen Sie Ihre Kamera und
deren Bedienungsanleitung mit.
Praktische Übungen - halbtägig, je
nach Wetter in der Rheinaue. Pro-
grammablaufänderungen sind dem
Dozenten ausdrücklich vorbehalten.

Büchen ■ **6904** Wochenendseminar
Serhan Sözmen
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Samstag, 25.02.23, 10:00-18:00 Uhr,
Sonntag, 26.02.23, 10:00-18:00 Uhr
93,70 EUR; erm. 67,42 EUR
8 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
11.02.2023, 12.00 Uhr, möglich!



Portraitfotografie - Von Mensch zu Mensch Für Anfänger

Ohne teures Equipment oder komplizierte Technik zu ausdrucksstarken Charakterportraits ... Für schöne Portraits braucht man gar nicht viel. Ein gutes Portrait spiegelt die Persönlichkeit eines Menschen wider. In diesem praxisorientierten Kurs lernen Sie, wie Sie genau solche natürlichen Portraits machen. Durch den fotografischen Dialog mit dem Gegenüber lassen sich neue Facetten entdecken und ins Bild setzen. Die Kamera und das Foto stellen dabei die Brücke vom Ich zum Du dar. An diesem Wochenende werden auf alle wichtigen Details und Themen für ausdrucksstarke Portraits eingegangen: Mit Menschen vor der Kamera umgehen, die wichtigsten Einstellungen und Funktionen Ihrer Kamera, Bildaufbau, Fotografieren mit verschiedenen Lichtsituationen. Alles für Ihren Einstieg in das Genre Portraitfotografie.

Büchen ■ **6907** Wochenend-Seminar
Detlef Szillat
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50
Samstag, 25.03.23, 10:00-17:00 Uhr,
Sonntag, 26.03.23, 10:00-17:00 Uhr
84,94 EUR; erm. 61,29 EUR
8 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
11.03.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Portraitfotografie - Von Mensch zu Mensch Für Anfänger mit Vorkenntnissen

Ohne teures Equipment oder komplizierte Technik zu ausdrucksstarken Charakterportraits ... Für schöne Portraits braucht man gar nicht viel. Ein gutes Portrait spiegelt die Persönlichkeit eines Menschen wider. In diesem praxisorientierten Kurs lernen Sie, wie Sie genau solche natürlichen Portraits machen. Durch den fotografischen Dialog mit dem Gegenüber lassen sich neue Facetten entdecken und ins Bild setzen. Die Kamera und das Foto stellen dabei die Brücke vom Ich zum Du dar. An diesem Wochenende werden auf alle wichtigen Details und Themen für ausdrucksstarke Portraits eingegan-

gen: Mit Menschen vor der Kamera umgehen, die wichtigsten Einstellungen und Funktionen Ihrer Kamera, Bildaufbau, Fotografieren mit verschiedenen Lichtsituationen. Alles für Ihren Einstieg in das Genre Portraitfotografie.

Büchen ■ **6908** Wochenend-Seminar
Detlef Szillat
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50
Samstag, 03.06.23, 10:00-17:00 Uhr,
Sonntag, 04.06.23, 10:00-17:00 Uhr
84,94 EUR; erm. 61,29 EUR
8 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
20.05.2023, 12.00 Uhr, möglich!



„StadtSichten“ - Frühjahrs- Workshop für intuitive Straßenfotografie Wie wir das Besondere im Alltäglichen finden

Wir gehen raus in die Stadt, suchen neue Szenen, Motive und Geschichten, an denen wir sonst meistens vorbeigehen und halten sie im passenden Moment mit der Kamera fest. Wichtigstes Werkzeug ist die Intuition und Ruhe uns auf das Geschehen einzulassen. Dabei ist es gleichgültig, ob mit Handy oder Digitalkamera fotografiert wird. Gemeinsam sichten wir zwischendurch unsere Aufnahmen in der Gruppe und besprechen Tricks und Tipps der Straßenfotografie.

Wer möchte kann auch eigene, ausgedruckte Fotos mitbringen (ideal ist Postkartengröße).

Auch für Anfänger in der Straßenfotografie geeignet.

Bitte mitbringen: Digitale Kamera oder Fotohandy, Kabel zum An-

schluss an Computer und/oder Lesegerät für die Speicherkarten der Kamera, dem Wetter angepasste Kleidung und, wenn vorhanden, eigenes Notebook zum Sortieren der Fotos.

Büchen ■ **6911** Weekend-Workshop
Michael Holstein
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50
Freitag, 02.06.23, 17:00-20:00 Uhr,
Samstag, 03.06.23, 10:00-16:00 Uhr,
Sonntag, 04.06.23, 10:00-14:00 Uhr
80,08 EUR; erm. 57,89 EUR
8 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
19.05.2023, 12.00 Uhr, möglich!



„Regeln brechen“ Spannende Bilder durch Brechen von Kompositionsregeln

In der Fotografie gibt es allgemein akzeptierte Regeln für die Bildgestaltung, wie Drittel-Regel („Goldener Schnitt“), Vermeidung stürzender Linien oder Blick- und Bewegungsrichtung zur Bildmitte hin und nicht zum Rand. Das Einhalten solcher Regeln führt weitgehend zu gefälligen Bildern. Wirkliche Hingucker erzielt man aber eher durch eine ungewöhnliche

Bildkomposition. In dem Kurs wollen wir uns theoretisch und praktisch mit ausgewählten Gestaltungsregeln auseinandersetzen. Im Praxisteil mit Exkursionen sollen idealerweise gleiche Motive sowohl unter Anwendung als auch unter bewusster Außerachtlassung der Kompositionsregeln aufgenommen werden. Ziel des Kurses ist es, den Teilnehmenden ein Gespür dafür zu vermitteln, wann das gewollte Brechen von Regeln zu spannenderen Bildern führt.

Die Teilnehmenden sollten die bildwirkungsrelevanten Funktionen ihrer Aufnahmegeräte kennen. Die Art des Aufnahmegerätes ist zweitrangig, d. h. vom Smartphone über Kompaktkamera bis zur Systemkamera/Spiegelreflex ist alles zulässig.

Büchen ■ **6913** Weekend-Workshop
Lothar Berens
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50
Samstag, 11.03.23, 18:00-21:00 Uhr,
Sonntag, 12.03.23, 10:00-16:00 Uhr,
Samstag, 18.03.23, 10:00-13:45 Uhr
87,45 EUR; erm. 63,04 EUR
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis
zum, 25.02.2023, 12.00 Uhr, möglich!

Musikpraxis

VIVA LA MUSICA! - Erste Schritte auf der Gitarre, Modul 1
Onlinekurs per Zoom

In diesem Kurs erlernen Sie die instrumentale Begleitung einfacher „Lagerfeuer-Songs“ mittels Akkorden auf der Gitarre. Der Fokus liegt auf dem Anwenden der hier zu erlernenden Grundakkorde in Kombination mit verschiedenen Anschlagsmustern. Zudem wird Ihnen im Hinblick auf weiterführende Kurse der Einstieg in das einfache Melodiespiel anhand erster Fingerübungen nähergebracht. Am Ende des Kurses werden Sie in der Lage sein, einfache Lieder mit Akkorden zu begleiten sowie eine Tonleiter zu spielen. Dieser Kurs richtet sich an Anfänger ohne Vorkenntnisse bzw. Anfänger, welche die Grundakkorde nicht fließend beherrschen.

Was Sie benötigen: Eine akustische Gitarre (Westerngitarre oder Konzertgitarre), ein Plektrum, Stimmgerät, Schreibmaterial und optional ein Metronom.

Bei Fragen wenden Sie sich gerne an den Fachbereich. Ausführlichere Informationen finden Sie auf unserer Homepage www.vhs-bonn.de.

69710N Onlinekurs
Sascha Beselt (M.A.)
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-25.04.23,
18.30-20.00 Uhr, 11 Abende
106,42 EUR; erm. 79,62 EUR
8 - 8 Teilnehmende

VIVA LA MUSICA! - Gitarre: Liedbegleitung für leicht Fortgeschrittene, Modul 2
Onlinekurs per Zoom

Dieser Kurs richtet sich an leicht fortgeschrittene Teilnehmer, die bereits Einführungskurse besucht haben oder generell imstande sind, die Grundakkorde flüssig umzugreifen. Neue Inhalte in diesem Kurs sind u.a. die Septakkorde, das Barree-Akkorde-System sowie einführende Kenntnisse in Harmonielehre. Dazu werden ausgefeiltere Pickingtechniken sowie das Transponieren trainiert. Legendäre Songs von Künstlern wie PINK FLOYD, Eric Clapton, den SCORPIONS, U2 oder NEIL YOUNG bieten ein variables Feld zum Einsatz der neuen Inhalte.

Bitte wenden Sie sich bei Fragen an den Fachbereich. Ausführlichere Informationen finden Sie unter www.vhs-bonn.de.

69730N Onlinekurs
Sascha Beselt (M.A.)
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-04.05.23,
20.15-21.45 Uhr, 11 Abende
113,46 EUR; erm. 84,55 EUR
8 - 8 Teilnehmende

VIVA LA MUSICA! - Einführung in das Zupfen auf der Gitarre
Onlinekurs per Zoom

Wer schon immer in die Kunst des Zupfens auf der Gitarre vordringen wollte, hat mit diesem Kurs die Gelegenheit dazu. Von einigen der ganz bekannten Evergreens der Popmusikgeschichte bis hin zu den großen Werken der Klassik (Beethoven, Sanz, Tarrega etc.) können Sie hier die verschiedenen Techniken des Zupfens auf den sechs Saiten erlernen und trainieren. Vorausgesetzt wird das Beherrschen und flüssige Umgreifen der Grundakkorde.

Ausführlichere Informationen finden Sie unter www.vhs-bonn.de.

69750N Onlinekurs
Sascha Beselt (M.A.)
Online-Angebot
Dienstags 31.01.-25.04.23,
20.15-21.45 Uhr, 11 Abende
149,56 EUR; erm. 110,42 EUR
6 - 8 Teilnehmende

VIVA LA MUSICA! - Blues- und Jazzgitarre für Einsteiger
Onlinekurs per Zoom

Der Blues kann heute als Ursprung gitarrenbasierter Populärmusik des 20. und 21. Jahrhunderts angesehen werden. Jazz, sogar die Countrymusik nährt sich unmittelbar aus dem Blues. In diesem Kurs für leicht fortgeschrittene Gitarrenspieler*innen vollführen Interessierte den Einstieg in die Zauberei mit den „Blue Notes“. Lernen Sie zahlreiche klassische sowie experimentellere „Licks“, das Spiel mit dem Slide, die Grundkonzepte der Soloimprovisation, offene Stimmungen, das klassische 12-Takte-Blues-Schema oder auch die Anreicherung desselben mittels eher Jazz-orientierten Akkorden kennen.

Ausführlichere Informationen erhalten Sie unter www.vhs-bonn.de.

69760N Onlinekurs
Sascha Beselt (M.A.)
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-04.05.23,
18.30-20.00 Uhr, 11 Abende
113,46 EUR; erm. 84,55 EUR
8 - 8 Teilnehmende

Ukulele für Einsteiger, Modul 1
Onlinekurs per Zoom

Nicht erst seit der Coverversion des Evergreens „Over The Rainbow“ des hawaiianischen Künstlers IZ sowie Stefan Raabs allseits bekannten Spontan-Darbietungen ist die Ukulele wieder zu einem der absoluten „In“-Instrumente unserer Zeit geworden. Klein, daher auch leicht zu transportieren, sehr günstig in der Anschaffung und leicht erlernbar. „No Woman, No Cry“, „Guantanamera“ oder - natürlich - „Over The Rainbow“ sind einige der Stücke, die Sie in diesem schönen Kurs kennenlernen können. Bitte beachten Sie, dass tägliches Üben daheim erwartet wird. Alle Unterlagen erhalten Sie vorab per E-Mail oder im Kurs. Bringen Sie nur gute Laune, Schreibmaterial sowie Ihre Ukulele samt Stimmgerät mit.

Ausführlichere Informationen unter www.vhs-bonn.de.

69780N Onlinekurs
Sascha Beselt (M.A.)
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-26.04.23,
18.30-20.00 Uhr, 11 Abende
106,42 EUR; erm. 79,62 EUR
8 - 8 Teilnehmende

Ukulele für leicht Fortgeschrittene, Modul 2
Onlinekurs per Zoom

Nach dem Erlernen einfacher Liedbegleitung mittels Grundakkorden und Anschlagsmustern im Kurs für Einsteiger lockt nun ein anspruchsvolleres, teilweise auch rein instrumentales Liedgut aus den Bereichen Jazz, Traditional, Folk und Blues zur Verfeinerung der Techniken von Greif- und Schlaghand. Lernen Sie in diesem Kurs das Zupfen mit allen vier Fingern auf der Ukulele am Beispiel amerikanischer Traditionals wie „I've Been Working On The Railroad“, zudem eine Reihe weiterführender Akkordtypen mittels bekannter Jazzstandards wie „Fly Me To The Moon“ oder „Autumn Leaves“ kennen.

Ausführlichere Informationen erhalten Sie unter www.vhs-bonn.de.

69800N Onlinekurs
Sascha Beselt (M.A.)
Online-Angebot
Mittwochs 01.02.-26.04.23,
20.15-21.45 Uhr, 11 Abende
113,46 EUR; erm. 84,55 EUR
8 - 8 Teilnehmende



- Entspannung
- Yoga
- Meditation
- Qigong
- Spezielle körperorientierte Verfahren
- Massage
- Selbstbehauptung für Frauen
- Asiatische Kampfkünste
- Rückenfitness
- Spezielle Gymnastik
- Aquafitness
- Sportbootführerschein
- Fitness-Light bis Power-Fitness
- Fitness im Alter
- Pilates
- Outdoor-Fitness
- Jonglage
- Tanz
- Allgemeine Küche
- Mediterrane Küche
- Orientalische Küche
- Asiatische Küche
- Südamerikanische Küche
- Kochkurse auf Englisch
- Kochkurse auf Spanisch
- Weinseminare
- Exkursionen

Dipl.Sportwissenschaftler
Ibrahim Uygun M.A.
Fachbereichsleiter
Mülheimer Platz 1
53111 Bonn
Tel.: 0228 77 2680
Ibrahim.Uygun@bonn.de

Der Fachbereich

Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind wichtige Voraussetzungen, um die Herausforderungen des Lebens erfolgreich managen zu können. Wenn Sie leistungsfähig und fit bleiben möchten und zugleich Anregungen wünschen, dem Stress in Alltag und Beruf wirksam begegnen zu können, dann sind Sie bei uns richtig. Sie erfahren und erleben, was zu einem gesunden Lebensstil gehören kann und wie Sie Ihre Gesundheitskompetenz stärken.

Der Fachbereich bietet ein abwechslungsreiches und gesundheitsorientiertes Bewegungs- u. Entspannungs- und Ernährungsprogramm, aus dem Sie ein auf Ihr Bedürfnis abgestimmtes Angebot wählen können.

Sie bekommen in den zahlreichen Kochangeboten anregende Tipps, wie Sie eine gesunde Ernährung zubereiten, die schmeckt. Gemeinsam mit anderen Spaß zu haben und dabei auch Wissen zu gesundheitsbezogenen Themen kennen zu lernen, bleibt eine spannende Verbindung, die die Lebensqualität erhöhen und ein vitales Altern fördern kann.

Die Gesundheitsangebote der VHS Bonn sind Bildungsangebote. Sie bilden damit den Bildungsauftrag der Volkshochschulen ab, der sich nach dem Weiterbildungsgesetz des Landes Nordrhein-Westfalen orientiert.

Die Gesundheitsbildung ist einer der wichtigen Säulen der Prävention und Gesundheitsförderung. Ihr Ziel ist es, Teilnehmende zum eigenverantwortlichen Beurteilen und Handeln in gesundheitlichen Belangen zu befähigen und gesundheitsförderliche Verhaltensweisen zu unterstützen sowie Interesse und Freude an Gesundheitsthemen und -aktivitäten zu wecken.

Die Kursangebote des Fachbereichs Gesundheit und Ernährung, die mit dem Zusatz „*Prävention in Alltag und Beruf*“ gekennzeichnet sind, verfügen über eine ID-Nummer von der Zentralen Prüfstelle für Prävention (ZPP). Die ZPP prüft und zertifiziert im Auftrag der gesetzlichen Krankenkassen qualitätsgeprüfte Präventionskurse nach dem Leitfaden Prävention der Krankenkassen. Diese Kurse können, vorausgesetzt einer regelmäßigen Teilnahme von mindestens 80%, bezuschusst werden.

Nach Beendigung des Kurses erhält jede(r) Teilnehmende eine qualifizierte Bescheinigung zur Vorlage bei der zuständigen Krankenkasse. Bitte fragen Sie vor Anmeldung bei Ihrer Krankenkasse nach!

Eine bundesweite wissenschaftliche Studie belegt:
>>> VHS macht gesünder! <<<
Mehr Informationen zur Studie erhalten Sie im Fachbereich Gesundheit und Ernährung unter www.vhs-bonn.de.

Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Wir können Sie auch gerne beraten, welche Kurse für Sie geeignet sind. Wir freuen uns über Ihre Anregungen und Verbesserungsvorschläge, die uns helfen den Fachbereich weiter zu entwickeln.

Entspannung

Autogenes Training - Grundkurs

Der Kurs Autogenes Training bietet die Möglichkeit, die konzentrierte Selbstentspannung zu erlernen, in der sich Ruhe und Gelassenheit wohltuend auf die seelische und vegetative Stabilität auswirken. Ziel ist es, dass der Übende, unabhängig von Leitung und Gruppe, das Gelernte im privaten und beruflichen Alltag für sich effizient nutzen kann. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke, ein großes Handtuch, ggf. eine eigene Matte und ein kleines Kopfkissen mit.

7100 Kurs
Karl-Heinz Hapelt
Bonn, Margarete-Grundmann-Haus, Lotharstr. 84-86, Saal
Montags 30.01.-27.03.23,
18.00-19.30 Uhr, 8 Abende
65,30 EUR; erm. 47,54 EUR
8 - 12 Teilnehmende

7102 Kurs
Karl-Heinz Hapelt
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15
Dienstags 31.01.-14.03.23,
19.15-20.45 Uhr, 7 Abende
57,90 EUR; erm. 42,36 EUR
8 - 10 Teilnehmende

7103 Kurs
Karl-Heinz Hapelt
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)
Montags 17.04.-05.06.23,
18.45-20.15 Uhr, 6 Abende
50,50 EUR; erm. 37,18 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Progressive Muskelentspannung



Die Progressive Muskelentspannung ist eine Entspannungsmethode, mit der eine höhere Konzentrationsfähigkeit, innere Ruhe und Gelassenheit erreicht werden können. Durch gezieltes An- und Entspannen der Muskeln erfahren Sie eine tiefe, körperliche Entspannung. Sie werden sensibler für kleine Verspannungen. Ein regelmäßiges Training kann innere und äußere Spannungszustände, Schlafstörungen oder leichte Schmerzen lindern und abbauen. Die Methode ist leicht zu erlernen und kann bei Bedarf problemlos in den Alltag integriert werden. Bitte eine Decke, ein kleines Kissen und warme Socken mitbringen. Der Kurs 7145 ist von der Zentralen Prüfstelle für Prävention (ZPP) zertifiziert und kann von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst

werden.

7145 Kurs
Rita Fellner
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)
Mittwochs 01.03.-03.05.23,
17.45-19.15 Uhr, 8 Abende
71,70 EUR
8 - 9 Teilnehmende

7150 Kurs
Agnieszka Windel
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15
Dienstags 18.04.-06.06.23,
19.15-20.15 Uhr, 6 Abende
35,70 EUR; erm. 26,82 EUR
7 - 12 Teilnehmende

Kein Unterricht am 16.05.2023



Yoga

Yoga am Montag

Hatha - Yoga für Anfänger mit Vorkenntnissen und Fortgeschrittene

Yoga ist eine wirksame Methode zur Dehnung und Kräftigung der Muskulatur und zur Vorbeugung von Rücken-, Nacken- und Schulterschmerzen. Yoga kann den Geist beruhigen und im Alltag und im Beruf zur Entspannung führen. In diesem Kurs werden Sie Schritt für Schritt in die Theorie und Praxis des Yoga eingeführt. Der Kurs ist geeignet für Yoga-Anfänger mit Vorkenntnissen und für Yoga-Erfahrene zur Vertiefung. Bitte bringen Sie eine Decke, ein Kissen (Meditationskissen), dicke

Socken, ein großes Handtuch, ggf. eine eigene Matte und bequeme Kleidung mit.

7200 Kurs
Dr. Jessica Anna Dreas
Bonn, Margarete-Grundmann-Haus, Lotharstr. 84-86, Saal
Montags 30.01.-24.04.23,
19.45-21.15 Uhr, 10 Abende
80,10 EUR; erm. 57,90 EUR
8 - 13 Teilnehmende



Hatha Yoga - Yoga für den Rücken (Prävention in Alltag und Beruf)



Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke, ein Handtuch für die Matte und wenn gewünscht eigene Hilfsmittel mit. Dieser Kurs ist von der Zentralen Prüfstelle für Prävention zertifiziert und kann von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst werden.

7202 Kurs
Indira Busse
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
Montags 27.02.-22.05.23,
15.45-17.15 Uhr, 10 Nachmittage
88,10 EUR
8 - 12 Teilnehmende



Hatha-Yoga für Senioren

In diesem Kurs lernen Sie Entspannung, Energie und innere Ruhe im täglichen Leben zu entwickeln. Sanfte Yoga-Übungen fördern Flexibilität und Körpergefühl. Atemübungen erhöhen die Bewusstheit für den Atem und geben Energie. Durch Yoga kann die normale Beweglichkeit der Gelenke und der Wirbelsäule erhalten oder wieder hergestellt werden, was zu einer besseren Fitness im Alltag und somit Unabhängigkeit führt. Yoga kann auch die seelische und spirituelle Entwicklung unterstützen und so ein bewusstes Leben und Altern fördern. Daher ist Yoga eine optimale Methode für ein langes und gesundes Leben. Bitte bringen Sie eine Decke, bequeme warme Kleidung und ein Handtuch als Auflage für die Matte mit.

7207 Kurs
Indira Busse
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15
Montags 30.01.-27.03.23,
10.00-11.30 Uhr, 8 Vormittage
65,30 EUR; erm. 47,54 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **7208** Kurs
Indira Busse
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15
Montags 17.04.-05.06.23,
10.00-11.30 Uhr, 6 Vormittage
50,50 EUR; erm. 37,18 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Yoga am Dienstag

Kundalini-Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene

Kundalini-Yoga nach den Lehren von Yogi Bhajan ist verwandt mit anderen Yoga-Formen wie dem Hatha-Yoga. Das Besondere an diesem traditionellen Yoga-System sind seine dynamischen und vitalisierenden Übungsfolgen, bei denen die Atmung und die Konzentration auf das Spüren der eigenen Lebensenergie im Mittelpunkt stehen. Als energetischer Austausch zu den Übungen gibt es Phasen der Entspannung und vielfältige Meditationen für Alltag und Beruf. Bitte bringen Sie eine Decke und bequeme, warme Kleidung, Trinkwasser und ein Handtuch als Auflage für die Matte mit.

Büchen ■ **7210** Kurs
Edith Bayer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
Dienstags 31.01.-06.06.23,
18.00-19.30 Uhr, 14 Abende
101,30 EUR; erm. 72,74 EUR
10 - 12 Teilnehmende

Kein Unterricht: 21.2. u. 16.5.2023



Kundalini-Yoga für Teilnehmende mit Yoga-Vorkenntnissen

Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie eine Decke und bequeme, warme Kleidung, Trinkwasser und ein Handtuch als Auflage für die Matte mit.

Büchen ■ **7212** Kurs
Edith Bayer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
Dienstags 31.01.-06.06.23,
19.50-21.20 Uhr, 14 Abende
101,30 EUR; erm. 72,74 EUR
10 - 12 Teilnehmende

Kein Unterricht: 21.2. u. 16.5.2023

Yoga am Mittag

Lässt auch bei Ihnen zur Mittagszeit Schwung und Konzentration nach? Das ist nicht ungewöhnlich! Die Yogapraxis zur Mittagszeit bietet Ihnen die Möglichkeit auf Grundlage von Hatha Yoga Ihre Ressourcen zu stärken. Mit Entspannungs-, Atem- und angeleiteten Meditationsübungen werden Sie wieder leistungsbereit, entspannt und achtsam. Der Kurs wird nach Möglichkeit dem Kenntnisstand der Teilnehmenden angepasst. Bitte bringen Sie ein Handtuch als Auflage für die Matte mit und eventuell auch Hilfsmittel, die Sie zusätzlich benötigen.

Büchen ■ **7214** Kurs
Indira Busse
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
Dienstags 31.01.-28.03.23,
13.00-14.00 Uhr, 9 Mittage
50,50 EUR; erm. 37,18 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **7215** Kurs
Indira Busse
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
Dienstags 18.04.-06.06.23,
13.00-14.00 Uhr, 7 Mittage
38,29 EUR; erm. 28,63 EUR
8 - 12 Teilnehmende



Yin Yoga

Ergänzend zu anderen Yogastilen, zielt das Yin Yoga auf das Bindegewebe und die Faszien ab. Die Teilnehmenden erfahren bei den Übungen die wohltuende Wirkung der längeren und intensiven Dehnpositionen. Der Bewegungsspielraum in den großen Gelenken wird erhöht, die Bänder und Sehnen werden gekräftigt und das Nervensystem entspannt. Weiterhin wird die Selbstwahrnehmung verbessert und der Geist beruhigt. „Yin Yoga zielt nicht darauf ab, dass der Körper eine ideale Asana (Körperhaltung) erreicht, sondern dass die Asana den Körper erreicht.“ (Bernie Clark). Es sind keine Yogavorkenntnisse erforderlich. Das Mitbringen von Hilfsmitteln wie Blöcken, Gurten oder Kissen wäre von Vorteil, falls vorhanden.

Büchen ■ **7217** Kurs
Theresa Schuffenhauer
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15
Dienstags 31.01.-28.03.23,
17.30-19.00 Uhr, 8 Abende
65,30 EUR; erm. 47,54 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Kein Unterricht am 14.02.2023

Büchen ■ **7218** Kurs
Theresa Schuffenhauer
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15
Dienstags 18.04.-06.06.23,
17.30-19.00 Uhr, 7 Abende
57,90 EUR; erm. 42,36 EUR
8 - 12 Teilnehmende



Yoga am Mittwoch

Hatha - Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene

Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie eine Decke, ein kleines Kissen, ein Handtuch als Auflage für die Matte und bequeme Kleidung mit.

Büchen ■ **7220** Kurs
Melanie Alessandra Moog
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
Mittwochs 01.02.-29.03.23,
9.00-10.30 Uhr, 9 Vormittage
72,70 EUR; erm. 52,72 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **7221** Kurs
Melanie Alessandra Moog
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
Mittwochs 19.04.-07.06.23,
9.00-10.30 Uhr, 8 Vormittage
65,30 EUR; erm. 47,54 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Yoga am Donnerstag

Yin Yoga

In der heutigen schnelllebigen Zeit ist es besonders wichtig, dass wir uns regelmäßig Zeit für Ruhe und Entspannung nehmen. Yin Yoga bietet hierfür eine gute Möglichkeit. Yin Yoga ist eine ruhige und passive Yo-

garichtung, die uns darin unterstützt, auf sanfte Weise geistig wie körperlich zu entspannen. Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kursnummer auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie ein Handtuch als Auflage für die Matte oder eine eigene Matte, eine Decke, ein Yoga-Bolster oder ein, zwei dicke Kissen mit.

Büchen ■ **7228** Kurs
Annabelle van de Weyer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)
Donnerstags 02.02.-30.03.23,
9.30-11.00 Uhr, 8 Vormittage
65,30 EUR; erm. 47,54 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Büchen ■ **7229** Kurs
Annabelle van de Weyer
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)
Donnerstags 20.04.-01.06.23,
9.30-11.00 Uhr, 6 Vormittage
50,50 EUR; erm. 37,18 EUR
8 - 9 Teilnehmende



In Balance mit Hatha-Yoga

In diesem Kurs lernen Sie einen Yoga-Stil kennen, der kräftigend, dehnend sowie entspannend wirken kann und dabei besonderen Wert auf das Üben des Gleichgewichtssinns und der inneren Balance setzt. Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kursnummer auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie eine eigene Yoga-Matte mit sowie je nach Wunsch ein kleines Sitzpolster und/oder eine leichte Decke für die Entspannungsphase. Bequeme, dehnbare Kleidung, am besten aus Baumwolle, ist beim Üben vorteilhaft. Der Kurs ist sowohl für Anfänger*innen als auch für Yoga-Erfahrene geeignet.

Büchen ■ **7232** Kurs
Melanie Alessandra Moog
Katholisches Pfarrheim St. Josef,
Johann-Link-Straße / Ecke An Sankt Josef
Donnerstags 02.02.-30.03.23,
17.30-19.00 Uhr, 8 Abende
89,30 EUR; erm. 71,54 EUR,
inklusive Anmietungskosten.
8 - 10 Teilnehmende

Büchen ■ **7233** Kurs
Melanie Alessandra Moog
Katholisches Pfarrheim St. Josef,
Johann-Link-Straße / Ecke An Sankt Josef
Donnerstags 20.04.-01.06.23,
17.30-19.00 Uhr, 6 Abende
68,50 EUR; erm. 55,18 EUR,
inklusive Anmietungskosten.
8 - 10 Teilnehmende

Hatha-Yoga für Anfänger (Prävention in Alltag und Beruf)



Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie eine Decke, bequeme warme Kleidung und ein Handtuch als Auflage für die Matte mit. Die Kurse sind von der Zentralen Prüfstelle für Prävention (ZPP) zertifiziert und können von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst werden.

Büchen ■ **7235** Kurs
Indira Busse
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15
Donnerstags 23.02.-11.05.23,
17.30-19.00 Uhr, 10 Abende
88,10 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **7236** Kurs
Indira Busse
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15
Donnerstags 23.02.-11.05.23,
19.15-20.45 Uhr, 10 Abende
88,10 EUR
8 - 12 Teilnehmende



Kundalini-Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene - Online



Kundalini Yoga ist verwandt mit anderen Yogaformen, wie dem Hatha-Yoga. Das Besondere am Kundalini Yoga sind die dynamischen und vitalisierenden Übungsfolgen, die die Ausdauer und Muskulatur stärken sowie die Beweglichkeit verbessern. Durch den gezielten Einsatz von Körperübungen (Asanas), Atem, Handhaltungen (Mudras), Körperschleusen (Bandhas) und Klang (Mantras) kommen die Energien in Körper, Geist und Seele in Einklang. Durch den gezielten Einsatz von Körperübungen (Asanas), Atem, Handhaltungen (Mudras), Körperschleusen (Bandhas) und Klang (Mantras) kommen die Energien in Körper, Geist und Seele in Einklang. Mehr Informationen erhalten Sie auf www.vhs-bonn.de unter der unten angegebenen Nummer. Der Kurs findet online mit dem Konferenztool „Zoom“ statt. Nach Anmeldung senden wir Ihnen rechtzeitig vor Beginn des Kurses per E-Mail einen Anmelde-link. Sie benötigen keine besonderen Programmvoraussetzungen oder Registrierungen, lediglich einen Computer mit Kamera/Lautsprecher und einem Internetzugang. Zu den Systemvoraussetzungen und eine kurze hilfreiche Anleitung finden Sie unter folgendem Link: <https://www.vhs-bonn.de/info-und-service/info-zu-online-kursen-fuer-kursleitende.html>

de.html

Büchen ■ **7238ON** Kurs
Priya Nadine Diederich
Online-Angebot
Donnerstags 02.02.-23.03.23,
18.00-19.30 Uhr, 7 Abende
57,90 EUR; erm. 42,36 EUR
6 - 15 Teilnehmende

Büchen ■ **7239ON** Kurs
Priya Nadine Diederich
Online-Angebot
Donnerstags 20.04.-01.06.23,
18.00-19.30 Uhr, 6 Abende
50,50 EUR; erm. 37,18 EUR
6 - 15 Teilnehmende

Yoga am Freitag

Yoga für Männer

Möchten Sie als Mann gerne Yoga probieren und üben, trauen sich aber nicht an einem Yoga-Kurs teilzunehmen, der überwiegend von Frauen besucht wird? Hinzu kommt, dass Frauen beweglicher sind als Männer, das könnte abschrecken. Dabei wird vergessen, dass Yoga lange Zeit in den Anfängen seiner jahrtausendealten Tradition eine reine Männerdomäne gewesen ist. Gerade Yoga wäre für den Mann ein sehr geeignetes Mittel seine körperliche und geistige Fitness zu stärken. In diesem Kurs werden behutsam die Grundlagen erarbeitet. Klassische Yoga-Haltungen werden mit der ruhig fließenden Atmung verbunden. Ziel ist, durch Verständnis eigenständig Yoga üben zu können, um selbst zur Ruhe und Ausgeglichenheit zu gelangen - und das tut jedem Mann gut. Bitte bringen Sie bequeme, leichte Kleidung und ein Handtuch als Auflage für die Matte mit.

Büchen ■ **7242** Kurs
Bernd Lier
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)
Freitags 03.02.-24.03.23,
17.30-19.00 Uhr, 7 Abende
57,90 EUR; erm. 42,36 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Büchen ■ **7243** Kurs
Bernd Lier
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)
Freitags 21.04.-02.06.23,
17.30-19.00 Uhr, 6 Abende
50,50 EUR; erm. 37,18 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Kein Unterricht am 19.05.2023

Yoga für Männer - Fortgeschrittenenkurs

Wenn Sie als Mann schon Yoga-Erfahrung haben, sich aber nicht trauen an einem Yoga-Kurs teilzunehmen, der überwiegend von Frauen besucht wird, ist dieser Kurs für Sie geeignet. Aufbauend auf Ihren Yoga-Kenntnissen werden klassische Yoga-Haltungen verfeinert und die ruhig fließende Atmung noch intensiver in die Bewegung integriert. Das eigenständige Üben wird durch ein tieferes Verständnis angeregt, um selbst zur Ruhe und Ausgeglichenheit zu gelangen. Bitte bringen Sie bequeme, leichte Kleidung und ein Handtuch als Auflage für die Matte oder eine eigene Yogamatte mit.

■ 7244 Kurs
Buchten Bernd Lier
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)
Freitags 03.02.-24.03.23,
19.15-20.45 Uhr, 7 Abende
57,90 EUR; erm. 42,36 EUR
8 - 9 Teilnehmende

■ 7245 Kurs
Buchten Bernd Lier
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)
Freitags 21.04.-02.06.23,
19.15-20.45 Uhr, 6 Abende
50,50 EUR; erm. 37,18 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Kein Unterricht am 19.05.2023

Yoga am Wochenende

Lebenslust entwickeln mit Lachyoga

Mehr Informationen zu dem Kurs erhalten Sie in diesem Programmheft unter der unten angegebenen Kursnummer im Fachbereich "Lebensgestaltendes Lernen" und auf www.vhs-bonn.de

■ 2154 Tagesseminar
Buchten Samy Boroumand
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)
Samstag, 22.04.23, 11.00-17.00 Uhr
36,45 EUR; erm. 27,35 EUR,
Anmeldung erforderlich
7 - 8 Teilnehmende



Hatha Yoga Workshop für Anfänger und Fortgeschrittene

An diesem Tag können Sie Energie tanken, den Körper beweglicher machen und Spaß an der Bewegung haben. Es wird der Sonnengruß und verschiedene Asanas (Yogastellungen) geübt. Dabei lernen Sie die

Wirkweise auf körperlicher und mentaler Ebene kennen, erlernen einige Atem- und Entspannungspraktiken und erhalten einen kurzen Einblick in die yogische Ernährung. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und Socken (am besten rutschfest), ein großes Handtuch und ein kleines Sitzkissen mit. Diejenigen, die schnell frieren, können auch eine Decke bzw. zusätzliche warme bequeme Kleidung (warmer Pulli, dicke Socken) für die Entspannungssequenzen mitbringen.

