

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

# Programm 1. Halbjahr 2024

Semesterbeginn: ab 19. Februar 2024



[www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de)

17 Ziele.  
Eine Zukunft.





# HOLEN SIE SICH DIE WELT NACH HAUSE! Werden Sie Gastfamilie!



Jetzt  
beraten  
lassen!

## Auf der Suche nach einem einmaligen interkulturellen Erlebnis?

Andere Länder und Kulturen lernt man am besten durch direkten Austausch kennen. Internationale Schüler\*innen aus aller Welt möchten deshalb gerne in einen typischen Familienalltag in Deutschland eintauchen.

**Deshalb suchen wir Sie:** Als Gastfamilie können Sie Schüler\*innen aus aller Welt zwischen 4 Wochen und 10 Monaten die Türen öffnen und einen interkulturellen Austausch in den eigenen vier Wänden erleben. Holen Sie sich die Welt nach Hause und freuen Sie sich auf eine spannende Erfahrung!

## EXPLORE. EXCHANGE. EXPERIENCE.

Experiment – Glückstraße 1 – 53115 Bonn



**EXPERIMENT**  
DEINE AUSTAUSCHORGANISATION

Weitere Informationen unter  
[experiment-ev.de/gastfamilie-werden](http://experiment-ev.de/gastfamilie-werden)  
oder telefonisch unter **0228 957220**.





## Herzlich willkommen!

Liebe Leserinnen und Leser,  
liebe Freundinnen und Freunde  
der VHS,

mit großer Freude präsentieren wir Ihnen unser neues Programm für das Frühjahr/Sommer 2024. Mit rund 1.200 Kursen und Einzelveranstaltungen haben wir für Sie wieder ein vielseitiges und abwechslungsreiches Programmangebot zusammengestellt. Sie finden unsere Angebote im Haus der Bildung, direkt im Herzen der Stadt, ebenso wie in unserer Zweigstelle in Bad Godesberg, in der Alten Schule in Duisdorf und an vielen weiteren Kursstätten verteilt im ganzen Stadtgebiet.

Die Volkshochschule ist nicht nur die größte Weiterbildungseinrichtung der Kommune, wir verstehen uns vor allem als einen Ort des Lernens und der Begegnung, in dem neue Freundschaften und Netzwerke geknüpft werden können, als einen **Ort der Bildung für Alle**.

Wir verstehen uns als Impulsgeberin für Neues und als Ort der Weitergabe von bewährtem Wissen. Beides werden Sie in unserem Programmheft finden.

Zahlreiche Angebote greifen wichtige gesellschaftliche Themen auf wie Nachhaltigkeit, Digitalität, Demokratieentwicklung und demografischer Wandel. Es erwarten Sie neue Kursformate, kreative Techniken, abwechslungsreiche Gesundheits- u. Kochangebote sowie Angebote zum lebensgestaltenden Lernen und zur beruflichen Bildung. In unseren Sprachenfachbereichen bieten wir in bewährter Weise eine große Vielzahl an Fremdsprachen-, Deutsch- und Integrationskursen an und entwickeln darüber hinaus immer wieder neue spannende, kreative Konzepte zum Spracherwerb.

Ich bin sicher, Sie werden das passende Angebot für sich finden.

Zum Schluss möchte ich mich Ihnen noch gerne vorstellen. Vielleicht ist Ihnen aufgefallen, dass Ihnen ein neues Gesicht auf dieser Seite entgegenblickt. Nachdem Ende letzten Jahres die bisherige Leiterin Dr. Ingrid Schöll in den Ruhestand gegangen ist, habe ich im August 2023 die Leitung der VHS Bonn übernommen. Allerdings bin ich kein ganz neues Gesicht, da ich bereits seit 10 Jahren den Fachbereich Kultur und Kunst an dieser VHS geleitet habe. Ich freue mich sehr auf meine neue Tätigkeit, die auch für mich persönlich weiteres Lernen und einen Aufbruch bedeutet.

Gemeinsam mit einem starken Team möchte ich die Zukunft der VHS Bonn gestalten.



Ihre

Gabriele Tillmanns

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

1

## Postanschrift:

Mülheimer Platz 1  
53111 Bonn

## Zentrale Informationen

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

## Leitung

Gabriele Tillmanns  
Fon 0228/77 3690  
Gabriele.Tillmanns@bonn.de

## Vorzimmer der Leitung

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

## Verwaltung

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

Guido Boquoi  
Stellvertr. Verwaltungsleitung  
EDV-Administration  
Fon 0228/77 3616  
Guido.Boquoi@bonn.de

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

Stefan Friedrich  
Marketing/Saalvermietung  
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  
Fachbereichsleitung  
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  
Fachbereichsleitung  
Stellvertr. VHS-Leitung  
Fon 0228/77 3631  
Dr.Adrian.Reinert@bonn.de

## Verwaltung

Ivonn Bosza-Ellwart  
Fon 0228/77 3556  
Ivonn.Bosza-Ellwart@bonn.de

## Fachbereich 3

### Englisch und Andere Sprachen

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

## Verwaltung

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

## Romanische Sprachen

Andrea Witt  
Fachbereichsleitung  
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  
Fachbereichsleitung  
Fon 0228/77 5151

## Verwaltung

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

## Integration in den Arbeitsmarkt

N.N.  
Fon 0228/77 5646

## Integrationskurse, Projekte, Deutsch für den Beruf

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

## Verwaltung

Gudrun Scheele  
Sandra Knispel  
Claudia Heuser-Schallenberg  
Daniela Klinkenberg  
Fon 0228/77 5039/- 5043/- 5643/- 5045

Gudrun.Scheele@bonn.de  
Sandra.Knispel@bonn.de  
Claudia.Heuser-Schallenberg@bonn.de  
Daniela.Klinkenberg@bonn.de

## Fachbereich 5

### Beruf, IT und Digitales

Fachbereichsleitung  
Fon 0228/77 4905  
Harald.Otto@bonn.de

## Verwaltung

N.N.  
Fon 0228/77 4904

## Fachbereich 6

### Kultur und Kunst

N.N.  
Fon 0228/77 3042

## 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

Ibrahim Uygun  
Fachbereichsleitung  
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  
Marius.Cucoranu@bonn.de

## Servicebüro:

Helene Felk, Virginia Bläsing  
und Nabil Debbah  
Fon 0228/77 5036



Auf der Grundlage der vom Rat der Stadt Bonn beschlossenen VHS-Satzung und des nordrhein-westfälischen Weiterbildungsgesetzes bieten wir als kommunales Weiterbildungszentrum umfassende Möglichkeiten zur allgemeinen, politischen, beruflichen, gesundheitlichen, kulturellen und sprachlichen Weiterbildung. Unsere Bildungsangebote vermitteln persönliche und berufliche Orientierung, soziale Kompetenzen und fachliches Wissen.

Wir sind dem Gemeinwohl verpflichtet, weltanschaulich und parteipolitisch neutral und setzen uns für Toleranz, Pluralität und soziale Gerechtigkeit ein. Ebenso fördern wir das gegenseitige Verständnis unterschiedlicher Bevölkerungsgruppen und Kulturen. Unser Ziel ist, die Teilnehmenden an unseren Bildungsangeboten zu kritischer Reflexion und Urteilsbildung zu befähigen sowie ihre Chancen zu selbst bestimmter beruflicher, gesellschaftlicher, politischer und kultureller Teilhabe zu verbessern.

Die Volkshochschule ist für alle da, neben Einzelpersonen auch für Institutionen, Organisationen und Betriebe. Wir führen Jung und Alt, Menschen aller Kulturkreise, verschiedener Herkunft und unterschiedlicher Lebenssituationen unabhängig vom Sozialstatus und Bildungsgang zusammen. Die Veranstaltungen finden in allen Stadtbezirken oder auch als digitale Angebote statt. Durch eine sozial verträgliche Entgeltgestaltung erleichtern wir einkommensschwächeren Bevölkerungsgruppen die Teilnahme.

Als moderne Dienstleistungseinrichtung arbeiten wir nach den Grundsätzen der Qualitätssicherung. Das Qualitätsmanagementsystem erstreckt sich auf den Service, die Beratung, die Programmplanung, die Angebotsentwicklung, die Fortbildung sowie regelmäßige Evaluation.

Wir reagieren auf politische, soziale, kulturelle sowie bildungs- und arbeitsmarktpolitische Veränderungen und entwickeln unser Programm und die Methodik kontinuierlich sowie situativ und aufgrund aktueller Herausforderungen weiter. Neben der planmäßigen Bedarfsermittlung greifen wir für die Angebotsentwicklung gerade auch Impulse aus der Zusammenarbeit mit lokalen, regionalen, nationalen und internationalen Partnern auf. Ein besonderer Fokus liegt dabei auf der Bildung für nachhaltige Entwicklung (17 Ziele der Vereinten Nationen).

Mit unserer Arbeit leisten wir einen Beitrag zur dynamischen Entwicklung der Stadt Bonn als Standort für Kultur, Bildung, Wissenschaft und Forschung sowie als Plattform für den internationalen Dialog.



# Inhaltsverzeichnis

<b>0</b>	<b>Willkommen / VHS im Überblick</b>			
	Ihr VHS Team	2	Französisch	94
	Leitbild	3	Italienisch	96
	Bildungsurlaub	6	Spanisch	100
	Einzelveranstaltungen von Montag bis Freitag	8	Portugiesisch	107
	Wochenendveranstaltungen	15	Altgriechisch	107
	VHS für Ältere	21	Arabisch	108
			Chinesisch	110
			Dänisch	111
			Finnisch	112
			Hindi	112
			Japanisch	112
			Koreanisch	115
			Kroatisch	116
			Kurdisch	117
			Latein	117
			Neugriechisch	118
			Neuhebräisch	119
			Niederländisch	119
			Norwegisch	122
			Persisch	122
			Polnisch	124
			Quechua	125
			Russisch	125
			Schwedisch	127
			Swahili	128
			Thailändisch	128
			Türkisch	128
			Ungarisch	130
			Vietnamesisch	130
<b>1</b>	<b>Fachbereich 1 Politik, Wissenschaft &amp; Internationales</b>	<b>23</b>		
	Uni im Rathaus	24		
	Informationsbesuche	24		
	Ausstellungen	29		
	Wirtschaft und Soziales	30		
	Geschichte	35		
	Naturwissenschaften	36		
	Internationales	36		
	Englisches Programm	39		
	Natur und Umwelt	41		
	Haus der Natur	47		
	Lebenswelt	51		
<b>2</b>	<b>Fachbereich 2 Lebengestaltendes Lernen</b>	<b>55</b>		
	Gedächtnistrainings	56		
	Lernen in Bewegung	56		
	Psychologie und Persönlichkeit - Eigene Stärken entwickeln	57		
	Mediation - Konfliktlösung - Partnerschaft	68		
	Eltern und Erziehung	69		
	Mensch und Tier	71		
	Engagement - Ehrenamt	72		
	Älter werden und aktiv bleiben	73		
	Zivilcourage, Sicherheit und Vorbeugung	74		
	Neue Wohnformen	74		
	Vortragsreihe Demenz - Pflegethemen	75		
	Schulung Alltagsunterstützer*in nach §8 AnFöVO	76		
	Jahreskurs Gewaltfreie Kommunikation	76		
<b>3</b>	<b>Fachbereich 3 Fremdsprachen</b>	<b>78</b>		
	Englisch	79		
<b>4</b>	<b>Fachbereich 4 Deutsch &amp; Integration</b>	<b>133</b>		
	Standardkurse A1-B2	134		
	Grammatik, Konversation, A2-C1	138		
	Deutschprüfungen / Prüfungstraining A1-C1	138		
<b>5</b>	<b>Fachbereich 5 Beruf, IT &amp; Digitales</b>	<b>141</b>		
	Betriebswirtschaftslehre	142		
	Rechnungswesen	142		
	Kommunikation / Persönliche Kompetenzen	142		
	Medienwerkstatt	146		
	Angebote rund um die Schule: Angebote für Schülerinnen und Schüler/Eltern	146		
	Grundlagen EDV	147		
	Mac	149		
	Word - Textverarbeitung	150		
	Excel - Tabellenkalkulation	150		
	PowerPoint - Präsentation	151		



Outlook - Bürokommunikation	152
Internet	152
Access - Datenbankanwendung	152
Fotografie, Grafik, Layout	153
Android-Smartphone, iPhone, Notebook	154
CAD - Computer Aided Design	156
Programmieren lernen	157
Web-Seiten erstellen und betreuen / Social Media	157
Tastschreiben	158
Weiterbildung für junge Leute	158
Weiterbildung für Frauen	159
GIS - GeoInformationsSysteme	159
Digitale Lebenswelten	160

## 6 Fachbereich 6 Kultur & Kunst 161

Kulturkalender	162
Philosophie	163
Religion	164
Literatur	165
Schreibpraxis	167
Theater	169
Musik / Singen	169
Kunstgeschichte	170
Kulturgeschichte	172
Kultur und Nachhaltigkeit	173
Architektur im Fokus	173
Blickpunkt Bonn	174
Kulturwandern im Rheinland	175
Online-Veranstaltungen	176
Ausstellungen	176
Zeichnen / Malen	177
Grafik	186
Kalligrafie	187
Wochenendakademie	188
Plastisches Gestalten	188
Glaskunst	189
Buchbinden	189
Papierkunst	190
Textiles Gestalten	191
Goldschmieden / Schmuck	193
Fotografisches Gestalten	196
Musikpraxis	199

## 7 Fachbereich 7 Gesundheit & Ernährung 201

Entspannung	202
Yoga	202
Meditation	205

Qigong / Taichi	206
Spezielle körperorientierte Verfahren	207
Massage	208
Selbstbehauptung für Frauen	208
Asiatische Kampfkünste	209
Rückenfitness	209
Spezielle Gymnastik	211
Aquafitness	211
Sportbootführerschein	211
Fitness-Light bis Power-Fitness	212
Fitness im Alter	214
Pilates	216
Outdoor-Fitness	217
Jonglage	218
Tanz	218
Klima und Ernährung	221
Allgemeine Küche	222
Mediterrane Küche	224
Orientalische Küche	224
Asiatische Küche	224
Südamerikanische Küche	225
Französische Küche	225
Kochkurse auf Englisch	226
Kochkurs auf Spanisch	227
Kochkurs auf Französisch	227
Weinseminare	228
Exkursionen	229
Gesundheitspflege	227

## 8 Fachbereich 8 Service

Kooperationspartner	232
Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)	233
AGB (3) / Widerrufsbelehrung	235
General Terms / Information on revocation	236
Datenschutzbestimmungen	239
Privacy Statement	240
Stichwortverzeichnis	241
Kursleitendenverzeichnis	246
Ihre Meinung ist uns wichtig	251
Impressum	252
Anmeldeformular	254
Course Registration Form	255

# Bildungsurlaub vhs Termine

## Januar 2024

**22.01.24-26.01.24, 9.00-14.00 Uhr**  
Russisch für Anfänger\*innen A1.1 -  
Bildungsurlaub  
3900 S. 125

**29.01.24-02.02.24, 9.00-16.00 Uhr**  
Refresher B2plus - Bildungsurlaub  
3039 S. 79

**29.01.24-02.02.24, 9.00-16.00 Uhr**  
Französisch A2.2 - Bildungsurlaub  
3407 S. 94

**29.01.24-02.02.24, 9.00-16.00 Uhr**  
Niederländisch für Anfänger\*innen  
A1.1 - Bildungsurlaub  
3840A S. 119

## Februar 2024

**19.02.24-23.02.24, 9.00-16.00 Uhr**  
Italienisch A1.1 für Anfänger\*innen -  
Bildungsurlaub  
3501 S. 96

**26.02.24-01.03.24, 9.00-16.00 Uhr**  
Refresher A2 - Bildungsurlaub  
3013 S. 79

**26.02.24-01.03.24, 9.00-16.00 Uhr**  
Niederländisch für Anfänger\*innen  
A1.1 - Bildungsurlaub  
3840B S. 119

## März 2024

**04.03.24-08.03.24, 9.00-16.00 Uhr**  
Spanisch A1.1 für Anfänger\*innen -  
Bildungsurlaub  
3601 S. 101

**04.03.24-08.03.24, 9.00-16.00 Uhr**  
Bildungsurlaub Rhetorik und  
Gesprächsführung im Beruf  
5116 S. 143

**11.03.24-15.03.24, 9.00-16.00 Uhr**  
Niederländisch A1.2 - Bildungsurlaub  
3841 S. 119

**18.03.24-22.03.24, 9.00-16.00 Uhr**  
Refresher B1 - Bildungsurlaub  
3025 S. 79

**25.03.24-28.03.24, 8.30-15.30 Uhr**  
Bildungsurlaub Präsentation  
(PowerPoint) mit Office 2016, Xpert  
Computerpass  
5410 S. 151

**25.03.24-28.03.24, 9.00-16.00 Uhr**  
Neurolinguistisches Programmieren  
(NLP)  
2132 S. 62

## April 2024

**08.04.24-12.04.24, 8.30-15.30 Uhr**  
Bildungsurlaub Tabellenkalkulation  
(Excel) mit Office 2016, Xpert  
Computerpass  
5370 S. 151

**08.04.24-12.04.24, 8.30-15.30 Uhr**  
Bildungsurlaub AutoCAD (Präsenz-  
oder Onlineteilnahme möglich)  
5700 S. 156

**08.04.24-12.04.24, 9.00-16.00 Uhr**  
Portugiesisch A1.1 für  
Anfänger\*innen - Bildungsurlaub  
3690 S. 107

**15.04.24-19.04.24, 9.00-16.00 Uhr**  
Refresher B2 - Bildungsurlaub  
3035 S. 79

**15.04.24-19.04.24, 9.00-16.00 Uhr**  
Portugiesisch A1.2 - Bildungsurlaub  
3692 S. 107

**22.04.24-26.04.24, 9.00-16.00 Uhr**  
Italienisch A2.1 - Bildungsurlaub  
3504 S. 97

**22.04.24-26.04.24, 9.00-16.00 Uhr**  
Spanisch A1.3 - Bildungsurlaub  
3603 S. 101

**22.04.24-26.04.24, 9.00-16.00 Uhr**  
Chinesische Sprache und Kultur für  
Anfänger\*innen A1.1 -  
Bildungsurlaub  
3735 S. 110

## Mai 2024

**13.05.24-17.05.24, 9.00-16.00 Uhr**  
Refresher B1 - Bildungsurlaub  
3029 S. 79

**13.05.24-17.05.24, 9.00-16.00 Uhr**  
English for the Office A2/B1 -  
Bildungsurlaub  
3052 S. 80

## Juni 2024

**10.06.24-14.06.24, 9.00-16.00 Uhr**  
Spanisch A2.1 - Bildungsurlaub  
3606 S. 101

**24.06.24-28.06.24, 9.00-16.00 Uhr**  
English at Work B1 -  
Bildungsurlaub??  
3053 S. 79

**24.06.24-28.06.24, 9.00-16.00 Uhr**  
Französisch A1.3 - Bildungsurlaub  
3404 S. 94





# Bildungsurlaub

# Termine

**24.06.24-28.06.24, 9.00-16.00 Uhr**  
 Italienisch B1.3 - Bildungsurlaub  
 3509 S. 97

**24.06.24-28.06.24, 9.00-16.00 Uhr**  
 Spanisch A1.2 - Bildungsurlaub  
 3602 S. 101

**24.06.24-28.06.24, 9.00-16.00 Uhr**  
 Spanisch B1.1 - Bildungsurlaub  
 3609 S. 101

## Juli 2024

**01.07.24-05.07.24, 8.30-15.30 Uhr**  
 Bildungsurlaub  
 Datenbankanwendung (Access) mit  
 Office 2016, Xpert Computerpass  
 5510 S. 153

**08.07.24-10.07.24, 9.00-16.30 Uhr**  
 Gewaltfreie Kommunikation  
 2176S S. 67

**08.07.24-12.07.24, 9.00-16.00 Uhr**  
 English Advanced C1 -  
 Bildungsurlaub  
 3043 S. 79

## August 2024

**12.08.24-16.08.24, 9.00-16.00 Uhr**  
 Einstieg Persisch - Bildungsurlaub  
 3878 S. 122

**19.08.24-23.08.24, 9.00-16.00 Uhr**  
 English at Work C1 - Bildungsurlaub  
 3057 S. 80

**26.08.24-30.08.24, 9.00-16.00 Uhr**  
 English Proficient C2 -  
 Bildungsurlaub  
 3048 S. 80

**26.08.24-30.08.24, 9.00-14.00 Uhr**  
 Russisch A1.2 - Bildungsurlaub  
 3900B S. 125

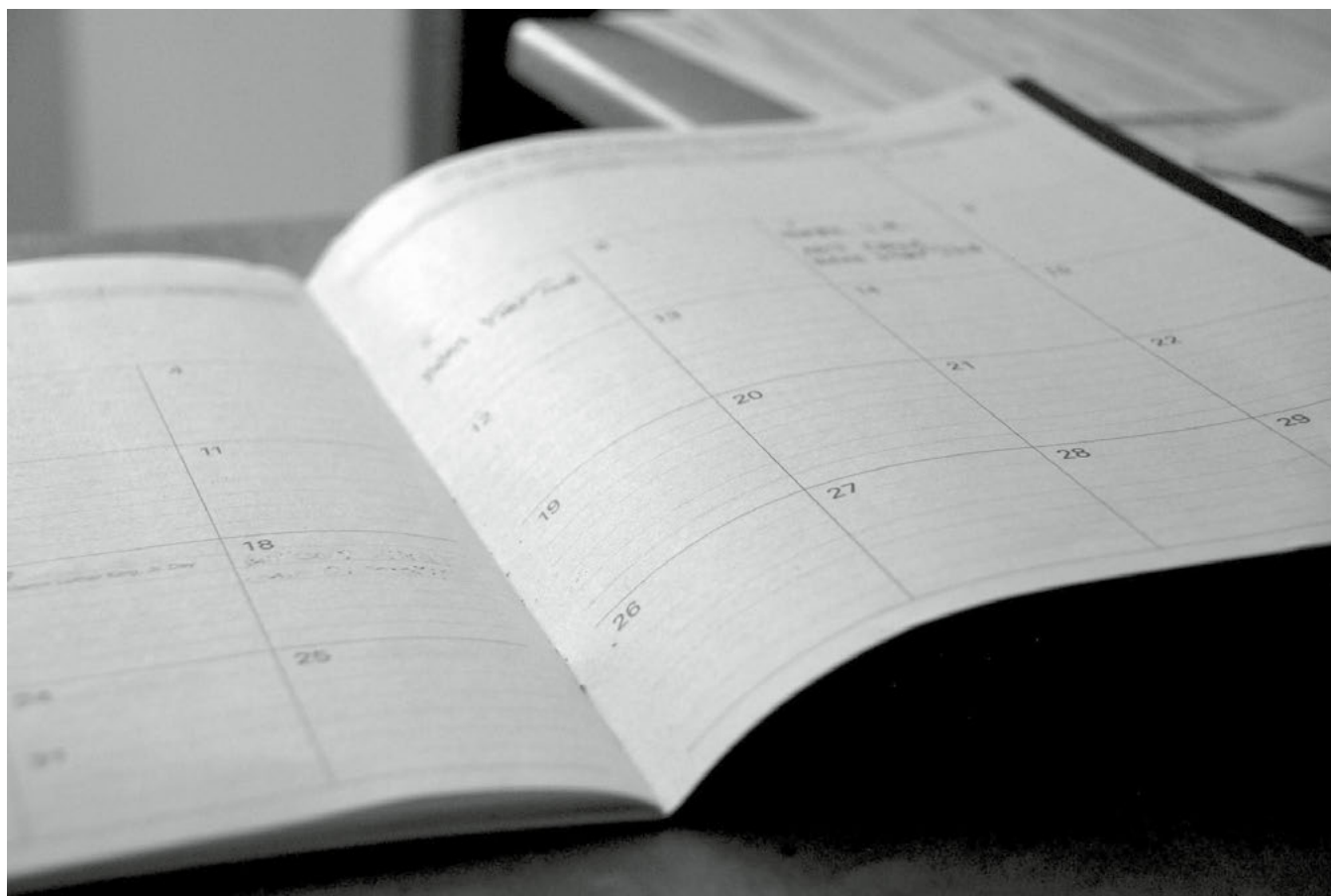
## September 2024

**16.09.24-20.09.24, 9.00-16.00 Uhr**  
 Refresher A2 - Bildungsurlaub  
 3017 S. 79

## Oktober 2024

**07.10.24-11.10.24, 9.00-16.00 Uhr**  
 Refresher B1 - Bildungsurlaub  
 3027 S. 79

**14.10.24-18.10.24, 8.30-15.30 Uhr**  
 Bildungsurlaub AutoCAD (Präsenz-  
 oder Onlineteilnahme möglich)  
 5703 S. 157



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

# Termine



## Einzelveranstaltungen von Montag bis Freitag

### Januar 2024

**Donnerstag, 11.01.24,  
16.00-19.00 Uhr**  
Sprachberatung - Englisch  
3000A S. 79

**Donnerstag, 11.01.24,  
18.00-19.30 Uhr**  
Klimakrise trifft Bevölkerungsschutz  
1300 S. 30

**Freitag, 12.01.24, 17.00-19.00 Uhr**  
Sprachcafé (jeden 2. Freitag im  
Monat) - Onlinekurs  
3241AON S. 86

**Dienstag, 16.01.24, 18.00-19.30 Uhr**  
Online-Vortrag: Gefühle lesen  
2192JON S. 57

**Mittwoch, 24.01.24,  
17.00-18.00 Uhr**  
Tea Time Bildung 1  
1330ON S. 32

**Mittwoch, 24.01.24,  
18.00-19.30 Uhr**  
Gesunder Schlaf - Wirksame  
Entspannungshilfen bei  
Schlafstörungen  
2194J S. 57

### Februar 2024

**Dienstag, 06.02.24, 18.00-19.30 Uhr**  
Online-Infoabend zur  
Basisqualifizierung für  
Unterstützungsangebote im Alltag  
nach §8 AnFöVO  
2651ON S. 76

**Mittwoch, 07.02.24,  
16.00-19.00 Uhr**  
Sprachberatung - Englisch  
3000B S. 79

**Freitag, 09.02.24, 17.00-19.00 Uhr**  
Sprachcafé (jeden 2. Freitag im  
Monat) - Onlinekurs  
3241BON S. 87

**Mittwoch, 14.02.24,  
16.00-19.00 Uhr**  
Sprachberatung - Englisch  
3000C S. 79

**Donnerstag, 15.02.24,  
14.00-15.00 Uhr**  
Info-Veranstaltung Xpert ECP  
(Europäischer Computer Pass)  
5240 S. 147

**Samstag, 17.02.24, 10.00-13.00 Uhr**  
Entscheidungen leichter fällen  
2103 S. 58

**Montag, 19.02.24, 18.00-19.30 Uhr**  
Aus Plastikmüll entstehen  
Klassenzimmer  
1530 S. 38

**Montag, 19.02.24, 18.30-20.00 Uhr**  
Kampf der Erinnerungen  
1504 S. 36

**Dienstag, 20.02.24, 18.00-19.30 Uhr**  
Vernünftige Vorfahrt  
1302 S. 30

**Dienstag, 20.02.24, 18.00-19.30 Uhr**  
Amphibien in Bonn  
1750 S. 44

**Dienstag, 20.02.24, 18.00-19.30 Uhr**  
Draussen zuhören  
2312 S. 72

**Dienstag, 20.02.24, 18.00-20.45 Uhr**  
Smartphone - Einrichtungs- und  
Übungsstunde (Android, kein iPhone)  
5910 S. 160

**Mittwoch, 21.02.24,  
17.30-21.00 Uhr**  
Netzwerken für Frauen  
5853 S. 159

**Mittwoch, 21.02.24,  
20.00-21.30 Uhr**  
Draussen zuhören  
2312ON S. 72

**Donnerstag, 22.02.24,  
18.00-20.30 Uhr**  
Neuer Notebook-Computer wegen  
Windows 11? Tips&Tricks  
5660 S. 156

**Donnerstag, 22.02.24,  
19.00-21.00 Uhr**  
Online-Elternseminar: „Räum‘ endlich  
Dein Zimmer auf!“  
2220ON S. 69

**Freitag, 23.02.24, 17.00-20.00 Uhr**  
Mit gutem Gefühl „Nein“ sagen  
2102 S. 58

**Freitag, 23.02.24, 18.00-19.30 Uhr**  
Konflikte positiv (auf)lösen  
2200 S. 58

**Freitag, 23.02.24, 18.30-19.15 Uhr**  
Zhan Zhuang Qigong  
7346 S. 206

**Freitag, 23.02.24, 19.15-20.45 Uhr**  
Grundlagen der  
Achtsamkeitsmeditation  
7302 S. 205

**Samstag, 24.02.24, 10.30-12.30 Uhr**  
Immanuel KANT und die offenen  
Fragen  
6318 S. 171

**Montag, 26.02.24, 18.00-21.00 Uhr**  
Die Kultur der Reparatur  
1304 S. 30

**Dienstag, 27.02.24, 20.00-21.30 Uhr**  
Präsenz-Infoabend  
2860 S. 34

**Mittwoch, 28.02.24,  
16.00-17.30 Uhr**  
Informationsbesuch  
1111 S. 24

**Mittwoch, 28.02.24,  
17.00-18.30 Uhr**  
Neue Wohnformen in Bonn - ein  
Überblick  
2402 S. 74

**Mittwoch, 28.02.24,  
20.00-21.30 Uhr**  
Online-Elternseminar:  
Selbstbestimmte Kinder und Regeln  
im Alltag - wie passt das zusammen?  
2221ON S. 69

**Donnerstag, 29.02.24,  
16.00-18.00 Uhr**  
Informationsbesuch in der  
1113 S. 24

**Donnerstag, 29.02.24,  
18.00-20.45 Uhr**  
Smartphone - Einrichtungs- und  
Übungsstunde (Android, kein iPhone)  
5911 S. 160

**Donnerstag, 29.02.24,  
18.00-19.30 Uhr**  
Glaube und Denken - ein  
Widerspruch?  
6056 S. 164

**Donnerstag, 29.02.24,  
19.00-20.30 Uhr**  
Online-Infoabend  
2860ON S. 35

# Termine



## Einzelveranstaltungen von Montag bis Freitag

**Donnerstag, 29.02.24,  
19.00-20.30 Uhr**  
Online-Vortrag: Von Hütten der Jagd  
zu Häusern der Poesie.  
6369ON S. 176

### März 2024

**Freitag, 01.03.24, 18.00-21.00 Uhr**  
Glückstraining  
2108 S. 58

**Freitag, 01.03.24, 19.30-21.00 Uhr**  
Quiz Night (Every First Friday of the  
Month) - Onlinekurs  
3242AON S. 87

**Samstag, 02.03.24, 13.00-17.30 Uhr**  
Selbstbehauptung und  
Selbstverteidigung für Frauen  
7440 S. 209

**Montag, 04.03.24, 17.30-20.15 Uhr**  
Computer - Sprechstunde (Windows)  
5920 S. 114

**Montag, 04.03.24, 18.00-19.30 Uhr**  
Abfallmanagement in Mosambik  
1532 S. 38

**Montag, 04.03.24, 19.00-20.30 Uhr**  
Nachhaltig Sanieren  
1904ON S. 51

**Dienstag, 05.03.24, 16.00-18.00 Uhr**  
Informationsbesuch  
1115 S. 25

**Dienstag, 05.03.24, 18.00-19.30 Uhr**  
Wilde Tiere auf Friedhöfen, in Parks  
und Gärten von Bonn  
1752 S. 44

**Dienstag, 05.03.24, 18.00-19.30 Uhr**  
Hochsensibilität, was ist das?  
2112 S. 59

**Dienstag, 05.03.24, 18.00-20.45 Uhr**  
Smartphone - Einrichtungs- und  
Übungsstunde (Android, kein iPhone)  
5913 S. 156

**Mittwoch, 06.03.24,  
17.00-21.30 Uhr**  
Letzte Hilfe  
2113 S. 59

**Mittwoch, 06.03.24,  
18.00-19.30 Uhr**  
Was Latrinen erzählen  
1410 S. 35

**Mittwoch, 06.03.24,  
18.00-19.30 Uhr**  
Einführung in das deutsche Erbrecht  
1984 S. 53

**Donnerstag, 07.03.24,  
17.00-18.30 Uhr**  
Die Hausgemeinschaft Plittersdorf  
der Wahlverwandtschaften Bonn e.V.  
2405 S. 75

**Donnerstag, 07.03.24,  
18.00-20.45 Uhr**  
Smartphone - Einrichtungs- und  
Übungsstunde (Android, kein iPhone)  
5914 S. 160

**Donnerstag, 07.03.24,  
18.30-20.30 Uhr**  
Ich lebe mein Leben in wachsenden  
Ringen - Rilke  
6102 S. 165

**Donnerstag, 07.03.24,  
19.00-21.00 Uhr**  
Online-Schnupperworkshop:  
2201ON S. 60

**Donnerstag, 07.03.24,  
19.00-20.30 Uhr**  
Auf den Spuren von Seurat:  
Pointillismus  
6307 S. 170

**Freitag, 08.03.24, 13.30-14.30 Uhr**  
„Mehr Stolz, ihr Frauen!“: Ein heiter  
bis ernster Streifzug durch die  
Geschichte des Internationalen  
Frauentags  
6356ON S. 172

**Freitag, 08.03.24, 17.00-19.00 Uhr**  
Sprachencafé (jeden 2. Freitag im  
Monat) - Onlinekurs  
3241CON S. 87

**Samstag, 09.03.24, 10.00-13.00 Uhr**  
Halten Sie Ihr Gedächtnis fit! -  
Kurzseminar  
2015 S. 56

**Sonntag, 10.03.24, 10.00-17.00 Uhr**  
Ärger für Gutes nutzen  
2120 S. 60

**Sonntag, 10.03.24, 14.00-17.00 Uhr**  
Jonglage für Jung und Alt  
2027 S. 57

**Montag, 11.03.24, 18.00-19.30 Uhr**  
Müllvermeidung im Weltall  
1450 S. 36

**Montag, 11.03.24, 19.00-20.00 Uhr**  
SALSATION® - Tanz-Fitnessworkout  
7814 S. 219

**Dienstag, 12.03.24, 10.00-11.30 Uhr**  
Digitalen Nachlass frühzeitig regeln  
1344ON S. 33

**Dienstag, 12.03.24, 14.30-17.15 Uhr**  
Computer - Sprechstunde (Windows)  
5922 S. 160

**Dienstag, 12.03.24, 16.00-18.00 Uhr**  
Informationsbesuch in der  
1114 S. 25

**Dienstag, 12.03.24, 17.00-18.30 Uhr**  
Wasser ernten. Wie geht das?  
1700 S. 41

**Dienstag, 12.03.24, 18.00-19.30 Uhr**  
Kommen Rührgeräte in den Himmel?  
1306 S. 30

**Dienstag, 12.03.24, 19.00-20.30 Uhr**  
Mit EMDR positive Gefühle  
entwickeln  
2123 S. 61

**Mittwoch, 13.03.24,  
17.00-18.30 Uhr**  
Informationsbesuch  
1116 S. 25

**Mittwoch, 13.03.24,  
17.00-18.30 Uhr**  
Online-Vortrag:  
2612ON S. 75

**Mittwoch, 13.03.24,  
18.00-19.30 Uhr**  
Mülltrennung und Kreislaufwirtschaft  
in Tunesien  
1550 S. 39

**Mittwoch, 13.03.24,  
18.00-19.30 Uhr**  
Patientenverfügung und  
Vorsorgevollmacht  
1980 S. 53

**Mittwoch, 13.03.24,  
18.00-19.30 Uhr**  
Basiswissen Trennung/Scheidung -  
Von Anfang an Fehler vermeiden und  
Geld sparen  
2215 S. 69

- 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
- 9

# Termine



## Einzelveranstaltungen von Montag bis Freitag

<p><b>Mittwoch, 13.03.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Ausstellungsführung: Immanuel Kant und die offenen Fragen 6024 S. 163</p>	<p><b>Dienstag, 19.03.24, 10.00-11.30 Uhr</b> Lebensverlängernde Maßnahmen für sieche Rechner 1348ON S. 33</p>	<p><b>April 2024</b></p>
<p><b>Donnerstag, 14.03.24, 15.00-17.15 Uhr</b> Smartphone - Sprechstunde (Android, kein iPhone) 5916 S. 160</p>	<p><b>Dienstag, 19.03.24, 15.00-17.00 Uhr</b> Informationsbesuch 1117 S. 25</p>	<p><b>Donnerstag, 04.04.24, 9.00-11.00 Uhr</b> Online-Prüfung für alle Module, Xpert Computerpass 5260A S. 148</p>
<p><b>Donnerstag, 14.03.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Heilung durch den Glauben? 6058 S. 164</p>	<p><b>Dienstag, 19.03.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Das Jeans Go Green Projekt in Bonn 1310 S. 31</p>	<p><b>Freitag, 05.04.24, 19.30-21.00 Uhr</b> Quiz Night (Every First Friday of the Month) - Onlinekurs 3242BON S. 87</p>
<p><b>Donnerstag, 14.03.24, 19.00-20.30 Uhr</b> Bindungsmuster - Warum uns diese als Eltern etwas angehen 2223 S. 70</p>	<p><b>Dienstag, 19.03.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Jedes Wort wirkt! In der Sprache liegt die Kraft. 2130 S. 62</p>	<p><b>Freitag, 05.04.24, 20.00-22.00 Uhr</b> Nachts im Gespensterwald 1806 S. 48</p>
<p><b>Donnerstag, 14.03.24, 19.00-20.30 Uhr</b> Park im Wandel - Ein Kleinod in Bonn 6400 S. 174</p>	<p><b>Dienstag, 19.03.24, 20.00-21.30 Uhr</b> Online-Elternseminar: Schüchterne Kinder stärken 2224ON S. 70</p>	<p><b>Montag, 08.04.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Leben auf dem Müll 1536 S. 38</p>
<p><b>Freitag, 15.03.24, 17.15-18.15 Uhr</b> SALSATION® - Tanz-Fitnessworkout 7816 S. 219</p>	<p><b>Mittwoch, 20.03.24, 17.00-18.30 Uhr</b> Informationsbesuch 1119 S. 26</p>	<p><b>Montag, 08.04.24, 19.00-20.30 Uhr</b> Zu schade für die Tonne 1908ON S. 51</p>
<p><b>Freitag, 15.03.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Resilienz: Innere Stärke gewinnen und bewahren 2125 S. 61</p>	<p><b>Mittwoch, 20.03.24, 19.00-21.00 Uhr</b> Unterstützen, ohne zu nerven: Mein Kind bei der Berufswahl begleiten 2226 S. 70</p>	<p><b>Dienstag, 09.04.24, 10.00-11.30 Uhr</b> Die elektronische Patientenakte 1350ON S. 33</p>
<p><b>Samstag, 16.03.24, 10.00-14.00 Uhr</b> Endlich tun, was ich wirklich möchte 2338 S. 61</p>	<p><b>Donnerstag, 21.03.24, 17.00-18.30 Uhr</b> Zu Besuch bei der Bio-Imkerei Elschner 1754 S. 45</p>	<p><b>Dienstag, 09.04.24, 15.00-19.00 Uhr</b> Weidenflechten 1704 S. 41</p>
<p><b>Montag, 18.03.24, 15.30-18.30 Uhr</b> Ressourcenbewusster Umgang mit Rohstoffen 1308 S. 31</p>	<p><b>Donnerstag, 21.03.24, 19.00-20.30 Uhr</b> Franz Kafka - „Ich bin Ende oder Anfang“ 6001 S. 162</p>	<p><b>Dienstag, 09.04.24, 18.00-20.00 Uhr</b> Toxisches Umfeld - Freunde, Familie, Romantik 2134 S. 62</p>
<p><b>Montag, 18.03.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Hausmüll zu Holzkohle 1534 S. 38</p>	<p><b>Donnerstag, 21.03.24, 20.00-21.30 Uhr</b> Online-Veranstaltung: Gastfamilie werden mit Experiment e.V. 2227ON S. 70</p>	<p><b>Dienstag, 09.04.24, 18.15-19.45 Uhr</b> Das Haiti Ocean Project 1520 S. 37</p>
<p><b>Montag, 18.03.24, 18.00-19.00 Uhr</b> Erst der Kurs - dann der Hund 2253ON S. 72</p>	<p><b>Freitag, 22.03.24, 18.00-20.30 Uhr</b> Körpersprache und Kommunikation von Hunden 2255 S. 72</p>	<p><b>Mittwoch, 10.04.24, 17.00-19.00 Uhr</b> Offener Gartentreff 1706 S. 42</p>
<p><b>Montag, 18.03.24, 19.00-20.30 Uhr</b> Klimawende nur zusammen mit der Abfallwende 1906ON S. 51</p>		<p><b>Mittwoch, 10.04.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Resilienz bei Kindern 2229 S. 70</p>
		<p><b>Mittwoch, 10.04.24, 18.00-20.00 Uhr</b> Vergesslich oder dement? Wie fängt das eigentlich an? 2600 S. 75</p>

# Termine

## Einzelveranstaltungen von Montag bis Freitag

<b>Donnerstag, 11.04.24, 15.00-17.00 Uhr</b> Informationsbesuch 1121	S. 26	<b>Dienstag, 16.04.24, 18.00-21.30 Uhr</b> Schnupperworkshop Gewaltfreie Kommunikation 2141	S. 63	<b>Freitag, 19.04.24, 18.00-21.15 Uhr</b> Existenzgründung im Ruhestand - Neue Wege in der Rente! 5140	S. 145
<b>Donnerstag, 11.04.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Infoabend - Interkulturelle Austauschmöglichkeiten während und nach der Schulzeit mit Experiment e.V. 2228	S. 70	<b>Dienstag, 16.04.24, 18.30-20.30 Uhr</b> Ausstieg aus der Wegwerfgesellschaft 1316	S. 31	<b>Freitag, 19.04.24, 20.00-22.00 Uhr</b> Nachts im Gespensterwald 1814	S. 48
<b>Donnerstag, 11.04.24, 19.00-21.00 Uhr</b> „Ich bin ein Plastiker“ - Goethes ungeschriebene Skulpturästhetik 6111	S. 166	<b>Mittwoch, 17.04.24, 17.30-19.30 Uhr</b> Einbruchschutz - Wie schütze ich Haus und Wohnung? 2362	S. 74	<b>Montag, 22.04.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Building Wakanda 1538	S. 38
<b>Donnerstag, 11.04.24, 19.00-20.30 Uhr</b> Der Jugendstil - Art Nouveau: Architektur und Design 6308	S. 170	<b>Mittwoch, 17.04.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Online-Vortrag: Flirten, daten und verlieben 2142ON	S. 63	<b>Montag, 22.04.24, 19.00-20.30 Uhr</b> Informationsbesuch in der 1127	S. 27
<b>Freitag, 12.04.24, 18.00-19.30 Uhr</b> „Das habe ich mir ganz anders vorgestellt!“ 2202	S. 63	<b>Mittwoch, 17.04.24, 18.00-20.00 Uhr</b> Umgang mit Demenz: Was kann ich tun? 2601	S. 75	<b>Dienstag, 23.04.24, 10.00-11.30 Uhr</b> In den Papierkorb, aus dem Sinn? 1354ON	S. 34
<b>Samstag, 13.04.24, 10.00-17.00 Uhr</b> Annäherungen an das innere Kind 2137	S. 63	<b>Mittwoch, 17.04.24, 20.00-21.30 Uhr</b> Baustelle Pubertät: Vom Kaktus, der umarmt sein will 2230	S. 70	<b>Dienstag, 23.04.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Der Gartenschläfer 1756	S. 45
<b>Samstag, 13.04.24, 14.00-16.00 Uhr</b> Kleidertauschbörse mit der BUNDjugend Bonn 1312	S. 31	<b>Donnerstag, 18.04.24, 17.00-18.45 Uhr</b> Über Geschichte stolpern 1415	S. 35	<b>Dienstag, 23.04.24, 18.00-19.30 Uhr</b> „Scherben im Kopf“ - Leben mit und Hilfe bei Trauma 2148	S. 64
<b>Montag, 15.04.24, 16.00-18.00 Uhr</b> Stadtplanung in Bonn 1123	S. 26	<b>Donnerstag, 18.04.24, 19.00-20.30 Uhr</b> Caspar David Friedrich 6002	S. 162	<b>Dienstag, 23.04.24, 18.15-19.45 Uhr</b> Halden in Händen von Banden 1524ON	S. 37
<b>Montag, 15.04.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Das Maarwerk 1314	S. 31	<b>Donnerstag, 18.04.24, 19.00-20.30 Uhr</b> Neue Beziehungen zum Beton 6386	S. 173	<b>Mittwoch, 24.04.24, 17.00-19.00 Uhr</b> Offener Gartentreff 1710	S. 42
<b>Dienstag, 16.04.24, 10.00-11.30 Uhr</b> Das Recht auf Reparatur 1352ON	S. 34	<b>Freitag, 19.04.24, 14.00-18.30 Uhr</b> MENTOR - Die Leselernhelfer Bonn e.V. 2308	S. 72	<b>Mittwoch, 24.04.24, 18.00-20.00 Uhr</b> Für die Vereinten Nationen arbeiten? 1501	S. 36
<b>Dienstag, 16.04.24, 16.00-18.00 Uhr</b> Abwasserreinigung in Bonn - 1125	S. 26	<b>Freitag, 19.04.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Die Klimakrise und die „7 Drachen der Untätigkeit“ 2143	S. 34	<b>Mittwoch, 24.04.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Praktische Fälle des deutschen Erbrechts 1986	S. 53
<b>Dienstag, 16.04.24, 17.00-18.00 Uhr</b> Tea Time Bildung 2 1332ON	S. 33			<b>Mittwoch, 24.04.24, 18.00-20.00 Uhr</b> Von der Haushaltshilfe bis zum Pflegeheim: Hilfsangebote für 2602	S. 75

# Termine



## Einzelveranstaltungen von Montag bis Freitag

<p><b>Mittwoch, 24.04.24, 19.00-20.30 Uhr</b> Interkulturelle Schule - 2231 S. 69</p> <p><b>Donnerstag, 25.04.24, 16.30-18.00 Uhr</b> Informationsbesuch bei 1129 S. 27</p> <p><b>Donnerstag, 25.04.24, 19.00-20.30 Uhr</b> Recht und Gerechtigkeit bei Ferdinand von Schirach 6003 S. 162</p> <p><b>Freitag, 26.04.24, 16.00-17.30 Uhr</b> Die Bonner Südstadt 6402 S. 174</p> <p><b>Freitag, 26.04.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Tierschutzhunde 2256 S. 72</p> <p><b>Samstag, 27.04.24, 8.45-20.00 Uhr</b> Ein Tag in Koblenz - auf kurtrierischen und preußischen Spuren 6430 S. 175</p> <p><b>Samstag, 27.04.24, 10.00-14.30 Uhr</b> Workshop 1712 S. 42</p> <p><b>Samstag, 27.04.24, 13.00-17.30 Uhr</b> Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen 7441 S. 209</p> <p><b>Montag, 29.04.24, 16.00-18.00 Uhr</b> Informationsbesuch bei :metabolon 1131 S. 27</p> <p><b>Montag, 29.04.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Nebenkosten, Mietminderung und Co. 1978 S. 53</p> <p><b>Dienstag, 30.04.24, 17.00-19.00 Uhr</b> Offener Gartentreff 1714 S. 42</p> <p><b>Dienstag, 30.04.24, 18.15-19.45 Uhr</b> Zivilisationen vergehen, Abfälle bestehen 1318 S. 32</p>	<p><b>Mai 2024</b></p> <p><b>Donnerstag, 02.05.24, 16.00-17.30 Uhr</b> Wurmboxen-Bau 1716 S. 42</p> <p><b>Donnerstag, 02.05.24, 16.30-18.00 Uhr</b> Informationsbesuch im Fraunhofer Institut FHR 1133 S. 27</p> <p><b>Freitag, 03.05.24, 17.00-20.00 Uhr</b> Noch leichter „Nein“ sagen mit gutem Gefühl 2152 S. 65</p> <p><b>Freitag, 03.05.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Porzellan - Ein ganz besonderes „Gold“ 6360 S. 172</p> <p><b>Freitag, 03.05.24, 19.30-21.00 Uhr</b> Quiz Night (Every First Friday of the Month) - Onlinekurs 3242CON S. 87</p> <p><b>Samstag, 04.05.24, 10.00-14.30 Uhr</b> Workshop 1718 S. 43</p> <p><b>Samstag, 04.05.24, 10.00-14.00 Uhr</b> Alles eine Frage der Haltung - 2153 S. 65</p> <p><b>Samstag, 04.05.24, 10.00-14.00 Uhr</b> Selbstdisziplin ist simpel - aber schwierig 2154 S. 65</p> <p><b>Sonntag, 05.05.24, 11.00-13.00 Uhr</b> Literarische Stadtführung 6406 S. 167</p> <p><b>Montag, 06.05.24, 14.30-17.00 Uhr</b> Autofahren im Alter 2342 S. 74</p> <p><b>Montag, 06.05.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Die „Flipflop“ 1540 S. 38</p> <p><b>Montag, 06.05.24, 19.00-20.30 Uhr</b> Informationsbesuch im Heizkraftwerk Nord 1135 S. 28</p> <p><b>Dienstag, 07.05.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Konflikte ohne Gefühlschaos 2204 S. 65</p>	<p><b>Dienstag, 07.05.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Grenzen setzen - aber wie? 2232 S. 70</p> <p><b>Mittwoch, 08.05.24, 16.00-17.30 Uhr</b> Zu Besuch auf dem Bioland-Hof Apfelbacher 1760 S. 45</p> <p><b>Freitag, 10.05.24, 17.00-19.00 Uhr</b> Sprachencafé (jeden 2. Freitag im Monat) 3241D S. 87</p> <p><b>Freitag, 10.05.24, 17.00-19.15 Uhr</b> English Singalong: Spring Songs From England 3282 S. 89</p> <p><b>Sonntag, 12.05.24, 11.00-13.00 Uhr</b> Literarische Stadtführung in englischer Sprache 6408 S. 167</p> <p><b>Montag, 13.05.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Kreislaufwirtschaft - Was ist das eigentlich? 1320 S. 32</p> <p><b>Montag, 13.05.24, 20.00-21.30 Uhr</b> Europa vor der Wahl 1500 S. 36</p> <p><b>Dienstag, 14.05.24, 16.00-17.30 Uhr</b> Informationsbesuch bei 1137 S. 28</p> <p><b>Dienstag, 14.05.24, 20.00-21.30 Uhr</b> Online-Elternvortrag: 2234ON S. 71</p> <p><b>Mittwoch, 15.05.24, 16.00-17.30 Uhr</b> Schafe unterwegs als Landschaftspfleger 1762 S. 45</p> <p><b>Mittwoch, 15.05.24, 17.00-19.00 Uhr</b> Offener Gartentreff 1720 S. 43</p> <p><b>Mittwoch, 15.05.24, 17.00-18.30 Uhr</b> Pflegefiananzierung: 2614 S. 75</p> <p><b>Mittwoch, 15.05.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Uni im Rathaus 1102 S. 24</p>
--	--	---

# Termine



## Einzelveranstaltungen von Montag bis Freitag

<p><b>Mittwoch, 15.05.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht 1983</p>	S. 53	<p><b>Samstag, 25.05.24, 10.00-16.00 Uhr</b> EMDR-Workshop 2162</p>	S. 66	<b>Juni 2024</b>	
<p><b>Mittwoch, 15.05.24, 19.00-20.30 Uhr</b> „Immer mit der Ruhe“ 2206</p>	S. 65	<p><b>Samstag, 25.05.24, 15.00-17.00 Uhr</b> Solidarische Landwirtschaft 1768</p>	S. 46	<p><b>Samstag, 01.06.24, 11.00-12.30 Uhr</b> Biodiversität auf dem Poppelsdorfer Friedhof 1770</p>	S. 46
<p><b>Donnerstag, 16.05.24, 17.00-18.30 Uhr</b> Kräuter und Essbares am Wegesrand 1764</p>	S. 46	<p><b>Samstag, 25.05.24, 16.00-17.30 Uhr</b> Der Burgfriedhof von Bad Godesberg 6410</p>	S. 172	<p><b>Dienstag, 04.06.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Dankbarkeit 2166</p>	S. 66
<p><b>Donnerstag, 16.05.24, 17.30-19.00 Uhr</b> Informationsbesuch 1139</p>	S. 28	<p><b>Samstag, 25.05.24, 19.00-20.30 Uhr</b> Wanderung Christel Cader 6432</p>	S. 163	<p><b>Mittwoch, 05.06.24, 17.00-19.00 Uhr</b> Offener Gartentreff 1722</p>	S. 43
<p><b>Donnerstag, 16.05.24, 19.00-21.00 Uhr</b> „Das Vergangene ist nicht tot, es ist noch nicht einmal vergangen.“ (W. Faulkner) 6104</p>	S. 165	<p><b>Sonntag, 26.05.24, 14.00-17.00 Uhr</b> Jonglage für Jung und Alt 2028</p>	S. 57	<p><b>Mittwoch, 05.06.24, 20.00-21.30 Uhr</b> Wie stärke ich das Selbstwertgefühl meines Kindes? 2239</p>	S. 71
<p><b>Donnerstag, 16.05.24, 19.00-21.00 Uhr</b> „Das Vergangene ist nicht tot, es ist noch nicht einmal vergangen.“ (W. Faulkner) 6104</p>	S. 165	<p><b>Montag, 27.05.24, 9.00-11.00 Uhr</b> Online-Prüfung für alle Module, Xpert Computerpass 5310A</p>	S. 149	<p><b>Donnerstag, 06.06.24, 19.00-21.00 Uhr</b> Goethes Farbenkreis im Spektrum von Newton bis August Macke 6112</p>	S. 166
<p><b>Donnerstag, 16.05.24, 19.30-21.30 Uhr</b> Geschwisterstreitigkeiten unter Kindern 2235</p>	S. 71	<p><b>Montag, 27.05.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Ghana vom Müll befreien 1542</p>	S. 39	<p><b>Freitag, 07.06.24, 17.00-20.00 Uhr</b> Lernen, ein Optimist zu sein 2168</p>	S. 67
<p><b>Mittwoch, 22.05.24, 17.30-19.30 Uhr</b> Tu was! Weggucken hilft nicht 2364</p>	S. 74	<p><b>Montag, 27.05.24, 19.00-20.30 Uhr</b> Das Haus als Ganzes 1914ON</p>	S. 52	<p><b>Freitag, 07.06.24, 20.00-21.30 Uhr</b> Dummie Pritzker Preis 6390</p>	S. 174
<p><b>Mittwoch, 22.05.24, 20.00-21.30 Uhr</b> Bonns koreanische Diaspora 1508</p>	S. 37	<p><b>Montag, 27.05.24, 19.00-20.30 Uhr</b> So komme ich bei meinem Kind an. Tipps für genervte Eltern 2237</p>	S. 71	<p><b>Samstag, 08.06.24, 10.00-14.30 Uhr</b> Workshop 1724</p>	S. 43
<p><b>Donnerstag, 23.05.24, 16.00-18.00 Uhr</b> Auf #Krautschau gegen Pflanzenblindheit 1766</p>	S. 46	<p><b>Dienstag, 28.05.24, 17.00-18.30 Uhr</b> Informationsbesuch in einer kleinen Bierbrauerei - 1144</p>	S. 28	<p><b>Samstag, 08.06.24, 10.00-17.00 Uhr</b> Visualisieren mit 2170</p>	S. 67
<p><b>Donnerstag, 23.05.24, 19.00-20.30 Uhr</b> „Das Recht der Menschen muß heilig gehalten werden, ...“ 6004</p>	S. 162	<p><b>Dienstag, 28.05.24, 17.00-18.30 Uhr</b> Die Last mit den Altlasten 1322</p>	S. 32	<p><b>Sonntag, 09.06.24, 10.00-12.30 Uhr</b> Das Naturschutzgebiet Lyngsberg 1774</p>	S. 47
<p><b>Freitag, 24.05.24, 18.00-19.30 Uhr</b> „Älternabend“ 2159</p>	S. 66	<p><b>Dienstag, 28.05.24, 18.15-19.45 Uhr</b> Wie ticken Ukrainer*innen? 1510</p>	S. 37	<p><b>Dienstag, 11.06.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Wenn die Seele krank wird ... So nah und doch so fern! 2172</p>	S. 67
		<p><b>Mittwoch, 29.05.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Krieg und Untergang: Das Nibelungenlied 6110</p>	S. 166	<p><b>Dienstag, 11.06.24, 18.00-20.00 Uhr</b> „Räum‘ endlich Dein Zimmer auf!“ 2240</p>	S. 71
				<p><b>Dienstag, 11.06.24, 18.30-20.00 Uhr</b> Ältere Menschen in Beruf und Gesellschaft 1360</p>	S. 34

# Einzelveranstaltungen von Montag bis Freitag

<p><b>Mittwoch, 12.06.24, 18.00-19.30 Uhr</b> Klimakommunikation - so gelingt's! 2174 S. 67</p> <p><b>Donnerstag, 13.06.24, 19.00-20.30 Uhr</b> Paris 1874: Revolution in der Kunst 6310 S. 171</p> <p><b>Freitag, 14.06.24, 17.00-19.00 Uhr</b> Sprachencafé (jeden 2. Freitag im Monat) 3241E S. 87</p> <p><b>Mittwoch, 19.06.24, 17.00-19.00 Uhr</b> Offener Gartentreff 1726 S. 43</p> <p><b>Donnerstag, 27.06.24, 11.00-12.30 Uhr</b> Informationsbesuch 1148 S. 29</p>	<p><b>Samstag, 29.06.24, 11.15-13.15 Uhr</b> Katharina Grosse. Studio Paintings 1988-2023 6316 S. 171</p> <p><b>Juli 2024</b></p> <p><b>Mittwoch, 03.07.24, 17.00-19.00 Uhr</b> Offener Gartentreff 1728 S. 43</p> <p><b>Mittwoch, 17.07.24, 17.00-19.00 Uhr</b> Offener Gartentreff 1730 S. 43</p> <p><b>August 2024</b></p> <p><b>Mittwoch, 14.08.24, 17.00-19.00 Uhr</b> Offener Gartentreff 1732 S. 44</p>	<p><b>Mittwoch, 28.08.24, 17.00-19.00 Uhr</b> Offener Gartentreff 1734 S. 44</p> <p><b>September 2024</b></p> <p><b>Mittwoch, 11.09.24, 17.00-19.00 Uhr</b> Offener Gartentreff 1736 S. 44</p> <p><b>Dienstag, 17.09.24, 17.00-19.30 Uhr</b> Vögel brauchen ein Zuhause 1738 S. 44</p> <p><b>Mittwoch, 25.09.24, 17.00-19.00 Uhr</b> Offener Gartentreff 1740 S. 44</p>
--	--	---





# Termine



## Februar 2024

### Sonntag, 04.02.24

Vogelfotografie vor der Haustür  
1800 S. 47

### Sonntag, 04.02.24

Vor unserer Haustür  
1802 S. 47

### Samstag, 17.02.24

Fotografie- und Lightpainting  
6920 S. 198

### Freitag, 23.02.24-Sonntag, 25.02.24

10-Finger-Schreiben am PC mit  
Trainingseinheiten  
5801 S. 158

### Samstag, 24.02.24-Sonntag, 25.02.24

Cybersecurity for beginners  
5280 S. 148

### Samstag, 24.02.24-Samstag, 16.03.24

Wochenend-Akademie  
6701 S. 188

### Samstag, 24.02.24

Schulabschluss geschafft - was nun?  
5220 S. 147

### Samstag, 24.02.24

Knit and Natter B1: Easy  
Conversation mit Stricken  
3260 S. 88

### Samstag, 24.02.24-Sonntag, 25.02.24

Die Welt mit den Augen anderer  
sehen  
2104 S. 58

### Samstag, 24.02.24-Sonntag, 25.02.24

Focusing - Der Stimme des Körpers  
folgen  
2105 S. 58

### Samstag, 24.02.24-Sonntag, 25.02.24

Einführung in das Onlinemarketing  
5155 S. 145

### Samstag, 24.02.24-Sonntag, 25.02.24

Mein iPhone (Apple - Smartphone  
oder Tablet) - Workshop für  
Einsteiger/-innen (nur für iPhone/  
iPad)  
5681 S. 156