■ 7250 Wochenendveranstaltung
Buchten Monika Stange
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
Sonntag, 26.02.23, 10.00-15.00 Uhr
28,30 EUR; erm. 21,64 EUR
8 - 12 Teilnehmende



Yoga - Schnupperworkshop

Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie eine Decke, ein kleines Kissen, ein Handtuch als Auflage für die Matte und bequeme Kleidung mit.

■ 7252 Wochenendveranstaltung
Buchten Kerstin Antje Sprungk
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15
Sonntag, 19.03.23, 10.00-14.00 Uhr
24,60 EUR; erm. 19,05 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Meditation

Grundlagen der Achtsamkeitsmeditation - Kennenlernabend

Dieser Abend bietet die Gelegenheit, einen Einblick, in den Meditationskurs „Grundlagen der Achtsamkeitsmeditation“ (siehe Kurs 7303) zu erhalten. Hier haben Sie im Rahmen einer regulären Sitzung die Möglichkeit, das Konzept und die Vielfältigkeit des fortlaufenden Kurses zu erleben und den Kursleitenden persönlich kennenzulernen. Bitte bringen Sie bequeme, warme Kleidung, eine Decke und ein Meditationskissen mit.

■ 7302 Einzelveranstaltung
Buchten Sebastian Engels
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
Freitag, 03.03.23, 18.30-20.00 Uhr
6,00 EUR, Keine Abendkasse!
8 - 12 Teilnehmende

Grundlagen der Achtsamkeitsmeditation

Der Begriff Meditation umfasst eine Vielzahl möglicher spiritueller Orientierungen und Praktiken. In systematischer Hinsicht geht es dabei um eine graduelle Reduzierung von unruhiger Zerstreutheit und Anhaftungen an bestimmte körperliche und geistige Prozesse. Hierzu möchte dieser Kurs verschiedene Übungsformen anbieten, um achtsam im Hier und Jetzt zu verweilen und sich langfristig einer ununterbrochenen Kontinuität des achtsamen Gewahrseins anzunähern. Mehr Informationen zu dem Kurs erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie bequeme, warme Kleidung, eine Decke und ein Meditationskissen mit.

■ 7303 Kurs
Buchten Sebastian Engels
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
Freitags 17.03.-09.06.23,
18.30-20.00 Uhr, 10 Abende
80,10 EUR; erm. 57,90 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Kein Unterricht am 19.05.2023



MBSR Stressbewältigung durch Achtsamkeit

MBSR steht für „mindfulness based stress reduction“ und lässt sich mit „Stressbewältigung durch Achtsamkeit“ übersetzen. Basierend auf Yoga und Meditation sowie auf Erkenntnissen der modernen Stressforschung und Psychotherapie, wurde dieser weltanschaulich neutrale Intensivkurs zur Stressbewältigung, -prävention und Stärkung von Gesundheit und Lebensfreude entwickelt und bezüglich seiner Wirksamkeit vielfach wissenschaftlich belegt. Die Schulung von Achtsamkeit beruht hier auf der täglichen Durchführung formeller Übungen (Body-Scan, sanftes Yoga, Sitzmeditation und Gehmeditation) sowie auf der informellen Praxis im Alltag, bei Routinetätigkeiten und im Umgang mit den eigenen Körperwahrnehmungen, Gedanken und Gefühlen. Der Kurs findet auf Basis des MBSR-Kurs-Konzepts von Jon Kabat-Zinn statt. Arbeitsmaterialien (Kurshandbuch und CD) in Höhe von 10 EUR sind im Entgelt enthalten. Bitte bringen Sie eine Decke, bequeme warme Kleidung, ein Handtuch als Auflage für die Matte und, falls vorhanden, ein Meditationskissen mit. Achtung: Ein Kurstermin findet am Sonntag, den 12. März 2023 von 09.30-16.30 Uhr statt.

Büchen ■ **7304** Kurs
 Jürgen Post
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11
 (Mehrzweckraum 1)
 Montags und sonntags,
 30.01.-27.03.23, 17.30-19.15 Uhr,
 9 Abende
 114,78 EUR; erm. 85,18 EUR, inkl.
 10 EUR für Arbeitsmaterialien
 8 - 12 Teilnehmende

In der Ruhe liegt die Kraft Meditationstag

Meditation ist die Kunst, sich jedem Augenblick des Lebens mit ruhiger Aufmerksamkeit zu widmen. Meditation gibt es schon seit Jahrtausenden. Sie wirkt sich geistig und körperlich beruhigend aus, stärkt die körpereigenen Abwehrkräfte, hilft Stress im Alltag und Beruf abzubauen und sich zu entspannen. Sie kann außerdem helfen, akute und chronische Schmerzen zu lindern. Meditation - regelmäßig praktiziert - führt zu größerer, geistiger Klarheit, besserem Gedächtnis und mehr Gelassenheit. An diesem Tag werden unterschiedliche Meditationsformen vorgestellt. Bitte bringen Sie eine Decke und bequeme, warme Kleidung, rutschfeste Socken oder Indoor-Sportschuhe mit heller Sohle, Trinkwasser, Pausenverpflegung und ein Handtuch als Auflage für die Matte mit.

Büchen ■ **7306** Wochenendveranstaltung
 Edith Bayer
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11
 (Mehrzweckraum 1)
 Samstag, 25.03.23, 10.00-17.30 Uhr
 40,62 EUR; erm. 30,26 EUR
 8 - 12 Teilnehmende

Waldbaden

Achtsamkeit im Wald erleben

Wollen Sie aus dem Alltagsstress und den gewohnten Abläufen einmal aussteigen und wissen nicht wie? Möchten Sie mehr innere Ruhe und mehr bei sich selbst sein und das in Verbindung mit der Natur? Dann ist dieser Kurs für Sie genau richtig. Sie erleben und genießen den Wald und schulen unter Anleitung gleichzeitig Ihre Achtsamkeit. Tipps und Hintergrundinformationen zur Umsetzung von Achtsamkeit im Alltag runden den Kurs ab. Übrigens: Die Japaner nennen das „Shinrin Yoku“, was so viel bedeutet wie baden in der Waldluft. Treffpunkt: Waldparkplatz „Am Herkenbusch“, 53347 Alfter (Kottenforst, Alfter-Impekoven). Der Wander-Parkplatz liegt, wenn Sie bis zum Wald durchfahren, ca. 100 Meter hin-

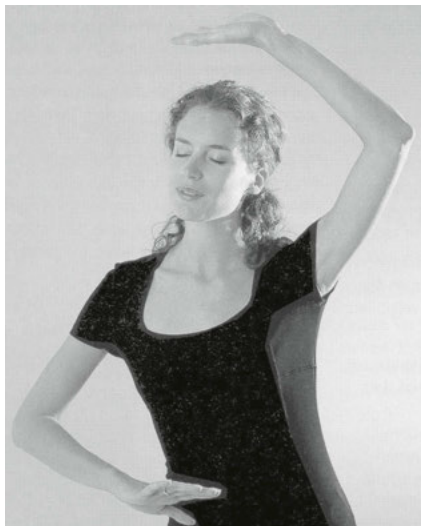
ter „Am Herkenbusch 27“ auf der rechten Seite. Bitte bringen Sie dem Wetter entsprechende Kleidung, ggfs. Regenbekleidung und/oder einen Regenschirm mit. Bei einer Meditations-Übung setzen sich die Teilnehmenden auf ein aus Ästen gebautes „Waldsofa“. Hierzu wäre eine Sitzunterlage (zur Auspolsterung und auch Schutz vor Nässe und Schmutz) zu empfehlen.

Treffpunkt: Waldparkplatz „Am Herkenbusch“, 53347 Alfter (Kottenforst, Alfter-Impekoven). Der Wander-Parkplatz liegt, wenn Sie bis zum Wald durchfahren, ca. 100 Meter hinter „Am Herkenbusch 27“ auf der rechten Seite.

Sie könnten auch folgende GPS-Koordinaten in Ihre Navigation eingeben: 50.71325,7.00535
 Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de.

Büchen ■ **7308** Kurs
 Sabine Malzbender
 Treffpunkt: Waldparkplatz
 "Am Herkenbusch", 53347 Alfter
 Sonntag, 02.07.23, 10.30-13.30 Uhr
 27,30 EUR; erm. 22,86 EUR
 8 - 12 Teilnehmende

Qigong



Qigong Yangsheng - Prävention in Alltag und Beruf

Diese Übungen (Gong) gehören zur „Traditionellen Chinesischen Medizin“ (TCM). Sie stärken die Lebenskraft (Qi). Ruheshaltungen, verschiedene Schritte und langsame, fließende Bewegungen führen zu körperlicher Entspannung und geistiger Ruhe. Sie wirken stabilisierend, pflegen die Gesundheit und bereiten



Freude. Bitte bequeme Kleidung, Hallenschuhe oder rutschfeste Socken mitbringen. Dieser Kurs ist von der Zentralen Prüfstelle für Prävention (ZPP) zertifiziert und kann von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst werden.

Büchen ■ **7340** Kurs
 Dr. Margret Causemann
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14
 (Mehrzweckraum 2)
 Montags 06.02.-22.05.23,
 17.00-18.30 Uhr, 12 Abende
 104,50 EUR
 8 - 9 Teilnehmende

Büchen ■ **7341** Kurs
 Dr. Margret Causemann
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14
 (Mehrzweckraum 2)
 Mittwochs 01.02.-10.05.23,
 10.00-11.30 Uhr, 12 Vormittage
 104,50 EUR
 8 - 9 Teilnehmende

Kein Unterricht am 15.02.2023

Zhan Zhuang Qigong - Kennenlernabend

Dieser Abend bietet die Gelegenheit, einen Einblick, in den Kurs „Zhan Zhuang Qigong“ (siehe Kurs 7346) zu erhalten. Hier haben Sie im Rahmen einer regulären Sitzung die Möglichkeit, das Konzept und die Vielfältigkeit des fortlaufenden Kurses zu erleben und den Kursleitenden persönlich kennenzulernen. Bitte bringen Sie bequeme, warme Kleidung, eine Decke und ein Meditationskissen mit.

Büchen ■ **7345** Einzelveranstaltung
 Sebastian Engels
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14
 (Mehrzweckraum 2)
 Mittwoch, 01.03.23, 19.45-21.15 Uhr
 6,00 EUR, Keine Abendkasse!
 8 - 9 Teilnehmende

Zhan Zhuang Qigong

Die Techniken und Übungen, die in diesem Kurs präsentiert werden, können in jedem Alter und jeder Fitness praktiziert werden. Es werden einfache Steh-, Bewegungs- und Atemübungen angeboten, die stabilisierend und harmonisierend auf den ganzen Organismus wirken und die Körperachtsamkeit schulen sollen. Bitte bringen Sie bequeme, warme Kleidung, eine Decke und ein Meditationskissen mit.

Büchen ■ **7346** Kurs
 Sebastian Engels
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14
 (Mehrzweckraum 2)
 Mittwochs 15.03.-10.05.23,
 19.45-21.15 Uhr, 7 Abende
 57,90 EUR; erm. 42,36 EUR
 8 - 9 Teilnehmende

Spezielle körperorientierte Verfahren

Rhythmikinetik - Verspannungen und Schmerzen selbst lösen lernen

- Praktischer Einführungsworkshop

Rhythmikinetik ist eine effektive Selbsthilfemethode, um Folgen von einseitigen Körperhaltungen, Stress und zurückliegenden Krankheiten auszugleichen. Dazu gehören z.B.: Rücken-, Gelenk- und Kopfschmerzen, Verdauungs- und Schlafstörungen. In der Rhythmikinetik werden leichte, angenehme Bewegungen mit einer speziellen Atemtechnik rhythmisch kombiniert, außerdem wird die Selbstwahrnehmung geschult.

Mehr Informationen zu dem Workshop erhalten Sie unter der Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie ein Handtuch als Auflage für die Matte, bequeme Kleidung, genügend zu trinken und bei Bedarf eine Decke, ein Kissen und warme Socken mit.

Büchen ■ **7402** Wochenendveranstaltung
 Dr. Christine Richter
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14
 (Mehrzweckraum 2)
 Samstag, 04.03.23, 11.00-16.00 Uhr
 30,70 EUR; erm. 23,32 EUR
 8 - 9 Teilnehmende

Rhythmikinetik - Verspannungen und Schmerzen selbst lösen Stress reduzieren und beweglicher werden

Dieser Kurs wird für Neu-Einsteigende und ehemalige Teilnehmende eines Einführungsworkshops angeboten. Er bietet die Möglichkeit, Gelerntes zu vertiefen, Erfahrungen auszutauschen und individuelle Probleme zu betrachten. Außerdem werden wir uns einzelnen Körperregionen wie z.B. Rücken, Schultern, Knie ausführender widmen. Bitte bringen Sie ein Handtuch als Auflage für die Matte, bequeme Kleidung, genügend zu trinken und bei Bedarf eine Decke, ein Kissen und warme Socken mit.

Büchen ■ **7403** Kurs
 Dr. Christine Richter
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14
 (Mehrzweckraum 2)
 Dienstags 07.02.-07.03.23,
 17.45-19.00 Uhr, 5 Abende
 36,92 EUR; erm. 27,67 EUR
 8 - 9 Teilnehmende

Wenn der Stress im Nacken sitzt - Einf. in die Alexander-Technik - Workshop

In diesem Seminar wird neben einer allgemeinen Einführung in die Alexander-Technik der Schwerpunkt auf den Schulter-Nacken-Bereich gelegt. Durch Stress, langes Verharren in einer Position (z.B. beim Sitzen am PC), aber auch durch ungünstige Bewegungs- und Haltungsgewohnheiten entstehen hier häufig Schmerzen und übermäßige Spannung. Die Methode F. M. Alexanders ist eine ganzheitliche Methode zu einem harmonischeren und bewussteren Umgang mit dem eigenen Körper. Sie hat zum Ziel, Bewegungs- und Haltungsgewohnheiten nachhaltig zu verbessern. Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Hallenschuhe oder rutschfeste Socken und ein Handtuch als Auflage für die Matte mit.

Büchen ■ **7406** Wochenendveranstaltung
 Thamar Wilkens
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11
 (Mehrzweckraum 1)
 Samstag, 06.05.23, 10.00-16.15 Uhr
 39,00 EUR; erm. 29,13 EUR
 6 - 12 Teilnehmende

Faszientraining & Entspannung

Faszien durchziehen unseren gesamten Körper wie ein riesiges Netzwerk. Je elastischer diese Strukturen durch dehnende, schwingende und federnde Übungen gehalten werden, desto beweglicher, schmerzfreier und vitaler bleibt der gesamte Körper. Die im Kurs vermittelten Übungen aus dem Faszientraining sind einfach, praktikabel und sehr effektiv, um Versteifungen und Bewegungseinschränkungen vorzubeugen bzw. schon bestehende Einschränkungen und Schmerzen zu lindern. Gleich einer Katze, die sich mehrmals am Tag reckt und dehnt, um schnell und elastisch zu bleiben, profitiert auch der Mensch von regelmäßigen Dehnungen im Wechsel mit Muskelspannung. Jede Kursstunde wird beendet mit einer passenden Entspannungssequenz. Im Laufe des Kurses ler-

nen Sie so auch verschiedene Entspannungstechniken kennen, um insgesamt präventiv und aktiv etwas für Ihre Gesunderhaltung beizutragen. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und ein großes Handtuch als Auflage für die Matte mit.

Büchen ■ **7410** Kurs
 Monika Stange
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11
 (Mehrzweckraum 1)
 Donnerstags 02.02.-11.05.23,
 19.55-20.55 Uhr, 12 Abende
 65,30 EUR; erm. 47,54 EUR
 8 - 12 Teilnehmende

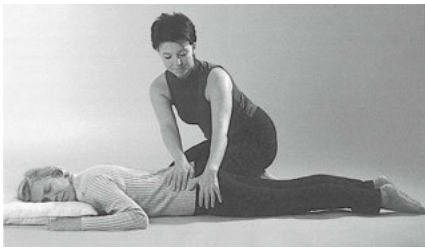
Faszientraining für mehr Beweglichkeit und Wohlbefinden - Workshop

In diesem Workshop erhalten Sie Informationen zur Funktion und Wirkung der Faszien in unserem Körper. Sie werden verschiedene spezielle Faszien- und Muskelübungen kennen lernen, die zur Regeneration, Entspannung und zu mehr Beweglichkeit und Lockerheit für den gesamten Körper führen können. Die Haltung und Atmung verbessert sich. Die speziellen Übungen an den Muskel-Faszien-Bahnen, die bewusst wahrgenommen und umgesetzt werden, wirken sich auf den gesamten Körper aus. Die Übungen sind leicht erlernbar und somit gut in den Alltag integrierbar. Dieser Workshop eignet sich für alle, die mit mehr Geschmeidigkeit und Leichtigkeit Beruf und Alltag gestalten möchten. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte bringen Sie ein Handtuch als Auflage für die Matte, bequeme Kleidung und Socken, sowie ein Getränk (Wasser) mit.

Büchen ■ **7411** Wochenendveranstaltung
 Catrin Losch
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11
 (Mehrzweckraum 1)
 Samstag, 25.02.23, 10.30-12.30 Uhr
 18,65 EUR; erm. 14,89 EUR
 6 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **7412** Wochenendveranstaltung
 Catrin Losch
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11
 (Mehrzweckraum 1)
 Samstag, 22.04.23, 10.30-12.30 Uhr
 18,65 EUR; erm. 14,89 EUR
 6 - 12 Teilnehmende





Massage

Ganzheitliche Entspannung durch Massage für Paare oder Singles in Begleitung

- Workshop

In diesem Workshop können Sie sich eine Auszeit vom Alltag und von stressigen beruflichen Situationen gönnen. Harmonisch fließende Streichungen, Dehnungen und Lockerungen für Muskeln und Gelenke lassen Sie entspannen und geben ein Gefühl des Wohlbefindens. Es werden einfache Griffe in der Partnermassage vermittelt, die zu Hause angewendet werden können. Massiert wird paarweise auf Massageliegen. Bis auf die direkt zu behandelnden Körperregionen, wird der restliche Körper stets durch die mitgebrachten Großhandtücher abgedeckt, um auch eine Unterkühlung zu vermeiden. Bitte bringen Sie (für 2 Personen zusammen) eine große Decke als Auflage für die Massagebank, 2 große Badetücher, 2 normale Handtücher, 1 kleines Handtuch, 1 kleines Kopfkissen, 1 Spannlaten, 2 Küchenrollen und bequeme Kleidung mit. Öle und Tücher werden zur Verfügung gestellt. Beide Partner müssen sich anmelden! Das Entgelt gilt pro Person.

Buchen ■ **7420** Wochenendveranstaltung
Roland Hanuja
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)
Samstag, 25.02.23, 9.30-16.00 Uhr
43,16 EUR; erm. 34,28 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Buchen ■ **7421** Wochenendveranstaltung
Roland Hanuja
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)
Samstag, 25.03.23, 9.30-16.00 Uhr
43,16 EUR; erm. 34,28 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Weitere Termine können, je nach Nachfrage, eingerichtet werden!

Buchen ■ **7422** Wochenendveranstaltung
Roland Hanuja
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)
Samstag, 03.06.23, 9.30-16.00 Uhr
43,16 EUR; erm. 34,28 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Weitere Termine können, je nach Nachfrage, eingerichtet werden!



Shiatsu für Paare oder Singles in Begleitung

- Workshop
In diesem Workshop haben Sie Gelegenheit, die wohltuende Wirkung von Shiatsu kennenzulernen. Sie erleben, wie sich Shiatsu anfühlt, wie es wirkt und lernen, es selbst anzuwenden. Laut dem Japanisches Gesundheitsministerium ist Shiatsu eine Form von manueller Behandlung, ausgeführt mit den Daumen, anderen Fingern und den Handflächen, ohne Zuhilfenahme irgendwelcher Instrumente. Durch Druck auf die menschliche Haut kann sie innere Störungen beseitigen, die Gesundheit fördern und spezielle Beschwerden behandeln. Shiatsu wirkt ausgleichend, lindernd und fördert die Selbstheilungskräfte. In diesem Workshop bekommen Sie eine praktische Einführung in die Shiatsu-Behandlung mit Übungssequenzen, die Sie an Ihrem Partner/Ihrer Partnerin probeweise anwenden können. Sie werden den typischen Shiatsu-Druck ebenso erlernen, wie einfache aber effektive Techniken mit Handballen- und Daumendruck. Hinweis: Shiatsu wird in bequemer Kleidung ausgeübt. Bitte bringen Sie eine Decke und ein Handtuch als Auflage für die Matte mit. Beide Partner müssen sich anmelden! Das Entgelt gilt pro Person.

Buchen ■ **7426** Wochenendveranstaltung
Osra Forouz-Mehr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)
Sonntag, 05.03.23, 9.30-16.00 Uhr
35,70 EUR; erm. 26,82 EUR
8 - 10 Teilnehmende

Buchen ■ **7427** Wochenendveranstaltung
Osra Forouz-Mehr
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)
Samstag, 06.05.23, 9.30-16.00 Uhr
35,70 EUR; erm. 26,82 EUR
8 - 10 Teilnehmende

Ein Tag nur für mich - Entspannung mit Klang - Workshop

Dieser Tag lädt Sie ein, sich selbst einmal anders wahrzunehmen. Sie lernen Klangschalen und ihre Wirkung kennen. Entspannen Sie bei den sanften Klängen und schicken Sie Ihre Sinne auf einen kleinen Urlaub vom Alltag und vom Beruf. Durch die Entspannung können Sie zu Ihrer Mitte kommen und Ihre eigenen Ressourcen stärken. Bitte bringen Sie zwei Decken, ein kleines Kissen, dicke Socken, ein Handtuch als Auflage für die Matte und ausreichend Trinkwasser mit. Bequeme Kleidung wird empfohlen.

Buchen ■ **7430** Wochenendveranstaltung
Dr. Bianka Petzelberger
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)
Sonntag, 12.03.23, 10.30-17.00 Uhr
43,70 EUR; erm. 32,42 EUR
6 - 9 Teilnehmende

Selbstbehauptung für Frauen

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen - Workshop

Körperliche Bedrängnis von und Gewalt gegen Frauen gehören leider unverändert zur Lebenswirklichkeit. Der Workshop konzentriert sich dabei vorrangig auf von fremden Tätern ausgehende Übergriffe bzw. Gewalt. Vorausschauende Planung, umsichtiges Verhalten, oder, falls eine gewaltträchtige Konfliktsituation tatsächlich unvermeidbar sein sollte, ein beherrschtes Auftreten und gezielte, effiziente Gegenwehr können solche Situationen mit Aussicht auf Erfolg entschärfen oder aber Zeit und Raum schaffen, um sich vom „Tatort“ zu entfernen. Der Workshop befasst sich mit vorbeugenden Maßnahmen und vermittelt Einblicke in sehr effektive, praxiserprobte Techniken, die kein langjähriges Üben voraussetzen. Das Konzept berücksichtigt Teilnehmende ohne Vorkenntnisse bzw. praktische Erfahrung. Der Workshop wird nach den aktuellsten Corona-Auflagen durchgeführt. Bitte bequeme Freizeit- oder Sportbekleidung, ggfs. rutschfeste Socken oder Gymnastikschuhe/Schlappchen, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen. Das Barfußlaufen ist aus hygienischen Gründen nicht gestattet.

Büchen ■ **7440** Einzelveranstaltung
Jörg Triemer
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15
Samstags 11.02.-11.02.23,
13.00-17.00 Uhr
25,82 EUR; erm. 19,90 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **7441** Einzelveranstaltung
Jörg Triemer
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15
Samstags 18.03.-18.03.23,
13.00-17.00 Uhr
31,15 EUR; erm. 23,64 EUR
8 - 12 Teilnehmende



Selbstbehauptung für Frauen - Workshop

In diesem Workshop werden ausgewählte Aspekte zum Thema Selbstbehauptung vorgestellt und geübt. Es geht u.a. um ein selbstsicheres Auftreten und damit einen Konflikt frühzeitig und sicher beenden zu können bevor es eskaliert. Darauf aufbauend werden grundlegende Techniken eingeübt, körperlich überlegene Angreifer abzuwehren und somit auch aus der Gefahrenquelle zu entgehen. Die realitätserprobten Techniken sind leicht zu erlernen und anzuwenden. Sie basieren auf intuitiven Reflexen, die auch unter Stress abgerufen werden können. Der Dozent, der von einer Assistentin unterstützt wird, setzt ein umfangreiches Szenario-Training ein, um die Teilnehmerinnen auch mental auf eventuelle Gefahrensituationen vorzubereiten. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung oder Sportsachen und rutschfeste Sportschuhe mit. (Bitte keine Straßenschuhe!).

Büchen ■ **7445** Wochenendveranstaltung
Leif Grass
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
Samstag, 03.06.23, 10.00-15.00 Uhr
28,30 EUR; erm. 21,64 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Asiatische Kampfkünste

Wing Chun für Frauen

Wing Chun ist eine chinesische Kampfkunst, deren Prinzipien vor ca. 300 Jahren von einer buddhistischen Nonne entwickelt wurden. Dabei stand im Vordergrund, sich wirkungsvoll gegen einen Gegner mit mehr Körperkraft verteidigen zu können. Durch die Bevorzugung kurzer Wege kann sehr schnell gehandelt werden. Das Erlernen dieser Kampfkunst geht mit der Verbesserung von Kon-

zentration, Reaktionsvermögen und Körperwahrnehmung einher. Nicht nur der Körper wird intensiv trainiert, auch der Geist und Verstand werden geschult. Die Grundtechniken des Wing Chun sind koordinativ und in der Anwendung rasch erlernbar. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Grundprinzipien dieser Kampfkunst sind neben der Fairness, Respekt und Achtung des Anderen. Bitte bringen Sie bequeme Sportkleidung und Hallenschuhe mit.

Büchen ■ **7462** Kurs
Dr. Eva Zöller
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
Montags 30.01.-05.06.23,
19.30-21.00 Uhr, 14 Abende
109,70 EUR; erm. 78,62 EUR
7 - 12 Teilnehmende



Rückenfitness

Rückenfit am Montag

Rückenfitness mit Musik

Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie eine Matte, bequeme Sportkleidung und rutschsichere Socken mit.

Büchen ■ **7503** Kurs
Regina Müller-Jakubik
Bonn, Clara-Schumann-Gymnasium, Loestr. 14
(Gymnastikraum = alte Turnhalle)
Montags 30.01.-27.03.23,
17.30-18.30 Uhr, 8 Abende
45,58 EUR; erm. 33,74 EUR
8 - 15 Teilnehmende

Büchen ■ **7504** Kurs
Regina Müller-Jakubik
Bonn, Clara-Schumann-Gymnasium, Loestr. 14
(Gymnastikraum = alte Turnhalle)
Montags 17.04.-05.06.23,
17.30-18.30 Uhr, 6 Abende
35,70 EUR; erm. 26,82 EUR
8 - 15 Teilnehmende

Wirbelsäulengymnastik

Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie eine Matte, bequeme Sportkleidung und rutschsichere Socken mit.

Büchen ■ **7505** Kurs
Sybille Richter-Kirst
Bonn-Bad Godesberg,
Schule Heiderhof, Weißdornweg 139 (Turnhalle)
Montags 06.02.-27.03.23,
17.00-18.00 Uhr, 7 Abende
40,62 EUR; erm. 30,26 EUR
8 - 15 Teilnehmende

Büchen ■ **7506** Kurs
Sybille Richter-Kirst
Bonn-Bad Godesberg,
Schule Heiderhof, Weißdornweg 139 (Turnhalle)
Montags 17.04.-05.06.23,
17.00-18.00 Uhr, 6 Abende
35,70 EUR; erm. 26,82 EUR
8 - 15 Teilnehmende



Wirbelsäulengymnastik- kräftiger und beweglicher Rücken

Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie bequeme Sportkleidung und rutschsichere Socken mit.

Büchen ■ **7507** Kurs
Judith Zenk
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15
Montags 30.01.-05.06.23,
18.00-19.00 Uhr, 14 Abende
75,18 EUR; erm. 54,46 EUR
7 - 12 Teilnehmende



Aktive (Mittags-) Pause für den Rücken

In dieser Einheit können Sie in Ihrer Mittagspause eine intensive halbe Stunde für einen gesunden Rücken investieren. Sie können in Ihrer Arbeitskleidung kommen, ein Umziehen ist nicht erforderlich. Im Stehen, Sitzen und teilweise im Liegen auf Matten werden in komprimierter Form die Rumpfmuskulatur gekräftigt und verkürzte Muskelpartien gedehnt. Dieser Kurs ist daher besonders gut geeignet für alle Berufsgruppen mit einer vorwiegend sitzenden bzw. stehenden Tätigkeit. Rücken fit - Job fit!

Büchen ■ **7508** Kurs
Monika Stange
Stadthaus, Berliner Platz 2, Etage 9C, Fitnessraum
Montags 30.01.-15.05.23,
12.30-13.00 Uhr, 12 Mitternacht
40,90 EUR; erm. 31,54 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Rückenfit

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende aller Altersstufen und beinhaltet Übungen zur Stärkung der Rücken- und Bauchmuskulatur für einen belastungsfähigeren und kraftvolleren Rücken. Eine starke Rücken- und Bauchmuskulatur stützt den Rumpf, entlastet die Wirbelsäule und sorgt für eine gesunde Körperhaltung. Die kräftigenden und stabilisierenden Übungen werden kombiniert mit Dehnübungen, um Verspannungen zu lösen und für eine bessere Beweglichkeit und schmerzfrei-ere Bewegung im Alltag zu sorgen.

Büchen ■ **7509** Kurs
Monika Stange
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)
Montags 30.01.-15.05.23,
15.30-16.30 Uhr, 12 Nachmittage
65,30 EUR; erm. 47,54 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Rückenfit am Dienstag

Rückenfit

Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie eine Matte, bequeme Sportkleidung und rutschsichere Socken mit.

Büchen ■ **7510** Kurs
Sabrina Stockhausen
Bonn-Beuel, Rheinschule Beuel (ehem. Gartenschule), Ringstr. 69, Gymnastikraum
Dienstags 07.02.-28.03.23,
18.00-19.00 Uhr, 7 Abende
40,62 EUR; erm. 30,26 EUR
8 - 10 Teilnehmende

Kein Unterricht am 21.02.2023

Büchen ■ **7511** Kurs
Sabrina Stockhausen
Bonn-Beuel, Rheinschule Beuel (ehem. Gartenschule), Ringstr. 69, Gymnastikraum
Dienstags 18.04.-23.05.23,
18.00-19.00 Uhr, 6 Abende
35,70 EUR; erm. 26,82 EUR
8 - 10 Teilnehmende

Büchen ■ **7513** Kurs
Ramona Schneider
Bonn Beuel, Hallenbad, Goetheallee 29-35 (Gymnastikraum)
Dienstags 07.02.-21.03.23,
17.30-18.30 Uhr, 7 Abende
40,62 EUR; erm. 30,26 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **7514** Kurs
Ramona Schneider
Bonn Beuel, Hallenbad, Goetheallee 29-35 (Gymnastikraum)
Dienstags 18.04.-06.06.23,
17.30-18.30 Uhr, 7 Abende
40,62 EUR; erm. 30,26 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Rückenfit am Mittwoch

Fit Mix mit Schwerpunkt Rücken- und Faszientraining

Dieser Kurs ist geeignet für alle, die etwas für Ihre Gesundheit tun wollen. Das Ziel des Kurses ist, durch ein gezieltes Training aus einer Kombination von dynamischen und stabilisierenden Übungen, die Rumpf-Rückenmuskulatur zu stärken und insgesamt das körperliche Wohlbefinden zu fördern. Mit speziellen Übungen werden zusätzlich die Faszien gedehnt und bearbeitet. Gemeinsam in der Gruppe möchte die Dozentin den Spaß an der Bewegung fördern. Bitte bringen Sie eine Matte und bequeme Sportkleidung mit.

Büchen ■ **7515** Kurs
Catrin Losch
Bonn-Duisdorf, Finkenhofschule, Ossietzkystr. 34 (Gymnastikraum, Tiefparterre der Turnhalle)
Mittwochs 08.02.-29.03.23,
18.00-19.30 Uhr, 8 Abende
65,30 EUR; erm. 47,54 EUR
8 - 15 Teilnehmende

Büchen ■ **7516** Kurs
Catrin Losch
Bonn-Duisdorf, Finkenhofschule, Ossietzkystr. 34 (Gymnastikraum, Tiefparterre der Turnhalle)
Mittwochs 19.04.-07.06.23,
18.00-19.30 Uhr, 8 Abende
65,30 EUR; erm. 47,54 EUR
8 - 15 Teilnehmende



Rückenfit

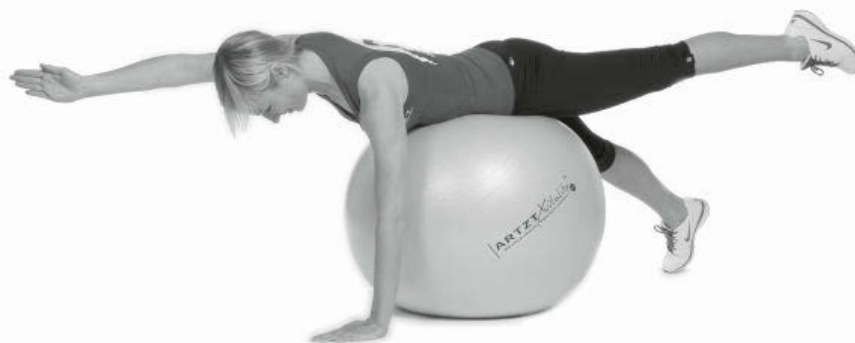
Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie eine Matte, bequeme Sportkleidung und rutschsichere Socken mit.

Büchen ■ **7517** Kurs
Kerstin Bahr
Bonn, Marienschule, Heerstr. 92-94 (Turnhalle)
Mittwochs 01.02.-22.03.23,
17.30-18.30 Uhr, 7 Abende
40,62 EUR; erm. 30,26 EUR
8 - 15 Teilnehmende

Kein Unterricht am 15.02.2023

Büchen ■ **7518** Kurs
Kerstin Bahr
Bonn, Marienschule, Heerstr. 92-94 (Turnhalle)
Mittwochs 19.04.-07.06.23,
17.30-18.30 Uhr, 7 Abende
40,62 EUR; erm. 30,26 EUR
8 - 15 Teilnehmende

Kein Unterricht am 24.05.2023



Wirbelsäulengymnastik am Vormittag

Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie eine Matte, bequeme Sportkleidung und Sportschuhe mit.

Büchen ■ **7522** Kurs
 Sybille Richter-Kirst
 Brotfabrik, Kreuzstr. 16, 53225 Bonn (Tanzraum 1)
 Mittwochs 01.02.-29.03.23,
 10.00-11.15 Uhr, 9 Vormittage
 84,10 EUR; erm. 60,70 EUR,
 inklusive Anmietungskosten.
 10 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **7523** Kurs
 Sybille Richter-Kirst
 Brotfabrik, Kreuzstr. 16, 53225 Bonn (Tanzraum 1)
 Mittwochs 19.04.-07.06.23,
 10.00-11.15 Uhr, 8 Vormittage
 75,41 EUR; erm. 54,61 EUR,
 inklusive Anmietungskosten.
 10 - 12 Teilnehmende

Rückenfit am Donnerstag

Wirbelsäulengymnastik/Stretching

Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie eine Matte, bequeme Sportkleidung und rutschsichere Socken mit.

Büchen ■ **7532** Kurs
 Lisa Duhme
 Bonn, Gustav-Heinemann-Haus,
 Waldenburger Ring 44
 Donnerstags 02.02.-30.03.23,
 10.00-11.30 Uhr, 8 Vormittage
 66,90 EUR; erm. 50,58 EUR,
 inklusive Anmietungskosten.
 10 - 14 Teilnehmende

Büchen ■ **7533** Kurs
 Lisa Duhme
 Bonn, Gustav-Heinemann-Haus,
 Waldenburger Ring 44
 Donnerstags 20.04.-15.06.23,
 10.00-11.30 Uhr, 7 Vormittage
 59,30 EUR; erm. 45,02 EUR,
 inklusive Anmietungskosten.
 10 - 14 Teilnehmende

Spezielle Gymnastik

Beckenbodentraining (nur für Frauen)

In diesem Kurs sollen durch verschiedene Übungen der Beckenboden besser wahrgenommen und gestärkt werden. Die Zusammenhänge zwischen Alltagsverhalten, Körperhaltung und Beckenboden soll ver-

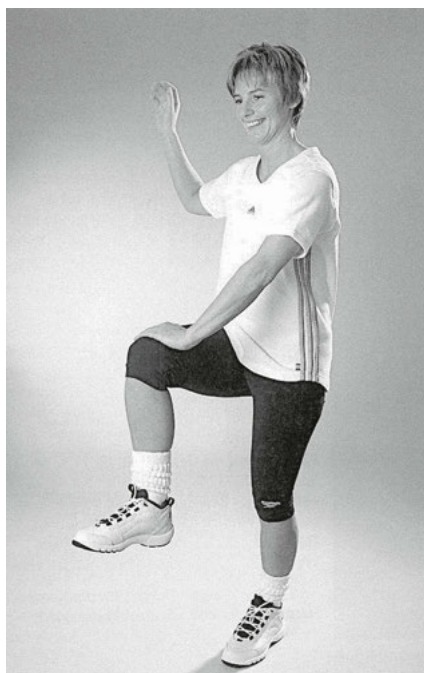
deutlich werden. Der Kurs ist geeignet für Interessierte, die Kontakt mit ihrer Körpermitte aufnehmen und mit sanfter und gezielter Gymnastik den Beckenboden trainieren möchten. Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kursnummer auf www.vhs-bonn.de. Bitte beachten Sie: Dieser Kurs eignet sich nicht als Rückbildungsgymnastik. Bitte bringen Sie sportliche Kleidung, Socken, ein Handtuch als Auflage für die Matte und etwas zu trinken mit.

Büchen ■ **7550** Kurs
 Babette Mahler
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
 Donnerstags 02.03.-23.03.23,
 11.20-12.20 Uhr, 4 Vormittage
 25,82 EUR; erm. 19,90 EUR
 6 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **7551** Kurs
 Babette Mahler
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
 Donnerstags 20.04.-11.05.23,
 11.20-12.20 Uhr, 4 Vormittage
 25,82 EUR; erm. 19,90 EUR
 6 - 12 Teilnehmende

Sturzprophylaxe - mit Bewegung und Spaß standfest im Alltag

Wer sich fit hält und bis ins hohe Alter regelmäßig seine Muskulatur, das Gleichgewicht und die Reaktionsfähigkeit trainiert, kann das Sturzrisiko deutlich reduzieren und seine Lebensqualität erhöhen. Dieser Kurs bietet für jeden Teilnehmenden spezielle und angepasste Übungen an, um gezielt die Bein- und Hüftmuskulatur zu stärken, die Balance-, Stand- und Bewegungssicherheit zu



fördern sowie Beweglichkeit, Koordination und Reaktionsvermögen zu verbessern. In einer angenehmen Gruppenatmosphäre laden die ausgewählten Übungen und Bewegungsspiele zum motivierten Mitmachen ein. Bitte bringen Sie ein Handtuch als Auflage für die Matte, bequeme Sportkleidung und rutschsichere Socken mit.

Büchen ■ **7555** Kurs
 Monika Stange
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
 Montags 30.01.-15.05.23,
 14.20-15.20 Uhr, 12 Nachmittage
 65,30 EUR; erm. 47,54 EUR
 8 - 12 Teilnehmende

Aquafitness

Aquafitness

- für Frauen und Männer

Die Aquafitness bietet durch die Auftriebskraft und den Widerstand des Wassers ein optimales Gelenk schonendes Beweglichkeits-, Kräftigungs- und Herz-Kreislauftraining für Alltag und Beruf. Die abwechslungsreiche Gymnastik im angenehm temperierten Wasser ist nicht nur ein effektives Gesamtkörpertraining, sondern wirkt wohltuend und entspannend auf Körper und Geist. Es macht Spaß und Laune. Der Kurs ist geeignet für Schwimmer und Nichtschwimmer, wie auch für Anfänger und Fortgeschrittene. Die Wassertiefe im Frankenbad reicht an der tiefsten Stelle bis zu ca. 130 cm. Die Kurse sind daher geeignet für Teilnehmende bis zu einer Körpergröße von ca. 1,75 m.

Büchen ■ **7560** Kurs
 Linda Zinnecker, Annika Spitz
 Bonn, Frankenbad, Adolfstr. 45,
 Lehrschwimmbecken
 Montags 30.01.-08.05.23,
 19.00-19.45 Uhr, 11 Abende
 87,50 EUR; erm. 72,98 EUR, incl.
 33,00 EUR Benutzungsgebühr
 10 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **7561** Kurs
 Linda Zinnecker, Annika Spitz
 Bonn, Frankenbad, Adolfstr. 45,
 Lehrschwimmbecken
 Montags 30.01.-08.05.23,
 19.45-20.30 Uhr, 11 Abende
 87,50 EUR; erm. 72,98 EUR, incl.
 33,00 EUR Benutzungsgebühr
 10 - 12 Teilnehmende

Buchen ■ **7562** Kurs
Regina Müller-Jakubik, Evelyn Spitz
Bonn, Frankenbad, Adolfstr. 45,
Lehrschwimmbecken
Dienstags 31.01.-09.05.23,
19.00-19.45 Uhr, 12 Abende
94,90 EUR; erm. 79,06 EUR, incl.
36,00 EUR Benutzungsgebühr
10 - 12 Teilnehmende

Kein Unterricht am 21.02.2023

Buchen ■ **7564** Kurs
Regina Müller-Jakubik, Evelyn Spitz
Bonn, Frankenbad, Adolfstr. 45,
Lehrschwimmbecken
Dienstags 31.01.-09.05.23,
19.45-20.30 Uhr, 12 Abende
94,90 EUR; erm. 79,06 EUR, incl.
36,00 EUR Benutzungsgebühr
10 - 12 Teilnehmende

Kein Unterricht am 21.02.2023

Sportbootführerschein

Sportbootführerschein Binnen, Motor- & Segel (Theoriekurs) Segeln lernen? Motorboot fahren? Führerschein machen!

Wer in Deutschland oder vielen europäischen Ländern mit einem Motor mit mehr als 15PS (auf dem Rhein ab 5PS) aufs Wasser will, braucht dafür einen Führerschein. Und wer sich ein Segelboot ausleihen will muss segeln können und Erfahrungen nachweisen. Da macht es Sinn, einen amtlichen Sportbootführerschein Binnen präsentieren zu können. Wir befassen uns intensiv mit den theoretischen Fragen: Schifffahrtsrecht, Seemannschaft, Wetter- und Motorenkunde und ggf. der Theorie des Segelns. Am Ende des Kurses kann die Prüfung vom amtlichen Prüfungsausschuss abgenommen werden. Der praktische Teil, je nach Variante als Motorbootführerschein in Köln oder als kombinierter Motor- und Segelkurs, kann an einer kommerziellen Wassersportschule oder in einem Segelverein erfolgen. Weitere Fragen zum Sportbootführerschein bzw. FAQ's entnehmen Sie bitte aus der folgenden PDF-Datei: <https://bit.ly/3mUHHeQ>

Buchen ■ **7582** Kurs
Arne Goerndt
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49
Donnerstags 02.02.-04.05.23,
20.00-21.30 Uhr, 11 Abende
87,50 EUR; erm. 63,08 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Fitness-Light bis Power-Fitness

Aktive (Mittags-) Pause für den Rücken

In dieser Einheit können Sie in Ihrer Mittagspause eine intensive halbe Stunde für einen gesunden Rücken investieren. Sie können in Ihrer Arbeitskleidung kommen, ein Umziehen ist nicht unbedingt erforderlich! In verschiedenen Ausgangsstellungen, wie z. B. Stehen, Sitzen und teilweise im Liegen auf Matten werden in komprimierter Form die Rumpfmuskulatur gekräftigt und verkürzte Muskelpartien gedehnt. Dieser Kurs ist daher besonders gut geeignet für alle Berufsgruppen mit einer vorwiegend sitzenden bzw. stehenden Tätigkeit. Rücken fit - Job fit!

Buchen ■ **7508** Kurs
Monika Stange
Stadthaus, Berliner Platz 2, Etage
9C, Fitnessraum
Montags 30.01.-15.05.23,
12.30-13.00 Uhr, 12 Mittage
40,90 EUR; erm. 31,54 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Cardio-Kick-Box-Fitness

Mehr Informationen erhalten Sie unter der Kurs-Nummer auf www.vhs-bonn.de.

Buchen ■ **7602** Kurs
Babette Mahlert
Bonn-Bad Godesberg,
Gertrud-Bäumer-Schule,
(Gymnastikraum)
Zeppelinstr. 9-17
Mittwochs 01.02.-29.03.23,
19.30-20.30 Uhr, 9 Abende
50,50 EUR; erm. 37,18 EUR
8 - 15 Teilnehmende

Buchen ■ **7603** Kurs
Babette Mahlert
Bonn-Bad Godesberg,
Gertrud-Bäumer-Schule,
(Gymnastikraum)
Zeppelinstr. 9-17
Mittwochs 19.04.-07.06.23,
19.30-20.30 Uhr, 8 Abende
45,58 EUR; erm. 33,74 EUR
8 - 15 Teilnehmende



Bodyfit

Dieser Kurs bietet Ihnen ein Ganzkörpertraining mit eigenem Körpergewicht, das Ihre Fitness verbessert und das Wohlbefinden steigert. Es erwartet Sie eine abwechslungsreiche Kombination aus Beweglichkeit-, Kraft- und Ausdauerübungen, die Sie für die Belastungen im Alltag fit macht. Dehn- und Entspannungsübungen runden die Stunde ab. Die Übungen werden bedarfsorientiert angeboten und eignen sich daher für alle Fitnesslevel. Bitte bringen Sie eine Matte, bequeme Sportkleidung, Hallenschuhe oder rutschsichere Socken sowie ein Handtuch.

Buchen ■ **7608** Kurs
Sabrina Stockhausen
Bonn-Beuel, Rheinschule Beuel
(ehem. Gartenschule), Ringstr. 69,
Gymnastikraum
Dienstags 07.02.-28.03.23,
19.00-20.00 Uhr, 7 Abende
40,62 EUR; erm. 30,26 EUR
8 - 10 Teilnehmende

Kein Unterricht am 21.02.2023

Anzeige

Segelschule *Lord Nelson* Motorbootschule

Alle Segel-, Funk- und Motorbootführerscheine in Theorie und Praxis.

Segel- und Motorboot-
praxisschulungen in
Holland

Intensivkurse

Yachtsegelpraxisausbildung
auf Ostsee und im Mittelmeer



Motorbootpraxisschulungen
auf dem Rhein

Mitsegeltörns

Manövertraining

Schnuppersegeln

P. Lückhoff · Tel. 02 28 / 66 66 95 · www.Lord-Nelson.com

Buchen ■ **7609** Kurs
Sabrina Stockhausen
Bonn-Beuel, Rheinschule Beuel
(ehem. Gartenschule), Ringstr. 69,
Gymnastikraum
Dienstags 18.04.-23.05.23,
19.00-20.00 Uhr, 6 Abende
35,70 EUR; erm. 26,82 EUR
8 - 10 Teilnehmende



Fitnessgymnastik mit Musik

Der Kurs ist für alle Interessierten geeignet und erfordert keine Voraussetzungen. Bitte bringen Sie sportliche Kleidung, Hallenschuhe, eine eigene Matte und ein großes Handtuch mit. Mehr Informationen unter www.vhs-bonn.de.

Buchen ■ **7612** Kurs
Regina Müller-Jakubik
Bonn, Clara-Schumann-Gymnasium,
Loestr. 14
(Gymnastikraum = alte Turnhalle)
Montags 30.01.-27.03.23,
18.45-20.15 Uhr, 8 Abende
65,30 EUR; erm. 47,54 EUR
8 - 15 Teilnehmende

Buchen ■ **7613** Kurs
Regina Müller-Jakubik
Bonn, Clara-Schumann-Gymnasium,
Loestr. 14
(Gymnastikraum = alte Turnhalle)
Montags 17.04.-05.06.23,
18.45-20.15 Uhr, 6 Abende
50,50 EUR; erm. 37,18 EUR
8 - 15 Teilnehmende



Fitness-Gymnastik

Der Kurs ist für alle Interessierten geeignet und erfordert keine Voraussetzungen. Bitte bringen Sie sportliche Kleidung, Hallenschuhe, eine eigene Matte und ein großes Handtuch mit. Mehr Informationen unter www.vhs-bonn.de.

Buchen ■ **7614** Kurs
Dagmar Wierschem
Bonn-Duisdorf,
Gemeinschaftsgrundschule
Medinghoven, Stresemannstr. 26
(Turnhalle)
Dienstags 31.01.-28.03.23,
19.00-20.30 Uhr, 9 Abende
72,70 EUR; erm. 52,72 EUR
8 - 15 Teilnehmende

Buchen ■ **7615** Kurs
Dagmar Wierschem
Bonn-Duisdorf,
Gemeinschaftsgrundschule
Medinghoven, Stresemannstr. 26
(Turnhalle)
Dienstags 18.04.-06.06.23,
19.00-20.30 Uhr, 7 Abende
57,90 EUR; erm. 42,36 EUR
8 - 15 Teilnehmende



Rückengerechte Fitness-Gymnastik

Der Kurs ist für alle Interessierten geeignet und erfordert keine Voraussetzungen. Mehr Informationen erhalten Sie unter der Kurs-Nr. unter www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie eine Iso-Matte, ein Thera- bzw. Physioband, bequeme Sportbekleidung und ein kleines Handtuch mit.

Buchen ■ **7616** Kurs
Regina Müller-Jakubik
Helmholtz-Gymnasium II,
Gymnastikraum (Spiegelsaal),
Helmholtzstr. 18, 53123 Bonn
Mittwochs 01.02.-29.03.23,
18.00-19.30 Uhr, 9 Abende
72,70 EUR; erm. 52,72 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Buchen ■ **7617** Kurs
Regina Müller-Jakubik
Helmholtz-Gymnasium II,
Gymnastikraum (Spiegelsaal),
Helmholtzstr. 18, 53123 Bonn
Mittwochs 19.04.-07.06.23,
18.00-19.30 Uhr, 8 Abende
65,30 EUR; erm. 47,54 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Funktionales Intervalltraining

Buchen ■ **7622** Kurs
Kerstin Bahr
Bonn, Marienschule, Heerstr. 92-94
(Turnhalle)
Mittwochs 01.02.-22.03.23,
18.45-19.45 Uhr, 7 Abende
40,62 EUR; erm. 30,26 EUR
8 - 15 Teilnehmende

Kein Unterricht am 15.02.2023

Buchen ■ **7623** Kurs
Kerstin Bahr
Bonn, Marienschule, Heerstr. 92-94
(Turnhalle)
Mittwochs 19.04.-07.06.23,
18.45-19.45 Uhr, 7 Abende
40,62 EUR; erm. 30,26 EUR
8 - 15 Teilnehmende

Kein Unterricht am 24.05.2023



Funktionales Ganzkörpertraining

In diesem Kurs wird durch gezielte Übungsauswahl abwechselnd Kraft, Gleichgewicht, Stabilität, Flexibilität und Ausdauer verbessert. Dabei wechseln sich Belastungsphasen und kurze Erholungspausen ab. Mobilisations- und Dehnübungen runden die Stunde ab. Jede Übung kann auf jede Leistungsstufe angepasst werden. Der Kurs ist sowohl für Anfänger als auch für sportliche Teilnehmende geeignet. Bitte mitbringen: Sportliche Kleidung, Hallenschuhe, ein Getränk, eine Matte oder ein großes Handtuch

Buchen ■ **7625** Kurs
Ramona Schneider
Bonn Beuel, Hallenbad,
Goetheallee 29-35 (Gymnastikraum)
Dienstags 07.02.-21.03.23,
18.30-19.30 Uhr, 7 Abende
40,62 EUR; erm. 30,26 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Buchen ■ **7626** Kurs
Ramona Schneider
Bonn Beuel, Hallenbad,
Goetheallee 29-35 (Gymnastikraum)
Dienstags 18.04.-06.06.23,
18.30-19.30 Uhr, 7 Abende
40,62 EUR; erm. 30,26 EUR
8 - 12 Teilnehmende



Fitness und Body-Workout - nur für Frauen!

Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie bequeme Sportbekleidung, Sportschuhe und ein Handtuch als Auflage für die Matte mit.

Buchen ■ **7650** Kurs
Dr. Tonia Schüller
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11
(Mehrzweckraum 1)
Mittwochs 01.02.-29.03.23,
18.10-19.10 Uhr, 9 Abende
50,50 EUR; erm. 37,18 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **7651** Kurs
 Dr. Tonia Schüller
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11
 (Mehrzweckraum 1)
 Mittwochs 19.04.-31.05.23,
 18.10-19.10 Uhr, 7 Abende
 40,62 EUR; erm. 30,26 EUR
 8 - 12 Teilnehmende



bodyArt® -Training - nur für Frauen!

In diesem Kurs lernen Sie bodyArt® kennen. bodyArt® ist ein funktionelles Workout, bei der intensiv der gesamte Körper trainiert wird. Es kombiniert Kraft, Flexibilität, Herz, Kreislauf und Atmung. Nicht das Trainieren einzelner Muskelgruppen steht im Vordergrund wie z.B. im klassischen Krafttraining, sondern der Körper in seiner Ganzheit und mit seiner Verbindung zum Geist. Das Ziel des bodyART® Trainings ist das optimale Zusammenspiel des gesamten Körpers durch funktionelle Kräftigung und Stabilisierung des Bewegungsapparates in der eigenen Wohnung bzw. an dem individuell gewählten Ort zu verbessern. Bitte bringen Sie bequeme Sportbekleidung, rutschfeste Socken und ein Handtuch als Auflage für die Matte mit.

Büchen ■ **7656** Kurs
 Dr. Tonia Schüller
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11
 (Mehrzweckraum 1)
 Mittwochs 01.02.-29.03.23,
 19.20-20.20 Uhr, 9 Abende
 50,50 EUR; erm. 37,18 EUR
 8 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **7657** Kurs
 Dr. Tonia Schüller
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11
 (Mehrzweckraum 1)
 Mittwochs 19.04.-31.05.23,
 19.20-20.20 Uhr, 7 Abende
 40,62 EUR; erm. 30,26 EUR
 8 - 12 Teilnehmende



Fitness und Aerobic

Fitness und Aerobic umfasst neben Aerobic auch Bodyshape, Bodyworkout oder Fatburner. Je nach Interessenlage der Teilnehmenden kann das Programm variiert und damit für alle interessant gestaltet werden. Das ganze Programm wird mit dynamischer und schwungvoller Musik unterlegt. Mehr Informationen zum Inhalt erhalten Sie unter der u.a Kursnummer auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie bequeme Sportbekleidung, rutschfeste Socken und ein Handtuch als Auflage für die Matte mit. Bitte bringen Sie feste Schuhe,

Handtuch und etwas zu trinken mit.

Büchen ■ **7658** Kurs
 Irène Fandio
 Bonn, Marienschule, Heerstr. 92-94
 (Turnhalle)
 Donnerstags 02.02.-30.03.23,
 18.00-19.15 Uhr, 8 Abende
 55,42 EUR; erm. 40,62 EUR
 8 - 15 Teilnehmende



bodyArt® -Training - nur für Frauen! - Online



Die Beschreibung der Inhalte entnehmen Sie bitte unter der Kursnummer 7656. Der Kurs findet online mit dem Konferenztool „Zoom“ statt. Nach Anmeldung senden wir Ihnen am ersten Kurstag und rechtzeitig vor Beginn des Kurses per E-Mail einen Anmelde-link. Sie benötigen keine besonderen Programm-voraussetzungen oder Registrierungen, lediglich einen Computer mit Kamera/Lautsprecher und einem stabilen Internetzugang. Zu den Systemvoraussetzungen und eine kurze hilfreiche Anleitung für das Konferenztool finden Sie unter folgendem Link: <https://www.vhs-bonn.de/info-und-service/info-zu-online-kursen-fuer-kursleitende.html>

Büchen ■ **7658ON** Kurs
 Dr. Tonia Schüller
 Online-Angebot
 Freitags 03.02.-31.03.23,
 20.00-21.00 Uhr, 9 Abende
 50,50 EUR; erm. 37,18 EUR
 8 - 20 Teilnehmende



Fitness und Aerobic

Mehr Informationen erhalten Sie unter der Kursnummer 7658

Büchen ■ **7659** Kurs
 Irène Fandio
 Bonn, Marienschule, Heerstr. 92-94
 (Turnhalle)
 Donnerstags 20.04.-01.06.23,
 18.00-19.15 Uhr, 6 Abende
 43,10 EUR; erm. 32,00 EUR
 8 - 15 Teilnehmende

bodyArt® -Training - nur für Frauen! - Online



Die Beschreibung der Inhalte entnehmen Sie bitte unter der Kursnummer 7656. Der Kurs findet online mit dem Konferenztool „Zoom“ statt. Nach Anmeldung senden wir Ihnen am ersten Kurstag und rechtzeitig vor Beginn des Kurses per E-Mail einen Anmelde-link. Sie benötigen keine besonderen Programm-voraussetzungen oder Registrierungen, lediglich einen Computer mit Kamera/Lautsprecher und einem stabilen Internetzugang. Zu den Systemvoraussetzungen und eine kurze hilfreiche Anleitung für das Konferenztool finden Sie unter folgendem Link: <https://www.vhs-bonn.de/info-und-service/info-zu-online-kursen-fuer-kursleitende.html>

Büchen ■ **7659ON** Kurs
 Dr. Tonia Schüller
 Online-Angebot
 Freitags 21.04.-02.06.23,
 20.00-21.00 Uhr, 7 Abende
 40,62 EUR; erm. 30,26 EUR
 8 - 20 Teilnehmende



Core - Training mit Elementen aus Pilates und Yoga

Beim Core-Training werden die tief liegenden Muskelschichten im Bauch- und Rückenbereich trainiert sowie die Stützmuskeln des gesamten Rumpfes aktiviert. Mit unterschiedlichen Übungsmethoden verbessern Sie Ihre Körperproportionen und erfreuen sich an mehr Energie und innerer Balance in Alltag und Beruf. Bitte bringen Sie rutschfeste Socken, ein Handtuch als Auflage für die Matte und Wasser mit.

Büchen ■ **7664** Kurs
 Monika Stange
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11
 (Mehrzweckraum 1)
 Donnerstags 02.02.-11.05.23,
 18.45-19.45 Uhr, 12 Abende
 65,30 EUR; erm. 47,54 EUR
 8 - 12 Teilnehmende



Fit für den Alltag - Ganzkörperkräftigung

- Prävention in Alltag und Beruf

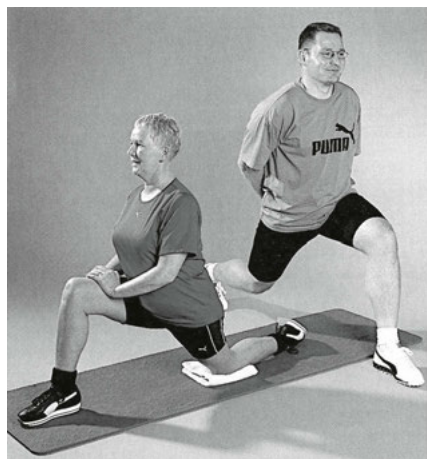


Haben Sie keine Zeit oder Lust alleine zu Hause und ohne fachliche Anleitung fit zu werden?

In diesem Kurs gibt es einen abwechslungsreichen Mix aus Ganzkörperkräftigung, Ausdauertraining aus dem Bereich der Fettverbrennung, Koordinations- und Entspannungsübungen. Das vielseitige Bewegungsprogramm bringt nicht nur in Form, sondern hilft auch altersbedingten Funktions- und Leistungsver-schleiß vorzubeugen. Ideal für alle, die aktiv und mit Spaß etwas für ihre Gesundheit tun wollen. Bitte bringen Sie Sportschuhe und eine Isomatte mit. Dieser Kurs ist von der Zentralen Prüfstelle für Prävention (ZPP) zertifiziert und kann von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst werden.

■ 7666 Kurs

Ingrid Lohmeyer-Müller
Bonn-Bad Godesberg,
Gertrud-Bäumer-Schule,
Zeppelinstr. 9-17 (Turnhalle)
Mittwochs 01.03.-17.05.23,
17.30-19.00 Uhr, 10 Abende
88,10 EUR
8 - 12 Teilnehmende



Fitness im Alter

Hatha-Yoga für Senioren

In diesem Kurs lernen Sie Entspannung, Energie und innere Ruhe im täglichen Leben zu entwickeln. Sanfte Yoga-Übungen fördern Flexibilität und Körpergefühl. Atemübungen erhöhen die Bewusstheit für den Atem und geben Energie. Durch Yoga kann die normale Beweglichkeit der Gelenke und der Wirbelsäule erhalten oder wieder hergestellt werden, was zu einer besseren Fitness im All-

tag und somit Unabhängigkeit führt. Yoga kann auch die seelische und spirituelle Entwicklung unterstützen und so ein bewusstes Leben und Altern fördern. Daher ist Yoga eine optimale Methode für ein langes und gesundes Leben. Bitte bringen Sie eine Decke, bequeme warme Kleidung und ein Handtuch als Auflage für die Matte mit.

■ 7207 Kurs

Indira Busse
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15
Montags 30.01.-27.03.23,
10.00-11.30 Uhr, 8 Vormittage
65,30 EUR; erm. 47,54 EUR
8 - 12 Teilnehmende

■ 7208 Kurs

Indira Busse
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15
Montags 17.04.-05.06.23,
10.00-11.30 Uhr, 6 Vormittage
50,50 EUR; erm. 37,18 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Sturzprophylaxe - mit Bewegung und Spaß standfest im Alltag

Wer sich fit hält und bis ins hohe Alter regelmäßig seine Muskulatur, das Gleichgewicht und die Reaktionsfähigkeit trainiert, kann das Sturzrisiko deutlich reduzieren und seine Lebensqualität erhöhen. Dieser Kurs bietet für jeden Teilnehmenden spezielle und angepasste Übungen an, um gezielt die Bein- und Hüftmuskulatur zu stärken, die Balance-, Stand- und Bewegungssicherheit zu fördern sowie Beweglichkeit, Koordination und Reaktionsvermögen zu verbessern. In einer angenehmen Gruppenatmosphäre laden die ausgewählten Übungen und Bewegungsspiele zum motivierten Mitmachen ein. Bitte bringen Sie ein Handtuch als Auflage für die Matte, bequeme Sportkleidung und rutschsichere Socken mit.

■ 7555 Kurs

Monika Stange
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11
(Mehrzweckraum 1)
Montags 30.01.-15.05.23,
14.20-15.20 Uhr, 12 Nachmittage
65,30 EUR; erm. 47,54 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Bewegen, tanzen und entspannen für Ältere

- nur für Frauen

An diesem Vormittag werden Sie mit sanfter und wohltuender Bewegung - von schöner Musik begleitet - den Tag beginnen, um präventiv und aktiv etwas für Ihre Gesunderhaltung beizutragen. Die Übungen mobilisie-

ren die Gelenke, dehnen und kräftigen die Muskulatur und bessern insgesamt die Beweglichkeit und das Wohlbefinden. Sie werden verschiedene Entspannungsmethoden kennenlernen und nach Lust und Laune tanzen. Bitte bringen Sie dafür gerne Ihre Lieblingsmusik mit. Die Dozentin orientiert sich an Ihren jeweiligen Möglichkeiten und Bedürfnissen. Bitte bringen Sie auch bequeme Kleidung und ein Tuch als Unterlage mit.

■ 7670 Kurs

Karin Wölfel
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11
(Mehrzweckraum 1)
Dienstags 07.02.-06.06.23,
10.30-11.30 Uhr, 15 Vormittage
80,10 EUR; erm. 57,90 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Gemeinsam fit und gesund - Gymnastik für Ältere

Es erwartet Sie ein ganzheitliches Bewegungsprogramm für Menschen, die es auch mal etwas langsamer angehen wollen. Sich zu bewegen ist nicht nur gesund, sondern kann auch Spaß machen. Mit achtsamen, leicht erlernbaren Übungen im Gehen, im Stand, im Knien und Liegen verbessern und erhalten Sie spürbar die Beweglichkeit, Koordination, Kraft, Gleichgewicht und Ausdauer. Zum Abschluss der Kursstunde folgt eine wohltuende Entspannung. So tragen Sie insgesamt präventiv und aktiv etwas für Ihre Gesunderhaltung bei, wobei in einer Runde von Gleichgesinnten die Freude am gemeinsamen Üben nicht zu kurz kommt. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, rutschfeste Socken oder Gymnastikschuhe, ein großes Handtuch als Auflage für die Matte, ein kleines flaches Kissen und etwas zu trinken mit.

■ 7672 Kurs

Susanne Schmitz
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15
Dienstags 07.02.-28.03.23,
10.00-11.00 Uhr, 8 Vormittage
45,58 EUR; erm. 33,74 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Vitale Spannkraft mit Faszientraining - für Ältere

Faszien durchziehen unseren Körper wie ein riesiges Netzwerk. Je elastischer diese Strukturen durch deh-nende, schwingende und federnde Übungen gehalten werden, desto beweglicher, schmerzfreier und vitaler bleibt der gesamte Körper. Die Übungen, die aus dem Faszientrai-

ning kommen sind einfach, praktikal und sehr effektiv, um Versteifungen und Bewegungseinschränkungen vorzubeugen bzw. schon bestehende Einschränkungen und Schmerzen zu lindern. Gleich einer Katze, die sich mehrmals am Tag reckt und dehnt, profitiert der Mensch von regelmäßigen Dehnungen mit Muskelanspannung. Jede Kursstunde wird beendet mit einer Entspannungssequenz. Im Laufe des Kurses lernen Sie so auch verschiedene Entspannungstechniken kennen, um insgesamt präventiv und aktiv etwas für Ihre Gesunderhaltung beizutragen. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und ein großes Handtuch als Auflage für die Matte mit.

7673 Kurs
 Buchen Monika Stange
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
 Montags 30.01.-15.05.23,
 13.30-14.15 Uhr, 12 Mittage
 50,50 EUR; erm. 37,18 EUR
 7 - 12 Teilnehmende



Gymnastik für Ältere

Dieser Kurs bietet ein spezielles Bewegungsprogramm für Seniorinnen und Senioren zur altersgerechten Kräftigung und Dehnung der Muskulatur sowie zur Erhaltung der geistigen Flexibilität. Die gemeinsame Aktivität in der Gruppe fördert das körperliche und seelische Wohlbefinden.

7674 Kurs
 Buchen Ingrid Berger-Knipp
 Bonn-Schwarzrheindorf,
 Tenten-Haus, An der Wolfsburg 35
 Donnerstags 02.02.-30.03.23,
 10.00-11.00 Uhr, 8 Vormittage
 58,92 EUR; erm. 47,08 EUR, inkl.
 Anmietungskosten
 8 - 10 Teilnehmende

7675 Kurs
 Buchen Ingrid Berger-Knipp
 Bonn-Schwarzrheindorf,
 Tenten-Haus, An der Wolfsburg 35
 Donnerstags 02.02.-30.03.23,
 11.00-12.00 Uhr, 8 Vormittage
 58,92 EUR; erm. 47,08 EUR, inkl.
 Anmietungskosten
 8 - 10 Teilnehmende

7676 Kurs
 Buchen Ingrid Berger-Knipp
 Bonn-Schwarzrheindorf,
 Tenten-Haus, An der Wolfsburg 35
 Donnerstags 20.04.-01.06.23,
 10.00-11.00 Uhr, 6 Vormittage
 45,70 EUR; erm. 36,82 EUR, inkl.
 Anmietungskosten
 8 - 10 Teilnehmende

7677 Kurs
 Buchen Ingrid Berger-Knipp
 Bonn-Schwarzrheindorf,
 Tenten-Haus, An der Wolfsburg 35
 Donnerstags 20.04.-01.06.23,
 11.00-12.00 Uhr, 6 Vormittage
 45,70 EUR; erm. 36,82 EUR, inkl.
 Anmietungskosten
 8 - 10 Teilnehmende

Pilates

Pilates

Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining, in dem vor allem die tief liegenden, kleinen und meist schwächeren Muskelgruppen angesprochen werden, die für eine korrekte und gesunde Körperhaltung sorgen sollen. Das Training beinhaltet Kraftübungen, Stretching und bewusste Atmung. Alle Bewegungen werden langsam und fließend ausgeführt, wodurch die Muskeln und die Gelenke geschont werden. Mehr Informationen zu dem Kurs erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de.

7678 Kurs
 Buchen Babette Mahlerl
 Bonn-Bad Godesberg,
 Gertrud-Bäumer-Schule,
 Zeppelinstr. 9-17 (Gymnastikraum)
 Mittwochs 01.02.-29.03.23,
 18.30-19.30 Uhr, 9 Abende
 50,50 EUR; erm. 37,18 EUR
 8 - 12 Teilnehmende

7679 Kurs
 Buchen Babette Mahlerl
 Bonn-Bad Godesberg,
 Gertrud-Bäumer-Schule,
 Zeppelinstr. 9-17 (Gymnastikraum)
 Mittwochs 19.04.-07.06.23,
 18.30-19.30 Uhr, 8 Abende
 45,58 EUR; erm. 33,74 EUR
 8 - 12 Teilnehmende

7680 Kurs
 Buchen Judith Zenk
 VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15
 Montags 30.01.-05.06.23,
 19.15-20.15 Uhr, 14 Abende
 75,18 EUR; erm. 54,46 EUR
 7 - 12 Teilnehmende

7682 Kurs
 Buchen Babette Mahlerl
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
 Donnerstags 02.02.-30.03.23,
 10.15-11.15 Uhr, 8 Abende
 45,58 EUR; erm. 33,74 EUR
 6 - 12 Teilnehmende

7683 Kurs
 Buchen Babette Mahlerl
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
 Donnerstags 20.04.-01.06.23,
 10.15-11.15 Uhr, 6 Abende
 35,70 EUR; erm. 26,82 EUR
 6 - 12 Teilnehmende



Pilates für Anfänger

Mehr Informationen zu dem Kurs erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie sportliche Kleidung, Socken, ein Handtuch und etwas zu trinken mit.

7685 Kurs
 Buchen Elena Semenova
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
 Dienstags 31.01.-28.03.23,
 16.45-17.45 Uhr, 8 Nachmittage
 45,58 EUR; erm. 33,74 EUR
 8 - 12 Teilnehmende

Kein Unterricht am 21.03.2023

7686 Kurs
 Buchen Elena Semenova
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
 Dienstags 18.04.-06.06.23,
 16.45-17.45 Uhr, 7 Nachmittage
 40,62 EUR; erm. 30,26 EUR
 8 - 12 Teilnehmende



Pilates für Anfänger mit Vorkenntnissen

Mehr Informationen zu dem Kurs erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie sportliche Kleidung, Socken, ein Handtuch und etwas zu trinken mit.

7687 Kurs
 Buchen Elena Semenova
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)
 Dienstags 18.04.-23.05.23,
 18.00-19.00 Uhr, 6 Nachmittage
 35,70 EUR; erm. 26,82 EUR
 8 - 9 Teilnehmende

Pilates

Mehr Informationen zu dem Kurs erhalten Sie unter der unten angegebenen Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de. Bitte bringen Sie eine Iso-Matte, bequeme Sportbekleidung, rutschfeste Socken und ein kleines Handtuch mit.