### Samstag, 24.02.24

Schnelles Business Make-Up für jede  
Frau  
5858 S. 159

### Samstag, 24.02.24-Sonntag, 25.02.24

Acryl experimentell  
6573 S. 181

### Samstag, 24.02.24

Einbanddecken gestalten  
6763 S. 189

### Samstag, 24.02.24-Sonntag, 25.02.24

Schneidern und Nähen:  
Problemlösungen  
6790 S. 192

### Samstag, 24.02.24-Sonntag, 25.02.24

Socken mit Käppchenferse stricken  
6792 S. 192

### Samstag, 24.02.24-Sonntag, 25.02.24

Goldschmieden/Silberschmuck  
6840 S. 193

### Sonntag, 25.02.24

Geschichten-Erzähl-Workshop  
6130 S. 168

### Sonntag, 25.02.24

Hatha Yoga für Anfänger und  
Fortgeschrittene  
7250 S. 205

## März 2024

### Freitag, 01.03.24-Samstag, 02.03.24

Malen mit Acryl  
6561 S. 68

### Freitag, 01.03.24-Sonntag, 03.03.24

Grammar Workout A2/B1 - Weekend  
Course  
3155 S. 83

### Freitag, 01.03.24-Sonntag, 03.03.24

Grammar Workout B2/C1 - Online  
Weekend Course  
3231ON S. 86

### Freitag, 01.03.24-Sonntag, 03.03.24

Gewaltfreie Kommunikation nach  
Marshall B. Rosenberg -  
2110 S. 59

### Samstag, 02.03.24

Weg mit der Aufschieberitis - Dinge  
endlich erledigen statt aufschieben  
2109 S. 59

### Samstag, 02.03.24

Aktzeichnen - nur für Frauen - mit  
Ruth Tauchert  
6531 S. 178

### Samstag, 02.03.24-Sonntag, 03.03.24

Mit dem Art-Journal ins Hier und  
Jetzt  
6676 S. 186

### Samstag, 02.03.24-Sonntag, 03.03.24

Häkeln und Stricken  
6793 S. 192

### Sonntag, 03.03.24

Aktzeichnen mit Ruth Tauchert  
6532 S. 178

### Sonntag, 03.03.24

Goldschmieden/Silberschmuck  
6841 S. 193

### Freitag, 08.03.24-Sonntag, 10.03.24

English for the Office A2/B1 -  
Weekend Course  
3064 S. 80

### Freitag, 08.03.24-Sonntag, 10.03.24

Niederländisch für die Reise -  
Wochenendkurs  
3843 S. 120

### Freitag, 08.03.24-Sonntag, 10.03.24

Crashkurs Türkçe A1 -  
Wochenendkurs  
3950 S. 128

### Freitag, 08.03.24-Samstag, 09.03.24

Spanisch für die Reise A1.1 für  
Anfänger\*innen  
3610 S. 101

### Samstag, 09.03.24-Sonntag, 10.03.24

Cloud computing for absolute  
beginners  
5281 S. 149

### Samstag, 09.03.24-Sonntag, 10.03.24

Grundlagen Excel 2016  
5351 S. 151

# Termine

<b>Samstag, 09.03.24</b> Erfolgreich telefonieren im Beruf 5108 S. 142	<b>Freitag, 15.03.24-Samstag, 16.03.24</b> Business-Knigge - die modernen Umgangsformen 5124 S. 144	<b>Samstag, 16.03.24-Sonntag, 17.03.24</b> Druckgrafik: Radierung und ihre Nebentechniken 6684 S. 187
<b>Samstag, 09.03.24</b> Ganzheitliche Entspannung durch Massage für Paare oder Singles in Begleitung 7420 S. 208	<b>Freitag, 15.03.24-Sonntag, 17.03.24</b> Crashkurs Türkçe A1: Übung und Konversation - Wochenendkurs 3951 S. 129	<b>Samstag, 16.03.24-Sonntag, 17.03.24</b> Zopfmuster stricken 6794 S. 193
<b>Samstag, 09.03.24</b> Swearing and Slang B2/C1 - Weekend Course 3291 S. 90	<b>Samstag, 16.03.24-Sonntag, 17.03.24</b> Schlagfertigkeitstraining 2126 S. 61	<b>Samstag, 16.03.24</b> Wirework Jewelry - Schmuckstücke aus feinem Silberdraht weben 6880 S. 196
<b>Samstag, 09.03.24</b> Mein Android-Smartphone - Workshop für Einsteiger/-innen (nicht für iPhone) 5611 S. 154	<b>Samstag, 16.03.24</b> Digitale Selbstverteidigung für alle 1346ON S. 33	<b>Samstag, 16.03.24</b> Selbstbehauptung für Frauen 7443 S. 209
<b>Samstag, 09.03.24-Sonntag, 10.03.24</b> Schreiben kann man lernen! 6123 S. 168	<b>Samstag, 16.03.24-Sonntag, 17.03.24</b> Englisch für die Reise A2 - Wochenendkurs 3150 S. 83	<b>Samstag, 16.03.24-Sonntag, 17.03.24</b> Improvisationstheater 6220 S. 169
<b>Samstag, 09.03.24-Sonntag, 10.03.24</b> 2000 Jahre Papier 6772 S. 190	<b>Samstag, 16.03.24-Sonntag, 17.03.24</b> Italienisch für die Reise A1.1 für Anfänger*innen 3510 S. 97	<b>Samstag, 16.03.24</b> Rhythmokinetik - Verspannungen und Schmerzen selbst lösen lernen 7402 S. 207
<b>Samstag, 09.03.24-Sonntag, 10.03.24</b> Goldschmieden/Silberschmuck 6842 S. 193	<b>Samstag, 16.03.24-Sonntag, 17.03.24</b> Sich mit Gelassenheit und Humor selbst behaupten - Strategien für Frauen 5850 S. 159	<b>Sonntag, 17.03.24</b> Leben im Hier und Jetzt 2129 S. 62
<b>Samstag, 09.03.24</b> Faszientraining für mehr Beweglichkeit und Wohlbefinden 7411 S. 208	<b>Samstag, 16.03.24-Sonntag, 17.03.24</b> Buchmarketing für Romanautoren 5184 S. 146	<b>Sonntag, 17.03.24</b> Storytelling - Geschichten im eigenen Leben finden und gezielt nutzbar machen. 6132 S. 168
<b>Samstag, 09.03.24</b> Lust auf Bauchtanz?! 7854 S. 220	<b>Samstag, 16.03.24-Sonntag, 17.03.24</b> Excel 2016 Grundlagen 5352 S. 151	<b>Sonntag, 17.03.24</b> Goldschmieden/Silberschmuck 6843 S. 194
<b>Samstag, 09.03.24-Sonntag, 10.03.24</b> Reiseskizzenbuch 2024 6537 S. 178	<b>Samstag, 16.03.24-Sonntag, 17.03.24</b> Einstieg in das Digitale Malen mit Photoshop 6678 S. 186	<b>Sonntag, 17.03.24</b> Mein Android-Smartphone - Workshop III: Datensicherung und Synchronisation (nicht für iPhone) 5635 S. 155
<b>Samstag, 09.03.24-Samstag, 15.06.24</b> Unterwegs mit dem Zeichenblock 6657 S. 185	<b>Samstag, 16.03.24</b> Mein Android-Smartphone - Workshop II: Apps, Tips & Tricks (nicht für iPhone) 5632 S. 155	<b>Sonntag, 17.03.24</b> Mein Android-Smartphone - Workshop IV: Datenschutz & Sicherheit (nicht für iPhone) 5640 S. 155
<b>Sonntag, 10.03.24</b> Biodanza - Freude durch Musik und Tanz 7834 S. 220		<b>Sonntag, 17.03.24</b> BaumArt: Gestalten mit Blättern, Ästen und Ton 1804 S. 48

# Termine

## Wochenendveranstaltungen

<b>Samstag, 23.03.24</b> Goldschmieden/Silberschmuck 6844 S. 194	<b>Sonntag, 14.04.24</b> Goldschmieden/Silberschmuck 6846 S. 194	<b>Samstag, 20.04.24</b> Kreatives aus Holz 1816 S. 48
<b>Sonntag, 24.03.24</b> Goldschmieden/Silberschmuck 6845 S. 194	<b>Sonntag, 14.04.24</b> Zusammen in den Frühlingswald 1812 S. 48	<b>Samstag, 20.04.24</b> Befriending the body 2145 S. 64
<b>April 2024</b>		
<b>Samstag, 06.04.24</b> Was krabbelt, springt und kriecht denn da? 1808 S. 48	<b>Freitag, 19.04.24-Samstag, 20.04.24</b> Internationaler Businessknigge 5127 S. 144	<b>Samstag, 20.04.24-Sonntag, 21.04.24</b> Salve, ut vales? Latein als lebendige Sprache - Wochenendkurs 3801 S. 117
<b>Freitag, 12.04.24-Samstag, 13.04.24</b> Mit dem Art-Journal ins Hier und Jetzt 6677 S. 186	<b>Freitag, 19.04.24-Sonntag, 21.04.24</b> English for Intercultural Communication B2/C1 - Weekend Course 3074 S. 81	<b>Samstag, 20.04.24-Sonntag, 21.04.24</b> Kaufmännisches Rechnen mit Excel 5029 S. 142
<b>Freitag, 12.04.24-Samstag, 13.04.24</b> Spanisch Kompakt A1 - Wiederholung und Festigung 3639 S. 103	<b>Freitag, 19.04.24-Sonntag, 21.04.24</b> Portugiesisch für die Reise A1.1 für Anfänger*innen 3694 S. 107	<b>Samstag, 20.04.24-Samstag, 04.05.24</b> Öffentlichkeitsarbeit: Mit dem Startup oder Verein in die Medien kommen 5150 S. 145
<b>Freitag, 12.04.24-Samstag, 13.04.24</b> Entdecken Sie die Überzeugungskraft Ihrer Stimme - Stimmtraining 5110 S. 143	<b>Freitag, 19.04.24-Sonntag, 21.04.24</b> Crashkurs Türkçe A2 - Wochenendkurs 3958 S. 129	<b>Samstag, 20.04.24-Sonntag, 21.04.24</b> Einstieg in das Digitale Malen mit Photoshop 6679 S. 186
<b>Samstag, 13.04.24</b> Workshop Joomla! - Homepage in einem Tag 5751 S. 157	<b>Freitag, 19.04.24-Samstag, 20.04.24</b> ACCESS 2016 Grundlagen 5515 S. 153	<b>Samstag, 20.04.24</b> Stülpedeckelkasten 6764 S. 190
<b>Samstag, 13.04.24-Samstag, 04.05.24</b> Wochenend-Akademie 6702 S. 188	<b>Freitag, 19.04.24-Sonntag, 21.04.24</b> Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg - 2144 S. 59	<b>Samstag, 20.04.24-Sonntag, 21.04.24</b> Schneidern und Nähen: Problemlösungen 6791 S. 192
<b>Samstag, 13.04.24</b> Zu Besuch bei Majas wilden Schwestern 1810 S. 48	<b>Samstag, 20.04.24-Sonntag, 21.04.24</b> IT Fundamentals - Begin An IT Career 5283 S. 149	<b>Samstag, 20.04.24-Sonntag, 21.04.24</b> Goldschmieden/Silberschmuck 6847 S. 194
<b>Samstag, 13.04.24</b> Frau Mayer mit ay... 6225 S. 169	<b>Samstag, 20.04.24</b> Geldanlage bei hoher Inflation und drohender Rezession 1930 S. 52	<b>Samstag, 20.04.24-Sonntag, 21.04.24</b> Portraitfotografie - Von Mensch zu Mensch 6907 S. 197
<b>Samstag, 13.04.24</b> Goldschmieden/Silberschmuck: Sandguss 6860 S. 195	<b>Samstag, 20.04.24-Sonntag, 21.04.24</b> Erfolgreich selbständig - Existenzgründung 5141 S. 145	<b>Samstag, 20.04.24</b> In der Ruhe liegt die Kraft 7306 S. 205
<b>Samstag, 13.04.24</b> Lachyoga in Achtsamkeit erleben 2140 S. 63	<b>Samstag, 20.04.24</b> Ganzheitliche Entspannung durch Massage für Paare oder Singles in Begleitung 7421 S. 208	<b>Sonntag, 21.04.24</b> Smalltalk im Geschäftsleben 5132 S. 144

# Wochenendveranstaltungen

# Termine

## Freitag, 26.04.24-Sonntag, 28.04.24

Grammar Workout B1/B2 - Weekend Course  
3218 S. 85

## Freitag, 26.04.24-Sonntag, 28.04.24

10-Finger-Schreiben am PC mit Trainingseinheiten  
5803 S. 158

## Freitag, 26.04.24-Freitag, 03.05.24

Regeln brechen  
6913 S. 198

## Samstag, 27.04.24-Sonntag, 28.04.24

Vocabulary and Idioms Training C1 - Online Weekend Course  
3297ON S. 90

## Samstag, 27.04.24-Sonntag, 28.04.24

Von der Naturstudie zum abstrakten Bild  
6650 S. 183

## Samstag, 27.04.24-Sonntag, 28.04.24

Double-Face stricken  
6795 S. 193

## Samstag, 27.04.24-Sonntag, 28.04.24

Goldschmieden/Silberschmuck  
6848 S. 194

## Samstag, 27.04.24

Vielfalt macht die Welt bunt  
1818 S. 49

## Samstag, 27.04.24

Heilpflanzen in unserer Nähe - erleben und erkennen lernen  
7991 S. 229

## Sonntag, 28.04.24

Giftpflanzen und Pflanzengifte  
1758 S. 45

## Sonntag, 28.04.24

Yoga -  
7252 S. 205

## Sonntag, 28.04.24

Springschwanz, Kellerassel und Co.  
1820 S. 49

## Mai 2024

## Freitag, 03.05.24-Samstag, 04.05.24

Styling-Knigge im Beruf für Mann und Frau  
5125 S. 144

## Freitag, 03.05.24-Samstag, 04.05.24

Malen mit Acryl  
6562 S. 181

## Freitag, 03.05.24-Sonntag, 05.05.24

Crashkurs Türkçe A2: Übung und Konversation - Wochenendkurs  
3959 S. 129

## Samstag, 04.05.24

Mit Efi Eichhörnchen den Wald erkunden  
1822 S. 49

## Samstag, 04.05.24-Sonntag, 05.05.24

Mehr Selbstvertrauen entwickeln  
2155 S. 65

## Samstag, 04.05.24

Los pasados en español A2/B1 - Wiederholung und Festigung  
3657 S. 105

## Samstag, 04.05.24-Sonntag, 05.05.24

Spanisch für den Beruf B1  
3663 S. 105

## Samstag, 04.05.24-Sonntag, 05.05.24

Schnupperwochenende Arabisch  
3712 S. 108

## Samstag, 04.05.24-Sonntag, 05.05.24

Kroatisch für die Reise - Wochenendkurs??  
3794 S. 115

## Samstag, 04.05.24-Sonntag, 05.05.24

Visitenkarten, Flyer und Co -  
5570 S. 154

## Samstag, 04.05.24-Sonntag, 05.05.24

Einstieg ins kreative Schreiben: Gedichte  
6127 S. 168

## Samstag, 04.05.24

Goldschmieden/Silberschmuck  
6849 S. 194

## Samstag, 04.05.24-Sonntag, 05.05.24

Fotografieren statt „knipsen“ mit Praxisteil  
6904 S. 197

## Samstag, 04.05.24-Sonntag, 05.05.24

Portraitfotografie - Von Mensch zu Mensch  
6908 S. 197

## Samstag, 04.05.24

Wenn der Stress im Nacken sitzt - Eine Einführung in die Alexander-Technik  
7406 S. 207

## Sonntag, 05.05.24

Löwenzahn und Gänseblümchen  
1824 S. 49

## Sonntag, 05.05.24

Goldschmieden/Silberschmuck  
6850 S. 194

## Sonntag, 05.05.24

Ein Tag nur für mich - Entspannung mit Klang  
7430 S. 208

## Samstag, 11.05.24

Der frühe Vogel  
1826 S. 49

## Samstag, 11.05.24-Sonntag, 12.05.24

Goldschmieden/Silberschmuck  
6851 S. 195

## Samstag, 18.05.24

Wirework Jewelry - Schmuckstücke aus feinem Silberdraht weben  
6882 S. 196

## Freitag, 24.05.24-Sonntag, 26.05.24

„StadtSichtenPoetry“ - Workshop für intuitive Straßenfotografie und Urban Poetry  
6911 S. 197

## Freitag, 24.05.24-Sonntag, 26.05.24

Crashkurs Türkçe B1 - Wochenendkurs  
3965 S. 129

# Termine



<p><b>Samstag, 25.05.24-Sonntag, 26.05.24</b> Introduction to Office 365/Microsoft 365(Online Mode) 5284ON S. 149</p>	<p><b>Samstag, 25.05.24-Sonntag, 26.05.24</b> Goldschmieden/Silberschmuck 6852 S. 195</p>	<p><b>Freitag, 07.06.24-Samstag, 08.06.24</b> Spanisch Kompakt A2 - Wiederholung und Festigung 3655 S. 104</p>
<p><b>Samstag, 25.05.24</b> DokuWiki-Workshop - Wissen sammeln, teilen und koordinieren 5480 S. 152</p>	<p><b>Samstag, 25.05.24</b> Wald.Klima.Wandel 1828 S. 49</p>	<p><b>Freitag, 07.06.24-Sonntag, 09.06.24</b> 10-Finger-Schreiben am PC mit Trainingseinheiten 5807 S. 158</p>
<p><b>Samstag, 25.05.24-Sonntag, 26.05.24</b> Gekonnt frei Sprechen - Rhetorik - Training 5112 S. 143</p>	<p><b>Samstag, 25.05.24-Sonntag, 26.05.24</b> Körper trifft Stimme 2163 S. 66</p>	<p><b>Freitag, 07.06.24-Sonntag, 09.06.24</b> Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg - 2169 S. 59</p>
<p><b>Samstag, 25.05.24</b> Ganzheitliche Entspannung durch Massage für Paare oder Singles in Begleitung 7422 S. 208</p>	<p><b>Samstag, 25.05.24-Sonntag, 26.05.24</b> Reiseskizzenbuch 2024 6538 S. 178</p>	<p><b>Samstag, 08.06.24-Sonntag, 09.06.24</b> Berufliche Kommunikation: respektvoll - überzeugend - bewusst 5114 S. 143</p>
<p><b>Samstag, 25.05.24-Sonntag, 26.05.24</b> Italienisch Vertiefung A2 - Parliamo di Milano 3540 S. 99</p>	<p><b>Samstag, 25.05.24</b> Vor unserer Haustür 1830 S. 50</p>	<p><b>Samstag, 08.06.24</b> El uso del subjuntivo B1 - Wiederholung und Festigung 3662 S. 105</p>
<p><b>Samstag, 25.05.24</b> Los tiempos del pasado A2 3656 S. 104</p>	<p><b>Samstag, 25.05.24</b> Weinwanderung im Siebengebirge 7993 S. 229</p>	<p><b>Samstag, 08.06.24</b> Schnuppersamstag Neuhebräisch 3830 S. 119</p>
<p><b>Samstag, 25.05.24-Sonntag, 26.05.24</b> Die Engel fliegen in der Ägäis: Begegnung mit Kultur und Musik der Ägäischen Inseln - Wochenendkurs?? 3810 S. 118</p>	<p><b>Sonntag, 26.05.24</b> Biodanza - Freude durch Musik und Tanz 7835 S. 220</p>	<p><b>Samstag, 08.06.24-Sonntag, 09.06.24</b> Figurenentwicklung in Romanen 5181 S. 146</p>
<p><b>Samstag, 25.05.24-Sonntag, 26.05.24</b> JobStrategy: Selbstmarketing mit System 5135 S. 145</p>	<p><b>Samstag, 01.06.24</b> Goldschmieden/Silberschmuck: Sandguss 6861 S. 195</p>	<p><b>Samstag, 08.06.24-Sonntag, 09.06.24</b> Kintsugi 6710 S. 188</p>
<p><b>Samstag, 25.05.24-Sonntag, 26.05.24</b> Der Weg zum eigenen Buch - Von der Idee bis zur Veröffentlichung 5180 S. 146</p>	<p><b>Sonntag, 02.06.24</b> Goldschmieden/Silberschmuck 6853 S. 195</p>	<p><b>Samstag, 08.06.24-Sonntag, 09.06.24</b> Granny Squares häkeln 6796 S. 193</p>
<p><b>Samstag, 25.05.24-Sonntag, 26.05.24</b> Mein iPhone (Apple - Smartphone oder Tablet) - Workshop für Einsteiger/-innen (nur für iPhone/iPad) 5682 S. 156</p>	<p><b>Dienstag, 04.06.24</b> Die CampusAckerdemie der Uni Bonn 1772 S. 47</p>	<p><b>Samstag, 08.06.24</b> Mängelerkennung 1951 S. 52</p>
	<p><b>Freitag, 07.06.24-Sonntag, 09.06.24</b> Crashkurs Türkçe B1: Übung und Konversation - Wochenendkurs 3966 S. 130</p>	<p><b>Samstag, 08.06.24</b> Wo es summt und brummt und wächst und schmeckt 1832 S. 50</p>
		<p><b>Samstag, 08.06.24</b> Heilpflanzen in unserer Nähe - erleben und erkennen lernen 7992 S. 229</p>

## Juni 2024

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

# Termine



## Wochenendveranstaltungen

### Samstag, 08.06.24

Weinwanderung durch die Reben bei Oberdollendorf  
7994 S. 229

### Sonntag, 09.06.24

Goldschmieden/Silberschmuck  
6854 S. 195

### Sonntag, 09.06.24

Bauqualität  
1952 S. 52

### Samstag, 15.06.24

Goldschmieden/Silberschmuck  
6855 S. 195

### Samstag, 15.06.24

Paris 1874: Revolution in der Kunst  
6312 S. 171

### Samstag, 15.06.24

Minze, Gundermann und Giersch  
1834 S. 50

### Sonntag, 16.06.24

Goldschmieden/Silberschmuck  
6856 S. 195

### Samstag, 22.06.24

Mit der Raupe Nimmersatt dem Essen auf der Spur  
1836 S. 50

### Samstag, 22.06.24-Sonntag, 23.06.24

Tiger, Kraniche, schöne Frauen  
6555 S. 180

### Samstag, 22.06.24-Sonntag, 23.06.24

Goldschmieden/Silberschmuck  
6857 S. 195

### Sonntag, 30.06.24

Ist die Biene Maja wirklich eine Biene?  
1838 S. 50



# Termine

## Politik, Wissenschaft & Internationales

**Mittwoch, 06.03.24,  
18.00-19.30 Uhr**  
Einführung in das deutsche Erbrecht  
1984 S. 53

**Mittwoch, 13.03.24,  
18.00-19.30 Uhr**  
Patientenverfügung und  
Vorsorgevollmacht  
1980 S. 53

**Mittwoch, 24.04.24,  
18.00-19.30 Uhr**  
Praktische Fälle des deutschen  
Erbrechts  
1986 S. 53

**Mittwoch, 15.05.24,  
18.00-19.30 Uhr**  
Patientenverfügung und  
Vorsorgevollmacht  
1983 S. 53

## Lebensgestaltendes Lernen

**Montags, 19.02.24, 10.00-11.30 Uhr**  
Ganzheitliches Gedächtnistraining in  
Bad Godesberg  
2002 S. 56

**Montags, 19.02.24, 15.00-16.30 Uhr**  
Ganzheitliches Gedächtnistraining im  
Haus der Bildung  
2004 S. 56

**Donnerstags, 22.02.24,  
10.00-11.30 Uhr**  
Ganzheitliches Gedächtnistraining in  
Bad Godesberg  
2001 S. 56

**Montag, 06.05.24, 14.30-17.00 Uhr**  
Autofahren im Alter  
2342 S. 74

## Fremdsprachen

**Montags, 19.02.24, 10.00-11.30 Uhr**  
VHS for Older Adults: English B2  
3226 S. 86

**Donnerstags, 22.02.24,  
9.30-11.00 Uhr**  
VHS für Ältere: Italienisch A1.2  
3523 S. 97

**Donnerstags, 22.02.24,  
10.00-11.30 Uhr**  
VHS für Ältere: Italienisch Vertiefung  
B1  
3551 S. 99

## Beruf, IT & Digitales

**Montag, 19.02.24, 9.00-12.15 Uhr**  
Einführung in Windows 10 für 55+, 2  
x wöchentlich  
5250 S. 147

**Dienstag, 20.02.24, 12.00-14.30 Uhr**  
Smartphone - Treff 60+, 2 x  
wöchentlich (Android, nicht für  
iPhone)  
5620 S. 154

**Dienstag, 20.02.24, 15.00-17.30 Uhr**  
Smartphone - Treff 60+, 2 x  
wöchentlich (Android, nicht für  
iPhone)  
5622 S. 155

**Montag, 18.03.24, 9.00-12.15 Uhr**  
Windows 10 Aufbaukurs für Ältere 55  
+, 2 x wöchentlich  
5255 S. 148

**Freitag, 19.04.24, 18.00-21.15 Uhr**  
Existenzgründung im Ruhestand -  
Neue Wege in der Rente!  
5140 S. 145

**Montag, 29.04.24, 9.00-12.15 Uhr**  
Einführung in Windows 10 für 55+, 2  
x wöchentlich  
5251 S. 148

**Montag, 27.05.24, 9.00-12.15 Uhr**  
Windows 10 Aufbaukurs für Ältere 55  
+, 2 x wöchentlich  
5256 S. 148

## Gesundheit & Ernährung

**Montags, 19.02.24, 10.00-11.30 Uhr**  
Tanzen im Sitzen für Ältere  
7608 S. 216

**Montags, 19.02.24, 13.30-14.15 Uhr**  
Vitale Spannkraft mit Faszientraining  
7605 S. 215

**Dienstags, 20.02.24,  
10.30-11.30 Uhr**  
Bewegen, tanzen und entspannen für  
Ältere  
7601 S. 214

**Donnerstags, 22.02.24,  
10.00-11.00 Uhr**  
Gymnastik für Ältere  
7606 S. 216

**Donnerstags, 22.02.24,  
11.00-12.00 Uhr**  
Gymnastik für Ältere  
7607 S. 216

**Freitags, 23.02.24, 10.00-11.00 Uhr**  
Aktiv und beweglich - Fitness im Alter  
7602 S. 215

**Montags, 08.04.24, 10.00-11.30 Uhr**  
Tanzen im Sitzen für Ältere  
7609 S. 216

**Freitags, 12.04.24, 10.00-11.00 Uhr**  
Aktiv und beweglich - Fitness im Alter  
7603 S. 215







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

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

## Der Fachbereich

Im ersten Halbjahr 2024 befasst sich der Fachbereich Politik, Wissenschaft und Internationales im Rahmen seiner Reihen zu Nachhaltigkeitsthemen mit „Müll, seiner Vermeidung und Kreislaufwirtschaft“.

Dem Müll haben die Vereinten Nationen kein eigenes Nachhaltigkeitsziel (Sustainable Development Goal, kurz SDG) geschenkt, erwähnen ihn aber in den Unterzielen zu SDG 11 „Nachhaltige Städte und Gemeinden“, SDG 12 „Nachhaltige Konsum- und Produktionsmuster“ sowie in SDG 14 „Leben unter Wasser“. Tatsächlich gibt es kaum ein SDG, für das Müll nicht relevant wäre: Von SDG 1 „Keine Armut“ (Abfallentsorgung schafft Arbeitsplätze) bis SDG 17 „Partnerschaften zur Erreichung der Ziele“ (Müllexporte in den globalen Süden reduzieren).

Diese Vielfalt spiegelt sich im Programm wieder: In fast 50 Veranstaltungen geht es um naheliegende Themen wie die Bonner Müllentsorgung und Abwasseraufbereitung und was das Geheimnis guten Komposts ist. Es gibt Vorträge darüber, was das fortwährende Wegschmeißen über unsere Gesellschaft aussagt und über eher abseitige Themen wie Weltraumschrott und die Frage, warum Archäolog\*innen leuchtende Augen kriegen, wenn sie auf alte Latrinen stoßen.

Der Blick über den eigenen Schüsselrand richtet sich nach Afrika, wo giftige Müllimporte hausgemachte Probleme verstärken, es aber auch viel Kreativität im Umgang mit Müll gibt, zum Teil kann dabei auf traditionelles Wissen zurückgegriffen werden.

Im Maghreb sägt der Tourismus am Ast, auf dem er sitzt, indem er den Müll den er schafft oft nicht sauber entsorgt und so die Urlaubenden vertreibt. Die Kooperation der tunesischen Gemeinde El Guettar mit dem Landkreis Böblingen zeigt exemplarisch, wie es besser laufen kann.

Zwei Lateinamerika-Veranstaltungen befassen sich mit Müllentsorgung in Mexiko, wo mafiöse Strukturen ein wachsendes Problem sind, und mit Haiti, wo eine Nichtregierungsorganisation versucht, die vermüllten Meere zu säubern.

Eine Besonderheit des Mülls wurde erst während der Planung deutlich: Es gibt in der Region unglaublich viel zu sehen: Mülldeponien, Kompostieranlagen, kleine und große Betriebe, die mit unterschiedlichen Strategien versuchen, Abfälle zu reduzieren und eine Kreislaufwirtschaft zu etablieren. Deshalb gibt es in diesem Semester so viele Informationsbesuche wie nie zuvor.

Die Veranstaltungen aus der Reihe „Müll, seine Vermeidung und Kreislaufwirtschaft“ sind mit diesem Logo gekennzeichnet:



**Uni im Rathaus**



**Uni im Rathaus  
Kein nachhaltiges Morgen ohne ein aktives Heute**



Nachhaltiges Wirtschaften stellt eine der zentralen Herausforderungen der heutigen Gesellschaft dar. Dabei bilden nachwachsende und wiedergenutzte Rohstoffe die Grundlage und die land- und forstwirtschaftlich genutzte Fläche die Variable für nachhaltige Produktion.

Dr. Dr. Daniel Hermann ist Professor für Digitale Transformation und Kreislaufwirtschaft und Leiter der Arbeitsgruppe „Experimentelle Ökonomie“. Er nimmt mit auf eine spannende Reise durch die Themengebiete Kreislaufwirtschaft, Digitalisierung und Landwirtschaft und zeigt, welche Potentiale und Herausforderungen auf uns als Gesellschaft warten.

**Büchen** ■ **1101** Vortrag mit Diskussion Daniel Prof. Dr. Dr. Hermann Altes Rathaus, Bonn, Gobelinsaal Mittwoch, 24.04.24, 18.00-19.30 Uhr Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen. 10 - 100 Teilnehmende



**Uni im Rathaus  
Zwischen dichterischer Lizenz und historischer Forschung  
Geschichte der Reformation in Romanen**

Zu den einflussreichsten Darstellungen der Reformation zählen neben Filmen auch historische Romane. Deren Verkaufszahlen übersteigen diejenigen wissenschaftlicher Bücher

Anzeige

häufig um ein Vielfaches. In der historischen Person Andreas Bodenstein von Karlstadt bündelt sich die Geschichte der frühen Reformation. Er war der erste Wittenberger Kollege Luthers, der diesen öffentlich unterstützte. Und er war der erste Unterstützer Luthers, der mit diesem brach. Die bis heute auflagenstärkste Veröffentlichung zu Karlstadt ist ein Roman, den der in der DDR erfolgreiche Autor und Übersetzer Alfred Otto Schwede 1975 vorgelegt hat.

Martin Keßler ist Schlegel-Professor für Kirchengeschichte mit dem Schwerpunkt Reformation und Aufklärung an der Rheinischen Friedrich-Wilhelms-Universität Bonn. Er beleuchtet anhand einzelner Schlüsselszenen nicht nur Karlstadt, sondern auch die Geschichte und Deutung der frühen Reformation.

**Büchen** ■ **1102** Vortrag mit Diskussion Prof. Dr. Martin Keßler Altes Rathaus, Bonn, Gobelinsaal Mittwoch, 15.05.24, 18.00-19.30 Uhr Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen. 10 - 100 Teilnehmende

**Informationsbesuche**

**Informationsbesuch in der RSAG-Papiersortieranlage**



Der Rhein-Sieg Kreis betreibt auf Bonner Boden im Rahmen der Rheinischen Entsorgungskooperation eine Papiersortieranlage. Hier landet das Altpapier von Gewerbebetrieben des Landkreises sowie der Inhalt der Papiertonnen aus Haushalten in Bonn und dem Kreis.

Der Rundgang zeigt hautnah, wie die Fraktionen Deinking (Zeitungen und Prospekte), Kartonage, Mischpapier und Druckstapf getrennt und Störstoffe abgeschieden werden. Verschiedene Betriebe holen die sortierten Ballen ab und verarbeiten sie zu neuem Druckpapier, zu Kartonagen und Hygienepapier.

Anna Veerahoo, Referentin für Umweltbildung bei der RSAG, erklärt im Anschluss, wie viel Wasser und Energie durch den Einsatz von Recyclingpapier eingespart werden und beantwortet die Fragen der Teilnehmenden.

**Büchen** ■ **1111** Informationsbesuch Anna Veerahoo MVA Müllverwertungsanlage Bonn, Am Dickobskreuz 13, 53121 Bonn Mittwoch, 28.02.24, 16.00-17.30 Uhr 8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich. Die RSAG bietet den Informationsbesuch kostenfrei an. Das Entgelt ist eine Schutzgebühr der VHS Bonn.

10 - 20 Teilnehmende

Eigene Anreise  
Treffpunkt: Besucherparkplatz vor der Müllverwertungsanlage, Am Dickobskreuz 13, MVA Müllverwertungsanlage Bonn GmbH (Tor 1)  
Einfahrt hinter dem Umspannwerk Nicht barrierefrei  
Eine Anmeldung ist ab dem 8. Januar 2024 möglich.



**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 Pro-

**Was kann man in Bonn zu Fuß erreichen?\***



\*Auflösung auf Seite 29

jekte sowie die in der Region vorgesehenen Verkehrsplanungen informiert.

**Büchen** ■ **1113** Informationsbesuch  
Joachim Schallenberg  
SWB, Thomas-Mann-Str. 64,  
53111 Bonn  
Donnerstag, 29.02.24,  
16.00-18.00 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung  
erforderlich.  
5 - 6 Teilnehmende

Eigene Anreise  
Nicht barrierefrei  
Eine Anmeldung ist ab dem  
8. Januar 2024 möglich.

**Büchen** ■ **1114** Informationsbesuch  
Joachim Schallenberg  
SWB, Thomas-Mann-Str. 64,  
53111 Bonn  
Dienstag, 12.03.24, 16.00-18.00 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung  
erforderlich.  
5 - 6 Teilnehmende

Eigene Anreise  
Nicht barrierefrei  
Eine Anmeldung ist ab dem  
8. Januar 2024 möglich.



## Informationsbesuch bei LyondellBasell



Wir sind LyondellBasell - ein führendes Unternehmen der globalen Chemieindustrie, das Lösungen für ein nachhaltiges Leben im Alltag entwickelt. Durch fortschrittliche Technologien und gezielte Investitionen ermöglichen wir eine kreislauforientierte und kohlenstoffarme Wirtschaft. Bei allem, was wir tun, sind wir bestrebt, Werte für unsere Kunden, Investoren und die Gesellschaft zu schaffen. Als einer der weltweit größten Hersteller von Polymeren und führend in der Polyolefintechnologie entwickeln, produzieren und vermarkten wir hochwertige und innovative Produkte für Anwendungen, die von nachhaltigem Transport und Lebensmittelsicherheit bis hin zu sauberem Wasser und hochwertiger Gesundheitsversorgung reichen. Der Standort in Wesseling ist eine wichtige Produktionsstätte und ein bedeutender Arbeitgeber in der Region.

**Büchen** ■ **1115** Informationsbesuch  
Dr. Hanno Limburg  
LyondellBasell, Kerkrader Str., Tor 2,  
50997 Köln  
Dienstag, 05.03.24, 16.00-18.00 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung  
erforderlich.  
LyondellBasell bietet den Informationsbesuch kostenfrei an. Das Entgelt ist eine Schutzgebühr der VHS Bonn.  
10 - 30 Teilnehmende

Eigene Anreise  
Ein Besuch ist auch für Jugendliche ab 16 Jahren möglich. Jugendliche ab 14 Jahren können in Begleitung eines Erwachsenen teilnehmen.  
Anfahrt mit dem Auto:  
Abfahrt Wesseling Nord / Godorf in Richtung Wesseling. Rechts abbiegen auf die Kerkrader Straße. Auf der Kerkrader Straße (L150) an der zweiten Ampel rechts zur LyondellBasell, Tor 2. Rechts abbiegen auf die Besucher-Parkplätze vor Gebäude B520.  
Nicht barrierefrei  
Eine Anmeldung ist ab dem  
8. Januar 2024 möglich.



## Informationsbesuch bei silverplastics



silver plastics® GmbH & Co. KG ist ein führender Hersteller von Kunststoff-Verpackungen im nordrhein-westfälischen Troisdorf. Mit dem Blick auf kommende Generationen sind wir uns unserer gesellschaftlichen Verantwortung bewusst und richten unsere Strategie auf eine geschlossene Kreislaufwirtschaft aus. Doch können Kunststoffverpackungen überhaupt nachhaltig sein?

Unser Chief Sales and Marketing Officer (CSO) und Nachhaltigkeitsexperte Sebastian Kremer wird in seinem Vortrag zeigen, wie wir den Weg in Richtung Circular Economy einschlagen. Von recyclinggerechtem Verpackungsdesign über den Einsatz von Rezyklaten stellen wir uns dieser spannenden Herausforderung.

Zudem erhalten Sie einen Einblick in unsere Produktionsstätten, in denen bis zu einer Milliarde Verpackungen jährlich produziert werden.

**Büchen** ■ **1116** Informationsbesuch  
Sebastian Kremer, Dustin Eich  
silverplastics, Godesberger Str. 9,  
53842 Troisdorf  
Mittwoch, 13.03.24, 17.00-18.30 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung  
erforderlich.  
silverplastics bietet den Informationsbesuch kostenfrei an. Das Entgelt ist eine Schutzgebühr der VHS Bonn.  
8 - 12 Teilnehmende

Eigene Anreise  
Ein Besuch ist auch für Jugendliche ab 16 Jahren möglich.  
Bedingt barrierefrei  
Eine Anmeldung ist ab dem  
8. Januar 2024 möglich.



## Informationsbesuch beim Fernsehsender phoenix

phoenix - der Ereignis- und Dokumentationskanal von ARD und ZDF - überzeugt durch ein einzigartiges Zusammenspiel aus Ereignis-Berichterstattung, Gesprächen und Dokumentationen - linear und online.

Mit diesen Elementen wird ein ganzheitlicher Blick auf die Welt und eine fundierte Meinungs- und Willensbildung möglich mit Zeit für Hintergründe und Zusammenhänge.

Bei Ihrem Besuch haben Sie die Gelegenheit, nach einer kurzen Einführung mit Informationen zum Sender, einen Einblick in die redaktionellen Arbeitsabläufe zu bekommen. Im Anschluss besuchen Sie die Regie und Sendetechnik. Hier erfahren Sie, wie alles zusammenläuft bis „das ganze Bild“ entsteht. Eine Besichtigung des Studios schließt den Besuch bei phoenix ab.

**Büchen** ■ **1117** Informationsbesuch  
Silke Deutsch  
phoenix, Langer Grabenweg 45-47,  
53175 Bonn  
Dienstag, 19.03.24, 15.00-17.00 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung  
erforderlich.  
Phoenix bietet den Informationsbesuch kostenfrei an. Das Entgelt ist eine Schutzgebühr der VHS Bonn

7 - 15 Teilnehmende

Eigene Anreise  
Treffpunkt:  
Haupteingang des Senders  
Barrierefrei  
Eine Anmeldung ist ab dem  
8. Januar 2024 möglich.



**Informationsbesuch bei GKN Powder Metallurgy**



Am Standort Bonn produziert GKN Powder Metallurgy Formteile aus Metall, vorwiegend für die Automobilindustrie. Die

angewandte Fertigungsmethode ist die Sintertechnik, bei der Metallpulver unter hohem Druck zu sogenannten Grünteilen geformt wird, welche anschließend bei Temperaturen unterhalb des Schmelzpunktes verfestigt (gesintert) werden, um das Endprodukt zu erhalten.

Die Sintertechnik weist aus kreislaufwirtschaftlicher Sicht zwei bemerkenswerte Aspekte auf: Einerseits besteht das Basismaterial zu 99% aus recyceltem Metallschrott, andererseits erzeugt die Produktion vergleichsweise wenig Ausschuss, der vollständig durch lokale Recyclingbetriebe weiterverwertet wird. Das Fertigungsverfahren trägt somit aktiv zur Kreislaufwirtschaft bei und hat unter anderem daher den Status einer anerkannten „Green Technology“ erlangt.

Nach einem Vortrag gibt es die Möglichkeit, die Produktionshalle zu besichtigen.

**Büchen** ■ 1119 Informationsbesuch Matthias Voss, Thorsten Marquard GKN Powder Metallurgy, Pennefeldsweg 11 - 15, 53177 Bonn Mittwoch, 20.03.24, 17.00-18.30 Uhr 8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.

GKN Powder Metallurgy bietet den Informationsbesuch kostenfrei an. Das Entgelt ist eine Schutzgebühr der VHS Bonn.

8 - 15 Teilnehmende

Eigene Anreise  
Nicht barrierefrei  
Eine Anmeldung ist ab dem 8. Januar 2024 möglich.



**Informationsbesuch der Produktionsstudios Radio und Fernsehen des WDR in Köln**

Bei der Führung durch unsere Produktionsstudios Radio und Fernsehen haben Sie die Chance, einen Blick in die Herzkammer des WDR in der Kölner Innenstadt zu werfen. Schnuppern Sie Studioluft dort, wo Sendungen wie „Sportschau“, „Hart aber fair“ oder „Hier und Heute“ pro-

duziert werden. Unsere Besuchsleiter:innen erklären, wie die Studio-technik funktioniert, wie die Redaktionen arbeiten und welche umfangreichen Vorbereitungen und Arbeitsschritte für die Produktion einer Sendung erforderlich sind. Dabei werfen sie mit Ihnen auch einen Blick in die Fernsehregie und in unser Virtuelles Studio.

Im zweiten Teil der Führung spüren Sie im denkmalgeschützten Funkhaus den Flair der 50er-Jahre und erfahren Interessantes und Kurioses zur Geschichte des Westdeutschen Rundfunks. Schauen Sie in unseren großen Sendesaal und erleben Sie, wie in einem unserer Hörspielstudios „Kopfkino“ produziert wird.

**Büchen** ■ 1121 Informationsbesuch Mitarbeitende des WDR Besucherzentrum Rechtschule, An der Rechtschule 2, 50667 Köln Donnerstag, 11.04.24, 15.00-17.00 Uhr 8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.

Der WDR bietet den Informationsbesuch kostenfrei an. Das Entgelt ist eine Schutzgebühr der VHS Bonn. 5 - 19 Teilnehmende

Eigene Anreise  
Besucher im Rollstuhl oder mit Rollator können aus Sicherheitsgründen nur mit einer Begleitung teilnehmen.  
Eine Anmeldung ist ab dem 8. Januar 2024 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** ■ 1123 Rundgang Brigitte Denkel Treffpunkt: Ecke/Maxstraße/Breite Straße Montag, 15.04.24, 16.00-18.00 Uhr 8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich. 10 - 20 Teilnehmende

Eigene Anreise  
Nicht barrierefrei  
Eine Anmeldung ist ab dem 8. Januar 2024 möglich.



**Abwasserreinigung in Bonn - Informationsbesuch in der Kläranlage Bad Godesberg -**



Sauberes Wasser ist keine Selbstverständlichkeit, aber auch keine Zaubererei. Wer wissen möchte, wie aus verschmutzter Brühe wieder kostbares Nass wird, ist genau richtig beim Rundgang in der Kläranlage Bad Godesberg. Es werden Einblicke in die moderne Klärtechnik gewährt. Wie gelangt das Abwasser von den Haushalten zur Kläranlage? Was bemerkt der Spaziergänger im Rheinauenpark vom Vorhandensein eines Klärwerks inmitten der Grünanlage? Diese und weitere Fragen sollen beantwortet werden.

>>>

Büchen

■ **1125** Informationsbesuch  
Karl-Heinz Isenbeck  
Kläranlage Bad Godesberg,  
Martin-Luther-King-Str., 53175 Bonn  
Dienstag, 16.04.24, 16.00-18.00 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung  
erforderlich.  
Die Kläranlage bietet den Informa-  
tionsbesuch kostenfrei an. Das Ent-  
gelt ist eine Schutzgebühr der VHS  
Bonn.  
5 - 20 Teilnehmende

Eigene Anreise  
Barrierefrei  
Am Klärwerk gibt es keine Park-  
möglichkeiten.  
Bitte die Parkmöglichkeit auf dem  
nahegelegenen öffentlichen Park-  
platz an der Rheinaue oder öffentli-  
che Verkehrsmittel nutzen.  
Eine Anmeldung ist ab dem  
8. Januar 2024 möglich.



**Informationsbesuch in der  
Müllverwertungsanlage Bonn**



Mülltonne auf, Abfall rein,  
Mülltonne zu. Jetzt fängt  
die Arbeit für die Fach-  
leute der Bonner Abfall-  
wirtschaft und der Bon-  
ner Müllverwertungsanlage erst rich-  
tig an: Rund 86 Mitarbeitende der  
MVA Bonn geben rund um die Uhr  
an 365 Tagen im Jahr alles dafür,  
dass Abfälle, die nicht recyclingfähig  
sind, umweltfreundlich und nachhal-  
tig durch innovative Technologien  
thermisch verwertet werden.

Bei einer Besichtigung durch die  
MVA Bonn erfahren Sie, wie aus Ab-  
fall Energie gewonnen wird. Sie ler-  
nen die ganzheitliche Zukunftsvision  
der MVA Bonn »bonNova« kennen,  
mit der ein erheblicher Beitrag zum  
Klimaziel 2035 erreicht werden soll.  
»bonNova« setzt sich aus sechs  
Bausteinen zusammen und möchte  
ein Bewusstsein für die Abfallwende  
schaffen. Wie das aussehen soll, er-  
fahren Sie bei einem Blick hinter die  
Kulissen.

Büchen

■ **1127** Informationsbesuch  
Antonia Windheuser  
Müllverwertungsanlage Bonn,  
Am Dickobskreuz (Anfahrt Tor 1)  
Montag, 22.04.24, 19.00-20.30 Uhr  
Entgeltfrei, schriftliche Anmeldung  
erforderlich.  
10 - 20 Teilnehmende

Eigene Anreise  
ÖPNV: Bushaltestellen Karlstraße,

Verdistrasse oder Bahnhofstetelle  
Probsthof-Nord.  
Anfahrt über die Straße „Am  
Dickobskreuz“ durch das Tor 1 auf  
den Besucherparkplatz.  
Es gibt Gittertreppen.  
Die Veranstaltung ist für Personen  
mit Höhenangst nicht geeignet.  
Nicht barrierefrei  
Eine Anmeldung ist ab dem  
8. Januar 2024 möglich.



**Informationsbesuch bei  
WetterOnline**

Mit bis zu 875 Millionen Besuchen  
monatlich ist das Bonner Unterneh-  
men WetterOnline einer der größten  
Online-Anbieter für Wetterinforma-  
tionen weltweit. Seine Apps vermarktet  
das Unternehmen mittlerweile in  
mehr als 40 Ländern. Der Bonner  
Meteorologe Dr. Joachim Kläßen  
gründete die Firma 1996 in der Pio-  
nierzeit des Internets und beschäftigt  
heute mehr als 160 Mitarbeitende.

Björn Goldhausen, Presssprecher  
und Meteorologe, erklärt, wie das  
Wetter eigentlich in die App kommt  
und wie man mit seiner einfachen  
und verständlichen Darstellung Geld  
verdienen und langfristig auf dem  
Markt bestehen kann.

Büchen

■ **1129** Informationsbesuch  
Björn Goldhausen  
WetterOnline, Karl-Legien-Str. 194a,  
53117 Bonn  
Donnerstag, 25.04.24,  
16.30-18.00 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung  
erforderlich.  
6 - 18 Teilnehmende

Eigene Anreise  
Barrierefrei  
Eine Anmeldung ist ab dem  
8. Januar 2024 möglich.



**Informationsbesuch bei  
:metabolon  
Wo früher Endstation war, werden  
heute Kreisläufe geschlossen**



Früher war die Leppe-  
Deponie in Lindlar eine  
reine Mülldeponie - heute  
zählt das Gelände zu den  
modernsten Entsor-

gungsstandorten Europas und ist  
Referenzort eines internationalen  
Fachpublikums.

Durch das NRW-Strukturprogramm  
REGIONALE 2010 ist der Leppe-De-  
ponie ein ganz neues Gesicht verlie-  
hen worden. Mit der Neuausrichtung  
wurde das Entsorgungszentrum Lep-  
pe zum Forschungs- und Innovati-  
onszentrum :metabolon für Ressour-  
cemanagement und Kreislaufwirt-  
schaft ausgebaut.

Gehen Sie mit uns auf eine Tour  
über den facettenreichen Standort  
und erfahren Sie mehr über die Akti-  
vitäten am Entsorgungszentrum Lep-  
pe und die einzelnen Bausteine :me-  
tabolons.

Das gesamte Gelände wird zu Fuß  
erkundet.

Büchen

■ **1131** Informationsbesuch  
Karin Wedde-Mühlhausen  
:metabolon, Am Berkebach,  
51789 Lindlar  
Montag, 29.04.24, 16.00-18.00 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung  
erforderlich.  
10 - 25 Teilnehmende

Eigene Anreise  
Wetterfeste Kleidung und festes  
Schuhwerk  
Kinder ab 10 Jahren dürfen in  
Begleitung eines Erwachsenen teil-  
nehmen.  
Nicht barrierefrei  
Eine Anmeldung ist ab dem  
8. Januar 2024 möglich.  
Eine schriftliche Stornierung ist nur  
bis zum 19.04.2024 möglich.



**Informationsbesuch im  
Fraunhofer Institut FHR  
Besichtigung des  
Weltraumbeobachtungsradars  
TIRA**



Was ist in der Kugel in  
Wachtberg?

Ein weltweit einzigartiges  
System. Das Weltraum-  
beobachtungsradar TIRA  
ist nicht nur das größte Experimen-  
talsystem des Instituts, sondern auch  
in Europa einzigartig. Zudem hält  
das System mehrere Weltrekorde.

Es dient in erster Linie als Experi-  
mentalträger der Entwicklung und  
Untersuchung von Radarverfahren  
zur Erfassung und Aufklärung von  
Objekten im Weltraum. Außerdem ist  
TIRA zur Unterstützung von Wel-  
traummissionen gefragt: Raumfahrt-  
organisationen aus der ganzen Welt

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

greifen auf die besonderen Fähigkeiten der Fraunhofer-Wissenschaftler\*innen und ihrer Anlage zurück.

Büchen

■ **1133** Informationsbesuch  
Mitarbeitende des FHR  
FHR, Fraunhoferstr. 20,  
53343 Wachtberg  
Donnerstag, 02.05.24,  
16.30-18.00 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
Das Fraunhofer Institut bietet den Informationsbesuch kostenfrei an. Das Entgelt ist eine Schutzgebühr der VHS Bonn.  
15 - 50 Teilnehmende

Eigene Anreise  
Bitte bringen Sie Ihren Personalausweis mit.  
Filmen und Fotografieren auf dem Institutsgelände ist nicht erlaubt.  
Ein Besuch ist auch für Jugendliche ab 14 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen möglich.  
Nicht barrierefrei  
Eine Anmeldung ist ab dem 8. Januar 2024, eine schriftliche Stornierung nur bis zum 16. April 2024 möglich.



**Informationsbesuch im Heizkraftwerk Nord  
Energie aus Abfall für die Strom- und Fernwärmeversorgung in Bonn**



Das Heizkraftwerk Nord (HKW Nord) der Stadtwerke Bonn befindet sich direkt gegenüber der Müllverwertungsanlage (MVA). Der Dampf, der durch die thermische Verwertung der Abfälle in der MVA entsteht, wird im HKW Nord im Zusammenspiel der hocheffizienten Erzeugungs-Anlagenkomponenten zugeführt, die so mit Hilfe der Kraft-Wärme-Kopplung klimaschonend Strom und Fernwärme produziert.

Im Jahr 2022/2023 wurde zudem eine moderne wasserstofffähige Turbine installiert und verschiedene Anlagenkomponenten, Bestands-Gasturbine, Kesselanlagen ebenso wasserstofffähig umgerüstet, die die Leistung des HKW Nord nochmals steigern.

Rolf Driller, technischer HKW-Mitarbeiter bei der SWB Energie und Wasser, führt durch die Anlage.

Büchen

■ **1135** Informationsbesuch  
Rolf Driller  
Heizkraftwerk Nord, am Haus der Netze, Karlstraße 2-6, 53115 Bonn  
Montag, 06.05.24, 19.00-20.30 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich  
Das Heizkraftwerk bietet den Informationsbesuch kostenfrei an. Das Entgelt ist eine Schutzgebühr der VHS Bonn.  
10 - 30 Teilnehmende

Eigene Anreise  
Bitte festes Schuhwerk tragen  
Bedingt barrierefrei  
Eine Anmeldung ist ab dem 8. Januar 2024 möglich.



Wachtberg Kompost

**Informationsbesuch bei Wachtberg Kompost**



Seit 1993 verarbeitet Wachtberg Kompost Grünrückstände aus Park- und Gartenanlagen zu hochwertigem Kompost und vielfältigen Pflanzensubstraten. Mit deren Einsatz wird den Gartenböden und landwirtschaftlich genutzten Flächen der Humus zurückgegeben, den sie zur Gesunderhaltung benötigen.

Klaus Riebau erklärt bei einem Rundgang, wie Kompostierung funktioniert, welche Produkte dabei entstehen, und wofür sie verwendet werden.

Büchen

■ **1137** Informationsbesuch  
Klaus Riebau  
Wachtberg Kompost,  
Alte Str. 15, 53343 Wachtberg  
Dienstag, 14.05.24, 16.00-17.30 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 20 Teilnehmende

Eine Anmeldung ist ab dem 8. Januar 2024 möglich.



**Informationsbesuch bei seeds apparel - cycle democracy**  
Drei Absolvent\*innen der Alanus



Hochschule haben zusammen das Startup Seeds Apparel gegründet. Sie verarbeiten unter anderem Jeansstoffe zu

Taschen und Mützen. Um an die Stoffe zu kommen, arbeitet sie mit dem Verein für Gefährdetenhilfe und der Schatzinsel in Bonn zusammen. Seeds Apparel öffnet seine Türen und zeigt, wie lokale Kreislaufwirtschaft in der Textilbranche aussehen kann. Interessierte erhalten einen direkten Einblick in die alltäglichen Herausforderungen bei der Verwertung von Alttextilien sowie in die digitalen Fertigungsmethoden des Labels. Nach einem kurzen Impulsvortrag gibt es eine Führung durch das Ladenlokal mit Fertigung. Der Zugschnitt aus Alttextilien mithilfe eines Lasercutters wird vorgeführt.

Büchen

■ **1139** Informationsbesuch  
Bastian Kersting  
Seeds Apparel, Goltsteinstr. 60,  
50968 Köln  
Donnerstag, 16.05.24,  
17.30-19.00 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 20 Teilnehmende

Eigene Anreise  
Bedingt barrierefrei:  
Es ist eine Stufe am Eingang zu überwinden.  
Eine Anmeldung ist ab dem 8. Januar 2024 möglich.



**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 26 Organisationen mit über 1 000 Mitarbeitenden ansässig: vom kleinen Sekretariat zur Erhaltung der europäischen Fledermauspopulationen über das Freiwilligenprogramm der Vereinten Nationen, das jährlich den Einsatz mehrerer tausend Menschen rund um den Globus koordiniert, bis zum größten Sekretariat der Klimakonventionen, das sich mit der Bekämpfung des Klimawandels beschäftigt.

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

**Buchen** ■ **1141** Informationsbesuch  
Harald Ganns  
UN-Campus,  
Platz der Vereinten Nationen 1,  
53113 Bonn  
Entgeltfrei, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
10 - 30 Teilnehmende

Es stehen zur Zeit noch keine Termine für einen Informationsbesuch fest. Bitte informieren Sie sich regelmäßig unter [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de)



**Informationsbesuch des Wertstoffhofs Südstraße bei BonnOrange AöR**



Sie haben den modernen Wertstoffhof in der Südstraße noch nicht in Anspruch genommen oder sind bei Ihren kurzen Aufenthalten dort neugierig geworden? Die bonnorange AöR lädt zur Begehung ein und informiert über Entsorgung und Recycling der Wertstoffe in Bonn. Die Teilnehmenden erfahren, wie mit unbeschrifteten Flaschen zweifelhaften Inhalts umgegangen wird, bestaunen je nach Verfügbarkeit den Fuhrpark und erhalten Informationen, welchen Weg beispielsweise ein altes Sofa auf dem Wertstoffhof nimmt.

**Buchen** ■ **1148** Informationsbesuch  
Mitarbeitende Bonnorange AöR  
Betriebshof bonnorange,  
Weststr. 11, 53175 Bonn  
Donnerstag, 27.06.24,  
11.00-12.30 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
Bonnorange bietet den Informationsbesuch kostenfrei an. Das Entgelt ist eine Schutzgebühr der VHS Bonn.  
5 - 15 Teilnehmende

Eigene Anreise  
Barrierefrei  
Eine Anmeldung ist ab dem 8. Januar 2024 möglich.

**Zu Besuch bei der Bio-Imkerei Elschner**

Für Details siehe Kurs Seite 0

**Buchen** ■ **1754** Informationsbesuch  
Annastasia Elschner  
Imkerei Elschner, Stieldorferstraße  
12, 53229 Bonn  
Donnerstag, 21.03.24,  
17.00-18.30 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 80 Teilnehmende



**Zu Besuch auf dem Bioland-Hof Apfelbacher**

Für Details siehe Kurs Seite 45

**Buchen** ■ **1760** Informationsbesuch  
Johann Apfelbacher  
Hofladen Bioland-Hof Apfelbacher  
Tombergstraße 1, 53332 Bornheim  
Mittwoch, 08.05.24, 16.00-17.30 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich  
5 - 20 Teilnehmende



**Solidarische Landwirtschaft Wie funktioniert das?**

Für Details siehe Kurs Seite 0

**Buchen** ■ **1768** Informationsbesuch  
Kathy Geiss-Rigoni  
SoLaWi Bonn/Rhein-Sieg e.V., Fuhrweg 69, 53332 Bornheim-Roisdorf  
Samstag, 25.05.24, 15.00-17.00 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich  
5 - 20 Teilnehmende



**Die CampusAckerdemie der Uni Bonn**

Für Details siehe Kurs Seite 0

**Buchen** ■ **1772** Exkursion  
Dr. Jonathan Hense  
Campusmensa Poppelsdorf, Campusallee/ Ecke Rose-Marie-Wegner-Straße  
Dienstag, 04.06.24, 18.00-19.30 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 20 Teilnehmende

**Ausstellungen**



**Fotoausstellung Abfall in all seiner Pracht und Hässlichkeit**



In Kooperation mit dem Foto Club Bad Godesberg.  
Die fotografische Auseinandersetzung mit dem Thema Müll und Recycling wirft schnell die Frage auf, wie ästhetisch das aussehen kann, aussehen soll, aussehen darf. Da gibt es die eher unansehnliche und unappetitliche Erscheinung des Mülls, aber auch erstaunlich interessante und optisch

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](http://www.bpb.de/publikationen) online bestellen.