Büchen ■ **7688** Kurs
 Irène Fandio
 Bonn, Marienschule, Heerstr. 92-94 (Turnhalle)
 Donnerstags 02.02.-30.03.23,
 19.20-20.20 Uhr, 8 Abende
 45,58 EUR; erm. 33,74 EUR
 8 - 15 Teilnehmende

Büchen ■ **7689** Kurs
 Irène Fandio
 Bonn, Marienschule, Heerstr. 92-94 (Turnhalle)
 Donnerstags 20.04.-01.06.23,
 19.20-20.20 Uhr, 6 Abende
 35,70 EUR; erm. 26,82 EUR
 8 - 15 Teilnehmende

Outdoor-Fitness

Waldbaden Achtsamkeit im Wald erleben

Wollen Sie aus dem Alltagsstress und den gewohnten Abläufen einmal aussteigen und wissen nicht wie? Möchten Sie mehr innere Ruhe und mehr bei sich selbst sein und das in Verbindung mit der Natur? Dann ist dieser Kurs für Sie genau richtig. Sie erleben und genießen den Wald und schulen unter Anleitung gleichzeitig Ihre Achtsamkeit. Tipps und Hintergrundinformationen zur Umsetzung von Achtsamkeit im Alltag runden den Kurs ab. Übrigens: Die Japaner nennen das „Shinrin Yoku“, was so viel bedeutet wie baden in der Waldluft. Treffpunkt: Waldparkplatz „Am Herkenbusch“, 53347 Alfter (Kottenforst, Alfter-Impekoven). Der Wander-Parkplatz liegt, wenn Sie bis zum Wald durchfahren, ca. 100 Meter hinter „Am Herkenbusch 27“ auf der rechten Seite. Bitte bringen Sie dem Wetter entsprechende Kleidung, ggfs. Regenbekleidung und/oder einen Regenschirm mit. Bei einer Meditations-Übung setzen sich die Teilnehmenden auf ein aus Ästen gebautes „Waldsofa“. Hierzu wäre eine Sitzunterlage (zur Auspolsterung und auch Schutz vor Nässe und Schmutz) zu empfehlen.

Treffpunkt: Waldparkplatz „Am Herkenbusch“, 53347 Alfter (Kottenforst, Alfter-Impekoven). Der Wander-Parkplatz liegt, wenn Sie bis zum Wald durchfahren, ca. 100 Meter hinter „Am Herkenbusch 27“ auf der rechten Seite.

Sie könnten auch folgende GPS-Koordinaten in Ihre Navigation eingeben: 50.71325,7.00535

Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf www.vhs-bonn.de.

Büchen ■ **7308** Kurs
 Sabine Malzbender
 Treffpunkt: Waldparkplatz "Am Herkenbusch", 53347 Alfter
 Sonntag, 02.07.23, 10.30-13.30 Uhr
 27,30 EUR; erm. 22,86 EUR
 8 - 12 Teilnehmende



Vom Walking zum Nordic Walking - Einstieg in eine sanfte körperliche Belastung

Vom schnellen Gehen bis zum Einsatz von Stöcken - durch das Ganzkörpertrainer werden Ausdauer, Kraft, Koordinations- und Entspannungsfähigkeit sanft verbessert. Sie erlernen die wesentlichen Unterschiede zum Walking und den richtigen Einsatz von Nordic Walking Stöcken. Spaß und Freude durch körperliche Aktivität in der Gruppe an frischer Luft. Der Kurs eignet sich für Untrainierte, Übergewichtige, Ältere sowie für Anfänger und Wiedereinsteiger. Nordic Walking Stöcke können bei Bedarf beim Kursleiter gegen eine einmalige Gebühr von 8,00 EUR für die Kursstunden ausgeliehen werden. Der Treffpunkt ist an dem Parkplatz, im überdachten Eingangsbereich des Telekomdom.

Büchen ■ **7690** Kurs
 Catrin Losch
 Treffpunkt: Parkplatz Telekomdom, Basketsring 1, 53123 Bonn
 Dienstags 14.03.-02.05.23,
 18.00-19.30 Uhr, 6 Abende
 50,50 EUR; erm. 37,18 EUR
 8 - 12 Teilnehmende

Nordic Walking Flotte Schritte zu mehr Ausdauer

Nordic Walking stellt aus sportwissenschaftlicher Sicht ein moderates, Gelenk schonendes Herz-Kreislauf-Training dar, das sowohl den Gesamtstoffwechsel als auch die Atmung und den Bewegungsapparat effektiv trainiert. In diesem Kurs werden Sie in die Nordic Walking-Technik eingeführt und an eine individuell günstige Belastungsgrenze herangeführt. Das Nordic-Walking stellt für den Einzelnen eine ausgezeichnete Form dar, die eigene Gesundheit in der freien Natur zu pflegen. Das Training in der Gruppe steigert die Motivation und den Spaß, sich mehr zu bewegen und damit fit zu bleiben für die Herausforderungen in Alltag und Beruf. Im Kurs ist es sinnvoll, mit professionellen Nordic-Walking-Lehrstöcken zu trainieren. Diese können gegen eine einmalige Gebühr von 8 EUR beim Dozenten ausgeliehen werden. Der Treffpunkt ist die Bonner Rheinaue - an der Kugelskulptur gegenüber der Deutschen Welle (mittig zwischen Posttower und UN-Hochhaus).

Büchen ■ **7692** Kurs
 Walter Omsels
 Treff: Bonner Rheinaue, an der Kugelskulptur / Deutschen Welle
 Donnerstags 09.03.-11.05.23,
 17.30-19.00 Uhr, 8 Abende
 65,30 EUR; erm. 47,54 EUR
 8 - 12 Teilnehmende

Nordic Walking und Outdoor Fitness für Ältere Einsteigerkurs

Dieser Nordic Walking - Kurs richtet sich speziell an Ältere und eignet sich für Interessenten ohne Vorkenntnisse als Einstieg. Durch abwechslungsreiche Übungen erlernen Sie den richtigen Bewegungsablauf des Nordic Walking und absolvieren erste Trainingseinheiten. Zudem kombinieren wir in diesem Kurs das Nordic Walking mit Fitness-Übungen in freier Natur. Das ganzheitliche Training stärkt Kraft, Ausdauer und das Herz-Kreislauf-System. Durch spezielle Übungen für Gelenke, Bänder und Sehnen wird der Bewegungsapparat entlastet. Einzelne Muskelpartien werden trainiert und Kondition aufgebaut. Damit wären Sie gut vorbereitet und bei Interesse, an dem Fortgeschritten-Kurs im Anschluss teilzunehmen.

Der Kurs findet bei jedem Wetter statt, daher wird eine angepasste Funktionskleidung empfohlen. Bitte bringen Sie Nordic-Walking-Stöcke

mit. Treffpunkt: Rheinaue, Haupteingang Ludwig-Erhard-Allee, Haltestelle Rheinaue Hauptzugang

Buchen

■ **7693** Kurs
Carola Niemann
Treffpunkt: Rheinaue, Haupteingang Ludwig-Erhard-Allee
Mittwochs 15.03.-29.03.23,
10.30-12.00 Uhr, 3 Vormittage
28,30 EUR; erm. 21,64 EUR
8 - 12 Teilnehmende



Nordic Walking und Outdoor Fitness für Ältere Fortgeschrittenkurs

Dieser Nordic Walking - Kurs richtet sich speziell an Ältere und eignet sich für Interessenten mit Vorkenntnissen und einer altersentsprechenden Belastungsfähigkeit. Die Einschätzung der eigenen Belastungsfähigkeit kann ggf. mit dem Hausarzt im vorab geklärt werden. Wer fit bleiben will, kann mit dem passenden Training sehr viel dafür tun. In diesem Kurs wird das Nordic Walking mit Fitness-Übungen in freier Natur kombiniert. Das ganzheitliche Training stärkt Kraft, Ausdauer und das Herz-Kreislauf-System. Durch spezielle Übungen für Gelenke, Bänder und Sehnen wird der Bewegungsapparat entlastet. Einzelne Muskelpartien werden trainiert und Kondition aufgebaut. Der Kurs findet bei jedem Wetter statt, daher wird eine angepasste Funktionskleidung empfohlen. Bitte bringen Sie Nordic-Walking-Stöcke mit.

Treffpunkt: Rheinaue, Haupteingang Ludwig-Erhard-Allee, Haltestelle Rheinaue Hauptzugang

Buchen

■ **7694** Kurs
Carola Niemann
Treffpunkt: Rheinaue, Haupteingang Ludwig-Erhard-Allee
Mittwochs 19.04.-24.05.23,
10.30-12.00 Uhr, 6 Vormittage
50,50 EUR; erm. 37,18 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Jonglage

Jonglage für Jung und Alt

Mehr Informationen zu dem Kurs erhalten Sie in diesem Programmheft unter der unten angegebenen Kursnummer im Fachbereich "Lebensgestaltendes Lernen" und auf www.vhs-bonn.de

Buchen

■ **2027** Kurzseminar
Petra Schliebitz
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
Samstag, 22.04.23, 14.00-17.00 Uhr
16,00 EUR; erm. 11,20 EUR,
Anmeldung erforderlich
7 - 9 Teilnehmende

Buchen

■ **2028** Kurzseminar
Petra Schliebitz
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
Sonntag, 07.05.23, 14.00-17.00 Uhr
16,00 EUR; erm. 11,20 EUR,
Anmeldung erforderlich
7 - 9 Teilnehmende



Jonglage mit Intelligenz für Anfänger und Fortgeschrittene

Ikarus Wunsch zu fliegen kann leider nicht erfüllt werden, wohl aber Newtons Schwerkraftgesetz besiegen, in dem alle möglichen und unmöglichen Wurfgegenstände in die Luft befördert werden. Im Mittelpunkt des Kurses steht die Jonglage mit Bällen, die unbegrenzte Fülle der Drei-Ball-Tricks, die Vierer- und Partnerjonglage. Gleichzeitig bietet der Kurs eine Einführung in die Grundtechniken der Jonglage mit Keulen, Ringen, Devil-Sticks und dem Diabolo. So intensivieren Sie Konzentration, Koordination und die Hirnleistungsfähigkeit. Wissenschaftliche Untersuchungen haben ergeben, dass es altersunabhängig einen unmittelbaren Zusammenhang gibt zwischen Jonglieren und der verbesserten Verschaltung im Gehirn. Bitte bringen Sie Sportschuhe oder rutschfeste Socken mit.

Buchen

■ **7696** Kurs
Martin Kroeber
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)
Donnerstags 02.02.-30.03.23,
19.45-20.45 Uhr, 8 Abende
45,58 EUR; erm. 33,74 EUR
8 - 10 Teilnehmende

Buchen

■ **7697** Kurs
Martin Kroeber
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)
Donnerstags 20.04.-01.06.23,
19.45-20.45 Uhr, 6 Abende
35,70 EUR; erm. 26,82 EUR
8 - 10 Teilnehmende

Tanz

Bewegen, tanzen und entspannen für Ältere - nur für Frauen

An diesem Vormittag werden Sie mit sanfter und wohltuender Bewegung - von schöner Musik begleitet - den Tag beginnen, um präventiv und aktiv etwas für Ihre Gesunderhaltung beizutragen. Die Übungen mobilisieren die Gelenke, dehnen und kräftigen die Muskulatur und bessern insgesamt die Beweglichkeit und das Wohlbefinden. Sie werden verschiedene Entspannungsmethoden kennenlernen und nach Lust und Laune tanzen. Bitte bringen Sie dafür gerne Ihre Lieblingsmusik mit. Die Dozentin orientiert sich an Ihren jeweiligen Möglichkeiten und Bedürfnissen. Bitte bringen Sie auch bequeme Kleidung und ein Tuch als Unterlage mit.

Buchen

■ **7670** Kurs
Karin Wölfel
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
Dienstags 07.02.-06.06.23,
10.30-11.30 Uhr, 15 Vormittage
80,10 EUR; erm. 57,90 EUR
8 - 12 Teilnehmende



Jazz Dance

Jazz Dance ist eine Form des zeitgenössischen Tanzes, der aus den USA nach Europa gekommen ist. Er entwickelte sich aus den zahllosen multikulturellen Tanzstilen und wird heute häufig mit Musicals und Shows assoziiert, denn Jazz Dance vereint Tanztechnik mit Ausdruck und tänzerischer Persönlichkeit. In diesem Kurs werden verschiedene Techniken gezeigt, wie zum Beispiel Drehungen, Tendus und Schrittfolgen. Außerdem wird eine Choreografie eingeübt, die im Laufe des Kurses erweitert und ergänzt wird durch Dehnübungen. Bitte bringen Sie ausreichend Wasser, ein Handtuch und Tanzschlappchen bzw. rutschfeste Socken mit.

Buchen

■ **7700** Kurs
Hannah Kaline Buchheister
Helmholtz-Gymnasium II,
Gymnastikraum (Spiegelsaal),
Helmholtzstr. 18, 53123 Bonn
Dienstags 07.02.-28.03.23,
18.00-19.00 Uhr, 8 Abende
45,58 EUR; erm. 33,74 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **7701** Kurs
Hannah Kaline Buchheister
Helmholtz-Gymnasium II,
Gymnastikraum (Spiegelsaal),
Helmholtzstr. 18, 53123 Bonn
Dienstags 18.04.-06.06.23,
18.00-19.00 Uhr, 7 Abende
40,62 EUR; erm. 30,26 EUR
8 - 12 Teilnehmende



Zumba®

Zumba® ist ein Tanz- und Fitnessprogramm aus Kolumbien zu latein-amerikanischen und internationalen Rhythmen. Wir tanzen gemeinsam zu Salsa, Merengue, Reggaeton, Bachata, Cumbia, Dancehall, Soca und Afro Beats. Die Musik wirkt motivierend und begeistert, so dass Zumba mit Leichtigkeit und Spaß den Körper in Form bringt, die Muskeln strafft sowie die Koordination und Ausdauer fördert. Sie brauchen keine tänzerischen Vorkenntnisse, denn die Schritte bei Zumba sind so gemacht, dass jeder direkt einsteigen und mit guter Laune sich spielerisch fit halten kann. Was Sie mitbringen sollten? Die Freude an Bewegung und energiegeladener Musik, Turnschuhe und Wasser.

Büchen ■ **7708** Kurs
Hannah Kaline Buchheister
Helmholtz-Gymnasium II,
Gymnastikraum (Spiegelsaal),
Helmholtzstr. 18, 53123 Bonn
Dienstags 07.02.-28.03.23,
19.00-19.50 Uhr, 8 Abende
38,99 EUR; erm. 29,12 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **7709** Kurs
Hannah Kaline Buchheister
Helmholtz-Gymnasium II,
Gymnastikraum (Spiegelsaal),
Helmholtzstr. 18, 53123 Bonn
Dienstags 18.04.-06.06.23,
19.00-19.50 Uhr, 7 Abende
34,89 EUR; erm. 26,25 EUR
8 - 12 Teilnehmende



SALSATION® - Tanz-Fitnessworkout Kennenlernabend

Wir empfehlen Ihnen zuerst die Teilnahme an dem „Kennenlernabend“. Sie haben dadurch die Gelegenheit, einen ersten Einblick in den Kurs „SALSATION®“ zu erhalten, das Konzept des fortlaufenden Kurses und die Dozentin persönlich kennenzulernen. Bitte bringen Sie Sportkleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mit.

Büchen ■ **7714** Einzelveranstaltung
Katrin Lösing
Bonn, Johannesschule,
Rehfuesstr. 38 (Turnhalle)
Montag, 27.02.23, 19.00-20.00 Uhr
6,00 EUR, Keine Abendkasse!
8 - 18 Teilnehmende

Büchen ■ **7715** Einzelveranstaltung
María Elena Lösing
Bonn-Beuel, Josefschule,
Agnesstr. 1 (Turnhalle)
Freitag, 03.03.23, 17.15-18.15 Uhr
6,00 EUR, Keine Abendkasse!
8 - 20 Teilnehmende



SALSATION® - Tanz-Fitnessworkout

SALSATION® ist für alle geeignet, die das Tanzen lieben, fit bleiben und ihre Beweglichkeit verbessern wollen. SALSATION® vereint die Worte Salsa und Sensation. Das Wort „SALSA“, welches eigentlich „Soße“ bedeutet, steht hier für eine würzige Mischung aus verschiedenen Rhythmen, Kulturen und Tänzen. „SENSATION“ steht für das Gefühl und die Lebensfreude beim Tanzen sowie auch für die Musikalität. SALSATION® ist ein relativ neues Dance-Fitness-Programm, bei der Ausdauer und Koordination verbessert werden kann, dabei fließen innovative Tanzbewegungen und funktionelle Trainingssequenzen ineinander. Es ist insgesamt ein Mix aus Rhythmen und Stilen, der viel Spaß bereiten kann. Bitte beachten Sie dabei folgendes: Das Tanz-Konzept „SALSATION®“ verfolgt die Idee, das Tanzgefühl der Teilnehmenden zu fördern. Sie werden zwar von der Kursleitung behutsam angeleitet, aber die Kreativität und die Interpretation der Musik steht im Vordergrund und weniger das Einstudieren fester Tanz-Kombinationen. Wir empfehlen Ihnen zuerst die Teilnahme an dem „Kennenlernabend“. Sie haben dadurch die Gelegenheit, einen ersten Einblick in den Kurs „SALSATION®“ zu erhalten, das Konzept des fortlaufenden Kurses und die Dozentin persönlich kennenzulernen. Bitte bringen Sie Sportkleidung, ein Handtuch und etwas zu trinken mit.

Büchen ■ **7716** Kurs
Katrin Lösing
Bonn, Johannesschule,
Rehfuesstr. 38 (Turnhalle)
Montags 13.03.-22.05.23,
19.00-20.00 Uhr, 8 Abende
55,58 EUR; erm. 43,74 EUR, inkl.
Anmietungskosten.
8 - 18 Teilnehmende

Kennenlernabend am 27.02.2023
Anmeldung über 7714

Büchen ■ **7717** Kurs
María Elena Lösing
Bonn-Beuel, Josefschule,
Agnesstr. 1 (Turnhalle)
Freitags 17.03.-26.05.23,
17.15-18.15 Uhr, 8 Abende
45,58 EUR; erm. 33,74 EUR
8 - 20 Teilnehmende

Kennenlernabend am 03.03.2023.
Anmeldung über 7715
Kein Unterricht am 19.05.2023!



Volkstänze aus aller Welt

In diesem Kurs erwarten Sie einfache Tänze aus Ost- und Südosteuropa, Israel, Armenien und weiteren Ländern. Volkstänze verbinden Menschen aller Altersgruppen, machen Spaß und sind leicht zu erlernen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, im Vordergrund soll die Freude am Tanzen stehen. Bitte bringen Sie Turn- oder Tanzschuhe, Gymnastikschläppchen oder rutschfeste Socken mit.

Büchen ■ **7730** Kurs
Marion Kirch
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14
(Mehrzweckraum 2)
Donnerstags 23.02.-30.03.23,
18.30-19.30 Uhr, 6 Abende
35,70 EUR; erm. 26,82 EUR
8 - 10 Teilnehmende

Büchen ■ **7731** Kurs
Marion Kirch
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14
(Mehrzweckraum 2)
Donnerstags 20.04.-01.06.23,
18.30-19.30 Uhr, 6 Abende
35,70 EUR; erm. 26,82 EUR
8 - 10 Teilnehmende



Biodanza - Freude durch Musik und Tanz - nur für Frauen

Biodanza ist ein erlebnisorientiertes Tanzsystem, das in der Gruppe Musik, Bewegung und Begegnung nutzt, um die Potentiale der Teilnehmenden zu fördern. Die Musik dient als eine universelle Sprache. Biodanza wurde von Rolando Toro in den 1960er Jahren in Südamerika entwickelt. Getanzt wird zu ausgewählter Musik aus verschiedenen Stilrichtungen. Die einzelnen Tänze sind angeleitet. Getanzt wird alleine, zu zweit und zu mehreren. Es werden keine Schritte vermittelt. Biodanza ist nicht leistungsorientiert. Jede Teilnehmende kann tanzen wie sie möchte. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Die Freude an der Bewegung, am Tanzen ohne Zwang und auch die Freude an der Begegnung mit

anderen Frauen genügen. Ziel ist es mehr Lebensfreude zu empfinden. Tanzen fördert insgesamt das Wohlbefinden und die Gesundheit. Bitte bringen Sie gemütliche Kleidung, rutschfeste Socken oder Schläppchen und etwas zu trinken mit.

Büchen ■ **7733** Wochenendveranstaltung
Helge Schaal
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
Sonntag, 05.03.23, 11.00-13.30 Uhr
17,20 EUR; erm. 13,34 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Büchen ■ **7734** Wochenendveranstaltung
Helge Schaal
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
Sonntag, 07.05.23, 11.00-13.30 Uhr
17,20 EUR; erm. 13,34 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Bewegen, tanzen und entspannen - nur für Frauen

An diesem Abend können Sie sich durch mobilisierende, kräftigende und entspannende Bewegung und Musik etwas Gutes tun und zu unterschiedlicher Lieblingsmusik einfach tanzen. Tanzen macht fit und hilft, Stress der im Alltag und im Beruf auftreten kann, abzubauen. Das Angebot richtet sich an Frauen in allen Altersstufen. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung ein Handtuch als Auflage für die Matte, Sportschuhe oder Socken und, wenn gewünscht, Ihre Lieblingsmusik mit.

Büchen ■ **7735** Kurs
Karin Wölfel
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)
Donnerstags 09.02.-25.05.23,
17.15-18.15 Uhr, 12 Abende
65,30 EUR; erm. 47,54 EUR
8 - 9 Teilnehmende

Orientalischer Bauchtanz - Anfängerkurs

Viele Frauen haben erkannt, dass der orientalische Tanz, unabhängig von Alter, Figur oder entsprechender tänzerischer Vorbildung, innere und äußere Verspannungen lösen kann, ein neues Körpergefühl aufbaut und das Selbstbewusstsein stärkt. Er ist sozusagen Balsam für Körper und Seele und gibt Energie für den Alltag und Beruf. Dieser Anfängerkurs soll behutsam die Grundbewegungen und -schritte des orientalischen Tanzes vermitteln. Unter anderem wird ein gezieltes Aufwärmprogramm, unter Einbeziehung von Entspannung fördernden und Rücken stärkenden Übungen, fester Bestandteil jeder

Unterrichtsstunde sein. Bitte bringen Sie figurbetonte Gymnastikkleidung, Turnschlappchen mit Ledersohle und ein großes Tuch für die Hüfte mit!

Büchen ■ **7750** Anfängerkurs
Jasmin Hussein
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
Freitags 03.02.-19.05.23,
15.30-16.45 Uhr, 12 Nachmittage
80,10 EUR; erm. 57,90 EUR
8 - 13 Teilnehmende

Kein Unterricht am 28.04.2023!

Orientalischer Bauchtanz - Aufbaukurs

Dieser Aufbau-Kurs bezieht sich auf den Anfänger-Kurs (7750): Das Programm wird in der 1. Hälfte inhaltlich im „Schnelldurchlauf“ wiederholt. In der 2. Hälfte werden die Bewegungen, Schritte und Figuren des orientalischen Tanzes erweitert und vertieft.

Büchen ■ **7751** Aufbaukurs
Jasmin Hussein
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
Freitags 03.02.-19.05.23,
17.00-18.15 Uhr, 12 Abende
80,10 EUR; erm. 57,90 EUR
8 - 12 Teilnehmende

Kein Unterricht am 28.04.2023!

Lust auf Bauchtanz?!

- Workshop
Dieser Workshop richtet sich an alle diejenigen, die schon immer einmal Lust hatten, den orientalischen Tanz für sich auszuprobieren! Sie bekommen einen Eindruck von der Kulturgeschichte, der Anmut und der Schönheit dieses Tanzes, unabhängig von Alter und Figur! Alle, die ihre Grundkenntnisse auffrischen wollen, sind ebenfalls herzlich willkommen. Bitte bringen Sie figurbetonte Gymnastikkleidung, Turnschlappchen und ein großes Tuch für die Hüfte mit.

Büchen ■ **7753** Wochenendveranstaltung
Jasmin Hussein
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)
Samstag, 25.02.23, 13.30-16.30 Uhr
28,10 EUR; erm. 21,50 EUR
6 - 12 Teilnehmende

Allgemeine Küche

Kochen für Anfänger

Kochen ist eine Tätigkeit, die viel mehr beinhaltet, als die Zubereitung von Speisen zur Sättigung. Viele Menschen haben es als Hobby entdeckt oder nutzen oft die Zeit in der Küche, um gemeinsam etwas zu kreieren, das schmeckt, gesund ist und fit hält. Wie bei jeder handwerklichen Tätigkeit, ist es wichtig ein paar Grundlagen zu kennen, die es Ihnen ermöglichen kreativ zu werden und gesunde Gerichte zu kochen. So erlernen Sie an den beiden Kurstagen den hygienisch einwandfreien Umgang mit Lebensmitteln. Sie erfahren welche „Kochwerkzeuge“ für welche Tätigkeit zu benutzen sind und vieles mehr. Schließlich werden wir Ihre Kreationen zusammen verkosten und so den Abend ausklingen lassen. Dieser Kurs richtet sich in erster Linie an Teilnehmende mit wenig Kocherfahrung. Gekocht wird in der Lehrküche mit Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie eine Schürze und Vorratsdosen für eventuelle Reste mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 16,50 EUR pro Abend sind bereits im Entgelt enthalten.

Büchen ■ **7830** Kurs
Dr. Dorothee Wieser
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
Mittwochs 15.02. und 22.02.23,
18.00-21.00 Uhr, 2 Abende
79,70 EUR; erm. 70,82 EUR, inklusive
33 EUR Lebensmittelkosten
8 - 10 Teilnehmende

Essen für unterwegs

Das Menü in der Kantine kennen Sie auswendig und Essen zum Mitnehmen ist zu teuer und ungesund? Kochen bedeutet, sich Zeit zu nehmen, um für sich und andere zu sorgen. Gerade im hektischen Berufs- und Familienalltag wird das immer wichtiger. In diesem Kurs lernen Sie, wie man ohne viel Aufwand einfache und gesunde Gerichte für unterwegs zubereiten kann. Vielleicht bekommen Ihre Kolleg*innen damit auch eine schmackhafte Anregung für ihre eigene Lunchbox. Gekocht wird in der Lehrküche mit Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie eine Schürze, Vorratsdosen für mögliche Reste mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 13 EUR sind im Entgelt enthalten.

■ 7832 Kurs
Büchen Karin Müller
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
 Donnerstag, 23.02.23,
 18.00-21.00 Uhr
 39,40 EUR; erm. 34,96 EUR, inklusive 13 EUR Lebensmittelkosten.
 8 - 10 Teilnehmende

Schnelle Küche - gesund und lecker

Kennen Sie das auch? Nach einem langen Arbeitstag haben wenige Menschen noch Lust lange zu kochen. Schnell eine Fertig-Pizza in den Ofen oder unterwegs einen Döner geholt und der Hungrige ist schnell satt und hat Zeit gespart. Wirklich? Leider haben solche Mahlzeiten meistens viele Kalorien und nicht die besten Nährstoffe. An diesem Abend wird gemeinsam gekocht und leckeres „Fast Food“ zubereitet, das aber definitiv gesund ist. Pizza, Döner und Co., aber diesmal ohne schlechtes Gewissen, ganz einfach und schnell gemacht. An diesem Abend erhalten Sie von der Dozentin einige Tipps und Tricks für eine gesunde und schnelle Küche. Gekocht wird in der Lehrküche mit Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie eine Schürze und Vorratsdosen für eventuelle Reste mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 15 EUR pro Abend sind bereits im Entgelt enthalten.

■ 7834 Kurs
Büchen Linda Zinnecker
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
 Donnerstag, 02.03.23,
 18.00-21.00 Uhr
 41,40 EUR; erm. 36,96 EUR, inklusive 15,00 EUR Lebensmittelkosten.
 8 - 10 Teilnehmende

Leckere, kalorienarme Küche

Wem wurde nicht schon einmal zum Thema Abnehmen geraten, sich an die Regel „Iss die Hälfte“ zu halten. In diesem Kurs wird dieser Spruch abgewandelt zu „Iss das Richtige“. Nach einer kurzen thematischen Einweisung, werden in diesem Kochkurs wohlschmeckende kalorienarme Gerichte zubereitet, die Ihren Vorstellungen nach einer Wunschfigur bzw. -gewicht unterstützen und ausreichend lebensnotwendige Stoffe wie z.B. Vitamine und Mineralstoffe enthalten. Gekocht wird in der Lehrküche mit Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie eine Schürze, Vorratsdosen für mögliche Reste und Ihre eigenen Getränke mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 16,50 EUR sind im Entgelt enthalten!

■ 7838 Kurs
Büchen Dr. Dorothee Wieser
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
 Freitag, 10.03.23, 17.30-20.30 Uhr
 42,90 EUR; erm. 38,46 EUR, inklusive 16,50 EUR Lebensmittelkosten.
 8 - 10 Teilnehmende

Günstig und gesund - Kochideen für den kleinen Geldbeutel

Selber kochen ist teuer und aufwendig? Ganz im Gegenteil. Fast-Food zum Mitnehmen oder Fertiggerichte aus dem Supermarkt sind nicht nur teurer, sondern auch noch ungesund. Mit ein paar klugen Handgriffen in der eigenen Küche, frischen Zutaten und einer Prise Kreativität kann selber kochen ganz einfach sein. An diesem Abend lernen Sie in einer entspannten Atmosphäre, wie mit wenig Geld und Aufwand gesunde und abwechslungsreiche Gerichte zubereitet werden kann, z.B. Linsensbolognese oder Kartoffelrösti mit Kräuterquark. Darüber hinaus gibt es Ideen, wie ein Wocheneinkauf geplant werden kann und wie es möglich ist sich gesund und günstig mit regionalen Produkten zu ernähren. Gekocht wird in der Lehrküche mit Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie eine Schürze, Vorratsdosen für mögliche Reste mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 9 EUR sind im Entgelt enthalten.

■ 7839 Kurs
Büchen Karin Müller
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
 Freitag, 24.03.23, 17.30-20.30 Uhr
 35,40 EUR; erm. 30,96 EUR, inklusive 9 EUR Lebensmittelkosten.
 8 - 10 Teilnehmende

Meine Lieblingsgerichte

In diesem Kurs finden Sie eine Auswahl an Gerichten, die die Dozentin nach 10 Jahren Kochkurse Erfahrung, im Rahmen der Angebote der VHS Bonn, ausgesucht hat. Es handelt sich um Gerichte, die vielen Teilnehmern besonders gut geschmeckt haben. So finden Sie aus verschiedenen Bereichen - wie beispielsweise Suppen, Fleischgerichte, Backwaren, Salate und herzhaftere Ofengerichte - Rezepte. Natürlich werden einige der Speisen auch ohne Fleisch und Fleischprodukte hergestellt. Dieser Kurs soll bei Ihnen die Freude am Kochen entfachen. Da das Rezeptangebot vielseitig ist, können Sie daraus z.B. ein dreigängiges Gericht für einen schö-

nen Abend mit Freunden zusammenstellen. Bitte bringen Sie eine Schürze, Vorratsdosen für mögliche Reste und Ihre eigenen Getränke mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 18 EUR sind im Entgelt enthalten!

■ 7844 Kurs
Büchen Dr. Dorothee Wieser
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
 Freitag, 31.03.23, 17.30-20.30 Uhr
 44,40 EUR; erm. 39,96 EUR, inklusive 18 EUR Lebensmittelkosten.
 8 - 10 Teilnehmende

Klimaschonendes Kochen

Die wissenschaftlichen Beweise sind erdrückend. Das Klima auf der Erde heizt sich auf und die dadurch entstehenden Auswirkungen können in den letzten Jahren schon deutlich beobachtet werden. Bürgerinnen und Bürgern sollte klar sein, dass ein großer Teil des Klimawandels auf das eigene Tun zurückzuführen ist. Heute ist daher der Klimawandel in aller Munde. Dieser Kochkurs lädt Sie ein, sich einmal ganz praktisch mit dem Thema Klimawandel und Ernährung auseinander zu setzen. Was können Menschen beachten, um gesund zu essen und gleichzeitig die Erderwärmung nicht weiter anzuhetzen? Im Kurs werden, nach einer kurzen theoretischen Einleitung, klimafreundliche Gerichte zubereitet. Gekocht wird in der Lehrküche mit Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie eine Schürze, Vorratsdosen für mögliche Reste mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 18 EUR sind im Entgelt enthalten.

■ 7846 Kurs
Büchen Dr. Dorothee Wieser
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
 Donnerstag, 20.04.23,
 18.00-21.00 Uhr
 44,40 EUR; erm. 39,96 EUR, inklusive 18 EUR Lebensmittelkosten.
 8 - 10 Teilnehmende

Kochen und Backen für den Single-Haushalt

Möchten Sie als Single, der privat und beruflich oft sehr eingespannt ist, etwas Leckeres und Ausgewogenes mit möglichst wenig Zeitaufwand preisgünstig kochen oder backen? In diesem Kurs werden Rezepte zubereitet, die sowohl als Einzelgericht als auch als Teil eines Menüs gereicht werden können. Der Abend möchte in Ihnen die Freude am gemeinsamen Zubereiten und genießen von Speisen wecken und Ihre Kreativität

und Phantasie im Umgang mit Lebensmitteln beflügeln. Gekocht wird in der Lehrküche mit Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie eine Schürze, Vorratsdosen für mögliche Reste und Ihre eigenen Getränke mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 16,50 EUR sind im Entgelt enthalten!

Büchen ■ **7848** Kurs
Dr. Dorothee Wieser
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
Freitag, 05.05.23, 17.30-20.30 Uhr
42,90 EUR; erm. 38,46 EUR, inklusive 16,50 EUR Lebensmittelkosten.
8 - 10 Teilnehmende



Kreative Resteküche

Wenn unnötige Lebensmittelabfälle vermieden würden, stünden jedem deutschen Haushalt pro Jahr durchschnittlich 1080 Euro mehr zur Verfügung. Das klingt reizvoll, jedoch: Oft steht man vor dem Kühlschrank und weiß nicht recht, was man mit den noch vorhandenen Lebensmitteln kochen kann. Jetzt ist Ihre Kreativität gefragt! Mit diesem Angebot wollen wir Ihnen im geselligen Rahmen einige Anregungen zu diesem Thema geben. Gekocht wird in der Lehrküche mit Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie eine Schürze, Vorratsdosen für mögliche Reste und Ihre eigenen Getränke mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 17 EUR sind im Entgelt enthalten.

Büchen ■ **7852** Kurs
Dr. Dorothee Wieser
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
Mittwoch, 17.05.23, 18.00-21.00 Uhr
43,40 EUR; erm. 38,96 EUR, inklusive 17 EUR Lebensmittelkosten.
8 - 10 Teilnehmende



Schwäbische Küche

Die armen Böden der Schwäbischen Alb erlaubten in früherer Zeit nur sehr eingeschränkt Viehzucht. So konnte sich die Landbevölkerung Fleisch nur sehr selten leisten. Die schwäbische Küche, basiert daher vorwiegend auf reichhaltigen Mehlspeisen, die mit Milchprodukten, Eiern und wenig Fleisch sowie Innereien angereichert werden. Dieser Kurs möchte Ihnen Spezialitäten aus dem Ländle näher bringen. Zu diesen zählen neben Spätzle auch deftige Eintöpfe. Gekocht wird in der neuen Lehrküche mit modernen Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie Geschirrtücher, eine Schürze, Vorratsdosen für mögliche Reste und Ihre

eigenen Getränke mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 16,50 Euro sind im Entgelt enthalten!

Büchen ■ **7856** Kurs
Dr. Dorothee Wieser
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
Donnerstag, 01.06.23, 18.00-21.00 Uhr
42,90 EUR; erm. 36,81 EUR, inklusive 16,50 EUR Lebensmittelkosten.
8 - 10 Teilnehmende

Mediterrane Küche

Türkeurlaub zuhause - mit Meze, Dolma, Börek, Köfte und Co.

Die köstliche türkische Küche überzeugt mit einer großen Auswahl an kleinen Gerichten. Gekocht wird in der Lehrküche mit Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie Vorratsdosen für eventuelle Reste mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 13 EUR sind bereits im Entgelt enthalten.

Büchen ■ **7872** Kurs
Dr. H. Sündüs Paker-Eichelkraut
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
Freitag, 17.03.23, 17.30-20.30 Uhr
39,40 EUR; erm. 34,96 EUR, inklusive 13 EUR Lebensmittelkosten.
8 - 10 Teilnehmende

Büchen ■ **7874** Kurs
Dr. H. Sündüs Paker-Eichelkraut
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
Mittwoch, 03.05.23, 18.00-21.00 Uhr
39,40 EUR; erm. 34,96 EUR, inklusive 13 EUR Lebensmittelkosten.
8 - 10 Teilnehmende



Italienische Kochkunst - saisonal und regional

Man sagt, dass die Italiener das Essen noch vor dem Sprechen lernen und dass das Essen die schönste Ausdrucksform der italienischen Kultur ist. Dieser Kultur wird an diesem Abend mit einem Menü aus Antipasti, Primi, Secondi, Contorni und Dolci nachgespürt. Die italienische Kochkunst basiert auf hochwertigen, frischen Saisonprodukten, die dem Rhythmus der Jahreszeiten folgen - auch das soll Grundlage des kulinarischen Ausflugs nach Italien sein. Gekocht wird in der Lehrküche mit Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie eine Schürze, Vorratsdosen für mögliche Reste mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 13 EUR sind im Entgelt enthalten.

Büchen ■ **7876** Kurs
Karin Müller
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
Donnerstag, 30.03.23, 18.00-21.00 Uhr
39,40 EUR; erm. 34,96 EUR, inklusive 13 EUR Lebensmittelkosten.
8 - 10 Teilnehmende

Orientalische Küche

Vegetarische Küche - gesunde Vielfalt aus dem Iran

Iran, ein Land voller Gegensätze klimatisch, kulturell und kulinarisch. Vom milden Klima im Norden am Kaspischen Meer, wo unter anderem Reis und Tee angebaut werden, bis hin zum heißen Süden am Persischen Golf herrschen oft Temperaturunterschiede von 30° C. Diese unterschiedlichen klimatischen Bedingungen verursachen auch kulinarisch eine enorme Vielfalt. Im Kurs werden vegetarische Spezialitäten aus verschiedenen Regionen des Iran ausprobiert, basierend auf den Zutaten Basmatireis, Hülsenfrüchte, Kräuter und Gemüse, die man zum größten Teil in jedem Supermarkt findet. Gekocht wird in der Lehrküche mit Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie Vorratsdosen für eventuelle Reste mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 10 EUR pro Abend sind bereits im Entgelt enthalten.

Büchen ■ **7881** Kurs
Fateme Rahi
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
Donnerstag, 09.02.2022, 18.00 bis 21.00 Uhr und Freitag, 10.02.2022, 17.30 bis 20.30 Uhr, 2 Abende
66,70 EUR; erm. 57,82 EUR, inklusive 20 EUR Lebensmittelkosten.
8 - 10 Teilnehmende



Ottolenghi - eine kulinarische Reise nach Jerusalem

Yotam Ottolenghi schreibt in einem seiner Kochbücher, dass Jerusalem nicht nur eine Küche hat, sondern eine Vielzahl an kulinarischen Richtungen in der Stadt existieren. Ottolenghi gilt als einer, der vielen (nicht Gemüse mögenden) Nationen gezeigt hat, dass Auberginen und Blumenkohl mehr sein können als eine Beilage. An diesem Abend vermischen sich orientalische, jüdische und arabische Küche und sorgen für geschmackliche Überraschungen. Es wird ein abwechslungsreiches Menü mit Rezepten Ottolenghis zubereitet,

um es gemeinsam beim Essen zu genießen. Gekocht wird in der Lehrküche mit Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie eine Schürze, Vorratsdosen für mögliche Reste mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 13 EUR sind im Entgelt enthalten.

Büchen ■ **7885** Kurs
Karin Müller
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
Donnerstag, 25.05.23,
18.00-21.00 Uhr
39,40 EUR; erm. 34,96 EUR, inklusive 13 EUR Lebensmittelkosten.
8 - 10 Teilnehmende

Asiatische Küche

Koreanische Küche

Die Koreanische Küche ist ein wesentlicher Bestandteil Koreanischer Kultur. Korea ist gesegnet mit Bergen, fruchtbaren Feldern und umgeben von Meer und vier klar unterschiedlichen Jahreszeiten. Dies ist die Basis für eine Kochkunst, deren Ursprung vor mehr als 10.000 Jahren begann. Die Koreanische Küche vermittelt einen typischen eigenen Geschmack und verfügt über eine pikant-exotische Eleganz. Traditionell werden viele Speisen durch Fermentierung haltbar gemacht, wodurch sich Enzyme bilden, die der menschlichen Gesundheit sehr förderlich sind. Der Kochkurs vermittelt die Zubereitung traditioneller koreanischer Speisen und Beilagen. Basierend auf Reis, verschiedenen Gemüsen, Tofu, Fisch und Fleisch und Zutaten wie Sesamöl, Soja-Sauce und Paprika- und Soja-Bohnen-Paste, werden bekannte traditionelle koreanische Menüs gemeinsam zubereitet. Gekocht wird in der Lehrküche mit Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie Behälter für die Reste-Speisen mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 15 EUR pro Abend sind bereits im Entgelt enthalten.

Büchen ■ **7891** Kurs
Rana Lee-Schöler
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
Donnerstag, 16.03.23,
18.00-21.00 Uhr
41,40 EUR; erm. 36,96 EUR, inklusive 15 EUR Lebensmittelkosten.
8 - 9 Teilnehmende

Die Veranstaltung ist eine Kooperation mit der „Deutsch-Koreanischen Gesellschaft e.V.“

Büchen ■ **7892** Kurs
Rana Lee-Schöler
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
Donnerstag, 04.05.23,
18.00-21.00 Uhr
41,40 EUR; erm. 36,96 EUR, inklusive 15 EUR Lebensmittelkosten.
8 - 9 Teilnehmende

Die Veranstaltung ist eine Kooperation mit der „Deutsch-Koreanischen Gesellschaft e.V.“

Indisch exotisches Fingerfood

Indisches Fingerfood sind Snacks mit besonderer exotischer Note. Erleben Sie diese Köstlichkeiten einmal auf die indische Art. Ruti, Parata (indisches Brot), Samosas und Pakora gehören zu den Köstlichkeiten, die Sie in diesem Kurs erlernen werden. Es wird frisches Gemüse verwendet, wie z.B. Linsen und exotische Gewürze. Fingerfood bedeutet auch leichtes und gesundes Essen, welches bei Feiern und Partys als Snack glänzt, aber auch gerne von Kindern gerne gegessen werden. Gekocht wird in der Lehrküche mit modernen Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie Behälter für Reste mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 15 Euro pro Person werden zu Kursbeginn mit dem Dozenten abgerechnet.

Büchen ■ **7893** Kurs
Masud Khan
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
Dienstag, 21.03.23, 18.00-21.00 Uhr
26,40 EUR; erm. 21,96 EUR
8 - 10 Teilnehmende

Eine Expedition in die indische Fischküche

Die indische Küche verwendet gerne Fisch und viel frisches Gemüse, frische Kräuter sowie verschiedene Gewürze, deren Schärfe dem individuellen Geschmack angepasst wird. In diesem Kurs lernen Sie die faszinierende Verarbeitung von Fisch und die dazu passende Zubereitung von leckerem Gemüse, wobei eine große Vielfalt von Hülsenfrüchten in Indien eine bedeutende Rolle spielt. Gekocht wird in der Lehrküche mit Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie 2 Geschirrtücher sowie Behälter für Reste mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 15 Euro pro Person werden zu Kursbeginn mit dem Dozenten abgerechnet.

Büchen ■ **7894** Kurs
Masud Khan
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
Dienstag, 28.03.23, 18.00-21.00 Uhr
26,40 EUR; erm. 21,96 EUR
8 - 10 Teilnehmende

Indische Küche - würzig, exotisch, schmackhaft

Die indische Küche hat ein ausgesprochen großes Repertoire, das mit seinen vielen Variationen von allen Regionen dieses riesigen Subkontinents beeinflusst ist. Die indische Küche bietet weit mehr an Zutaten, Rezepten und vor allem an der Kunst der Zubereitung als das, was wir vom indischen Restaurant hier bei uns kennen. In unserem Kurs werden Sie lernen, wie man das Tandoori-Hähnchen, Fleischcurry in Kokosmilch oder verschiedene Gemüse mit Gewürzen richtig zubereitet. Auch Vegetarier kommen auf ihre Kosten. Schritt für Schritt werden Sie mit verschiedenen Kochtechniken vertraut gemacht, die erst das volle, aufregende Geschmackserlebnis hervorbringen. Gekocht wird in der Lehrküche mit Induktionskochfeldern. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 26 EUR (13 EUR pro Person / pro Abend) werden zu Kursbeginn mit dem Dozenten abgerechnet. Bitte bringen Sie Behälter für Reste mit.

Büchen ■ **7895** Kurs
Masud Khan
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
Dienstags 18.04. und 25.04.23,
18.00-21.00 Uhr, 2 Abende
46,70 EUR; erm. 37,82 EUR
8 - 10 Teilnehmende

Vietnamesische Sommerrollen

Der Sommer steht vor der Tür und oft ist es uns zu warm, um Herd oder Backofen einzuschalten. Wunderbar eignen sich daher kalte Gerichte, wie z.B. die sogenannten „Sommerrollen“, einer Vorspeise der vietnamesischen Küche. Den Ursprung vermutet man aus dem asiatischen Kulturraum. Der Name kommt daher, dass die Reisteigblätter gerne mit saisonalem Gemüse gefüllt werden. Es ist ein großartiges „Gericht“, was auch sehr gut zu verschiedenen Anlässen und in gesellschaftlicher Runde passt. Ähnlich wie bei z.B. Raclette, werden verschiedene Schälchen mit Zutaten auf den Tisch gestellt und jeder kann seine Sommerrolle individuell befüllen. Dazu werden dann verschiedene, selbst zubereite-

te Soßen gereicht. Das alles können Sie in gemütlicher Runde an diesem Abend, in der Lehrküche im Haus der Bildung, kennen lernen. Bitte bringen Sie eine Schürze und Vorratsdosen für eventuelle Reste mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 10 EUR pro Abend sind bereits im Entgelt enthalten.

7896 Kurs
Linda Zinnecker
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
Donnerstag, 11.05.23,
18.00-21.00 Uhr
36,40 EUR; erm. 31,96 EUR, inklusive 10,00 EUR Lebensmittelkosten.
8 - 10 Teilnehmende



Indische vegetarische Küche - die Magie von Gewürzen und Kräutern

Aus ethischen und gesundheitlichen Gründen möchten immer mehr Menschen ihren Fleischkonsum reduzieren. Viele vegetarische Gerichten bestehen zu großen Teilen aus Sahne, Käse und Eiern. Die indische Küche bietet eine reiche Auswahl schmackhafter Gerichte, die den herzhaften Appetit befriedigen können. Mit einer Grundlage aus Knoblauch, Zwiebeln und Ingwer und der Zugabe von Kräutern, Aromastoffen und Chilisoten nach individuellem Geschmack können diese Gerichte für jeden zubereitet werden. Es werden alle Arten von Hülsenfrüchten verwendet, die einen hohen Proteingehalt und andere Vorteile für die Gesundheit haben, zum Beispiel Kichererbsen, Mungbohnen und alle Arten von Linsen. Vertraute Gemüsearten aber auch Newcomer wie die Aubergine sind überraschend köstlich und bewahren ihre Vorteile für die Gesundheit besser, wenn sie auf indische Art zubereitet werden. Gekocht wird in der Lehrküche mit Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie Behälter für Reste mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 26 EUR (13 EUR pro Person / Abend) werden zu Kursbeginn mit dem Dozenten abgerechnet.

7897 Kurs
Masud Khan
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
Dienstags 16.05. und 23.05.23,
18.00-21.00 Uhr, 2 Abende
46,70 EUR; erm. 37,82 EUR
8 - 10 Teilnehmende

Südamerikanische Küche

Mexikanische Küche

Die mexikanische Küche ist aufgrund ihrer Vielfaltigkeit, Geschichte und Komplexität eine weltberühmte kulinarische Koch-Kunst. Sie setzt sich aus bewahrten Traditionen, internationalen Einflüssen und viel Kreativität zusammen. In diesem Kurs tauchen Sie in diese exquisite Gastronomie ein. Es beginnt mit einfachen, aber definitiv authentischen Rezepten aus verschiedenen Regionen Mexikos. Die Teilnehmenden lernen die Grundlagen kennen, erfahren die wichtigsten Zutaten mexikanischer Gerichte wie Chili, Kürbis, Tomaten und Mais und erhalten ein einzigartiges Erlebnis von Aromen und Anekdoten über das Essen. Gekocht wird in der Lehrküche mit modernen Induktionskochfelder. Bitte bringen Sie Vorratsdosen für mögliche Reste mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 15 EUR sind im Entgelt enthalten.

7900 Kurs
Maria del Mar Guzmán Zumaya
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
Mittwoch, 26.04.23, 18.00-21.00 Uhr
41,40 EUR; erm. 36,96 EUR, inklusive 15 EUR Lebensmittelkosten.
8 - 10 Teilnehmende

Kochkurse auf Englisch

In the Kitchen with Escoffier - Elegant French Classics

French cuisine is one of the oldest in Europe. Stemming from centuries of traditions and lavish royal feasts it is considered a reference in the whole gastronomical world. The famous chef Auguste Escoffier was the first to write what can be considered the „Larousse“ of French cuisine: „Le Guide Culinaire“. With more than 5000 recipes on barely 950 pages, this hermetic volume serves as a reference in many classic French restaurants to this very day. In this course we will explore these traditions by bringing some of these classics into our home kitchens and into our everyday life. We cook in a teaching kitchen with induction hobs. Please bring a few plastic boxes for possible leftovers and something to drink. The costs for ingredients of 12 EUR are already included in the fee! The course is suitable for anyone with an A2-B1 level in English.

7910 Course
Alessio Fangano
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)
Wednesday, 01.03.23,
18.00-21.00 p.m.
38,40 EUR; red. 33,96 EUR, including 12 EUR for cooking ingredients.
8 - 10 Participants



Indian Cooking - Discover a New World of Spice & Flavour

Indian cuisine has an extensive and varied repertoire, influenced by all the regions of this vast sub-continent. There is a lot more to Indian food than you can find in the average Indian restaurant over here. In our course you will learn how to prepare Tandoori chicken, meat in coconut milk, various vegetables cooked with seeds and spices, as well as different types of Pakoras and the famous Lassi drink. We will also explore fusion food by learning about the origin and preparation of Balti dishes. We will learn different cooking techniques and experience a variety of exciting tastes. Please pay the total costs for cooking ingredients of 26 EUR (13 EUR per person / evening) at the first lesson directly to your teacher. We cook in the teaching kitchen with induction hobs. Please bring 2 or 3 storage boxes to keep any leftovers, and any drinks that you might wish to have. The course will be conducted in English, giving you the opportunity to enhance your cooking and language skills at the same time. The course is suitable for anyone with a level A2/B1 in English.

7912 Course
Masud Khan
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)
Tuesdays, 07.03. and 14.03.23,
18:00-21:00 p.m., 2 Sessions
46,70 EUR; red. 37,82 EUR
8 - 10 Participants



Sicilian Cooking for Vegetarians

Placed at the center of the Mediterranean Sea, the island of Sicily has been fought over by many of the most powerful empires in history. Thanks to this, its cuisine is a rare and unique melting-pot of tastes and traditions. Always praised for its fertility, Sicilian cuisine is rich in peculiar vegetarian dishes that benefit from its varied cultivated and wild flora. In this class we will go through a few examples of this historically rich creativity with dishes that will surely

serve as a guide for your everyday creations. We cook in the new teaching kitchen with modern induction hobs. Please bring a few plastic boxes for possible leftovers and something to drink. The costs for cooking ingredients of 12 EUR are already included in the fee! This course is suitable for anyone with a level A2-B1 in English.

Büchen ■ **7914** Course
Alessio Fangano
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)
Wednesday, 22.03.23,
18.00-21.00 p.m.
38,40 EUR; red. 33,96 EUR, including 12 EUR for cooking ingredients.
8 - 10 Participants

Sicilian Cooking

Sicilian cuisine reflects the varied history of this island and therefore stands out from the normal Italian cooking. The wide use of aubergines/eggplants bears witness to the Turkish Empire while the taste for sugar, spices and almonds was established during the Saracen reign and then developed at the opulent Norman court of Frederick II. The Spanish then introduced chocolate and tomatoes, the first often used in savory recipes, while the French expanded the cooking skills. In this class we will explore this rich landscape with 4 simple and tasty dishes that will enrich your everyday meals. We cook in the teaching kitchen with induction hobs. Please bring a few plastic boxes for possible leftovers and something to drink. The costs for ingredients of 12 EUR are already included in the fee! This course is suitable for anyone with an A2-B1 level in English.

Büchen ■ **7916** Course
Alessio Fangano
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)
Wednesday, 19.04.23,
18.00-21.00 p.m.
38,40 EUR; red. 33,96 EUR, including 12 EUR for cooking ingredients.
8 - 10 Participants

Indian Vegetarian Cooking - the Magic of Spices and Herbs

Nowadays, more and more people wish to decrease their consumption of meat for both ethical and health reasons. Many vegetarian dishes rely heavily on cream, cheese and eggs. Indian cookery offers a rich palette of savoury dishes that can satisfy a hearty appetite. With a combina-

tion of garlic, onion and ginger at the base and the use of spices, aromatics and chillies adapted to individual tastes, dishes can be prepared for anyone. For more information please go to www.vhs-bonn.de. We cook in the teaching kitchen with induction hobs. Please pay the total costs for cooking ingredients of 26 EUR (13 EUR per person / evening) at the first lesson directly to your teacher. The course is suitable for anyone with a level A2/B1 in English.

Büchen ■ **7918** Course
Masud Khan
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)
Tuesdays 02.05. and 09.05.23,
18.00-21.00 p.m, 2 Sessions
46,70 EUR; red. 37,82 EUR
8 - 10 Participants

Mediterranean Antipasti - Celebrating Autumn

In the Mediterranean we know well how a rich table of small and delightful dishes is the perfect start to a great party. Call them what you prefer, Antipasti, Mezze or Tapas, they are the simplest and most versatile way to exploit the seasonal bounty from our markets. Think of crunchy bread with multiple fresh toppings, frittatas featuring seasonal vegetables or dices of cheese or grilled meat marinated in extra-virgin olive oil and fresh herbs; what can be better to enjoy with a glass of wine and good friends? In this course we will explore a rich sample of recipes inspired by the many cultures that border the Mediterranean sea, a real feast for your eyes and palates. We will have one recipe per person so the more the tastier! We cook in the teaching kitchen with induction hobs. Please bring a few plastic boxes for possible leftovers and something to drink. The costs for cooking ingredients of 12 EUR are already included in the fee! This course is suitable for anyone with a level A2-B1 in English.

Büchen ■ **7920** Course
Alessio Fangano
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)
Wednesday, 10.05.23,
18.00-21.00 p.m.
38,40 EUR; red. 33,96 EUR, including 12 EUR for cooking ingredients.
8 - 10 Participants

Sicilian Cooking II

Placed at the center on the Mediterranean sea, the island of Sicily has been contended by many of the most powerful empires in history. Thanks to this, its cuisine is a rare and unique melting-pot of tastes and traditions. In this course we will continue the exploration of Sicilian gastronomic traditions that we started in „Sicilian Cooking“ with a fully renewed menu. Please bring a few plastic boxes for possible leftovers and something to drink. The costs for cooking ingredients of 10,- EUR are already included in the fee! This course is suitable for anyone with a level A2-B1 in English."

Büchen ■ **7922** Course
Alessio Fangano
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)
Wednesday, 31.05.23,
18.00-21.00 p.m.
38,40 EUR; red. 33,96 EUR, including 12 EUR for cooking ingredients.
8 - 10 Participants

Indian Finger Foods - Crisp and Spicy in Just One Bite

The finger foods offer a delicious and healthy options for party foods, snacks and light meals. Made with gram flour, lentils and fresh vegetables such as Aubergine, Courgette, Cauliflower etc, these finger foods are light and crispy, they will be a favourite with children. They are often served with home made chutneys and dips. We will be preparing various chutneys and yoghurt dressings. Traditionally these foods are consumed at tea time, but they are also the perfect companions to a glass of beer or wine... We cook in the teaching kitchen with induction hobs. Please pay the total costs for cooking ingredients of 15 EUR at the first lesson directly to your teacher. Please bring 2 or 3 storage boxes to keep any leftovers, and any drinks that you might wish to have. The course will be conducted in English, giving you the opportunity to enhance your cooking and language skills at the same time. The course is suitable for anyone with a level A2/B1 in English.

Büchen ■ **7924** Course
Masud Khan
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)
Tuesday, 06.06.23, 18.00-21.00 p.m.
26,40 EUR; red. 21,96 EUR
8 - 10 Participants

Kochkurs auf Spanisch

Cocina mexicana - cocinando en español

La cocina mexicana es mundialmente reconocida por su diversidad, historia y complejidad. Esta se compone de tradiciones arraigadas, influencias internacionales y mucha creatividad. En este curso tendremos la oportunidad de adentrarnos en este exquisito arte culinario empujando por recetas sencillas pero definitivamente auténticas, provenientes de distintas regiones de México. Los participantes aprenderán las bases de esta exquisita gastronomía, conocerán los ingredientes principales de los platillos mexicanos como son el chile, la calabaza, el tomate y el maíz y probarán una experiencia única de sabores y anécdotas a través de la comida. Se cocina en la cocina didáctica con modernas hornillas de inducción. Por favor, traiga recipientes para guardar los posibles restos de alimentos. El costo de los ingredientes es de 15 y está incluido en la tarifa.

7941 Curso
 Maria del Mar Guzmán Zumaya
 VHS, Mülheimer Platz 1, sala de clase 2.11 (cocina)
 Viernes, 26.05.23, 17.30-20.30 Hora
 41,40 EUR; red. 36,96 EUR, incluidos 15 EUR de gastos de alimentación
 8 - 10 Concursante

Weinseminare

Südafrika: eins der bedeutendsten Weinbaunationen der südlichen Erdhalbkugel

Für die südafrikanische Wirtschaft ist der Weinbau ein wichtiger Faktor und ohne Zweifel gehört das Land zu den bedeutendsten Weinbaunationen der südlichen Erdhalbkugel. Viele Weine, die hier in der sogenannten „neuen Welt“ gekeltert werden, ähneln in ihrer Art doch sehr dem klassischen Stil der „alten Welt“. Das Land gehört gegenwärtig zu den Top 8 Weinbaunationen der Welt. Es stehen mehr als 100.000 Hektar unter Reben, auf denen rund 700 Millionen Liter Wein erzeugt werden, von denen knapp die Hälfte exportiert wird.

Die Kosten für Brot, Snack, Käse und die Weine in Höhe von 25 EUR pro Teilnehmenden werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet.

7960 Kurs
 Marc Wabo
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
 Montag, 13.02.23, 18.00-21.00 Uhr
 26,40 EUR; erm. 21,96 EUR
 8 - 10 Teilnehmende

Jugendschutzgesetz: Die Buchung des Kurses ist erst ab Vollendung des 16. Lebensjahres möglich.



Weinverkosterworkshop - „Die deutschen Weinbaugebiete“

Die deutschen Weine sind vielfältig und unterscheiden sich nicht nur durch Böden, Klima und Rebsorten. Auch die Lagerung und der persönliche Stil des Winzers prägen den Wein. Dieser Abend bietet einen Querschnitt durch die deutschen Anbaugebiete. Sie üben mit Hilfe des 100-Punkte-Schemas von Robert Parker die verschiedenen Qualitäten und Herkünfte einzuordnen und zu bewerten. Unterschiedliche Weinsorten und Geschmacksrichtungen werden in Kombination mit Weißbrot und Fingerfood verkostet. Dabei erarbeiten Sie nachvollziehbare Beurteilungen der Qualitäten und Herkünfte. Bitte bringen Sie ein Weinglas mit. Die Kosten für Wein, Weißbrot und Fingerfood in Höhe von 18 EUR pro Teilnehmenden werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet.

7961 Kurs
 Henry Wolf
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
 Montag, 06.03.23, 18.00-21.00 Uhr
 26,40 EUR; erm. 21,96 EUR
 8 - 10 Teilnehmende

Jugendschutzgesetz: Die Buchung des Kurses ist erst ab Vollendung des 16. Lebensjahres möglich.



Weinverkosterworkshop „Internationale Premiumweine im Vergleich“

Die Welt der Weine ist vielfältig und kaum durchschaubar. Man kann vielleicht einen trinkbaren Wein für 3 € kaufen. Oder sich für mehrere hundert Euro etwas Besonderes gönnen. Doch was unterscheidet sogenannte Premiumweine eigentliche vom normalen Tropfen aus dem Supermarkt? Sind es die Produktionskosten? Ist es mehr eine Frage von Angebot und Nachfrage? Guter Präsentation? Oder gibt es echte Qualitätskriterien, die hohe Preise rechtfertigen? Wir haben an diesem Abend die Gelegenheit, ein paar besonders seltene Flaschen aus den

angesagtesten Anbaugebieten aufzuzumachen und professionell zu verkosten. Im direkten Vergleich zu anderen Weinen nähern wir uns dem Thema an und versuchen, uns jenseits von Markenpsychologie ein eigenes Urteil zu bilden. Dazu gibt es Weißbrot und Fingerfood. Bitte bringen Sie ein Weinglas mit. Da auch edlere Weine geöffnet werden, entstehen Kosten von ungefähr 35 EUR pro Person, die direkt mit dem Dozenten abgerechnet werden.

Wegbeschreibung unter: <https://www.vhs-bonn.de/cms/media/download/585/lageplan-vhs-bonn-im-haus-der-bildung.pdf>

7962 Kurs
 Henry Wolf
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
 Montag, 27.03.23, 18.00-21.00 Uhr
 26,40 EUR; erm. 21,96 EUR
 8 - 10 Teilnehmende

Jugendschutzgesetz: Die Buchung des Kurses ist erst ab Vollendung des 16. Lebensjahres möglich.



Riesling - Der große Klassiker und die Nummer Eins in Deutschland

Rieslingweine stehen in allen Qualitätsstufen und Geschmacksrichtungen zur Verfügung. Teilweise erfolgt der Ausbau im traditionellen Holzfass. Neben unkomplizierten Alltagsweinen bietet sich eine reiche Auswahl an Prädikatsweinen. In den höheren Qualitätsstufen kommen rest-süße oder edelsüße Weine häufiger vor, doch werden auch viele Qualitäts- oder Kabinettweine (insbesondere in den nördlichen Anbaugebieten) zur Kompensation der hohen Säure mit einer dezenten Süße ausbalanciert. Die Kosten für Brot, Snack, Käse und die Weine in Höhe von 25 EUR pro Teilnehmenden werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet.

7963 Kurs
 Marc Wabo
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
 Montag, 17.04.23, 18.00-21.00 Uhr
 26,40 EUR; erm. 21,96 EUR
 8 - 10 Teilnehmende

Jugendschutzgesetz: Die Buchung des Kurses ist erst ab Vollendung des 16. Lebensjahres möglich.

Das Geheimnis des Crémants

Auf über 11.000 Hektar werden in ganz Frankreich Trauben für die Herstellung von Crémant angebaut. In acht Appellationen (Appellation d'Origine Contrôlée - AOC) mit ihren klar definierten geografischen Gebieten sind über 6.000 Winzer am Erfolgsprodukt beteiligt. Dabei sind die bedeutendsten AOC das Elsass, die Loire und das Burgund. In diesem Seminar tauchen wir ein in die Geheimnisse dieses Exportschlagers aus Frankreich: Was sind die Ähnlichkeiten und was sind die Unterschiede? Die Kosten für Brot, Snack, Käse und die Weine in Höhe von 25 EUR pro Teilnehmenden werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet.

7964 Kurs
 Marc Wabo
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)
 Montag, 22.05.23, 18.00-21.00 Uhr
 26,40 EUR; erm. 21,96 EUR
 8 - 10 Teilnehmende

Jugendschutzgesetz: Die Buchung des Kurses ist erst ab Vollendung des 16. Lebensjahres möglich.

Exkursionen

Heilpflanzen in unserer Nähe - erleben und erkennen lernen

Welche Pflanzen am Wegesrand sind heilkräftig? Rupfe ich in meinem Garten vielleicht Heilpflanzen als Unkräuter aus? Auf dieser Exkursion werden Ihnen wildlebende Heilpflanzen in ihrem Lebensraum vorgestellt und ihre Merkmale beschrieben. Es wird ihre Nutzung in der Volksheilkunde angesprochen, und Sie bekommen Hinweise für Ihren Balkon oder Garten sowie zum Ernten und Aufbewahren. Im zweiten Teil unseres Spaziergangs üben wir das Wiedererkennen der Pflanzen. Bitte bringen Sie dem Wetter entsprechende Kleidung, ggfs. ein Regenschirm (auch als Sonnenschirm), bei Bedarf Stoffbeutel und Schreibzeug mit. Hinweis: Wenn die Witterungsbedingungen es nicht zulassen, kann der Termin verschoben oder abgesagt werden. Bitte geben Sie dafür bei Anmeldung Ihre Telefonnummer mit an. Treffpunkt: „Turmhaus“ in Friesdorf, Ecke Annaberger Strasse / Im Bachele, Bushaltestelle 612

7970 Wochenendexkursion
 Dr. Christine Richter
 Treffpunkt: "Turmhaus" in Friesdorf, Bushaltestelle 612
 Samstag, 22.04.23, 15:00-18:00 Uhr
 20,90 EUR; erm. 16,46 EUR
 8 - 12 Teilnehmende

7971 Wochenendexkursion
 Dr. Christine Richter
 Treffpunkt: "Turmhaus" in Friesdorf, Bushaltestelle 612
 Samstag, 27.05.23, 11:00-14:00 Uhr
 20,90 EUR; erm. 16,46 EUR
 8 - 12 Teilnehmende



Weinwanderung im Siebengebirge

An diesem Tag werden Sie auf einer kleinen Wanderung durch die Weinberge am Drachenfels geführt. Sie erfahren mehr über Bodenarten, Rebsorten, Weinbergspflege und Anbaumethoden. Bei einer Rast zwischen den Reben verkosten Sie fünf verschiedene hier gekelterte Weine. Dazu werden Wasser und Weißbrot gereicht. Dauer ungefähr 3 Stunden, danach besteht die Möglichkeit zur Einkehr in Rhöndorf. Pro Person entstehen Kosten für Wein, Wasser und Brot in Höhe von 8 EUR. Treffpunkt: Weinhaus am Domstein, unterhalb der Weinberge in Rhöndorf, an der B 42 Abfahrt Rhöndorf, dann sofort links abbiegen in die Weinberge. Mit der Bahn Bf Rhöndorf, dann 5 Minuten Fußweg zum Weinbergstrand.

7976 Wochenendexkursion
 Henry Wolf
 Weinhaus am Domstein, Ausfahrt Rhöndorf an der B42
 Samstag, 10.06.23, 15:00-18:00 Uhr
 20,90 EUR; erm. 16,46 EUR
 8 - 15 Teilnehmende

Jugendschutzgesetz: Die Buchung des Kurses ist erst ab Vollendung des 16. Lebensjahres möglich.



Weinwanderung durch die Reben bei Oberdollendorf

Die Weinberge von Oberdollendorf sind die nördlichsten des Mittelrheins. Auf dieser geführten kleinen Wanderung erfahren Sie vieles über die Weinbergsarbeiten. Bodenarten, Rebsorten und Anbaumethoden werden erläutert. Bei einer Rast zwischen den Reben verkosten Sie fünf verschiedene hier gekelterte Weine. Dazu gibt es Wasser und Weissbrot. Der Workshop dauert ungefähr drei Stunden. Danach bietet sich die Gelegenheit zur Einkehr in Oberdollendorf. Pro Person werden 8 EUR für Wein, Wasser und Brot direkt mit

dem Dozenten abgerechnet. Treffpunkt: Weingut Blöser, Bachstr. 112, Oberdollendorf, wenige Fußminuten von der U-Bahn Station, Linie 66 Oberdollendorf entfernt, Parkplätze an der Heisterbacher Straße.

7978 Wochenendexkursion
 Henry Wolf
 Weingut Blöser, Bachstr. 112, 53639 Königswinter
 Samstag, 17.06.23, 15:00-18:00 Uhr
 20,90 EUR; erm. 16,46 EUR
 8 - 15 Teilnehmende

Jugendschutzgesetz: Die Buchung des Kurses ist erst ab Vollendung des 16. Lebensjahres möglich.



Zu unseren Kooperationspartnern gehören u. a.:

- A**
Abteilung für Altamerikanistik, Universität Bonn
Akademie für wissenschaftliche Weiterbildung am Institut für Kommunikationswissenschaften der Universität Bonn
Akademisches Kunstmuseum
Alanus-Hochschule für Kunst und Gesellschaft
Albertus-Magnus-Haus
Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club Bonn/Rhein-Sieg (ADFC)
Alzheimer Gesellschaft Bonn e. V.
AMANO
Amt für Internationales und globale Nachhaltigkeit der Bundesstadt Bonn
Amt für Kinder, Jugend und Familie der Bundesstadt Bonn
Amt für Soziales und Wohnen der Bundesstadt Bonn, Bonner Altenheim
Amt für Wirtschaftsförderung der Bundesstadt Bonn
Arbeitskreis Demenz
ARGE Bonn
Arp Museum
Atelier Siering, Tapetenfabrik
axsessio GmbH
- B**
Bahnhof Rolandseck und Arp Museum
Behinderten-Gemeinschaft Bonn e.V.
Bezirksregierung Köln
BICC - Bonn International Center for Conversion
BildungsForum Lernwelten
Bonner Altenhilfe
Bonner Energie Agentur e.V.
Bonner Netzwerk für Entwicklung
Bonner Spendenparlament
Bonner Tafel e.V.
Bund deutscher Architekten Bonn/Rhein-Sieg
Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK)
Bundesprüfstelle für jugendgefährdende Medien (BPjM)
Bundeszentrale für Politische Bildung/bpb
- C**
Carl-von-Ossietzky-Gymnasium
CBT Wohnhaus St. Markusstift
Chefkoch.de
Coworking Bonn
Cryptomator
- D**
Deutsch-Afrikanisches Zentrum (DAZ)
Deutsch-Maghrebinische Gesellschaft e. V.