Bundeszentrale für politische Bildung

[www.bpb.de](http://www.bpb.de)



durchaus reizvolle Ansichten, die ein anderes Bild bieten. Die Mitglieder des Foto Club Bad Godesberg haben diese unterschiedlichen Aspekte des Mülls gesucht und gefunden, haben hingeschaut und fotografiert.

- Büchen** ■ **1204** Ausstellung  
Foto Club Bad Godesberg  
VHS, Am Michaelshof 2, Foyer  
21.02.2024 - 25.04.2024  
Entgeltfrei  
1 - 100 Teilnehmende

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



## Ausstellungseröffnung Abfall in all seiner Pracht und Hässlichkeit



- Büchen** ■ **1204A** Ausstellungseröffnung  
Foto Club Bad Godesberg  
VHS, Am Michaelshof 2  
Mittwoch, 21.02.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 70 Teilnehmende



## Fotoausstellung Wegwerfwertschöpfung



Der Kölner Künstler Joachim Römer ist ein Flaneur. Er geht die Ufer von Flüssen und Meeren ab und findet aus den angechwemmten menschengemachten Hinterlassenschaften zu seinen künstlerischen Arbeiten. Davon zeigt er kleine spielzeugähnliche Figuren aus Plastik vom Rheinufer, die er „Rheinschwemmfiguren“ nennt und Fotos von an Stränden arrangierten temporären Strandskulpturen. Den Arbeiten des Künstlers stellen wir Tafeln aus Rheintreibgut des Kölner Vereins „Krake“ (Kölner Rhein-Aufräum-Kommando-Einheit) zur Seite.

- Büchen** ■ **1208** Ausstellung  
Joachim Römer  
VHS, Am Michaelshof 2  
ab 07.05.2024  
Entgeltfrei  
1 - 100 Teilnehmende

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



## Ausstellungseröffnung Wegwerfwertschöpfung



- Büchen** ■ **1208A** Ausstellungseröffnung  
Joachim Römer  
VHS, Am Michaelshof 2  
Dienstag, 07.05.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 70 Teilnehmende

## Wirtschaft und Soziales

### Klimakrise trifft Bevölkerungsschutz

Das Risiko für extreme Wetterereignisse steigt durch die Klimakrise rasant an. Wie wird derzeit über Gefahren und Risiken informiert und diskutiert und was muss sich ändern, damit eine gesamtgesellschaftliche Anpassung an die Klimakrise gelingt?

Özden Terli ist Wetter-Moderator im ZDF und Meteorologe mit Fokus auf die menschengemachte Klimakrise. Er betont die Bedeutung der Risikokommunikation für die Klimaanpassung.

- Büchen** ■ **1300** Vortrag mit Diskussion  
Özden Terli  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)  
Donnerstag, 11.01.24,  
18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 100 Teilnehmende



### Vernünftige Vorfahrt Wie geht Einzelhandel und Verkehrswende zusammen?

Seit der letzten Kommunalwahl steht in Bonn die Mobilitätswende im Fokus der Stadtgesellschaft. Fahrrad und ÖPNV sollen gefördert und der Autoverkehr zurückgedrängt werden. Das spaltet die Stadtgesellschaft.

Moderiert von Michael Lobeck, der Mitglied sowohl im ADAC als auch im ADFC ist, diskutieren:

- Gerd Billen,  
Allgemeiner Deutscher Fahrradclub (ADFC) Bonn/Rhein-Sieg,  
Rainer Bohnet,  
Verkehrsclub Deutschland (VCD) Bonn/Rhein-Sieg/Ahr e.V.,  
Karina Kröber,  
City-Marketing Bonn e.V.,  
Yannis Vassiliou,  
Einzelhandelsverband Bonn/Rhein-Sieg/Euskirchen e.V.,  
Prof. Dr. Stephan Wimmers,  
IHK Bonn/Rhein-Sieg,  
Vertreter\*in der Stadt Bonn

- Büchen** ■ **1302** Podiumsdiskussion  
Michael Lobeck  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)  
Dienstag, 20.02.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 100 Teilnehmende



## Die Kultur der Reparatur Repair Café im Haus der Bildung



Die Konsumgesellschaft hat viele Menschen so geprägt, dass sie Dinge wegschmeißen, an denen nicht viel kaputt ist.

Das Reparieren ist bei Vielen in Vergessenheit geraten. In Repair Cafés lernen Menschen, Gegenstände anders wahrzunehmen. Im Mittelpunkt stehen das gemeinsame Untersuchen und Reparieren, der Spaß und das Lernen voneinander.

In Bonn gibt es viele Repair Cafés und den MakerSpace. Bei besonderen Anlässen reparieren die ehrenamtlichen Team-Mitglieder auch gemeinsam kaputte Dinge, erstmalig jetzt auch im Haus der Bildung. Jede\*r kann Holz-Sachen, Mechanisches, Elektrisches, Elektronisches oder Handys mitbringen. Aber bitte keine Großgeräte.

Vorherige Anmeldung per E-Mail an: [info@repaircafesbonn.de](mailto:info@repaircafesbonn.de) mit Angabe des Gegenstands, des Problems und einer ungefähren Ankunftszeit.

Außerdem gibt es bei dem Termin Informationen rund um die inzwischen elf Bonner Repair Cafés und den MakerSpace. Und wenn es mit einem Besuch nicht klappt: [www.repaircafesbonn.de](http://www.repaircafesbonn.de)

- Büchen** ■ **1304** Workshop  
Ulrich Buchholz  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Montag, 26.02.24, 18.00-21.00 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 20 Teilnehmende

Anmeldung unter  
[info@repaircafesbonn.de](mailto:info@repaircafesbonn.de)



## Kommen Rührgeräte in den Himmel?

### Ein Film über Nachhaltigkeit



Nachdem Carmens nagelneuer Mixer den Geist aufgegeben hat, entdeckt sie auf einem Flohmarkt ein Rührgerät aus alten

Zeiten. In grellem Orange ist es deutlich älter als sie selbst und trotzdem noch tadellos in Form. Es heißt RG 28 - ein Gerät, das einst in jedem DDR-Haushalt vorhanden war - und das international als Design-Klassiker gehandelt wird.



Carmen begibt sich auf eine Reise zu den Spuren des RG 28 und trifft dabei ehemalige Mitarbeiter des Herstellerwerks, glückliche Besitzer des Geräts, aber auch Soziologinnen und Kunstprofessor\*innen. Ihre Gespräche führen Carmen zu der Frage, ob es ethisch vertretbar ist, unseren Erzeugnissen das zu verweigern, was wir für uns selbst erhoffen: Ein langes Leben.

Im Anschluss an die Filmvorführung diskutieren ehrenamtliche Mitarbeiter\*innen des Repair Café Bonn mit den Teilnehmenden.

**Büchen** ■ **1306** Filmvorführung mit Diskussion  
Ulrich Buchholz  
VHS, Mülheimer Platz 1,  
Raum 1.11 (Saal)  
Dienstag, 12.03.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 100 Teilnehmende

**Ressourcenbewusster Umgang mit Rohstoffen Für eine nachhaltige Zukunft**



In Kooperation mit der Kunststoff-Initiative Bonn/Rhein-Sieg, dem Kompetenzzentrum Kunststoff und Trowista

Viele Unternehmen in Bonn und dem Rhein-Sieg-Kreis arbeiten mit Kunststoff. Die Kunststoff-Initiative Bonn/Rhein-Sieg und das Kompetenzzentrum Kunststoff wollen ins Gespräch kommen und die vielfältigen Perspektiven der Industrien der Region und des Materials Kunststoff im Besonderen aufzeigen.

Bei der öffentlichen Auftaktveranstaltung geben Expert\*innen Impulse zum Nachdenken und Umdenken bei diesen Themen:

- Energieversorgung der Zukunft
- Kreislaufwirtschaft
- Kunststoff - das Material für eine nachhaltige Zukunft

**Büchen** ■ **1308** Informationsveranstaltung  
Stadthalle Troisdorf  
Montag, 18.03.24, 15.30-18.30 Uhr  
Entgeltfrei  
5 - 100 Teilnehmende

Anmeldung unter: [www.kompetenzzentrum-kunststoff.de](http://www.kompetenzzentrum-kunststoff.de)

**Das Jeans Go Green Projekt in Bonn**

**Vom Abfall zum Premiumprodukt**



Mit dem Jeans Go Green Projekt verbindet das Bonner Startup AMUI SmartTex Kreislaufwirtschaft und Digitalisie-

rung, um Jeans herzustellen, die weniger Ressourcen verbrauchen und weniger Abfall erzeugen. Dabei geht es nicht nur um ökologische Verantwortung, sondern auch um Wirtschaftlichkeit.

Alte Jeans werden gesammelt und zerlegt, damit aus hochwertigen Materialien neue Jeans entstehen. Dabei kommt moderne Technologie zum Einsatz, um den gesamten Kreislauf transparent zu gestalten und Schritte zu identifizieren, wo Ressourcen verschwendet werden. Kund\*innen können so Herkunft und Weg ihrer Jeans nachverfolgen. Denis Hüter ist Gründer und CEO von AMUI. Er glaubt fest daran, dass Nachhaltigkeit, Kreislaufwirtschaft und Digitalisierung die Zukunft der Textilwirtschaft sind.

**Büchen** ■ **1310** Vortrag mit Diskussion  
Denis Hüter  
VHS, Mülheimer Platz 1,  
Raum 1.11 (Saal)  
Dienstag, 19.03.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 100 Teilnehmende

**Kleidertauschbörse mit der BUNDjugend Bonn**



Jedes Jahr werden in Deutschland 1,3 Millionen Tonnen Kleidung weggeschmissen. Zum Teil sind die Stücke noch gut, treffen aber nicht mehr den Geschmack ihrer Besitzer\*innen oder sind zu klein geworden. Statt sie irgendwann wegzuschmeißen oder auf ewig im Schrank zu lassen, kann die Kleidung einfach getauscht werden. Jemand anderes freut sich bestimmt darüber!

Kleidung zu tauschen vermeidet Konsum, spart Ressourcen und macht Spaß. Und so funktioniert's: Alle bringen bis zu fünf Kleidungsstücke mit, die gewaschen und gut erhalten sind. Dann wird durch die Kleiderstangen gestöbert, geplaudert und getauscht. Klamotten, die übrigbleiben, werden gespendet.

**Büchen** ■ **1312** Kleidertauschbörse  
Hannah Wehnes  
VHS, Mülheimer Platz 1,  
Raum 1.11 (Saal)  
Samstag, 13.04.24, 14.00-16.00 Uhr  
Entgeltfrei  
5 - 100 Teilnehmende

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

**Das Maarwerk Neue Anlaufstelle für urbane Produktion und Kreislaufwirtschaft in Bonn**



In Beuel-Ost, dem ältesten Gewerbegebiet Bonns, entsteht auf 12 000 Quadratmetern ein Ort für neues urbanes

Wirtschaften. Zwischen Handwerks- und Produktionsbetrieben, Manufakturen, Kreativwirtschaft und Logistik sollen Kooperationen gefördert, Flächen geteilt und Ressourcen in Kreisläufe eingebracht werden.

Dr. Verena Hermelingmeier, Geschäftsführerin der bonnvivir GmbH und Juniorprofessorin für Transformation in Unternehmen und Gesellschaft an der Alanus Hochschule, leitet die Entwicklung des Maarwerks. Sie stellt den Ort und die Vision zukünftigen Wirtschaftens in der Stadt an diesem Abend vor.

**Büchen** ■ **1314** Vortrag mit Diskussion  
Prof. Dr. Verena Hermelingmeier  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Montag, 15.04.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 20 Teilnehmende



**FRIEDRICH NAUMANN STIFTUNG** Für die Freiheit.

**Ausstieg aus der Wegwerfgesellschaft Müll vermeiden oder wiederverwerten**



Jährlich fallen in Deutschland über 350 Millionen Tonnen Abfälle an - eine gigantische Verschwendung an Rohstoffen und natürlichen Ressourcen. Allein in Bonn landen täglich 40.000 Pappbecher mit einer Lebensdauer von nur 15 Minuten im Papierkorb. Auch das Recycling von Abfällen kann den Verlust von Rohstoffen nicht vollständig verhindern und erfordert den Einsatz natürlicher Ressourcen.

Deutschland und die EU haben sich das Ziel hin zu einer umfassenden Transformation einer Kreislaufwirtschaft gesetzt. Also: Abfälle so weit wie möglich zu vermeiden, Produkte und Komponenten möglichst lange zu nutzen und Abfälle umfassend als potenzielle Ressource zu betrachten. Moderiert von Mirjam Schmidt diskutieren über diese Themen:

Richard Münz,  
Vorstand der bonnorange AöR und

Leiter der Geschäftsbereiche Stadtreinigung und Abfallwirtschaft, Dr. Imke Schmidt, Co-Leiterin des Forschungsbereichs Stoffkreisläufe im Wuppertal Institut für Klima, Umwelt, Energie gGmbH, Rebecca Zistel, Senior Communication and Advocacy Manager bei Der Grüne Punkt Holding GmbH & Co. KG

**Büchen** ■ **1316** Podiumsdiskussion  
Mirjam Schmidt  
VHS, Mülheimer Platz 1,  
Raum 1.11 (Saal)  
Dienstag, 16.04.24, 18.30-20.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 100 Teilnehmende



**Zivilisationen vergehen, Abfälle bestehen**  
**Müll - Verschwendung - unsere Kinder**



Der Müll bleibt. Archäolog\*innen wissen das und erforschen Zivilisationen, die vor Jahrtausenden bestanden, anhand ihrer

Abfälle. Da drängt sich die Frage auf, zu welchem Urteil sie in der Zukunft über unsere Gesellschaft kommen.

Wir türmen Abfälle zu riesigen Bergen auf oder verbrennen sie. Radioaktiven Müll lagern wir in Silos und Salzstöcken. Kunststoffe enden in unseren Meeren und als Kohlendioxid in der Atmosphäre. Unsere wachstumsorientierte Wirtschaftsweise erfordert eine unerbittliche Umwandlung natürlicher Ressourcen in Konsumgüter. Diese wiederum müssen in kürzester Zeit auf den Müll, um Platz für neue Güter zu schaffen. Professor Ulbe Bosma ist Historiker. Er forscht und lehrt am International Institute of Social History (IISG) und an der Freien Universität Amsterdam. Gemeinsam mit dem Exzellenzcluster Bonn Center for Dependency and Slavery Studies der Universität Bonn erforscht das IISG soziale Abhängigkeitsstrukturen. Professor Bosma sucht nach Auswegen aus diesem Teufelskreis und Erfolgsgeschichten, die Hoffnung geben für die Zukunft unserer Kinder.

**Büchen** ■ **1318** Vortrag mit Diskussion  
Prof. Dr. Ulbe Bosma  
VHS, Mülheimer Platz 1,  
Raum 1.11 (Saal)  
Dienstag, 30.04.24, 18.15-19.45 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen  
5 - 100 Teilnehmende



**Kreislaufwirtschaft - Was ist das eigentlich?**  
**Antworten aus der (Grundlagen) forschung**



Industrielle Produktion und gesellschaftlicher Konsum produzieren Abfälle in alarmierendem Umfang, während Corona-Krise und Ukraine-Krieg den

Europäer\*innen die Abhängigkeit von Rohstoffimporten vor Augen geführt haben. Ein wichtiger Baustein, um sich daraus zu lösen, ist der Wandel von einer Linearwirtschaft hin zur Kreislaufwirtschaft. Diesen möchte die EU im Rahmen des Green Deal vorantreiben und fördert in diesem Zusammenhang zahlreiche Forschungsprojekte.

Eines dieser Projekte ist ReMade@ARI am Center for Advanced Security, Strategic and Integration Studies (CASSIS) der Universität Bonn. Katharina C. Cramer und Annika Grotrian vom CASSIS stellen spannende Anwendungsbeispiele aus der Grundlagenforschung vor, die zeigen, wie innovative Technologien und Prozesse Abfälle minimieren und die Nutzung von recycelten Materialien maximieren können.

**Büchen** ■ **1320** Vortrag mit Diskussion  
Dr. Katharina C. Cramer, Annika Grotrian  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Montag, 13.05.24, 18.00-19.30 Uhr  
8,00 EUR, Anmeldung empfohlen  
5 - 20 Teilnehmende



**Die Last mit den Altlasten**



Seit mehreren Jahrzehnten wird der Bonner Müll in einer Verwertungsanlage verbrannt. Aber was ist mit dem Müll, der in

der Vergangenheit angefallen ist? Bonn schlägt sich mit solchen Altlasten herum. In unzähligen Senken und Gruben wurde insbesondere im vergangenen Jahrhundert Müll entsorgt.

Claus Mayat und Hildegard Freundlieb vom Amt für Umwelt und Stadtgrün der Stadt Bonn geben einen Überblick über die Altlastensituation in Bonn und erläutern, wie die Stadtverwaltung mit diesem Thema umgeht. Am Beispiel der Deponie Tannenbusch zeichnen sie die Historie einer Altablagerung nach, angefangen vom Aushub der Grube über die Verfüllung bis hin zum Auftrag einer Deckschicht. Wie werden die Deponien heute genutzt? Was kann gegen Senkungen, Deponiegas und Bodenbelastungen getan werden?

Vorgesehen ist zudem die Besichtigung einer Schutzentgasungsanlage und die Vorführung einer Bohrung.

**Büchen** ■ **1322** Informationsbesuch  
Claus Mayat, Hildegard Freundlieb  
Treffpunkt: Sportplatz Tannenbusch  
Dienstag, 28.05.24, 17.00-18.30 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich  
5 - 25 Teilnehmende

Treffpunkt ist der Sportplatz Tannenbusch zwischen Bertolt-Brecht-Gesamtschule und Waldorfschule. Nahegelegen ist die SWB-Bahnstation Tannenbusch-Süd. Bei Anfahrt mit einem PKW ist der Parkplatz der Gesamtschule zu nutzen. Anfahrt über die Schlesienstraße. Von diesem Parkplatz aus kann der Sportplatz barrierefrei erreicht werden. Einzig die Entgasungsanlage ist nicht barrierefrei.



**Tea Time Bildung der Learning City Bonn**

Die Bundesstadt Bonn ist 2020 als dritte deutsche Stadt dem globalen UNESCO Netzwerk der Learning Cities beigetreten, um nachhaltige Stadtentwicklung mit Mitteln der Bildung weiter zu fördern.

In der Reihe Tea Time Bildung stellen Bonner Akteur\*innen regelmäßige Bildungsansätze oder -bedarfe vor. Im ersten Halbjahr 2024 eruiert die Reihe Adaptionen von Bildung für nachhaltige Entwicklung in der formellen Bonner Bildungslandschaft.



**Tea Time Bildung 1**  
**BNE in der Berufsorientierung und Beruflichen Bildung**

Das Netzwerk Grüne Arbeitswelt vernetzt nachhaltige Unternehmen, Schulen, Verbände und Bildungspartner, um für grüne Jobs zu begeistern und die Wirtschaftstransformation zu fördern. Iken Draeger vom Wissenschaftsladen (WILA) Bonn stellt das WILA Engagement im Netzwerk vor sowie sein Projekt „Jobs for Future NRW“, das Schulen mit nachhaltigen Unternehmen in Austausch bringt. Gerald Fichtner, Geschäftsführer der Weiterbildungsgesellschaft der IHK Bonn/Rhein-Sieg gGmbH, berichtet über die

Nachhaltigkeitsansätze in der beruflichen Bildung.

Die Veranstaltung findet digital per Zoom statt.

Büchen

■ **1330ON** Vortrag mit Diskussion Iken Draeger, Gerald Fichtner  
Online-Angebot  
Mittwoch, 24.01.24, 17.00-18.00 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung erforderlich.  
Die Zugangsdaten erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig per E-Mail vor Kursbeginn zugesandt.  
5 - 200 Teilnehmende

Am 24.01.2024 ist UNESCO Welttag der Bildung



## Tea Time Bildung 2 Das innovative Bildungskonzept FREI DAY in Bonn

Der FREI DAY hat Einzug an Bonner Schulen gehalten. Am FREI DAY sind die 17 UN-Nachhaltigkeitsziele (SDGs) Unterrichtsstoff. Schüler\*innen arbeiten zu den Ursachen von Ungerechtigkeiten, Umweltzerstörung und Klimawandel und schließen sich in ihren Projekten mit anderen und Entscheidungsträger\*innen zusammen. Ziel ist es, Lösungen zu finden, Zukunftskompetenzen auszubilden und einen positiven Handabdruck zu hinterlassen. Miriam Remy von „Schule in Aufbruch“ stellt die BNE-Initiative und ihre Adaptionmöglichkeiten durch Bildungseinrichtungen vor. Lehrer\*innen wie Elena Link von der Marienschule berichten über Erfahrungen aus der Praxis. Die Veranstaltung findet digital per Zoom statt.

Büchen

■ **1332ON** Vortrag mit Diskussion Miriam Remy, Elena Link  
Online-Angebot  
Dienstag, 16.04.24, 17.00-18.00 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung erforderlich.  
Die Zugangsdaten erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig per E-Mail vor Kursbeginn zugesandt.  
5 - 200 Teilnehmende



## Digitale Akademie

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

## Digitalen Nachlass frühzeitig regeln

Ein Leben ohne Internet, PC und Smartphone ist für die meisten Menschen kaum noch vorstellbar: Verträge werden oft nur noch online geschlossen, Einkaufen im Internet ist zur Normalität geworden und soziale Netzwerke gehören zum Alltag. Die wenigsten Menschen sorgen sich allerdings darum, was mit ihren Fotos, Online-Profilen und Nutzerkonten nach ihrem Tod passiert. Auch Verträge laufen weiter und verursachen Kosten.

Manuela Dorlaß von der Verbraucherzentrale erläutert Grundlegendes und Wissenswertes zum digitalen Nachlass und gibt Ratsuchenden Tipps, um schon zu Lebzeiten die richtigen Vorkehrungen zu treffen.

Büchen

■ **1344ON** Vortrag mit Diskussion Manuela Dorlaß  
Online-Angebot  
Dienstag, 12.03.24, 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



## Digitale Selbstverteidigung für alle

Die wichtigsten Maßnahmen zum Absichern elektronischer Kommunikation sind nicht kompliziert. Egal, ob es darum geht, Passwörter zu verwalten, die Geschwätzigkeit des Browsers zu verringern, Festplatte oder USB-Sticks zu verschlüsseln, sichere Messenger zu nutzen oder sich anonym im Netz zu bewegen - für alles gibt es Programme, die dabei helfen. Gerade am Anfang verbessert auch jede kleine Maßnahme die Sicherheit deutlich.

Unter der Anleitung Jochim Selzers von Cryptoparty Köln-Bonn werden Sicherheitslösungen für die Teilnehmenden gesucht und umgesetzt. Als Vorwissen ist nur nötig, wie man sich mit WLANs verbindet, Programme herunterlädt, installiert und deinstalliert. Mitzubringen ist ein voll funktionsfähiges Windows-Notebook.

Büchen

■ **1346ON** Wochenendveranstaltung  
Jochim Selzer  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.56  
Samstag, 16.03.24, 10.00-11.30 Uhr  
Entgeltfrei, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 18 Teilnehmende



## Lebensverlängernde Maßnahmen für sieche Rechner



„Aber der ist doch noch gar nicht alt!“, ist ein oft gehörter Einwand, wenn die herbeigerufene Computerexpertin konstatiert, dass ein Rechner trotz aller Aufräumversuche nur noch zäh reagiert und sie rät, das gute Stück ins Museum zu geben.

Tatsächlich ist die Hardware oft noch einwandfrei. Was die Maschine ausbremst, sind die gestiegenen Anforderungen der Software. Muss deswegen ein an sich völlig intaktes Gerät auf den Müll? Nicht unbedingt: Lap- und Desktops, und mit Einschränkungen auch Android-Smartphones, können mit alternativen Betriebssystemen einen zweiten Frühling erleben.

Jochim Selzer beschreibt die Optionen, vom Ausmisten der bestehenden Windows-Installation bis hin zum Aufspielen eines für schwächere Hardware ausgelegten Linux oder Custom-ROMs für Android-Geräte.

Büchen

■ **1348ON** Vortrag mit Diskussion Jochim Selzer  
Online-Angebot  
Dienstag, 19.03.24, 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



## Die elektronische Patientenakte Digitale Hilfe oder digitaler Fluch?

In nicht einmal mehr einem Jahr kommt für alle gesetzlich Versicherten die elektronische Patientenakte (ePA): Röntgenbilder, Arztbriefe und Befunde, aber auch Impfausweis, Mutterpass oder die Patientenverfügung - all diese Dokumente finden sich künftig in einer Handy-App. Patientinnen und Patienten als Empfänger\*innen medizinischer Dienstleistungen können von dieser digitalen Hilfe profitieren, wenn ihnen der Zugang möglichst einfach gemacht wird und sie diese Hilfe optimal nutzen.

Lisa Dittmann ist stellvertretende Abteilungsleitung für das Klinische Informationsmanagement am Universitätsklinikum Bonn. Sie erklärt, ob die ePA eine Chance ist oder die Gefahren durch Datenmissbrauch überwiegen.

>>>

verbraucherzentrale

Nordrhein-Westfalen

**Büchen** ■ **13500N** Vortrag mit Diskussion  
Lisa Dittmann  
Online-Angebot  
Dienstag, 09.04.24, 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



## Das Recht auf Reparatur und die Vision einer offenen Kreislaufgesellschaft



Die EU-Kommission will die Hersteller von Computern, Smartphones und anderen Konsumartikeln dazu verpflichten, Informationen über die Nachhaltigkeit ihrer Produkte zu veröffentlichen. Gleichzeitig arbeiten Apple und Co. an zirkulären Geschäftsmodellen - jedes Unternehmen an seinen eigenen. Das führt zu Doppelstrukturen und Kontrollverlust für die Verbraucher\*innen. Das Ziel, dass sich Produkte besser reparieren lassen, wird so nicht erreicht.

Maximilian Voigt studierte Journalismus, Ingenieurswesen und Technikphilosophie. Für die Open Knowledge Foundation Deutschland e.V. entwickelt er einen Prototype Fund für Open Hardware.

Er stellt das Gegenmodell vor: Das Recht auf Reparatur und offene Kreisläufe, in denen die Zivilgesellschaft nicht Konsument, sondern Akteur ist. Wie wäre es mit einem Pfandflaschensystem für Smartphones? Warum nicht Technologien offen gestalten, damit sie leichter repariert und in Kreisläufe integriert werden können?

**Büchen** ■ **13520N** Vortrag mit Diskussion  
Maximilian Voigt  
Online-Angebot  
Dienstag, 16.04.24, 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



## In den Papierkorb, aus dem Sinn? Daten fachgerecht entsorgen



Auf Datenträgern, wie eingebauten oder externen Festplatten, USB-Speichermedien und Smartphones, können hoch persönliche Daten gespeichert sein, deren Auswertung einen tiefen Einblick in die Privatsphäre ermöglicht.

Wer solche Hardware verschenkt,

verkauft, in den Müll oder in die Sammlung gibt, sollte sich Gedanken darüber machen, welche Daten sich darauf befinden und wie man sie richtig löscht.

Cedric Freiburger ist als IT-Forensiker Experte für die Rettung und Wiederherstellung von Daten. Er erklärt, wie man ihm die Arbeit so richtig schwermacht.

**Büchen** ■ **13540N** Vortrag mit Diskussion  
Cedric Freiburger  
Online-Angebot  
Dienstag, 23.04.24, 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



## Ältere Menschen in Beruf und Gesellschaft

### Willkommen und wertgeschätzt?

Die heutige Generation der über 60jährigen ist selbstbewusst und hat auch allen Grund dazu, denn sie verfügt über einen großen Erfahrungsschatz.

Allerdings stimmt rund ein Drittel der Befragten in einer umfassenden Studie im Auftrag der Antidiskriminierungsstelle des Bundes der Aussage zu, dass alte Menschen wichtige berufliche und gesellschaftliche Rollen aufgeben sollten - mit Blick auf politische Ämter war sogar mehr als die Hälfte dieser Meinung. 53 Prozent der Befragten sagen auch, ältere Menschen trügen nicht entscheidend zum gesellschaftlichen Fortschritt bei.

Dabei wollen viele Ältere nicht nur beruflich oder ehrenamtlich tätig bleiben, angesichts des Arbeitskräftemangels werden sie auch dringend benötigt.

Wie kann man diese negativen Zuschreibungen verändern? Und wie können Ältere bis ins hohe Alter bei guter Gesundheit beruflich und sozial aktiv sein?

Moderiert von Mirjam Schmidt diskutieren:

Eva Fielitz,  
stellvertretende Landesvorsitzende der Liberalen Senioren NRW,  
Prof. Dr. Oliver Tüscher,  
Co-Sprecher des Leibniz-Forschungsverbundes „Resilientes Altern“,  
Dr. Reiner Itschert,  
nach mehr als vierzig Jahren Tätigkeit als Sprachlehrer, Dozent in der Sprachlehrausbildung und Sprachabteilungsleiter im In- und Ausland unterrichtet Dr. Reiner Itschert freiberuflich Kroatisch an der VHS Bonn

**Büchen** ■ **1360** Podiumsdiskussion  
Mirjam Schmidt  
VHS, Mülheimer Platz 1,  
Raum 1.11 (Saal)  
Dienstag, 11.06.24, 18.30-20.00 Uhr  
Entgeltfrei  
5 - 100 Teilnehmende



## Die Klimakrise und die „7 Drachen der Untätigkeit“

Ein offener und mutiger Umgang mit der Klimakrise und damit einhergehenden Gefühlen und Gedanken kann dabei helfen, sich für den Klimaschutz einzusetzen. In diesem Vortrag zeigen Bonner Psychologinnen und Psychologen auf, warum uns die Klimakrise oft lähmt und überfordert. Sie hinterfragen verzerrte Wahrnehmungsmuster und bieten neue Blickwinkel an. Dabei stellen sie psychologische Lösungsansätze vor, die im Umgang mit schwierigen Klimagefühlen helfen und Untätigkeit überwinden lassen können. Die Veranstaltung findet statt in Zusammenarbeit mit der Initiative „Psychologists for Future“.

**Büchen** ■ **2143** Vortrag  
Gregory Heuser, Dr. Charlotte Koenen, Christoph Löffler, Hannah Knopp  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Freitag, 19.04.24, 18.00-19.30 Uhr  
7,00 EUR, Anmeldung erforderlich  
8 - 25 Teilnehmende

Bitte beachten Sie auch die Veranstaltung 2174 „Klimakommunikation - so gelingt's“ am 12. Juni.



## Klimakommunikation - So gelingt's!

Für Details siehe Kurs Seite 67

**Büchen** ■ **2174** Vortrag  
Dr. Charlotte Koenen, Hannah Knopp, Gregory Heuser, Christoph Löffler,  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Mittwoch, 12.06.24, 18.00-19.30 Uhr  
7,00 EUR, Anmeldung erforderlich  
8 - 25 Teilnehmende



## Präsenz-Infoabend Jahreskurs Gewaltfreie Kommunikation

An dem Abend haben Sie die Gelegenheit, den Dozenten und die Dozentin der Jahresausbildung Gewaltfreie Kommunikation kennenzulernen (siehe Veranstaltung 2861) und noch mehr über die Ausbildung zu erfahren. Dieser Infoabend findet als Präsenzveranstaltung statt.

Büchen

■ **2860** Jahresausbildung  
Stefan Voth, Hannah Hartenberg  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Dienstag, 27.02.24, 20.00-21.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 20 Teilnehmende



**Online-Infoabend  
Jahreskurs Gewaltfreie  
Kommunikation**

An diesem Abend haben Sie die Gelegenheit, die Dozentin und den Dozenten unserer Jahresausbildung kennenzulernen und noch mehr über die Ausbildung zu erfahren. Dieser Infoabend findet als online-Veranstaltung über Zoom statt. Den Einwahllink erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig vor der Veranstaltung zugeschickt.

Büchen

■ **2860ON** Jahresausbildung  
Stefan Voth, Hannah Hartenberg  
Online-Angebot  
Donnerstag, 29.02.24,  
19.00-20.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
5 - 20 Teilnehmende



**Jahreskurs  
Gewaltfreie Kommunikation**

Haben Sie an einem Einführungsseminar oder Bildungsurlaub zu Gewaltfreier Kommunikation (GfK) teilgenommen und möchten Sie Ihre Kenntnisse und Erfahrungen vertiefen? Dieser Jahreskurs gibt Ihnen Gelegenheit dazu.

Die Gewaltfreie Kommunikation (GfK) ist ein Ansatz, Konflikte zu lösen, ohne dass es Gewinner und Verlierer gibt, egal ob es um Streit in der Familie, in der Schule, am Arbeitsplatz oder politische Auseinandersetzungen geht. Das Konzept geht zurück auf den amerikanischen Psychologen Marshall B. Rosenberg (1934-2015). Rosenberg war Gründer des gemeinnützigen Centers for Nonviolent Communication und international tätiger Mediator. In den USA begleitete er seit den 1960er Jahren die Bürgerrechtsbewegung. Sein Ansatz half dabei, die Rasantrennung an Schulen und Institutionen auf friedvollem Wege rückgängig zu machen. Den Namen "Gewaltfreie Kommunikation" wählte Rosenberg in bewusster Anlehnung an Mahatma Gandhi.

Der Jahreskurs besteht aus vier mehrtägigen Präsenzmodulen (ca. 100 Stunden) in einem Seminarhaus in Hellenthal/Eifel und 3 Übungsabenden (10 Stunden) in der VHS in Bad Godesberg.

Modul 1:  
Do, 25.04.2024, 18 Uhr, bis So,  
28.04.2024, 16 Uhr

Modul 2:  
Do, 27.06.2024, 18 Uhr bis So, 30.  
06.2024, 16 Uhr

Modul 3:  
Mi, 11.09.2024, 18 Uhr, bis So,  
15.09.2024, 16 Uhr

Modul 4:  
Do, 14.11.2024, 18 Uhr, bis So,  
17.11.2024, 16 Uhr

Der Kurs schließt mit einer Teilnahmebescheinigung ab. Diese ist gleichzeitig ein Baustein auf dem Weg zur internationalen Zertifizierung als GfK-Trainer durch das Center for Nonviolent Communication wie auch für die Anerkennung beim Fachverband GfK. Eine Anerkennung von Teilen der Ausbildung als Bildungsurlaub ist bei vorliegenden Voraussetzungen möglich.

Die Ausbildung kann nur komplett gebucht werden. Eine Anmeldung nur zu einzelnen Modulen ist nicht möglich.

Ausführliche Informationen zu Lerninhalten und -methoden sowie zum Tagungshaus finden Sie im Ausschreibungstext auf unserer Internetseite. Darüber hinaus bieten wir zwei Infoabende an. Sie können wählen zwischen einem Präsenztermin am Dienstag, 27. Februar 2024, 20.00 bis 21.30 Uhr im Haus der Bildung oder einer online-Veranstaltung über Zoom am Donnerstag, 29. Februar, 19.00 bis 20.30 Uhr.

Wichtig: In dem angegebenen Entgelt für die Ausbildung sind noch keine Kosten für Übernachtung und Verpflegung enthalten.

■ **2861** Jahresausbildung  
Stefan Voth, Hannah Hartenberg  
Seminarhaus Abrahm in Hellenthal/  
Eifel  
Mittwochs, donnerstags, freitags,  
samstags und sonntags,  
25.04.-17.11.24, 18.00-21.30 Uhr,  
17 Tage  
1600,00 EUR; erm. 1200,00 EUR  
10 - 16 Teilnehmende

Es ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich. Die Ausbildung kann nur komplett gebucht werden. Eine Stornierung der Anmeldung ist nur schriftlich bis zum 22.03.2024 möglich (Abmeldeentgelt: EUR 6,10). Bei Abmeldungen nach diesem Termin wird der volle Teilnahmebeitrag fällig.

**Geschichte**

**Was Latrinen erzählen**



Latrinen wurden in der Vergangenheit nicht nur als Aborte, sondern auch für die Entsorgung des Hausmülls genutzt. Sie

sind daher eine wichtige Quellengattung in der archäologischen Forschung. Vor allem die darin enthaltenen archäobotanischen Reste liefern einen grundlegenden Beitrag zum Verständnis der Lebensumstände vergangener Zeiten.

Dr. Tanja Zerl ist sowohl Archäologin als auch Botanikerin und arbeitet seit über 20 Jahren in der archäobotanischen Forschung. Aktuell ist sie wissenschaftliche Mitarbeiterin am Institut für Ur- und Frühgeschichte an der Universität zu Köln. Anhand zahlreicher Untersuchungen von Latrinen aus Köln und der Region zeichnet sie eine Ernährungs- und Handelsgeschichte des Rheinlands.

Büchen

■ **1410** Vortrag mit Diskussion  
Dr. Tanja Zerl  
VHS, Mülheimer Platz 1,  
Raum 1.11 (Saal)  
Mittwoch, 06.03.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 100 Teilnehmende



**Über Geschichte stolpern  
Stolpersteine in Bonn-Beuel**

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 411 Stolpersteine, deren Verlegung die Gedenkstätte Bonn koordiniert.

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

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** ■ **1415** Rundgang  
Jonas Blum M.A.  
Rheindorfer Str. 50, 53225 Bonn  
Beuel  
Donnerstag, 18.04.24,  
17.00-18.45 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung  
erforderlich.  
5 - 20 Teilnehmende



## Weltgeschichte im Überblick VI

Der auf sechs Semester angelegte Kurs wird mit folgenden Schwerpunkten fortgesetzt:

- Die NS-Herrschaft: Machtstruktur, Verfolgung und Vernichtung, Widerstand
- NS-Außenpolitik, Kriegsvorbereitung und Entfesselung des 2. Weltkrieges
- Westfeldzug und Vernichtungskrieg im Osten
- Zwangsarbeitereinsatz in der deutschen Kriegswirtschaft
- Der Luftkrieg in Deutschland
- 1945 - Als der Krieg zu Ende ging
- Was soll aus Deutschland werden: Die Pläne der Alliierten, Besatzungspolitik, Spaltung
- Die Welt nach 1945 im Zeichen des Ost-West-Konflikts

Für die Teilnahme sind keine Vorkenntnisse erforderlich.  
Im Rahmen des Kurses wird ein Museumsbesuch an einem Freitag angeboten.

**Büchen** ■ **1420** Kurs  
Monika Preuß-Fouladzari  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.61  
Dienstags, 20.02.-28.05.24,  
15.15-16.45 Uhr, 13 Nachmittage  
84,10 EUR; erm. 60,70 EUR  
7 - 10 Teilnehmende

## Naturwissenschaften



### Müllvermeidung im Weltall



Die Zahl der Satelliten im Erdorbit nimmt ständig zu. Rückstände der Raumfahrt im Orbit, sogenannter Weltraumschrott, stellen dabei eine Gefahr für Satelliten, aber auch die bemannte Raumfahrt, etwa die Internationalen

Raumstation ISS, dar. Durch die hohen Geschwindigkeiten im Orbit kann bereits ein 1 Zentimeter großes Trümmerteil bei einer Kollision einen Satelliten zerstören. Wie das Kreislaufwirtschaftsgesetz räumen deshalb die internationalen Gremien für die friedliche Nutzung des Weltraums der Abfallvermeidung oberste Priorität ein.

Dr. Manuel Metz ist beim DLR Raumfahrtmanagement in Bonn-Oberkassel für den Bereich Weltraummüll verantwortlich. Er zeigt, mit welchen Tricks daran gearbeitet wird, dass Weltraummüll gar nicht erst entsteht.

**Büchen** ■ **1450** Vortrag mit Diskussion  
Dr. Manuel Metz  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Montag, 11.03.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 20 Teilnehmende

## Internationales

### Europa vor der Wahl Was macht das Parlament überhaupt?

Wer hat in Europa das Sagen und welche Institution ist wofür zuständig? Welche Macht hat das Europäische Parlament? Wer kennt die Parlamentspräsidentin, die Malteserin Roberta Metsola und ihre Stellvertreter\*innen? Was wird wie nach welchem Recht gewählt zwischen dem 6. und 9. Juni in der EU? Was sind die Herausforderungen, die nach der Wahl auf Europa zukommen? Wird Europa im Konzert der Nationen und Bündnisse weiterhin eine wichtige Rolle einnehmen können?

Diese und weitere Fragen beantwortet der Politikwissenschaftler und Europa-Experte, Siebo Janssen. Jochen Leyhe führt durch die Veranstaltung.

**Büchen** ■ **1500** Vortrag mit Diskussion  
Dr. Siebo Janssen, Jochen Leyhe  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Montag, 13.05.24, 20.00-21.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 20 Teilnehmende



### 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 Dobbelsstein.

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 Dobbelsstein  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05  
Mittwoch, 24.04.24, 18.00-20.00 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
10 - 40 Teilnehmende



### Kampf der Erinnerungen Vergangenheitsbewältigung in der spanischen Kultur

Nur mühsam gelang in Spanien die zurückliegende Regierungsbildung unter Premier Pedro Sánchez. Ursache ist eine Polarisierung der politischen Landschaft. Nach dem Ende der Franco-Diktatur erlebte das Land eine viel beachtete Entwicklung zu Demokratie und Wohlstand. Was aber zu kurz kam, ist eine Auseinandersetzung mit Bürgerkrieg und diktatorischer Vergangenheit. Im 3. Jahrtausend brechen sich bereits überwunden geglaubte Fronten erneut Bahn und spalten die spanische Gesellschaft. Wie bewältigt die spanische Öffentlichkeit diese verspätete Auseinandersetzung mit der Vergangenheit in Kultur und Politik, in Bildung und Publizistik?

Prof. Dr. Walther L. Bernecker lehrte bis zu seiner Emeritierung Auslandswissenschaft mit dem Schwerpunkt spanischer Sprachraum an der Universität Erlangen-Nürnberg.

Raimund Allebrand (Moderation) ist Publizist und Geschäftsführer der AFIB-Arbeitsgemeinschaft für interkulturelle Begegnung e. V. in Bonn.

**Büchen** ■ **1504** Vortrag mit Diskussion  
Prof. Dr. Walther L. Bernecker,  
Raimund Allebrand  
VHS, Mülheimer Platz 1,  
Raum 1.11 (Saal)  
Montag, 19.02.24, 18.30-20.00 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 100 Teilnehmende



**Bonns koreanische Diaspora**

Als die ersten koreanischen Gastarbeiter\*innen nach Deutschland kamen, hatten sie alle Hände voll damit zu tun, sich zurecht zu finden und ihren Alltag zu organisieren. Sie mussten sprachliche und kulturelle Barrieren überwinden und wollten ein wertschöpfender Teil der deutschen Gesellschaft sein.

Im Privaten behielten sie eine koreanische Lebensweise bei und lebten in den Familien, die sie in Deutschland gründeten, koreanische Wertvorstellungen vor, wie Disziplin, Leistung und Respekt gegenüber den Älteren. In die Bildung der Kinder investierten sie viel Zeit und Geld.

Doch gerade die Ausbildung in deutschen Schulen und Universitäten führte bei der zweiten Generation häufig zu einem Bruch mit koreanischen Traditionen und zu Konflikten mit den Eltern. Die zweite Generation fühlt sich überwiegend deutsch, mit Korea verbindet sie weniger als den Eltern lieb ist.

Moderiert von Dr. Soon Nyea Cha, Vorsitzende des Vereins der Koreaner in Bonn, berichten koreanische und koreanisch-deutsche Ehepaare über den Umgang mit unterschiedlichen Wertvorstellungen zwischen Kulturen und Generationen.

**Büchen** ■ 1508 Vortrag mit Diskussion  
Dr. Soon-Nyea Cha  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Mittwoch, 22.05.24, 20.00-21.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 20 Teilnehmende

**Wie ticken Ukrainer\*innen?**

Obwohl die Ukraine das flächenmäßig größte Land Europas ist, rückte es erst infolge der turbulenten politischen Entwicklungen seit dem letzten Jahrzehnt ins Blickfeld der Deutschen: begonnen mit der Majdan-Revolution, über die russische Okkupation von Krim und Teilen der Ostukraine und schließlich dem russischen Angriffskrieg.

Bis dahin war man sich hierzulande nicht einmal ganz sicher, ob es sich bei Ukrainer\*innen und Russ\*innen nicht um ein Volk handelt. Jetzt bietet nicht zuletzt die Vielzahl Geflüchteter Gelegenheit, sich mit dem spannenden Land auseinanderzusetzen.

Dr. Kyril Savin wurde in Kiew geboren und studierte dort Internationale Beziehungen. Er war für die Deutsche Botschaft Kiew tätig, leitete das Büro der Heinrich-Böll-Stiftung und arbeitet seit 2015 an der Akademie der Deutschen Welle als Program Di-

rector Ukraine. Er klärt die Frage, ob Ukrainer\*innen Nationalist\*innen sind und wie es heute in der Kornkammer Europas aussieht. Warum sind Ukrainer\*innen abergläubisch und welche Rolle spielt orthodoxe Kirche in der ukrainischen Gesellschaft?

**Büchen** ■ 1510 Vortrag mit Diskussion  
Dr. Kyril Savin  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)  
Dienstag, 28.05.24, 18.15-19.45 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 100 Teilnehmende

**Lateinamerikanische Perspektiven**

Die Lateinamerika-Reihe findet in Zusammenarbeit mit der Abteilung für Altamerikanistik der Universität Bonn, dem Interdisziplinären Lateinamerikazentrum, dem Ibero-Club Bonn, der Arbeitsgemeinschaft für interkulturelle Begegnung und der Arbeitsgemeinschaft der Entwicklungsdienste statt. Sie beschäftigt sich in diesem mit Halbjahr mit Müll, seine Vermeidung und Kreislaufwirtschaft



**Das Haiti Ocean Project  
Mehr Zivilgesellschaft für weniger Müll**



Haiti hat ein Müllproblem. Allein die Metropolregion um die Hauptstadt Port-au-Prince produziert täglich rund 8 000 Tonnen Müll, von dem weniger als ein Drittel gesammelt wird. Ein Großteil landet früher oder später im Meer. Unter diesen schwierigen Bedingungen setzt sich das Haiti Ocean Project (HOP) mit großem ehrenamtlichen Engagement für den Meeresschutz ein.

Neben Schulen sind auch die Fischer Adressaten von Umweltbildungsmaßnahmen. Den Fischern wird vermittelt, welche Arten geschützt sind und warum es wichtig ist, alte Netze und andere Ausrüstung nicht im Meer zu entsorgen. Außerdem werden ihnen Schildkröten abgekauft, um sie an anderer Stelle auszusetzen.

Personelle Unterstützung bekam das HOP durch Diplom-Geograph Dominique Chasseriaud, der im Auftrag der GIZ als Berater im Einsatz war. Dabei war besonders herausfordernd, die geplante Strategieentwicklung mit den lokalen Bedürfnis-

sen der Bevölkerung in Einklang zu bringen.

**Büchen** ■ 1520 Vortrag mit Diskussion  
Dominique Chasseriaud  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)  
Dienstag, 09.04.24, 18.15-19.45 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 100 Teilnehmende

**Halden in Händen von Banden  
Mexikos informeller Müllsektor**



Massenkonsum und der Trend zu Einwegprodukten bescheren auch Mexiko immer mehr Müll. Die formale Infrastruktur Mexikos ist damit überfordert. Vor allem in ländlichen Gebieten übernehmen Millionen Menschen im informellen Sektor das Entsorgen, Sortieren und Wiederverwerten.

Obwohl viele Müllsammler\*innen ihre Gesundheit gefährden und bitterarm bleiben, steckt im Recyclingmarkt und seinen Wertschöpfungsketten so viel Geld, dass er für kriminelle Banden attraktiv ist. Kartelle entscheiden, wer Arbeit bekommt. Die Menschen auf den Deponien sind ihnen völlig ausgeliefert.

Pamela Cruz von Comunalia, einem Netzwerk von Bürgerstiftungen in Mexiko, und Zentli Gonzalez vom Institut für Entwicklungsplanung und Management der Metropolregion Guadalajara (IMEPLAN) erklären, warum für einen nachhaltigen Wandel, die gesamte Gesellschaft einbezogen und mitgenommen werden muss.

**Büchen** ■ 1524ON Englischsprachiger Vortrag mit Diskussion  
Pamela Cruz, Zentli Gonzalez  
Online-Angebot  
Dienstag, 23.04.24, 18.15-19.45 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung erforderlich.  
Die Zugangsdaten erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig per E-Mail vor Kursbeginn zugesandt.  
5 - 200 Teilnehmende

**Afrikanische Aspekte**

Unsere langjährige Kooperationsreihe mit dem Deutsch-Afrikanischen Zentrum und der Informationsstelle Südliches Afrika e. V. befasst sich in diesem Semester mit Müll, seine Vermeidung und Kreislaufwirtschaft



**Aus Plastikmüll entstehen Klassenzimmer**



Knapp 400 Millionen Tonnen Kunststoff werden jährlich weltweit produziert. Trotz einer wachsenden Recyclingindustrie stapeln sich die Plastikabfälle auf afrikanischen Mülldeponien, verstopfen Abwassersysteme und verschmutzen Flüsse und Meere. Kinder sammeln und sortieren auf Müllhalden Abfälle und atmen toxische Gase ein.

Iovanna Lesniewski und Robert Ewers vom Deutschen Komitee für UNICEF e. V. erläutern, wie UNICEF die Risiken von Abfällen für Kinder reduziert und gleichzeitig Plastikabfälle zur Schaffung von Arbeitsplätzen fördert. In der Elfenbeinküste etwa wird Plastikmüll zu Ziegeln geformt, aus denen günstige, stabile und nachhaltige Schulgebäude entstehen.

**Büchen** ■ 1530 Vortrag mit Diskussion Robert Ewers, Iovanna Lesniewski VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49 Montag, 19.02.24, 18.00-19.30 Uhr Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen. 5 - 20 Teilnehmende



**Abfallmanagement in Mosambik Strategien der Städte**



Wie in vielen afrikanischen Ländern erhöht sich auch in Mosambik das städtische Müllaufkommen beständig. Steigender Konsum verarbeiteter Produkte trägt ebenso dazu bei wie der Tourismus, der die Verwaltungen mancher Küstenstädte vor schwierige Aufgaben stellt. Aufgrund unzureichender Sammlung und Entsorgung wird Haushaltsmüll vielerorts vergra-

ben oder verbrannt.

Christian Konrad ist studierter Humangeograph und Spanischer Philologe und beriet im Auftrag der GIZ die Verwaltung der Küstenstadt Inhambane in Mosambik bei der Umsetzung einer Abfallmanagementstrategie. Dabei lernte er auch ungewöhnliche Lösungen kennen, etwa Müll, der in Kunsthandwerksgegenstände umgewandelt oder als Baumaterial eingesetzt wird.

**Büchen** ■ 1532 Vortrag mit Diskussion Christian Konrad VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49 Montag, 04.03.24, 18.00-19.30 Uhr Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen. 5 - 20 Teilnehmende



**Hausmüll zu Holzkohle Indigenes Wissen für die Kreislaufwirtschaft**



Viele indigene Völker in Afrika verfügen über Wissen, wie aus Haushalts- und Landwirtschaftsabfällen Brennstoffe hergestellt werden können. Massai-Frauen etwa weichen Abfälle in Wasser ein und verarbeiten sie zu einer Paste, die in lokal hergestellten Maschinen zu Briketts gepresst wird. Das Wissen, wie sie hergestellt werden, gibt eine Generation an die nächste weiter.

Rachel Nduati ist eine kenianische Multimedia-Journalistin, die sich dem Ziel verschrieben hat, negative Stereotypen über den afrikanischen Kontinent abzubauen. Anhand von Beispielen aus Kamerun, Kenia und Tansania schildert sie, was indigene Völker zur Entwicklung einer Kreislaufwirtschaft beitragen können.

**Büchen** ■ 1534 Vortrag mit Diskussion Rachel Nduati VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49 Montag, 18.03.24, 18.00-19.30 Uhr Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen. 5 - 20 Teilnehmende



**Leben auf dem Müll Die Gift-Deponie von Harare**



Die Menschen, die in der näheren und weiteren Umgebung der Pomona-Mülldeponie in Harare leben, sind gravierenden Gesundheitsrisiken ausgesetzt. Die Umweltverschmutzung rund um die Deponie erreicht astronomische Werte, die weit über den national und international empfohlenen Richtlinien liegen. Die Belastung mit Arsen und Cadmium etwa übersteigt die Grenzwerte um 20.000 Prozent,

so ein Bericht der Zimbabwe Environmental Management Agency. Das simbabwische TV-Studio Nafuna hat eigens für die „Afrikanische Aspekte“ eine TV-Dokumentation produziert. Nach der Vorführung (mit deutschen Untertiteln) werden der Produzent Nqo „Enqore“ Mlilo und Henry Munangatire, ehemaliger Stadtrat von Harare und Experte für die UN-Nachhaltigkeitsziele, online zugeschaltet. Sie diskutieren mit den Teilnehmenden über Müllvermeidung in afrikanischen Großstädten, Recycling und Gesundheitsgefahren durch Müll.

Moderation: Jürgen Langen

**Büchen** ■ 1536 Filmvorführung mit Diskussion Nqo Mlilo, Henry Munangatire, Jürgen Langen VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49 Montag, 08.04.24, 18.00-19.30 Uhr Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen. 5 - 20 Teilnehmende



**Building Wakanda Nachhaltiges Bauen in afrikanischen Städten**



Afrikanische Städte werden das Zuhause von weiteren 950 Million Menschen sein - und 80 Prozent der bis 2050 benötigten Gebäude sind noch nicht gebaut. Bei der Kreislaufwirtschaft im Bausektor geht es um alternative Baustoffe, nachhaltige Renovierung und Wiederverwendung von Materialien. Der Umbau zu zirkulären Bauweisen fördert idealerweise nicht nur ökologische Nachhaltigkeit, sondern auch lokale Wirtschaftsentwicklung und Beschäftigung.

Dr. Babette Never ist Senior Researcher am IDOS German Institut for Development and Sustainability und arbeitet im Bereich Grüne Wirtschaftsentwicklung. Am Beispiel Ruandas zeigt sie den Stand zirkulären Bauens und erklärt, welche Rahmenbedingungen geschaffen werden müssen, um den ganzen Sektor zu transformieren.

**Büchen** ■ 1538 Vortrag mit Diskussion Dr. Babette Never VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49 Montag, 22.04.24, 18.00-19.30 Uhr Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen. 5 - 20 Teilnehmende



**Die „Flipflop“ Ein Boot aus Badelatschen**

Die „Flipflop“ ist ein traditionelles afrikanisches Dhau-Segelboot, das aus über 30 000 Badelatschen und





weiterem Plastikmüll von der kenianischen Küste besteht. Ihre Initiator\*innen wollen mit dem Boot das Bewusstsein für schädliche Auswirkungen der Plastikverschmutzung auf die Ozeane schärfen und nachhaltige Vermeidungs-Praktiken fördern.

Der Bau der „Flipflop“ bringt das Potenzial von Kunststoffrecycling und die Reduzierung von Einwegplastik in die breite Öffentlichkeit und die internationale Politik. Ihre vielbeachtete Reise entlang der ostafrikanischen Küste verbreitete eine Botschaft für Meeresschutz und Abfallwirtschaft.

Der Politikwissenschaftler Jürgen Langen spricht mit den online zugeschalteten Katharina Elleke und Leonard Schürg über das Projekt und die Erfahrungen mit den Menschen, den Regierenden im Östlichen Afrika und afrikanischen Organisationen.

**Buchen** ■ **1540** Vortrag mit Diskussion Jürgen Langen, Katharina Elleke, Leonard Schürg  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Montag, 06.05.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 20 Teilnehmende



### Ghana vom Müll befreien



Bilder von schwelendem Elektroschrott auf den Halden Accras gingen um die Welt. Doch auch der in Ghana selbst anfallende Hausmüll ist zunehmend ein Problem: Deponien gibt es nur in einigen Städten, meist endet er am Straßenrand und in Bachläufen.

Antony Peddy will das ändern, denn der Müll ist nicht nur ein ökologisches Problem, seine fachgerechte Verwertung könnte auch Arbeitsplätze schaffen, neue Rohstoffe und Energie erzeugen. Deshalb reist Peddy jedes Jahr für mehrere Monate von Bremen in sein Geburtsland und versucht, mit unkonventionellen Maßnahmen lokale Könige und Verwaltungen zu überzeugen, ihn bei seinem Projekt zu unterstützen.

**Buchen** ■ **1542** Vortrag mit Diskussion Ovel Antony Peddy  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Montag, 27.05.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 20 Teilnehmende



### Maghreb im Fokus

Die Reihe „Maghreb im Fokus“ in Zusammenarbeit mit der Deutsch-Maghrebinischen Gesellschaft e. V. widmet sich in diesem Halbjahr Müll, seine Vermeidung und Kreislaufwirtschaft

### Mülltrennung und Kreislaufwirtschaft in Tunesien



In Tunesien wachsen die Müllberge und mit ihnen die Probleme. Die kleine Oasengemeinde El Guettar am Rande der Sahara

sucht gemeinsam mit dem Landkreis Böblingen nach einer Lösung. Mit seiner Unterstützung begann sie, als ersten Schritt auf dem Weg zu einer nachhaltigen Abfall- und Kreislaufwirtschaft, Müll zu trennen.

Die Verwaltungswissenschaftlerin Heike Roscher ist verantwortlich für Strategische Planung im Abfallwirtschaftsbetrieb Böblingen und betreut die Partnerschaft seit 2019. Sie erklärt, wie es zur Partnerschaft kam, wie sie sich verfestigte und wie El Guettar die Perspektive einer nachhaltigen Kommune umsetzt.

**Buchen** ■ **1550** Vortrag mit Diskussion Heike Roscher  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Mittwoch, 13.03.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 20 Teilnehmende



### Gift für Geschäft und Natur Müll und Massentourismus im Maghreb



Sandstrände, eine reiche Kultur, milde Temperaturen, wenn in Europa Oster- und Herbstferien sind, sowie kurze Flugzeiten - beste Voraussetzungen für den Tourismus im Maghreb. Doch herumliegender Müll schmälert das Urlaubserlebnis der Reisenden. Außerdem ist der Massentourismus selbst auch für beträchtliche Mengen an Müll verantwortlich, die oft nicht umweltgerecht entsorgt werden. So sägt die Branche an dem Ast, auf dem sie sitzt.

Der Maschinenbau-Ingenieur PD Dr. Abdallah Nassour lehrt Themenkomplexe der Abfallwirtschaft an der Universität Rostock. An Beispielen aus dem Maghreb zeigt er, wie Kommunen zusammen mit der Tourismuswirtschaft die Probleme anpacken, um zu einer nachhaltigen Kreislaufwirtschaft zu kommen.

**Buchen** ■ **1552** Vortrag mit Diskussion PD Dr.-Ing. habil. Abdallah Nassour  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Mittwoch, 10.04.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 20 Teilnehmende



### Internationaler Businessknigge

Für Details siehe Kurs Seite 144

**Buchen** ■ **5127** Wochenendseminar Irina Völker (Dipl.Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51  
Freitag, 19.04.24, 15.00-19.00 Uhr,  
Samstag, 20.04.24, 10.00-14.00 Uhr  
62,80 EUR; erm. 47,14 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Englisches Programm

### Halden in Händen von Banden Mexikos informeller Müllsektor

Für Details siehe Kurs Seite 37

**Buchen** ■ **1524ON** Englischsprachiger Vortrag mit Diskussion Pamela Cruz, Zentli Gonzalez  
Online-Angebot  
Dienstag, 23.04.24, 18.15-19.45 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung erforderlich.  
Die Zugangsdaten erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig per E-Mail vor Kursbeginn zugesandt.  
5 - 200 Teilnehmende



### Leben auf dem Müll Die Gift-Deponie von Harare

Für Details siehe Kurs Seite 38

**Buchen** ■ **1536** Filmvorführung mit Diskussion Nqo Mlilo, Henry Munangatire, Jürgen Langen  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Montag, 08.04.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 20 Teilnehmende



### Sprachencafé (jeden 2. Freitag im Monat) - Onlinekurs

Für Details siehe Kurs Seite 86

**Buchen** ■ **3241AON** Sprachencafé Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll  
Online-Angebot  
Freitag, 12.01.24, 17.00-19.00 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 30 Teilnehmende

## Sprachencafé (jeden 2. Freitag im Monat) - Onlinekurs

Für Details siehe Kurs Seite 87

- Büchen** ■ **3241BON** Sprachencafé  
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll  
Online-Angebot  
Freitag, 09.02.24, 17.00-19.00 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 30 Teilnehmende

## Sprachencafé (jeden 2. Freitag im Monat) - Onlinekurs

Für Details siehe Kurs Seite 87

- Büchen** ■ **3241CON** Sprachencafé  
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll  
Online-Angebot  
Freitag, 08.03.24, 17.00-19.00 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 30 Teilnehmende

## Sprachencafé (jeden 2. Freitag im Monat)

Für Details siehe Kurs Seite 87

- Büchen** ■ **3241D** Sprachencafé  
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
Freitags 10.05.-10.05.24,  
17.00-19.00 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 30 Teilnehmende

## Sprachencafé (jeden 2. Freitag im Monat)

Für Details siehe Kurs Seite 87

- Büchen** ■ **3241E** Sprachencafé  
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
Freitags 14.06.-14.06.24,  
17.00-19.00 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 30 Teilnehmende

## Quiz Night (Every First Friday of the Month) - Onlinekurs

Für Details siehe Kurs Seite 87

- Büchen** ■ **3242AON** Quiz Night  
Jean Lennox  
Online-Angebot  
Freitag, 01.03.24, 19.30-21.00 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 60 Teilnehmende

## Quiz Night (Every First Friday of the Month) - Onlinekurs

Für Details siehe Kurs Seite 87

- Büchen** ■ **3242BON** Quiz Night  
Jean Lennox  
Online-Angebot  
Freitag, 05.04.24, 19.30-21.00 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 60 Teilnehmende

## Quiz Night (Every First Friday of the Month) - Onlinekurs

Für Details siehe Kurs Seite 87

- Büchen** ■ **3242CON** Quiz Night  
Jean Lennox  
Online-Angebot  
Freitag, 03.05.24, 19.30-21.00 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 60 Teilnehmende

## Knit and Natter B1: Easy Conversation mit Stricken

Für Details siehe Kurs Seite 88

- Büchen** ■ **3260** Wochenendkurs  
Jacob Packham  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57  
Samstag, 24.02.24, 10.00-13.00 Uhr  
22,90 EUR; erm. 17,86 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## The Language of Folk Music B2 (Every First Saturday of the Month)

Für Details siehe Kurs Seite 89

- Büchen** ■ **3281** Kurs  
Jean Lennox  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61  
Samstags, 09.03.-06.07.24,  
11.45-13.15 Uhr, 5 Vormittage  
(09.03., 06.04., 04.05., 01.06. und  
06.07.)  
48,10 EUR; erm. 35,50 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## English Singalong: Spring Songs From England

Für Details siehe Kurs Seite 89

- Büchen** ■ **3282** Singalong  
Jean Lennox  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61  
Freitag, 10.05.24, 17.00-19.15 Uhr  
18,90 EUR; erm. 15,06 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Swearing and Slang B2/C1 - Weekend Course

Für Details siehe Kurs Seite 90

- Büchen** ■ **3291** Wochenendkurs  
Jacob Packham  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.59  
Samstag, 09.03.24, 10.00-13.00 Uhr  
22,90 EUR; erm. 17,86 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Cybersecurity for beginners

Für Details siehe Kurs Seite 148

- Büchen** ■ **5280** Wochenendseminar in  
englischer Sprache  
Barath Sankararaman  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60  
Samstag und Sonntag,  
24.02.-25.02.24, 9.00-12.15 Uhr, 2  
Tage  
47,86 EUR; erm. 35,33 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Cloud computing for absolute beginners

Für Details siehe Kurs Seite 149

- Büchen** ■ **5281** Wochenendseminar in  
englischer Sprache  
Barath Sankararaman  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60  
Samstag und Sonntag,  
09.03.-10.03.24, 9.00-12.15 Uhr, 2  
Tage  
47,86 EUR; erm. 35,33 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## IT Fundamentals - Begin An IT Career

Für Details siehe Kurs Seite 149

- Büchen** ■ **5283** Wochenendseminar in  
englischer Sprache  
Barath Sankararaman  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
Samstag und Sonntag,  
20.04.-21.04.24, 9.00-12.15 Uhr, 2  
Tage  
47,86 EUR; erm. 35,33 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Introduction to Office 365/ Microsoft 365(Online Mode)

Für Details siehe Kurs Seite 149

- Büchen** ■ **5284ON** Online-Wochenendseminar in  
englischer Sprache  
Barath Sankararaman  
Online-Angebot  
Samstag und Sonntag,  
25.05.-26.05.24, 9.00-12.15 Uhr, 2  
Tage  
47,86 EUR; erm. 35,33 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

**In the Kitchen with Escoffier - Elegant French Classics**

Für Details siehe Kurs Seite 226

**7960** Course  
Alessio Fangano  
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)  
Wednesday, 06.03.24,  
18.00-21.00 p.m.  
38,40 EUR; red. 33,96 EUR, including 12 EUR for cooking ingredients.  
8 - 12 Participants



**Sicilian Cooking for Vegetarians**

Für Details siehe Kurs Seite 226

**7961** Course  
Alessio Fangano  
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)  
Wednesday, 20.03.24,  
18.00-21.00 Uhr  
38,40 EUR; red. 33,96 EUR, including 12 EUR for cooking ingredients.  
8 - 12 Participants



**Indian Vegetarian Cooking - the Magic of Spices and Herbs**

Für Details siehe Kurs Seite 226

**7962** Course  
Masud Khan  
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)  
Tuesday, 30.04.24, 18.00-21.00 p.m.  
26,40 EUR; red. 21,96 EUR  
8 - 12 Participants



**Mediterranean Antipasti - Celebrating Spring**

Für Details siehe Kurs Seite 226

**7963** Course  
Alessio Fangano  
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)  
Wednesday, 15.05.24,  
18.00-21.00 p.m.  
38,40 EUR; red. 33,96 EUR, including 12 EUR for cooking ingredients.  
8 - 12 Participants



**Indian Cooking - Discover a New World of Spice & Flavour**

Für Details siehe Kurs Seite 226

**7964** Course  
Masud Khan  
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)  
Tuesday, 05.03.24, 18.00-21.00 p.m.  
26,40 EUR; red. 21,96 EUR  
8 - 12 Participants



**Indian Finger Foods - Crisp and Spicy in Just One Bite**

Für Details siehe Kurs Seite 227

**7967** Course  
Masud Khan  
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)  
Tuesday, 04.06.24, 18.00-21.00 p.m.  
26,40 EUR; red. 21,96 EUR  
8 - 12 Participants



**An exploration of India's fish dishes**

Für Details siehe Kurs Seite 227

**7968** Course  
Masud Khan  
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)  
Tuesday, 23.04.24, 18.00-21.00 p.m.  
26,40 EUR; red. 21,96 EUR  
8 - 12 Participants

**Natur und Umwelt**

**Der Garten der Bildung**

Ein bewusster Umgang mit der Natur, Gärtnern im privaten Rahmen und der Schutz der Ressource Boden gewinnen immer mehr an Bedeutung. So bietet die Volkshochschule Bonn mit dem „Garten der Bildung“ eine Möglichkeit, durch eigenes Handeln, Beobachten, Lernen und Erfahren aktiv an der Gestaltung eines ökologisch hochwertigen, partizipativen Nutzgartens teilzunehmen. Nicht zuletzt, um diese Idee auch im eigenen Bildungsumfeld oder im privaten Bereich umsetzen zu können. In allen Kursen gilt: Mitmachen ist erwünscht, Gartenkleidung empfohlen!



**Wasser ernten. Wie geht das?**

Rekord-Tiefstände in Flüssen, ausgetrocknete Felder auf dem Land, verdorrte Parks in den Städten. Die Trockenheit machte sich in den letzten Sommern deutlich bemerkbar. Trockenheit ist aber kein Schicksal, an dem wir nichts ändern können. Wie Haus- und Gartenbesitzer\*innen mit dem Regenwasser umgehen, ist entscheidend dafür, wie gut uns die Anpassung an den Klimawandel ge-

lingt. Thomas Oberländer, Autor des Buches „Wasser ernten“, gibt einen Einstieg in das Thema. Hier erfahren Sie:

- warum Wasser ein entscheidender Faktor bei der Anpassung an den Klimawandel ist,
  - warum Grundstücke, die besser mit Dürre klarkommen, auch robuster bei Starkregen sind,
  - wie wir das Regenwasser im Boden speichern können, bis unsere Pflanzen es brauchen und
  - wie wir auf diese Weise Schäden bei Starkregen vermeiden können.
- Nach dem Vortrag gibt es Gelegenheit zur Diskussion und eigenen Fragen.

**1700** Vortrag mit Diskussion  
Thomas Oberländer  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Dienstags 12.03.-12.03.24,  
17.00-18.30 Uhr  
Entgeltfrei, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 20 Teilnehmende



**spub.de**

**Imkern rund ums Bienenjahr**

Regelmäßig werfen die Imker\*innen einen Blick in den Bienenstock im Garten der Bildung. Sie können dabei sein, Waben in die Hand nehmen, vielleicht auch den ersten Honig naschen und Ihre Fragen stellen. Die Termine finden immer Freitag nachmittags statt. Den ersten Termin geben wir Anfang 2024 bekannt, die weiteren werden regelmäßig online nachgereicht. Melden Sie sich an und erhalten die Termine per Mail zugesandt.

**1702** Theorie & Praxis  
Lisa Bartsch  
VHS, Mülheimer Platz 1, Garten der Bildung  
Entgeltfrei

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter zwischen Haus der Bildung und Windeckbunker am Budafokpark.



**Weidenflechten**

Mit Weidenruten werden seit je her Haushaltsgegenstände hergestellt. Sie sind geschmeidig, biegsam und wachsen schnell. Flechtkünstler Klaus Klasen führt Sie an diesem Nachmittag in die Kunst des Weidenflechtens ein. Sie gestalten ein Ku-

gelgeflecht in der Größe von etwa 40 - 60 cm für Balkon, Terrasse oder Garten. Die fertige Kugel findet bei richtiger Platzierung auch als Nisthilfe Verwendung.

Bei niederschlagsfreiem Wetter findet die Veranstaltung im Garten statt. Bitte mitbringen: robuste Kleidung, Rosenschere, Ahle falls vorhanden.

**Buchen** ■ **1704** Workshop  
Klaus Klasen  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)  
Dienstags 09.04.-09.04.24,  
15.00-19.00 Uhr  
15,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
10 Teilnehmende

Das Material wird vor Ort bereitgestellt, die 15 Euro Materialkosten werden am Veranstaltungstag in bar beim Dozenten bezahlt.  
An- und Abmeldung sind bis spätestens 11. August 2023 möglich, um die Weiden vorbereiten zu können.

## Offener Gartentreff Hochbeete

### Aufbau, Pflege und Umsetzung

Gerade beim Gärtnern in der Stadt ist es oft wichtig, den Pflanzen auch auf engem Raum das bieten zu können, was sie zum Wachsen benötigen. Hochbeete und Kübel bieten optimale Lösungen, um auch ohne offene Erde „in die Höhe“ zu gärtnern. Welche Tricks und Besonderheiten es zu beachten gilt, erklärt Gärtnermeister Dominik Block im Garten der Bildung am Beispiel der hauseigenen Hochbeetkästen.

**Buchen** ■ **1706** Offener Gartentreff  
Dominik Block  
VHS, Mülheimer Platz 1, Garten der Bildung  
Mittwoch, 10.04.24, 17.00-19.00 Uhr  
Entgeltfrei

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter zwischen Haus der Bildung und Windeckbunker am Budafokpark.

## Tag der offenen Gartenpforte

Es gibt viel zu entdecken für Gartenfreunde, wenn sich die Gärten im Rheinland für Besucher\*innen öffnen!

In diesem Jahr nimmt der Garten der Bildung an einem Termin der offenen Gartenpforte teil. Der genaue Tag wird erst zu Beginn des Jahres 2024 festgelegt. Melden Sie sich an und erhalten Sie das Datum per Mail zugesandt.

**Buchen** ■ **1708** Gartenbesuch  
VHS, Mülheimer Platz 1, Garten der Bildung  
Entgeltfrei

## Offener Gartentreff

### Gründüngung Schnitt und Abräumen des Mahdguts im Bauerngarten

Begrünte Böden tragen auf vielfältige Weise zur Steigerung der Biodiversität und der allgemeinen Bodengesundheit bei. Was genau eine sogenannte Gründüngung ist, welche Formen es gibt, was diese bestenfalls beinhalten sollten sowie deren optimaler Aussaat-Zeitpunkt erklärt Gärtnermeister Dominik Block im Garten der Bildung am Beispiel des Bauerngartens.

**Buchen** ■ **1710** Offener Gartentreff  
Dominik Block  
VHS, Mülheimer Platz 1, Garten der Bildung  
Mittwoch, 24.04.24, 17.00-19.00 Uhr  
Entgeltfrei

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter zwischen Haus der Bildung und Windeckbunker am Budafokpark.

## Workshop

### Bodenbearbeitung und Düngung

Bevor wir ein Feld erfolgreich bestellen können, müssen wir zunächst den Boden angemessen vorbereiten. Mit welchem

Boden wir es bei uns im Garten zu tun haben, was es bei der Bodenbearbeitung zu beachten gilt, welche Techniken sich hierfür bewährt haben, wie wir die unterschiedlichen Böden für den Gartenbau bestmöglich aufwerten können und was es mit dem Thema „bedarfsgerechte Düngung“ auf sich hat, erklärt Gärtnermeister Dominik Block in diesem Workshop.

Im Anschluss an den theoretischen Teil wird der Boden des Bauerngartens im Garten der Bildung für die diesjährige Gartensaison mit allen zusammen vorbereitet. Spaten stehen hierfür ausreichend zur Verfügung.

**Buchen** ■ **1712** Workshop  
Dominik Block  
VHS, Mülheimer Platz 1, Garten der Bildung  
Samstag, 27.04.24, 10.00-14.30 Uhr  
Entgeltfrei, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 25 Teilnehmende

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter zwischen Haus der Bildung und Windeckbunker am Budafokpark.

## Offener Gartentreff Kompost



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 Steuerung des Prozesses. Gärtnermeister Dominik Block erklärt, worauf es bei der Kompostgewinnung ankommt und was es alles zu beachten gilt. Das erworbene Wissen wird im Garten der Bildung direkt in die Tat umgesetzt.

**Buchen** ■ **1714** Offener Gartentreff  
Dominik Block  
VHS, Mülheimer Platz 1, Garten der Bildung  
Dienstag, 30.04.24, 17.00-19.00 Uhr  
Entgeltfrei

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter zwischen Haus der Bildung und Windeckbunker am Budafokpark.



## Wurmboxen-Bau

Mit einer Wurmbox lassen sich viele Bioabfälle kompostieren. Der fertige Wurmhumus ist ein hervorragender Biodünger, der reich an Nährstoffen ist und das Bodenleben fördert. Die Würmer helfen fleißig dabei, den Nährstoffkreislauf zu schließen. Der erste Wurmkompost ist nach einigen Monaten fertig. Die Vorteile der Wurmkompostierung sind vielfältig. Sie ist geruchlos, einfach zu pflegen und benötigt nur wenig Platz. Die Kompostwürmer mögen es feucht und dunkel.

Anja Rickert ist freiberufliche Designerin für nachhaltiges Web- und Grafikdesign. Und Wurmboxen-Fan. Sie bringt das Material und natürlich Würmer mit und begleitet den Bau mit dem notwendigen Wissen, um mit einer Wurmbox starten zu können. Die fertige Wurmbox wird etwa 40 x 30 x 40 cm groß sein.

Büchen

■ **1716** Workshop  
Anja Rickert  
VHS, Mülheimer Platz 1, Garten der Bildung  
Donnerstag, 02.05.24,  
16.00-17.30 Uhr  
Entgeltfrei, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 12 Teilnehmende

Das Material wird vor Ort bereitgestellt, die 22 Euro Materialkosten werden am Veranstaltungstag in bar bei der Dozentin bezahlt. Eine Anmeldung ist spätestens bis zum 25. April 2024 möglich.



## Workshop Anzucht und Aussaat

Was sind die Bedürfnisse von Pflanzen? Was brauchen sie, um erfolgreich wachsen und gedeihen zu können? Was kann bereits bei Aussaat und Anzucht beachtet werden? Welche unterschiedlichen Anzucht- und Aussaat-Techniken gibt es? Und wann ist der richtige Zeitpunkt für welche Kultur? All diese Fragen erklärt Gärtnermeister Dominik Block am Beispiel des Bauerngartens im Garten der Bildung. Neben der Theorie erfahren die Kursteilnehmenden auch in der Praxis, welche händischen Aussaat-Verfahren es gibt und wie eine fachgerechte Ausbringung gelingt.

Büchen

■ **1718** Workshop  
Dominik Block  
VHS, Mülheimer Platz 1, Garten der Bildung  
Samstag, 04.05.24, 10.00-14.30 Uhr  
Entgeltfrei, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 25 Teilnehmende

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter zwischen Haus der Bildung und Windeckbunker am Budafokpark.



## Offener Gartentreff Wildblumenwiesen

Artenreiche Wildblumenwiesen sind das Ergebnis unserer Jahrhunderte alten Kulturlandschaft und bieten die Grundlage für eine Vielzahl unterschiedlicher Lebewesen. Wie wir auch bei uns im Garten eine solche artenreiche Wildblumenwiese erfolgreich anlegen und pflegen und somit die Biodiversität auch auf kleinem Raum fördern können, erklärt Gärtnermeister Dominik Block im Garten der Bildung.

Büchen

■ **1720** Offener Gartentreff  
Dominik Block  
VHS, Mülheimer Platz 1, Garten der Bildung  
Mittwoch, 15.05.24, 17.00-19.00 Uhr  
Entgeltfrei

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter zwischen Haus der Bildung und Windeckbunker am Budafokpark.

## Offener Gartentreff Kultivieren in Kübeln & Pflanzkisten

Gerade beim Gärtnern in der Stadt ist es oft wichtig, den Pflanzen auch auf engem Raum noch das bieten zu können, was sie zum Wachsen benötigen. Hochbeete und Kübel bieten hier optimale Lösungen, um auch ohne offene Erde in die Höhe zu gärtnern. Welche Tricks und Besonderheiten es hierbei zu beachten gilt erklärt Gärtnermeister Dominik Block im Garten der Bildung am Beispiel der hauseigenen Kübelpflanzen.

Büchen

■ **1722** Offener Gartentreff  
Dominik Block  
VHS, Mülheimer Platz 1, Garten der Bildung  
Mittwoch, 05.06.24, 17.00-19.00 Uhr  
Entgeltfrei

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter zwischen Haus der Bildung und Windeckbunker am Budafokpark.



## Workshop Mischkultur und Fruchtfolge

Um im Garten die Bodengesundheit langfristig aufrecht zu erhalten und Boden und Bodenleben kontinuierlich und nachhaltig zu verbessern, gibt es bereits bei der Auswahl des richtigen Standortes für eine Kultur sowie bei der Wahl des Nachbarn eine Menge zu beachten. Welche Kniffe und Tricks dabei helfen, nicht nur die eigenen Ernteerträge zu steigern, sondern auch der Biodiversität und dem Bodenleben im eigenen Garten etwas Gutes zu tun, erklärt Gärtnermeister Dominik Block am Beispiel des Bauerngartens im Garten der Bildung.

Büchen

■ **1724** Workshop  
Dominik Block  
VHS, Mülheimer Platz 1, Garten der Bildung  
Samstag, 08.06.24, 10.00-14.30 Uhr  
Entgeltfrei, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 25 Teilnehmende

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter zwischen Haus der Bildung und Windeckbunker am Budafokpark.



## Offener Gartentreff Mulch und Beikrautmanagement

„1 x Hacken spart 3 x Gießen“ heißt es in einer bekannten Gärtnerregel. Was ist dran an der alten Weisheit? Und was hat es sonst noch so auf sich mit einem effektiven Beikrautmanagement? Was ist Mulch? Und welche Vor- und Nachteile bringt dieser beim Gärtnern mit sich? Diesen und weiteren Fragen gehen wir gemeinsam mit Gärtnermeister Dominik Block im Garten der Bildung auf den Grund, während wir fleißig die Hacke schwingen.

Büchen

■ **1726** Offener Gartentreff  
Dominik Block  
VHS, Mülheimer Platz 1, Garten der Bildung  
Mittwoch, 19.06.24, 17.00-19.00 Uhr  
Entgeltfrei

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter zwischen Haus der Bildung und Windeckbunker am Budafokpark.

## Offener Gartentreff Wassermanagement im Garten

In Zeiten länger anhaltender Dürreperioden und steigender Temperaturen gewinnt das Thema „Wasser“ auch bei uns in den Privatgärten immer stärker an Bedeutung. Welche verschiedenen Möglichkeiten es gibt wassersparender zu gärtnern, Wasser gezielt einzufangen, zu speichern und bei Bedarf effizient an die Pflanzen zu bringen, zeigt Gärtnermeister Dominik Block im Garten der Bildung.

Büchen

■ **1728** Offener Gartentreff  
Dominik Block  
VHS, Mülheimer Platz 1, Garten der Bildung  
Mittwoch, 03.07.24, 17.00-19.00 Uhr  
Entgeltfrei

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter zwischen Haus der Bildung und Windeckbunker am Budafokpark.

## Offener Gartentreff Mischkultur und Fruchtfolge

Um im Garten die Bodengesundheit langfristig aufrecht zu erhalten und Boden und Bodenleben kontinuierlich und nachhaltig zu verbessern, gibt es bereits bei der Auswahl des richtigen Standortes für eine Kultur sowie bei der Wahl des richtigen Nachbarn eine Menge zu beachten. Welche Kniffe und Tricks dabei helfen, nicht nur die eigenen Ernteerträge zu steigern, sondern auch der Biodiversität und dem Bodenleben im eigenen Garten etwas Gutes zu tun, erklärt Gärtnermeister Dominik Block am Beispiel des Bauerngartens im Garten der Bildung.

**Büchen** ■ **1730** Offener Gartentreff  
Dominik Block  
VHS, Mülheimer Platz 1, Garten der Bildung  
Mittwoch, 17.07.24, 17.00-19.00 Uhr  
Entgeltfrei

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter zwischen Haus der Bildung und Windeckbunker am Budafokpark.

## Offener Gartentreff Mulch und Beikrautmanagement

„1 x Hacken spart 3 x Gießen“ heißt es in einer bekannten Gärtnerregel. Was ist dran an der alten Weisheit? Und was hat es sonst noch so auf sich mit einem effektiven Beikrautmanagement? Was ist Mulch? Und welche Vor- und Nachteile bringt dieser beim Gärtnern mit sich? Diesen und weiteren Fragen gehen wir gemeinsam mit Gärtnermeister Dominik Block im Garten der Bildung auf den Grund, während wir fleißig die Hacke schwingen.

**Büchen** ■ **1732** Offener Gartentreff  
Dominik Block  
VHS, Mülheimer Platz 1, Garten der Bildung  
Mittwoch, 14.08.24, 17.00-19.00 Uhr  
Entgeltfrei

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter zwischen Haus der Bildung und Windeckbunker am Budafokpark.

## Offener Gartentreff Herbst- und Wintergemüse

An diesem Termin geht es um das Thema Herbst- und Winterkulturen. Welche Kulturen kann man in diesem Jahr noch pflanzen oder aussäen? Wie kann ich meine Ernte am Besten überwintern? Welche Schutzmaßnahmen eignen sich hierfür am besten?

**Büchen** ■ **1734** Offener Gartentreff  
Dominik Block  
VHS, Mülheimer Platz 1, Garten der Bildung  
Mittwoch, 28.08.24, 17.00-19.00 Uhr  
Entgeltfrei

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter zwischen Haus der Bildung und Windeckbunker am Budafokpark.

## Offener Gartentreff Wildblumenwiese

Artenreiche Wildblumenwiesen sind das Ergebnis unserer Jahrhunderte alten Kulturlandschaft und bieten die Grundlage für eine Vielzahl unterschiedlicher Lebewesen. Wie auch im privaten Garten eine artenreiche Wildblumenwiese angelegt und gepflegt werden kann, erklärt Gärtnermeister Dominik Block im Garten der Bildung. Nicht zuletzt, um so die

Biodiversität auch auf kleinem Raum zu fördern.

**Büchen** ■ **1736** Offener Gartentreff  
Dominik Block  
VHS, Mülheimer Platz 1, Garten der Bildung  
Mittwoch, 11.09.24, 17.00-19.00 Uhr  
Entgeltfrei

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter zwischen Haus der Bildung und Windeckbunker am Budafokpark.



## Vögel brauchen ein Zuhause Nistkästen selber bauen

Um Vögeln im heimischen Garten ein zu Hause zu bieten, braucht es zu aller erst Nahrungs- und Wasserquellen. Heimische Blumen, Stauden, Sträucher und Bäume bieten eine Vielzahl an Samen und Früchten. Und auch wilde Ecken im Garten, in denen etwa Brennesseln wachsen dürfen, locken Raupen und Falter an, die wiederum den Vögeln als Nahrungsquelle dienen. Neben dem natürlichen Unterschlupf in heimischen Hecken und alten Bäumen bieten auch Nisthilfen einen geeigneten Raum zum Brüten.

Nach einer Einführung in die Welt der Vögel werden Nistkästen für Höhlen- oder Halbhöhlenbrüter gebaut. Vorbereitetes Holz, Farbe und das notwendige Werkzeug stehen bereit und jeder kann anschließend das neue Zuhause für die gefiederten Freunde mit nach Hause nehmen.

**Büchen** ■ **1738** Workshop  
Olaf Stümpel  
VHS, Mülheimer Platz 1, Garten der Bildung  
Dienstags 17.09.-17.09.24,  
17.00-19.30 Uhr  
11,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
8 - 12 Teilnehmende

Das Material wird vor Ort bereitgestellt, die 22 Euro Materialkosten werden am Veranstaltungstag in bar beim Dozenten bezahlt. An- und Abmeldung sind bis spätestens 9. September 2024 möglich, um das Material vorbereiten zu können.



## Offener Gartentreff Ernte und Gründüngung im Bauerngarten

Begrünte Böden tragen auf vielfältige Weise zur Steigerung der Biodiversität und der allgemeinen Bodengesundheit bei. Gärtnermeister Dominik Block erklärt, was genau eine Gründüngung ist, welche Formen es gibt,

was diese bestenfalls beinhalten sollte und wann der optimale Aussaat-Zeitpunkt ist - alles am Beispiel des Bauerngartens.

Da die diesjährige Ernte unter den Kursteilnehmern verteilt wird, gerne Taschen mitbringen.

**Büchen** ■ **1740** Offener Gartentreff  
Dominik Block  
VHS, Mülheimer Platz 1, Garten der Bildung  
Mittwoch, 25.09.24, 17.00-19.00 Uhr  
Entgeltfrei

Treffpunkt ist vor dem Eisengatter zwischen Haus der Bildung und Windeckbunker am Budafokpark.



## 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.



## Amphibien in Bonn

Durch ihre komplexe Lebensweise stellen Amphibien hohe Ansprüche an ihre Umwelt und gehören weltweit zu den am stärksten bedrohten Tierarten: Sie benötigen strukturreiche Landlebensräume im Sommer, frostsichere Quartiere im Winter und intakte Laichhabitats im Frühjahr. Zu Beginn der Amphibiensaison zeigen wir Ihnen in einem bunten Bildervortrag die Artenvielfalt dieser spannenden Gruppe, berichten über ihre Gefährdung und ihren Schutz inklusive konkreter Schutzprojekte im Raum Bonn.

**Büchen** ■ **1750** Vortrag mit Diskussion  
Monika Hachtel  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05  
Dienstag, 20.02.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 80 Teilnehmende



## Wilde Tiere auf Friedhöfen, in Parks und Gärten von Bonn

Anhand regionaler Beispiele und anschaulicher Bilder aus dem vom Landschaftsverband Rheinland geförderten Projekt „Lebensstätte

Friedhof“ zeigen wir, was man in Bonner Grünanlagen an interessanten Tieren erwarten und wie man Lebensräume für sie attraktiv machen kann. Von A wie Amsel bis Z wie Zauneidechse gibt es viele Arten, die sich bei uns wohlfühlen und solche Bereiche als Rückzugsraum nutzen, wenn man schöne Strukturen anbietet und Flächen naturnah gestaltet.

**Büchen** ■ **1752** Vortrag mit Diskussion  
Monika Hachtel  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05  
Dienstag, 05.03.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 80 Teilnehmende



**Zu Besuch bei der Bio-Imkerei  
Elschner**

Die Familienimkerei Elschner bewirtschaftet 36 Bienenvölker auf sieben Standorten in Beuel. Ihren Honig vermarkten sie etwa über die Marktschwärmerei Beuel-Mitte. Anna Elschner stellt „kalt“ das Imkerhandwerk an typischen Tätigkeiten vor und erklärt, wie Bienen wohnen und wie ein Bienenleben aussieht. Ein kurzer Sparziergang führt zu einem Bienen-Stand. Hier wird „warm“ gezeigt, wie es im Stock zugeht und wie beeindruckend die Geräuschkulisse eines ganzen Volkes sein kann. Bei Bedarf stehen einige Schutzjacken zur Verfügung. Honig kann vor Ort erworben werden.

**Büchen** ■ **1754** Informationsbesuch  
Annastasia Elschner  
Imkerei Elschner, Stieldorferstraße  
12, 53229 Bonn  
Donnerstag, 21.03.24,  
17.00-18.30 Uhr  
8,00 EUR, Anmeldung empfohlen.  
5 - 80 Teilnehmende



**Der Gartenschläfer  
Ein unbekanntes Wildtier**

In den letzten vier Jahren erforschten der BUND (Bund für Umwelt- und Naturschutz Deutschland) gemein-

sam mit der Senckenberg Gesellschaft und der Justus-Liebig-Universität Gießen in seinem Projekt „Gartenschläfer in Deutschland“ ausführlich das Vorkommen und die Lebensweise des Gartenschläfers. Denn diese mausgroße Schlafmausart ist das am stärksten im Bestand zurückgegangene Nagetier Europas und keiner weiß wieso. Nun kann das Projekt seine Ergebnisse präsentieren und die Schutzmaßnahmen beginnen. Erfahren Sie bei diesem Vortrag von der Biologin Dr. Christine Thiel-Bender, Projektkoordinatorin beim BUND Landesverband NRW, wie das Wildtier des Jahres 2023 lebt und was wir alle für seinen Fortbestand tun können.

**Büchen** ■ **1756** Vortrag mit Diskussion  
Dr. Christine Thiel-Bender  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05  
Dienstag, 23.04.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 80 Teilnehmende



**Giftpflanzen und Pflanzengifte  
Naturkundliche Wanderung durch  
Mehlems Grünanlagen und  
Vorgärten**

In Bonner Parks und Gärten finden sich Pflanzen, die für Menschen und Tiere gefährliche Inhaltsstoffe enthalten und die man kennen sollte, auch um Gefahren für Kinder zu vermeiden.

Bei einem Rundgang durch Mehlems Grünanlagen und Gärten werden die hier wachsenden Arten von dem Diplom-Biologen Oliver Schall vorgestellt und deren Giftwirkungen und beteiligte Pflanzengifte von Pharmazeut Bastian Schall erläutert:

- für Menschen tödlich gefährliche Arten, wie der Goldregen oder die Eibe
- Arten deren Giftwirkung vielen unbekannt ist, wie beim Efeu
- Arten, die häufig bei Giftberatungen angefragt werden, wie die Mahonie, deren Beeren aber kaum giftig sind.

**Büchen** ■ **1758** Rundgang  
Oliver Schall, Bastian Schall  
Bushaltestelle Mehlem Kapelle  
Sonntag, 28.04.24, 10.00-12.30 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 30 Teilnehmende

Treffpunkt: Bushaltestelle Mehlemer Kapelle, Ecke Meckenheimer Straße / An der Nesselburg



**Zu Besuch auf dem Bioland-Hof  
Apfelbacher**

Max und Therese Apfelbacher gründeten nach ihrem Studium der Agrarbiologie 1980 ihren eigenen Gemüsebaubetrieb in Bornheim-Brenig, im Vorgebirge zwischen Köln und Bonn gelegen, auf den fruchtbaren Lössböden der Ville. Sie schlossen sich auch gleich dem kurz zuvor gegründeten Bioland-Verband an. Mit der Betriebsaussiedlung 2008 und dem Bau des neuen Hofes in der Tombergstraße wurde auch der Raum für einen Hofladen geschaffen.

Mittlerweile wird auf etwa 20 ha, hauptsächlich Gemüse angebaut, davon rund 1000 m<sup>2</sup> unter Glas und Folie, und auf den zugehörigen Feldern wachsen Erdbeeren und anderes Beerenobst. Der naturnahe Garten rund um den Hof lädt ein zum Selbst-Pflücken, zum Ausruhen und Genießen und verdeutlicht den Besuchern, wie biologischer Anbau funktioniert.

**Büchen** ■ **1760** Informationsbesuch  
Johann Apfelbacher  
Hofladen Bioland-Hof Apfelbacher  
Tombergstraße 1, 53332 Bornheim  
Mittwoch, 08.05.24, 16.00-17.30 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich  
5 - 20 Teilnehmende



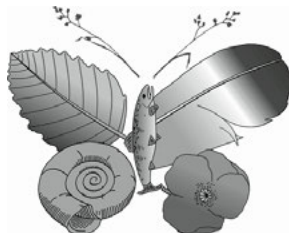
**Schafe unterwegs als  
Landschaftspfleger**

Wanderschäfer Johannes Bois von der Schäferei Rheinblick ist im Hunsrück mit Wanderschafen groß gewor-

den. 2019 hat er seine Leidenschaft zum Beruf gemacht. Pro Jahr legt der Wanderschäfer mit etwa 340 Schafen und vier Hütehunden rund 300 Kilometer zurück. Von Remagen, wo die Tiere auf der heimischen Weide überwintern, in den Hunsrück - und zurück. Seit 2023 ist er mit seinen Schafen auch als Landschaftspfleger in Bonn und dem Rhein-Sieg-Kreis unterwegs. Die Beweidung mit Schafen und Ziegen bietet die Möglichkeit, schwer zugängliche Standorte naturverträglich zu pflegen, die biologische Artenvielfalt zu fördern und zu verhindern, das Flächen mit Büschen zuwachsen.

Der genaue Treffpunkt am 15. Mai 2024 wird zwei Wochen vorher bekannt gegeben, er ist aller vorausicht nach am Ennerthang in Oberkassel.

**Büchen** ■ 1762 Exkursion  
Johannes Bois  
Mittwoch, 15.05.24, 16.00-17.30 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich  
5 - 20 Teilnehmende



### Kräuter und Essbares am Wegesrand

Vor der Haustür oder in Parks wachsen Delikatessen, die dem Angebot im Supermarkt an Vitalstoffen um nichts nachstehen und teilweise sogar das Superfood aus Übersee in den Schatten stellen. Und das ohne Transportwege, Verpackungsmüll und Kosten. Wir profitieren also, wenn wir diese Pflanzen erkennen, schätzen lernen und ihnen Raum in unserer Stadt geben. Auch Vögeln und Insekten bieten sie geeigneten Lebensraum und tragen zur Lebendigkeit unserer Stadt bei.

Diplom-Biologin und Umweltpädagogin Suzanne Navarro führt Sie auf dieser Exkursion zu wilden und heimischen Delikatessen am Wegesrand. Neben den Grundlagen der Pflanzenbestimmung lernen Sie, wo Sie gefahrlos pflücken können und wo Sie es lieber sein lassen sollten. Nebenbei erfahren Sie Wissenswertes über die unscheinbaren Nutzpflanzen um uns herum. Auf der Exkursion legen wir eine Strecke von ca. 1 km zurück.

**Büchen** ■ 1764 Exkursion  
Suzanne Navarro  
Treff: Meckenheimer Allee/Ecke Fußweg Wolfgang-Paul-Allee  
Donnerstag, 16.05.24, 17.00-18.30 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich  
5 - 20 Teilnehmende



### Auf #Krautschau gegen Pflanzenblindheit Ein Feierabendspaziergang

In den Städten brauchen wir Pflanzen besonders dringend zur Abmilderung der Folgen des Klimawandels. Und zwar nicht nur die Bäume und Parks. Denn wer hinschaut, findet sogar in unseren von Beton und Asphalt geprägten Innenstädten überall Pflanzen: Winziges, zähes Grün wächst fast überall, zwischen Pflastersteinen, in Rinnsteinfugen und Mauerritzen. Und eben nicht nur Grün, sondern eine Vielzahl von Kräutern, Gräsern und Moosen.

Die Stadtbotanik-Aktion #Krautschau möchte ein Bewusstsein für die Präsenz von Wildpflanzen im urbanen Raum und für die Bedeutung von Natur in den Städten schaffen. Die Aktion kam aus Frankreich über England nach Deutschland: Hier haben sich dafür in den sozialen Medien die Hashtags #Krautschau und #MehrAlsUnkraut etabliert.

Dr. Nicole Nöske arbeitet im FörTax-Projekt am Leibniz-Institut zur Analyse des Biodiversitätswandels, Museum Koenig. Zusammen mit Jun.-Prof. Dr. Lisa Biber-Freudenberger vom Zentrum für Entwicklungsforschung (ZEF) der Universität Bonn verschafft sie bei diesem Spaziergang den pflanzlichen Kämpfernaturen mit bunter Kreide Aufmerksamkeit. Der Spaziergang endet am ZEF in der Genscherallee. Bei Bedarf kann zusätzlich auch auf Englisch referiert werden.

**Büchen** ■ 1766 Exkursion  
Dr. Nicole Nöske  
Museum Alexander Koenig, Adenauerallee 162, 53111 Bonn, Treffpunkt Foyer  
Donnerstag, 23.05.24, 16.00-18.00 Uhr  
Entgeltfrei, schriftliche Anmeldung erforderlich  
5 - 20 Teilnehmende



### Solidarische Landwirtschaft Wie funktioniert das?

Sie bevorzugen frische, gesunde Nahrungsmittel aus regionalem ökologischem Landbau? Stadtnah erzeugt und umweltfreundlich verteilt? Sie wünschen sich eine bäuerliche Landwirtschaft, die auf Nachhaltigkeit setzt, Verpackungsmüll und Energieverbrauch reduziert und auf Boden- und Artenschutz achtet? Und die nicht zuletzt Freude macht durch Gemeinschaftserleben? Dann sollten Sie sich die Solidarische Landwirtschaft Bonn Rhein Sieg mal genauer ansehen.

**Büchen** ■ 1768 Informationsbesuch  
Kathy Geiss-Rigoni  
SoLaWi Bonn/Rhein-Sieg e.V., Fuhrweg 69, 53332 Bornheim-Roisdorf  
Samstag, 25.05.24, 15.00-17.00 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich  
5 - 20 Teilnehmende



### Biodiversität auf dem Poppelsdorfer Friedhof

Im Rahmen des vom Landschaftsverband Rheinland geförderten Projekt „Lebensstätte Friedhof“ hat die Biologische Station zusammen mit der Stadt Bonn viele Maßnahmen zur ökologischen Aufwertung auf dem Poppelsdorfer Friedhof umgesetzt, die auf dieser Exkursion vorgestellt werden. Von der Blumenwiese über Wildbienenwände und Nistkästen bis hin zum Totholzhaufen eignen



sich viele Aktionen auch zur Umsetzung im eigenen Garten.

Monika Hachtel gibt praktische Tipps und erläutert, welche Tierarten in Bonn anzutreffen sind und wie sie gefördert werden können.

Büchen

■ **1770** Exkursion  
 Monika Hachtel  
 Treffpunkt: Poppelsdorfer Friedhof an der Kapelle  
 Samstag, 01.06.24, 11.00-12.30 Uhr  
 8,00 EUR, Anmeldung empfohlen.  
 5 - 20 Teilnehmende



**Die CampusAckerdemie der Uni Bonn**

Das Pilotprojekt CampusAckerdemie bringt das Thema Bildung für nachhaltige Entwicklung in die Lehrer\*innenbildung. Student\*innen der Uni Bonn pflanzen, pflegen und verarbeiten auf dem eigenen CampusAcker bis zu 30 Gemüsearten und erwerben dabei landwirtschaftliche Fähigkeiten für einen wirkungsvollen Unterricht im Schulgarten.

Darüber hinaus macht das Bildungsprogramm erfahrbar, wie viel Arbeit und auch Freude in einem Bund Möhren steckt, und wirbt so für mehr Wertschätzung für Natur und Lebensmittel. Das Hochschulprogramm CampusAckerdemie wurde von dem Verein Acker e. V. ins Leben gerufen und wird bundesweit an verschiedenen Hochschulen umgesetzt.

Büchen

■ **1772** Exkursion  
 Dr. Jonathan Hense  
 Campusmensa Poppelsdorf, Campusallee/ Ecke Rose-Marie-Wegner-Straße  
 Dienstag, 04.06.24, 18.00-19.30 Uhr  
 8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
 5 - 20 Teilnehmende



**Das Naturschutzgebiet Lyngsberg  
 Naturkundliche Wanderung im ehemaligen Steinbruch und Aufstieg in die Waldflächen oberhalb der Bruchkante**

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 Schwalbenwurz, Heilziest und Schwarzstieliger Streifenfarn. Und auch der Uhu kommt im Gebiet vor.

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 weitergeht.

Büchen

■ **1774** Exkursion  
 Oliver Schall  
 Naturschutzgebiet Lyngsberg  
 8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
 5 - 20 Teilnehmende

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

**Haus der Natur**

Auch in diesem Semester finden Sie die Angebote ab der Kursnummer 1800 in diesem Fachbereich.

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

**Vogelfotografie vor der Haustür**

Das Fotografieren von Wildtieren im städtischen Raum bringt zahlreiche Herausforderungen mit sich. Gerade die Nähe zum Menschen kann hier aber auch eine Chance sein, da die Tiere neugierige Beobachtende gewöhnt sind. Im Rahmen eines kleinen Workshops wollen wir gemeinsam über die Möglichkeiten der Vogelfotografie in einer Stadtnatur sprechen. An einer eigens für diesen

Workshop eingerichteten Winterfütterung wird gezeigt, wie sich eindrucksvolle Fotos von Vögeln einfangen lassen. Über drei Jahre hat Naturfilmer und Umweltreferent Stefan Decker die Natur im Bonner Stadtwald fotografisch dokumentiert. Im Rahmen dieses Kurses teilt er wertvolle Tipps und Tricks. Wir empfehlen eine Kamera (Kompaktkamera, Spiegelreflexkamera, Systemkamera etc.) mit mind. 200mm Brennweite mitzubringen.

Für Erwachsene und Jugendliche ab zwölf Jahren.

Büchen

■ **1800** Workshop  
 Stefan Decker  
 Treffpunkt: Haus der Natur, An der Waldau 48, 53127 Bonn, neben dem Haupteingang  
 Sonntag, 04.02.24, 14.00-16.00 Uhr  
 Erwachsene 10,00 Euro, Jugendliche 5,00 Euro, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
 4 - 8 Teilnehmende

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



**Vor unserer Haustür**

Die Natur vor unserer Haustür hat so einiges zu bieten. Unter anderem im Rahmen seiner Arbeit für das Haus der Natur hat Naturfilmer und Umweltreferent Stefan Decker die heimische Tier- und Pflanzenwelt im Kotenforst über mehrere Jahre in eindrucksvollen Fotos und Filmen dokumentiert. Regelmäßig ist er bei Fuchs und Dachs zu Gast oder kennt die geheimen Schlafplätze der Eulen. Im Rahmen dieses Vortrags zeigt er, was einem bei einem gewöhnlichen Waldspaziergang meist verborgen bleibt. Ein spannendes Erlebnis für die ganze Familie, nachdem ein jeder den Wald vor unserer Haustür mit neuen Augen sehen wird.

Für Erwachsene und Kinder ab acht Jahren.

Büchen

■ **1802** Multimediavortrag  
 Stefan Decker  
 Treffpunkt: Haus der Natur, An der Waldau 48, 53127 Bonn, neben dem Haupteingang  
 Erwachsene 6,00 EUR, Kinder und Jugendliche kostenlos, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
 5 - 50 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

**BaumArt: Gestalten mit Blättern, Ästen und Ton**

**Begleitend zur aktuellen Ausstellung „Wasserwerke und Luftgeister“**

Der Wald bietet zu jeder Jahreszeit die Möglichkeit, kreativ zu werden. Äste, Blätter, Ton und anderes Naturmaterial können zum Gestalten von Baumgesichtern und Mandalas genutzt werden. Wir wollen mit Formen und Farben spielen und nebenbei noch etwas über unsere Bäume erfahren. Zum Abschluss sehen wir uns noch gemeinsam die Kunstwerke der aktuellen Ausstellung an. Für Erwachsene und Kinder ab sechs Jahren.

**Büchen** ■ **1804** Workshop  
Lydia Papadopoulos  
Treffpunkt: Haus der Natur, An der Waldau 48, 53127 Bonn, neben dem Haupteingang  
Sonntag, 17.03.24, 15.00-17.00 Uhr  
Erwachsene 7,00 Euro,  
Kinder 3,00 Euro,  
schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 20 Teilnehmende

Das Programm findet 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.

Für Kinder ab sechs Jahren und ihre Begleitpersonen.

**Büchen** ■ **1806** Exkursion  
Alisha Jung  
Treffpunkt: Haus der Natur, An der Waldau 48, 53127 Bonn, neben dem Haupteingang  
Freitag, 05.04.24, 20.00-22.00 Uhr  
Erwachsene 6,00 EUR,  
Kinder 3,00 EUR,  
schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 20 Teilnehmende

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



**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?

Für Familien mit Kindern von drei bis sieben Jahren.

**Büchen** ■ **1808** Exkursion  
Sonja Bärwinkel  
Treffpunkt: Haus der Natur, An der Waldau 48, 53127 Bonn, neben dem Haupteingang  
Samstag, 06.04.24, 10.00-12.00 Uhr  
Erwachsene 6,00 EUR,  
Kinder 3,00 EUR,  
schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 20 Teilnehmende

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



**Zu Besuch bei Majas wilden Schwestern**

**Begleitend zur aktuellen Ausstellung „Mensch Biene!“**

Ob alt ob jung - Jeder kennt die kleine, lustige Biene Maja. Neben unserer beliebten Honigbiene gibt es jedoch alleine in Deutschland fast 600 Wildbienen. Majas wilde Schwestern sehen teilweise ganz anders aus und haben die unterschiedlichsten Lebensweisen - und gerade das macht sie so wichtig für die Bestäubung zahlreicher Pflanzen. Wir wollen gemeinsam mit Spiel und Spaß mehr über Wild- und Honigbienen erfahren. Zum Schluss wollen wir einigen ein neues zu Hause schenken, indem wir Wildbienenhotels bauen, die im eigenen Garten aufgehängt werden können.

Für Familien mit Kindern ab sechs Jahren.

**Büchen** ■ **1810** Workshop  
Linda Müller  
Treffpunkt: Haus der Natur, An der Waldau 48, 53127 Bonn, neben dem Haupteingang  
Samstag, 13.04.24, 10.00-12.00 Uhr  
Erwachsene 8,00 EUR,  
Kinder 5,00 EUR, (inklusive Materialkosten),  
schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 20 Teilnehmende



**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.

Für (Groß-)Eltern mit (Enkel-)Kindern ab fünf Jahren.

**Büchen** ■ **1812** Exkursion  
Linda Müller  
Treffpunkt: Haus der Natur, An der Waldau 48, 53127 Bonn, neben dem Haupteingang  
Sonntag, 14.04.24, 14.00-16.00 Uhr  
Erwachsene 8,00 EUR,  
Kinder 3,00 EUR,  
schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 20 Teilnehmende

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

Für Kinder ab sechs Jahren und ihre Begleitpersonen.

**Büchen** ■ **1814** Exkursion  
Alisha Jung  
Treffpunkt: Haus der Natur, An der Waldau 48, 53127 Bonn, neben dem Haupteingang  
Freitag, 19.04.24, 20.00-22.00 Uhr  
Erwachsene 6,00 EUR,  
Kinder 3,00 EUR,  
schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 20 Teilnehmende

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



**Kreatives aus Holz**

Egal ob Anfänger\*in oder erfahrenes Schnitzkind: Du bist herzlich eingeladen, Verschiedenes mit Holz auszuprobieren. Aus Grünholz können Ket-

ten- oder Schlüsselanhänger hergestellt werden, außerdem je nach Wunsch kleine Tiere, Kreisel oder auch Grillbesteck für das nächste Lagerfeuer an einem lauen Sommerabend. Wenn du eigene Ideen hast, können diese nach Möglichkeit natürlich auch umgesetzt werden. Besonders geeignet für Kinder von acht bis zwölf Jahren.

Büchen

■ **1816** Workshop  
Suzanne Navarro  
Treffpunkt: Haus der Natur, An der Waldau 48, 53127 Bonn, neben dem Haupteingang  
Samstag, 20.04.24, 10.00-15.00 Uhr  
15,00 EUR, inklusive Materialkosten, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 8 Teilnehmende

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

Für Kinder von sechs bis zwölf Jahren und ihre Begleitpersonen.

Büchen

■ **1818** Workshop  
Linda Müller  
Treffpunkt: Haus der Natur, An der Waldau 48, 53127 Bonn, neben dem Haupteingang  
Samstag, 27.04.24, 15.00-17.00 Uhr  
Erwachsene 6,00 EUR,  
Kinder 4,00 EUR, (inklusive Materialkosten),  
schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 20 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!



## Springenschwanz, 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? Für Kinder von sechs bis zwölf Jahren und ihre Begleitpersonen.

Büchen

■ **1820** Workshop  
Inge Steinmetz  
Treffpunkt: Haus der Natur, An der Waldau 48, 53127 Bonn, neben dem Haupteingang  
Sonntag, 28.04.24, 16.00-18.00 Uhr  
Erwachsene 6,00 EUR,  
Kinder 3,00 EUR,  
schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 20 Teilnehmende

Das Programm findet teilweise 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 Eichhörnchen, 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...

Das Programm findet draußen und bei jedem Wetter statt. Bitte auf wetterangepasste Kleidung und ggf. eigene Verpflegung achten.  
Für Familien mit Kinder von drei bis sieben Jahren.

Büchen

■ **1822** Exkursion  
Simone Albus  
Treffpunkt: Haus der Natur, An der Waldau 48, 53127 Bonn, neben dem Haupteingang  
Samstag, 04.05.24, 10.00-12.00 Uhr  
Erwachsene 6,00 EUR,  
Kinder 3,00 EUR,  
schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 20 Teilnehmende

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



## Löwenzahn und Gänseblümchen Mit Wildbiene Mia auf die Frühlingswiese

Begleitend zur aktuellen Ausstellung „Mensch Biene!“.

Sobald die ersten Sonnenstrahlen zu spüren sind, beginnt das Wachstum der Pflanzen. Dann dauert es nicht mehr lange und die Wiesen sind vol-

ler bunter Blumen und es summt und brummt überall. Zusammen mit Wildbiene Mia 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.

Für Kinder von sechs bis zwölf Jahren.

Büchen

■ **1824** Exkursion  
Simone Albus  
Treffpunkt: Haus der Natur, An der Waldau 48, 53127 Bonn, neben dem Haupteingang  
Sonntag, 05.05.24, 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.



## 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

■ **1826** Exkursion  
Inge Steinmetz  
Treffpunkt: Haus der Natur, An der Waldau 48, 53127 Bonn, neben dem Haupteingang  
Samstag, 11.05.24, 10.00-12.00 Uhr  
Erwachsene 6,00 EUR,  
Kinder 3,00 EUR,  
schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 20 Teilnehmende

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



## Wald.Klima.Wandel Vielfalt zum Schutz unserer Wälder

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 Kli-

ma 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.

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** ■ **1828** Exkursion  
Stefan Decker  
Treff: Gudenuer Weg 142, in Höhe des Kinderheims Maria im Walde  
Samstag, 25.05.24, 11.00-13.00 Uhr  
Entgeltfrei, 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.  
Diese Veranstaltung ist ein Beitrag zum Bonner Klimaplan 2035.



## Vor unserer Haustür

Die Natur vor unserer Haustür hat so einiges zu bieten. Unter anderem im Rahmen seiner Arbeit für das Haus der Natur hat Naturfilmer und Umweltreferent Stefan Decker die heimische Tier- und Pflanzenwelt im Kotenforst über mehrere Jahre in eindrucksvollen Fotos und Filmen dokumentiert. Regelmäßig ist er bei Fuchs und Dachs zu Gast oder kennt die geheimen Schlafplätze der Eulen. Im Rahmen dieses Vortrags zeigt er, was einem bei einem gewöhnlichen Waldspaziergang meist verborgen bleibt. Ein spannendes Erlebnis für die ganze Familie, nachdem ein jeder den Wald vor unserer Haustür mit neuen Augen sehen wird.

Für Erwachsene und Kinder ab acht Jahren.

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** ■ **1830** Multimediavortrag  
Stefan Decker  
Haus der Natur, An der Waldau 48, 53127 Bonn  
Samstag, 25.05.24, 15.00-16.30 Uhr  
Entgeltfrei, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 50 Teilnehmende



## Wo es summt und brummt und wächst und schmeckt Auf Entdeckungsreise im Bauerngarten.

Begleitend zur aktuellen Ausstellung „Mensch Biene!“.

Was wächst zu dieser Zeit in einem Garten? Und welche Insekten kann man hier entdecken? Zusammen erkunden wir den schönen Bauern- & Naturgarten am Haus der Natur, schmecken uns durch die vielen Köstlichkeiten dieses Ortes und lernen gemeinsam mit viel Spiel und Spaß die verschiedenen Pflanzen und Insekten kennen, die hier im Garten wachsen und leben. Gemeinsam bauen wir jeder ein eigenes Wildbienenhotel, welches du im Anschluss an unser Abenteuer mit nach Hause nehmen darfst, damit sich die Bienen auch bei dir im Garten richtig wohl fühlen. Hast du Lust? Dann sei dabei!

Für Familien mit Kindern von sechs bis zwölf Jahren.

- Büchen** ■ **1832** Workshop  
Suzanne Navarro  
Treffpunkt: Haus der Natur, An der Waldau 48, 53127 Bonn, neben dem Haupteingang  
Samstag, 08.06.24, 15.00-17.00 Uhr  
Erwachsene 8,00 EUR, Kinder 5,00 EUR, (inklusive Materialkosten), schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 20 Teilnehmende

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



## Minze, Gundermann und Giersch 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 Fladenbrot gestalten und nach dem Backen genießen.

Für Kinder von sechs bis zwölf Jahren.

- Büchen** ■ **1834** Workshop  
Suzanne Navarro  
Treffpunkt: Haus der Natur, An der Waldau 48, 53127 Bonn, neben dem Haupteingang  
Samstag, 15.06.24, 15.00-17.00 Uhr  
4,00 EUR, inklusive Materialkosten, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 12 Teilnehmende

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



## 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 Lieblingsessen 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.

Für Familien mit Kindern von vier bis sieben Jahren.

- Büchen** ■ **1836** Workshop  
Heike Hückesfeld  
Treffpunkt: Haus der Natur, An der Waldau 48, 53127 Bonn, neben dem Haupteingang  
Samstag, 22.06.24, 10.00-12.00 Uhr  
Erwachsene 8,00 EUR, Kinder 4,00 EUR, (inklusive Materialkosten), schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 20 Teilnehmende

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



## Ist die Biene Maja wirklich eine Biene?

### Ein Streif(en)zug durch die Welt der Bienen und Wespen

Begleitend zur aktuellen Ausstellung „Mensch Biene!“.

Achtung, Schwarzgelb im Anflug! Biene, Wespe oder doch nur eine Fliege? Wir untersuchen - ganz ungefährlich - verschiedene gestreifte Insekten. Welche Farben kann das Streifenkleid haben? Warum sind Streifen eine clevere Idee? Und gibt es außer der berühmten Biene Maja überhaupt andere schwarzgelbe Bienen?

Für Familien mit Kindern von sechs

bis zwölf Jahren.

- Büchen** ■ **1838** Exkursion  
Inge Steinmetz  
Treffpunkt: Haus der Natur, An der Waldau 48, 53127 Bonn, neben dem Haupteingang  
Sonntag, 30.06.24, 10.00-12.00 Uhr  
Erwachsene 6,00 EUR,  
Kinder 3,00 EUR,  
schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 20 Teilnehmende

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



## Arboretum Park Härle Ein Landschaftspark in Oberkassel

Für Details siehe Kurs Seite 173

- **6420** Parkführung  
Dipl.-Ing. Michael Dreisvogt  
Treffpunkt: Eingang zum Arboretum Park Härle  
8,00 EUR  
15 - 21 Teilnehmende

## Lebenswelt

## Energieberatung

### Informationsbesuch in der Müllverwertungsanlage Bonn

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Büchen** ■ **1127** Informationsbesuch  
Antonia Windheuser  
Müllverwertungsanlage Bonn,  
Am Dickobskreuz (Anfahrt Tor 1)  
Montag, 22.04.24, 19.00-20.30 Uhr  
Entgeltfrei, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
10 - 20 Teilnehmende



### Informationsbesuch im Heizkraftwerk Nord Energie aus Abfall für die Strom- und Fernwärmeversorgung in Bonn

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Büchen** ■ **1135** Informationsbesuch  
Rolf Driller  
Heizkraftwerk Nord, am Haus der Netze, Karlstraße 2-6, 53115 Bonn  
Montag, 06.05.24, 19.00-20.30 Uhr  
8,00 EUR,  
schriftliche Anmeldung erforderlich.  
Das Heizkraftwerk bietet den Informationsbesuch kostenfrei an. Das Entgelt ist eine Schutzgebühr der VHS Bonn.  
10 - 30 Teilnehmende



### Nachhaltig Sanieren Von ökologischen Baustoffen bis Recycling



Der Gebäudesektor ist für 40 Prozent der weltweiten CO<sub>2</sub>-Emissionen verantwortlich. Mehr als die Hälfte des gesamten

Abfallaufkommens sind Bau- und Abbruchabfälle. Jedes nachhaltig geplante Bau- und Sanierungsprojekt trägt nicht nur dazu bei, dass der Sektor klima- und ressourcenschonender wird, sondern auch, dass mehr gesunder Wohnraum entsteht. Je ökologischer die eingesetzten Baumaterialien sind, desto weniger Schadstoffe fallen an. So wird die Umwelt geschont und ein gesundes Wohnklima geschaffen. Was es zudem mit der grauen Energie auf sich hat und warum diese ein wesentlicher Faktor für den Klimaschutz beim Bauen und Sanieren ist, erläutert Svenja Fuchs, Referentin für nachhaltiges Bauen und Sanieren, Bonner Energie Agentur. Die Teilnehmenden erhalten einen Überblick zu Fördermöglichkeiten und Informationen zu Fachbetrieben in der Region.

- Büchen** ■ **1904ON** Vortrag mit Diskussion  
Svenja Fuchs  
Online-Angebot  
Montag, 04.03.24, 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

Diese Veranstaltung ist ein Beitrag zum Bonner Klimaplan 2035.