Deutsche Bundesbank
Deutsche Post DHL
Deutsche Telekom AG
Deutsche Welle
Deutscher Kinderschutzbund Bonn e.V.
Deutscher Mieterbund Bonn/Rhein-Sieg/Ahr e.V.
Deutscher Volkshochschulverband
Deutsches Institut für Entwicklungspolitik (DIE)
Deutsches Institut für Erwachsenenbildung (DIE)
dvv international
- E**
Evangelischer Kirchenkreis Bonn
- F**
Familienzentrum Luthers Arche
Ford-Werke Köln
Forschungsinstitut zur Zukunft der Arbeit GmbH (IZA)
Forum InformatikerInnen für Frieden und gesellschaftliche Verantwortung e.V.
Fraunhofer-Institut für Kommunikation, Informationsverarbeitung und Ergonomie (FKIE)
Freifunk Bonn
Freiwilligenagentur der Stadt Bonn
Friedrich-Spee-Akademie
FriEnt - Arbeitsgemeinschaft Frieden und Entwicklung
- G**
Gedenkstätte für die Bonner Opfer des Nationalsozialismus
Gemeindedienst für Mission und Ökumene Region Köln Bonn
gkm Consulting Group
Gleichstellungsstelle der Stadt Bonn
Goethe-Institut
- H**
Haus am Redoutenpark
Haus der Geschichte
Haus Rosental
Heinz-Dörks-Haus
- I**
Ibero-Club Bonn e. V.
IHK Bonn
Informationsstelle Südliches Afrika – issa
- J**
jfc Medienzentrum e. V.
Jugendzentrum K7
- K**
Katholische Familienbildungsstätte Bonn
Katholikenrat Bonn
KAUSA Servicestelle Bonn/Rhein-Sieg
Kleiner Laden e. V.
Konejung-Stiftung: Kultur
Kulturzentrum Hardtberg
Kunstmuseum
- L**
Landeskriminalamt Nordrhein-Westfalen
Landesverband der Volkshochschulen von NRW e.V.
LerNet Bonn/Rhein-Sieg e.V.
LVR-LandesMuseum Bonn
- M**
Margarete-Grundmann-Haus
Mediation fördern e.V.
Michael-Franke-Stiftung
- N**
Nachbarschaftszentrum Brüser Berg
- O**
openmuseum.de

- P**
Polizei Bonn, Kriminalkommissariat
Kriminalprävention/Opferschutz
Polizei Bonn,
Verkehrssicherheitsberatung
Polizei Nordrhein-Westfalen
pro familia – Beratungsstelle Bonn
- R**
Regionalgruppe Mediation
Bonn/Rhein-Sieg
Rheinische Friedrich-Wilhelms-
Universität Bonn
Rheinische-Friedrich-Wilhelms-
Universität Bonn – Studium
Universale
- S**
Schulamts der Bundesstadt Bonn
Schumannhaus
Selbsthilfe-Kontaktstelle Bonn
Seniorenbegegnungsstätte Bonn-
Mehlem
Seniorenzentrum Breite Straße
Servicestelle Kommunen in der Einen
Welt
- T**
Stadtarchiv der
Bundesstadt Bonn
Stadtmuseum Bonn
Stadtplanungsamt der Bundestadt
Bonn
Sportbund Bonn
Stadtwerke Bus und Bahn
Stadtwerke Bonn Energie
und Wasser
Stadtwerke Bonn Verwertung
StartupBonn
StadtReisen Bonn erleben e.V.
Stiftung Umwelt und Entwick-
lung Nordrhein-Westfalen
- U**
UNIFEM Deutschland
Universität zu Köln
- V**
Verbraucherzentrale NRW in Bonn
Vereinte Nationen in Bonn
Verkehrswacht Bonn
VHS Helsinki
VHS Köln
VHS Wien
Volkshochschulverband von NRW
e.V.
- W**
Wahl-Verwandtschaften
Bonn e.V.
wertewandel
WetterOnline
Wikimedia Deutschland
Wissenschaftsladen Beuel
World of VR
- Z**
Zentralbibliothek Bonn
Zentrum für Mehrsprachigkeit und
Integration Köln



Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB) der Volkshochschule Bonn

§ 1 Allgemeines

(1) Diese AGB gelten für alle Veranstaltungen der Volkshochschule Bonn (nachfolgend VHS), auch für solche, die im Wege der elektronischen Datenübermittlung durchgeführt werden, jedoch nicht gegenüber Teilnehmern, die der VHS von Sozialleistungsträgern (ARGE, Jobcenter, Arbeitsagentur, Rentenversicherungsträger, Bundesamt für Migration und Flüchtlinge etc.) zugewiesen werden.

(2) Studienreisen, Exkursionen und Veranstaltungen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen, sind keine Veranstaltungen der VHS. Insoweit tritt die VHS nur als Vermittler auf.

(3) Soweit in den Regelungen dieser AGB die männliche Form verwendet wird, geschieht das lediglich zur sprachlichen Vereinfachung. Die Regelungen gelten gleichermaßen auch für weibliche Beteiligte und für juristische Personen.

(4) Rechtsgeschäftliche Erklärungen (z.B. Anmeldungen, Rücktritts- und Kündigungserklärungen) bedürfen, soweit sich aus diesen AGB oder aus dem dem Verbraucher zustehenden gesetzlichen Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften nichts anderes ergibt, der Schriftform oder einer kommunikationstechnisch gleichwertigen Form (Telefax, E-Mail, E-Post). Erklärungen der VHS genügen der Schriftform, wenn eine nicht unterschriebene Formularbestätigung verwendet wird.

§ 2 Vertragschluss

(1) Die Ankündigung von Veranstaltungen ist unverbindlich und stellt kein Angebot zum Abschluss eines Vertrags dar.

(2) Der Vertrag kommt mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung und ihrer Annahme durch die Volkshochschule zustande. Der Vertrag gilt als geschlossen, wenn die VHS

die Annahme der Anmeldung ausdrücklich in Text- oder Schriftform bestätigt, oder 14 Tage nach Eingang der Anmeldung, wenn keine schriftliche Absage seitens der VHS erteilt wird.

(3) Ist in der Ankündigung der Veranstaltung ein Anmeldeschlusstermin angegeben oder hat die Veranstaltung bereits begonnen, so bedarf die Anmeldung, die bei der VHS erst nach Anmeldeschluss oder nach Veranstaltungsbeginn eingeht, abweichend von Absatz (2) einer ausdrücklichen Annahmeerklärung. Erfolgt diese nicht, gilt die Anmeldung als abgelehnt.

(4) Sind zum Zeitpunkt der Anmeldung bereits alle Teilnahmeplätze einer Veranstaltung belegt, wird der Anmeldende in eine Warteliste aufgenommen und innerhalb von fünf Werktagen über diesen Umstand informiert. Der Anmeldende hat dann seinerseits innerhalb von fünf Werktagen zu erklären, ob er weiterhin innerhalb der in Absatz (2) genannten Mindestfrist auf einen freien Platz warten will, oder ob er von der Warteliste gestrichen werden soll.

(5) Das gesetzliche Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften wird durch die Regelungen in den Absätzen (2) bis (4) nicht berührt.

§ 3 Vertragspartner und Teilnehmer

(1) Mit Abschluss des Veranstaltungsvertrages werden vertragliche Rechte und Pflichten nur zwischen der VHS als Veranstalterin und dem Vertragspartner begründet. Der Vertragspartner kann das Recht zur Teilnahme auch für eine dritte Person begründen. Diese ist der VHS namentlich zu benennen. Die Teilnahme einer anderen als der angemeldeten Person bedarf der Zustimmung der VHS. Diese darf die Zustimmung nicht ohne sachlichen Grund verweigern. Für die dritte Person gelten sämtliche den Vertragspartner betreffenden Regelungen sinngemäß.

(2) Die VHS darf die Teilnahme von persönlichen und/oder sachlichen Voraussetzungen abhängig machen. Die Vervollendung des 15. Lebensjahres ist Voraussetzung für eine Teil-

nahme. Die VHS kann Ausnahmen für einzelne Teilnehmer und/oder Veranstaltungen zulassen.

(3) Die VHS ist berechtigt, aber nicht verpflichtet, Anmeldebestätigungen auszugeben. In einem solchen Fall ist der Teilnehmer verpflichtet, die Anmeldebestätigung mitzuführen und sich auf Verlangen eines Bevollmächtigten der VHS auszuweisen. Geschieht das aus vom Teilnehmer bzw. vom Vertragspartner zu vertretenden Gründen nicht, kann der Vertragspartner von der Veranstaltung ausgeschlossen werden, ohne dass dadurch ein Anspruch auf Rückerstattung des geleisteten Entgelts entsteht.

§ 4 Teilnahmebescheinigung und Evaluation

(1) Auf Wunsch des Vertragspartners werden Teilnahmebescheinigungen ausgestellt unter den Voraussetzungen, dass

- das Entgelt (§ 5) vollständig bezahlt wurde,
- eine Teilnahme im Umfang von mindestens 80 % der Gesamtveranstaltungsdauer erfolgt ist und
- die Veranstaltung bzw. die letzte von mehreren Veranstaltungseinheiten nicht länger als zehn Jahre zurückliegt.

(2) Die VHS ist berechtigt, zur Qualitätssicherung ihrer Veranstaltungen Befragungen der Teilnehmer durchzuführen. Die Teilnahme an der Befragung ist freiwillig und erfolgt anonym.

§ 5 Entgelt

(1) Das Veranstaltungsentgelt (Entgelt) ergibt sich aus der bei Eingang der Anmeldung aktuellen Ankündigung der VHS (Programm, Aushang etc.) und ist zu Kursbeginn fällig.

(2) Bei Veranstaltungen, die entsprechend ausgewiesen sind, erhalten eine Ermäßigung i.H.v. 30 Prozent des Teilnahmeentgeltes Schwerbehinderte i.S.d. § 1 Schwerbehindertengesetz (ab 50 % Behinderungsgrad), Schüler, Studierende Au-pair, Auszubildende, Helfer im freiwilligen sozialen Jahr und Teilnehmer am Bundesfreiwilligendienst. Inhaber von Berechtigungsausweisen der Bundesstadt Bonn (Bonn-

Ausweis) erhalten eine Ermäßigung i.H.v. 50 % des Teilnahmeentgeltes.

(3) Die Voraussetzungen für eine Ermäßigung sind bei der VHS-Verwaltung durch entsprechende Unterlagen (Ausweise, Dienstbescheinigungen usw.) mit der Anmeldung (§ 2), spätestens jedoch sieben Tage vor Fälligkeit des Entgelts (§ 5 Absatz (1)), in Print- oder elektronischer Kopie nachzuweisen. Eine Vorlage beim Kursleitenden ist nicht möglich. Unterlagen, die bei der VHS nach diesem Zeitpunkt eingehen, werden nicht mehr berücksichtigt.

(4) Von einer Ermäßigung sind in jedem Fall ausgeschlossen: Prüfungsgebühren, Präventionskurse, im Entgelt enthaltene Lehrmittel, Studienfahrten und Exkursionen sowie speziell ausgewiesene Veranstaltungen.

§ 6 Organisatorische Änderungen

(1) Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch einen bestimmten Kursleiter durchgeführt wird. Das gilt auch dann, wenn die Veranstaltung mit dem Namen des Kursleiters angekündigt wurde.

(2) Die VHS kann aus sachlichem Grund Ort, Kursgröße und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern.

(3) Muss eine Veranstaltungseinheit aus von der VHS nicht zu vertretenden Gründen ausfallen (beispielsweise wegen Erkrankung eines Kursleiters), kann sie nachgeholt werden. Ein Anspruch hierauf besteht jedoch nicht. Wird die Veranstaltungseinheit nicht nachgeholt gilt § 7 Absatz (2) Satz 2 sinngemäß.

(4) An gesetzlichen Feiertagen des Landes NRW finden Veranstaltungen grundsätzlich nicht statt.

§ 7 Rücktritt und Kündigung durch die VHS

(1) Die Mindestzahl der Teilnehmer beträgt 10 Personen, es sei denn, in der Ankündigung der Veranstaltung ist etwas anderes angegeben. In begründeten Einzelfällen kann die Teilnehmerzahl von der VHS geändert werden. Wird die Mindestzahl nicht erreicht, kann die VHS vom Vertrag zurücktreten. Kosten entstehen dem Vertragspartner hierdurch nicht. Es bleibt der VHS

unbenommen, mit ihrem Vertragspartner Veranstaltungen in Kleingruppen bei erhöhtem Entgelt zu vereinbaren.

(2) Die VHS kann ferner vom Vertrag zurücktreten oder ihn kündigen, wenn eine Veranstaltung aus Gründen, die die VHS nicht zu vertreten hat (z.B. krankheitsbedingter Ausfall eines Kursleiters), ganz oder teilweise nicht stattfinden kann. In diesem Fall wird dem Vertragspartner das Entgelt nach dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zum Gesamtumfang der Veranstaltung geschuldet.

(3) Wird das geschuldete Entgelt nicht innerhalb von 10 Tagen nach Fälligkeit (§ 5 Absatz (1)) entrichtet, kann die VHS unter Androhung des Rücktritts eine Nachfrist zur Bezahlung setzen und sodann vom Vertrag zurücktreten. Der Vertragspartner schuldet in diesem Fall vorbehaltlich weitergehender Ansprüche für die Bearbeitung des Anmeldevorgangs eine Vergütung von 5% des Veranstaltungsentgelts, höchstens jedoch 20 EUR. Dem Vertragspartner steht der Nachweis offen, dass die tatsächlichen Kosten niedriger sind als die vereinbarte Pauschale. Das gesetzliche Widerrufsrecht des Vertragspartners bleibt unberührt.

(4) Die VHS kann in den Fällen des § 314 BGB kündigen. Ein wichtiger Grund liegt insbesondere in den folgenden Fällen vor:

- Gemeinschaftswidriges Verhalten in Veranstaltungen trotz vorangehender Abmahnung und Androhung der Kündigung durch den Kursleiter, insbesondere Störung des Informations- bzw. Veranstaltungsbetriebes durch Lärm- und Geräuschbelästigungen oder durch querulatorisches Verhalten gegenüber dem Kursleiter, gegenüber anderen Teilnehmern oder Beschäftigten der VHS,
- Diskriminierung von Personen wegen persönlicher Eigenschaften (Alter, Geschlecht, Hautfarbe Volks- oder Religionszugehörigkeit etc.),
- Missbrauch der Veranstaltungen für parteipolitische oder weltanschauliche Zwecke oder für Agitationen aller Art.

(5) Statt einer Kündigung kann die VHS den Teilnehmer auch von einer

Veranstaltungseinheit ausschließen. Der Vergütungsanspruch der VHS wird durch eine solche Kündigung oder durch einen Ausschluss nicht berührt.

§ 8 Kündigung und Widerruf durch den Vertragspartner

(1) Sofern in der Programmankündigung keine andere Frist genannt ist, kann der Vertragspartner den Vertrag bei Bildungsurlauben bis 14 Tage und bei sonstigen Veranstaltungen bis 7 Tage vor Veranstaltungsbeginn schriftlich kündigen. Es ist ein Abmeldeentgelt von 6,10 EUR zu zahlen. Wenn die Kündigung nach der jeweiligen Frist bei der VHS-Verwaltung eingeht, ist das volle Entgelt zu zahlen. Einmalige Umbuchungen innerhalb des Semesters sind bei Kursen ab 10 Unterrichtsterminen mit Zustimmung der beteiligten Fachbereichsleitung(en) möglich, sofern freie Plätze verfügbar sind. „Divergieren die Teilnahmeentgelte, so wird im Falle zu viel gezahlten Entgelts der Differenzbetrag dem Teilnehmendenkonto gutgeschrieben bzw. im Falle eines höheren Entgelts des neu gewählten Kurses nachträglich in Rechnung gestellt.“

(2) Anmeldungen zu Einzelveranstaltungen mit einem Teilnahmeentgelt von unter EUR 6,10 sind bis 7 Tage vor der Veranstaltung entgeltfrei schriftlich kündbar, sofern in der Veranstaltungsankündigung keine andere Frist angegeben ist. Geht die Kündigung nach dieser Frist ein, ist das volle Entgelt zu zahlen.

(3) Eine Abmeldung beim Kursleiter oder ein Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Kündigung.

(4) Weist die Veranstaltung einen Mangel auf, der geeignet ist, das Ziel der Veranstaltung nachhaltig zu beeinträchtigen, hat der Vertragspartner die VHS auf den Mangel hinzuweisen und ihr innerhalb einer zu setzenden angemessenen Nachfrist Gelegenheit zu geben, den Mangel zu beseitigen. Geschieht dies nicht, kann der Vertragspartner nach Ablauf der Frist den Vertrag aus wichtigem Grund kündigen.

(5) Der Vertragspartner kann den Vertrag ferner kündigen, wenn die weitere Teilnahme an der Veranstaltung wegen organisatorischer Änderungen (§ 6) unzumutbar ist. In diesen Fällen wird das Entgelt nach

dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zur gesamten Veranstaltung geschuldet.

(6) Ein etwaiges gesetzliches Widerrufsrecht (z.B. bei Fernabsatzgeschäften) bleibt unberührt. Macht der Vertragspartner von einem ihm zustehenden gesetzlichen Widerrufsrecht Gebrauch, so hat er bereits erhaltene Unterrichtsmaterialien zurückzusenden, soweit diese als Paket versandt werden können. Bis zu einem Wert der Materialien von 50 EUR trägt der Vertragspartner die regelmäßigen Kosten der Rücksendung.

§ 9 Schadensersatzansprüche

Schadensersatzansprüche des Vertragspartners oder des Teilnehmers gegen die VHS sind ausgeschlossen, außer:

- bei Vorsatz und grober Fahrlässigkeit
- wenn die VHS schuldhaft Rechte des Vertragspartners verletzt, die diesem nach Inhalt und Zweck des Vertrags zu gewähren sind oder deren Erfüllung die ordnungsgemäße Durchführung des Vertrags erst ermöglichen und auf deren Einhaltung der Vertragspartner regelmäßig vertraut (Kardinalpflichten),
- bei einer schuldhaften Verletzung von Leben, Körper oder Gesundheit.

§ 10 Schlussbestimmungen

(1) Das Recht, gegen Ansprüche der VHS aufzurechnen, wird ausgeschlossen, es sei denn, dass der Gegenanspruch von der VHS anerkannt oder gerichtlich festgestellt worden ist.

(2) Ansprüche gegen die VHS sind nicht abtretbar.

(3) Angaben zu Alter und Geschlecht dienen ausschließlich statistischen Zwecken. Der VHS ist die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten zu Zwecken der Vertragsdurchführung gestattet. Der Vertragspartner kann dem jederzeit widersprechen.

(4) Das Fotografieren, Filmen oder Mitschneiden auf Tonträger in den Veranstaltungen ist nicht gestattet. Empfangenes Lehrmaterial darf ohne schriftliche Genehmigung der VHS oder des jeweiligen Kursleitenden nicht vervielfältigt, verbreitet oder auf sonstige Weise öffentlich wiedergegeben werden.

Widerrufsbelehrung nach Fernabsatzrecht

Widerrufsrecht

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen.

Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsabschlusses.

Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns (Volkshochschule der Bundesstadt Bonn, Mülheimer Platz 1, 53111 Bonn, Tel.: 0228-773355, Fax: 0228-773671, E-Mail: vhs@bonn.de) mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein mit der Post versandter Brief oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren.

Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Widerrufsfolgen

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistung während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.



General Terms of Business of Volkshochschule Bonn

Section 1 General

(1) These General Terms of Business shall apply for all courses and events organized and hosted by the adult education institution Volkshochschule Bonn (hereinafter referred to as VHS), including those realized by means of electronic data transmission, but not in relations with participants who have been referred to VHS by social security institutions (ARGE, Jobcenter, employment agency, pension insurance funds, Federal Office for Migration and Refugees, etc.).

(2) Study tours, excursions and events for which a third party is named as organizer and contractual partner are not VHS events. VHS shall only act as intermediary in this context.

(3) Insofar as the masculine form is used in the provisions of these General Terms of Business, this is merely done for the sake of simplicity. The provisions also apply equally for women and legal entities.

(4) Unless specified otherwise in the present General Terms of Business or the consumer's statutory right of revocation in conjunction with distance selling transactions, legal declarations (e.g. applications, notice of rescission or termination) shall only be valid if made in writing or equivalent technical form of communication (fax, e-mail, e-post). Declarations by VHS shall comply with the requirement for written form when an unsigned preprinted confirmation form is used.

Section 2 Conclusion of contract

(1) Courses and events shall be announced without obligation. Such announcements shall not constitute an offer to conclude a contract.

(2) A contract shall be concluded when the participant applies to take part in the course or event and the application is accepted by VHS. The contract shall be deemed to have been concluded when acceptance of

the application is explicitly confirmed by VHS in text or written form, or 14 days following receipt of the application unless explicitly refused by VHS in writing.

(3) If the announcement of a course or event contains a closing date for applications or if the course or event has already commenced, all applications received by VHS after the closing date for applications or after commencement of the course or event must, in derogation of paragraph (2) above, be explicitly accepted. Without such acceptance, the application shall be deemed to have been refused.

(4) If all the places available for a course or event have already been taken when the application is received, the applicant shall be put on a waiting list and informed of this circumstance within five working days. The applicant shall then declare, within five working days, whether he wishes to wait for a vacancy within the minimum time-limit specified in paragraph (2) above, or whether his name is to be deleted from the waiting list.

(5) The statutory right of revocation in conjunction with distance selling transactions shall remain unaffected by the provisions of paragraphs (2) to (4) above.

Section 3 Contractual partner and participant

(1) On conclusion of the contract, contractual rights and duties shall only be established between VHS as organizer and the contractual partner. The contractual partner may also establish the right to participate on behalf of a third party who shall be named to VHS. The participation of persons other than those named shall require the consent of VHS. VHS shall not refuse its consent without good cause. All provisions governing the contractual partner shall apply accordingly for the third party.

(2) VHS may make participation contingent upon personal and/or technical requirements. Participants must be at least 15 years old. VHS may grant exceptions to the rule for individual participants and/or events.

(3) VHS shall be entitled but not obliged to confirm applications. If such confirmation is issued, the participant shall be obliged to carry the confirmation letter with him and to present it to an authorized representative of VHS on demand. If this is not done for reasons for which the participant or contractual partner is responsible, the contractual partner may be excluded from the course or event without acquiring any entitlement to reimbursement of the fee paid.

Section 4 Participation certificate and evaluation

(1) If desired by the contractual partner, participation certificates shall be issued subject to the proviso that

- the fee (Section 5) has been paid in full,
- the participant has attended at least 80% of the full course or event duration, and
- the course or event or the last of several course or event parts was held not more than two years previously.

(2) VHS shall be entitled to conduct surveys among the participants in order to assure the quality of its events and courses. The survey shall be conducted on a voluntary basis and anonymously.

Section 5 Fee

(1) The fee for a course or event (fee) shall be stated in the VHS announcement (programme, public notice, etc.) valid at the time of receiving the application and shall be due on commencement of the course or event concerned.

(2) For events that are announced accordingly a discount of 30% on the fee shall be granted to severely disabled persons within the meaning of Section 1 of the German Disabilities Act (SchwG) (with a degree of disability of at least 50%), schoolchildren, students, au-pairs, trainees, people completing a voluntary social year and people performing federal voluntary service. Holders of the entitlement card issued by the City of Bonn (so-called Bonn Card) shall be granted a 50% discount on the fee.

(3) Entitlement to a discount shall be proved through submission of a printed or electronic copy of the relevant documents (permits, certification of service, etc.) on filing the application (Section 2), but at the latest seven days before the fee is due (Section 5, paragraph (1) above). Documents received by VHS after this time-limit shall be disregarded. It is not possible to submit the documents to the course leader.

(4) Discounts shall in all cases be excluded for the following: examination fees, preventive courses, learning aids included in the fee, study trips and excursions, as well as specifically designated events.

Section 6 Organizational changes

(1) Participants shall not be entitled to demand that a course or event be held by a specific course leader. This shall also apply even when the course leader has been named when announcing the course or event.

(2) VHS may change the time and venue of a course or event for technical reasons.

(3) If part of a course or event has to be cancelled for reasons for which VHS is not responsible (e.g. due to illness of the course leader), this part may be held at a later date. However, participants shall not be entitled to demand that it be held. Section 7, paragraph 2, second sentence, shall apply accordingly if the cancelled part of a course or event does not take place.

(4) Courses and events shall not take place as a matter of principle on all public holidays in North Rhine-Westphalia.

Section 7 Rescission and termination by VHS

(1) Unless specified otherwise in the announcement for a course or event, the minimum number of participants shall be ten (10). In justified individual cases, VHS may change the number of participants. VHS may rescind the contract if the minimum number is not reached. The contractual partner shall not incur any costs as a result.

VHS shall be entitled to reach an agreement with its contractual partner to hold courses or events with smaller groups in return for a higher fee.

(2) In addition, VHS may rescind or terminate the contract if a course or event has to be cancelled partly or completely for reasons for which VHS is not responsible (e.g. due to illness of the course leader). In such a case, the fee shall be repaid to the contractual partner on a pro rata basis in accordance with the number of completed units in relation to the total number of course units.

(3) If the fee due is not paid within ten (10) days of the due date (Section 5, paragraph (1)), VHS may set a period of grace with simultaneous notice of rescission if it expires fruitlessly and may then rescind the contract. In such a case, the contractual partner shall be obliged to pay 5% of the fee for the course or event, notwithstanding further sums claimed for processing the application, but not more than EUR 20 in total. The contractual partner shall be entitled to prove that the actual costs are lower than the agreed lump-sum. The contractual partner's statutory right of revocation shall remain unaffected.

(4) VHS may terminate the contract in accordance with the provisions of Section 314 of the German Civil Code (BGB). Good cause shall apply in the following cases in particular:

- Anti-social behaviour in courses or events despite admonishment and threat of termination by the course leader, in particular by disrupting the flow of information or obstructing the course or event through noise or troublemaking.
- Issuing insults of any kind against the course leader, other participants or employees of VHS.
- Discriminating people on account of personal characteristics (age, sex, race, nationality or religion, etc.).
- Abusing the course or event for political or ideological purposes or for agitation of any kind.

(5) In lieu of termination, VHS may also exclude the participant from a course unit. VHS' entitlement to the fee shall not be affected by any such termination or exclusion.

Section 8 Termination and revocation by the contractual partner

(1) Unless specified otherwise in the programme announcement, the contractual partner shall be entitled to terminate the contract in writing up to 14 days before commencement of the event in the case of educational trips and up to seven (7) days before commencement of other courses or events. A cancellation fee of EUR 6.10 shall be payable. The full fee shall be payable if notice of termination is received by the VHS administration after the applicable deadline.

Transfers within a semester shall basically be possible once only in the case of courses with more than 10 course units without affecting costs, provided that free places are available.

(2) Applications for single events with a fee of less than EUR 6.10 may be terminated free of charge up to seven (7) days before the event, unless a different time-limit has been specified when announcing the event. The full fee shall be payable if notice of termination is received after this deadline.

(3) Informing the course leader accordingly or failing to attend the course shall not constitute termination of the contract.

(4) If the event or course displays a defect capable of permanently impairing the purpose of the course or event, the contractual partner shall inform VHS of the defect and set a reasonable period of grace within which to remedy the defect. If this is not done, the contractual partner may terminate the contract for good cause on expiry of the time-limit.

(5) The contractual partner may also terminate the contract if his further attendance at the course or event becomes intolerable on account of organizational changes (Section 6). In such a case, the fee shall be due on a pro rata basis in accordance with the number of completed units in relation to the total number of course units.

6) Statutory rights of revocation (e.g. in conjunction with distance selling transactions) shall remain unaffected. If the contractual partner exercises his statutory right of revocation, he shall return any course materials already received, insofar as these can be sent by parcel post. The contractual partner shall bear the regular cost of returning materials worth less than EUR 50.

Section 9 Entitlement to damages

The contractual partner or participant shall not be entitled to claim damages from VHS, except in the following cases:

- Wilful intent and gross negligence.
- If VHS culpably violates the contractual partner's rights in accordance with the content and purpose of the contract or without which due execution of the contract would be impossible and which the contractual partner can normally expect to be observed (cardinal duties).
- In the event of a culpable violation resulting in death, bodily injury or damage to health.

Section 10 Concluding provisions

(1) The right to set off own claims against the claims of VHS shall be excluded, unless the counter-claim has been acknowledged by VHS or established by a court of law.

(2) Claims against VHS may not be assigned to third parties.

(3) Information pertaining to a person's age and sex is exclusively collected for statistical purposes. VHS shall be permitted to collect, store and process personal particulars for purposes associated with execution of the contract. This may be refused by the contractual partner at any time.

Information on the Right of revocation according to the Distance Selling regulations

Right to cancel

You have the right to cancel this contract within fourteen days without giving any reasons.

The cancellation period will expire after fourteen days from the day of conclusion of the contract.

To exercise the right to cancel, you must inform us (Volkshochschule der Bundesstadt Bonn, Mülheimer Platz 1, 53111 Bonn, Tel.: 0228-773355, Fax: 0228-773671, E-Mail: vhs@bonn.de) of your decision to cancel this contract by a clear statement (e.g. a letter sent by post or e-mail).

To meet the cancellation deadline, it is sufficient for you to send your communication concerning your

exercise of the right to cancel before the cancellation period has expired.

Effects of cancellation

If you cancel this contract, we will reimburse to you all payments received from you, without undue delay and in any event not later than fourteen days from the day on which we are informed about your decision to cancel this contract. We will carry out such reimbursement using the same means of payment as you used for the initial transaction, unless we have expressly agreed otherwise with you; in any event, you will not incur any fees as a result of such reimbursement. If you requested that we should begin to provide services during the 14-days cancellation period, you will pay us that part of the agreed fee which is proportionate to those of the envisaged services which have actually been performed up to receipt of your cancellation.

Jetzt zum kostenlosen Newsletter unter www.vhs-bonn.de anmelden und nie wieder den Anmeldebeginn verpassen!



NEWSLETTER

1. Controller

Volkshochschule der Bundesstadt Bonn (hereinafter referred to as "VHS" or "we"), legally represented by Dr. Ingrid Schöll – Mülheimer Platz 1, 53111 Bonn, telephone 0228 773690, vhs@bonn.de – is the controller within the meaning of data protection legislation.

2. Registration

The data from the registration form are used to take steps prior to entering into a contract with you and for the purposes of the performance of such a contract. A distinction is made here between data that are required (identified by asterisks) and information that is optional. No contract will be concluded if the required data (name, address, year of birth) are not provided. We ask for your year of birth in order to be certain that you are an adult or so that we can take appropriate measures in the case of minors. In the case of certain courses, for example, on infant care, it may be mandatory for registrants to provide their date of birth.

We request your cell phone or landline number since we have a legitimate interest in being able to contact you directly in the case of changes in connection with courses. If you do not provide such information, we may not be able to reach you in time. The other optional information is also used for the purposes of performance of a contract. By providing us with the IBAN, last name and first name of an account holder, you can give us a direct debit mandate. If the direct debit mandate is a separate form, you must provide your full name and address again so that we can identify you as the remitter. The optional information is also used to carry out the direct debit process. If you do not make the required bank data available, it will not be possible for us to debit your account and you will have to pay the course fee in some other way.

All data that you provide will be stored electronically. We may have the resulting databases and applications processed by external IT service providers. You are not required to provide your data either by law or contract. Failure to provide optional data will also not entail any adverse consequences for you.

3. Newsletter

You can give us permission to use your e-mail address to send you VHS advertising. We will not use your e-mail

address for such purposes without your consent. You can withdraw your consent for the future at any time. You can notify us of the withdrawal of your consent by using any communication channel you wish (e.g., postal mail, e-mail, link in the newsletter).

4. Transfer of your data

We will make your name, e-mail address and – if you have provided it – your telephone number available to the instructor of the respective course for the purposes of allowing him or her to plan and conduct the course. This will also include contacting you in the case of changes. In the case of certified tests and completion certificates (e.g., Cambridge or Telc language tests, ICC tests, Xpert, financial bookkeeping, school leaving certificates), we will forward the necessary data to the testing organizations. Such transfers of data will be made for the purposes of the performance of a contract between us. In the case of participation in special events in connection with third parties (for example, the United Nations, events in the Post Tower, etc., we need identification and personal data (full date of birth) that we must forward to the promoters for security reasons. It is not possible to enter the respective premises if the required data have not been submitted in advance. In the case of attendance of integration courses, we must forward your name and the required contact details to the Federal Office for Migration and Refugees (Bundesamt für Migration und Flüchtlinge – BAMF). In addition, it may also be necessary to forward information to public authorities in the case of courses subsidized by the state government or the Federal Employment Agency (Agentur für Arbeit). This information is transferred on the basis of a legal obligation to do so.

If you should fail to make a payment on time, we reserve the right to forward your data (name, address, year of birth) to the City Treasury of the Federal City of Bonn for the purposes of collection of the outstanding amount. We have a legitimate interest in transferring personal data for such purposes.

5. Contact

If you send us a message, VHS will use the contact details you provide to process and reply to your message. The data that you provide as a potential or existing course participant are used to take steps prior to entering into a contract or to fulfill a contract. In certain

selected cases, we will offer you the possibility of early registration for a continuation course (exclusively in the languages area). We may also notify you of continuation courses and events that are similar to those you have already taken or attended. You can also request that such offers not be sent to you at any time.

6. Duration of storage and erasure

Your data will be erased after processing except if legal retention periods require otherwise. In that case, such data may be retained for up to 10 years. Your data will then be blocked from any other use except for postal advertising in those cases where postal advertising is permissible. Bank data that we receive will be erased upon cancellation of the direct debit authorization, payment in full of the course fee or if the corresponding account has not been debited for a period of 36 months.

The data that you make available to us by using our contact details will be erased as soon as our exchange of communication is terminated or we have completely processed your query unless the data were also recorded for contractual purposes. Any communication regarding the enforcement of legal claims will be stored for the duration of the respective period of limitation.

7. Your rights

You have the right to access data stored by VHS and have incorrect data rectified, blocked or erased free of charge at any time. You can also object to having your data processed or transferred by us to third parties. Additionally, you have the right to lodge a complaint with a data protection authority.

Contact details of the Data Protection Officer of the Federal City of Bonn:

Wolfgang Schell
Data Protection Officer of the Federal City of Bonn
datenschutzbeauftragter@bonn.de
Telephone number 0228/773465

1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts ist die Volkshochschule der Bundesstadt Bonn, gesetzlich vertreten durch Frau Dr. Ingrid Schöll, Mülheimer Platz 1, 53111 Bonn, Fon 0228 773690, vhs@bonn.de (nachfolgend „VHS“ oder „wir“ genannt).

2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, Geburtsjahr) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z.B. Babykurse, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Ist der Lastschriftmandatbogen abtrennbar, müssen Sie zur Zuordnung nochmals Ihren vollständigen Namen und Ihre Adresse angeben. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

3. Newsletter

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mailadresse zur Zusendung von Werbeinformationen der VHS zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre E-Mailadresse nicht für diesen Zweck nutzen. Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Den Widerruf können Sie uns über jedweden Kommunikationskanal (z.B. Brief, E-Mail, Link im Newsletter) mitteilen.

4. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Sonderveranstaltungen in Verbindung mit Dritten (zum Beispiel Vereinte Nationen, Veranstaltungen im Posttower, etc. benötigen wir Ausweis- und Personendaten (vollständiges Geburtsdatum), die aus Sicherheitsgründen an die Veranstalter weitergegeben werden müssen. Ohne das Vorabübermitteln dieser Daten ist das Betreten der entsprechenden Objekte nicht möglich. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an die Stadtkasse der Bundesstadt Bonn, zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse, weiterzuleiten.

5. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt

abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung. In ausgesuchten Fällen geben wir Ihnen die Möglichkeit, sich vorzeitig für einen Folgekurs anzumelden (ausschließlich Sprachbereich). Ebenfalls informieren wir Sie in ausgewählten Fällen über ähnliche Folgekurse und weitere Veranstaltungen, die den von Ihnen bereits gebuchten ähnlich sind. Auch von diesen Angeboten können Sie sich jederzeit abmelden.

6. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

7. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen. Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Die Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten der Bundesstadt Bonn lauten:

Wolfgang Schell
datenschutzbeauftragter@bonn.de;
Telefonnummer 0228/773465

Stichwortverzeichnis

- A**
- Abhängigkeiten 22, 24ff., 34f., 37f., 43f.
- Abitur 140
- Abstraktes Malen 180f., 184
- Access 148
- Achtsamkeit 52, 56, 202, 213
- Achtsamkeitsmeditation 201f.
- Acrylmalerei 180ff., 184, 186
- Aerobic 210
- Afrikanische Aspekte 30f.
- Akt 177
- Al dente 3 91
- Alexandertechnik 203
- Alleinerziehend 61
- Allgemeine Hochschulreife 140
- Altgriechisch 100
- Altruismus 57
- Altstadt 23
- Altstadtbuchhandlung 161
- Amazon 147
- Analogfotografie 193f.
- Andreas Gemein 25
- Android 149ff., 156
- Anfänger 116
- Anfänger*innen Deutsch 125
- Anfänger*innen Französisch 86
- Anfänger*innen Italienisch 89f.
- Anfänger*innen Portugiesisch 99
- Anfänger*innen Spanisch 70, 93f.
- Angebot nur für Frauen 204f., 209f.
- Angebote für Schüler 155
- Apple 143, 151
- Aquafitness 207f.
- Aquarell 177ff., 182ff., 186
- Arabisch A1 100ff.
- Arabisch A2 102
- Arabisch Anfänger*innen 100ff.
- Arabisch B1 102
- Arabisch B2 102
- Arbeitsmarkt 28
- Arbeitstechnik 135f., 139, 155
- Architektur 171, 174
- Architekturzeichnen 178, 182
- Aristoteles 100
- AROHA 206
- Art of Natur 26
- Artjournal 163f., 185
- Ashtanga Yoga 199
- Asiatische Küche 219f.
- Aspekte neu B1 plus 128
- Aspekte neu B2 128
- Aspekte neu C1 130
- Astronomie 22
- Aufbaukurs Windows 10 141
- Auffrischung 73ff., 83, 118
- Aufschieberitis 53
- Ausstellung 25f.
- Ausstellung Bad Godesberg 26
- Ausstellungseröffnung 25f.
- AutoCAD 152f.
- Autofahren im Alter 63
- Autogenes Training 198
- Autosuggestion 50
- Ayacuchano 117
- Azteken 30
- Ä**
- Ärger 57
- B**
- B2 First 72f.
- Backen 217, 219
- Bauchtanz 216
- Bauen 44
- Beckenboden 207, 211
- Beckenbodengymnastik 207, 211
- Beratung 136
- Beratung Englisch 69
- Berufsperspektiven 28
- Berufswahl 61
- Besprechung 135
- Betriebswirtschaftslehre 134
- Bilanz 145
- Bildbearbeitung 148f.
- Bildungsurlaub 137, 145, 148
- Bildungsurlaub Arabisch 100f.
- Bildungsurlaub AutoCAD 152f.
- Bildungsurlaub Chinesisch 102
- Bildungsurlaub ECP Datenbankanwendung 148
- Bildungsurlaub ECP Präsentation 146f.
- Bildungsurlaub ECP Tabellenkalkulation 145
- Bildungsurlaub Englisch 69ff., 82
- Bildungsurlaub Farsi 114
- Bildungsurlaub Französisch 86
- Bildungsurlaub Italienisch 89
- Bildungsurlaub Niederländisch 111
- Bildungsurlaub NLP 55
- Bildungsurlaub Persisch 114
- Bildungsurlaub Portugiesisch 99
- Bildungsurlaub Russisch 117
- Bildungsurlaub Spanisch 70, 93
- Bildungsurlaub_Fremdsprachen 69ff., 82, 86, 89, 93, 99ff., 111, 114, 117
- Biographiearbeit 54
- Biologie 37ff.
- Biologische Vielfalt in der Stadt 37ff.
- Bitcoin 27
- Bleistift 175ff., 182, 184
- Blended Learning 40, 63, 66, 96
- Blickpunkt Bonn 170f.
- bodyArt 210
- Bodyworkout 209f., 212f.
- Boelke 31 23
- Bolivien 30
- Bonn 24, 223
- Bonn im Wandel 26
- Bosnisch A1 108
- Bosnisch A2 108
- Bosnisch Anfänger*innen 108
- Brasilien 29
- Brauerei 25
- Brot Bier 25
- Buchbinden 188
- Buchclub Englisch 81f., 85
- Buchführung siehe Business 134
- Büroalltag 136, 142
- Bürokommunikation 71
- Business 134
- Business English 70ff., 82f.
- Business-Knigge 138
- C**
- C1 Advanced 70, 72f., 83
- CAE 70, 72f., 83
- Cambridge Zertifikat 70, 72f., 83
- Cambridge Zertifikate 70, 72f., 83
- Champagner 222f.
- Chiaro! A1 - Nuova edizione 89f.
- Chiaro! A1- Nuova edizione 90
- Chiaro! A2 - Nuova edizione 90f.
- Chiaro! B1 - Nuova edizione 89, 91
- Chinesisch A1 102f.
- Chinesisch Anfänger*innen 102f.
- Chinesisch B1 103
- Coaching 51, 58
- Collage 180f., 184
- Con gusto nuevo 2 95
- Con gusto nuevo A1 70, 93ff.
- Con gusto nuevo A2 93, 95f.
- Con gusto nuevo B1 93, 97
- Con gusto nuevo B2 97f.
- Con piacere nuovo B1+/B2 92
- Conversación española 98f.
- Conversation 79
- Conversation française 88f.
- Conversazione italiana 92
- Cooking in English 220f.
- Core 210
- Creative Writing 33, 78
- D**
- Dänisch A1 103
- Dänisch A2 104
- Dänisch Anfänger*innen 103
- Dänisch B1 104
- Dankbarkeit 57
- Das Innere Kind 56
- Daten 53
- Datenbankanwendung siehe Access 148
- Deeskalieren 53, 59
- Demenz 65
- Demokratie 31
- Deutsch A1 125, 129
- Deutsch A2 126
- Deutsch als Fremdsprache A1 125
- Deutsch als Fremdsprache A2 125f., 128
- Deutsch als Fremdsprache B1 127
- Deutsch als Fremdsprache B1+ 128
- Deutsch als Fremdsprache B2 129
- Deutsch als Fremdsprache C1 130
- Deutsch B1 127f.

Deutsch B2	128	Farbholzschnitt	185	Grammatik Englisch	76f.
Deutsch Brückenkurs	128	Farsi A1	114f.	Graphit	183
Deutsch C1	130	Farsi A2	115	Griechisch	100
Deutsch Mittelstufe	128, 130	Farsi Anfänger*innen	114f.	Griechisch A1	109f.
Deutsche Grammatik B1	128	Farsi B2	115	Griechisch A2	110
Deutsche Weinbaugebiete	222	Faszientraining	203, 211	Griechisch Anfänger*innen	109f.
Dezentralisierung	31	FCE	72f.	Griechisch B1	110
Diagramme	145	Feuerwehr	25	Griechisch C1	110
DIALOG-Methode	51, 55, 60	Feuerwehrwache	25	Grundlagen EDV siehe Einführung EDV	141
Dieci B1	91	Finanzen	145	Grüner Wasserstoff	32
Digitale Akademie	26f.	Finnisch A1	104	Gruppentraining	55
Digitale Bildbearbeitung	148f.	Finnisch A2	104		
Digitale Kultur und Big Data	151	Finnisch Anfänger*innen	104		
Digitalfotokamera	193f.	Fit in die Zukunft siehe Junge VHS	155	H	
Dozentenfortbildung	176	Fitness für Ältere	211, 214	Häkeln	189f.
Druckgrafik	185f.	Fitness-Gymnastik	208f.	Handwerk	26
Drucktechniken	185	Fitnessstraining	203, 206, 208ff., 215	Hatha-Yoga	198ff., 211
E		Fliegerhorst Nörvenich	23	Hauptschulabschluss	140
Easy Conversation	79	Flirten	53	Haus der Natur	39f.
ECP	141, 144ff.	Flyer	149	Hausaufgaben	60
ECP Praxis	142	Focusing	51, 59	Hebräisch A1	110f.
Ehegattennachzug	129	Fotobuch	149	Hebräisch A2	111
Ehrenamt	40, 63, 66	Fotografie	25f., 193f.	Hebräisch Anfänger*innen	110f.
Einbruchschutz	64	Françafrique	31	Heilkräuter	223
Einbürgerung	129	Frankreich	28, 31	Heilpflanzen	223
Einführung EDV	141	Französisch A1	86f.	Heizen	44
Einstufung Englisch	69	Französisch A2	86f.	Heizen mit Holz	43
Elevator Pitch	55	Französisch B1	87f.	Herz-Kreislauf-Training	209ff.
Eltern	60f.	Französisch B1.1	87	Hindi A1	104
EMDR	52, 57	Französisch B2	88f.	Hindi Anfänger*innen	104
Energie	43f.	Französisch C2	89	Hochsensibilität	53
Energiewende	26, 32	Frau & Beruf	155f.	Holiday	75
Englisch A1	73f.	Frauengruppe	63	Holidays	75
Englisch A2	69ff., 74ff., 79, 83f.	Fremdwahrnehmung	54	Holzkohle	183
Englisch Anfänger*innen	73f.	Frottage	184	Hotel	22
Englisch B1	69ff., 75f., 79ff.	Funktionelle Gymnastik	205ff., 211	Hunde	62
Englisch B1+	69, 76, 82	Funktionen	145		
Englisch B1plus	69, 76, 82	G		I	
Englisch B2	33, 70ff., 76ff., 80ff.	Garten der Bildung	35f., 38	Immobilien	44f.
Englisch B2+	70, 82	Gedächtnistrainer(in) Ausbildung	49	Impresiones B1	97
Englisch C1	33, 70ff., 77f., 81f.	Gedächtnistrainer(in) Ausbildung	49	Impuls-Malerei	50
Englisch für Ältere	77	Gedächtnistrainer(in) Ausbildung	49	InDesign	149
Englisch für den Beruf	70ff., 82f.	Gedächtnistraining	48f.	Indian cuisine	220
Englisch fürs Büro	71	Geldanlage	44	Indische Küche	219f.
Englisch Program	33, 78	Geothermie	24	Indische Küche auf Englisch	221
Englisches Programm	33, 78ff., 84, 220f.	German as a foreign language	125ff.	Informationsbesuch	22ff.
English Program	33, 78f., 84	Geschichte	35, 170f.	Intensivkurs	74, 83, 93
English Programme	33, 78ff., 84, 220f.	Gestaltungsmöglichkeiten	146	Intensivkurs Arabisch	100f.
Entscheidungen fällen	50	Gesundheitswandern	213f.	Intensivkurs Chinesisch	102
Entspannung	198, 203, 211, 214	Gewaltfreie Kommunikation	27, 50f., 56, 59f.	Intensivkurs Englisch	69ff., 79, 81f., 84
Erbrecht	45	GFK	50f., 56	Intensivkurs Farsi	114
Erbschaftssteuer	45	Ghana	31	Intensivkurs Französisch	86
Ernährung	216ff.	Gitarre	195	Intensivkurs Italienisch	89f.
Erwerbsleben	136	Gitarrenkurse	195	Intensivkurs Japanisch	104f.
Erziehung	60ff.	Glas-Fusing	187	Intensivkurs Niederländisch	111
Europäische Union	28, 31	Glaskunst	187	Intensivkurs Persisch	114
Europäischer Computerpass	141, siehe ECP	Globalisierung	31	Intensivkurs Polnisch	115
Excel	134, 142, 144f.	Glückstraining	52	Intensivkurs Portugiesisch	99
Existenzgründung	139	Goethe	161f., 129f.	Intensivkurs Russisch	117, 119
Exkursion	223	Goethe-Institut	129f.	Intensivkurs Spanisch	70, 93, 95f.
F		Goethe-Zertifikat C1	130	Intensivtraining Deutsch B2	129
F.M.Alexander-Technik	203	Goldschmieden	190ff.	Internationale Organisationen	24, 28
Fachhochschulreife	140	grafische Techniken	185f.	Internet	139, 141, 147, 153f.
Fachoberschulreife	140	Grammatik	75ff.	iPhone	151
				Italienisch A1	89f.
				Italienisch A2	90f.
				Italienisch B1	89, 91f.
				Italienisch B1+	91

Italienisch B2	91f.	Konversation Spanisch	98f.	Mittelstufe Deutsch	128ff.
Italienisch C1	92	Köpke, Maika	53	Mobilität	23
Italienisch für die Reise	89	Koreanisch A1	107	Mobilität und Verkehr	23
Italienische Küche	220f.	Koreanisch A2	107f.	Mode	189
Iwrit A1	110f.	Koreanisch Anfänger*innen	107	Multimedia	148f.
Iwrit A2	111	Koreanische Küche	219	Musik	164f., 195
Iwrit Anfänger*innen	110f.	Körperausdruck	52, 59	Musik/Singen	165f.
		Kräuter	223		
J		Kreative Kommunikation	51, 55, 60	N	
Januarprogramm	27, 50, 60, 69, 78f., 84, 86, 93, 103f., 107, 115, 117, 125, 127, 163, 185, 188, 190	Kreatives Schreiben	33, 78, 163f., 185	Nähen	189
Japanisch A1	104f.	Kroatisch A1	108	Nähkurs	189
Japanisch A2	106	Kroatisch A2	108	Narzissmus	53
Japanisch A2+	106	Kroatisch Anfänger*innen	108	Natur	26, 202, 213
Japanisch A2plus	106	Kulturgeschichte	167, 170, 172f.	Netzwerk	155
Japanisch Anfänger*innen	104f.	Kulturkalender	158f., 169, 173, 175	Netzwerk neu A1	125
Japanisch B1	106f.	Kulturwandern im Rheinland	174	Netzwerk neu A2	126
Jazzdance	214f.	Kulturwanderung	174	Netzwerk neu A1	125
Job interviews	72	Kundalini-Yoga	199f.	Netzwerk neu A2	125
Jonglage	214	Kunstgeschichte	158f., 167ff., 172	Neue Wohnformen	64
Jonglieren	49, 214	Kurdisch A1	108	Neugriechisch A1	109f.
Joomla	153	Kurdisch Anfänger*innen	108	Neugriechisch A2	110
Junge VHS	155	Kurmanji A1	108	Neugriechisch Anfänger*in- nen	109f.
		Kurmanji Anfänger*innen	108	Neugriechisch B1	110
				Neugriechisch C1	110
K		L		Neuhebräisch A1	110f.
Kalligrafie	163f., 180f., 185f.	Lachyoga	56, 201	Neuhebräisch A2	111
kalorienarme Küche	217	Landschaft	178ff., 182, 184	Neuhebräisch Anfänger*innen	110f.
Kameha	22	Langer Eugen	24	Neurolinguistisches Program- mieren (NLP)	55
Kameha Grand Bonn	24	Language Café	78f., 84	Nicaragua	28
Kamera	193f.	Laptop	156	Niederländisch A1	111f.
Kamishibai	63	Latein Anfänger*innen	109	Niederländisch A2	112
Kampfkunst	205	Lateinamerikanische Per- spektiven	28ff.	Niederländisch Anfänger*in- nen	111f.
Karl Valentin	173	Layout	149	Niederländisch B1	112
Kartonagenfabrik	25	Lektüre	112	Niederländisch B2	112f.
Kaufmännisches Rechnen	134	Lektüre Altgriechisch	100	Niederländische Konversation	112
Ketschua	116	Lektüre Englisch	81f., 85	Niederländische Lektüre	112
Klangentspannung	204	Lektüre Farsi	115	Nordic Walking	213
Klimaanpassung	23, 38	Lektüre Italienisch	92	Norwegisch A1	113f.
Klimaschonendes Kochen	216ff.	Lektüre Japanisch	107	Norwegisch A1.1	113
Klimawandel	22, 24, 26	Lektüre Latein	109	Norwegisch A2	114
Kochen	216ff.	Lektüre Persisch	115	Norwegisch Anfänger	113
Kochen auf Englisch	220f.	Lesepate	63	Norwegisch Anfänger*innen	113f.
Kochen für Anfänger	216	Lettura italiana	92	Norwegisch B2	114
Kolumbien	29	Literatur	160ff., 170, 175	Norwegisch Wochenende	113
Kommunikation	27, 50f., 53, 56ff., 136ff., 155	M		Notebook	150f., 156
Kommunikation siehe Outlook	147	Mac	143	NS-Diktatur	34f.
Kommunikationszeitalter	27	Maghreb	32	Nuevo español en marcha 4	98
Kompaktkurs Spanisch	94ff.	Mähen	35	Nuevo Español en marcha 4	93
Konflikte	51, 53, 59	Make Up	156	Nuevo Español en Marcha 4	98
Konversation	112	Malen	182	Nuovo Espresso 4	91f.
Konversation Arabisch	101	Malen im Museum	177ff.	Nuovo Espresso 5	92
Konversation Deutsch B1	128	Malerei	169, 177ff., 186	Nuovo magari B2	92
Konversation Deutsch B2	128	Marketing	139	Nur für Frauen	211, 214ff.
Konversation Englisch	79ff., 84f.	Marokko	32		
Konversation Farsi	115	Marshall B. Rosenberg	50f., 56	O	
Konversation Französisch	88f.	Massage	204	Offener Gartentreff	35f.
Konversation Griechisch	110	MBSR	201	Olá Portugal! neu	99
Konversation Italienisch	92	Mediation	51, 53, 57, 59f.	Onlinekurs	87f., 90ff., 94ff., 99f., 126f., 129, 162
Konversation Neugriechisch	110	Meditation	201f.	Open Source	27
Konversation Niederländisch	113	Mediterrane Küche	218	Oper Bonn	165f.
Konversation Norwegisch	114	Meeting	135	Optimismus	58
Konversation Persisch	115	Mexiko	28	Ordnungsstruktur	136
Konversation Polnisch	116	Mieterstrom	43	Organisation	136
Konversation Russisch	119	Mietrecht	45	Orientalische Küche	218
Konversation Schwedisch	120	Migration	32	Origami	188
		Mikrokredit	28		

Outlook	147	R		Singen	164f.
Over The Rainbow	195	R	153	Singles	217, 219
Ö		Rechnungswesen	134	Sizilien	92
Ölmalerei	182, 186	Rechtsberatung	45	Skavlenhandel	29
P		Refresher	74, 83	Sklaverei	30
Papier schöpfen	188	Regenwald	29	Skulptur	186f.
Pastellkreide	183	Reiseskizzen	178, 182	Slow Flower	39
Patientenverfügung	45	Religion	159f.	Smalltalk	138
Pedelec	63f.	Religionsgeschichte	159f.	Smart Home	26
Permakultur	36	Resteküche	218	Smartphone	149ff., 156
Persisch A1	114f.	Rettungsdienst	25	Solarstrom	43
Persisch A2	115	Rhetorik	136ff.	Sommerferienkurse	179, 181f., 184
Persisch Anfänger*innen	114f.	Rhythmokinetik	203	Sommerferienprogramm	179, 181f., 184
Persisch B2	115	Rossini-Kohärenz	49, 54	Sommerkurse	179, 181f., 184
Persönliche Kompetenzen	135ff.	Rückentraining	205ff., 211	Sommerprogramm	71, 79, 81, 84, 179, 181f., 184
Persönlichkeit	54	Rückenyoqa	198	Soziale Berufe	50, 65
Persönlichkeitsentwicklung	136, 139	Ruhestand	52, 63	Soziale Kompetenzen	55
Perspektiven	136	Rundgang	35, 175	Spanien	28
Pflegefall	65	Russisch A1	117f.	Spanisch A1	70, 93ff.
Pflegefinanzierung	66	Russisch A2	118	Spanisch A2	93, 95f.
Philosophie	159	Russisch Anfänger*innen	117f.	Spanisch B1	93, 96ff.
Photoshop	148f.	Russisch B1	119	Spanisch B2	93, 97f.
Photovoltaik	43	Russisch C1	119	Spanisch C1	99
Pilates	203, 208, 210, 212	Russisch C2	119	Spanisch C1+	99
Pivottabellen	145	S		Spanisch C2	99
Placement test	69	Saatgut	37	Spanisch für die Reise	94
Plastisches Gestalten	186f.	Salsation	215	Sportbootführerschein	208
Polnisch A1	115f.	Salutogenese	54	Sprache	55, 58
Polnisch A2	116	Sanierung	43	Sprachencafé	78f., 84
Polnisch Anfänger*innen	115f.	Schauspiel	164	Sprecherziehung	137
Polnisch B1	116	Schlagfertigkeit	55, 136	Stadtentwicklung	23
Polnisch B2	116	Schlagfertigkeitstraining	51	Stadtführung	23f.
Polnisch C1	116	Schlüsselqualifikation	136f., 139	Stadtstreifen	24
Portrait	177, 180, 182, 186f.	Schmuck	190ff.	Start Deutsch A1	129
Portugiesisch A1	99	Schnupperkurs	101, 104, 107, 110, 116f.	Startup	26
Portugiesisch A2	99	Schreiben	163f., 185f.	Stauden	36
Portugiesisch B1	100	Schreibkurs	163, 185	Sterbebegleitung	52, 63
Portugiesisch für die Reise	99	Schreibtraining Deutsch A2	128	Stilleben	178ff., 182, 184
PowerPoint	142, 146f.	Schüchterne Kinder	60	Stimmbildung	137
Präsentation s. PowerPoint	146	Schulabschlüsse	140	Stimmtraining	52, 54, 59
Präsentation siehe PowerPoint	142, 146f.	Schwäbische Küche	218	Stolpersteine	35
Präventionskurs	198, 200, 202, 206, 211	Schwedisch A1	119	Storytelling	57
Pressearbeit	139	Schwedisch A2	119	Stressreduktion	201
ProfilPASS	135	Schwedisch Anfänger*innen	119	Stretching	203
Programmierung	153	Schwedisch B1	120	Stricken	189f.
Progressive Muskelentspannung	198	Schwedisch B2	120	Strommarkt	44
Prüfung	134, 141, 144	Schwedisch C1	120	Stromsparen	43
Prüfung Deutsch	129f.	Schwierige Menschen	53	studio 21 A1	125
Prüfung Englisch	73	Seelische Krankheit	57	studio 21 B2	128
Prüfungstraining	72, 83	Sekt	222f.	studio d A1	125
Prüfungstraining Deutsch	129f.	Selbstbehauptung	204f.	studio d A2	125f.
Prüfungstraining Deutsch C1	130	Selbstcoaching	53	studio d B1	127
Prüfungsvorbereitung Englisch	70, 72, 83	Selbstempathie	58	Studium Universale	169, 173, 175
Psychische Erkrankungen	57	Selbstentspannung	198	Styling im Beruf	138
Psychodrama	56	Selbstfürsorge	54	Supervision	51, 58
Pubertät	61	Selbsthilfemethode	203	Swahili Anfänger*innen	120
Q		Selbstmanagement	53, 136	Swahili A1	120
Qigong	201f.	Selbstmitgefühl	57	SWB	23
Quechua	116	Selbstsicherheit	58	Systemisches Coaching	50, 65
Quechua A1	116	Selbstverteidigung	204f.	T	
Quechua Anfänger*innen	116	Selbstvertrauen	54	Tabellenkalkulation s. Excel	144
Quechua B2	117	Selbstwahrnehmung	54	Tabellenkalkulation siehe Excel	134, 142, 144f.
Quiz	79, 84	Senioren	198f., 211f., 214	Tablet	149ff., 156
		Seniorengymnastik	212	Tansania	30
		Seniorentanz	49		
		Shell Energy	22		
		Sicilian cooking	220		

Tanz	211, 214ff.	VHS für Ältere EDV	141	Wochenendkurs_Fremdspra-	33, 71f.,
Tanzen	49	VHS Kunst im Museum	177ff.	chen	75ff.,
Tanzworkout	215	Vietnamesisch A1	122		84f., 89,
Tastschreiben	154f.	Vietnamesisch A2	122		91,
TeeGschwendner	24	Vietnamesisch Anfänger*in-			94ff.,
telc	129	nen	122		99, 101,
Telefonbetrug	41, 64	Vietnamesisch B1	122		103f.,
Telefontraining	136	VIVA LA MUSICA!	195		107,
Testament	45	Volkstanz	215		110f.,
Textverarbeitung s. Word	144	Vorlesen	63		113,
Textverarbeitung siehe Word	142ff.	Vorsorgevollmacht	45		116ff.
Theaterplatz Bad Godesberg	25	Voyages neu A1	86f.	Wochenendveranstaltung Ita-	
Tiergestützter Besuchsdienst	62f.	Voyages neu A2	86f.	lienisch	89
Ton	186f.	Voyages neu B1	87f.	Wochenendveranstaltung	
Tourismus	28	Voyages neu B1.1	87	Spanisch	94, 97
Toxisches Umfeld	56			Wohnprojekte	64
Trennung	61	W		Word	142ff.
Tunesien	32	Wahlverwandtschaften	64	WordPress	153
Türkisch A1	120f.	Wald	37f.		
Türkisch Anfänger*innen	120f.	Waldbaden	202, 213	X	
Türkisch B1	121	Wanderung	223	Xpert	134, 141, 144ff.
Türkische Küche	218	Wassergymnastik	207f.	Xpert ECP Praxis	142
Tusche	182ff., 186	Webseiten	139, 153f.		
		Weihnachten	80	Y	
U		Wein	34, 222f.	Yoga	198ff., 211
Ukraine	25f.	Weinwanderung	223	Yoga am Mittag	199
Ukulelekurs	195	Weiterbildung für Frauen	155f.	Yoga für Männer	200f.
Umgangsformen	138	Weiterbildung für junge Leute			
Ungarisch A1	121	siehe Junge VHS	155	Z	
Ungarisch A2	121	Weltall	22	Zeichnen	163f., 175ff., 182ff.
Ungarisch Anfänger*innen	121	Weltgeschichte	35	Zeitmanagement	53
Ungarisch B1	121	Weltwirtschaft	31	Zertifikat Deutsch A1	129
Uni im Rathaus	22	Westsahara	32	Zertifikat Deutsch B1	129
UniversItalia 2.0 A1/A2	90	Wie ticken...?	32	Zufriedenheit	54
Universität Bonn	158, 169, 173, 175	Wiesen	35	Zumba	215
UNO	24, 28	Willy Brandt	175	Zurück in die Zukunft	25
Unterstützungsangebote im	40, 63,	Windows	156		
Alltag	66	Windows PC	151		
		Wing Chun	205		
V		Wirbelsäulengymnastik	205ff., 211		
VBA	145, 148	Wochenendakademie	186		
Vegetarische Küche	218				
Venezuela	29				
Vereinte Nationen	24, 28				
Vergesslichkeit	65				
Verlieben	53				
VHS für Ältere	77, 91, 143				



A

Abdelhadi, Fatima 3721ON
 Acil, Mehmet Emin 3798ON, 3799ON
 Ackermann, Klaus 6584, 6585
 Acurio Cruz, Ruddy 3621ON, 3662ON, 3897ON, 3898ON, 3899ON
 Addy, Louis 1545
 Ademi, Eva 6716, 6717, 6718, 6719, 6720, 6721
 Aghayeva, Valida 3907, 3917
 Agnigbo, Joel 1540
 Aljesri, Ahmad 3712, 3720ON
 Allebrand, Raimund 1512
 Alvarez, Miguel 5725, 5726
 Andernach, Vera 6780, 6781, 6782, 6783, 6784
 Andree, Sabine 3501, 3504, 3508, 3510, 3539, 3546, 3572

B

Bahr, Kerstin 7517, 7518, 7622, 7623
 Barczewski, Günter 5533ON, 5535ON
 Barletta, Alma Virginia 3601B, 3602, 3610, 3617, 3638, 3658, 3666, 3667, 3682, 3684, 3688, 3609A
 Barton, Maria 4316
 Bartsch, Lisa 1838
 Bassi, Roberta 3575
 Batke, Christiane 4335, 4415
 Bauerdick, Brigitte 4326, 4375, 4408
 Baumann, Regina 3029, 3150, 3194ON, 3201, 3226, 3228ON, 3229ON, 3280ON
 Baur, Jörg 1832
 Bayat, Dr. Faranak 3878B, 3879ON, 3882ON, 3883ON, 3884ON, 3885ON, 3886ON
 Bayer, Edith 7210, 7212, 7306
 Becker, Dr. Thomas 6403
 Beese, Hans-Joachim 5105, 5754
 Behr, Sarah 3803ON, 3804ON
 Beissel, Yun Bin 3735, 3736ON, 3737ON, 3739ON, 3742
 Belau, Beate 2018, 2021
 Berens, Lothar 6913
 Berger-Knipp, Ingrid 7674, 7675, 7676, 7677
 Bergholz, Luisa 2136
 Bergmann, Andreas 2145, 2150
 Bernecker, Prof. Dr. Walther L. 1514
 Bertoldi, Prof. Dr. Frank 1101
 Beschorner, RA Michael 1980, 1982, 1984, 1986

Beselt, Sascha 6971ON, 6973ON, 6975ON, 6976ON, 6978ON, 6980ON
 Bierth, Rainer 5510, 5515
 Bille, Elisabeth 6534, 6535, 6536, 6558, 6559, 6659, 6660, 6661, 6685, 6772, 6778
 Block, Dominik 1800, 1802, 1804, 1806, 1807, 1808, 1809, 1810, 1811, 1812, 1813, 1814, 1815, 1816, 1818, 1820
 Bloemer, Ralph M. 2162, 5133
 Blum M.A., Jonas 1720
 Böckenheuer, Helgard 4346
 Bockhorn, Marlies 1870, 1872
 Böffgen, Claudia 3265, 3268
 Bomans, Katharina 3000A, 3000B, 3015, 3026, 3145ON, 3176ON, 3223ON, 3279ON, 3014, 3028
 Bönemann, Tobias 4420
 Börnicke, Michelle 3192ON
 Boroumand, Samy 2154
 Bredenbeck, Dr. Martin 6380
 Brinkman, Jacomijn 3857ON, 3858ON
 Brockmann, Denise 3843, 3850ON, 3851, 3854ON, 3855, 3860, 3862ON
 Brockmann, Lilo 6553
 Brodeßer, Cornelia 2340
 Brozulat, Rabea 5102ON, 5103
 Brüggemann, Dr. Ingrid 2014, 2015
 Buchheister, Hannah Kaline 7700, 7701, 7708, 7709
 Buderath, Melanie 2402
 Bui-Gaulke, Nhan 3977AON
 Bunzel, Tanja 2186S, 2226ON
 Büscher, Jürgen 5029ON
 Busse, Indira 7202, 7207, 7208, 7214, 7215, 7235, 7236
 Butt-Posnik, Milena 3893ON

C

Cader, Christel 6436, 6438
 Carboni, Gianni 5310
 Cardoze Fábrega, Dennis 3636, 3645, 3654, 3660, 3687
 Cassina, Marta 3528, 3535
 Causemann, Dr. Margret 7340, 7341
 Cray, Christian 1520

D

Dahms, Christoph 5132
 Daughtrey, Helen 3288ON
 Davaraj, Dr. Philip 3252
 De Bacco, Cristina 3532, 3543
 De la Torre, Francisco 1204, 1204A
 Decker, Stefan 1860

Denkel, Brigitte 1120
 Diederich, Priya Nadine 7238ON, 7239ON
 Dierichs, Dr. Angelika 6320, 6321
 Dietzler-Isenberg, Edith 2308
 Dippel, Armin 5360, 5363, 5520
 Dobbstein, Rainer 1501
 Domscheit-D'souza, Katharina 2104ON, 2149ON
 Dornhaus, Ellen R. 1850
 Dreas, Dr. Jessica Anna 7200
 Dreisvogt, Dipl.-Ing. Michael 6420
 Dresen, Sven 2602
 Duhme, Lisa 7532, 7533
 Düllings, Niklas 2130ON
 Dunn, Dr. Abigail 3041, 3056, 3068ON, 3072ON, 3231ON, 3285ON, 3293ON

E

Edeler, Annalisa 2253ON, 2254
 Ehrhardt, Sabine 2255, 2256
 El Hajoui, Amal 3717ON, 3719ON, 3723ON
 Elias, Nabil 3715
 El-Zaim, Carolina 3431ON, 3434ON, 3439ON, 3443ON, 3710, 3711, 3722ON, 3729ON, 3731ON, 3732ON, 3733ON
 Engels, Sebastian 7302, 7303, 7345, 7346
 Esposito, Isabella 3516, 3523, 3530ON, 3561ON, 3563ON, 3567
 Evers, Prof. Dr. Mariele 1102

F

Fabrizius, Amalia 6251, 6252, 6253
 Falkner, Lukas 1306
 Fandio, Irène 7658, 7659, 7688, 7689
 Fangano, Alessio 7910, 7914, 7916, 7920, 7922
 Farnschläger, Sabrina 2230
 Fechner, Holger 1850
 Feist, Elke 6220, 6225
 Fellner, Rita 7145
 Figge, Dr. Holger 6554, 6555
 Fischer, Uwe 5490, 5608, 5609, 5610, 5611, 5612, 5620, 5622, 5630, 5632, 5635, 5640, 5650, 5652, 5665, 5667, 5910, 5912, 5914, 5916, 5918, 5920
 Fittipaldi, Diego Rodrigo 3623, 3632, 3640, 3814, 3815, 3816, 3817ON, 3825
 Fließbach, Prof. Dr. med. Klaus 2600
 Forouz-Mehr, Osra 7426, 7427
 Foto Club Wachtberg 1208, 1208A
 Frank-Gretic, Anja 4368
 Frenser, Frank 1132
 Frey, Norman 1930
 Fricke, Lydia 2651ON, 2652
 Friedrich, Karin 6521, 6522, 6524ON