### Klimawende nur zusammen mit der Abfallwende Die Rolle der MVA Bonn für die Bonner Klimaziele



Die MVA Müllverwertungsanlage Bonn hat sich auf die Fahnen geschrieben, die Klimawende durch gesellschaftliche

Veränderung für mehr Konsum- und Ressourcenbewusstsein voranzutreiben. bonNova ist für die MVA Bonn der strategische Transformationsprozess von einem Abfallentsorgungsstandort hin zu einem Unternehmen, das den Wandel zu einer Zero Waste Gesellschaft aktiv vorantreibt. Eine Gesellschaft also in der Abfälle zwar entstehen, aber gut recycelt oder in biogener Weise abgebaut werden können (Cradle2Cradle-Prinzip).

Cynthia Kaufhold ist Mitarbeiterin der MVA und ihre Herzensangelegenheit ist das gerade entstehende Kompetenzzentrum für Energie und Ressourcen der MVA Bonn. Sie erklärt, wie die MVA zum Ort wird, an dem Bürger:innen und Expert:innen darüber nachdenken und ins Gespräch kommen, wie die Gesellschaft abfallfrei wird.

- Büchen** ■ **1906ON** Vortrag mit Diskussion  
Cynthia Kaufhold  
Online-Angebot

Montag, 18.03.24, 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

Diese Veranstaltung ist ein Beitrag zum Bonner Klimaplan 2035.



## verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen

### Zu schade für die Tonne Was tun gegen Lebensmittelverschwendung?



Etwa elf Millionen Tonnen Lebensmittel wandern jedes Jahr in Deutschland in den Müll. Die Abfälle entstehen entlang der gesamten Versorgungskette - von der Ernte bis zu den privaten Haushalten, in denen mehr als die Hälfte anfällt. Das Ziel, die Lebensmittelverschwendung bis 2030 um 50 Prozent zu reduzieren, ist kaum noch zu erreichen.

Dabei sind nicht nur die Auswirkungen der Verschwendung auf Klima, Wasser und den Boden gravierend, den Haushalten entstehen dadurch auch vermeidbare Kosten. Frank Waskow von der Verbraucher-

zentrale NRW erklärt, dass Verschwendung ein Grundproblem des Lebensmittelsystems darstellt und zeigt, mit welchen Verhaltensänderungen und Haushaltstipps sich Geld und CO2 einsparen lassen.

**Büchen** ■ **1908ON** Vortrag mit Diskussion  
Frank Waskow  
Online-Angebot

Montag, 08.04.24, 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



## Das Haus als Ganzes

### Die sinnvolle Sanierungsstrategie

Alle wichtigen Aspekte der energetischen Sanierung mit entsprechenden Fördermitteln werden auch mit Blick auf zukünftige und möglichst langfristige Nutzung beleuchtet. Hierzu stellt der Referent verschiedene Sanierungsmöglichkeiten vor, von der kleinen Lösung mit niedrigen Kosten bis hin zu architektonisch anspruchsvollen Gesamtlösungen - nachhaltig und zukunftsfähig.

Lars Klitzke, Energieberater der Bonner Energie Agentur, zeichnet ausgehend vom IST-Zustand des Gebäudes einen möglichen Sanierungsfahrplan auf.

**Büchen** ■ **1914ON** Vortrag mit Diskussion  
Lars Klitzke  
Online-Angebot

Montag, 27.05.24, 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

Diese Veranstaltung ist ein Beitrag zum Bonner Klimaplan 2035.

## Finanzen

### Geldanlage bei hoher Inflation und drohender Rezession

#### Rentiert sich das noch? 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 Gespräch mit der Anlageberatung der Wahl.

**Büchen** ■ **1930** Wochenendveranstaltung  
Norman Frey  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61  
Samstag, 20.04.24, 9.00-13.00 Uhr  
21,10 EUR; erm. 16,60 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
6 - 16 Teilnehmende

## Immobilien

### Exkursion: Augen auf bei Immobilienkauf und energetischer Sanierung

Sie planen, eine neue oder eine gebrauchte Immobilie zu erwerben oder wollen ihr eigenes Haus energetisch sanieren? Doch wie können Sie Baumängel rechtzeitig erkennen? Wie erhalten Sie ein Gefühl für die Bauqualität?

Die Seminarreihe führt Sie anhand von zahlreichen Praxisbeispielen in die Thematik ein. Die Seminare sind einfach und unterhaltsam aufgebaut. Der Referent ist Sachverständiger für Gebäudeschäden und Bewertung von Grundstücken.

### Mängelerkennung Bauschäden

Seminarziel:

- Ihre Wahrnehmungsfähigkeit bezüglich Mängel an Immobilien wird verbessert.

Seminarinhalte:

- Was sind die häufigsten Bauschäden?
- Auf welche Baudetails sollte man achten?
- Was sind wichtige Jahreszahlen für Hauskäufer und Sanierer?
- Wie ist der Stand der energetischen Sanierung erkennbar?

Im Anschluss an eine etwa zweistündige Außenbesichtigung von Ein- und Mehrfamilienhäusern werden offene Fragen geklärt. Arbeitsmaterialien können für 3 Euro beim Dozenten erworben werden.

**Büchen** ■ **1951** Wochenendveranstaltung  
Armin Link (Dipl.-Bauing., Dipl. Wirt.-Ing (FH))

Treff: Eingang VHS Bonn in Bad Godesberg, Am Michaelshof 2, 53177  
Samstag, 08.06.24, 14.30-18.15 Uhr  
21,10 EUR; erm. 16,60 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 12 Teilnehmende

14:30 - 16:30 Exkursion, Außenbesichtigung von Ein- und Mehrfamilienhäusern  
16:30 - 18:15 Klärung offener Fragen  
Die Gehstrecke beträgt ca. 2 km mit Steigung.  
Das Seminar findet draußen und bei jedem Wetter statt.



## 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 ca. zweistündige Außenbesichtigung von Einfamilienhäusern statt. Im Anschluss gibt es genügend Zeit um offene Fragen zu klären.

Arbeitsmaterialien können für 3 Euro beim Dozenten erworben werden.

**Büchen** ■ **1952** Wochenendveranstaltung  
Armin Link (Dipl.-Bauing., Dipl. Wirt.-Ing (FH))

Treff: Ecke Auf der Rötchen/Im Rübengarten, 53225 Bonn-Geislar  
Sonntag, 09.06.24, 14.30-18.15 Uhr  
21,10 EUR; erm. 16,60 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
5 - 12 Teilnehmende

14:30 - 15:15 Einführungsvortrag, Materialbeispiele zu Wand und Dachbaustoffen  
15:15 - 17:15 Exkursion, Außenbesichtigung von Einfamilienhäusern  
17:15 - 18:15 Klärung offener Fragen  
Die Gehstrecke beträgt ca. 1,5 km.  
Das Seminar findet 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, 29.04.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 20 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)  
Mittwoch, 13.03.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 100 Teilnehmende

**Büchen** ■ **1983** Vortrag mit Diskussion  
RA Michael Beschorner  
RA Frank Hünker  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05  
Mittwoch, 15.05.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 80 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** ■ **1984** Vortrag mit Diskussion  
RA Michael Beschorner,  
RA Frank Hünker  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05  
Mittwoch, 06.03.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 80 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** ■ **1986** Vortrag mit Diskussion  
RA Michael Beschorner,  
RA Frank Hünker  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Mittwoch, 24.04.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
5 - 20 Teilnehmende







- Gedächtnistrainings
- 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
- Vortragsreihe Demenz - Pflege Themen
- Schulung Alltagsunterstützer\*in nach §8 AnFöVO
- Jahreskurs Gewaltfreie Kommunikation

Dr. Adrian Reinert  
 Fachbereichsleitung  
 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.

Mit dem Programm des Fachbereichs Lebensgestaltendes Lernen wollen wir dazu anregen und ermutigen.

Freuen Sie sich auf mehr als 100 spannende Vorträge, methodisch abwechslungsreiche Kurz-, Tages- und Wochenendseminare, online-Angebote und Bildungsurlaube.

Selbstvertrauen entwickeln, Die Welt mit den Augen anderer sehen, Ärger für Gutes nutzen, Körper und Stimme, Resilienz, Optimismus, Lachyoga – zu allen Stichworten finden Sie auf den nächsten Seiten interessante Angebote.

An drei Wochenenden sowie in einem Bildungsurlaub bieten wir Einführungen in die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg an; zusätzlich einen Schnupperworkshop sowie einen vertiefenden Jahreskurs.

Um bessere Kommunikation geht es auch im Bildungsurlaub NLP in der ersten Osterferienwoche.

Gemeinsam mit dem Verein Mediation fördern e.V. laden wir ein zu 4 Vorträgen rund um das Thema Konfliktlösung. Die „Psychologists for Future“ sind ebenfalls wieder mit zwei Vorträgen zur Klimapsychologie vertreten.

Wie leichte oder einfache Sprache Texte verständlich macht, erfahren Sie bei einem Workshop am 13. April. Wer lernen will, mit einfachen Gestaltungstricks komplizierte Inhalte in ansprechende Bilder zu verwandeln, sollte „Visualisieren mit Sketchnotes & Co“ am 8. Juni nicht verpassen.

Nützliches für den Alltag lernen und dabei viel Spaß haben werden Sie auch in unseren Gedächtnis- und Denksporttrainings. Im Seminar „Endlich tun, was ich wirklich möchte“ können Sie Ideen für Ihren Ruhestand entwickeln.

Per Blended Learning können Sie bei uns die Basisqualifikation für die Anerkennung als Alltagsbegleiter\*in nach §8 AnFöVO erwerben.

Ob im online-Format oder in Präsenz, unter der Rubrik Eltern und Erziehung haben wir ebenfalls viel Spannendes anzubieten. Das Themenspektrum reicht von der frühkindlichen Entwicklung bis zur Hilfe bei der Berufswahl.

Neu im Programm sind hier auch drei Kooperationsveranstaltungen mit dem interkulturell und im Internationalen Jugendaustausch tätigen Bonner Verein „Experiment e.V.“

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

Wer seine geistige Fitness bewahren will, sollte regelmäßig etwas dafür tun. 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“.

Vor allem soll das Training Spaß machen, denn was Freude macht, 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.

Der Kurs wird zweimal angeboten: donnerstags und montags. Die Dozentin ist zertifizierte Gedächtnistrainerin (BVGT e.V.).

**Büchen** ■ **2001** Donnerstagskurs  
Petra Hartmann-Sadrina  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05  
8 - 12 Teilnehmende  
*Die Termine standen bei der Fertigstellung des Programmheftes noch nicht endgültig fest.  
Bitte wenden Sie sich bei Interesse an den Fachbereich Lebensgestaltendes Lernen telefonisch unter 77-3556; 77-3631 oder per Mail an ivonn.bosza-ellwart@bonn.de*

### Ganzheitliches Gedächtnistraining in Bad Godesberg

**Büchen** ■ **2002** Montagskurs  
Petra Hartmann-Sadrina  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05  
8 - 12 Teilnehmende  
*Die Termine standen bei der Fertigstellung des Programmheftes noch nicht endgültig fest.  
Bitte wenden Sie sich bei Interesse an den Fachbereich Lebensgestaltendes Lernen telefonisch unter 77-3556; 77-3631 oder per Mail an ivonn.bosza-ellwart@bonn.de*

### Ganzheitliches Gedächtnistraining im Haus der Bildung am Montagnachmittag

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 ist zertifizierter Gedächtnistrainer (BVGT e.V.).

**Büchen** ■ **2004** Nachmittagskurs  
Michael Kohlhaw  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46  
Montags 19.02.-06.05.24,  
15.00-16.30 Uhr, 10 Nachmittage  
83,56 EUR; erm. 63,82 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende

### Ganzheitliches Gedächtnistraining im Haus der Bildung am Freitagsvormittag

Schlüssel verlegt, Termin vergessen, schlechtes Namensgedächtnis - kennen Sie das? Mit den vielfältigen Übungen des ganzheitlichen Gedächtnistrainings geht manches leichter. Probieren Sie es aus und schulen Sie an den 10 Kursterminen gezielt Wahrnehmung, Denkfähigkeit, logisches Denken und Fantasie. So steigern Sie Ihre Merkfähigkeit, werden geistig beweglicher und haben sicherlich viel Spaß an den Übungen.

Die Dozentin ist zertifizierte Gedächtnistrainerin (BVGT).

**Büchen** ■ **2005** Vormittagskurs  
Dr. Ingrid Brüggemann  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51  
Freitags 23.02.-17.05.24,  
10.00-11.30 Uhr, 10 Vormittage  
83,56 EUR; erm. 60,32 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 10 Teilnehmende

### Denksport, der Spaß macht Gedächtnistraining für fitte Erwachsene 50plus

Mit kreativen Übungen bringen Sie Ihre grauen Zellen in Schwung und haben dabei viel Spaß. Hier geht es nicht um Wissen oder Können, sondern um positives Erleben in entspannter Atmosphäre. Sie assoziieren, kramen in Ihrem Langzeitgedächtnis, stellen neue kreative Verknüpfungen her und werden von Mal zu Mal geistig beweglicher.

Die Dozentin ist zertifizierte Gedächtnistrainerin (BVGT).

**Büchen** ■ **2011** Kurs  
Dr. Ingrid Brüggemann  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51  
Donnerstags 22.02.-16.05.24,  
10.00-11.30 Uhr, 10 Vormittage  
83,56 EUR; erm. 60,32 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 10 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 (BVGT e.V.).

**Büchen** ■ **2015** Kurzseminar  
Claudia Hecker  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46  
Samstag, 09.03.24, 10.00-13.00 Uhr  
16,00 EUR; erm. 11,20 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!

## Lernen in Bewegung

### Tanzen macht Spaß - Kurs für Fortgeschrittene

Tanzen ist eine besondere Art, sich geistig und körperlich fit zu halten. In diesem Kurs bieten wir ein bunt gemischtes Programm aus internationalen Folkloretänzen, Kreis- und Blocktänzen, Kontra-Tänzen, Round's und Square's.

Wir bewegen uns zu unterschiedlichen Musikstilrichtungen und lernen verschiedene Schrittkombinationen und Tanzfiguren kennen. Diese sind darauf ausgerichtet, dass sie in der Gruppe getanzt werden. So braucht man keinen Tanzpartner mitzubringen. Vorausgesetzt wird, dass die Teilnehmenden mit Wechsel- und Walzerschritt sowie Figuren, Takt und Rhythmus vertraut sind.

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 23.02.-07.06.24,  
14.00-15.30 Uhr, 14 Nachmittage  
111,10 EUR; erm. 79,60 EUR,  
Hinweis: Der Kurs findet in den Osterferien (29.03. - 05.04.24) nicht statt.  
Anmeldung erforderlich  
10 - 15 Teilnehmende

### 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 Fortgeschrittenere sind gleichermaßen willkommen. Das „Material“ zum Jonglieren ist vorhanden. Bitte lockere Kleidung, Gymnastik-/Hallenschuhe und etwas zu trinken mitbringen. Willkommen sind alle Altersgruppen ab 15 Jahre aufwärts. Unter 15-Jäh-

rige nur in Begleitung Erwachsener und in Rücksprache mit dem Fachbereich.

Dieses Kurzseminar wird zweimal angeboten.

**2027** Kurzseminar  
Petra Schliebitz  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Sonntag, 10.03.24, 14.00-17.00 Uhr  
16,00 EUR; erm. 11,20 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
7 - 10 Teilnehmende

**2028** Kurzseminar  
Petra Schliebitz  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Sonntag, 26.05.24, 14.00-17.00 Uhr  
16,00 EUR; erm. 11,20 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
7 - 10 Teilnehmende

Bitte beachten: Die Mehrzweckräume dürfen nicht mit Strassenschuhen betreten werden.



Weitere Jonglage-Kurse finden Sie im Fachbereich 7

## Psychologie und Persönlichkeit - Eigene Stärken entwickeln

### Online-Vortrag: Gefühle lesen

Wünschen Sie sich manchmal, die Gefühle anderer Menschen besser erkennen zu können? Ein Pionier auf diesem Gebiet ist der amerikanische Psychologe Paul Ekman (geb. 1934). Auf der Grundlage seiner Forschungen erklärt der Vortrag, was sog. Basisemotionen sind und wie sich viele menschlichen Gefühle in unserem Gesichtsausdruck ablesen lassen. Sie erfahren, wie Sie damit Ihre Wahrnehmungs- und Empathiefähigkeit in vielen alltäglichen Situationen erweitern können, aber auch wo mögliche Grenzen liegen.

Die Einwahldaten gehen Ihnen nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig vor der Veranstaltung zu.

**2192JON** Online-Vortrag  
Dr. Tonia Schüller  
Online-Angebot  
Dienstag, 16.01.24, 18.00-19.30 Uhr  
7,00 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 20 Teilnehmende

### Gesunder Schlaf - Wirksame Entspannungshilfen bei Schlafstörungen

Kennen Sie das: Sie liegen in der Nacht in Ihrem Bett und können einfach nicht einschlafen, obwohl Sie richtig müde sind? Vielleicht sind Sie körperlich unruhig, Gedanken schwirren Ihnen durch den Kopf, und Sie machen sich Sorgen u. a. darüber, wie Sie den nächsten Tag bewältigen können. Die Dozentin gibt Ihnen in dem lebendigen Vortrag neben theoretischem Hintergrund zahlreiche praktische Tipps zur Selbsthilfe in Form von Entspannungs- und Atemübungen, die Sie sofort ausprobieren können und die Sie im Alltag dabei unterstützen, Körper, Geist und Seele zu entspannen und den erhofften Schlaf zu finden. So können Sie das Erlernte gut in den Alltag integrieren und das Kurzseminar nutzen, um eventuell auftretende Fragen mit der Dozentin zu klären. Die Dozentin ist Atemtherapeutin.

**2194J** Vortrag  
Ulrike Mendner  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Mittwoch, 24.01.24, 18.00-19.30 Uhr  
10,00 EUR; erm. 7,00 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 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.

**Büchen** ■ **2103** Kurzseminar  
Dr. Adrian Reinert  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Samstag, 17.02.24, 10.00-13.00 Uhr  
14,00 EUR; erm. 9,80 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende



## Mit gutem Gefühl „Nein“ sagen

Oft tun wir uns schwer „Nein“ zu sagen und zu hören aus Sorge, ablehnend zu wirken oder enttäuscht zu werden. Mit dem Konzept der Gewaltfreien Kommunikation (GFK nach Marshall Rosenberg) gewinnen wir eine wertschätzende und konstruktive Perspektive auf das „Nein“. Demnach ist ein „Nein“ ein „Ja“ zu unseren Bedürfnissen. Nach einem kurzen theoretischen Teil zur GFK geht es in praktischen Übungen darum, die eigenen Bedürfnisse zu klären und die eigenen Grenzen anzuerkennen und zu kommunizieren.

Die Dozentin ist Mediatorin und Trainerin für wertschätzende Kommunikation.

Folgekurzseminar: Noch leichter „NEIN“ sagen mit gutem Gefühl am 3. Mai (Veranstaltungsnummer 2152)

**Büchen** ■ **2102** Kurzseminar  
Marisa Hafner  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46  
Freitag, 23.02.24, 17.00-20.00 Uhr  
16,00 EUR; erm. 11,20 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende

Bitte beachten Sie auch den Vertiefungsworkshop der Dozentin „Noch leichter Nein sagen mit gutem Gefühl“ am 03. Mai (Veranstaltungsnummer 2152).



## Konflikte positiv (auf)lösen

**Büchen** ■ **2200** Vortrag  
Thomas Titze  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Freitag, 23.02.24, 18.00-19.30 Uhr  
*Weitere Infos unter "Mediation - Konfliktlösung - Partnerschaft"*



## Die Welt mit den Augen anderer sehen

In diesem Wochenendworkshop erfahren wir spielerisch und mit einer Brise Humor, wie die Welt unseres Gegenübers aussieht. Mit Methoden aus dem Coaching, Theater und Clowning tauchen wir in die Wahrnehmung der anderen Teilnehmenden ein und begegnen Menschen neu. Wir entdecken Spielräume sowie unerwartete Möglichkeiten. Damit erweitern wir unser Repertoire, um Konflikte und unangenehme Situationen besser lösen zu können. Aus verschiedenen Blickrichtungen sieht die Welt doch gleich viel bunter aus, und dies ist ein Schlüssel zu mehr Zufriedenheit im Leben.

Die Dozentin ist Trainerin und Journalistin.

**Büchen** ■ **2104** Wochenend-Workshop  
Anna E. Poth  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46  
Samstag und Sonntag,  
24.02.-25.02.24, 10.00-17.00 Uhr  
59,30 EUR; erm. 43,34 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 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** ■ **2105** 2-tägiges Seminar  
Annett Heide  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46  
Samstag und Sonntag,  
24.02.-25.02.24, 10.00-17.00 Uhr,  
2 Tage  
76,13 EUR; erm. 59,40 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 10 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** ■ **2106** Tagesseminar  
Barbara Gerhards  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Sonntag, 25.02.24, 10.00-17.00 Uhr  
36,50 EUR; erm. 27,38 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende



## 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.

**Büchen** ■ **2108** Kurzseminar  
 Claudia Westhäuser  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
 Freitag, 01.03.24, 18.00-21.00 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 diesem 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 Lösungsansätze, 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** ■ **2109** Tagesseminar  
 Maika Köpke  
 VHS, Am Michaelshof 2, Raum 08  
 Samstag, 02.03.24, 10.00-17.00 Uhr  
 36,50 EUR; erm. 27,38 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 friedliche Weise Gehör verschaffen können. Nach diesem Wochenende sehen Sie vermutlich anders auf sich

und die Welt.  
 Diese Veranstaltung wird dreimal angeboten.

**Büchen** ■ **2110** Wochenendseminar  
 Hannah Hartenberg,  
 Stefan Voth (nur Sonntag)  
 VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05  
 Freitag, 01.03., 19-21 Uhr, Samstag,  
 02.03., 10-18 Uhr und Sonntag,  
 03.03.24, 10-16 Uhr  
 103,37 EUR; erm. 74,19 EUR,  
 Anmeldung erforderlich  
 10 - 14 Teilnehmende

**Büchen** ■ **2144** Wochenendseminar  
 Stefan Voth,  
 Hannah Hartenberg (nur Samstag)  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47  
 Freitag, 19.04., 19-21 Uhr, Samstag,  
 20.04., 10-18 Uhr und Sonntag,  
 21.04.2024, 10-16 Uhr  
 103,37 EUR; erm. 74,19 EUR,  
 Anmeldung erforderlich  
 10 - 14 Teilnehmende

**Büchen** ■ **2169** Wochenendseminar  
 Hannah Hartenberg,  
 Stefan Voth (nur Samstag)  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47  
 Freitag, 07.06., 19-21 Uhr, Samstag,  
 08.06., 10-18 Uhr und Sonntag,  
 09.06.2024, 10-16 Uhr  
 103,37 EUR; erm. 74,19 EUR,  
 Anmeldung erforderlich  
 10 - 14 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

**Büchen** ■ **2112** Vortrag  
 Anna Kötting  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
 Dienstag, 05.03.24, 18.00-19.30 Uhr  
 7,00 EUR,  
 Anmeldung erforderlich  
 8 - 20 Teilnehmende

Bitte beachten Sie auch den Online-Elternvortrag: „Das hochsensible Kind (2234ON) am 14. Mai



## 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 Ärztinnen und ehrenamtliche Sterbebegleiterinnen.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit Letzte Hilfe gGmbH ([www.letztehilfe.info](http://www.letztehilfe.info)) statt, die für das Kurskonzept von deutschen Hospiz- und Palliativverbänden ausgezeichnet wurde.

**Büchen** ■ **2113** Kurzseminar  
 Dr. Elisabeth Sous-Braun,  
 Lieselotte Albrecht  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
 Mittwoch, 06.03.24, 17.00-21.30 Uhr  
 28,49 EUR; erm. 21,77 EUR  
 Anmeldung erforderlich  
 10 - 16 Teilnehmende



## Online-Kurs: Mal dich stark, durch Potenzialentfaltung

Probieren Sie neue Wege für sich aus! Mit einfachen Entspannungsübungen der Meditation, Imagination und achtsamer Hineinspüren in den Körper entdecken und schöpfen Sie an den 6 Abenden Inspiration, Vertrauen und Kraft.

Die erlebten Prozesse werden dann durch das Malen und kreative Gestalten bildlich sichtbar, um Ihnen nachhaltige Wege zu zeigen und an Ihre Potentiale zu erinnern. Anders als in bisherigen Kursen 'Mal dich stark' werden diesmal tiefere Ebenen der entstandenen Bilder betrachtet und erforscht, um Resonanz und Bedeutung sichtbar zu machen. Es kann also auch emotional, gefühlvoll und vor allem selbstwirksam sein. 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 internationale Kunst- und Gestaltungstherapeutin und Coachin für kreative Potenzialentfaltung. 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.

- Büchen** ■ **2114** Online-Kurs  
Katharina Domscheid-D'souza  
Online-Angebot  
Mittwochs 06.03.-24.04.24,  
18.30-21.00 Uhr, 6 Abende  
90,40 EUR; erm. 65,11 EUR, Anmeldung erforderlich  
7 - 10 Teilnehmende

Infos zu den Materialien finden Sie bei diesem Kurs im Internet.



## Online-Schnupperworkshop: Einführung ins Systemische Konsensieren

- Büchen** ■ **2201ON** Schnupperworkshop  
Tanja Bunzel  
Online-Angebot  
Donnerstag, 07.03.24,  
19.00-21.00 Uhr  
*Weitere Infos unter "Mediation -  
Konfliktlösung - Partnerschaft"*



## 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 Stimm schonung 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** ■ **2117** Tagesseminar  
Tatjana Hefke  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Samstag, 09.03.24, 10.00-17.00 Uhr  
36,50 EUR; erm. 27,38 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende

## 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 „festz grubeln“. 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** ■ **2118** Tagesseminar  
Dr. Felicia Müller-Pelzer  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46  
Samstag, 09.03.24, 10.00-17.00 Uhr  
36,50 EUR; erm. 27,38 EUR, Anmeldung erforderlich  
7 - 9 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 Einsichten, 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** ■ **2119** Einführungsseminar  
Annette Niederhellmann-Mogk,  
Helga Klier, Wolfgang Klier  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47  
Samstag, 09.03.24, 10.00-17.00 Uhr  
46,94 EUR; erm. 34,69 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende

Bitte beachten Sie auch die auf dem Einführungsseminar aufbauende Übungsgruppe unter Veranstaltungsnummer 2149



## Draussen zuhören Einführungsseminar

- Büchen** ■ **2314** Einführungsseminar  
Sabine Becker-Hogenschurz  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49  
Samstag, 09.03.24, 10.00-13.00 Uhr  
*Weitere Infos unter "Engagement -  
Ehrenamt". Bitte beachten Sie auch  
die beiden Infoabende 2312 und  
2312ON*



## 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.

- Büchen** ■ **2120** Tagesworkshop  
Marisa Hafner  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49  
Sonntag, 10.03.24, 10.00-17.00 Uhr  
36,50 EUR; erm. 27,38 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende



Die Veranstaltungen sind in der Regel nach Datum und Kursnummer sortiert. Ausnahmen ergeben sich aus dem Zusammenhang.

## 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 praxisnahen 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

### ■ 2121 Workshop

Jutta Großkinsky  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Sonntag, 10.03.24, 11.00-17.00 Uhr  
33,95 EUR; erm. 25,60 EUR, Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende



## 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 Pro-

zesse im Gehirn anstoßen und Ihr Wohlfühlgefühl 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.

Büchen

### ■ 2123 Vortrag

Dr. Tonia Schüller  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Dienstag, 12.03.24, 19.00-20.30 Uhr  
7,00 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 18 Teilnehmende

Bitte beachten Sie auch den EMDR-Workshop am 25. Mai (Veranstaltungsnummer 2162).



## Resilienz: Innere Stärke gewinnen und bewahren

Resilienz bezeichnet die Fähigkeit des Menschen, gut mit belastenden Lebensumständen umgehen zu können. Warum überstehen manche Menschen schwere Schicksalsschläge, während andere sich schon von kleinen Misserfolgen aus der Bahn werfen lassen? Kann man die seelische Widerstandskraft im Laufe des Lebens stärken oder gar überhaupt erst lernen? Auf diese Fragen geht die Dozentin auf der Grundlage von Ergebnissen aus der Forschung mit praktischen Beispielen ein.

Die Dozentin ist Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie und erfolgreiche Sachbuchautorin.

Büchen

### ■ 2125 Vortrag

Dr. Eva Kalbheim  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11  
Freitag, 15.03.24, 18.00-19.30 Uhr  
7,00 EUR, Anmeldung erforderlich  
10 - 25 Teilnehmende



## Endlich tun, was ich wirklich möchte

Büchen

### ■ 2338 Workshop

Thomas Titze  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Samstag, 16.03.24, 10.00-14.00 Uhr  
*Weitere Infos unter "Älter werden und aktiv bleiben"*

## 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 einladen, Sie immer wieder unangemessen zu behandeln oder zu verletzen. Schlagfertigkeit ist erlernbar. Es ist die Kunst, sich in jeder Situation für eine angemessene, für die eigene Person stimmige Reaktionsweise zu entscheiden. Die üblichen Reaktionen wie Rechtfertigung, Verteidigung oder Gegenangriff werden ersetzt gegen die Fähigkeit, souverän zu reagieren und zu handeln und Respekt einzufordern.

Büchen

### ■ 2126 Wochenendseminar

Antje Vödisch  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Samstag und Sonntag,  
16.03.-17.03.24, 9.30-16.30 Uhr,  
2 Tage  
66,90 EUR; erm. 48,66 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende



## Das Aura-Prinzip

Aura und Charisma halten viele für angeborene Talente. Aura ist die überwältigende Ausstrahlung, Charisma die magische Anziehungskraft auf Menschen. Wer über beides verfügt, hat Erfolg im Leben, beides ist trainierbar. Mit Elementen aus Impression Management, Methoden des Selbstcoachings, des NeuroTellings (= hirngerechte Kommunikation) und des Mentaltrainings sowie Übungen zu Rhetorik und Körpersprache lernen Sie, Ihre wahren Stärken authentisch und wirkungsvoll zur Geltung zu bringen und einen bleibenden Eindruck zu hinterlassen. Das Intensivseminar richtet sich an Menschen, die ihre Kommunikationskompetenz aktiv erweitern möchten. Der Dozent ist Kommunikationstrainer und Image-Berater.

Büchen

### ■ 2127 Tagesseminar

Ralph M. Bloemer  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49  
Samstag, 16.03.24, 10.00-17.00 Uhr  
36,50 EUR; erm. 27,38 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende



## Leben im Hier und Jetzt

Im gegenwärtigen Augenblick zu sein, scheint selbstverständlich und doch ist es oft gar nicht so einfach. Wir sind den größten Teil des Tages gewohnheitsmäßig in Gedanken.

In diesem Workshop haben Sie die Möglichkeit, ganzheitliche Erfahrungen durch den humanistischen Gestaltungsansatz zu machen. Wir steigern das eigene Gewahrsein und erfahren, wie wir von unseren Sorgen, Ängsten und persönlichen Gedankenkarussells Abstand gewinnen können. Anstatt nur zu funktionieren, erlauben wir uns, im gegenwärtigen Moment ins Spüren zu kommen und die Fülle in und um uns wahrzunehmen.

In experimentellen und meditativen Übungen gehen wir auf die körperliche, geistige und seelische Ebene ein. Sie bekommen Impulse, um anzunehmen, was im Hier und Jetzt ist, zu mehr Selbstakzeptanz und (Selbst)Wertschätzung. Die beiden Dozentinnen sind zertifizierte Gestalttherapeutin (DVG) bzw. Heilpraktikerin für Psychotherapie.

**Buchen** ■ **2129** Workshop  
Vera Georgieva, Claudia Gagidis  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46  
Sonntag, 17.03.24, 10.00-17.00 Uhr  
61,30 EUR; erm. 44,74 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung,  
warme Socken, falls gewünscht Sitzkissen, Sitzunterlage, Decke.  
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.

**Buchen** ■ **2130** Vortrag  
Constanze Wachsmann  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Dienstag, 19.03.24, 18.00-19.30 Uhr  
7,00 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 20 Teilnehmende

Bitte beachten Sie auch das Tagesseminar 2160 „Sprache neu erleben“ am 25. Mai 2024.



## 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.

**Buchen** ■ **2132** Bildungsurlaub  
Dietmar Horn  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47  
Montag, 25.03. bis Donnerstag,  
28.03.24, 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



## Toxisches Umfeld - Freunde, Familie, 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.

**Buchen** ■ **2134** Vortrag  
Claudia Westhäuser  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Dienstag, 09.04.24, 18.00-20.00 Uhr  
8,00 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 20 Teilnehmende



## Selbstfürsorge als Quelle der Kraft im Alltag

Im Bestreben, gut für anderen Menschen zu sorgen, kann es passieren, dass wir uns selbst außer Acht lassen. Eigene Bedürfnisse scheinen manchmal weniger wichtig als die der Anderen. Dabei ist eine gute Beziehung zu uns selbst das Fundament, auf dem alle anderen Verbindungen in unserem Leben stehen. Was bedeutet es für Sie, gut für sich selbst zu sorgen und welche Faktoren halten Sie davon ab, liebevoll mit sich selbst umzugehen? Wissen Sie bereits, was Ihnen guttut und was nicht und setzen es nur nicht um? In diesem Kurs werden wir uns kreativ mit dem Thema Selbstfürsorge auseinandersetzen, und Sie werden einige neue Impulse erhalten. Die Beschäftigung mit dem Thema über mehrere Wochen unterstützt dabei die nachhaltige Integration in den Alltag.

**Buchen** ■ **2135** Kurs  
Linda Mentner  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49  
Dienstags 09.04.-30.04.24,  
18.00-19.30 Uhr, 4 Abende  
39,40 EUR; erm. 29,41 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende





## „Das habe ich mir ganz anders vorgestellt!“

Büchen

■ **2202** Vortrag  
Thomas Titze, Dr. Beate Berger  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Freitag, 12.04.24, 18.00-19.30 Uhr  
*Weitere Infos unter "Mediation - Konfliktlösung - Partnerschaft"*



### 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, wie 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. Sie erwartet ein Mix aus lebendigem Hintergrundwissen und praktischen Übungen, wie z.B. Meditation, um behutsam in den Kontakt mit Ihrem inneren Kind zu treten. Die Dozentin ist Dipl.-Psychologin.

Büchen

■ **2137** Tagesseminar  
Claudia Westhäuser  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46  
Samstag, 13.04.24, 10.00-17.00 Uhr  
36,50 EUR; erm. 27,38 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende



### Leichte und Einfache Sprache - wie geht das?

Übersetzungen in Leichte Sprache oder in Einfache Sprache helfen dabei, Texte verständlicher zu machen. Wie das in der Praxis funktioniert, zeigt die Behinderten-Gemeinschaft Bonn in diesem Workshop. Sie erfahren zum einen, was der Unterschied zwischen Leichter und Einfacher Sprache ist, und wie die sog. Texthelden und Textheldinnen der Behinderten-Gemeinschaft als Prüfgruppe die Verständlichkeit von Übersetzungen prüfen. Zum anderen erhalten Sie Tipps, um Leichte Sprache oder Einfache Sprache im eigenen Alltag anzuwenden. In Übungen können Sie sich selbst ausprobieren und dazu ein unmittelbares Feedback von den Texthelden und Textheldinnen erhalten. Die Veranstaltung findet in Zusam-

menarbeit mit der Behinderten-Gemeinschaft Bonn statt. Die Behinderten-Gemeinschaft ist ein Verein, in dem viele unterschiedliche Menschen mit und ohne Behinderung mitarbeiten, um sich für mehr Teilhabe und Inklusion in Bonn einzusetzen.

Büchen

■ **2138** Workshop  
Marion Frohn  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Samstag, 13.04.24, 10.00-14.00 Uhr  
20,00 EUR; erm. 14,00 EUR, Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende



### Lachyoga in Achtsamkeit erleben

Lachen ist eine hervorragende Stress-Prophylaxe und dazu ein universales emotionales Ausdrucksverhalten, das sehr schnell Gemeinsamkeit stiftet. Es vermittelt Leichtigkeit, Energie und geteilte Lebensfreude. In einfachen zu erlernenden Übungen geht es um einen achtsamen Umgang mit sich selbst und um Möglichkeiten, Humor und Lachen im Alltag einen größeren Raum zu geben.

Wenn Sie mal wieder richtig lachen mit Achtsamkeit erfahren möchten, sind Sie in diesem Seminar genau richtig.

Der Dozent ist ausgebildeter Physiotherapeut sowie Yoga- und Lachtrainer.

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und etwas zu trinken (Wasser) mitbringen.

Büchen

■ **2140** Tagesseminar  
Samy Boroumand  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)  
Samstag, 13.04.24, 11.00-17.00 Uhr  
36,45 EUR; erm. 27,35 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
7 - 8 Teilnehmende

Bitte beachten: Die Räume des Mehrzweckraumes dürfen nicht mit Straßenschuhen betreten werden.



### 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

■ **2141** Workshop  
Hannah Hartenberg  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Dienstag, 16.04.24, 18.00-21.30 Uhr  
23,89 EUR; erm. 18,55 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende

Zu Gewaltfreier Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg siehe auch die Wochenendseminare 2144 und 2169.



### Online-Vortrag: Flirten, daten und verlieben

Sie wollen sich neu verlieben, aber wissen nicht, wo oder wie Sie jemanden 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 Jahren als Flirt- und Persönlichkeitstrainer tätig. Der Vortrag richtet sich an Frauen und Männer jeglichen Alters. Die Veranstaltung wird in Kooperation mit mehreren anderen Volkshochschulen angeboten.

Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie rechtzeitig vor der Veranstaltung den Link, über den Sie sich am Veranstaltungsabend einwählen können.

Büchen

■ **2142ON** Online-Vortrag  
Niklas Düllings  
Online-Vortrag  
Mittwoch, 17.04.24, 18.00-19.30 Uhr  
10,00 EUR  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 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

## Die Klimakrise und die „7 Drachen der Untätigkeit“

Ein offener und mutiger Umgang mit der Klimakrise und damit einhergehenden Gefühlen und Gedanken kann dabei helfen, sich für den Klimaschutz einzusetzen. In diesem Vortrag zeigen Bonner Psychologinnen und Psychologen auf, warum uns die Klimakrise oft lähmt und überfordert. Sie hinterfragen verzerrte Wahrnehmungsmuster und bieten neue Blickwinkel an. Dabei stellen sie psychologische Lösungsansätze vor, die im Umgang mit schwierigen Klimagefühlen helfen und Untätigkeit überwinden lassen können. Die Veranstaltung findet statt in Zusammenarbeit mit der Initiative „Psychologists for Future“.

**Büchen** ■ **2143** Vortrag  
Dr. Charlotte Koenen, Hannah Knopp, Gregory Heuser, Christoph Löffler  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Freitag, 19.04.24, 18.00-19.30 Uhr  
7,00 EUR, Anmeldung erforderlich  
8 - 25 Teilnehmende

Bitte beachten Sie auch die Veranstaltung 2174 „Klimakommunikation - so gelingt's“ am 12. Juni.



## 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** ■ **2145** Workshop  
Dagmar Wohler, Sabina Glasmacher  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Samstag, 20.04.24, 10.00-17.00 Uhr  
67,22 EUR; erm. 48,88 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
7 - 10 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** ■ **2146** Tagesseminar  
Antje Vödisch  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46  
Sonntag, 21.04.24, 10.00-17.00 Uhr  
36,50 EUR; erm. 27,38 EUR, Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende



## „Scherben im Kopf“ - Leben mit und Hilfe bei Trauma

„Das war jetzt aber traumatisch“ - heißt es oft umgangssprachlich. Doch was umfasst der Begriff Trauma tatsächlich? Was können Betroffene erlebt haben, das ihr Leben aus der Bahn bringt, sie für Freunde, Familie zu „Fremden“ macht? Der Vortrag zeigt im ersten Teil auf, was bei einem Trauma in der Psyche der Betroffenen passiert. Der zweite Teil des Vortrags beinhaltet (Selbst)Hilfetechniken für Betroffene und Angehörige. Dabei wird auf die Arbeiten des Traumatherapeuten Peter Levine sowie Elemente aus der Traumatherapieausbildung und Praxis der Referentin zurückgegriffen.

**Büchen** ■ **2148** Vortrag  
Dr. Tonia Schüller  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Dienstag, 23.04.24, 18.00-19.30 Uhr  
7,00 EUR, Anmeldung erforderlich  
8 - 20 Teilnehmende



## Übungsgruppe Kreative Kommunikation

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 2119). In dieser

Übungsgruppe 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 Einführungskurs ist sinnvoll, aber keine Voraussetzung

**Büchen** ■ **2149** Übungsgruppe  
Annette Niederhellmann-Mogk, Helga Klier, Wolfgang Klier  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49  
Donnerstags 25.04.-06.06.24,  
18.00-19.30 Uhr, 3 Abende  
38,98 EUR; erm. 29,12 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 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. Der Schwerpunkt wird dabei auf dem Thema Narzissmus liegen.

Die Dozentin ist Schauspielerin und systemischer Managementcoach. Der Dozent ist als Berater tätig. Hinweis: Beide haben keine therapeutische Qualifikation.

**Büchen** ■ **2150** Workshop  
Regina Schrott, Henning Glasmacher  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05  
Samstag, 27.04.24, 10.00-16.00 Uhr  
45,72 EUR; erm. 33,83 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende



## Noch leichter „Nein“ sagen mit gutem Gefühl

Nach einer kurzen Wiederauffrischung der bedürfnisorientierten Perspektive geht es ans praktische Üben. Mit Einzel- und Gruppenübungen entdecken Sie Ihre eigenen Denkmuster, die Sie bislang daran hindern, ein authentisches „Nein“ zu äußern und stärken Ihre Empathie für sich und andere. In angeleiteten Rollenspielen trainieren Sie spielerisch einen empathischen bedürfnisorientierten Umgang mit einem „Nein“ - sowohl im selbst Sagen als auch im Bekommen von anderen.

Der Vertiefungsworkshop ist offen für alle, die am Kurzseminar „Mit gutem Gefühl Nein sagen“ mit Frau Hafner teilgenommen oder bereits eine andere Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation besucht haben.

**■ 2152** Vertiefungsworkshop  
Marisa Hafner  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46  
Freitag, 03.05.24, 17.00-20.00 Uhr  
16,00 EUR; erm. 11,20 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende

## Alles eine Frage der Haltung - Das Spiel mit dem inneren und äußeren „Status“

Denken Sie beim Wort Status an das Gehabe „Mein Haus, mein Boot, mein Auto“? Darum geht es hier nicht. Status steht hier als ein Synonym für Haltung und Wirkung.

Aber was ist überhaupt Haltung? Welche Rolle spielen dabei der innere und äußere Status, als etwas, was wir „tun“ im Sinne der „Wirkung“ und weniger als etwas, was wir „haben“? Und wie entstehen aus Haltung Handlungen?

Ziel des Workshops ist es, sich dem Spiel mit dem inneren und äußeren Status mittels theaterpädagogischer Ansätze der eigenen Haltung und Wirkung bewusst zu werden. Die Dozentin ist Theaterpädagogin.

**■ 2153** Kurzworkshop  
Brunhilde Hackenbruch  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46  
Samstag, 04.05.24, 10.00-14.00 Uhr  
20,00 EUR; erm. 14,00 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende

## Selbstdisziplin ist simpel - aber schwierig

Sie haben Ideen für Ihr Leben und das neue Jahr 2024, aber wissen nicht, wie Sie diese in die Realität umsetzen sollen?

Sie fühlen sich oft überfordert von

den vielen Möglichkeiten und Herausforderungen, welche Ihnen begegnen? Sie wünschen sich mehr Klarheit, Fokus und Selbstdisziplin, um Ziele zu verfolgen und zu erreichen?

In dem Workshop lernen Sie, wie sich Selbstdisziplin und Willenskraft effektiv trainieren lassen. Sie erhalten praktische Tipps und Übungen, die helfen, Prioritäten zu setzen, Eigenverantwortung zu stärken und Umsetzungskraft zu steigern. Nutzen Sie die Chance, diesmal Ihre Vorsätze wirklich umzusetzen. Der Dozent ist Wirtschaftsmediator und Trainer für Konfliktmanagement.

**■ 2154** Kurzworkshop  
Thomas Titze  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47  
Samstag, 04.05.24, 10.00-14.00 Uhr  
20,00 EUR; erm. 14,00 EUR, Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende

## Mehr Selbstvertrauen entwickeln

Wie schaffe ich es, mich im Kontakt mit anderen gut und selbstsicher zu fühlen? Wie kann ich Freunden und Bekannten, Familienangehörigen und Arbeitskolleginnen auf Augenhöhe begegnen? Wie vermag ich die eigenen Bedürfnisse und Interessen klar zu kommunizieren?

Auf diese Fragen entwickeln Sie im zweitägigen Workshop Ihre eigenen Antworten: angeleitet durch theoretische Überlegungen (die Sie zugleich auf sich anwenden können) und praktische Übungen, durch Elemente von Selbstcoaching und Training.

Es geht also nicht in erster Linie um „Tipps und Tricks“: sondern darum, dass Sie sich gerade in als herausfordernd erlebten Situationen systematisch beobachten und beeinflussen lernen. So gelangen Sie nachhaltig zu mehr Selbstvertrauen und Selbstsicherheit.

Die Dozentin ist ausgebildeter Coach (DGfC) und Supervisorin (DGSv, SG).

**■ 2155** Wochenendseminar  
Dr. Renate Kremer  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Samstag und Sonntag,  
04.05.-05.05.24, 10.00-17.00 Uhr,  
2 Tage  
66,90 EUR; erm. 48,66 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende

## Konflikte ohne Gefühlschaos

**■ 2204** Vortrag  
Birgit Rösch  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Dienstag, 07.05.24, 18.00-19.30 Uhr  
Weitere Infos unter "Mediation - Konfliktlösung - Partnerschaft"

## „Immer mit der Ruhe“

**■ 2206** Vortrag  
Thomas Titze  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Mittwoch, 15.05.24, 19.00-20.30 Uhr  
Weitere Infos unter "Mediation - Konfliktlösung - Partnerschaft"

## Online-Kurs: Impuls-Malerei! Freude durch Experimentieren

Mut zum Experimentieren, erfahren Sie in diesem Kurs durch spielerisches und intuitives Ausprobieren! Mit einfachen Entspannungsübungen der Meditation, Imagination und achtsamen Hineinspüren in den Körper entdecken und schöpfen Sie an den sechs Abenden Inspiration, Experimentierfreude und Vertrauen. Es wird mit verschiedenen Malutensilien und Materialien ausprobiert, um neue Ideen und Impulse zu erhalten, die den Beginn eines neuen Bildes erleichtern. Überzeugen Sie sich selbst darüber, wie wohltuend es ist, ihrer Intuition zu folgen und Vertrauen durch Experimentieren zu gewinnen.

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 internationale 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.

**■ 2157ON** Online-Kurs  
Katharina Domscheit-D'souza  
Online-Angebot  
Mittwochs 15.05.-19.06.24,  
18.30-21.00 Uhr, 6 Abende  
90,40 EUR; erm. 65,11 EUR, Anmeldung erforderlich  
7 - 10 Teilnehmende

Infos zu den Materialien finden Sie bei diesem Kurs im Internet.

## „Älternabend“

### Überlebenstraining für Töchter und Söhne älter werdender Eltern

Kennen Sie das? Sie stehen mitten im Leben, schaffen vieles und wissen Ihre Eltern im Hintergrund, ohne sich Sorgen um sie machen zu müssen. Und dann stellen sich schleichend oder auch ganz plötzlich Veränderungen ein. Sie stellen fest: Ihre Eltern werden älter. Das vertraute Gefüge verschiebt sich, die - manchmal ungeliebte - Rollenzuschreibung in Eltern und Kinder wird in Frage gestellt, Verantwortung gewinnt eine neue Dimension.

Der Vortrag gibt Denkanstöße und lädt die Teilnehmenden zur Diskussion ein. (Klassische Pflegeethemen wie Pflegegrad, Leistungsansprüche etc. werden nicht behandelt!) Eingeladen sind neben erwachsenen Kindern, die bereits mit einer Pflegesituation konfrontiert sind, ganz besonders auch Menschen, die sich im Vorfeld mit diesen Fragen auseinandersetzen möchten. Die Dozentin ist Ärztin und Therapeutin.

**Büchen** ■ **2159** Vortrag  
Dr. Ursula Becker  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Freitag, 24.05.24, 18.00-19.30 Uhr  
7,00 EUR, Anmeldung erforderlich  
8 - 20 Teilnehmende



### 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.

**Büchen** ■ **2160** Kompaktseminar  
Constanze Wachsmann  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47  
Samstag, 25.05.24, 10.00-17.00 Uhr  
36,50 EUR; erm. 27,38 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende

Bitte beachten Sie den Vortrag „Jedes Wort wirkt!“ am 19. März (2130 Veranstaltungsnummer).

### EMDR-Workshop

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. 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.

**Büchen** ■ **2162** Workshop  
Dr. Tonia Schüller  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46  
Samstag, 25.05.24, 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“ (Veranstaltungsnummer 2123) am 12. März 2024.



### 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** ■ **2163** Wochenendseminar  
Jutta Großkinsky  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Samstag und Sonntag,  
25.05.-26.05.24, 11.00-17.00 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 2182S



### 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.

**Büchen** ■ **2166** Vortrag  
Dr. Tonia Schüller  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Dienstag, 04.06.24, 18.00-19.30 Uhr  
7,00 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 20 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 traumtänzerisch werden zu müssen.

**Büchen** ■ **2168** Kurzseminar  
Dr. Adrian Reinert  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Freitag, 07.06.24, 17.00-20.00 Uhr  
14,00 EUR; erm. 9,80 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende



## Visualisieren mit Sketchnotes & Co.

Mit einfachen Gestaltungstricks können Sie komplizierte Inhalte in ansprechende Bilder verwandeln! Die Elemente für Sketchnotes lassen sich Schritt für Schritt erlernen. In einem interaktiven Training lernen Sie Visualisierungstechniken und kreative Methoden kennen, die Ihre Notizen, aber auch ein Flipchart, bereichern können. Sketchnotes sind sozusagen „Notizen +“, Notizen, die mit Bildern angereichert sind. Sie sehen nicht nur besser aus, sie sind auch deutlich bessere Gedankenstützen als rein textliche Notizen. Die Dozentin ist Soziologin und arbeitet als freiberufliche Referentin.

**Büchen** ■ **2170** Tagesseminar  
Alexandra Dornhof  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Samstag, 08.06.24, 10.00-17.00 Uhr  
55,25 EUR; erm. 46,13 EUR, Im Teilnahmeentgelt enthalten sind eine Grundausrüstung mit Stiften und einem Sketchnotingblock.  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende



## Wenn die Seele krank wird ... So nah und doch so fern!

Behandlungsbedürftige psychische Krankheiten nehmen in unserer Gesellschaft immer mehr zu. Doch die kranke Seele ist in unserer Leistungs- und Wettbewerbsgesellschaft weiterhin ein Tabu-Thema. Wir wollen Berührungsängste abbauen und darüber reden! In dieser Veranstaltung vermitteln wir in einem lebendigen Dialog zwischen einem Betroffenen und dem Referenten, grundlegende Informationen und Antworten auf folgende 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? Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Gemeindepsychiatrie Bonn-Rhein-Sieg gGmbH statt.

**Büchen** ■ **2172** Vortrag  
Lothar Steffens,  
Angela-Maria Tonner  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Dienstag, 11.06.24, 18.00-19.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 18 Teilnehmende



## Klimakommunikation - So gelingt's!

Der Klimawandel ist eine große Herausforderung, doch viele Menschen fühlen sich dabei oft überfordert und hilflos. Wie kann Klimakommunikation dazu beitragen, sich und andere für den Klimaschutz zu begeistern und zu motivieren? An dem Abend erhalten Sie Anregungen und Impulse, um eine aktive Haltung zum Klimaschutz zu entwickeln, die Freude und Sinnhaftigkeit bietet, und diese mit anderen im Alltag zu teilen. Die Veranstaltung findet statt in Zusammenarbeit mit der Initiative „Psychologists for Future“.

**Büchen** ■ **2174** Vortrag  
Dr. Charlotte Koenen, Hannah Knopp, Gregory Heuser, Christoph Löffler,  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Mittwoch, 12.06.24, 18.00-19.30 Uhr  
7,00 EUR, Anmeldung erforderlich  
8 - 25 Teilnehmende

Bitte beachten Sie auch die Veranstaltung 2143 „Die Klimakrise und die 7 Drachen der Untätigkeit“ am 19. April.



## 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 zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC).

**Büchen** ■ **2176S** Bildungsurlaub  
Linda Mentner  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50  
Montag, 08.07. bis Mittwoch, 10.07.24, 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



## 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** ■ **2177S** 2-tägiges Seminar  
Annett Heide  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47  
Montag und Dienstag,  
15.07.-16.07.24, 10.00-17.00 Uhr  
76,13 EUR; erm. 59,40 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 12 Teilnehmende



## **Frauenauszeit - Auftanken- Austauschen-Ausrichten**

Mehrfachbelastung durch Beruf und Familie, ein Terminkalender, der prall gefüllt ist mit Verpflichtungen, für andere da zu sein. Das sind für die meisten Frauen die Energieräuber im Alltag. An diesen Tag richten wir den Fokus der Aufmerksamkeit wieder auf uns selbst und die eigenen Bedürfnisse: Innehalten und in Balance kommen, neue Inspirationen durch Gemeinschaft, Begegnung und Austausch erfahren, mit neuen Gedanken-Impulsen wieder mehr Vitalität und Lebensfreude für den Alltag gewinnen. Sie werden erstaunt sein, wie viele Ressourcen in Ihnen stecken. Der Workshop richtet sich an Frauen, die sich wieder neu entdecken wollen und wissen, wie wichtig es ist, sich selbst Gutes zu tun.

Methoden: Selbstkontakt, Selbstreflexion, Wahrnehmungsübungen, Gesichtsspannung und vieles mehr.

**Büchen** ■ **2178S** Tagesseminar  
Antje Vödisch  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Mittwoch, 17.07.24, 10.00-16.30 Uhr  
33,95 EUR; erm. 25,59 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
7 - 10 Teilnehmende



## **Malen mit Acryl Dialogisches Malen**

**Büchen** ■ **6561** Wochenend-Workshop  
Elisa Marie Zelmer  
VHS, Kirchplatz 6, Raum E.01  
Freitag, 01.03.24, 16:00-20:00 Uhr,  
Samstag, 02.03.24, 10:00-16:00 Uhr  
*Weitere Infos im Fachbereich "Kultur  
und Kunst"*

## **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** ■ **2182S** Sommerkurs  
Jutta Großkinsky  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Montag, 29.07. bis Donnerstag,  
01.08.24, 18.00-21.00 Uhr, 4 Abende  
66,90 EUR; erm. 48,66 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 Konfliktlotse. 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, 23.02.24, 18.00-19.30 Uhr  
7,00 EUR, Anmeldung erforderlich  
8 - 20 Teilnehmende



## **Online-Schnupperworkshop: Einführung ins Systemische Konsensieren**

Vielleicht teilen Sie folgende Erfahrung: Zwei oder mehr Vorschläge stehen im Raum, dann wird abgestimmt und die Unterlegenen sind frustriert.

Beim Systemischen Konsensieren wird bei Entscheidungsprozessen in Gruppen ein möglichst großer gemeinsamer Nenner angestrebt, damit die Entscheidung schließlich tragfähig ist, die Beteiligten zufrieden und mit positiver gemeinsamer Energie in die weitere Zusammenarbeit gehen.

An dem Abend erhalten Sie einen kurzen Einblick in die Methode und die Gedanken dahinter und erfahren an einem oder mehreren konkreten Beispiel, wie sich der Prozess gestaltet. Die Dozentin ist Kommunikationstrainerin und Moderatorin.

Die Veranstaltung findet online über Zoom statt. Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie rechtzeitig vor der Veranstaltung per Mail einen Link, über den Sie sich einwählen können.

**Büchen** ■ **2201ON** Schnupperworkshop  
Tanja Bunzel  
Online-Angebot  
Donnerstag, 07.03.24,  
19.00-21.00 Uhr  
10,00 EUR; erm. 7,00 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 20 Teilnehmende



## **„Das habe ich mir ganz anders vorgestellt!“**

Gerade die Kommunikation in langjährigen Beziehungen leidet oft an eingefahrenen Strukturen, und es kommt schnell zu Konflikten. Die Gründe liegen meist in Gesprächsritualen, nicht gelösten Problemen und unausgesprochenen Erwartungen, die in angespannten Momenten zu Streitigkeiten und Wortduellen führen. Auch ein Kommunikationsabbruch (Schweigen) kann die Folge sein.

In dem Vortrag zeigen Ihnen die beiden Mediator\*innen Ursachen und Möglichkeiten, wie solche Situationen geklärt werden können und die Kommunikation neuen Schwung erhält. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Verein Mediation fördern e.V. statt.

**Büchen** ■ **2202** Vortrag  
Thomas Titze, Dr. Beate Berger  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Freitag, 12.04.24, 18.00-19.30 Uhr  
7,00 EUR, Anmeldung erforderlich  
8 - 20 Teilnehmende



## Konflikte ohne Gefühlschaos

Konflikte gehören zum Leben. Nur wenn sie zum Leben gehören, warum ist es so schwer für mich damit umzugehen? Warum setzen sie mir so zu? Wie gehe ich eigentlich mit Streit um? Wie gelingt es, Konflikten etwas Positives zu entlocken? Erfahren Sie, was Konflikte so schwierig macht anzusprechen und wie Sie mit Ihren Emotionen besser umgehen können. Damit Sie für sich Klarheit haben und auch nach einem Gewitter die Sonne wieder scheinen kann.

Die Dozentin ist Mediatorin, Coach und Konfliktlotsin. Die Veranstaltung findet statt in Kooperation mit dem Verein Mediation fördern e.V.

### ■ 2204 Vortrag

**Büchen** Birgit Rösch  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Dienstag, 07.05.24, 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.

### ■ 2206 Vortrag

**Büchen** Thomas Titze  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Mittwoch, 15.05.24, 19.00-20.30 Uhr  
7,00 EUR, Anmeldung erforderlich  
8 - 20 Teilnehmende



## Basiswissen Trennung/Scheidung - Von Anfang an Fehler vermeiden und Geld sparen

Egal ob Sie selbst an Trennung/Scheidung denken oder davon überrascht werden, es ist wichtig, nicht den Kopf zu verlieren und durch Kurzschlusshandlungen und vorschnelle Entscheidungen grobe Fehler zu machen, die im weiteren Verlauf nur noch schwer zu revidieren sind. Der Dozent ist Fachanwalt für Familienrecht und wird Sie an dem Abend mit dem Basiswissen Trennung/ Scheidung vertraut machen

und Fragen beantworten.

Die Veranstaltung findet statt in Kooperation mit dem Interessenverband Unterhalt und Familienrecht (ISUV).

**Büchen**

■ 2215 Vortrag  
Henning Obermüller  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49  
Mittwoch, 13.03.24, 18.00-19.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 15 Teilnehmende



## Interkulturelle Schule - Ideen und Impulse

Interkulturalität und Diversität/Vielfalt sind zunehmend Normalität und Teil des Alltags. Auch in der Schule stellen sich tagtäglich Fragen, wie innerhalb der Schulgemeinschaft ein interkulturelles Miteinander in Vielfalt gestaltet werden kann.

In dem interaktiven Vortrag und mit kurzen Übungen erhalten Sie Ideen für den Schulalltag und Sie erfahren, wie der Verein Experiment e.V. im Rahmen der Initiative Schule: Global Lehrkräfte, Schulleitungen, Schüler\*innen und Eltern in Bonn und bundesweit in der Entwicklung interkultureller Schulkultur unterstützt.

Die Veranstaltung richtet sich an alle, die gerne interkulturelle Bildung von Morgen aktiv mitgestalten möchten, egal ob Lehrkraft, Eltern, Schüler\*innen oder andere Interessierte. Sie findet in Kooperation mit dem Verein Experiment e.V. statt.

**Büchen**

■ 2231 interaktiver Vortrag  
Meike Zepp  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49  
Mittwoch, 24.04.24, 19.00-20.30 Uhr  
entgeltfrei,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 15 Teilnehmende

## Kreative Kommunikation: Miteinander Denken im DIALOG

**Büchen**

■ 2119 Einführungsseminar  
Annette Niederhellmann-Mogk,  
Helga Klier, Wolfgang Klier  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47  
Samstag, 09.03.24, 10.00-17.00 Uhr  
*Weitere Infos unter "Psychologie und Persönlichkeit"*



## Übungsgruppe Kreative Kommunikation

**Büchen**

■ 2149 Kurs  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49  
Donnerstags 25.04.-06.06.24,  
18.00-19.30 Uhr, 3 Abende  
*Weitere Infos unter "Psychologie und Persönlichkeit"*

## Eltern und Erziehung

### 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 solchen Situationen wertschätzend und respektvoll zu bleiben?

Das online-Kurzseminar führt in die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg ein und wie sie Ihnen im Familienalltag helfen kann. 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**

■ 2220ON Online-Elternseminar  
Tanja Bunzel  
Online-Angebot  
Donnerstag, 22.02.24,  
19.00-21.00 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 15 Teilnehmende



### Online-Elternseminar: Selbstbestimmte Kinder und Regeln im Alltag - wie passt das zusammen?

Den Kindern Freiraum lassen und dennoch Struktur vorgeben - das ist besonders in diesen anstrengenden Zeiten nicht leicht.

Wie schaffen Eltern es, auf die Bedürfnisse ihre Kinder einzugehen, ohne ihre eigenen zu vernachlässigen? Wie viel Entscheidungsspielraum tut Kindern gut und an welchen Punkten sollten Eltern Führung übernehmen?

In dieser Veranstaltung haben Sie die Möglichkeit, Ihre eigenen Fragen einzubringen, konfliktträchtige Alltagssituationen zu schildern und sich auszutauschen. Die Dozentin wird Impulse vermitteln, wie es gelingen kann, der Selbstbestimmungskraft der Kinder zu vertrauen und gleichzeitig Leitwolf zu sein.

Die Einwahldaten über zoom gehen Ihnen rechtzeitig vor der Veranstaltung zu.

**Büchen**

■ 2221ON Online-Elternseminar  
Hildegard Pfister  
Mittwoch, 28.02.24, 20.00-21.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 15 Teilnehmende



## Bindungsmuster - Warum uns diese als Eltern etwas angehen

Ohne dass wir es merken, prägen unsere frühen Bindungsmuster unsere Erwartungen und unsere Interaktionen in allen unseren Beziehungen, also auch unser Verhalten als Eltern. Erfahren Sie, wie Bindungsmuster entstehen, welches elterliche Verhalten einen sicheren oder unsicheren Stil begünstigt und wie wichtig es deshalb für uns und unsere Kinder ist, dass wir mehr darüber wissen und verstehen. Denn dann können wir gesündere und bessere Verhaltensweisen lernen und die Beziehung zu unseren Kindern sicher gestalten.

**Büchen** ■ **2223** Elternseminar  
Nina Steckel  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05  
Donnerstag, 14.03.24,  
19.00-20.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 15 Teilnehmende



## Online-Elternseminar: Schüchterne Kinder stärken

Eltern eines schüchternen Kindes 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 die 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 und zeigt, wie Sie Ihr Kind stärken können, damit es seinen Weg gut gehen kann.

Die Einwahldaten über zoom gehen Ihnen rechtzeitig vor der Veranstaltung zu.

**Büchen** ■ **2224ON** Online-Elternseminar  
Hildegard Pfister  
Online-Angebot  
Dienstag, 19.03.24, 20.00-21.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 15 Teilnehmende



## Unterstützen, ohne zu nerven: 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 Beruf-

berater/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/Rhein-Sieg statt.

**Büchen** ■ **2226** Kurzseminar  
Dorothea Herzog, Dr. Erik vom Hövel  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Mittwoch, 20.03.24, 19.00-21.00 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 15 Teilnehmende



## Online-Veranstaltung: Gastfamilie werden mit Experiment e.V.

**Büchen** ■ **2227ON** Einzelveranstaltung  
Matthias Lichan  
Donnerstag, 21.03.24,  
20.00-21.30 Uhr  
*Weitere Infos bei "Engagement - Ehrenamt"*



## Interkulturelle Austauschmöglichkeiten während und nach der Schulzeit mit Experiment e.V.

**Büchen** ■ **2228** Interaktiver Vortrag  
Michaela Schäfer  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49  
Donnerstag, 11.04.24,  
18.00-19.30 Uhr  
*Weitere Infos bei "Engagement - Ehrenamt"*



## Resilienz bei Kindern

Wir wünschen uns, 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. Unsere Aufgabe als Eltern besteht darin, die Impulse für eine solche Entwicklung zu setzen und sie zu unterstützen.

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?

**Büchen** ■ **2229** Elternseminar  
Nina Steckel  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49  
Mittwoch, 10.04.24, 18.00-19.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 15 Teilnehmende



## 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, die wie ein Fels in der Brandung als Vorbild und als Gegenüber, an dem sie sich reiben können, zur Verfügung stehen. Für Eltern ist diese Zeit eine besondere Herausforderung. Sie müssen loslassen und gleichzeitig Halt geben können, Freiraum gewähren und dennoch auf die Einhaltung der Regeln achten.

**Büchen** ■ **2230** Elternseminar  
Hildegard Pfister  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Mittwoch, 17.04.24, 20.00-21.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 15 Teilnehmende



## Interkulturelle Schule - Ideen und Impulse

**Büchen** ■ **2231** Interaktiver Vortrag  
Meike Zepp  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49  
Mittwoch, 24.04.24, 19.00-20.30 Uhr  
*Weitere Infos bei "Mediation - Konfliktlösung - Partnerschaft"*



## Grenzen setzen - aber wie?

Kinder brauchen Grenzen - ist das wirklich so? Oder brauchen Kinder Eltern, die sich abgrenzen können? Inspiriert vom dänischen Familientherapeuten Jesper Juul gibt der Abend Impulse, sich dem Thema ganzheitlich zu nähern - z.B.: Was ist der Unterschied zwischen „Grenzen setzen“ und „sich abgrenzen“? Welche Grenzen haben wir als Eltern? Wie formuliere ich sie? Welche Grenzen haben Kinder und wie können wir mit ihnen umgehen? Die Dozentin ist Familienberaterin und Coach.

**Büchen** ■ **2232** Elternseminar  
Nina Steckel  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49  
Dienstag, 07.05.24, 18.00-19.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 15 Teilnehmende





## Online-Elternvortrag: Das hochsensible Kind - Herausforderungen, Bedürfnisse und Stärken

„Irgendwie ist mein Kind einfach empfindlicher“ Wenn Sie sich das schon einmal über Ihr Kind haben sagen hören, kann es gut sein, dass es zu den ca. 20% der Menschen zählt, die hochsensibel veranlagt sind. Innerlich empfundene oder im Außen erlebte Reize werden von diesen Menschen intensiver verarbeitet als von normal-sensiblen Personen. Im Fachvortrag lernen Sie einige Aspekte der hochsensiblen Konstitution speziell bei Kindern kennen, um besser verstehen zu können, weshalb ihr Kind so tickt wie es tickt und wie sie es bestmöglich unterstützen können.

Die Dozentin ist Fachberaterin für Hochsensibilität und durch ihre langjährige Erfahrung in einer bilingualen Kindertagesstätte spezialisiert auf die Arbeit mit Kindern.

Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie rechtzeitig vor der Veranstaltung per Mail einen Link, über den Sie sich einwählen können.

### **Büchen** ■ 2234ON Vortrag Linda Mentner Online-Angebot

Dienstag, 14.05.24, 20.00-21.30 Uhr  
entgeltfrei,  
Anmeldung erforderlich  
8 - 15 Teilnehmende



## Geschwisterstreitigkeiten unter Kindern

Geschwister streiten - das ist normal. Wenn sich aber negative Muster verfestigen - zum Beispiel, wenn der Größere häufig die Kleinere drangsaliert oder auch umgekehrt - dann ist es Zeit für Eltern zu reflektieren, wie sie ein friedliches Miteinander fördern können. Wie Eltern dazu beitragen können, dass die Konflikte nicht zu viel Raum einnehmen und die Liebe zwischen den Geschwistern wachsen kann, ist Thema dieses Abends.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Familienzentrum Luthers Arche statt.

### **Büchen** ■ 2235 Kurzseminar Hildegard Pfister Familienzentrum Luthers Arche, Sternenburgstr. 90, 53115 Bonn Donnerstag, 16.05.24, 19.30-21.30 Uhr entgeltfrei, Anmeldung erforderlich Anmeldeschluss: 08. Mai 2024! 8 - 10 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.

Diese Veranstaltung richtet sich an Eltern von Kindern im Kleinkind- und Grundschulalter. Die Dozentin ist Dipl.-Sozialarbeiterin mit therapeutischer Zusatzausbildung und zertifizierte Elterntrainerin.

### **Büchen** ■ 2237 Elternseminar Hildegard Pfister

VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05  
Montag, 27.05.24, 19.00-20.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 15 Teilnehmende



## Wie stärken ich das Selbstwertgefühl meines Kindes?

Als Eltern wünschen wir uns für unsere Kinder, dass sie ein gutes Selbstwertgefühl entwickeln. Dann können sie besser mit den kleinen und großen Herausforderungen des Lebens zurechtkommen. Je besser das Selbstwertgefühl entwickelt ist, desto größer sind Lebensqualität und Lebensfreude.

Die Entwicklung eines gesunden Selbstwertgefühls in der Familie ist ein gegenseitiger Wachstumsprozess. Was können wir zu seiner Stärkung tun, was ist der Unterschied von Selbs(wert)gefühl 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, 05.06.24, 20.00-21.30 Uhr entgeltfrei, Anmeldung erforderlich 8 - 15 Teilnehmende



„Räum endlich Dein Zimmer auf!“  
„Räum 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 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 den Familienalltag erleichtern können.

Die Dozentin ist langjährige Grundschullehrerin, Mutter von zwei Jungs und zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation.

### **Büchen** ■ 2240 Elternseminar Tanja Bunzel

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49  
Dienstag, 11.06.24, 18.00-20.00 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 18. März genauer über die Kursinhalte informieren. Die Anmeldung zum Kurs ist aber auch ohne Teilnahme am Infoabend möglich. Der Infoabend findet online statt. Sie erhalten nach der Anmeldung rechtzeitig vor der Veranstaltung einen Link zur Einwahl. Der am 08. April

beginnende Kurs soll in Präsenz stattfinden.

**Büchen** ■ **2253** Kurs  
Annalisa Edeler  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05  
Montags, 08.04. bis 29.04.24, jeweils  
18.00-19.30 Uhr, in der VHS Bad  
Godesberg, und Samstag, 04.05.24.,  
14.30-17.00 Uhr, Tierheim Remagen  
49,12 EUR; erm. 37,53 EUR,  
Anmeldung erforderlich  
7 - 14 Teilnehmende

**Büchen** ■ **2253ON** Online-Infoabend  
Annalisa Edeler  
Montag, 18.03.24, 18.00-19.00 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
5 - 18 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, 22.03.24, 18.00-20.30 Uhr  
14,00 EUR; erm. 9,80 EUR,  
Anmeldung erforderlich bitte keine  
Hunde mitbringen!  
8 - 20 Teilnehmende



## Tierschutzhunde

Immer mehr Menschen geben einem Hund aus dem Tierschutz ein Zuhause. Leider sind nicht alle Vermittlungen gut gelungen, nicht alle Hunde passen gut in ihr neues Zuhause. Was tun, wenn es gar nicht klappt? Auf was sollte ich achten bevor ich einem Hund aus dem Tierschutz ein Zuhause gebe?

Auf was sollte ich beim Training achten?  
Auf diese und noch mehr Fragen geben wir im Vortrag eine Antwort.

**Büchen** ■ **2256** Vortrag  
Sabine Ehrhardt  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Freitag, 26.04.24, 18.00-19.30 Uhr  
7,00 EUR, Anmeldung erforderlich;  
bitte keine Hunde mitbringen!  
8 - 20 Teilnehmende

## Engagement - Ehrenamt

### Aktion Leselust: Vorlesen in Kindergärten

Im Herbst 2006 hat die Volkshochschule die Aktion Leselust gestartet. Im Rahmen der Aktion lesen 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 führen wir einmal jährlich ein Einführungsseminar durch.

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](mailto:dr.adrian.reinert@bonn.de) (Tel.: 0228/77-3631).

**Büchen** ■ **2303** Aktion Leselust

### 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 Koopera-

tion 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](http://www.mentor-bonn.de); [info@mentor-bonn.de](mailto:info@mentor-bonn.de)

**Büchen** ■ **2308** Kurzseminar  
Edith Dietzler-Isenberg  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46  
Freitag, 19.04.24, 14.00-18.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich;  
nur direkt über den Verein MENTOR  
- Die Leselernhelfer Bonn e.V.: [info@mentor-bonn.de](mailto:info@mentor-bonn.de)

## Draussen zuhören

Die Idee ist ganz einfach: vorbeigehenden Menschen im öffentlichen Raum Gehör schenken - zugewandt, wertfrei und vorbehaltlos. Inspiriert von Zuhörinitiativen wie „Sidewalk Talk“ und vernetzt mit der seit 2021 erfolgreichen Initiative „Zuhören.Draussen Düsseldorf“ (<https://zuh hoeren-draussen.de/>) hat sich auch in Bonn eine Initiative gebildet, mit dem Ziel, die das Einander-Zuhören im Alltag fördern möchte. Ihre Vision ist es, durch Aktionen an öffentlichen Plätzen und Räumen zu mehr Verständigung und Miteinander beizutragen und so gegen Einsamkeit und gesellschaftliche Spaltung vorzugehen. Dafür sucht sie noch andere Menschen, die Lust haben dabei mitzumachen.

Bei zwei Infoabenden - Sie können zwischen Präsenz oder online-Format wählen - erfahren Sie mehr dazu. Für Mitmach-Interessierte bietet die Initiative dann auch einen Einführungsworkshop an.

**Büchen** ■ **2312** Präsenz-Infoabend  
Sabine Becker-Hogenschurz  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Dienstag, 20.02.24, 18.00-19.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 20 Teilnehmende

**Büchen** ■ **2312ON** Online - Infoabend  
Sabine Becker-Hogenschurz  
Mittwoch, 21.02.24, 20.00-21.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 20 Teilnehmende

**Büchen** ■ **2314** Einführungsworkshop  
Sabine Becker-Hogenschurz  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49  
Samstag, 09.03.24, 10.00-13.00 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 15 Teilnehmende

## Online-Veranstaltung: Gastfamilie werden mit Experiment e.V.

Lernen Sie Deutschlands älteste gemeinnützige Austauschorganisation mit über 90 Jahren Erfahrung kennen! Experiment e.V. hat seinen Sitz in Bonn und bietet viele verschiedene interkulturelle Austauschprogramme an. Eines davon ist der Gastfamilienaufenthalt. Die Herausforderungen für die aufnehmenden Familien sind oft sehr ähnlich: Wie heiße ich den Gast in der Familie willkommen? Muss ich Regeln benennen? Was erwarte ich von dem Aufenthalt, was erwartet unser Gast? Wie kann ich mit herausfordernden Situationen umgehen? Wo finde ich Hilfe? Am dem Abend erhalten Sie viele Anregungen, um sich mit dem Thema „Gastfamilie sein“ auseinander zu setzen. Informieren Sie sich ganz unverbindlich über dieses spannende Ehrenamt!

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Verein Experiment e.V. statt.

Die Einwahldaten gehen Ihnen nach erfolgter Anmeldung rechtzeitig vor der Veranstaltung zu.

**Büchen** ■ **2227ON** Einzelveranstaltung  
Matthias Lichan  
Online-Angebot  
Donnerstag, 21.03.24,  
20.00-21.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 20 Teilnehmende

## Interkulturelle Austauschmöglichkeiten während und nach der Schulzeit mit Experiment e.V.

**Büchen** ■ **2228** Infoabend  
Michaela Schäfer  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49  
Donnerstag, 11.04.24,  
18.00-19.30 Uhr  
*Weitere Infos bei "Mediation - Konfliktlösung - Partnerschaft"*

## Interkulturelle Schule - Ideen und Impulse

Interkulturalität und Diversität/Vielfalt sind zunehmend Normalität und Teil des Alltags. Auch in der Schule stellen sich tagtäglich Fragen, wie innerhalb der Schulgemeinschaft ein interkulturelles Miteinander in Vielfalt gestaltet werden kann.

In dem interaktiven Vortrag und mit kurzen praktischen Übungen erhalten Sie Ideen für den Schulalltag und Sie erfahren, wie der Verein Experiment e.V. im Rahmen der Initiative Schule:Global Lehrkräfte, Schulleitungen, Schüler\*innen und Eltern in

Bonn und bundesweit in der Entwicklung einer interkulturellen Schulkultur unterstützt.

Die Veranstaltung richtet sich an alle, die gerne interkulturelle Bildung von Morgen aktiv mitgestalten möchten, egal ob Lehrkraft, Eltern, Schüler\*innen oder andere Interessierte. Sie findet in Kooperation mit dem Verein Experiment e.V. statt.

**Büchen** ■ **2231** Interaktiver Vortrag  
Meike Zepp  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49  
Mittwoch, 24.04.24, 19.00-20.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 15 Teilnehmende

## Letzte Hilfe Am Ende wissen, wie es geht

**Büchen** ■ **2113** Kurzseminar  
Dr. Elisabeth Sous-Braun,  
Lieselotte Albrecht  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Mittwoch, 06.03.24, 17.00-21.30 Uhr  
*Weitere Infos bei "Psychologie und Persönlichkeit"*

## 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 sog. Alltagsunterstützer\*in werden.

In einem Blended Learning Kurs können Sie die dafür erforderliche formale Qualifikation erwerben. Alle Infos dazu finden Sie bei "Basisqualifizierung."

**Büchen** ■ **2652** Blended Learning Kurs  
Für Details siehe Kurs Seite 76

**Büchen** ■ **2651ON** Online-Infoabend  
Dienstag, 06.02.24, 18.00-19.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
5 - 20 Teilnehmende

## Älter werden und aktiv bleiben

### Barcamp

#### „Gutes Leben für Ältere in Bonn“

Haben Sie Lust, gemeinsam mit anderen Menschen aus unterschiedlichen Generationen Ideen für ein gutes Leben Älterer in Bonn zu entwickeln und auszutauschen? Die Stiftung Bonner Altenhilfe lädt Sie in Kooperation mit der VHS zu einem Barcamp darüber ein. Barcamp ist eine offene Tagungsform, bei der sich alle Teilnehmenden mit ihren Themen einbringen können. Es sollen Vorschläge, Initiativen und Maßnahmen diskutiert werden, die Älteren in Bonn ein aktives und partizipatives Leben ermöglichen. Die Eingaben und Ergebnisse werden gesammelt und gebündelt, um sie in möglichst konkrete Maßnahmen münden zu lassen. Willkommen sind alle, die sich an der Diskussion aktiv beteiligen möchten - intergenerationell und interdisziplinär.

**Büchen** ■ **2335J** Tagesveranstaltung  
Johannes Mirus  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11  
Freitag, 26.01.24, 10.00-16.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich,  
nicht über die VHS, sondern über  
www.bonn.li/gutesleben oder telefonisch unter 0228 2495 4607  
10 - 120 Teilnehmende

## Endlich tun, was ich wirklich möchte

Für viele Menschen kommt der Ruhestand trotz aller zeitlichen Regelungen unvermittelt. Wie es dann weitergehen soll, ist oft unklar. Dabei birgt der Ruhestand so viele Möglichkeiten, das Leben (endlich) nach eigenen Vorstellungen zu gestalten. In dem Workshop können Sie Ihre eigenen Werte und Kernkompetenzen herausarbeiten, sowie kreativ Ziele, Visionen und Perspektiven entwickeln. Die Veranstaltung ist für alle gedacht, die sich aktiv und selbstbestimmt auf eine herausfordernde Lebensphase vorbereiten wollen. Der Dozent ist Wirtschaftsmediator und Trainer für Konfliktmanagement.

**Büchen** ■ **2338** Workshop  
Thomas Titze  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Samstag, 16.03.24, 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 diesem Nachmittag erhalten Sie hierzu 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.

**Büchen** ■ **2342** Einzelveranstaltung  
Elfi Klein, Cornelia Brodeßer  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05  
Montag, 06.05.24, 14.30-17.00 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 20 Teilnehmende

## „Älternabend“ Überlebenstraining für Töchter und Söhne älter werdender Eltern

**Büchen** ■ **2159** Vortrag  
Dr. Ursula Becker  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Freitag, 24.05.24, 18.00-19.30 Uhr  
*Weitere Infos unter "Psychologie und  
Persönlichkeit"*



## Tanzen macht Spaß - Kurs für Fortgeschrittene

**Büchen** ■ **2025** Kurs  
Brigitte Pieper  
Bonn, Margarete-Grundmann-Haus,  
Lotharstr. 84-86, Saal  
Freitags 23.02.-07.06.24,  
14.00-15.30 Uhr, 14 Nachmittage  
*Weitere Infos unter  
"Lernen in Bewegung"*



## Zivilcourage, Sicherheit und Vorbeugung

### Einbruchschutz - Wie schütze ich Haus und Wohnung?

Entgegen landläufiger Meinung erfolgen Einbrüche häufig zur Tageszeit, zum Beispiel während einer kurzen Abwesenheit des Bewohners, etwa zur Schul-, Arbeits- und Einkaufszeit, am frühen Abend oder an den Wochenenden. Weit über ein Drittel aller Wohnungseinbrüche 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 als technischer Berater beim Polizeipräsidium Bonn tätig und informiert Sie darüber, welche Möglichkeiten die moderne Technik bietet, sich gegen einen Einbruch zu sichern.

**Büchen** ■ **2362** Einzelveranstaltung  
Bernhard Sodoge  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Mittwoch, 17.04.24, 17.30-19.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 15 Teilnehmende



### Tu was! Weggucken hilft nicht Vom Umgang mit Aggression und Gewalt

„Was kann ich schon tun?“, „Da sollen sich doch Andere kümmern!“, „Am Ende werde ich noch angegriffen!“ Einwände, die jedem bekannt sind, aber dem Menschen in einer Notsituation nicht helfen. Gibt es Alternativen, ohne sich dabei selbst in Gefahr zu bringen?

An diesem Abend erhalten Sie Informationen zum Umgang mit Aggressionen und Gewalt im öffentlichen Raum, sowie praktische Tipps zur Förderung von Zivilcourage. Gewinnen Sie mehr Verhaltenssicherheit und erhöhen damit die Wahrscheinlichkeit, im Ernstfall richtig reagieren zu können.

In Kooperation mit dem Commissariat für Kriminalprävention und Opferchutz der Bonner Polizei.

**Büchen** ■ **2364** Einzelveranstaltung  
Michaela Neu  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05  
Mittwoch, 22.05.24, 17.30-19.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 16 Teilnehmende



## Sicherheit für Frauen

Sexuelle Belästigung, körperliche Übergriffe, Stalking, Häusliche Gewalt ...

Wie kann ich damit umgehen? In diesem Vortrag erhalten Sie Tipps und Informationen, wie Sie sich in den verschiedenen Situationen verhalten können und welche rechtlichen Möglichkeiten Sie haben. Ziel ist, Verhaltenssicherheit zu gewinnen und die Wahrscheinlichkeit zu erhöhen, im Ernstfall richtig zu reagieren. Die Dozentin ist Kriminalhauptkommissarin. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Commissariat für Kriminalprävention und Opferchutz der Bonner Polizei statt.

**Büchen** ■ **2366** Einzelveranstaltung  
Michaela Neu  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05  
Mittwoch, 05.06.24, 17.30-19.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 15 Teilnehmende

## Neue Wohnformen

### Neue Wohnformen in Bonn - ein Überblick

Jung und Alt zusammen, Gemeinschaftliches Wohnen, Seniorenwohngemeinschaften, Wohnen mit Service, 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 Informationsstelle Innovative Wohnformen im Amt für Soziales und Wohnen.

**Büchen** ■ **2402** Einzelveranstaltung  
Melanie Buderath,  
Hans-Joachim Otto  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11  
Mittwoch, 28.02.24, 17.00-18.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
10 - 60 Teilnehmende

## Die Hausgemeinschaft Plittersdorf der Wahlverwandtschaften 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 2010 bestehende Hausgemeinschaft Plittersdorf kennen, die aus drei Häusern im Neubaugebiet „Rheinauer Gärten“ (gegenüber der amerikanischen Siedlung) besteht. Außerdem erfahren Sie mehr über die Aktivitäten, Grundsätze und Ziele des Vereins Wahlverwandtschaften sowie über weitere Vorhaben.

**■ 2405** Einzelveranstaltung  
Hans-Joachim Otto  
Kennedyallee 118, 53175 Bonn  
Donnerstag, 07.03.24,  
17.00-18.30 Uhr  
7,00 EUR, Anmeldung erforderlich  
8 - 20 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 2600-2602 ein. Die anderen Vorträge zum Thema Pflege (2612ON und 2614) laufen außerhalb der Vortragsreihe.**

**Vergesslich oder dement? Wie fängt das eigentlich an?**

### Von der Diagnose zur Behandlung

Wie häufig in der Medizin, sind die Grenzen zwischen Gesundheit und Krankheit nicht scharf. Der Vortragende 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 Wissensstand Schutz- und Risikofak-

toren?

Der Dozent ist Ärztlicher Leiter (Psychiatrie) am Klinischen Behandlungs- und Forschungszentrum der Uniklinik Bonn.

**■ 2600** Vortrag  
Prof. Dr. med. Klaus Fließbach  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11  
Mittwoch, 10.04.24, 18.00-20.00 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
10 - 60 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 Vortrags mit Übungen und anschließender Diskussion.

**■ 2601** Vortrag  
Tilla Heilmann  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11  
Mittwoch, 17.04.24, 18.00-20.00 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
10 - 60 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 der Leiter der Fachstelle Alter und Pflege im Haus der Bonner Altenhilfe, der Leiter des Hauses Rosental sowie eine Demenz-Fachberaterin der Alzheimer Gesellschaft Bonn e.V., die Bandbreite der Hilfsangebote der zahlreichen Träger in Bonn und die verschiedenen Finanzierungsmöglichkeiten vor.

**■ 2602** Vortrag  
Christiane Schneider, Peter Gauchel, Daniel Lenartowski  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11  
Mittwoch, 24.04.24, 18.00-20.00 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
10 - 60 Teilnehmende

### Online-Vortrag:

#### „Pflegefall - was nun?“ Pflegefall - was nun?

Menschen, die von heute auf morgen 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 einmal, wer sie in dieser Notlage kompetent berät und welche regionalen Netzwerke weiterhelfen.

Der Vortrag soll Angehörigen im Pflegedschungel einen Leitfaden geben. Auch die finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten der Krankenkassen und der öffentlichen Hand stehen im Fokus. Im Anschluss an den Vortrag können individuelle Fragen beantwortet werden. Die Dozentin ist selbstständige Pflegeberaterin.

Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie rechtzeitig vor der Veranstaltung den Zugangslink.

**■ 2612ON**  
Petra Willems  
Mittwoch, 13.03.24, 17.00-18.30 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 zurechtfinden und die individuelle Lösung und mögliche Ansprechpersonen finden?

Es wird ein Überblick gegeben, 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.

**■ 2614** Vortrag  
Petra Willems  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Mittwoch, 15.05.24, 17.00-18.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 15 Teilnehmende

## „Älternabend“ Überlebenstraining für Töchter und Söhne älter werdender Eltern

**Büchen** ■ **2159** Vortrag  
Dr. Ursula Becker  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Freitag, 24.05.24, 18.00-19.30 Uhr  
Weitere Infos unter *„Psychologie und  
Persönlichkeit“*

## 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 AnFöVO 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 Präsenzseminar wird von Fachkräften aus dem Bonner Raum geleitet. Die Online-Phase wird vom 11. März bis 19. April stattfinden. Während dieser Zeit können Sie sich entsprechend Ihren eigenen zeitlichen Möglichkeiten und Wünschen autonom einwählen.

Das für alle gemeinsame Präsenzseminar findet am 20./21. April statt. Wir empfehlen die Teilnahme am

Online- Infoabend am 06. Februar  
(siehe Veranstaltung 2651ON).

**Büchen** ■ **2652** Blended Learning Kurs  
Tilla Heilmann, Lydia Fricke, Anne  
Türke, Iwona Sachse  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Onlinephase: 11.03. - 19.04.2024  
Präsenztermin: 20.04. - 21.04.2024,  
(beide Tage 9.30 - 16.30 Uhr)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
194,00 EUR,  
Ehrenamtlich als Alltagsbegleiter\*innen  
in der Stadt Bonn Tätige gegen  
Vorlage einer Bescheinigung des  
Trägers: EUR 30,00  
Nähere Informationen zum Verfahren  
bei dr.adrian.reinert@bonn.de (Tel.  
0228/77-3631)  
7 - 16 Teilnehmende

Achtung: Nach erfolgter Anmeldung  
ist eine Wiederabmeldung nur  
schriftlich bis zum 25. 02.2024 mög-  
lich (Abmeldeentgelt 6,10 EUR).  
Bei später eingehenden Abmeldun-  
gen bleibt die Verpflichtung zur En-  
trichtung des vollen Teilnahmeent-  
geltes bestehen.

**Büchen** ■ **2651ON** Online-Infoabend  
Dienstag, 06.02.24, 18.00-19.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
5 - 20 Teilnehmende

## Jahreskurs Gewaltfreie Kommunikation

### Jahreskurs Gewaltfreie Kommunikation

Haben Sie an einem Einführungsseminar oder Bildungsurlaub zu Gewaltfreier Kommunikation (GFK) teilgenommen und möchten Sie Ihre Kenntnisse und Erfahrungen vertiefen? Der Jahreskurs gibt Ihnen Gelegenheit dazu.

Er besteht aus vier mehrtägigen Präsenzmodulen (ca. 100 Stunden) in einem Seminarhaus in Hellenthal/Eifel und 3 Übungsabenden (10 Stunden) in der VHS Bonn-Bad Godesberg. Die Termine der vier Module werden sein:

Modul 1:  
Do. 25.04.2024, 18.00 Uhr, bis  
So. 28.04.2024, 16.00 Uhr

Modul 2:  
Do. 27.06.2024, 18.00 Uhr, bis  
So. 30.06.2024, 16.00 Uhr

Modul 3:  
Mi. 11.09.2024, 18.00 Uhr, bis  
So. 15.09.2024, 16.00 Uhr

Modul 4:  
Do. 14.11.2024, 18.00 Uhr, bis  
So. 17.11.2024, 16.00 Uhr

Der Jahreskurs kann nur komplett gebucht werden. Eine Anmeldung nur zu einzelnen Modulen ist nicht möglich.

Ausführliche Informationen zu den Lerninhalten und -methoden sowie zum Tagungshaus finden sie im Ausschreibungstext auf unserer Internetseite [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). Darüber hinaus finden ein Präsenz-Infoabend am 27.02.2024 sowie ein online-Infoabend am 29.02.2024 statt. Bitte melden Sie sich bei Interesse dazu unter den gesondert aufgeführten Veranstaltungsnummern (Nr. 2860 oder Nr. 2860ON) an.

**Büchen** ■ **2861** Jahreskurs  
Stefan Voth, Hannah Hartenberg  
Seminarhaus Abrahm in Hellenthal/  
Eifel  
25.04.-17.11.24,  
1600,00 EUR; erm. 1200,00 EUR,  
Es ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich. Die Ausbildung kann nur komplett gebucht werden. Eine Stornierung der Anmeldung ist nur schriftlich bis zum 22.03.2024 möglich (Abmeldeentgelt: EUR 6,10). Bei Abmeldungen nach diesem Termin wird der volle Teilnahmebeitrag fällig.  
10 - 16 Teilnehmende

### Präsenz-Infoabend Jahreskurs Gewaltfreie Kommunikation

**Büchen** ■ **2860**  
Stefan Voth, Hannah Hartenberg  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Dienstag, 27.02.24, 20.00-21.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
8 - 20 Teilnehmende

### Online-Infoabend Jahreskurs Gewaltfreie Kommunikation

**Büchen** ■ **2860ON**  
Stefan Voth, Hannah Hartenberg  
Online-Angebot  
Donnerstag, 29.02.24,  
19.00-20.30 Uhr  
entgeltfrei, Anmeldung erforderlich  
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
- Thailändisch
- Türkisch
- Ungarisch
- Vietnamesisch

Bettina Kröll  
Fachbereichsleitung  
Englisch und andere Sprachen  
Fon 0228 77 3643  
Bettina.Kroell@bonn.de

Andrea Witt  
Fachbereichsleitung  
Romanische Sprachen  
Fon 0228 77 5151  
Andrea.Witt@bonn.de

## Der Fachbereich

Für das erste Halbjahr 2024 haben wir ein abwechslungsreiches Programm mit über 440 Angeboten in 30 Fremdsprachen von A wie Altgriechisch und Arabisch bis V wie Vietnamesisch für Sie zusammengestellt.

Die Sprachkurse orientieren sich an den sechs Kompetenzstufen des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für Sprachen (GER), der als eine Art Vergleichsmaßstab für das Einordnen von Sprachkenntnissen dient. Auf den Stufen A1 und A2 erwerben Sie Grundkenntnisse, auf den Stufen B1 und B2 lernen Sie, die Sprache in komplexeren Zusammenhängen selbstständig zu verwenden, auf den Stufen C1 und C2 können Sie sich kompetent und differenziert ausdrücken.

Damit Sie den richtigen Kurs finden, der zu Ihren Vorkenntnissen passt, beraten wir Sie gern. Bitte melden Sie sich bei Bettina Kröll (0228 77 3643; [bettina.kroell@bonn.de](mailto:bettina.kroell@bonn.de)) oder Andrea Witt (0228 77 5151; [andrea.witt@bonn.de](mailto:andrea.witt@bonn.de)). Für Englisch gibt es vor dem Semesterstart drei Beratungstermine am 11. Januar, 7. Februar und 14. Februar. Kommen Sie gern vorbei!

Auf unserer Webseite [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de) verlinken wir außerdem zum jeweils passenden Einstufungstest für den Kurs.

Im Fachbereich Englisch finden Sie über 100 Kurse auf allen Stufen des GER. Wer Englisch ganz neu lernt, ist in den Standardkursen gut aufgehoben; wer vor allem das Sprechen üben möchte, in den Konversationskursen. In weiteren Kursen liegt der Schwerpunkt auf der beruflichen Anwendung Ihrer Sprachkenntnisse. Der überwiegende Teil der Kurse findet in Präsenz statt, es gibt aber auch viele Onlineangebote.

Falls Sie sich nicht für ein ganzes Semester festlegen können, interessieren Sie sich vielleicht für unsere Wochenendkurse, zum Beispiel zu den Themen „Englisch für die Reise A2“, „English for the Office A2/B1“, „Grammar Workout A2/B1“, „Knit and Natter B1“, „Grammar Workout B1/B2“, ein Singalong zum Thema „Spring Songs from England“, „Grammar Workout B2/C1“, „Swearing and Slang B2/C1“, „English for Intercultural Communication B2/C1“ oder „Vocabulary and Idioms Training C1“.

Monatliche Angebote am Freitagabend und am Samstagvormittag gibt es auch: ein Sprachencafé und eine Quiz Night, zwei englische Buchclubs (einer in Präsenz und einer online) und einen Konversationskurs zum Thema Musik: „The Language of Folk Music B2“. Die Gruppen freuen sich immer über neue Teilnehmer\*innen – the more, the merrier!

Falls Sie Ihre Englischkenntnisse für Studium oder Beruf nachweisen möchten, können Sie sich bei der VHS auf ein B2-, C1- oder C2-Zertifikat der Universität Cambridge vorbereiten.

Arabisch, Englisch, Französisch, Italienisch, Koreanisch, Kroatisch, Neugriechisch, Neuhebräisch, Niederländisch, Polnisch, Portugiesisch, Spanisch und Türkisch können Sie gezielt in kurzen Wochenendkursen kennenlernen oder trainieren. Für viele dieser Sprachen bieten wir auch einwöchige Seminare an, die als Bildungsurlaube nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz NRW anerkannt sind.

Zur Aktivierung verschütteter Sprachkenntnisse eignen sich die Kurse für Wiedereinsteiger\*innen auf den Stufen A1, A2, B1 und B2. Aktuelle Texte, Literatur, Videos und Podcasts gehören zu den Schwerpunkten der fortgeschrittenen Konversationskurse (Stufen B1-C2).

Es gibt Kurse am Vormittag, am Nachmittag und am Abend, in Präsenz und online, für Anfänger\*innen und für Fortgeschrittene. Wir würden uns freuen, wenn etwas Passendes für Sie dabei ist. Falls Sie etwas vermissen, freuen wir uns ebenfalls über einen kurzen Hinweis.

<b>Kompetente Sprachverwendung</b>	<b>C2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Kann praktisch alles, was er / sie liest oder hört, mühelos verstehen.</li> <li>■ Kann Informationen aus schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenfassen und dabei Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wiedergeben.</li> <li>■ Kann sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken und auch bei komplexeren Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen.</li> <li>■ Kann anspruchsvolle Briefe sowie komplexe Berichte oder Artikel verfassen.</li> </ul>
	<b>C1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Kann anspruchsvolle, längere Gespräche und Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen.</li> <li>■ Kann sich spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter deutlich erkennbar nach Worten suchen zu müssen.</li> <li>■ Kann die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium wirksam und flexibel gebrauchen.</li> <li>■ Kann sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken.</li> </ul>
<b>Selbstständige Sprachverwendung</b>	<b>B2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Kann die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; versteht im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen.</li> <li>■ Kann sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung gut möglich ist.</li> <li>■ 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.</li> </ul>
	<b>B1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Kann die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht.</li> <li>■ Kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet.</li> <li>■ Kann sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete äußern und über Erfahrungen und Ereignisse berichten sowie Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben.</li> <li>■ Kann einfache, zusammenhängende Texte lesen und schreiben.</li> </ul>
<b>Elementare Sprachverwendung</b>	<b>A2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Kann alltägliche Dialoge und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, z. B. Informationen zur Person, zur Lebenssituation, zu Einkauf, Arbeit, Familie, Nachbarschaft, Freizeit usw.</li> <li>■ Kann kurze, einfache Texte lesen und verstehen.</li> <li>■ Kann sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um vertraute und geläufige Themen geht.</li> <li>■ Kann kurze, einfache Notizen und Mitteilungen schreiben.</li> </ul>
	<b>A1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und in Gesprächen verwenden.</li> <li>■ Kann sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen und auf Fragen dieser Art Antwort geben.</li> <li>■ Kann sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind, zu helfen.</li> <li>■ Kann auf einfachen Formularen Name, Adresse, Nationalität u.ä. eintragen.</li> </ul>



## 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.

\*\*\* Die Beratung ist kostenlos, eine Anmeldung nicht erforderlich. \*\*\*

**Büchen** ■ **3000A** Sprachberatung  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60  
Donnerstag, 11.01.24,  
16.00-19.00 Uhr

**Büchen** ■ **3000B** Sprachberatung  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60  
Mittwoch, 07.02.24, 16.00-19.00 Uhr

**Büchen** ■ **3000C** Sprachberatung  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60  
Mittwoch, 14.02.24, 16.00-19.00 Uhr

### Bildungsurlaube Standard A2-C2

**Die folgenden Veranstaltungen sind als Bildungsurlaube nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz NRW anerkannt, können aber von allen Interessierten gebucht werden, die Englisch lernen möchten.**

**Bitte nutzen Sie vor der Anmeldung den Einstufungstest [www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de), um den Kurs zu finden, in dem Sie sich am wohlsten fühlen und die größten Fortschritte machen können.**

#### Refresher A2 - 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 some/any, Adjektive und Adverbien (good/well) und die Zeiten present simple, present progressive, present perfect, past simple und past progressive (goes/is going/has gone/went/was going) sowie „going to“, um über Pläne zu sprechen, und „will“ für Vorhersagen über die Zu-

kunft. Außerdem gibt es viel „learning by doing“ und Gelegenheit zum Sprechen.

Voraussetzung: drei bis vier Jahre Englisch.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Network Refresh Now A2, ISBN 978-3-12-605187-3, Klett

**Büchen** ■ **3013** Bildungsurlaub  
Katharina Bomans  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
Montag, 26.02., bis Freitag,  
01.03.24, 9.00-12.00 Uhr und  
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
206,10 EUR; erm. 146,10 EUR  
6 - 9 Teilnehmende

■ **3017** Bildungsurlaub  
Katharina Bomans  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
Montag, 16.09., bis Freitag,  
20.09.24, 9.00-12.00 Uhr und  
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
206,10 EUR; erm. 146,10 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 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: four to six years of English.

Please bring the textbook with you: A New Start Refresher B1. New Edition, ISBN 978-3-464-20232-6, Cornelsen

**Büchen** ■ **3025** Bildungsurlaub  
Katharina Bomans  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
Montag, 18.03., bis Freitag,  
22.03.24, 9.00-12.00 Uhr und  
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
206,10 EUR; erm. 146,10 EUR  
6 - 9 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3029** Bildungsurlaub  
Regina Baumann  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
Montag, 13.05., bis Freitag,  
17.05.24, 9.00-12.00 Uhr und  
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
206,10 EUR; erm. 146,10 EUR  
6 - 9 Teilnehmende

■ **3027** Bildungsurlaub  
Katharina Bomans  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
Montag, 07.10., bis Freitag,  
11.10.24, 9.00-12.00 Uhr und  
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
206,10 EUR; erm. 146,10 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.

**Büchen** ■ **3035** Bildungsurlaub  
Dr. David W. Wood  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
Montag, 15.04., bis Freitag,  
19.04.24, 9.00-12.00 Uhr und  
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
206,10 EUR; erm. 146,10 EUR  
6 - 9 Teilnehmende

#### Refresher B2plus - Bildungsurlaub

Looking for an opportunity to improve your good language skills? Welcome to this very active English week! The 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.

**Büchen** ■ **3039** Bildungsurlaub  
Dr. David W. Wood, Carla Jackson  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51  
Montag, 29.01., bis Freitag,  
02.02.24, 9.00-12.00 Uhr und  
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
206,10 EUR; erm. 146,10 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

**Büchen** ■ **3043** Bildungsurlaub  
Dr. Abigail Dunn  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
Montag, 08.07., bis Freitag,  
12.07.24, 9.00-12.00 Uhr und  
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
206,10 EUR; erm. 146,10 EUR  
6 - 9 Teilnehmende



## English Proficient C2 - Bildungsurlaub

For participants who are interested in discussing current affairs and a multitude of different subjects in English. Whilst nattering away we will touch upon idioms, phrasal verbs and collocations, while also brushing up on our grammar skills. We will also focus on making you sound more like a native. To many German natives it seems, English is spoken at breakneck speed - and there is probably some truth to that. Words are pulled together, omitted, highlighted, combined. Together we will uncover the system behind this and help you to speak more like a native.

Requirements: Good C1-level, a good night's sleep, proper breakfast and a smile. Guarantee: Learning by doing and lots of fun!

Please bring the textbook with you: Keynote Proficient (C2.1/C2.2), ISBN 978-1-305-39918-1, National Geographic Learning/Cornelsen

■ **3048** Bildungsurlaub  
Dr. Abigail Dunn  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
Montag, 26.08., bis Freitag,  
30.08.24, 9.00-12.00 Uhr und  
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
206,10 EUR; erm. 146,10 EUR  
6 - 9 Teilnehmende

## Bildungsurlaube Englisch für den Beruf A2-C1

**Die folgenden Veranstaltungen sind als Bildungsurlaube nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz NRW anerkannt, können aber von allen Interessierten gebucht werden, die Englisch lernen möchten.**

**Bitte nutzen Sie vor der Anmeldung den Einstufungstext unter [www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de), um den Kurs zu finden, in dem Sie sich am wohlsten fühlen und die größten Fortschritte machen können.**

### English for the Office A2/B1 - Bildungsurlaub

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: three to five years of English.

**Büchen** ■ **3052** Bildungsurlaub  
Timothy Phillips  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
Montag, 13.05., bis Freitag,  
17.05.24, 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 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 maintain your focus in tough negotiations. You will also look at some common mistakes German-speakers make when speaking and writing, and some tricky situations you need to be aware of when doing business with people from other cultures. Furthermore, there will be plenty of opportunity to practise small talk. At the end of the week, you will feel a lot more confident when using English in your job.

Requirements: good Abitur exam level English or better.

■ **3057** Bildungsurlaub  
Timothy Phillips  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
Montag, 19.08., bis Freitag,  
23.08.24, 9.00-12.00 Uhr und  
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
206,10 EUR; erm. 146,10 EUR  
6 - 9 Teilnehmende

## Englisch für den Beruf B1- C1

### 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 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 generally talking about their job and their company's products or services, etc. We will review some relevant grammar, too.

Requirements: three to five years of English.

**Büchen** ■ **3064** Wochenendkurs  
Winkate Bendig  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Fr, 08.03., 17.00-20.00 Uhr, Sa,  
09.03., 10.00-13.00 Uhr und  
14.00-17.00 Uhr, und So, 10.03.24,  
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage  
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



### English at Work B1 - Onlinekurs

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. There will be lots of speaking activities and practical tips, and we will cover some relevant grammar, too.

Requirements: four to six years of English.

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Büchen** ■ **3068ON** Kurs  
Dr. Abigail Dunn  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



## English at Work B1

Please bring the textbook with you: Basis for Business B1. New Edition, from Unit 6, ISBN 978-3-06-121850-8, Cornelsen

Büchen

### ■ 3069 Kurs

Timothy Phillips  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51  
Donnerstags 22.02.-13.06.24,  
17.30-19.00 Uhr, 12 Abende  
106,90 EUR; erm. 76,66 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 19.02.-17.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



## English for Intercultural Communication B2/C1 - Weekend Course

Small talk, exchanging contact details and talking politely about interests: these are important communication skills that are also needed for friendly and successful relationships with people from different cultural backgrounds. In this weekend course we will practise conversations about a variety of topics and cover different social situations (at a conference, restaurant, etc.). We will also discuss conversation and intercultural communication strategies, e.g. switching from chatting to business and back. You will learn how to express yourself politely and professionally and be certain to avoid intercultural faux pas.

Requirements: about Abitur exam level English or better.

Büchen

### ■ 3074 Wochenendkurs

Winkate Bendig  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57  
Fr, 19.04., 17.00-20.00 Uhr, Sa,  
20.04., 10.00-13.00 Uhr und  
14.00-17.00 Uhr, und So, 21.04.24,  
10.00-13.00, 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 maintain your focus in tough negotiations. You will also look at some common mistakes German-speakers make when speaking and writing, and some tricky situations you need to be aware of when doing business with people from other cultures. Furthermore, there will be plenty of opportunity to practise small talk. At the end of the semester, you will feel a lot more confident when using English in your job.

Requirements: about Abitur exam level English or better.

Büchen

### ■ 3076 Kurs

Timothy Phillips  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51  
Dienstags 20.02.-11.06.24,  
20.15-21.45 Uhr, 13 Abende  
115,30 EUR; erm. 82,54 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Prüfungsvorbereitung B2-C2

**If you have any questions about the exam preparation courses, please contact Anne Baumeister from the English Department (anne.baumeister@bonn.de; 0228 77 3577.**

**A placement test is highly recommended:**

**[www.cambridgeenglish.org/test-your-english/general-english/](http://www.cambridgeenglish.org/test-your-english/general-english/)**

## Cambridge Exam Preparation B2 First

This course offers exam preparation for the Cambridge English B2 level qualification, B2 First. 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.

Requirements: about Abitur exam level English.

Please bring the textbook with you: Open World First, from Unit 7, ISBN 978-3-12-540607-0, Cambridge University Press/Klett

Büchen

### ■ 3082 Kurs

Timothy Phillips  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51  
Dienstags 20.02.-11.06.24,  
17.45-20.00 Uhr, 13 Abende  
212,80 EUR; erm. 150,79 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



## Cambridge Exam Preparation C1 Advanced

This course offers exam preparation for the Cambridge English C1 level certificate, C1 Advanced. 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.

Requirements: good Abitur exam level English or better.

Please bring the textbook with you: Cambridge English: Advanced. Result, from Unit 1, ISBN 978-0-19-451249-7, Oxford University Press

Büchen

### ■ 3084 Kurs

Dr. David W. Wood  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51  
Montags 19.02.-24.06.24,  
19.30-21.45 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.

Please buy the textbook in advance: Cambridge English: Advanced. Re-

sult, from Unit 1, ISBN 978-0-19-451249-7, Oxford University Press

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Büchen** ■ **3085ON** Kurs  
Jacob Packham  
Online-Angebot

Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
17.45-20.00 Uhr, 15 Abende  
244,60 EUR; erm. 173,05 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



## Cambridge Exam Preparation C2 Proficiency

This course offers exam preparation for the Cambridge English C2 level qualification, C2 Proficiency. C2 Proficiency shows that you have mastered English to an exceptional level and can communicate with the fluency and sophistication of a highly competent English speaker.

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.

Requirements: good Abitur exam level English or better.

Please don't buy the textbook in advance: Cambridge English: Proficiency (CPE) Masterclass, from Unit 1, ISBN 978-0-19-470524-0, Oxford University Press

**Büchen** ■ **3086** Kurs  
Dr. David W. Wood  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
Mittwochs 21.02.-26.06.24,  
18.00-20.15 Uhr, 15 Abende  
244,60 EUR; erm. 173,05 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## 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.

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](http://www.sprachtest.de/einstufungstest-englisch) oder lassen Sie sich von uns beraten (Bettina Kröll, 0228-77 36 43, [bettina.kroell@bonn.de](mailto: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** ■ **3100** Kurs  
Rama Kozziel  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3102** Kurs  
Yvonne Schenk  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



### Englisch A1.1 - Wiederholung im Winter (1 Nachmittag)

Für Teilnehmende, die vor dem Start des neuen „Englisch A1.2“-Kurses in einer freundlichen Runde Wortschatz und Grammatik des letzten Semesters auffrischen wollen: grüßen und sich vorstellen; das englische Alphabet und die Zahlen bis 100; Fragen und Aussagen im simple present; sagen, wie spät es ist, und Termine vereinbaren, etc. Starten Sie nach der Winterpause entspannt und gut gelaunt ins neue Semester!

Lehrbuch (bitte mitbringen): Great! A1. 2nd Edition, Units 1-3, ISBN 978-3-12-501750-4, Klett

**Büchen** ■ **3106** Kurs  
Susanne Wessels  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60  
Mittwoch, 31.01.24, 16.00-19.00 Uhr  
22,90 EUR; erm. 17,86 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** ■ **3108** Kurs  
Dorie Mickler  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.61  
Montags 19.02.-17.06.24,  
10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3109** Kurs  
Theda Rogge  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 15 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3110** Kurs  
Susanne Wessels  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende



### Englisch A1.3

In diesem Kurs schließen Sie die Stufe A1 ab. Sie lernen 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.“). Insgesamt versuchen wir, offene Fragen zu klären und Lücken zu schließen. Der Kurs eignet sich auch zum Auffrischen und für Wiedereinsteiger\*innen.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Great! A1. 2nd Edition, ab Unit 7, ISBN 978-3-12-501750-4, Klett

**Büchen** ■ **3113** Kurs  
Friederike Fischer  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
9.30-11.00 Uhr, 15 Vormittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3114** Kurs  
Svetlana Sevryugina  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende



### Englisch A2.1

Auf dem Weg zur 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): Great! A2. 2nd Edition, ab Unit 1, ISBN 978-3-12-501754-2, Klett

**Büchen** ■ **3120** Kurs  
Theda Rogge  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.48  
Montags 19.02.-17.06.24,  
9.30-11.00 Uhr, 15 Vormittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3121** Kurs  
Adrienne Lindsey Davis  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3122** Kurs  
Svetlana Sevryugina  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Englisch A2.2

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Great! A2. 2nd Edition, ab Unit 4, ISBN 978-3-12-501754-2, Klett

**Büchen** ■ **3124** Kurs  
Friederike Fischer  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3125** Kurs  
Susanne Wessels  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

## Englisch A2: Wiederholung und Vertiefung (Brush up)

Für Teilnehmer\*innen, die ihr Englisch verbessern und sich dabei über interessante Themen austauschen wollen. Sie wiederholen nützliche Redemittel und erweitern Ihren aktiven Wortschatz. Außerdem üben 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.

Voraussetzung: drei bis vier Jahre Englisch.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Brush up A2, ab Unit 7 (Module 3), ISBN 978-3-19-002936-5, Hueber

**Büchen** ■ **3128** Kurs  
Theda Rogge  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
11.15-12.45 Uhr, 15 Vormittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Englisch A2: Wiederholung und Vertiefung (Go for it)

Lehrbuch (bitte mitbringen): Go for it! A2, ab Unit 7, ISBN 978-3-19-002939-6, Hueber

**Büchen** ■ **3129** Kurs  
Pallavi Polanki  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61  
Freitags 23.02.-14.06.24,  
9.30-11.00 Uhr, 15 Vormittage  
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: drei bis vier Jahre Englisch.

**Büchen** ■ **3150** Wochenendkurs  
Regina Baumann  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57  
Samstag, 16.03., 10.00-13.00 Uhr und 14.00-17.00 Uhr, und Sonntag, 17.03.24, 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 clau-

ses. There will also be a lot of learning by doing, talking and activities.

Requirements: three to five years of English.

**Büchen** ■ **3155** Wochenendkurs  
Timothy Phillips  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 10  
Fr, 01.03, 17.00-20.00 Uhr, Sa,  
02.03., 10.00-13.00 Uhr und  
14.00-17.00 Uhr, und So, 04.03.24,  
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage  
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## English B1.1 (Go for it)

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.

Requirements: four to six years of English.

Please bring the textbook with you: Go for it! B1, from Unit 1, ISBN 978-3-19-102940-1, Hueber

**Büchen** ■ **3170** Kurs  
Pallavi Polanki  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.40-19.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## English B1.2

Please bring the textbook with you: Great! B1. 2nd Edition, from Unit 3, ISBN 978-3-12-501758-0, Klett

**Büchen** ■ **3174** Kurs  
N.N.  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

## English B1.2

Please bring the textbook with you: Great! B1. 2nd Edition, from Unit 5, ISBN 978-3-12-501758-0, Klett

**Büchen** ■ **3175** Kurs  
 Dr. David W. Wood  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60  
 Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
 18.40-20.10 Uhr, 14 Abende  
 123,70 EUR; erm. 88,42 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende



### English B1.3

In this course, we wrap up level B1. You talk about holiday experiences and personal dreams and practise using present progressive and past progressive (is going/was going), 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.

Requirements: four to six years of English.

Please bring the textbook with you: Great! B1. 2nd Edition, from Unit 8, ISBN 978-3-12-501758-0, Klett; we will also read a short story together.

**Büchen** ■ **3177** Kurs  
 Theda Rogge  
 VHS, Am Michaelshof 2, Raum 10  
 Dienstags 20.02.-18.06.24,  
 10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3178** Kurs  
 Theda Rogge  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
 Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
 9.30-11.00 Uhr, 15 Vormittage  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende



### English B1.3 - Onlinekurs

Please buy the textbook in advance: Great! B1. 2nd Edition, from Unit 7, ISBN 978-3-12-501758-0, Klett

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Büchen** ■ **3179ON** Kurs  
 Regina Pleithner  
 Online-Angebot  
 Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
 11.45-13.15 Uhr, 15 Vormittage  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende



### Refresher B1.1

For participants who want to systematically brush up on their English at level B1.1. Varied topics and activities help reactivate your vocabulary and consolidate your grammar, e.g. the tenses simple present, present

progressive, simple past and past progressive (goes/is going/went/was going), talking about the future (is coming/is going to come/will come), simple past, present perfect and present perfect progressive (happened/has happened/has been happening), verbs with to + infinitive and with gerund (like to do, hope to see/give up smoking, avoid flying).

Requirements: four to six years of English.

Please bring the textbook with you: A New Start Refresher B1. New Edition, from Unit 1, ISBN 978-3-464-20232-6, Cornelsen

**Büchen** ■ **3185** Kurs  
 Rama Koziel  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60  
 Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
 18.40-20:10 Uhr, 15 Abende  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende



### Refresher B1.2

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. 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: four to six years of English or Refresher B1.1.

Please bring the textbook with you: A New Start Refresher B1. New Edition, from Unit 5, ISBN 978-3-464-20232-6, Cornelsen

**Büchen** ■ **3188** Kurs  
 Dr. David W. Wood  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51  
 Montags 19.02.-24.06.24,  
 17.45-19.15 Uhr, 15 Abende  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende



### Refresher B1.2 - Onlinekurs

Please buy the textbook in advance: A New Start Refresher B1. New Edition, from Unit 6, ISBN 978-3-464-20232-6, Cornelsen

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Büchen** ■ **3189ON** Kurs  
 Regina Baumann  
 Online-Angebot  
 Mittwochs 21.02.-26.06.24,  
 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende



### Refresher B1.2 - Onlinekurs

Please buy the textbook in advance: A New Start Refresher B1. New Edition, from Unit 6, ISBN 978-3-464-20232-6, Cornelsen

\*\*\* The course is held via Webex Meetings. \*\*\*

**Büchen** ■ **3191ON** Kurs  
 Michelle Börnicke  
 Online-Angebot  
 Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
 19.30-21.00 Uhr, 15 Abende  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende



### Refresher B1:

#### Online Crash Course (Brush up)

You would like to improve your speaking skills, work on your listening and revise some key grammar? In this course, you can do all this and systematically brush up on your English in a compact format. Varied topics and activities help reactivate your vocabulary and consolidate your grammar, e.g. the tenses simple present, present progressive and simple past (goes/is going/went), talking about the future (is coming/is going to come/will come), simple past, present perfect and present perfect progressive (happened/has happened/has been happening), verbs with to + infinitive and with gerund (like to do, hope to see/give up smoking, avoid flying).

Requirements: four to six years of English.

Please buy the textbook in advance: Brush up B1, ISBN 978-3-19-002937-2, Hueber

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Büchen** ■ **3195ON** Kurs  
 Katharina Bomans  
 Online-Angebot  
 Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
 19.00-20.30 Uhr, 15 Abende  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 10 Teilnehmende



### English B1: Consolidation Class

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 pronunciati-

on skills, working on listening and revising key grammar. Participants can always bring their own ideas and questions to class, and we will use them during the course.

Requirements: four to six years of English.

Please bring the textbook with you: Key B1, from Unit 8, ISBN 978-3-06-020100-6, Cornelsen

**Büchen** ■ **3201** Kurs  
Regina Baumann  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Dienstags 20.02.-25.06.24,  
10.30-12.00 Uhr, 15 Vormittage  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 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 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: six years of English or better.

Please bring the textbook with you: Straightforward Intermediate. Second Edition, from Unit 7A, ISBN 978-3-19-492953-1, Macmillan/Hueber

**Büchen** ■ **3212** Kurs  
Pallavi Polanki  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
16.00-17.30 Uhr, 15 Nachmittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Grammar Practice B1/B2

Everyone makes mistakes, but our ongoing series can help you make fewer. We will look at some of the basic English grammar that many intermediate learners still find confusing. If you still have lingering doubts about when and where to use relative pronouns 'who' and 'which,' and need to practise using adverbs and adjectives correctly, this course is for you.

Requirements: six years of English

or better.