Frisch, Robin	1535ON	Horn, Dietmar	2146	Kömpel, Erika C.	6701, 6702
Fritz, Daphne Hsi-Hong	3241AON, 3241BON, 3241CON, 3241DON, 3241EON, 3241FON	Hückesfeld, Heike	1886	Kompsopoulos, Ioannis	3815JON, 3815ON, 3818ON, 3819ON, 3824ON, 4351, 4361, 4556
G					
Ganns, Harald	1124, 1126	Hüntemann, Dr. Helmut	3748ON, 3935ON, 3936ON	Konopka, Enza	3415, 3420, 3437, 3462
Gauchel, Peter	2602	Husseini, Jasmin	7750, 7751, 7753	Konrat, Melanie	1128
Gebauer, Dott.ssa Annalisa	3571	I		Köpke, Maika	2134
Gemein, Andreas	1130	Ibrahim, Amal	3714	Körner, Dr. Carl	6003, 6330
Gerhards, Barbara	2139	Initiative "Zurück in die Zukunft"	1202	Kostrzewa, Alicja	3890, 3892, 3894, 3895, 3896ON
Giesen-Skatchidoub, Elena	5855	Ishizawa, Takayo	3773PON, 3777ON	Kötting, Anna	2124
Gladrow, Sylvia	6100	Itschert, Dr. Reiner	3794ON, 3795ON	Koukougiani, Anastasia	3822ON
Glasmacher, Henning	2126	J		Krautwald, Verena	3749
Glasmacher, Sabina	2152	Jackson, Carla	3224ON, 3286ON	Kremer, Dr. Renate	2171
Goerndt, Arne	7582	Jahr, Petra	2018, 2021	Kremer, Thomas	1342ON
Goeth, Ursula	5108, 5116	Jan-Paul	1342ON	Kressirer, Dr. Kornelia	6402
Görner M. A., Beate	4331, 4342, 4353, 4552	Janssen, Dr. Siebo	1504	Kreutz, Paul	2345S, 2346S, 2347S, 2348S
Graf von Hoensbroech, Constantin	1112	Jarishammar, Marie-Louise	3937ON, 3938ON	Krieger, Dr. Christof	1715
Grambach, Marlene	3686	Jaschke, Isabelle	3444ON, 3463, 3464, 3467	Kroeber, Martin	7696, 7697
Gras, Mireille	3422	Jung, Cornelia	6537, 6538	Kröll, Bettina	3000A, 3000B, 3241AON, 3241BON, 3241CON, 3241DON, 3241EON, 3241FON
Grass, Leif	7445	Jungbluth, Mark	3932ON, 3933ON	Kube, Doris	1836
Grodzki, Andrzej	3887ON, 3888ON, 3889ON, 3891ON	Jünger, Dr. Ursula	4365ON, 4366ON	Kublaghli, Kareem	3718
Große, Steffen	1122	Jünke, Ángeles	3606, 3607, 3608A, 3634ON, 3652ON, 3659, 3668, 3677, 3678, 3683, 3601A, 3602A	Kuhn, Moritz	3703, 3704ON, 3706
Großkinsky, Jutta	2120, 2141, 2183S	K		Kurrat, Kerstin	6125, 6126, 6128
Gruhn, Eva	4367	Kallenberg, Heike	6438	Kusnezowa, Julia	3873ON
Güney, Alptug Ahmet	3954ON	Kappel, Prof. Dr. Robert	1532	L	
Gunsenheimer, Dr. Antje	1524, 1526	Karamanidou, Helen	3105, 3174, 3811, 3813	Lamroubal, Souad	1570
Gura, Dr. Susanne	1824	Käßner, Anja	5858	Landesverband der VHS von NRW	3090, 3091
Guzmán Zumaya, Maria del Mar	7900, 7941	Kaut, Dr. Thomas	4315, 4345, 4356ON	Larsen, Nina	3743ON, 3744ON, 3745ON, 3746ON, 3747ON
H					
Ha, Lan Anh	3977ON, 3978ON, 3979ON	Kauth, Lita	3614, 3622, 3633, 3656, 3664, 3669	Lee, Hyunhee	3788ON, 3790ON
Haas Leenders, Olga	3859	Keppel, Christina	1506	Lee, Jungyeon	3789ON, 3792ON
Hafner, Marisa	2132, 2160	Kessenich, Susanne	2026	Lee, Tien-Hsin	3738ON
Hannig M.A., Alma	6360, 6362, 6400	Kestler, Dr. habil. Thomas	1518	Lee-Schöler, Rana	7891, 7892
Hanuja, Roland	7420, 7421, 7422	Khaleghykafash, Fateme	3880ON, 3881ON	Lehmann Perrin, Nicole	3466, 3468
Hanusch-Clarens, Laura	3102, 3253	Khan, Masud	7893, 7894, 7895, 7897, 7912, 7918, 7924	Lennox, Jean	3242AON, 3242BON, 3242CON, 3242DON, 3242EON, 3242FON, 3258, 3262, 3289, 6654A, 6654B, 6655, 6656
Hapel, Karl-Heinz	7100, 7102, 7103	Kiem, Barbara	6112	Lerner, Talya	3830, 3831ON, 3832ON, 3834ON, 3835ON
Harms, Martina	3254, 3266	Kim, Young-Jin	3781ON	Levinger, Hannah	1576
Hartenberg, Hannah	2108, 2133, 2161	Kirbach, Markus	2193J	Leyhe, Jochen	1504
Hartmann, Prof. Dr. Ingo	1908ON	Kirch, Marion	7730, 7731	Lier, Bernd	7242, 7243, 7244, 7245
Hartmann-Sadrina, Petra	2001, 2002	Klein, Elfi	2340	Link, Armin	1951, 1952
Hebekeuser, Anne	1854, 1856, 1862, 1864	Klein, Jan	1334ON	Linnemann, Mara	1842
Hecker, Claudia	2005, 2011	Kleinschrodt, Alexander	6002, 6390, 6407, 6442, 6444	Lohmeyer-Müller, Ingrid	7666
Hefke, Tatjana	2138	Klier, Helga	2113, 2147	Lohr, Ulrike	1506
Heide, Annett	2111, 2173, 2187S	Klier, Wolfgang	2113, 2147	Lombardo, Pilar	3642
Heilmann, Harald	1834	Klitzke, Lars	1906ON	Lörzel, Maria M.A.	6380
Heilmann, Tilla	2601, 2651ON, 2652	Knebel, Katja	6840, 6843, 6845, 6851, 6859, 6861, 6862	Losch, Catrin	7411, 7412, 7515, 7516, 7690
Heinen, Eva	3755, 4405, 4418	Knies, Inga	2235ON	Lösing, Katrin	7714, 7716
Held, Laura	1522	Koch, André	1858		
Herpertz, Stephan	1901ON, 1902ON	Koch, Verena	2122ON		
Herzog, Dorothea	2228	Kohlhaw, Michael	2004		
Heuduck, Vanessa von	3763, 3767, 3769, 3778	Kolk, Dietrich	1830		
Hirsch, Dr. Darya	1822				
Hoffmann, Dr. Philipp	6368				
Holbeck, Dr. Britta	1844				
Holstein, Michael	6911				
Horler, Christine	3255ON, 3274ON				

Lösing, María Elena	3601, 3603, 3606A, 3613, 3631, 7715, 7717	N.N., FB 4, Standard, DaF	4417ON, 4501, 4525, 4530, 4559	Piters-Hofmann, Ludmila	3903ON, 3906ON, 3911ON, 3915ON, 3916ON, 3926ON, 3927ON
Lupoli, Francesco	3525	N.N., Romanische Sprachen	3426, 3440, 3513, 3524	Pleithner, Regina	3170ON
M		Naceur, Sofian Philip	1560ON	Polanki, Pallavi	3058, 3117, 3119, 3126, 3210, 3216, 3270
Mack, Daniel	1127	Nathrath-Weijers, Lidy	3848ON, 3856ON, 3866ON, 3868ON	Post, Jürgen	7304
Mahlert, Babette	7550, 7551, 7602, 7603, 7678, 7679, 7682, 7683	Navarro, Suzanne	1852, 1880	Predeek, Annette Valeska	6570, 6571, 6572, 6573, 6574, 6575
Malchert, Henner	5250, 5251, 5255, 5256, 5296	Nelles, PD Dr. Jürgen	6004, 6369, 6428, 6448	Preuß-Fouladzari, Monika	1725
Malmin, Jone	3870, 3871, 3872, 3875ON, 3876ON, 3877	Nicodemus, Elena	6200	Pudrycki, Sophia	3401, 3405, 3427, 3428, 3430, 3450, 3460
Malzbender, Sabine	7308	Niederhellmann-Mogk, An- nette	2113, 2147	Puggioni, Roberto	3514, 3519, 3520, 3521, 3527, 3531, 3534, 3566
Mandt, Wilfried	6763, 6764	Niemann, Carola	7693, 7694	R	
Manz, Thomas	6841, 6842, 6844, 6846, 6847, 6848, 6849, 6850, 6852, 6853, 6854, 6855, 6856, 6857, 6858, 6860	Nießén, Petra	2128, 2144	Rahi, Fatemeh	7881
Maróthy, Johanna	3970ON, 3975ON, 3976ON	Nimmermann, Karsten	6551, 6588, 6617	Ramires, Ludmila	3900C, 3900D, 3901, 3902ON, 3910ON
Martens, Gunnar	5551, 5570	Nonhoff, Julia	5205	Rapp, Anikó	3750ON, 3752ON, 3754ON, 3971ON, 3972ON, 3973ON
Marth, Peter	6722	O		Rapp-Neumann, Claudia	6260, 6261, 6271, 6273
Martin, Prema Kuruneru	3940, 3941	Oh, Sooyun	3787ON, 3793ON	Rausch, Eva Anna	1910ON
Martin Esteban, Carmen	3627, 3637, 3644, 3663, 3672	Omsels, Walter	7692	Recht, Michaela	2137
Maschkowski, Gesa	1306	Opper, Heike	5075ON	Regel, Yesche Udo	2168
Massai Dräger, Caterina	3579, 6272	Otto, Hans-Joachim	2402	Reinert, Dr. Adrian	2106, 2180, 2303
Masson, Samantha	3412, 3436	Otto, Harald	5100, 5240	Reinhard, Michael	6012, 6014
May, Melanie	6882	Ö		Reuter, Sabine	3930ON
Mentner, Linda	2195J	Özdemir, Gültekin	3951, 3952, 3953	Ribeiro Maier, Teresa	3691B, 3692, 3693, 3695ON, 3696ON, 3697ON, 3698ON
Mersch, Sarah	1564ON	P		Richter, Dr. Christine	7402, 7403, 7970, 7971
Meyer-Janowsky M.A., Silke	4555	Packham, Jacob	3084ON, 3233ON, 3260, 3291	Richter-Kirst, Sybille	7505, 7506, 7522, 7523
Michalski, Celine	1866, 1876	Pagenkopf, Barbara	3218	Rieckmann, Ruth	2123
Min, Hyungki	3783, 3784	Paker-Eichelkraut, Dr. H.		Roddewig, Cecilia	3620, 3643, 3670
Mitarbeitende des Hotels	1111	Sündüs	7872, 7874	Rogge, Theda	3109, 3118, 3128, 3175, 3179, 3203, 3247
Mitarbeiter Fliegerhorst Nör- venich	1118	Pallagst, Rolf	5801, 5805, 5807, 5831, 5833, 5835, 5837	Römpczyk, Dr. Elmar	1519
Möbus, Anna	6210	Parra Rodríguez, Jimena	3615, 3624, 3661, 3671, 3676, 3681	Rösch, Birgit	2202
Mohr, Ralf	1134	Pastorelli, Dr. Giuseppina	3540, 3552, 3560	Rubina, Elena	3900A, 3900B, 3928
Moog, Melanie Alessandra	7220, 7221, 7232, 7233	Pastuszak, Margarete	5370, 5410, 5371, 5411	S	
Moon, Seong-Won	3786ON, 3791ON	Pérez Ramírez, Manuela	3651, 3657, 3665, 3675	Samano, Vivian Lee	3297ON
Morenz, Professor Dr. Ludwig	6001	Perrin, Traude	3236, 3295	Samzun, Tanguy	3471
Moryto, Danuta	6653	Peters, Dr. Ulrike	6050, 6055	Santià, Elena	3522, 3551, 3565, 3573
Mozet, Henriette	3802, 3806ON	Petropoulou, Dr. Evanthia	3113, 3114, 3237ON	Sasao, Masakazu	3762JON, 3762ON, 3764ON, 3766ON, 3768ON, 3770ON, 3771ON, 3773ON, 3774ON, 3777PON, 3779ON
Müller, Karin	7832, 7839, 7876, 7885	Petzelberger, Dr. Bianka	7430	Sauer, Tim	1562
Müller-Jakubik, Regina	7503, 7504, 7562, 7564, 7612, 7613, 7616, 7617	Pfeifer, Mathias	1506		
Müller-Pelzer, Felicia	2112, 2172	Pfister, Hildegard	2220ON, 2224ON, 2233, 2236ON		
Munits, Maria	3922ON, 3923ON, 3924ON, 3925ON	Phillips, Timothy	3061, 3064, 3074, 3076, 3082, 3155, 3250		
N		Pieper, Brigitte	2025		
N.N., Andere Sprachen	3845ON, 3846ON	Pieterse, Nanda	3840A, 3840B, 3844, 3863, 3840D		
N.N., Beruf, IT & Digitales	5101, 5511				
N.N., Englisch	3101, 3116, 3168, 3185ON				

Sawada, Shinobu	3768PON, 3772ON, 3774PON, 3775ON, 3776ON	Siering, Petra	6658, 6684	Waskow, Dr. Katja	1826
Schaal, Helge	7733, 7734	Smialowski, Esther	3020, 3034ON, 3040ON, 3053, 3248ON, 3277ON, 3050ON, 3054ON	Waszerka, Sonja	5850, 5853
Schadt, Brigitte	6005	Sodoge, Bernhard	2361	Weber, Erwin	1336ON
Schall, Oliver	1828, 1846	Sous-Braun, Dr. Elisabeth	2123	Weber, Rainer	6280
Schallenberg, Joachim	1114, 1116	Sözmen, Serhan	6901, 6902, 6903, 6904	Weide, Heidemarie	1840
Schanko, Rolf	6529, 6530	Spitz, Annika	7560, 7561	Weis, Hans-Peter	5270, 5700, 5702, 5708, 5751, 5701, 5703
Scharbert, Dr. Simone	6106, 6108, 6356ON, 6470	Spitz, Evelyn	7562, 7564	Welter, Clarissa	6130
Schenk, Yvonne	3070, 3178, 3234ON, 3235	Springer, Charlotte	3425, 3445, 3446, 3461	Werner, Mirjana	3796ON, 3797ON
Schiemann, Heike	4357	Sprungk, Kerstin Antje	7252	Westhäuser, Claudia	2118, 2153, 2158
Schiffgens, Ina	5020ON	Stange, Monika	7250, 7410, 7508, 7509, 7555, 7664, 7673	Wichelhoven, Margret	5030A, 5260A, 5310A
Schikowski, Michael	6101	Stanic, Norvisi	5110, 5112	Wichterich, Marita	2363
Schilling, Prof. Dr. Karl	6401	Steckel, Nina	2222ON, 2231, 2234ON, 2239, 2240J	Wiechmann, Dr. Yannik	6001
Schliebitz, Petra	2027, 2028	Steffens, Lothar	2169	Wierschem, Dagmar	7614, 7615
Schlimbach, Werner	5253, 5260, 5308, 5343, 5357, 5403, 5440	Steingießer, Dr. Barbara	6110	Wieser, Dr. Dorothee	7830, 7838, 7844, 7846, 7848, 7852, 7856
Schmid, Dr. Angelika	6335, 6336, 6338, 6339, 6340	Steinmetz, Inge	1874	Wilde, Stephanie	3256, 3272
Schmidt-Clausen, Dr. Uta	3705	Steinsträßer, Dr. Inge	6446	Wilkens, Tamar	7406
Schmitz, Susanne	7672	Sterzenbach, Ulla	2405	Willems, Petra	2612ON, 2614
Schmölders, Dr. Wolfgang	6745	Stiller, Sophie	6560, 6561, 6562, 6563	Wilmanns, Ulrike	4337ON, 4521ON, 4523ON
Schneider, Christiane	2602	Stockhausen, Sabrina	7510, 7511, 7608, 7609	Windel, Agnieszka	7150
Schneider, Petra	5030	Stumpf, Christian	5355, 5356, 5407, 5408	Wohler, Dagmar	2152
Schneider, Ramona	7513, 7514, 7625, 7626	Sutter, Jörg	1904ON	Wolf, Henry	7961, 7962, 7976, 7978
Schnurpfeil, Anne	1868, 1878, 1882, 1884	Szillat, Detlef	6907, 6908	Wolf, Patricia	5201
Schöler, Dr. Arne	2170			Wölfel, Karin	7670, 7735
Schönenberg, Hans-Martin	5358	T		Wolfradt, Dr. Jörg	6120ON, 6121ON, 6122, 6123
Schönfeldt, Jürgen	1978	Terlutter, Victoria	3931ON, 3934ON	Wunderich, Prof. Dr. Volker	1516
Schroeder, Melanie	5680, 5681	Thüsing, Klaus	1550	Y	
Schroeter, Lara	6415	Tillmanns, Gabriele	6100	Yamamoto-Reich, Takayo	6697, 6699
Schröter-Welsch, Britta	3038, 3048, 3086, 3125, 3220, 3232, 3233	Titze, Thomas	2200, 2204, 2338	Z	
Schrott, Regina	2126	Tonner, Angela-Maria	2169	Zarifovic, Semir	7840, 7864, 7883
Schuffenhauer, Theresa	7217, 7218	Torres Diaz, Carlos Rodrigo	3625ON, 3626ON, 3630ON, 3641ON, 3653ON	Zaroui, Kaouthar	3727ON
Schuler-Gundelach, Stephanie	6788, 6789, 6790, 6791, 6792	Triemer, Jörg	7440, 7441	Zell, Simone	4341, 4352, 4362, 4371
Schüller, Dr. Tonia	2116, 2164, 2166, 7650, 7651, 7656, 7657, 7658ON, 7659ON	Tripp, Christina	2651ON, 2652	Zenk, Judith	7507, 7680
Schulte, Beatrix	6676, 6677	Turan, Tefvik	3956ON, 3957ON	Zeuske, Prof. Dr. Michael	1529
Schulte, Markus	5150	Türke, Anne	2651ON, 2652	Zhidkow, Zhenja	6102
Schultz, Eva R.	2500, 2500A	U		Zimmermann, Lukas	1134
Schulze, Jörg	6102	Ulmen, Carmen	1904ON	Zinnecker, Linda	7560, 7561, 7834, 7896
Schwarz, Anne-Kathrin	2331	V		Zinzus, Lukas	2122ON
Schwarzenbarth, Sebastian	4314, 4324, 4325, 4332, 4343	van de Weyer, Annabelle	7228, 7229	Zöller, Dr. Eva	7462
Schweitzer, Hermann F.	6325, 6326, 6327, 6328	van Gent, Petrie	3840C, 3869ON		
Selzer, Jochim	1338ON, 1340ON	Vesper, René	1531		
Semenova, Elena	3912, 3914ON, 5155, 5795, 7685, 7686, 7687	Vocks, Martina	3438		
Sevryugina, Svetlana	3103, 3106	Vödisch, Antje	2110, 2140		
		Völker, Irina	5124, 5125, 5126		
		Vollmer, Brigitte	3421, 3465		
		vom Hövel, Dr. Erik	2228		
		von zur Mühlen, Jürgen	5140, 5141		
		Voth, Stefan	2108, 2133, 2148, 2161		
		W			
		Wabo, Marc	7960, 7963, 7964		
		Wachsmann, Constanze	2143, 2175		
		Walter, Jan	1912ON		



Ihre Meinung ist uns wichtig!

- Waren Sie zufrieden mit uns?
- Fehlt Ihnen etwas in unserem Programm?
- Können wir etwas verbessern? Haben Sie Vorschläge?

Ich habe an folgendem Kurs teilgenommen: Kurs-Nr. _____

- Ich war sehr zufrieden zufrieden unzufrieden

- Meine Anregung / Kritik:

- Ich wünsche mir Kurse / Veranstaltungen:

im Themenbereich _____

zu folgenden Zeiten _____

an folgenden Orten _____

- Weitere Anmerkungen zum Themenwunsch:

Volkshochschule der Bundesstadt Bonn

(Mitglied des Landesverbandes der Volkshochschulen von Nordrhein-Westfalen und Mitglied der Bildungsträgerkooperation LerNet, Bonn / Rhein-Sieg e.V.)

**VOLKSHOCHSCHULE.
ADULT EDUCATION CENTER.
UNIVERSITÉ POPULAIRE.
BONN.**

Herausgeber

Bundesstadt Bonn
Die Oberbürgermeisterin
Volkshochschule, Presseamt



Datenschutzbeauftragter:

Wolfgang Schell
datenschutzbeauftragter@bonn.de
Fon 0228 773465

Datenschutzerklärung (Seite siehe Inhaltsverzeichnis)

Anzeigenbetreuung/-mitvertrieb

Druck:

Köllen Druck und Verlag Bonn/Berlin
www.koellen.de



Layout:

ITEM KG
www.itemkg.de/



Bildnachweise:

Cover-Bild: Gabi Höhne

Vorwort: Barbara Frommann

Kapitel: Bildungsurlaub

Seite 6: calendar-3045963_1920|pixabay
free licence (unten, rechts, klein)

**Kapitel: Einzelveranstaltungen von
Montag bis Freitag**

Seite 13: day-planner-
828611_1920|Pixabay free licence (mitte,
mitte, mittel)

FACHBEREICH 1

**Kapitel: Politik, Wissenschaft &
Internationales**

Seite 23: 03_178x43|03_178x43 (unten,
mitte, klein)

Seite 30: 03_178x43|03_178x43 (unten,
mitte, klein)

Seite 44: real-estate-
g4ab1ef696_1920|pixabay free licence
(oben, rechts, klein)

Seite 44: blur-ge82bae9f0_1920|pixabay
free licence (unten, rechts, klein)

Seite 45: Recht| (mitte, links, klein)

Seite 45:
Schreiben_pixabay|Schreiben_pixabay
(unten, rechts, klein)

FACHBEREICH 2

Kapitel: Lebensgestaltendes Lernen

Seite 49: Jonglieren|privat (unten, rechts,
klein)

Seite 54: Sprung mit Schirm
aboutpixel|aboutpixel / lizenzfrei (oben, links,
klein)

Seite 58: 02_117x65|02_117x65 (unten,
mitte, klein)

Seite 59:
Koerpersprache_1|Koerpersprache_1
(unten, mitte, klein)

Seite 60: mediation_banner|Mdeiation
fördern e.V. (oben, links, klein)

Seite 62: Beagle_Peaches|G. Boquoi
(unten, rechts, klein)

Seite 62: Yoshi&Pablo|G. Boquoi (mitte,
mitte, klein)

Seite 65: care-costs-
63612_960_720|pixabay / lizenzfrei (unten,
rechts, klein)

Seite 66: dependent-
g371426fd9_1280|pixabay / lizenzfrei
(unten, rechts, klein)

FACHBEREICH 3

Kapitel: Fremdsprachen

Seite 80: 02_117x65|02_117x65 (unten,
mitte, klein)

Seite 85: food-g98e133fe9_1920|pixabay
free licence (mitte, mitte, klein)

Seite 86: eiffel-gaff787b4e_1920|pixabay
free licence (oben, rechts, klein)

Seite 88: 02_117x65|02_117x65 (unten,
rechts, klein)

Seite 90: 02_117x65|02_117x65 (unten,
rechts, klein)

Seite 98: 02_117x65|02_117x65 (unten,
rechts, klein)

Seite 113: 02_117x65|02_117x65 (unten,
rechts, klein)

Seite 122: pham-ngu-lao-
g854c8f58b_1920|pixabay free licence
(unten, mitte, mittel)

FACHBEREICH 4

Kapitel: Deutsch & Integration

Seite 125: 03_178x43|03_178x43 (unten,
mitte, klein)

Seite 126: 02_117x65|02_117x65 (unten,
rechts, klein)

Seite 129:
Schreiben_pixabay|Schreiben_pixabay
(mitte, mitte, klein)

Seite 129: HdB_NB_7|Marius Cucoranu
(unten, rechts, klein)

Seite 130: 03_178x130|03_178x130 (unten,
mitte, mittel)

FACHBEREICH 5

Kapitel: Beruf, IT & Digitales

Seite 135: FB 5 xpert business
o.DATEV|FB5 xpert business o.DATEV
(mitte, links, mittel)

Seite 136: esf-foerderlogos_21-27_eu-
mags_foerdersatz_cmyk_2.12.2021|esf-
foerderlogos_21-27_eu-
mags_foerdersatz_cmyk_2.12.2021 (oben,
links, klein)

Seite 137: Spalte BS_1.2023NEU|Spalte
BS_1.2023 (mitte, links, mittel)

Seite 138: FB5 xpert ccs|FB5 xpert ccs
(mitte, mitte, klein)

Seite 142: FB5 Schaub. ECP|FB5
Schaub.ECP (oben, rechts, klein)

Seite 142: FB5 Xpert ecp|FB5 Xpert ecp
(mitte, links, mittel)

Seite 155: FB5 Agentur fuer Arbeit
Bonn|FB5 Agentur fuer Arbeit Bonn (mitte,
rechts, klein)

Seite 156:
Bloggen_pixabay|Bloggen_pixabay (mitte,
rechts, klein)

FACHBEREICH 6

Kapitel: Kultur & Kunst

Seite 158:
Kopernikus_Aufzeichnung_Wikimedia_gem
einfrei|Kopernikus_Aufzeichnung_Wikimedia
_gemeinfrei (oben, mitte, klein)

Seite 159:
Grabwand_Tutanchamun_wikimedia.org_wi
ki_File_Egypt_KV62_01|Grabwand_Tutanch
amun_wikimedia.org_wiki_File_Egypt_KV62
_01 (oben, links, klein)

Seite 160: Lydgate-siege-troy-wheel-fortune-
detail_wikimedia_gemeinfrei|Lydgate-siege-
troy-wheel-fortune-
detail_wikimedia_gemeinfrei (oben, mitte,
klein)

Seite 160:
Buecherstapel_pixabay|Buecherstapel_pixa
bay (unten, rechts, klein)

>>>

FACHBEREICH 6

Kapitel: Kultur & Kunst

Seite 161:
Gernhardt_Rezitation_Foto_Tillmanns|Gernhardt_Rezitation_Foto_Tillmanns (unten, links, klein)

Seite 162: Lesen_Natur|Lesen_Natur (mitte, mitte, klein)

Seite 163:
Schreiben_pixabay|Schreiben_pixabay (oben, rechts, klein)

Seite 164: mask-1641264_1920|mask-1641264_1920 (mitte, links, klein)

Seite 165: music-2570451_1920 -2|music-2570451_1920 -2 (oben, mitte, klein)

Seite 166:
Lustige_Witwe#2_|Lustige_Witwe#2_ (oben, links, klein)

Seite 167:
Kunstabstrachtung_1_pixabay|Kunstabstrachtung_1_pixabay (mitte, links, klein)

Seite 167:
Susanna_and_the_Elders_(1610),_Artemisia_a_Gentileschi_wikimedia|Susanna_and_the_Elders_(1610),_Artemisia_Gentileschi_wikimedia (unten, rechts, klein)

Seite 168: Hilma_af_Klint_-_Self-portrait_wikimedia|Hilma_af_Klint_-_Self-portrait_wikimedia (unten, mitte, klein)

Seite 170:
Frauentag_1914_Heraus_mit_dem_Frauenwahlrecht_wikimedia|Frauentag_1914_Heraus_mit_dem_Frauenwahlrecht_wikimedia (unten, links, klein)

Seite 171: Pritzker-Preis-Philippe-Ruault-Grand-Parc-Hero-Slider-22-1_Pritzker Philippe Ruault|Pritzker-Preis-Philippe-Ruault-Grand-Parc-Hero-Slider-22-1_Pritzker Philippe Ruault (unten, rechts, klein)

Seite 172: 03_178x65|03_178x65 (unten, mitte, klein)

Seite 172: Akademisches Kunstmuseum_Foto1 Jutta Schubert|Akademisches Kunstmuseum_Foto1 Jutta Schubert (oben, mitte, klein)

Seite 173:
Stolperstein_Robert_Remak,_Berlin_01_co Axel Mauruszat_wikimedia|512px-Stolperstein_Robert_Remak,_Berlin_01_co Axel Mauruszat_wikimedia (oben, mitte, klein)

Seite 174:
Eifel_Mendig|Eifel_Mendig_Alexander_Kleinschrodt (unten, mitte, klein)

Seite 175:
Roemerkanal_buschhoven_copyright_MatthiasHabel_wikimedia| (oben, mitte, klein)

Seite 176: Pinsel im Topf @ Monika Kempkens|Pinsel im Topf @ Monika Kempkens (oben, rechts, klein)

Seite 176: Zeichnung Hase @ Karin Friedrich|Zeichnung Hase @ Karin Friedrich (unten, links, klein)

Seite 177:
Bille_Aktzeichnen|Bille_Aktzeichnen (oben, rechts, klein)

Seite 178: Kuestenlandschaft von Lilo Brockmann|Kuestenlandschaft von Lilo Brockmann (mitte, rechts, klein)

Seite 179:
Bille_Artischocken_Kempkens|Bille_Artischocken_Kempkens (unten, rechts, klein)

Seite 180:
Predeek_schleusen|Predeek_schleusen (oben, rechts, klein)

Seite 181:
Predeek_Kursteilnehmerin|Predeek_Kursteilnehmerin (oben, mitte, klein)

Seite 182: Steine am Meer OElpastell @Karsten Nimmermann|Steine am Meer OElpastell @Karsten Nimmermann (unten, links, klein)

Seite 183:
Lennox_Zeichnung_Drachenfels|Lennox_Zeichnung_Drachenfels (oben, links, klein)

Seite 183: Lennox_Schloß|Lennox_Schloß (unten, rechts, klein)

Seite 184: Stillleben @ Lisa Bille|Stillleben @ Lisa Bille (oben, mitte, klein)

Seite 185: 03_178x85|03_178x85 (unten, mitte, mittel)

Seite 186:
shodo#2_2008_ilj_shodo_main|shodo#2_2008_ilj_shodo_main (mitte, mitte, klein)

Seite 187: Wycisk_Hahn in Arbeit|Wycisk_Hahn in Arbeit (oben, mitte, klein)

Seite 188:
Lesen_Buchseiten_pixabay|Lesen_Buchseiten_pixabay (mitte, links, klein)

Seite 188: Origamikaestchen @ Lisa Bille|Origamikaestchen @ Lisa Bille (oben, rechts, klein)

Seite 189: Naehen_sewing-1896454_1280_pixabay|Naehen_sewing-1896454_1280_pixabay (oben, links, klein)

Seite 190:
Lacemuster_stricken_etsy|Lacemuster_stricken_etsy (oben, links, klein)

Seite 191:
Knebel_Goldschmieden|Knebel_Goldschmieden (oben, rechts, klein)

Seite 192: Muschelanhaenger und Ring @ Monika Kempkens|Muschelanhaenger und Ring @ Monika Kempkens (unten, mitte, klein)

Seite 194: Szillat_Architektur 2|Szillat_Architektur 2 (mitte, mitte, klein)

FACHBEREICH 7

Kapitel: Gesundheit & Ernährung

Seite 198: Doppelbild -PMR -3|Doppelbild -PMR -3 (mitte, mitte, klein)

Seite 199: pixabay - evitaochel - 3|pixabay - evitaochel - 3 (oben, rechts, klein)

Seite 202: Dehnen- 2|Dehnen- 2 (mitte, mitte, klein)

Seite 203: Gymstick Core-Roller_Action_61110_a|Gymstick Core-Roller_Action_61110_a (unten, rechts, klein)

Seite 204: Massage zu Zweit - 2|Massage zu Zweit - 2 (oben, links, klein)

Seite 205: WS - Huefte heben in Rueckenlage - 2|WS - Huefte heben in Rueckenlage - 2 (mitte, mitte, klein)

Seite 206: ARTZT VITALITY - Rueckenkraeftigung auf Peziiball|ARTZT VITALITY - Rueckenkraeftigung auf Peziiball (unten, rechts, klein)

Seite 207: Einbeinstand - 2|Einbeinstand - 2 (unten, mitte, klein)

Seite 208: 02_117x65|02_117x65 (unten, rechts, klein)

Seite 209: ARTZT Vitality - 2|ARTZT Vitality - 2 (oben, mitte, klein)

Seite 210: Bildkombi|Bildkombi (unten, rechts, klein)

Seite 211: Dehnung zu Zweit - VHS-Buch-Reihe - 2|Dehnung zu Zweit - VHS-Buch-Reihe - 2 (mitte, links, klein)

Seite 213: Nordic Walking - 2|Nordic Walking - 2 (oben, rechts, klein)

Seite 223: Schmales Bild - Nudeln +Pute|Schmales Bild - Nudeln +Pute (unten, rechts, mittel)

Kapitel: Stichwortverzeichnis

Seite 238: HdB|Marius Cucoranu (unten, mitte, mittel)

Kapitel: Kursleitendenverzeichnis

Seite 242: HdB_NB_7|Marius Cucoranu (unten, rechts, klein)



Verbindliche Anmeldung

Veranstaltungsnummer	Veranstaltungstitel	Entgelt
1		EUR
2		EUR
3		EUR
4		EUR
5		EUR

Angaben zur Person (Pflichtangaben sind mit * gekennzeichnet)

*Name, *Vornamen

*Straße, *Hausnummer

*PLZ, *Ort

Ich beantrage eine Entgelttermäßigung. Näheres hierzu s. §5 der AGB. Die Nachweise sind als Kopie beigefügt. Sollte keine Ermäßigung gewährt werden, zahle ich das volle Entgelt.

Staatsangehörigkeit

Telefon(tagüber)

E-Mail

► Ihre E-Mail-Adresse / Teil-Nr. hilft uns, Sie bei kurzfristigen Änderungen zeitnah zu erreichen.

Ich bin damit einverstanden, dass mich die Volkshochschule der Bundesstadt Bonn per E-Mail regelmäßig (etwa 6 Mal pro Jahr) über Kurse und Einzelveranstaltungen informiert. Ich kann diese Einwilligung jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen.

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Allgemeinen Geschäftsbedingungen an und bestätige, dass mir die Bedingungen zum Widerruf (Widerrufsbelehrung) und Datenschutz der Volkshochschule Bonn vorgelegen haben (siehe Programmheft oder unter www.vhs-bonn.de). Die Anmeldung für vorgenannte Veranstaltung(en) ist verbindlich und verpflichtet mich zur Zahlung der Entgelte.

Unterschrift für Anmeldungen



Bitte hier ankreuzen, wenn Sie die Entgelte überweisen möchten!

Die Zahlung erfolgt unaufgefordert und fristgemäß durch Überweisung auf das Konto der Stadtkasse Bonn bei der Sparkasse KölnBonn, IBAN DE78370501980000015016 / BIC COLSDE33XXX, unter Angabe des Kassenz Zeichens 4015.5453.0075, der Nummer(n) der belegten Veranstaltung(en) und des vollständigen Teilnehmersnamens.

Bundesstadt Bonn, Volkshochschule, Mülheimer Platz 1, 53111 Bonn
Gläubiger-Identifikationsnummer DE48ZZZ00000191165

SEPA-LASTSCHRIFTMANDAT

Ich ermächtige die Stadtkasse Bonn für die Volkshochschule Bonn, von meinem Konto die fälligen Entgelte mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Stadtkasse Bonn auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vorname und Nachname (KONTOINHABER)

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

IBAN

DE

BIC (8 oder 11 Stellen)

Ort

Datum

Unterschrift -wenn angegeben- für das Lastschriftmandat



Course Registration Form

Course Number	Course Name	Payment
1		EUR
2		EUR
3		EUR
4		EUR
5		EUR

Your details (Mandatory information is marked with an *)

*Last name, *first name

*Street name, *street number

*Postal code, *town/city

Nationality


Telephone (during the day)

E-mail

Your e-mail address / telephone no. help us to reach you quickly if there are any course changes at short notice.

I consent to the *Federal City of Bonn* contacting me via e-mail with information about courses or individual / may at any time revoke my consent with future effect.

By signing this form, I acknowledge and accept the General Terms of Business and Information of Volkshochschule Bonn as well as its revocation and data protection conditions (see course catalog or go to www.vhs-bonn.de). I understand that registration for the above course(s) is binding and I agree to pay the respective fee(s).

Signature for registration 

Please tick if you wish to transfer the course fee.
The fee is transferable on your own initiative within the required period to the account of the Stadtkasse Bonn at Sparkasse KölnBonn, IBAN DE78370501980000015016 / BIC COLSDE33XXX. Please include the reference number 4015.5453.0075, the number of courses that you wish to attend and your full name.

Federal City of Bonn, Volkshochschule, Mülheimer Platz 1, 53111 Bonn
Creditor identification number DE48ZZZ00000191165

SEPA DIRECT DEBIT MANDATE

I hereby authorize Stadtkasse Bonn to debit my account for the payments due to Volkshochschule Bonn. I also authorize my credit institution to debit my account in accordance with the instructions from Stadtkasse Bonn. Important Notice: I can demand a refund of the debited amount within eight weeks following the date of the debit. The conditions agreed with my credit institution apply.

First name and last name (ACCOUNT HOLDER)

Street name and street number


Postal code and town/city

IBAN

BIC (8 or 11 places)

Place

Date

Signature for direct debit mandate, if applicable 



**JETZT
KOSTENLOSES
EINFÜHRUNGS-
TRAINING
VEREINBAREN!***

DIE STÄRKSTE ENTSCHEIDUNG FÜR IHREN RÜCKEN.

Immer ein Stück stärker.

Kieser Bonn-Bad Godesberg

Godesberger Allee 26 | Telefon (0228) 30 78 76 88

Kieser Bonn-Innenstadt

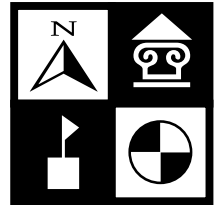
Römerstraße 214 – 216 | Telefon (0228) 967 73 60

kieser-training.de

KIESER

* Unverbindliche Preisempfehlung der Kieser Training AG.
Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Bonn erleben auf die besondere Art!



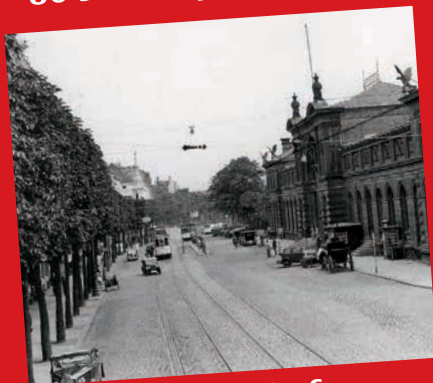
**Statt
Reisen**
Bonn erleben e. V.



50 Jahre Spionage



Die Nachtwächter Tour



Der Hauptbahnhof



Brau- und Bierkultur



Die historische Stadttrevue



Rheinische Butterfahrt



Shoppen in Bonn

- Stadtführungen
- Theaterführungen
- Radtouren
- Umland-Touren
- Exkursionen
- Schulprogramme



Infos: 0228/65 45 53 oder www.stattreisen-bonn.de