**Büchen** ■ **3214** Kurs  
Pallavi Polanki  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
11.40-12.40 Uhr, 15 Vormittage  
90,10 EUR; erm. 64,90 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Mistakes Clinic B1/B2 vor den Osterferien (4 Abende)

Do you sometimes feel a little unsure about English grammar? This course is for you! We will look at some typical examples that many intermediate learners still find confusing in order to understand how the grammar really works. The aim is for you to become more confident when holding a conversation or participating in a discussion.

Requirements: six years of English or better.

**Büchen** ■ **3216** Kurs  
Martina Harms  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60  
Mittwochs 21.02.-13.03.24,  
18.30-19.30 Uhr, 4 Abende  
28,48 EUR; erm. 21,77 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Mistakes Clinic B1/B2 nach den Osterferien (4 Abende)

**Büchen** ■ **3217** Kurs  
Martina Harms  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60  
Montags 08.04.-29.04.24,  
18.30-19.30 Uhr, 4 Abende  
28,48 EUR; erm. 21,77 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Grammar Workout B1/B2 - Weekend Course

You can make yourself understood in English and understand most of what you hear or watch. However, you are still feeling uncertain about how some of the grammar really works.

We will be reviewing all the tenses, as well as looking at confusing conditionals (unless, if not, etc.), problematic passives (They're now being questioned, etc.), maddening modal verbs (I might have understood them once?!) and other really annoying elements of the English language (prepositions, gerunds, owch!). All this will be done as informally as possible, with time for small talk and making general conversation.

Requirements: six years of English or better.

**Büchen** ■ **3218** Wochenendkurs  
Timothy Phillips  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 10  
Fr, 26.04., 17.00-20.00 Uhr, Sa,  
27.04., 10.00-13.00 Uhr und  
14.00-17.00 Uhr, und So, 28.04.24,  
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage  
73,30 EUR; erm. 53,14 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## English B2.1 (Great)

For upper intermediate learners who want to improve their fluency and accuracy in a friendly atmosphere. This 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 look at some tricky but important structures to help you perfect your grammar, and there will be time for your questions, too.

Requirements: about Abitur exam level English.

Please bring the textbook with you: Great! B2. 2nd Edition, from Unit 1, ISBN 978-3-12-501760-3, Klett

**Büchen** ■ **3220** Kurs  
Adrienne Lindsey Davis  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## English B2.1 (On Point) - Onlinekurs

Please buy the textbook in advance: On Point B2, from Unit 1, ISBN 978-3-12-501275-2, Delta/Klett

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Büchen** ■ **3220ON** Kurs  
Katharina Bomans  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 10 Teilnehmende

## English B2.2 (Straightforward) - Onlinekurs

Please buy the textbook in advance: Straightforward Upper Intermediate. Second Edition, from Lesson 3, ISBN 978-3-19-512953-4, Macmillan/Hueber

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Buchen** ■ **3223ON** Kurs  
Regina Baumann  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-26.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



## English B2.2 (Straightforward)

Please don't buy the textbook in advance: Straightforward Upper Intermediate. Second Edition, from Unit 2/3, ISBN 978-3-19-512953-4, Macmillan/Hueber

**Buchen** ■ **3224** Kurs  
N.N.  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



## English B2.4 (On Point) - Onlinekurs

Requirements: about Abitur exam level English.

Please buy the textbook in advance: On Point B2, from Unit 7, ISBN 978-3-12-501275-2, Delta/Klett

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Buchen** ■ **3225ON** Kurs  
Katharina Bomans  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 10 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 and relaxed atmosphere and make the lessons fun. There is a lot of room for revision and individual questions.

Requirements: about Abitur exam level English.

**Buchen** ■ **3226** Kurs  
Regina Baumann  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Montags 19.02.-24.06.24,  
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

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. \*\*\*

**Buchen** ■ **3228ON** Kurs  
Regina Baumann  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-24.06.24,  
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



## Grammar Workout B2/C1 - Online Weekend Course

English might be one of the easiest languages to speak badly. 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.

Requirements: about Abitur exam level English or better.

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Buchen** ■ **3231ON** Wochenendkurs  
Dr. Abigail Dunn  
Online-Angebot  
Fr, 01.03., 17.00-20.00 Uhr, Sa,  
02.03., 10.00-13.00 Uhr und  
14.00-17.00 Uhr, und So, 03.03.24,  
10.00-13.00, 3 Tage  
73,30 EUR; erm. 53,14 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. 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 don't buy the textbook in advance: Straightforward Advanced. Second Edition, from Unit 4, ISBN 978-3-19-532953-8, Macmillan/Hue-

ber

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Buchen** ■ **3236ON** Kurs  
Carla Jackson  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage  
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 4, ISBN 978-3-19-532953-8, Macmillan/Hueber

**Buchen** ■ **3237** Kurs  
Dr. David W. Wood  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
20.15-21.45 Uhr, 14 Abende  
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



## English Advanced C1.3 - Onlinekurs

Please don't buy the textbook in advance: Straightforward Advanced. Second Edition, from Unit 6B, ISBN 978-3-19-532953-8, Macmillan/Hueber

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Buchen** ■ **3238ON** Kurs  
Yvonne Schenk  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



## English Advanced C1.3

Please bring the textbook with you: Straightforward Advanced. Second Edition, from Unit 7, ISBN 978-3-19-532953-8, Macmillan/Hueber

**Buchen** ■ **3239** Kurs  
Traude Perrin  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 09  
Mittwochs 21.02.-15.05.24,  
10.45-12.15 Uhr, 10 Vormittage  
90,10 EUR; erm. 64,90 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, 12. Januar, loggen Sie sich kurz vor 17 Uhr auf Zoom zum Sprachcafé 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 Sprachcafé wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3241AON** Sprachcafé  
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll  
Online-Angebot  
Freitag, 12.01.24, 17.00-19.00 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 30 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3241BON** Sprachcafé  
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll  
Online-Angebot  
Freitag, 09.02.24, 17.00-19.00 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 30 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3241CON** Sprachcafé  
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll  
Online-Angebot  
Freitag, 08.03.24, 17.00-19.00 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 30 Teilnehmende

## Sprachcafé (jeden 2. Freitag im Monat)

Im Sprachcafé können Sie Ihre Sprachkenntnisse ausprobieren und üben. Es gibt verschiedene Sprachentische. An welche(n) Tisch (e) Sie sich setzen möchten, entscheiden Sie selbst. Moderatorinnen helfen Ihnen, mit anderen Gästen ins Gespräch zu kommen. Sie helfen auch gern aus, wenn Ihnen gerade das richtige Wort nicht einfällt. Von Anfänger\*innen bis zu Sprachprofis sind alle herzlich willkommen!

Die Teilnahme ist kostenlos. Aus organisatorischen Gründen bitten wir um eine Anmeldung.

**Büchen** ■ **3241D** Sprachcafé  
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
Freitags 10.05.-10.05.24,  
17.00-19.00 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 30 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3241E** Sprachcafé  
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
Freitags 14.06.-14.06.24,  
17.00-19.00 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 30 Teilnehmende

## Quiz Night (Every First 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. You can be in the same room or you can be physically distanced. The best size for a team is 5 or 6 people but you can also play in small

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, 1 March, you log onto Zoom shortly before 19:30 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. If your team is physically distanced, you can communicate using WhatsApp, the phone, email or whatever you want.

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, 01.03.24, 19.30-21.00 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 60 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3242BON** Quiz Night  
Jean Lennox  
Online-Angebot  
Freitag, 05.04.24, 19.30-21.00 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 60 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3242CON** Quiz Night  
Jean Lennox  
Online-Angebot  
Freitag, 03.05.24, 19.30-21.00 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 60 Teilnehmende

## 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: three to five years of English.

**Büchen** ■ **3247** Kurs  
Theda Rogge  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.48  
Montags 19.02.-17.06.24,  
11.15-12.45 Uhr, 15 Vormittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

Anzeige

## 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**

## 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: four to six years of English.

**Buchen** ■ **3251** Kurs  
Dr. Philip Davaraj  
VHS, Kirchplatz 6, Raum E.01  
Montags 19.02.-17.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

**Buchen** ■ **3252** Kurs  
Timothy Phillips  
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier  
Dienstags 20.02.-11.06.24,  
10.00-11.30 Uhr, 13 Vormittage  
115,30 EUR; erm. 82,54 EUR  
6 - 10 Teilnehmende

**Buchen** ■ **3253** Kurs  
Friederike Fischer  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
11.15-12.45 Uhr, 15 Vormittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

**Buchen** ■ **3254** Kurs  
Martina Harms  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Dienstags 20.02.-25.06.24,  
15.00-16.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 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.

Requirements: four to six 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 22.02.-27.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Language and Conversation B1

This level B1 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.

Requirements: four to six years of English.

Please bring the textbook with you: In Conversation B1. 2nd Edition, ISBN 978-3-12-501558-6, Delta/Klett

**Buchen** ■ **3257** Kurs  
Pallavi Polanki  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61  
Freitags 23.02.-14.06.24,  
11.15-12.45 Uhr, 15 Vormittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 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: four to six years of English.

**Buchen** ■ **3260** Wochenendkurs  
Jacob Packham  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57  
Samstag, 24.02.24, 10.00-13.00 Uhr  
22,90 EUR; erm. 17,86 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: six years of English or better.

**Buchen** ■ **3266** Kurs  
Claudia Böffgen  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

**Buchen** ■ **3267** Kurs  
Martina Harms  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Dienstags 20.02.-25.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

**Buchen** ■ **3268** Kurs  
Claudia Böffgen  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

**Buchen** ■ **3270** Kurs  
Pallavi Polanki  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Language and Conversation B1/ B2 - Onlinekurse

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: six years of English or better.

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Buchen** ■ **3274ON** Kurs  
Christine Horler  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Conversation for Every Day B2 - Onlinekurse

This upper 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.

ded. Newcomers are always welcome.

Requirements: about Abitur exam level English.

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Büchen** ■ **3278ON** Kurs

Regina Baumann  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-24.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



### Conversation for Every Day B2

This upper 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: about Abitur exam level English.

Please bring the textbook with you: In Conversation B2. 2nd Edition, ISBN 978-3-12-501559-3, Delta/Klett

**Büchen** ■ **3279** Kurs

Stephanie Wilde  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



### The Language of Folk Music B2 (Every First 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 „The Trees Grow High“, „The Unquiet Grave“ and „The Sprig of Thyme“, actually mean. We will also listen to various old and new recordings, and if you want, you can even sing along.

Requirements: about Abitur exam level English.

**Büchen** ■ **3281** Kurs

Jean Lennox  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61  
Samstags, 09.03.-06.07.24,  
11.45-13.15 Uhr, 5 Vormittage  
(09.03., 06.04., 04.05., 01.06. und  
06.07.)  
48,10 EUR; erm. 35,50 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



### English Singalong: Spring Songs From England

Folk songs are very much like archaeological objects - they help us understand elements of the heritage and history of a particular culture. And spring is a great time of year to be listening to them. There are countless songs about spring in the traditional music of the British Isles. Come along and learn or even sing along with some of them. We'll also be looking at some strange and wonderful British traditions that are still alive today, for instance Morris dancing, cheese-rolling and well-dressing.

Requirements: about Abitur exam level English.

**Büchen** ■ **3282** Singalong

Jean Lennox  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61  
Freitag, 10.05.24, 17.00-19.15 Uhr  
18,90 EUR; erm. 15,06 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.

Requirements: about Abitur exam level English or better.

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Büchen** ■ **3283ON** Kurs

Dr. Abigail Dunn  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



### Advanced Conversation B2/C1 - Onlinekurs

Log on each week to discuss a wide variety of topics from politics to Picasso, your favourite books, films or artists, far-flung locations or family life. This course offers the opportunity to practise your English in a fun and friendly atmosphere. Discussions are based on press articles, podcasts and videos chosen to reflect the interests of the group. The aim is simply to enjoy chatting together about things that interest us all.

Requirements: about Abitur exam level English or better.

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Büchen** ■ **3286ON** Kurs

Carla Jackson  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



### Advanced Discussions B2/C1: The World Today

In this course we will focus on discussing current and critical global topics in more depth than we would normally cover in an informal conversation class. We will use contemporary texts, podcasts and videos from a broad range of online sources as the starting point for our in-class discussions.

The emphasis will be on speaking, but we will also spend time on preparing your thoughts and opinions before engaging in a discussion so that you can develop your confidence in participating. Vocabulary, idioms and appropriate phrases will be introduced to help you fully take part in each topic. Grammar will be addressed when it is relevant for clearer communication and understanding.

Requirements: about Abitur exam level English or better.

**Büchen** ■ **3287** Kurs

Timothy Phillips  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51  
Donnerstags 22.02.-13.06.24,  
19.15-20.45 Uhr, 12 Abende  
106,90 EUR; erm. 76,66 EUR  
6 - 10 Teilnehmende



## English Book Club B2/C1 (Every First 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.

- 3288** Kurs  
Jean Lennox  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61  
Samstags 09.03.-06.07.24,  
10.00-11.30 Uhr, 5 Vormittage  
(09.03., 06.04., 04.05., 01.06. und  
06.07.)  
48,10 EUR; erm. 35,50 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## English Book Club B2/C1 (Every Second 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!

Requirements: about Abitur exam level English or better.

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

- 3289ON** Kurs  
Vivian Lee Samano  
Online-Angebot  
Samstags, 09.03.-08.06.24,  
11.00-12.30 Uhr, 4 Vormittage  
(09.03., 13.04., 18.05. und 08.06.)  
39,70 EUR; erm. 29,62 EUR  
5 - 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.

Requirements: about Abitur exam level English or better.

vel English or better.

- 3291** Wochenendkurs  
Jacob Packham  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.59  
Samstag, 09.03.24, 10.00-13.00 Uhr  
22,90 EUR; erm. 17,86 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. \*\*\*

- 3292ON** Kurs  
Dr. Abigail Dunn  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
10.30-12.00 Uhr, 15 Vormittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Advanced Conversation C1

Requirements: good Abitur exam level English or better.

- 3293** Kurs  
Dr. Abigail Dunn  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.61  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

- 3294** Kurs  
Jean Lennox  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 09  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.30-19.00 Uhr, 14 Abende  
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

- 3295** Kurs  
Adrienne Lindsey Davis  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50  
Freitags 23.02.-28.06.24,  
10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 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.

- 3296** Kurs  
Traude Perrin  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 09  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
9.00-10.30 Uhr, 15 Vormittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 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. \*\*\*

- 3297ON** Wochenendkurs  
Vivian Lee Samano  
Online-Angebot  
Samstag, 27.04., und Sonntag,  
28.04.24, 10.00-11.30 Uhr und  
12.00-13.30 Uhr, 2 Vormittage  
39,70 EUR; erm. 29,62 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## English Literature C1/C2: Ray Bradbury - Winterkurs (4 Vormittage)

In this Winter Course we will read and discuss short stories from the iconic American science fiction writer Ray Bradbury, whose stories dive into questions regarding the nature of humanity, our relationship to nature, and the consequences of unregulated technology, among others. Come prepared to think deeply, analyze, and discuss setting and context, characterization, themes, and more.

Stories may include works such as: The Veldt, The Aquaduct, The Scythe, All Summer in a Day

Requirements: good Abitur exam level English or better.

\*\*\* If you are not sure you want to sign up for an entire semester of English literature (or conversation), maybe try this short course in January and see if you like it. \*\*\*

**Buchen** ■ **3298** Kurs  
 Adrienne Lindsey Davis  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50  
 Freitags 12.01.-02.02.24,  
 10.00-11.30 Uhr, 4 Vormittage  
 39,70 EUR; erm. 29,62 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende



## Do You Believe: Sci-Fi and Horror in Literature and Television C1/C2

In this advanced course we will read, watch and discuss works of science fiction and horror from iconic and beloved American creators Edgar Allan Poe, Ray Bradbury, Shirley Jackson, and Gene Roddenberry. We will read and watch for understanding but also think deeply, analyze, and discuss settings and context, characterization, themes, and have fun! For long-time lovers of sci-fi and horror as well as people brand new to the genre.

No course book, Netflix subscription recommended.

Requirements: good Abitur exam level English or better.

**Buchen** ■ **3299** Kurs  
 Adrienne Lindsey Davis  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50  
 Freitags 23.02.-28.06.24,  
 12.00-13.30 Uhr, 15 Vormittage  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende

## Englisch online

### English at Work B1 - Onlinekurs

This course is for participants who need English in their day-to-day work.

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Buchen** ■ **3068ON** Kurs  
 Dr. Abigail Dunn  
 Online-Angebot  
 Montags 19.02.-17.06.24,  
 20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
 132,10 EUR; erm. 94,30 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.

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Buchen** ■ **3072ON** Kurs  
 Dr. Abigail Dunn  
 Online-Angebot  
 Montags 19.02.-17.06.24,  
 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
 132,10 EUR; erm. 94,30 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.

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Buchen** ■ **3085ON** Kurs  
 Jacob Packham  
 Online-Angebot  
 Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
 17.45-20.00 Uhr, 15 Abende  
 244,60 EUR; erm. 173,05 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende



### English B1.3 - Onlinekurs

In this course, we wrap up level B1.

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Buchen** ■ **3179ON** Kurs  
 Regina Pleithner  
 Online-Angebot  
 Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
 11.45-13.15 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.

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Buchen** ■ **3189ON** Kurs  
 Regina Baumann  
 Online-Angebot  
 Mittwochs 21.02.-26.06.24,  
 18.40-20.10 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.

\*\*\* The course is held via Webex Meetings. \*\*\*

**Buchen** ■ **3191ON** Kurs  
 Michelle Börnicke  
 Online-Angebot  
 Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
 19.30-21.00 Uhr, 15 Abende  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende



### Refresher B1: Online Crash Course (Brush up)

You would like to improve your speaking skills, work on your listening and revise some key grammar?

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Buchen** ■ **3195ON** Kurs  
 Katharina Bomans  
 Online-Angebot  
 Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
 19.00-20.30 Uhr, 15 Abende  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 10 Teilnehmende



### English B2.1 (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. \*\*\*

**Buchen** ■ **3220ON** Kurs  
 Katharina Bomans  
 Online-Angebot  
 Dienstags 20.02.-18.06.24,  
 19.00-20.30 Uhr, 15 Abende  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 10 Teilnehmende



### English B2.2 (Straightforward) - Onlinekurs

For upper intermediate learners.

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Buchen** ■ **3223ON** Kurs  
 Regina Baumann  
 Online-Angebot  
 Mittwochs 21.02.-26.06.24,  
 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende



### English B2.4 (On Point) - Onlinekurs

For upper intermediate learners .

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Buchen** ■ **3225ON** Kurs  
 Katharina Bomans  
 Online-Angebot  
 Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
 19.00-20.30 Uhr, 15 Abende  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 10 Teilnehmende



### English B2: Consolidation Class - Onlinekurs

For learners who want to practise their upper intermediate level English in a relaxed, no-hurry atmosphere.

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

**Buchen** ■ **3228ON** Kurs  
 Regina Baumann  
 Online-Angebot  
 Montags 19.02.-24.06.24,  
 20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende



## Grammar Workout B2/C1 - Online Weekend Course

English might be one of the easiest languages to speak badly.

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

### **Buchen** ■ 3231ON Wochenendkurs

Dr. Abigail Dunn

Online-Angebot

Fr, 01.03., 17.00-20.00 Uhr, Sa, 02.03., 10.00-13.00 Uhr und 14.00-17.00 Uhr, und So, 03.03.24, 10.00-13.00, 3 Tage

73,30 EUR; erm. 53,14 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** ■ 3236ON Kurs

Carla Jackson

Online-Angebot

Donnerstags 22.02.-27.06.24, 10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage

132,10 EUR; erm. 94,30 EUR

6 - 8 Teilnehmende



## English Advanced C1.3 - Onlinekurs

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

### **Buchen** ■ 3238ON Kurs

Yvonne Schenk

Online-Angebot

Dienstags 20.02.-18.06.24, 18.40-20.10 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, 12.01.24, 17.00-19.00 Uhr entgeltfrei

10 - 30 Teilnehmende

### **Buchen** ■ 3241BON Sprachencafé

Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll

Online-Angebot

Freitag, 09.02.24, 17.00-19.00 Uhr entgeltfrei

10 - 30 Teilnehmende

**Buchen** ■ 3241CON Sprachencafé  
Daphne Hsi-Hong Fritz, Bettina Kröll  
Online-Angebot  
Freitag, 08.03.24, 17.00-19.00 Uhr entgeltfrei  
10 - 30 Teilnehmende



## Quiz Night (Every First Friday of the Month) - Onlinekurs

Welcome to our monthly quiz night!

\*\*\* The quiz is held via Zoom. \*\*\*

### **Buchen** ■ 3242AON Quiz Night

Jean Lennox

Online-Angebot

Freitag, 01.03.24, 19.30-21.00 Uhr entgeltfrei

10 - 60 Teilnehmende

### **Buchen** ■ 3242BON Quiz Night

Jean Lennox

Online-Angebot

Freitag, 05.04.24, 19.30-21.00 Uhr entgeltfrei

10 - 60 Teilnehmende

### **Buchen** ■ 3242CON Quiz Night

Jean Lennox

Online-Angebot

Freitag, 03.05.24, 19.30-21.00 Uhr entgeltfrei

10 - 60 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 20.02.-18.06.24, 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR

6 - 8 Teilnehmende



## Conversation for Every Day B2 - Onlinekurs

This upper intermediate conversation course is a fun way to practise your English.

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

### **Buchen** ■ 3278ON Kurs

Regina Baumann

Online-Angebot

Montags 19.02.-24.06.24, 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?

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

### **Buchen** ■ 3283ON Kurs

Dr. Abigail Dunn

Online-Angebot

Montags 19.02.-17.06.24, 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR

6 - 8 Teilnehmende



## Advanced Conversation B2/C1 - Onlinekurs

Log on each week to discuss a wide variety of topics from politics to Picasso, your favourite books, films or artists, far-flung locations or family life.

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

### **Buchen** ■ 3286ON Kurs

Carla Jackson

Online-Angebot

Dienstags 20.02.-18.06.24, 10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage

132,10 EUR; erm. 94,30 EUR

6 - 8 Teilnehmende



## English Book Club B2/C1 (Every Second Saturday of the Month) - Onlinekurs

Would you like to read (more) in English?

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

### **Buchen** ■ 3289ON Kurs

Vivian Lee Samano

Online-Angebot

Samstags, 09.03.-08.06.24, 11.00-12.30 Uhr, 4 Vormittage (09.03., 13.04., 18.05. und 08.06.)

39,70 EUR; erm. 29,62 EUR

5 - 8 Teilnehmende



## Advanced Conversation C1 - Onlinekurs

Do you already speak fluent English and want to keep your hand in?

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

### **Buchen** ■ 3292ON Kurs

Dr. Abigail Dunn

Online-Angebot

Montags 19.02.-17.06.24, 10.30-12.00 Uhr, 15 Vormittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 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.

\*\*\* The course is held via Zoom. \*\*\*

- Büchen** ■ **3297ON** Wochenendkurs  
Vivian Lee Samano  
Online-Angebot  
Samstag, 27.04., und Sonntag,  
28.04.24, 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 226

- Büchen** ■ **7960** Course  
Alessio Fangano  
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11  
(Kitchen)  
Wednesday, 06.03.24,  
18.00-21.00 p.m.  
38,40 EUR; red. 33,96 EUR, inclu-  
ding 12 EUR for cooking ingredients.  
8 - 12 Participants

### Sicilian Cooking for Vegetarians

Für Details siehe Kurs Seite 226

- Büchen** ■ **7961** Course  
Alessio Fangano  
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11  
(Kitchen)  
Wednesday, 20.03.24,  
18.00-21.00 Uhr  
38,40 EUR; red. 33,96 EUR, inclu-  
ding 12 EUR for cooking ingredients.  
8 - 12 Participants

### Indian Vegetarian Cooking - the Magic of Spices and Herbs

Für Details siehe Kurs Seite 226

- Büchen** ■ **7962** Course  
Masud Khan  
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11  
(Kitchen)  
Tuesday, 30.04.24, 18.00-21.00 p.m.  
26,40 EUR; red. 21,96 EUR  
8 - 12 Participants

### Mediterranean Antipasti - Celebrating Spring

Für Details siehe Kurs Seite 226

- Büchen** ■ **7963** Course  
Alessio Fangano  
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11  
(Kitchen)  
Wednesday, 15.05.24,  
18.00-21.00 p.m.  
38,40 EUR; red. 33,96 EUR, inclu-  
ding 12 EUR for cooking ingre-  
dients.  
8 - 12 Participants

### Indian Cooking - Discover a New World of Spice & Flavour

Für Details siehe Kurs Seite 226

- Büchen** ■ **7964** Course  
Masud Khan  
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11  
(Kitchen)  
Tuesday, 05.03.24, 18.00-21.00 p.m.  
26,40 EUR; red. 21,96 EUR  
8 - 12 Participants

### Indian Finger Foods - Crisp and Spicy in Just One Bite

Für Details siehe Kurs Seite 227

- Büchen** ■ **7967** Course  
Masud Khan  
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11  
(Kitchen)  
Tuesday, 04.06.24, 18.00-21.00 p.m.  
26,40 EUR; red. 21,96 EUR  
8 - 12 Participants

### An exploration of India's fish dishes

Für Details siehe Kurs Seite 227

- Büchen** ■ **7968** Course  
Masud Khan  
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11  
(Kitchen)  
Tuesday, 23.04.24, 18.00-21.00 p.m.  
26,40 EUR; red. 21,96 EUR  
8 - 12 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 A1.3 - Bildungsurlaub

Für Französischlernende, die bereits 60 bis 80 Unterrichtsstunden (zwei VHS-Kurse) besucht haben und das Niveau A1.3 anstreben. Trainiert werden Dialoge und Redemittel für einfache Gesprächssituationen im Alltag, auf Reisen und im Beruf.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu A1, ab Lektion 9, ISBN 978-3-12-529412-7, Ernst Klett Sprachen.

**■ 3404** Bildungsurlaub  
 Buchen Sophia Pudrycki  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
 Montag, 24.06., bis Freitag,  
 28.06.2024, 9.00-12.00 und  
 13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
 206,10 EUR; erm. 146,10 EUR  
 6 - 9 Teilnehmende



#### Französisch A2.2 - Bildungsurlaub

Für Französischlernende, die das Niveau A2.2 anstreben: Sie lernen, vielfältige 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. 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.

**■ 3407** Bildungsurlaub  
 Buchen Sophia Pudrycki  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
 Montag, 29.01., bis Freitag,  
 02.02.2024, 9.00-12.00 und  
 13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
 206,10 EUR; erm. 146,10 EUR  
 6 - 9 Teilnehmende

Zusätzliche Kursangebote finden Sie unter [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de).

### Standardkurse A1-C1

#### 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.

**■ 3411** Kurs  
 Buchen Charlotte Springer  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46  
 Montags 19.02.-17.06.24,  
 20.00-21.30 Uhr, 15 Abende  
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
 9 - 14 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 5, ISBN 978-3-12-529412-7, Ernst Klett Sprachen.

**■ 3420** Kurs  
 Buchen N.N.  
 VHS, Am Michaelshof 2, Raum 08  
 Dienstags 20.02.-18.06.24,  
 15.15-16.45 Uhr, 15 Nachmittage  
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
 9 - 14 Teilnehmende

**■ 3421** Kurs  
 Buchen Sophia Pudrycki  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46  
 Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
 20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
 9 - 16 Teilnehmende

**■ 3422** Kurs  
 Buchen Martina Vocks  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46  
 Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
 18.40-20.10 Uhr, 14 Abende  
 95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
 9 - 14 Teilnehmende

#### Französisch A1.2

Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.2 vertraut. Voraussetzung: Voyages neu A1, Lektionen 1-6 (ca.

2 VHS-Semester).

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu A1, ab Lektion 7, ISBN 978-3-12-529412-7, Ernst Klett Sprachen.

**■ 3423** Kurs  
 Buchen Enza Konopka  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46  
 Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
 10.30-12.00 Uhr, 15 Vormittage  
 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 Lektion 9, ISBN 978-3-12-529412-7, Ernst Klett Sprachen.

**■ 3425** Kurs  
 Buchen Samantha Masson  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47  
 Montags 19.02.-17.06.24,  
 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende

**■ 3426** Kurs  
 Buchen Enza Konopka  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46  
 Dienstags 20.02.-18.06.24,  
 10.30-12.00 Uhr, 15 Vormittage  
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
 9 - 14 Teilnehmende

**■ 3427** Kurs  
 Buchen Wanda Malolepsy  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47  
 Dienstags 20.02.-18.06.24,  
 17.00-18.30 Uhr, 14 Abende  
 95,70 EUR; erm. 68,82 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: Voyages neu A1, Lektionen 1-11.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu A1, ca. ab Lektion 12, ISBN 978-3-12-529412-7, Ernst Klett Sprachen.

**■ 3428** Kurs  
 Buchen Charlotte Springer  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.59  
 Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
 18.40-20.10 Uhr, 14 Abende  
 95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
 9 - 12 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, Lektionen 1-4, ISBN 978-3-12-529422-6, Ernst Klett Sprachen.

**3430** Kurs  
Brigitte Vollmer  
VHS, Kirchplatz 6, Raum 1.01  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

**3431** Kurs  
Hanane Touijar  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.56  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

## Französisch 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: Voyages neu A2, ab Lektion 5, ISBN 978-3-12-529422-6, Ernst Klett Sprachen.

**3434** Kurs  
Sophia Pudrycki  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.59  
Montags 19.02.-17.06.24,  
9.00-10.30 Uhr, 15 Vormittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

**3435** Kurs  
N.N.  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 08  
Montags 19.02.-17.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

**3436** Kurs  
Sophia Pudrycki  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 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, ab Lektion 9, ISBN 978-3-12-529422-6, Ernst Klett Sprachen.

**3438** Kurs  
Sophia Pudrycki  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 09  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
9.00-10.30 Uhr, 15 Vormittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Französisch A2.3/B1.1

Durch das Training vielfältiger Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A2.3 vertraut. Voraussetzung: Voyages neu A2, Lektionen 1-10. Nach Abschluss der Stufe A2 wird der Unterricht mit dem Lehrbuch Voyages neu B1 fortgesetzt.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Voyages neu A2, ca. ab Lektion 11, ISBN 978-3-12-529422-6, Ernst Klett Sprachen.

**3440** Kurs  
Enza Konopka  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
13.00-14.30 Uhr, 15 Nachmittage  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

## Französisch B1.2

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, ab Lektion 5, ISBN 978-3-12-529431-8, Ernst Klett Sprachen.

**3442** Kurs  
Samantha Masson  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47  
Montags 19.02.-17.06.24,  
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, ca. ab Lekt. 10, ISBN 978-3-12-529431-8, Ernst Klett Sprachen.

**3444** Kurs  
Charlotte Springer  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.59  
Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 14 Abende  
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

Anzeige

In einem französischen Umfeld  
intensiv, kommunikativ und effektiv  
Französisch lernen - auch online!  
0228 73 32 88 - [www.fif.uni-bonn.de](http://www.fif.uni-bonn.de)

## 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: B1-Kenntnisse. Lehrbuch: wird im Kurs besprochen.

- Büchen** ■ **3457** Kurs  
Sophia Pudrycki  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 09  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
10.30-12.00 Uhr, 15 Vormittage  
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: Grundkenntnisse der Stufe B1. Bitte mitbringen: Lehrbuch: Prenons la parole A2/B1, ISBN 978-3-12-529284-0, Ernst Klett Sprachen

- Büchen** ■ **3458** Kurs  
Enza Konopka  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
13.00-14.30 Uhr, 15 Nachmittage  
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 und aktuelle Themen ermöglichen Ihnen, Ihren Wortschatz zu erweitern und Ihre mündliche Ausdrucksfähigkeit zu trainieren (Niveau B1).

- Büchen** ■ **3460** Kurs  
Charlotte Springer  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46  
Montags 19.02.-17.06.24,  
18.30-20.00 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

- Büchen** ■ **3462** Kurs  
N.N.  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11  
Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 14 Abende  
95,70 EUR; erm. 68,82 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** ■ **3463** Kurs  
Sophia Pudrycki  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.59  
Montags 19.02.-17.06.24,  
10.30-12.00 Uhr, 15 Vormittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

- Büchen** ■ **3464** Kurs  
Nicole Lehmann Perrin  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

- Büchen** ■ **3465** Kurs  
Brigitte Vollmer  
VHS, Kirchplatz 6, Raum 1.01  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

- Büchen** ■ **3467** Kurs  
N.N.  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11  
Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 14 Abende  
95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

- Büchen** ■ **3468** Kurs  
Nicole Lehmann Perrin  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57  
Freitags 23.02.-14.06.24,  
10.15-11.45 Uhr, 15 Vormittage  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

### Französisch Konversation B2 - Le français de l'écologie

L'objectif de ce cours est de se familiariser avec le discours francophone portant sur l'écologie, la transition environnementale et le rapport à la nature. L'attention est particulièrement mise sur le vocabulaire, notamment en intégrant les nouveaux mots entrés dans le Petit Robert 2023. Nous travaillerons sur des audios et textes authentiques (articles de journaux, émissions de radio, rapports scientifiques vulgarisés, extraits de documentaires, expressions sur les réseaux sociaux).

Le but est de permettre aux apprenants de prendre part à des discussions. La capacité de médiation sera particulièrement travaillée.

- Büchen** ■ **3466** Kurs  
Wanda Malolepsy  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46  
Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 11 Abende  
76,50 EUR; erm. 55,38 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  
N.N.  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
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 Verlag.

- Büchen** ■ **3501** Bildungsurlaub  
Sabine Andree  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50  
Montag, 19.02. bis Freitag,  
23.02.2024, 9.00-12.00 und  
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
213,60 EUR; erm. 153,60 EUR  
6 - 9 Teilnehmende

## Italienisch A2.1 - Bildungsurlaub

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 Niveaustufen A1.1-A1.3.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Chiaro! A2 - Nuova edizione, Lektionen 1-4, ISBN 978-3-19-275449-4, Hueber Verlag.

**Büchen** ■ **3504** Bildungsurlaub  
Sabine Andree  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50  
Montag, 22.04. bis Freitag,  
26.04.2024, 9.00-12.00 und  
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
213,60 EUR; erm. 153,60 EUR  
6 - 9 Teilnehmende



## Italienisch B1.3 - 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 B1.3 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 Verlag.

**Büchen** ■ **3509** Bildungsurlaub  
Sabine Andree  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46  
Montag, 24.06. bis Freitag,  
28.06.2024, 9.00-12.00 und  
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
213,60 EUR; erm. 153,60 EUR  
6 - 9 Teilnehmende

## Standardkurse A1-C1

### 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., 16./17.03.2024, jeweils  
10.00-13.00 Uhr und 14.00-17.00  
Uhr, 2 Tage  
76,30 EUR; erm. 56,14 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 Verlag.

**Büchen** ■ **3512** Kurs  
Wanda Malolepsy  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46  
Montags 19.02.-17.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 13 Abende  
89,30 EUR; erm. 64,34 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3515** Kurs  
Alessio Patané  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.56  
Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 14 Abende  
95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

Zusätzliche Kursangebote finden  
Sie unter [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de).



### 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: Universtalia 2.0 A1/A2, Lektionen 1-4, ISBN 978-3-19-165463-4, Hueber Verlag.

**Büchen** ■ **3519** Kurs  
Roberto Puggioni  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.56  
Dienstags und donnerstags,  
20.02.-18.04.2024, 15.15-16.45 Uhr,  
14 Nachmittage  
123,70 EUR; erm. 88,42 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 Verlag.

**Büchen** ■ **3520** Kurs  
Alessio Patané  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.56  
Montags 19.02.-17.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

### Italienisch A1.2

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Chiaro! A1 - Nuova edizione, ab Lektion 4, ISBN 978-3-19-275427-2, Hueber Verlag.

**Büchen** ■ **3521** Kurs  
Wanda Malolepsy  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 14 Abende  
95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

### VHS für Ältere: 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, ab Lektion 4, ISBN 978-3-19-275427-2, Hueber Verlag.

**Büchen** ■ **3523** Kurs  
Dott.ssa Annalisa Gebauer  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 09  
Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
9.30-11.00 Uhr, 14 Vormittage  
95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
9 - 12 Teilnehmende



## Italienisch A1.3

Durch das Training einfacher Gesprächssituationen machen Sie sich mit Wortschatz und Redemitteln der Stufe A1.3 vertraut. 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 Verlag.

**Büchen** ■ **3525** Kurs  
Roberto Puggioni  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3526** Kurs  
Isabella Esposito  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50  
Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 14 Abende  
95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
9 - 12 Teilnehmende

## Italienisch A1.3

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Chiaro! A1 - Nuova edizione, ab Lektion 7, ISBN 978-3-19-275427-2, Hueber Verlag.

**Büchen** ■ **3527** Kurs  
Francesco Lupoli  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46  
Freitags 23.02.-14.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Italienisch A2.1

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 Verlag.

**Büchen** ■ **3530** Kurs  
Roberto Puggioni  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47  
Montags 19.02.-17.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3531** Kurs  
Roberto Puggioni  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.56  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3532** Kurs  
Elena Santià  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3533** Kurs  
Isabella Esposito  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

## Italienisch A1/A2 - Wiederholung und Festigung

An vier Unterrichtsterminen werden die wichtigsten Redemittel und Strukturen der Niveaustufen A1 und A2 wiederholt und gefestigt. Voraussetzung: Italienischkurse der Stufen A1 und A2. Das Unterrichtsmaterial wird vom Dozenten zusammengestellt.

**Büchen** ■ **3535** Kurs  
Roberto Puggioni  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.56  
Dienstags 16.01.-06.02.24,  
15.15-16.45 Uhr, 4 Nachmittage  
39,70 EUR; erm. 29,62 EUR  
6 - 8 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 Verlag.

**Büchen** ■ **3536** Kurs  
Roberto Puggioni  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.56  
Dienstags und donnerstags,  
23.04.-18.06.2024, 15.15-16.45 Uhr,  
14 Nachmittage  
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Italienisch A2.2

Für Italienischlernende, die das Niveau A2.2 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 und A2.1.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Chiaro! A2 - Nuova edizione, ab Lektion 5, ISBN 978-3-19-275449-4, Hueber Verlag.

**Büchen** ■ **3537** Kurs  
Roberto Puggioni  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47  
Montags 19.02.-17.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3538** Kurs  
Alessio Patané  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.56  
Montags 19.02.-17.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

## Italienisch 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.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Chiaro! A2 - Nuova edizione, Lektionen 8-10, ISBN 978-3-19-275449-4, Hueber Verlag.

Der Kurs findet im Online-Format statt (Zoom).

**Büchen** ■ **3539ON** Kurs  
Isabella Esposito  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 12 Teilnehmende

## Italienisch Vertiefung A2 - Parliamo di Milano

Wir wiederholen an zwei Tagen Wortschatz und Strukturen der Stufe A2 und lernen dabei bekannte und unbekannte Seiten der Stadt Milano kennen. Buon viaggio!

- Büchen** ■ **3540** Wochenendveranstaltung  
Sabine Andree  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46  
Sa./So., 25./26.05.2024, jeweils  
10.00-13.00 Uhr und 14.00-17.00  
Uhr, 2 Tage  
76,30 EUR; erm. 56,14 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: Chiaro! B1 - Nuova edizione, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-045467-9, Hueber Verlag.

- Büchen** ■ **3541** Kurs  
Cristina De Bacco  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47  
Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 14 Abende  
95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

## Italienisch B1.2

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Dieci B1, ab Lektion 4, ISBN 978-3-19-025647-1, Hueber Verlag.

- Büchen** ■ **3544** Kurs  
Giuseppina Pastorelli  
Beethovengymnasium, Adenaueral-  
lee 51-53, Raum A008  
Montags 19.02.-17.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Italienisch B1.2

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Chiaro! B1 - Nuova edizione, Lektionen 5-7, ISBN 978-3-19-045467-9, Hueber Verlag.

- Büchen** ■ **3545** Kurs  
Roberto Puggioni  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57  
Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 14 Abende  
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR  
6 - 8 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, ab Lektion 5, ISBN 978-3-19-025647-1, Hueber Verlag.

- Büchen** ■ **3551** Kurs  
Elena Santia  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58  
Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
10.00-11.30 Uhr, 14 Vormittage  
95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

### Italienisch Vertiefung B1+

Questo corso è indirizzato a chi desidera acquisire sicurezza nella comunicazione spontanea e perfezionare l'uso di strutture e lessico previsti dal livello B1+.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Al dente 3 (B1), ab Lektion 8, ISBN 978-3-12-525388-9, Ernst Klett Sprachen.

- Büchen** ■ **3552** Kurs  
Giuseppina Pastorelli  
Beethovengymnasium, Adenaueral-  
lee 51-53, Raum A009  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

## Italienisch B2.2

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 Espresso 4, ab Lektion 4, ISBN 978-3-19-535466-0, Hueber Verlag.

- Büchen** ■ **3561** Kurs  
Giuseppina Pastorelli  
Beethovengymnasium, Adenaueral-  
lee 51-53, Raum A008  
Montags 19.02.-17.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

- Büchen** ■ **3563** Kurs  
Roberto Puggioni  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.56  
Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 14 Abende  
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Italienisch B2.2

Hai un livello di italiano intermedio e lo vuoi approfondire? In questo corso parleremo di temi di attualità così come di cultura, anche leggendo qualche testo letterario. Non mancheranno alcuni temi di grammatica previsti nel livello B2. I materiali per il corso saranno forniti dall'insegnante.

Das Lehrmaterial wird im Kurs bekanntgegeben.

- Büchen** ■ **3564** Kurs  
Cristina De Bacco  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47  
Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 14 Abende  
123,70 EUR; erm. 88,42 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](http://www.treffpunkt-sprachen.de)

## Italienisch B2.3 - Onlinekurs

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Nuovo Espresso 4, Lektionen 8-10, ISBN 978-3-19-535466-0, Hueber Verlag. Der Kurs findet im Online-Format statt (Zoom).

**Büchen** ■ **3566ON** Kurs  
Isabella Esposito  
Online-Angebot

Dienstags 20.02.-18.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 12 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: Dieci B2, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-055476-8, Hueber Verlag

**Büchen** ■ **3567** Kurs  
Elena Santià  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.48  
Montags 19.02.-17.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

## Konversationskurse B1-C1

### Italiano con le canzoni A2/B1

Il corso prende spunto da alcune delle più note canzoni della musica leggera italiana, come ad esempio „Felicita“, „Azzurro“, „Caruso“, „Con te partirò“, „Un italiano“ e „Nel blu dipinto di blu“, al fine di approfondire tematiche lessicali, grammaticali e idiomatiche. Diverse attività basate sulle canzoni permettono di praticare la pronuncia e di migliorare la comprensione uditiva e globale.

Bitte mitbringen: Nuovo Espresso canzoni, ISBN 978-3-19-485466-6, Hueber Verlag.

**Büchen** ■ **3570** Kurs  
Isabella Esposito  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50  
Donnerstags 07.03.-06.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 10 Abende  
90,10 EUR; erm. 64,90 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



### Italienisch Lektüre und Konversation B1

Sie haben das Niveau B1 erreicht und möchten das Gelernte wiederholen, festigen und mit leichten Lektüren und Konversation vertiefen? Dann sind Sie hier „benvenuti“.

**Büchen** ■ **3571** Kurs  
Sabine Andree  
Realschule Beuel, Adelheidisstraße 56, Gebäude A, (Raum A003)  
Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 14 Abende  
101,64 EUR; erm. 74,76 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 (livello B2).

I corsisti sanno esprimere le loro opinioni e sono in grado di seguire dialoghi anche lunghi.

**Büchen** ■ **3572** Kurs  
Elena Santià  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.48  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende



### Italienisch Lektüre und Konversation B2

Für Teilnehmende, die gute Kenntnisse der Stufe B2 mitbringen. Abwechslungsreiche Übungen und aktuelle Themen ermöglichen Ihnen, Ihren Wortschatz zu erweitern und Ihre mündliche Ausdrucksfähigkeit zu trainieren (Niveau B2).

**Büchen** ■ **3574** Kurs  
Sabine Andree  
Realschule Beuel, Adelheidisstraße 56, Gebäude A, (Raum A003)  
Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 14 Abende  
101,64 EUR; erm. 74,76 EUR  
9 - 14 Teilnehmende



### Italienisch Lektüre C1 - La casa sul Nilo

Seguendo le orme della famiglia dell'autrice, scopriremo un Egitto cosmopolita e tollerante, un paese che i nostri protagonisti però dovranno lasciare, come molti altri stranieri, poco dopo l'ascesa al potere di Nasser. Si ritroveranno nei primi anni Sessanta catapultati in Italia, a Roma, dove sono stranieri in patria.

Posto a mezza strada tra ricordi e documentazione storica, il libro dimostra che la convivenza pacifica e tollerante di individui di lingue e religioni diverse è possibile, anche in Medio Oriente.

Lektüre: Denise Pardo: La casa sul Nilo. ISBN 978-8854524248 (erhältlich auch als E-Buch)

**Büchen** ■ **3578** Kurs  
Caterina Massai Dräger  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49  
Montags 19.02.-17.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



### Italienisch Konversation C1

Questo corso è indirizzato a chi desidera acquisire sicurezza nella comunicazione spontanea e perfezionare l'uso di strutture e lessico previsti dal livello C1.

Lehrmaterial: wird im Kurs mitgeteilt.

**Büchen** ■ **3579** Kurs  
Isabella Esposito  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.00-18.30 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** ■ **3600A** Bildungsurlaub  
Alma Virginia Barletta  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50  
Montag, 29.01., bis Freitag,  
02.02.2024, 9.00-12.00 und  
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
206,10 EUR; erm. 146,10 EUR  
6 - 9 Teilnehmende

## 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.

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, 04.03., bis Freitag,  
 08.03.2024, 9.00-12.00 und  
 13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
 206,10 EUR; erm. 146,10 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 3.50  
 Montag, 24.06., bis Freitag,  
 28.06.2024, 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 3.55  
 Montag, 22.04., bis Freitag,  
 26.04.2024, 09.00-12.00 Uhr und  
 13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
 206,10 EUR; erm. 146,10 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 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** ■ **3606** Bildungsurlaub  
 María Elena Lösing  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
 Montag, 10.06., bis Freitag,  
 14.06.2024, 09.00-12.00 Uhr und  
 13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
 206,10 EUR; erm. 146,10 EUR  
 6 - 9 Teilnehmende



**Diese Bildungsveranstaltung ist nach § 9 des Gesetzes zur Freistellung von Arbeitnehmern zum Zwecke der beruflichen und politischen Weiterbildung - Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt.**

## Spanisch Vertiefung B2 - 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: Vitamina B2 (Kursbuch, ISBN 978-3-19-444502-4, und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-19-454502-1) Hueber Verlag.

**Büchen** ■ **3609** Bildungsurlaub  
 Alma Virginia Barletta  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50  
 Montag, 21.10., bis Freitag,  
 25.10.2024, 9.00-12.00 und  
 13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
 206,10 EUR; erm. 146,10 EUR  
 6 - 9 Teilnehmende

## Standardkurse A1-C1

### 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., 08.03., 18.00-21.00 Uhr, Sa.,  
 09.03.2024, 10.00-13.00 Uhr und  
 14.00-17.00 Uhr, 2 Tage  
 44,50 EUR; erm. 32,98 EUR  
 9 - 14 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** ■ **3612** Kurs  
 Carmen Martín Esteban  
 VHS, Am Michaelshof 2, Raum 08  
 Dienstags 27.02.-18.06.24,  
 18.40-20.10 Uhr, 14 Abende  
 95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
 9 - 14 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3613** Kurs  
 Lita Kauth  
 Beethovengymnasium, Adenauerallee 51-53, Raum A202  
 Dienstags 20.02.-18.06.24,  
 19.30-21.00 Uhr, 15 Abende  
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
 9 - 14 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3614** Kurs  
 Ruddy Acurio Cruz  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46  
 Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
 9 - 14 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, ab Lekt. 1, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen.

**3617** Kurs  
Cecilia Roddewig  
VHS, Kirchplatz 6, Raum 1.01  
Montags 08.04.-24.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 11 Abende  
76,50 EUR; erm. 55,38 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

## Spanisch A1.1 für Anfänger\*innen - Onlinekurs

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.

Der Kurs findet im Online-Format statt (Google Meet).

**3618ON** Kurs  
Carlos Rodrigo Torres Diaz  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
16.50-18.20 Uhr, 14 Abende  
95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
9 - 12 Teilnehmende

## Spanisch intensiv A1.1 für Anfänger\*innen (2x wöchentlich)

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.

**3619** Kurs  
Carmen Martín Esteban  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56  
Montags und mittwochs,  
26.02.-24.04.2024, 17.00-18.30 Uhr,  
14 Abende  
95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

Zusätzliche Kursangebote finden Sie unter [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de).



## 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.

**3620** Kurs  
Diego Rodrigo Fittipaldi  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.59  
Montags 19.02.-17.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 12 Teilnehmende

**3621** Kurs  
Jimena Parra Rodríguez  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
9.00-10.30 Uhr, 15 Vormittage  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 12 Teilnehmende

**3622** Kurs  
Lita Kauth  
Beethovengymnasium, Adenauerallee 51-53, Raum A202  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.00-19.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

**3623** Kurs  
Ángeles Jünke  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.59  
Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
9.00-10.30 Uhr, 14 Vormittage  
95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
9 - 12 Teilnehmende

## Spanisch A1.2 - Onlinekurs

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. Der Kurs findet im Online-Format statt (Google Meet).

**3625ON** Kurs  
Carlos Rodrigo Torres Diaz  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
18.30-20.00 Uhr, 14 Abende  
95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
9 - 12 Teilnehmende

## Spanisch A1.2 Blended Learning - Onlinekurs

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, Lektionen 5-8, ISBN 978-3-12-514671-6, 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).

**3628ON** Kurs  
Ángeles Jünke  
Online-Angebot  
Videokonferenzen: samstags, 27.01., 17.02., 09.03. und 06.04.2024, jeweils 10.00-13.15 Uhr, 15 min. Pause; zusätzliche individuelle Lernzeit ca. 2 Std. / Woche.  
150,10 EUR; erm. 106,90 EUR  
5 - 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, Lektionen 5-8, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen.

**3629** Kurs  
Carmen Martín Esteban  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56  
Montags und mittwochs,  
29.04.-19.06.2024, 17.00-18.30 Uhr,  
14 Abende  
95,70 EUR; erm. 68,82 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, ab Lektion 9, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen.

**Büchen** ■ **3630** Kurs  
 María Elena Lösing  
 Realschule Beuel, Adelheidsstraße 56, Gebäude A, (Raum A004)  
 Dienstags 20.02.-18.06.24, 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
 9 - 16 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3631** Kurs  
 Diego Rodrigo Fittipaldi  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46  
 Dienstags 20.02.-18.06.24, 20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
 9 - 14 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3632** Kurs  
 Jimena Parra Rodríguez  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50  
 Mittwochs 21.02.-19.06.24, 10.45-12.15 Uhr, 15 Vormittage  
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
 9 - 12 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3633** Kurs  
 Carmen Martín Esteban  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56  
 Mittwochs 28.02.-19.06.24, 18.40-20.10 Uhr, 14 Abende  
 95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
 9 - 16 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3634** Kurs  
 Alma Virginia Barletta  
 VHS, Kirchplatz 6, Raum 1.01  
 Donnerstags 22.02.-20.06.24, 18.40-20.10 Uhr, 14 Abende  
 95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
 9 - 14 Teilnehmende

## Spanisch A1.3

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, ab Lektion 10, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen.

**Büchen** ■ **3636** Kurs  
 Cecilia Roddewig  
 VHS, Kirchplatz 6, Raum 1.01  
 Montags 19.02.-17.06.24, 18.30-20.00 Uhr, 15 Abende  
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
 9 - 14 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 Stufe A1.1 und A1.2 (ca. 60 Unterrichtsstunden).

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Lektionen 9-12, ISBN 978-3-12-514671-6, Ernst Klett Sprachen.

**Büchen** ■ **3638** Kurs  
 Dennis Mosheh Cardoze Fábrega  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47  
 Dienstags und donnerstags, 20.02.-18.04.2024, 20.15-21.45 Uhr, 14 Abende  
 95,70 EUR; erm. 68,82 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** ■ **3639** Wochenendveranstaltung  
 Alma Virginia Barletta  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56  
 Fr., 12.04., 18.00-21.00 Uhr, Sa., 13.04.2024, 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, Lektionen 1-4, ISBN 978-3-12-514677-8, Ernst Klett Sprachen.

**Büchen** ■ **3641** Kurs  
 Lita Kauth  
 Beethoven gymnasium, Adenauerallee 51-53, Raum A202  
 Dienstags 20.02.-18.06.24, 18.00-19.30 Uhr, 15 Abende  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3642** Kurs  
 Diego Rodrigo Fittipaldi  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46  
 Dienstags 20.02.-18.06.24, 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende

## Spanisch A2.1 - Onlinekurs

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Lektionen 1-4, ISBN 978-3-12-514677-8, Ernst Klett Sprachen.

Der Kurs findet im Online-Format statt (BigBlueButton).

**Büchen** ■ **3643ON** Kurs  
 Ruddy Acurio Cruz  
 Online-Angebot  
 Montags 19.02.-17.06.24, 19.30-21.00 Uhr, 15 Abende  
 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 A2.1 - Onlinekurs

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Lektionen 1-4, ISBN 978-3-12-514677-8, Ernst Klett Sprachen.

Der Kurs findet im Online-Format statt (Google Meet).

**Büchen** ■ **3644ON** Kurs  
Carlos Rodrigo Torres Diaz  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.10-19.40 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 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, Lektionen 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,  
23.04.-18.06.2024, 20.15-21.45 Uhr,  
14 Abende  
95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
9 - 14 Teilnehmende



## Spanisch A2.2

Für Spanischlernende, die das Niveau A2.2 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 und A2.1.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Lektionen 5-8, ISBN 978-3-12-514677-8, Ernst Klett Sprachen.

**Büchen** ■ **3646** Kurs  
María Elena Lösing  
Realschule Beuel, Adelheidsstraße  
56, Gebäude A, (Raum A004)  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

## Spanisch A2.2 - Onlinekurs

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, Lekt. 5-8, ISBN 978-3-12-514677-8, Ernst Klett Sprachen.

Der Kurs findet im Online-Format statt (Google Meet).

**Büchen** ■ **3647ON** Kurs  
Carlos Rodrigo Torres Diaz  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
18.00-19.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3648ON** Kurs  
Ángeles Jünke  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
19.00-20.30 Uhr, 14 Abende  
95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
9 - 12 Teilnehmende



## Spanisch 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: Con gusto nuevo A2, ab Lektion 8, ISBN 978-3-12-514677-8, Ernst Klett Sprachen.

**Büchen** ■ **3651** Kurs  
Pilar Lombardo  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3652** Kurs  
Cecilia Roddewig  
VHS, Kirchplatz 6, Raum E.02  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Spanisch A2.3

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo A2, ab Lektion 9, ISBN 978-3-12-514677-8, Ernst Klett Sprachen.

**Büchen** ■ **3653** Kurs  
Carmen Martín Esteban  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46  
Donnerstags 29.02.-20.06.24,  
10.00-11.30 Uhr, 13 Vormittage  
89,30 EUR; erm. 64,34 EUR  
9 - 14 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, Lektionen 9-12, ISBN 978-3-12-514677-8, Ernst Klett Sprachen.

Der Kurs findet im Online-Format statt (Google Meet).

**Büchen** ■ **3654ON** Kurs  
Carlos Rodrigo Torres Diaz  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
20.00-21.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 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** ■ **3655** Wochenendveranstaltung  
Alma Virginia Barletta  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56  
Fr., 07.06., 18.00-21.00 Uhr, Sa.,  
08.06.2024, 10.00-13.00 Uhr und  
14.00-17.00 Uhr, 2 Tage  
56,50 EUR; erm. 41,38 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** ■ **3656** Wochenendveranstaltung  
Manuela Pérez Ramírez  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56  
Samstag, 25.05.2024, 10.00-13.00  
und 14.00-17.00 Uhr  
39,70 EUR; erm. 29,62 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** ■ **3657** Wochenendveranstaltung  
 Angeles Jünke  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47  
 Samstag, 04.05.24, 10.00-17.00 Uhr  
 39,70 EUR; erm. 29,62 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende

## Spanisch B1.2

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, ab Lektion 5, ISBN 978-3-12-514684-6, Ernst Klett Sprachen.

**Büchen** ■ **3658** Kurs  
 Dennis Mosheh Cardoze Fábrega  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47  
 Dienstags 20.02.-18.06.24,  
 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
 9 - 14 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, Lektionen 5-8, ISBN 978-3-12-514684-6, Ernst Klett Sprachen.

Der Kurs findet im Online-Format statt (Google Meet).

**Büchen** ■ **3659ON** Kurs  
 Carlos Rodrigo Torres Diaz  
 Online-Angebot  
 Dienstags 20.02.-18.06.24,  
 16.30-18.00 Uhr, 15 Abende  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende

## Spanisch B1.3

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo B1, ab Lektion 9, ISBN 978-3-12-514684-6, Ernst Klett Sprachen

**Büchen** ■ **3660** Kurs  
 Diego Rodrigo Fittipaldi  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.59  
 Montags 19.02.-17.06.24,  
 20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
 9 - 12 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3661** Kurs  
 Jimena Parra Rodríguez  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56  
 Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
 17.00-18.30 Uhr, 14 Abende  
 95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
 9 - 14 Teilnehmende

## 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** ■ **3662** Wochenendveranstaltung  
 Manuela Pérez Ramírez  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.48  
 Samstag, 08.06.2024, 10.00-13.00  
 und 14.00 -17.00 Uhr,  
 39,70 EUR; erm. 29,62 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende

## Spanisch für den Beruf B1

Das Seminar behandelt Standardsituationen aus dem beruflichen Alltag. Ziel ist es, im Unterricht authentische Sprechansätze aus dem beruflichen Alltag zu trainieren. Hierzu werden Unterlagen, Übungen und Themen ausgewählt, die den Teilnehmer\*innen die sprachlichen Besonderheiten der spanischen Arbeitswelt vermitteln.

Das Lehrmaterial wird von der Dozentin zusammengestellt.

**Büchen** ■ **3663** Wochenendveranstaltung  
 Manuela Pérez Ramírez  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56  
 Sa., 04.05., 10.00-13.00 Uhr und  
 14.00-17.00 Uhr, So, 05.05.2024,  
 10.00-13.00 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: Impresiones B2, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-094545-0, Hueber Verlag.

**Büchen** ■ **3664** Kurs  
 Carmen Martín Esteban  
 VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11  
 Dienstags 27.02.-18.06.24,  
 17.00-18.30 Uhr, 14 Abende  
 95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
 9 - 14 Teilnehmende

## Spanisch B2.1 - Onlinekurs

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 Lektion 1, ISBN 978-3-12-514688-4, Ernst Klett Sprachen.

Dieser Kurs findet im Online-Format statt (BigBlueButton).

**Büchen** ■ **3665ON** Kurs  
 Ruddy Acurio Cruz  
 Online-Angebot  
 Montags 19.02.-17.06.24,  
 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
 9 - 12 Teilnehmende

## Spanisch B2.2

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo B2, ab Lektion 6, ISBN 978-3-12-514688-4, Ernst Klett Sprachen.

**Büchen** ■ **3666** Kurs  
 Cecilia Roddewig  
 VHS, Kirchplatz 6, Raum E.02  
 Dienstags 20.02.-18.06.24,  
 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende

## Spanisch B2.2

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo B2, ab Lektion 6, ISBN 978-3-12-514688-4, Ernst Klett Sprachen.

**Büchen** ■ **3667** Kurs  
 Ángeles Jünke  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47  
 Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
 9.00-10.30 Uhr, 15 Vormittage  
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
 9 - 14 Teilnehmende



## Spanisch B2.3

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Con gusto nuevo B2, ab Lektion 8, ISBN 978-3-12-514688-4, Ernst Klett Sprachen.

**Büchen** ■ **3668** Kurs  
 Alma Virginia Barletta  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56  
 Dienstags 20.02.-18.06.24,  
 20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
 9 - 14 Teilnehmende



## Spanisch Vertiefung B2

Este curso está dirigido a aquellos estudiantes que desean reforzar y consolidar los contenidos del nivel B2. En este curso repasaremos los contenidos gramaticales del nivel B2 y reactivaremos el vocabulario. Se prestará especial atención a la expresión e interacción orales y a la comprensión auditiva y audiovisual. Lehrmaterial: wird im Kurs bekannt gegeben.

**Büchen** ■ **3669** Kurs  
 Jimena Parra Rodríguez  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58  
 Dienstags 20.02.-18.06.24,  
 10.45-12.15 Uhr, 15 Vormittage  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende

## Spanisch Vertiefung B2

Los temas más actuales ocuparán las conversaciones de nuestro curso: Hablaremos de las ciudades, los viajes, la política, la sociedad y la educación. Continuamos con el nivel B2, aprendiendo a expresar causa y finalidad, condiciones y requisitos. Seguiremos aprendiendo nuevos usos del subjuntivo para valorar y expresar nuestros sentimientos. Naturalmente repasaremos y repetiremos cualquier tema que sea necesario, para mejorar la precisión.

Lehrbuch: Vitamina B2, ab Lektion 3 (Kursbuch, ISBN 978-3-19-444502-4, und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-19-454502-1), Hueber Verlag.

**Büchen** ■ **3670** Kurs  
 Ángeles Jünke  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.59  
 Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
 10.45-12.15 Uhr, 14 Vormittage  
 95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
 9 - 12 Teilnehmende



## Spanisch C1.1

Este curso está destinado a estudiantes que han superado el nivel B2 y que desean perfeccionar la gramática y ampliar el léxico de una forma amena y comunicativa.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: C de C1, curso de español de nivel superior, ISBN 978-3-12-515024-9, Ernst Klett Sprachen.

**Büchen** ■ **3679** Kurs  
 Jimena Parra Rodríguez  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56  
 Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
 18.40-20.10 Uhr, 14 Abende  
 95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
 9 - 14 Teilnehmende

## Konversationskurse B1-C2

### Spanisch Konversation B1

Für Teilnehmer\*innen, die gute Kenntnisse der Stufen A2 und B1 mitbringen. Abwechslungsreiche Übungen und aktuelle Themen ermöglichen Ihnen, Ihren Wortschatz zu erweitern und Ihre mündliche Ausdrucksfähigkeit zu trainieren (Niveau B1).

**Büchen** ■ **3681** Kurs  
 Jimena Parra Rodríguez  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58  
 Dienstags 20.02.-18.06.24,  
 9.00-10.30 Uhr, 15 Vormittage  
 132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende



### Spanisch Konversation B2

Abwechslungsreiche Übungen und aktuelle Themen ermöglichen Ihnen, Ihren Wortschatz zu erweitern und Ihre mündliche Ausdrucksfähigkeit zu trainieren (Niveau B2).

**Büchen** ■ **3683** Kurs  
 Ángeles Jünke  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.47  
 Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
 10.45-12.15 Uhr, 15 Vormittage  
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
 9 - 12 Teilnehmende

### Spanisch Konversation B2+

Abwechslungsreiche Übungen und aktuelle Themen ermöglichen Ihnen, Ihren Wortschatz zu erweitern und

Ihre mündliche Ausdrucksfähigkeit zu trainieren (Niveau B2+).

**Büchen** ■ **3684** Kurs  
 Alma Virginia Barletta  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56  
 Dienstags 20.02.-18.06.24,  
 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
 9 - 14 Teilnehmende



### Spanisch Konversation C1

Trabajaremos juntos diferentes temas de interés para los participantes: textos literarios, temas de actualidad. Ejercitaremos la comprensión auditiva y la comprensión lectora. Repasaremos la gramática (nivel C1). Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

**Büchen** ■ **3685** Kurs  
 Marlene Grambach  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50  
 Montags 19.02.-17.06.24,  
 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+).

**Büchen** ■ **3686** Kurs  
 Alma Virginia Barletta  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46  
 Montags 19.02.-17.06.24,  
 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
 102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
 9 - 14 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3687** Kurs  
 Dennis Mosheh Cardoze Fábrega  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47  
 Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
 18.40-20.10 Uhr, 14 Abende  
 95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
 9 - 14 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. Abwechslungsreiche Übungen und aktuelle Themen ermöglichen Ihnen, Ihren Wortschatz zu erweitern und Ihre mündliche Ausdrucksfähigkeit zu trainieren (Niveau C2).

**Büchen** ■ **3688** Kurs  
 Alma Virginia Barletta  
 VHS, Kirchplatz 6, Raum 1.01  
 Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
 17.00-18.30 Uhr, 14 Abende  
 95,70 EUR; erm. 68,82 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.

**Büchen** ■ **3690** Bildungsurlaub  
Teresa Ribeiro Maier  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
Montag, 08.04., bis Freitag,  
12.04.2024, 9.00-12.00 und  
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
206,10 EUR; erm. 146,10 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, Lektionen 5-8, ISBN 978-3-12-528934-5, Ernst Klett Sprachen.

**Büchen** ■ **3692** Bildungsurlaub  
Teresa Ribeiro Maier  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
Montag, 15.04., bis Freitag,  
19.04.2024, 9.00-12.00 und  
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
206,10 EUR; erm. 146,10 EUR  
6 - 9 Teilnehmende

## Standardkurse A1-A2

### 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.

**Büchen** ■ **3694** Wochenendveranstaltung  
Teresa Ribeiro Maier  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.59  
Fr., 19.04., 17.00-20.00 Uhr, Sa.,  
20.04., 10.00-13.00 Uhr und  
14.00-17.00 Uhr, So., 21.04.2024,  
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. 5, ISBN 978-3-12-528934-5, Ernst Klett Sprachen. Der Kurs findet im Online-Format statt (Skype).

**Büchen** ■ **3696ON** Kurs  
Teresa Ribeiro Maier  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 14 Abende  
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

### Portugiesisch A2.3 - Onlinekurs

Durch das Training einfacher 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: Olá Portugal! neu, ab Lekt. 16, ISBN 978-3-12-528934-5, Ernst Klett Sprachen. Der Kurs findet im Online-Format statt (Skype).

**Büchen** ■ **3698ON** Kurs  
Teresa Ribeiro Maier  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 14 Abende  
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Altgriechisch

### Standardkurse und Lektüre

#### Altgriechisch für Anfänger\*innen (1. Semester) - Onlinekurs

Sie möchten Altgriechisch lernen und dadurch die Welt der griechischen Antike kennenlernen? Nach einer intensiven Beschäftigung mit dem griechischen Alphabet betrachten wir erste kurze Lesestücke und setzen uns mit den Grundlagen der griechischen Sprache auseinander.

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Dialogos 1, ISBN 978-3-14-149060-2, Westermann

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3701ON** Kurs  
Dr. Athanasios Despotis  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.00-19.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Altgriechisch (2. Semester)

Wir beschäftigen uns mit den mykenischen und thebanischen Sagenkreisen und lernen dabei neue Grammatik. Insbesondere üben wir den Gebrauch der Pronomina und des Passivs.

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Dialogos 1, ab Lektion 10, ISBN 978-3-14-149060-2, Westermann

**Büchen** ■ **3702** Kurs  
Moritz Kuhn  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.61  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 13 Abende  
115,30 EUR; erm. 82,54 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Altgriechisch (6. Semester)

Thematisch setzen wir uns mit der griechischen Tragödie und Komödie und dem attischen Theaterwesen auseinander. Grammatisch stehen der starke Aorist und generell die Verwendung der Tempora im Vordergrund.

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Xenia, ab Lektion 19, ISBN 978-3-7661-5815-4, Buchner

**Büchen** ■ **3703** Kurs  
Moritz Kuhn  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.61  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 13 Abende  
115,30 EUR; erm. 82,54 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Altgriechisch (9. Semester) - Onlinekurs

Wir beschäftigen uns mit christlichen Texten, hauptsächlich aus dem Neuen Testament. Außerdem wiederholen wir wichtige grammatische und syntaktische Themen.

Voraussetzung: drei bis vier Jahre Altgriechisch.

Lehrbuch: wird in der ersten Sitzung mitgeteilt.

\*\*\* Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3704ON** Kurs  
Moritz Kuhn  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-25.06.24,  
18.00-19.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Altgriechische Lektüre: Platon, Kriton

Platons Schrift Kriton schließt unmittelbar an die Apologie des Sokrates an. Wir erleben den zum Tode verurteilten Sokrates im Gespräch mit seinem Freund Kriton. Die Schrift wirft Fragen auf, die noch heute interessieren: Muss man staatlichen Gesetzen unbedingt gehorchen? Wie verhalten sich Religion und Philosophie zueinander? In der dialogischen Form des Textes lernen wir Platons dialektische Gedankenführung kennen. Wir üben auch das laute Dialoglesen.

Lehrbuch: Platon, Apologie und Kriton (Text), ab Kapitel VIII, ISBN 978-3-402-02224-5, Aschendorff

**Büchen** ■ **3705** Kurs  
Dr. Uta Schmidt-Clausen  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.61  
Montags 19.02.-17.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Altgriechische Lektüre: Sophokles, König Ödipus

Wir setzen die Lektüre von Sophokles' König Ödipus fort. Der Kurs eignet sich sowohl für den ersten Kontakt mit altgriechischer Originallektüre als auch für den Wiedereinstieg nach einer Pause.

Voraussetzung: Altgriechisch im Umfang des Graecums und Interesse an griechischer Literatur.  
Literaturempfehlungen werden in der ersten Sitzung mitgeteilt.

**Büchen** ■ **3706** Kurs  
Moritz Kuhn  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.61  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
20.15-21.45 Uhr, 13 Abende  
115,30 EUR; erm. 82,54 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

## Arabisch

### 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** Wochenendkurs  
Ahmad Aljesri  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.61  
Samstag, 04.05., 10.00-13.00 Uhr  
und 14.00-17.00 Uhr, und Sonntag,  
05.05.24, 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** ■ **3713** Kurs  
Désirée Kaiser  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
Montags 19.02.-17.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 15 Teilnehmende



## Arabisch für Anfänger\*innen A1.1 - Onlinekurs

Lehrbücher (bitte vor dem Kurs anschaffen): Salam! neu A1-A2, ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-528835-5, und Schreibtrainer, ISBN 978-3-12-528848-5, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3714ON** Kurs  
Kaouthar Zaroui  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.30-19.00 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Arabisch für Anfänger\*innen A1.1 - Onlinekurs am Vormittag

Lehrbücher (bitte vor dem Kurs anschaffen): Salam! neu A1-A2, ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-528835-5, und Schreibtrainer, ISBN 978-3-12-528848-5, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3715ON** Kurs  
Carolina El-Zaim  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Arabisch sprechen für Anfänger\*innen A1.1 - Onlinekurs am Wochenende (4 Vormittage)

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 nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Salam! neu A1-A2, ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-528835-5, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3716ON** Kurs

Dania Sakka  
Online-Angebot  
Samstags 24.02.-16.03.24,  
10.00-13.00 Uhr, 4 Vormittage  
73,30 EUR; erm. 53,14 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 arabischen Schrift weiter ein.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Salam! neu A1-A2, ab Lektion 3, ISBN 978-3-12-528835-5, Klett

**Büchen** ■ **3717** Kurs

Amal Ibrahim  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50  
Montags 19.02.-17.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 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 Webex Meetings durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3718ON** Kurs

Carolina El-Zaim  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3719ON** Kurs

Carolina El-Zaim  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende



## Arabisch A1.3

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 nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Salam! neu A1-A2, ab Lektion 7, ISBN 978-3-12-528835-5, Klett

**Büchen** ■ **3720** Kurs

Amal Ibrahim  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50  
Montags 19.02.-17.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3721** Kurs

Nabil Elias  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 08  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Arabisch A1.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Salam! neu A1-A2, ab Lektion 7/8, ISBN 978-3-12-528835-5, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3722ON** Kurs

Désirée Kaiser  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Arabisch A2.2 (Salam) - 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 Webex Meetings durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3726ON** Kurs

Fatima Abdelhadi  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Arabisch A2.2 (Salam) - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Salam! neu A1-A2, ab Lektion 10, ISBN 978-3-12-528835-5, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3727ON** Kurs

Carolina El-Zaim  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 12 Teilnehmende



## Arabisch A2.2 (Arabisch intensiv) - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Arabisch intensiv. Grundstufe, ab Lektion 6, ISBN 978-3-87548-834-0, Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3728ON** Kurs

Désirée Kaiser  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Arabisch B1.1 - Onlinekurs

Yallah! Auf dem Weg zur Niveaustufe B1 lernen Sie neue grammatische Strukturen, um sich differenzierter auszudrücken, zum Beispiel Relativ- und Temporalsätze. Das Hörverstehen und Sprechen stehen im Vordergrund. Unter anderem geht es um Personen, Wohnungen, Beziehungen und den Tagesablauf, aber auch um allgemeinere Themen aus der arabischen Kultur.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Arabisch intensiv. Aufbau- und Lernstufe, ab Lektion 1, ISBN 978-3-87548-874-6, Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Webex durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3730ON** Kurs

Carolina El-Zaim  
Online-Angebot  
Freitags 23.02.-14.06.24,  
16.00-17.30 Uhr, 15 Nachmittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Arabisch B2.1 - Onlinekurs

Yallah! Auf dem Weg zur Niveaustufe B2 lernen Sie neue grammatische Strukturen, um sich differenzierter auszudrücken, zum Beispiel Kausal-, Final- und einschränkende Nebensätze, und lesen kurze literarische Texte. Das Hörverstehen und Sprechen stehen im Vordergrund. Unter anderem geht es um die arabische Sprache, Verabredungen und Veranstaltungen und darum, wie man sei-

ne Meinung zu einem Thema ausdrückt, aber auch allgemeiner um die arabische Kultur, Politik, Sehenswürdigkeiten und Persönlichkeiten des kulturellen Lebens.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Arabisch intensiv. Aufbaustufe, ab Lektion 8, ISBN 978-3-87548-874-6, Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Webex durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3732ON** Kurs  
Carolina El-Zaim  
Online-Angebot

Montags 19.02.-17.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Arabische Konversation und Lektüre - Onlinekurs

In diesem freundlichen Konversationskurs können Sie Ihr Arabisch praktisch anwenden und mehr Sicherheit für private und berufliche Gespräche gewinnen. Wichtige Grammatik wiederholen wir dabei nach Bedarf. Sie können auch eigene Ideen und Fragen mitbringen.

Voraussetzung: Arabisch auf der Stufe B1 oder besser.

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Arabisch intensiv. Aufbaustufe, ISBN 978-3-87548-874-6, Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3733ON** Kurs  
Carolina El-Zaim  
Online-Angebot

Montags 19.02.-17.06.24,  
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 Mutter-

sprache 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, 22.04., bis Freitag,  
26.04.24, 9.00-12.00 Uhr und  
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
206,10 EUR; erm. 146,10 EUR  
6 - 9 Teilnehmende

### Standardkurse A1-B1

#### 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 nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): China entdecken. Lehrbuch 1, ab Einheit 1, ISBN 978-3-905816-51-8, Chinabooks E. Wolf

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3736ON** Kurs  
Yun Bin Beissel  
Online-Angebot

Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



#### Chinesisch A1.2 - Onlinekurs

Wir sprechen über den Tagesablauf und üben, beim Einkaufen nach dem Preis zu fragen - und vielleicht sogar zu feilschen. Insgesamt trainieren wir die mündliche Kommunikation im Alltag und lernen die ersten Schriftzeichen.

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

Montags 26.02.-24.06.24,  
18.30-20.00 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



#### Chinesisch A1.2 - Onlinekurs

Wir sprechen über den Tagesablauf und üben, beim Einkaufen nach dem Preis zu fragen - und vielleicht sogar zu feilschen. Insgesamt trainieren wir die mündliche Kommunikation im Alltag und lernen neue Schriftzeichen.

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): China entdecken. Lehrbuch 1, ab Einheit 4, ISBN 978-3-905816-51-8, Chinabooks E. Wolf

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3739ON** Kurs  
Yun Bin Beissel  
Online-Angebot

Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



#### Chinesisch A1.3 - Onlinekurs

Wir sprechen übers Einkaufen, Wegbeschreibungen und Reisepläne und üben, im Restaurant zu bestellen. Dabei erweitern Sie Ihren Wortschatz und lernen neue Schriftzeichen und Satzstrukturen.

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** ■ **3740ON** Kurs  
Yun Bin Beissel  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Chinesisch A2.1 - Onlinekurs

Wir schauen uns den Wetterbericht an, sprechen über Speisen, Festtage und Traditionen und üben, verschiedene Gefühle auszudrücken. Außerdem beschäftigen wir uns mit aktuellen Themen aus China. Dabei erweitern Sie Ihren Wortschatz und lernen neue Schriftzeichen und Satzstrukturen.

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): China entdecken. Lehrbuch 2, ab Einheit 1, ISBN 978-3-905816-53-2, Chinabooks E. Wolf

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3741ON** Kurs  
Tien-Hsin Lee  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
18.30-20.00 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Chinesisch B1.5

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): China entdecken. Lehrbuch 3, ab Einheit 9, ISBN 978-3-905816-55-6, Chinabooks E. Wolf

**Büchen** ■ **3742** Kurs  
Yun Bin Beissel  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.59  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

## Dänisch

### Standardkurse und Konversation A1-B2

#### Dänisch für Anfänger\*innen A1.1

Hej! Gäste aus der ganzen Welt lieben Dänemark für Sehenswürdigkeiten wie die kleine Meerjungfrau, Tivoli oder Legoland, für die wunderschöne Natur und für die freundlichen Menschen. Wenn Sie ebenfalls einen Aufenthalt in Dänemark planen, lernen Sie hier mit vielen praktischen Übungen, sich sprachlich zurechtzufinden: das dänische Alpha-

bet 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 mitbringen): Vi snakkes ved! aktuell A1+, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-105379-6, Hueber

**Büchen** ■ **3743** Kurs  
Steffen Holst  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



#### Dänisch A1.2

Lehrbuch (bitte mitbringen): Vi snakkes ved! aktuell A1+, ab Lektion 5, ISBN 978-3-19-105379-6, Hueber

**Büchen** ■ **3744** Kurs  
Verena Krautwald  
Beethovengymnasium,  
Adenauerallee 51-53, Raum A007  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 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 22.02.-27.06.24,  
20.20-21.50 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



#### Dänisch A2.1 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Vi snakkes ved! aktuell A2, ab Lektion 11 [das ist die erste Lektion im Buch], ISBN 978-3-19-205379-5, Hueber

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3746ON** Kurs  
Nina Larsen  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
19.10-20.40 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 A2, ab Lektion 15, ISBN 978-3-19-205379-5, Hueber

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3747ON** Kurs  
Nina Larsen  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



#### Dansk B1.1 - Onlinekurs

Vi arbejder fokuseret med at udvide ordforrådet og gøre sprog mere grammatisk korrekt. Du lærer at udtrykke mening om aktuelle emner som miljø, oplevelser, livsstil, dyr m.m. Nye deltagere er også meget velkomne!

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Pæredansk B1, fortsættelse Kapitel 1, ISBN 978-3-12-528775-4, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3748ON** Kurs  
Nina Larsen  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.30-19.00 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



#### Dansk B2.1 - Onlinekurs

På kurset har vi fokus på, at blive endnu bedre til at tale og forstå dansk. Vi læser om forskellige emner - fx dyr, byer, livsformer, sprog eller medier - og arbejder med dem fra mange vinkler. Vi laver selvfølgelig også lytteøvelser, så du bliver bedre til at forstå dansk. Udtalen er så vigtig, derfor arbejder vi også med udtale og øver tryk, rytme og melodi i sætningerne.

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Danske stemmer neu B2, ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-528824-9, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3749ON** Kurs  
Dr. Helmut Huntemann  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Dansk konversation B2

Vi taler i dette kursus om det, som dagligt bevæger verden. Vi arbejder også noget med udtale og grammatik, men der er fokus på fluency.

- Büchen** ■ **3749P** Kurs  
Verena Krautwald  
Beethovengymnasium,  
Adenauerallee 51-53, Raum A007  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

## Finnisch

### Standardkurse A1-A2

#### Finnisch A1.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Suomen mestari 1, ab Lektion 8, ISBN 978-951-1-33423-1, Finn Lectura

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

- Büchen** ■ **3752ON** Kurs  
Anikó Rapp  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Finnisch A2.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Suomen mestari 2, ab Lektion 2, ISBN 978-951-1-41418-6, Finn Lectura

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

- Büchen** ■ **3753ON** Kurs  
Anikó Rapp  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Finnisch A2.7 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Suomen mestari 3, ab Lektion 7, ISBN 978-951-792-891-5, Finn Lectura

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

- Büchen** ■ **3754ON** Kurs  
Anikó Rapp  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

## Hindi

### Standardkurse A1

#### Einstieg Hindi (3. Semester) - Kompaktkurs am Wochenende (3 Samstagvormittage)

Für Anfänger\*innen mit ersten Vorkenntnissen. Sie lernen, die Devanagari-Schrift zu lesen und sich über einfache Themen zu unterhalten. Außerdem wird etwas Grammatik eingeführt. Informationen zu Kultur und Landeskunde ergänzen das Programm. Namasté!

- Büchen** ■ **3755** Kurs  
Eva Heinen  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58  
Samstags, 16.03., 13.04. und  
04.05.24, 10.00-12.00 und  
12.45-14.30 Uhr, 3 Vormittage  
69,10 EUR; erm. 50,20 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

## Japanisch

### Standardkurse und Lektüre A1-B1

#### Japanisch für Anfänger\*innen A1.1

Konnichiwa! 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** ■ **3762P** Kurs  
Vanessa von Heuduck  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61  
Montags 19.02.-17.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

#### Japanisch für Anfänger\*innen A1.1

Der Kurs findet vom 22. Februar bis 25. April achtmal donnerstags von 17:15 bis 18:45 Uhr statt. Die letzten zwei Kurstermine sind Samstag, 27. April, und Sonntag, 28. April 24, von 10:00 bis 15:00 Uhr.

- Büchen** ■ **3763** Kurs  
Takayo Yamamoto-Reich  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 09  
Do, 22.02.-25.04., 17.15-18.45 Uhr;  
Sa, 27.04., und So, 28.04.24,  
10.00-12.30 Uhr und 13.00-15.00  
Uhr, 10 Tage  
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Japanisch für Anfänger\*innen A1.1 - Onlinekurs im Sommer (2x wöchentlich)

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

- Büchen** ■ **3764ON** Kurs  
Masakazu Sasao  
Online-Angebot  
Montags und donnerstags,  
02.07.-25.07.24, 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 geht es um 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** ■ **3765** Kurs  
Vanessa von Heuduck  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.55  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Japanisch A1.2 - Onlinekurs

In diesem Semester geht es ums Wohnen, die Uhrzeit, Wochentage und andere Themen aus dem Alltag.

Grammatische Schwerpunkte sind unter anderem Adjektive, Verben in der Non-Past-Form sowie Ausdrücke mit A ga ii desu.

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** ■ **3766ON** Kurs  
Masakazu Sasao  
Online-Angebot

Dienstags 20.02.-18.06.24,  
20.20-21.50 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Japanisch A1.3 - Onlinekurs

In diesem Semester geht es um Gespräche beim Einkaufen und andere Situationen aus dem Alltag. Zu den grammatischen Schwerpunkten zählen die Vergangenheitsform von Adjektiven und Verben und die Te-Form des Verbs.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Starter A1 Rikai, ab Lektion 14, ISBN 978-3-87548-708-4, Japan Foundation/Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3767ON** Kurs  
Masakazu Sasao  
Online-Angebot

Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Japanisch A1.3 - Onlinekurs am Vormittag

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3768ON** Kurs  
Masakazu Sasao  
Online-Angebot

Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
10.00-11.30 Uhr, 15 Vormittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Japanisch A1.3 - Onlinekurs

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3769ON** Kurs

Masakazu Sasao  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Japanisch A1.3 - Onlinekurs

In diesem Semester geht es um den Tages- und Wochenablauf und die Dinge, die wir in unserer Freizeit machen. Zu den grammatischen Schwerpunkten zählen neue Verben und Partikeln in Sätzen.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Starter A1 Rikai, ab Lektion 9, ISBN 978-3-87548-708-4, Japan Foundation/Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3770ON** Kurs

Shinobu Sawada  
Online-Angebot  
Freitags 23.02.-28.06.24,  
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende



### Japanisch A2.2 - Onlinekurs

In diesem Semester geht es um Wegbeschreibungen, Terminvereinbarungen und fremde Kulturen. Grammatische Schwerpunkte sind unter anderem die Te-Form + kudasai, die Te-Form + mimasu (etwas einmal machen/probieren) und die Wörterbuchform + no (Nominalisierung des Verbs).

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** ■ **3771ON** Kurs

Masakazu Sasao  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Japanisch A2.2

In diesem Semester geht es um Hobbys, Jahreszeiten und (wichtig für jede Reise) das Wetter.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Elementary 1 (A2) Rikai, ab Lektion 2, ISBN 978-3-87548-714-5, Japan Foundati-

on/Buske

**Büchen** ■ **3772** Kurs

Vanessa von Heuduck  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61  
Montags 19.02.-17.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Japanisch A2.3 - Onlinekurs

In diesem Semester geht es um Ausflüge mit Picknick, Geschäftsreisen und die Gesundheit. Grammatische Schwerpunkte sind unter anderem die Ta-Form + kotogarimasu (etwas schon einmal getan haben) und die Te-Form + moiidesuka (dürfen/darf ich?).

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Elementary 1 (A2) Rikai, ab Lektion 11, ISBN 978-3-87548-714-5, Japan Foundation/Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3773ON** Kurs

Masakazu Sasao  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Japanisch A2.4 - Onlinekurs

In diesem Semester geht es um japanische Feiern und Essgewohnheiten und wir üben, uns ausführlicher vorzustellen. Grammatische Schwerpunkte sind unter anderem die einfachen Formen der Verben, Adjektive und Nomina, Relativsätze und die Te-Form + waikemasen (Sie dürfen nicht....tun).

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Elementary 1 (A2) Rikai, ab Lektion 17, ISBN 978-3-87548-714-5, Japan Foundation/Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3774ON** Kurs

Masakazu Sasao  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Japanisch A2.4 - Onlinekurs

In diesem Semester geht es um Gesundheit und Fit-Bleiben, Feiern und Geschenke. Grammatische Schwerpunkte sind unter anderem Rela-

tivsätze und indirekte Rede.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Elementary 1 (A2) Rikai, ab Lektion 15, ISBN 978-3-87548-714-5, Japan Foundation/Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3774PON** Kurs  
Shinobu Sawada  
Online-Angebot

Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
17.30-19.00 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Japanisch A2.6 - Onlinekurs

Lehrbuch (kostenloser Download): Irodori. Japanese for Life in Japan A2, ab Lektion 15, Japan Foundation

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3775ON** Kurs  
Takayo Ishizawa  
Online-Angebot

Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
17.30-19.00 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Japanisch A2plus (2. Semester) - Onlinekurs

In diesem Semester geht es darum, wie in Japan das neue Jahr und andere Feste gefeiert werden, und ums Onlineshopping. Grammatische Schwerpunkte sind unter anderem die Masu-Form + yasuidesu/nikuidesu, die Te-Form + shimaimashita und die Wörterbuchform + made.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Elementary 2 (A2) Rikai, ab Lektion 7, ISBN 978-3-87548-753-4, Japan Foundation/Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3775PON** Kurs  
Masakazu Sasao  
Online-Angebot

Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Japanisch A2plus (3. Semester) - Onlinekurs

In diesem Semester geht es um jahreszeitlichen Traditionen und Feiern in Japan und ums Onlineshopping. Grammatische Schwerpunkte sind unter anderem verschiedene Verbformen zur Verbesserung der Aus-

drucksfähigkeit und Satzkonstruktionen für den Vergleich.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Elementary 2 (A2) Rikai, ab Lektion 10, ISBN 978-3-87548-753-4, Japan Foundation/Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3776ON** Kurs  
Shinobu Sawada  
Online-Angebot

Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Japanisch A2plus (3. Semester) - Onlinekurs

In diesem Semester geht es um die Stadt Kyoto und um den Umweltschutz. Grammatische Schwerpunkte sind unter anderem die V-Passiv-Form, die einfache Form und soodesu (ich habe gehört, dass....), die Ta-Form + mamadesu, die Wörterbuchform/Nai-Form + yoonishiteimasu und die Wörterbuchform + made.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Elementary 2 (A2) Rikai, ab Lektion 13, ISBN 978-3-87548-753-4, Japan Foundation/Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3776PON** Kurs  
Masakazu Sasao  
Online-Angebot

Freitags 23.02.-28.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Japanisch A2/B1 (2. Semester) - Onlinekurs

In diesem Semester geht es um Besuche bei Freund\*innen, Fremdsprachen und ums Heiraten. Grammatische Schwerpunkte sind unter anderem die Volitionalform und neue Satzkonstruktionen.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Pre-Intermediate A2/B1, ab Lektion 4, ISBN 978-3-87548-827-2, Japan Foundation/Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3777ON** Kurs  
Shinobu Sawada  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
20.00-21.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Japanisch A2/B1 (4. Semester) - Onlinekurs

In diesem Semester geht es um Probleme im Alltag und auf Reisen und um die Jobsuche. Grammatische Schwerpunkte sind unter anderem transitive/intransitive Ausdrücke, Höflichkeitssprache und Satzkonstruktionen des Vergleichs.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Pre-Intermediate A2/B1, ab Lektion 7, ISBN 978-3-87548-827-2, Japan Foundation/Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3777PON** Kurs  
Shinobu Sawada  
Online-Angebot

Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
19.15-20.45 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Japanisch B1.4 - Onlinekurs

In diesem Semester geht es um Manga und Kampfsport. Wir üben, Dinge genauer zu beschreiben und insgesamt flüssiger zu kommunizieren.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Intermediate B1, ab Lektion 5, ISBN 978-3-87548-828-9, Japan Foundation/Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3778ON** Kurs  
Takayo Ishizawa  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
19.10-20.40 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Japanisch B1.4 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Marugoto. Intermediate B1, ab Lektion 6, ISBN 978-3-87548-828-9, Japan Foundation/Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3778PON** Kurs  
Masakazu Sasao  
Online-Angebot  
Freitags 23.02.-28.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

## Japanisch B1.5

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Japanisch im Sauschritt 2B. Obere Mittelstufe, ab Lektion 19, ISBN 978-4-902456-01-1, Doitsu Center;  
im Anschluss: Genki 2. Third Edition, ISBN 978-3-8359-4047-5, VVB Lauferweiler

**Büchen** ■ **3778Q** Kurs  
Vanessa von Heuduck  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.55  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
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 23.02.-28.06.24,  
15.15-16.45 Uhr, 15 Nachmittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

## Koreanisch

### Standardkurse A1-B1

#### Schnupperkurs Koreanisch - Onlinekurs im März (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 wich-

tige Ausspracheregeln. Danach sind Sie im Koreanischen kein\*e Analphabet\*in mehr!

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3781PON** Kurs  
Young-Jin Kim  
Online-Angebot  
Mittwochs, 06.03. und 13.03.24,  
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 -

##### Onlinekurs in der Mittagspause

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 vor dem Kurs anschaffen): Vitamin Korean 1 (A1), ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-528651-1, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3782ON** Kurs  
Seong-Won Moon  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
12.00-13.30 Uhr, 15 Vormittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Koreanisch für Anfänger\*innen A1.1

**Büchen** ■ **3782P** Kurs  
Gi Weol Cho  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Montags 19.02.-17.06.24,  
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Koreanisch A1.2

Für Teilnehmer\*innen, die das koreanische Alphabet kennen und Wörter im Satz lesen können.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Vitamin

Korean 1 (A1), ab Lektion 3-2, ISBN 978-3-12-528651-1, Klett

**Büchen** ■ **3783** Kurs  
Gi Weol Cho  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Montags 19.02.-17.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3784** Kurs  
Gi Weol Cho  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Montags 19.02.-17.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

#### Koreanisch A1.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Koreanisch leicht gemacht für Anfänger, ab Kapitel 3, ISBN 978-89-277-3155-9, Korean Book Service

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3785AON** Kurs  
Sooyun Oh  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-11.06.24,  
19.30-21.00 Uhr, 14 Abende  
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Koreanisch A1.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Vitamin Korean 1 (A1), ab Lektion 2-2, ISBN 978-3-12-528651-1, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3785ON** Kurs  
Seong-Won Moon  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
20.30-22.00 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Koreanisch A1.3 - Onlinekurs

Für Teilnehmer\*innen, die das koreanische Alphabet und die koreanischen Zahlen kennen.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Vitamin Korean 1 (A1), ab Lektion 4, ISBN 978-3-12-528651-1, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3786ON** Kurs  
Seong-Won Moon  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
17.30-19.00 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Koreanisch A1.3

Lehrbuch (bitte mitbringen): Vitamin Korean 1 (A1), ab Lektion 5, ISBN 978-3-12-528651-1, Klett; im Anschluss: Vitamin Korean 2 (A2), ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-528652-8, Klett

**Büchen** ■ **3787** Kurs  
Hyungki Min  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3788** Kurs  
Hyungki Min  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende



## Koreanisch A2.1 - Onlinekurs am Wochenende

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Koreanisch leicht gemacht. Mittelstufe, ab Kapitel 1, ISBN 978-89-277-3217-4, Korean Book Service

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3789ON** Kurs  
Sooyun Oh  
Online-Angebot  
Sonntags, 18.02.-16.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 12 Abende  
106,90 EUR; erm. 76,66 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Koreanisch A2.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Vitamin Korean 2 (A2), Lektionen 2-3, ISBN 978-3-12-528652-8, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3790ON** Kurs  
Seong-Won Moon  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
17.30-19.00 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Koreanisch B1.1 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Koreanisch leicht gemacht. Mittelstufe, ab Kapitel 5, ISBN 978-89-277-3217-4, Korean Book Service

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3791PON** Kurs  
Jungyeon Lee  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-03.06.24,  
17.30-19.00 Uhr, 13 Abende  
115,30 EUR; erm. 82,54 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Koreanisch B1.1 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Vitamin Korean 3 (B1), ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-528653-5, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3792ON** Kurs  
Hyunhee Lee  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Koreanisch B1.2 - Onlinekurs am Wochenende

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Koreanisch leicht gemacht. Mittelstufe, ab Kapitel 11, ISBN 978-89-277-3217-4, Korean Book Service

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3793PON** Kurs  
Sooyun Oh  
Online-Angebot  
Sonntags, 18.02.-16.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 12 Abende  
106,90 EUR; erm. 76,66 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Koreanisch B1.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Vitamin Korean 3 (B1), ab Lektion 3, ISBN 978-3-12-528653-5, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3793QON** Kurs  
Hyunhee Lee  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

## Kroatisch

### Standardkurse 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 Interessierte; 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 (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Razgovarajte s nama! A1-A2, ab Lektion 1, ISBN 978-953-169-427-87, Kroatischer Universitätsverlag

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3795ON** Kurs  
Dr. Reiner Itschert  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.00-19.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



#### Kroatisch A1.2 - Onlinekurs

In diesem Kurs lernen Sie mitzuteilen, wohin Sie gehen und zu welcher Tageszeit. Sie lernen auch die Wochentage, Uhrzeiten, Kleidung einzukaufen, Interessen zu formulieren, über Essen und Trinken und Lebensmittel zu sprechen und auszudrücken, was Sie wollen, müssen, können oder dürfen oder eben nicht und vieles mehr.

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Razgovarajte s nama! A1-A2, ab Lektion 5, ISBN 978-953-169-427-87, Kroatischer Universitätsverlag

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3796ON** Kurs  
Dr. Reiner Itschert  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Kroatisch A2.1 - Onlinekurs

Im neuen Kurs geht es weiter mit Themen aus Alltag und Berufsleben: Sie sprechen unter anderem über Ihren Werdegang und Ihren Tagesablauf und üben, sich vorzustellen, Vorschläge zu machen und Wohnungen und Hotelzimmer zu beschreiben.

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. \*\*\*

**Bücher** ■ **3797ON** Kurs  
Dr. Reiner Itschert  
Online-Angebot

Dienstags 20.02.-25.06.24,  
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

## Kurdisch

### Standardkurse A1

#### Kurdisch für Anfänger\*innen A1.1 - Onlinekurs

Rojbas, hûn bi xêr hatin! Sie würden Ihre kurdischen Nachbar\*innen gern auf Kurdisch grüßen? Sie wollen neue Freundschaften schließen, sich auf Kurdisch vorstellen, im Restaurant 'Sorbenisk' bestellen, Ihre Telefonnummer diktieren, 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, Kurdisches Institut Istanbul

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Bücher** ■ **3798ON** Kurs  
Mehmet Emin Acil  
Online-Angebot

Dienstags 20.02.-18.06.24,  
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, Kurdisches In-

stitut Istanbul

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Bücher** ■ **3799ON** Kurs  
Mehmet Emin Acil  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
18.15-19.45 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Kurdisch A1.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Hinker Kurmancî: Asta Yekemîn, ab Lektion 6, ISBN 978-975-6282-66-3, Kurdisches Institut Istanbul

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Bücher** ■ **3800ON** Kurs  
Mehmet Emin Acil  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
20.00-21.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

## Latein

### Standardkurse und Lektüre

#### Salve, ut vales? Latein als lebendige Sprache - Wochenendkurs

Latein ist tot, es lebe Latein! Und wir können es heute noch sprechen, um die Grundlagen für die Lektüre schnell und reibungslos zu erlernen. Sind Sie bereit für ein ganzes lateinsprachiges Wochenende? Wie in den modernen Fremdsprachen findet der Unterricht nämlich von der ersten Minute an ausschließlich auf Latein statt. Von Anfänger\*innen, die Europas lingua franca zum ersten Mal erleben wollen, über Latinumsbesitzer\*innen, die auf einen alternativen Zugang neugierig sind, bis hin zu Lateinlehrer\*innenn, die eine innovative Methode zur Sprachvermittlung ausprobieren möchten - es sind alle herzlich eingeladen, die stolz behaupten möchten: „Latine loquor!“

**Bücher** ■ **3801** Wochenendkurs  
Silvia Ulivi  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58  
Samstag, 20.04., 10.00-13.00 Uhr  
und 14.00-17.00 Uhr, und Sonntag,  
21.04.24, 10.00-13.00 Uhr, 2 Tage  
56,50 EUR; erm. 41,38 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Latein für Anfänger\*innen (1. Semester) - Onlinekurs

Willkommen zum gemütlichen Einstieg in ein vielseitiges Fach! Seine Zielgruppe(n): Knobelfreund\*innen (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 Ideopotential 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): Lingua Latina, ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-528780-8, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Bücher** ■ **3802ON** Kurs  
Sven Johannes  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Latein (3. Semester)

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Adeamus! Ausgabe A, ab Lektion 16, ISBN 978-3-637-01546-3, Oldenbourg

**Bücher** ■ **3803** Kurs  
Henriette Mozet  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Lateinische Lektüre: Mundus Novus - Onlinekurs

Als europäische Verkehrs- und Literatursprache fiel es dem Lateinischen zu, im 16. Jahrhundert die Eroberung Mittelamerikas zu beschreiben. Gemeinsam verschaffen wir uns durch die Lektüre ausgewählter Textzeugnisse einen Eindruck von den bunten Tendenzen dieser Zeit: Wir gehen an Bord der spanischen Flotte und treten in den Dialog mit Cortés und seinen Spaniern, aber auch der indigenen Bevölkerung. Unser Weg führt uns dabei von Europa über Kuba bis ins gewaltige Tenochtitlan; die thematische Breite reicht von Militärstrategischem

über Religion, Kultur und Geographie bis hin zur Sprachvielfalt.

Voraussetzung: circa drei Jahre Latein.

Lektüre (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Mundus Novus. Lateinische Texte zur Eroberung Amerikas, ISBN 978-3-12-656610-0, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3804ON** Kurs  
Sven Johannes  
Online-Angebot

Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Lateinische Lektüre: Si tacuisses, Cicero... - Präsenzkurs mit Onlineteilnahmemöglichkeit

Prägnanter als Cato maior kann man es kaum formulieren: Erfolg im öffentlichen Leben hat nur „ein guter Mann, der reden kann“ (vir bonus dicendi peritus). Wie weit die Macht des Wortes reicht, spiegelt sich in der Biographie des wohl größten Redners aller Zeiten, Marcus Tullius Cicero; verdankte dieser seinen Aufstieg einzig der Rhetorik, so redete er sich durch Hasstiraden gegen Antonius im Kampf für sein Ideal der 'res publica' buchstäblich um Kopf und Kragen. Diese sog. Philippica werden im Mittelpunkt des Semesters stehen; ergänzend beschäftigen wir uns mit Ciceros Reden gegen Catilina, mit denen es ihm als Konsul gelang, den von einem Teil des Senats geplanten Staatsstreich zu verhindern, ferner mit Auszügen aus Ciceros Korrespondenz als einzigartigem Zeitdokument.

Lektüre (bitte mitbringen): Cicero: Orationes Philippicae. Philippische Reden gegen M. Antonius, ISBN 978-3-15-019864-3, Reklam

\*\*\* 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 2.55

Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

## Neugriechisch

### Standardkurse A1-C1

#### Die Engel fliegen in der Ägäis: Begegnung mit Kultur und Musik der Ägäischen Inseln - Wochenendkurs

Die Inseln der griechischen Ägäis haben neben traumhaften Stränden eine sehr lange Geschichte und Kultur. Von Homer und Sappho bis heute lassen sich Dichter\*innen und Musiker\*innen vom Geist und den Engeln der ägäischen Inseln inspirieren. In diesem Kurs erkunden wir die Geschichte, Musik und Kultur der griechischen Inseln.

Für Teilnehmer\*innen ohne Vorkenntnisse.

**Büchen** ■ **3810** Wochenendkurs  
Minadora Margaritidou

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57  
Samstag, 25.05., 10.00-13.00 Uhr  
und 14.00-17.00 Uhr, und Sonntag,  
26.05.24, 10.00-13.00 Uhr, 2 Tage  
56,50 EUR; erm. 41,38 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



#### 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** ■ **3812** Kurs  
Minadora Margaritidou  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58

Montags 19.02.-17.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende



#### Neugriechisch A1.2

Lehrbücher (bitte mitbringen): Pamel A1, ab Lektion 4, ISBN 978-3-190-05404-6, und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-190-25404-0, Hueber

**Büchen** ■ **3813** Kurs  
Diego Rodrigo Fittipaldi  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.30-19.00 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 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 1.57  
Montags 19.02.-17.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3815** Kurs  
Diego Rodrigo Fittipaldi  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
19.15-20.45 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3816** Kurs  
Diego Rodrigo Fittipaldi  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende



#### Neugriechisch A2.2 - Onlinekurs

Lehrbücher (bitte vor dem Kurs anschaffen): Pamel A2, ab Lektion 3, ISBN 978-3-19-005462-6, und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-19-025462-0, Hueber

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3817ON** Kurs  
Ioannis Komposopoulos  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
18.45-20.15 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



#### Neugriechisch A2: Wiederholung und Vertiefung - Onlinekurs

In diesem Kurs wiederholen wir den Stoff der Stufe A2. Wir üben die Grammatik an neuen Beispielen, erweitern unseren Wortschatz und trainieren das Sprechen. Insgesamt versuchen wir, offene Fragen zu klären und Lücken zu schließen. Sie können auch eigene Ideen und Fragen mitbringen.



Lehrbücher (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Pame! A2, Lektionen 1-10, ISBN 978-3-19-005462-6, und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-19-025462-0, Hueber

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **38190N** Kurs  
Ioannis Kompopoulos  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

**Neugriechisch B2.2 - Onlinekurs**  
Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Epikoinoniste Ellinika 2, ab Lektion 15, ISBN 978-3-88975-074-7, Zambon, und Lektüre: Diakopes sti Santorini, ab S. 25, ISBN 978-3-19-015435-7, Hueber

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **38230N** Kurs  
Anastasia Koukogianni  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
19.15-20.45 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

**Neugriechisch C1**  
In diesem Kurs tauchen wir ein in die Welt der griechischen Medien und Literatur. Wir lesen und besprechen Artikel zu aktuellen Themen und Theaterstücke moderner Autor\*innen.

**Büchen** ■ **3825** Kurs  
Diego Rodrigo Fittipaldi  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
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. In diesem Schnupperkurs erhalten Sie eine kurze Einführung in die hebräische Sprache und lernen das hebräische Alef-Bet kennen. Nach dem Kurs

können Sie auf Hebräisch grüßen, sich verabschieden und danke sagen. Informationen zu Kultur und Landeskunde und praktische Tipps zur Vermeidung interkultureller „Fett-näpfchen“ ergänzen das Programm.

**Büchen** ■ **3830** Wochenendkurs  
Talya Lerner  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.59  
Samstag, 08.06.24, 10.00-13.00 Uhr und 14.00-17.00 Uhr, 1 Tag  
39,70 EUR; erm. 29,62 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

**Neuhebräisch A1.3 - Onlinekurs**  
Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Lehrbuch der neuhebräischen Sprache (Iwrit), ab Lektion 5, ISBN 978-3-87548-117-4, Buske

**Büchen** ■ **38320N** Kurs  
Talya Lerner  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
17.30-19.00 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

**Neuhebräisch A1.4 - Onlinekurs**  
Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Lehrbuch der neuhebräischen Sprache (Iwrit), ab Lektion 9, ISBN 978-3-87548-117-4, Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **38330N** Kurs  
Talya Lerner  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

**Neuhebräisch A2.1 - Onlinekurs**  
Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Lehrbuch der neuhebräischen Sprache (Iwrit), ab Lektion 23, ISBN 978-3-87548-117-4, Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **38340N** Kurs  
Talya Lerner  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

**Neuhebräisch A2.5 - Onlinekurs**  
Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Lehrbuch der neuhebräischen Sprache (Iwrit), ab Lektion 35, ISBN 978-3-87548-117-4, Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **38350N** Kurs  
Talya Lerner  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
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** ■ **3840A** Bildungsurlaub  
Lidy Nathrath-Weijers  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
Montag, 29.01., bis Freitag,  
02.02.24, 9.00-12.00 Uhr und  
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
206,10 EUR; erm. 146,10 EUR  
6 - 9 Teilnehmende

**Büchen** ■ **3840B** Bildungsurlaub  
Nanda Pieteron  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
Montag, 26.02., bis Freitag,  
01.03.2024, 9.00-12.00 Uhr und  
13.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
206,10 EUR; erm. 146,10 EUR  
6 - 9 Teilnehmende

#### Niederländisch A1.2 - Bildungsurlaub

We gaan verder! Weiter geht's in diesem Bildungsurlaub für Teilnehmer\*innen, die schon ein wenig Nie-

derländisch sprechen und die ersten grammatischen Inhalte gelernt haben (u.a. das Präsens, Aussprache von langen und kurzen Lauten), zum Beispiel in einem Bildungsurlaub oder Anfänger\*innenkurs an der VHS.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Wat leuk! aktuell A1, ab Lektion 4, ISBN 978-3-19-105460-1, Hueber

- Büchen** ■ **3841** Bildungsurlaub  
Nanda Pieteron  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
Montag, 11.03., bis Freitag,  
15.03.2024, 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** Wochenendkurs  
Denise Brockmann  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57  
Fr, 08.03., 17.00-20.00 Uhr, Sa,  
09.03., 10.00-13.00 Uhr und  
14.00-17.00 Uhr, und So, 10.03.24,  
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage  
57,30 EUR; erm. 41,94 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

### Niederländisch für die Reise (9 Vormittage)

In diesem kommunikativen Kurs 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 zu verständigen. Die Grammatik ist diesel-

be wie in einem „normalen“ Kurs für Anfänger\*innen auf der Stufe A1.1, thematisch geht es aber stärker um Situationen im Urlaub: in der Bäckerei Brot kaufen, einen Kaffee bestellen, ein Hotel buchen, nach dem Weg fragen. Ziel ist es, im Unterricht von Anfang an so viel Niederländisch wie möglich zu sprechen. Wir wünschen „fijne vakantie“!

Für Teilnehmer\*innen ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Leve de vakantie! Neu, ISBN 978-3-19-037243-0, Hueber

- Büchen** ■ **3844** Kurs  
Nanda Pieteron  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60  
Dienstags 09.04.-11.06.24,  
11.30-13.00 Uhr, 9 Vormittage  
81,70 EUR; erm. 59,02 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

### Niederländisch A1.2 (9 Vormittage)

Lehrbuch (bitte mitbringen): Wat leuk! aktuell A1, ab Lektion 3, ISBN 978-3-19-105460-1, Hueber

- Büchen** ■ **3847** Kurs  
Nanda Pieteron  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60  
Dienstags 09.04.-11.06.24,  
9.45-11.15 Uhr, 9 Vormittage  
81,70 EUR; erm. 59,02 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  
Denise Brockmann  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-25.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 14 Abende  
95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

### Niederländisch A1.3

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Wat leuk! aktuell A1, ab Lektion 7, ISBN 978-3-19-105460-1, Hueber

- Büchen** ■ **3850** Kurs  
Nanda Pieteron  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58  
Dienstags 09.04.-11.06.24,  
15.50-17.20 Uhr, 9 Nachmittage  
63,70 EUR; erm. 46,42 EUR  
9 - 16 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 20.02.-25.06.24,  
20.15-21.45 Uhr, 14 Abende  
95,70 EUR; erm. 68,82 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

### Niederländisch A2.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Wat leuk! aktuell A2, ab Lektion 4, ISBN 978-3-19-105461-8, Hueber

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

- Büchen** ■ **3852ON** Kurs  
Lidy Nathrath-Weijers  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-24.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 12 Teilnehmende

### Nederlands 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  
Denise Brockmann  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

### Nederlands B1.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Wat leuk! B1, ab Lektion 5, ISBN 978-3-19-005472-5, Hueber

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

- Büchen** ■ **3858ON** Kurs  
Denise Brockmann  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

### Nederlands B1.2

Lehrbuch (bitte mitbringen): Wat leuk! B1, ab Lektion 5, ISBN 978-3-19-005472-5, Hueber

**Büchen** ■ **3859** Kurs  
Denise Brockmann  
Beethovengymnasium,  
Adenauerallee 51-53, Raum A007  
Dienstags 20.02.-25.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 14 Abende  
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

## Nederlands 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** ■ **3860ON** Kurs  
Jacomijn Brinkman  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
19.45-21.15 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 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** ■ **3861** Kurs  
Olga Haas Leenders  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 08  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
19.30-21.00 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

## Nederlandse conversatie en leeskring B1/B2 (jeden 1. Samstag im Monat)

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** ■ **3863** Kurs  
Denise Brockmann  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57  
Samstags, 02.03.-01.06.24,  
10.30-12.45 Uhr, 4 Vormittage  
(02.03., 06.04., 04.05. und 01.06.)  
56,50 EUR; erm. 41,38 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

## Nederlands B2.2 - Onlinekurs

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.  
\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3865ON** Kurs  
Jacomijn Brinkman  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.00-19.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

## Nederlands B2.3

Lehrbuch (bitte mitbringen): Nederlands op niveau (B1-B2) Neu, vanaf Hoofdstuk 3, ISBN 978-3-12-528898-0, Coutinho/Klett

**Büchen** ■ **3866** Kurs  
Nanda Pieteron  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58  
Dienstags 09.04.-11.06.24,  
17.30-19.00 Uhr, 9 Abende  
81,70 EUR; erm. 59,02 EUR  
5 - 10 Teilnehmende

## Nederlands B2.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Nederlands op niveau (B1-B2) Neu, vanaf Hoofdstuk 4, ISBN 978-3-12-528898-0, Coutinho/Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3867ON** Kurs  
Lidy Nathrath-Weijers  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-26.06.24,  
18.45-20.15 Uhr, 14 Abende  
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

## Nederlands B2.5 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Nederlands op niveau (B1-B2) Neu, vanaf Hoofdstuk 6, ISBN 978-3-12-528898-0, Coutinho/Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

Anzeige

**Unterricht in allen nordischen Sprachen:**  
Dänisch, Estnisch, Finnisch,  
Isländisch, Lettisch, Litauisch,  
Niederländisch, Norwegisch,  
Schwedisch  
**online und in Präsenz**  
0221/30164984  
[www.nordika-koeln.de](http://www.nordika-koeln.de)

**Büchen** ■ **3868ON** Kurs  
Lidy Nathrath-Weijers  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-26.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 14 Abende  
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Nederlandse conversatie B2 - Onlinekurs

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.

Ben je niet helemaal zeker of dit de juiste cursus en het passende niveau voor je is: je kunt een kort gesprek hebben met de docente. Stuur hiervoor een mailtje naar Fachbereich Fremdsprachen, [bettina.kroell@bonn.de](mailto:bettina.kroell@bonn.de). Zij zal je in contact brengen met de docente.

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3869ON** Kurs  
Petrie van Gent  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
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 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 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. Velkommen til Norge!

Lehrbuch (bitte mitbringen): Norsk for deg neu A1-A2, ab Lektion 1, ISBN 978-3-12-528925-3, und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-528926-0, Klett

**Büchen** ■ **3872** Kurs  
Jone Malmin  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.59  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
18.10-19.40 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



#### Norwegisch A1.2

Lehrbuch (bitte mitbringen): Et år i Norge, ab Lektion 6, ISBN 978-3-944312-29-3, Hempen

**Büchen** ■ **3873** Kurs  
Jone Malmin  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



#### Norwegisch A1.3

Lehrbuch (bitte mitbringen): Et år i Norge, ab Lektion 13, ISBN 978-3-944312-29-3, Hempen

**Büchen** ■ **3874** Kurs  
Jone Malmin  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.59  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
19.45-21.15 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



#### Norwegisch A2.1

Lehrbuch (bitte mitbringen): Et år i Norge, ab Lektion 19, ISBN 978-3-944312-29-3, Hempen

**Büchen** ■ **3875** Kurs  
Jone Malmin  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



#### Norwegisch A2.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Nils. Norwegisch lernen mit einer spannenden Geschichte A1/A2, ab Kapitel 19, ISBN 978-3-945174-01-2, Skapago

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3876ON** Kurs  
Jone Malmin  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
16.30-18.00 Uhr, 15 Nachmittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



#### Norsk B1 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Mysteriet om Nils 2 (B1-B2), fra kapittel 1, ISBN 978-3-945174-03-6, Skapago

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3877ON** Kurs  
Jone Malmin  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
18.15-19.45 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** ■ **3878** Kurs  
Jone Malmin  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
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 einwöchigen 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., durchges. Aufl. 2018), ab Lektion 1, ISBN 978-3-87548-884-5, Buske

**Büchen** ■ **3878** Bildungsurlaub  
Dr. Faranak Bayat  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
Montag, 12.08., bis Freitag,  
16.08.24, 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

### Persisch für Anfänger\*innen A1.1 - Onlinekurs am Vormittag

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 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** ■ **387900N** Kurs  
Fateme Khaleghy  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
11.15-12.45 Uhr, 15 Vormittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

**Persisch für Anfänger\*innen A1.1**  
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

**Büchen** ■ **3880** Kurs  
Mina Behrouzi  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

### Persisch A1.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): 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. \*\*\*

führt. \*\*\*  
**Büchen** ■ **38810N** Kurs  
Fateme Khaleghy  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
19.30-21.00 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

### Persisch A1.3 - Onlinekurs

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** ■ **38820N** Kurs  
Dr. Faranak Bayat  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

### Persisch A1.3 - Onlinekurs am Vormittag

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Lehrbuch der persischen Sprache 1 (3., durchges. Aufl. 2018), ab Lektion 12, ISBN 978-3-87548-884-5, Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **38830N** Kurs  
Fateme Khaleghy  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
11.30-13.00 Uhr, 15 Vormittage  
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., durchges. Aufl. 2018), ab Lektion 16, ISBN 978-3-87548-884-5, Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **38840N** Kurs  
Fateme Khaleghy  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
19.30-21.00 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., durchges. Aufl. 2018), ab Lektion 13, ISBN 978-3-87548-884-5, Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3884PON** Kurs  
Dr. Faranak Bayat  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 14 Teilnehmende

### Persisch A2.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Lehrbuch der persischen Sprache 1 (3., durchgesehene Auflage 2018), ab Lektion 17, ISBN 978-3-87548-884-5, Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **38850N** Kurs  
Dr. Faranak Bayat  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
20.15-21.45 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 Ihr Persisch praktisch anwenden und mehr Sicherheit für private und berufliche Gespräche gewinnen. Sie können auch eigene Ideen und Fragen mitbringen. Biyaid ba ham farsi harf besan-im!

Voraussetzung: Persisch auf der Stufe B1 oder besser.

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Lehrbuch der persischen Sprache 2, ISBN 978-3-87548-873-9, Buske

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **38860N** Kurs  
Dr. Faranak Bayat  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

## Polnisch

### Standardkurse und Konversation A1-B2

#### Einstieg Polski - Online-Crashkurs im Sommer (3 Abende)

Wollen Sie die Schwiegermutter beeindrucken, Kund\*innen überzeugen, Getränke bestellen, dem Arzt sagen, wo es weh tut? Hier sind Sie richtig! In unserem kurzen Crashkurs im Juli erhalten Sie eine kurze und abwechslungsreiche Einführung in die polnische Sprache. Sie können auch eigene Ideen und Fragen mitbringen. Polnisch lernen lohnt sich!

\*\*\* Der Kurs wird mit Skype durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3887PON** Kurs  
Andrzej Grodzki  
Online-Angebot  
Montags, 01.07., 08.07. und 15.07.24, 18.00-19.30 Uhr und 19.45-21.15 Uhr, 3 Abende  
56,50 EUR; erm. 41,38 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 schwierige Buchstabenkombinationen. Sie führen aber auch schon kurze Gespräche und lernen zum Beispiel, etwas im Café zu bestellen und in einer Stadt nach dem Weg zu fragen. 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 19.02.-17.06.24, 17.00-18.30 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 19.02.-17.06.24, 18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Polnisch A1.2

Lehrbücher (bitte mitbringen): Razem neu A1-A2, ab Lektion 5, 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 2.55  
Dienstags 20.02.-18.06.24, 17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 15 Teilnehmende

#### Polnisch A1.3 - Onlinekurs

Lehrbücher (bitte vor dem Kurs anschaffen): Razem neu A1-A2, ab Lektion 9, 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 19.02.-17.06.24, 20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Polnisch A2.2

Lehrbücher (bitte mitbringen): Razem neu A1-A2, ab Lektion 15, 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 3.55  
Montags 19.02.-17.06.24, 17.30-19.00 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Polnisch A2: Wiederholung und Vertiefung

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.

Das Material wird von der Kursleiterin zur Verfügung gestellt.

**Büchen** ■ **3893** Kurs  
Alicja Kostrzewska  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
Dienstags 20.02.-18.06.24, 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 (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Polski krok po kroku 1 (A1-A2), ab Lektion 23, ISBN 978-3-12-528953-6, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3894ON** Kurs  
Milena Butt-Pośnik  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-27.06.24, 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.

Kursbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Badz na B1, ISBN 978-83-242-3438-7, Universitas

**Büchen** ■ **3895** Kurs  
Alicja Kostrzewa  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
Montags 19.02.-17.06.24,  
19.15-20.45 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Polski B2:

### Kurs konwersacyjny - Onlinekurs

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.

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 Kostrzewa  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

## Quechua

### Standardkurse A1

#### Quechua A1.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Rimaykullayki, ab Lektion 4, ISBN 3-496-02734-7, Reimer

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3898ON** Kurs  
Ruddy Acurio Cruz  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



#### Quechua A1.4 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Rimaykullayki, ab Lektion 8, ISBN 3-496-02734-7, Reimer

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

führt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3899ON** Kurs  
Ruddy Acurio Cruz  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 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 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 üben Sie von Anfang an, einfache Gespräche zu führen, zum Beispiel wie man grüßt und sich vorstellt, nach dem Befinden fragt und von Familie und Beruf erzählt. Außerdem lernen Sie nützliche Wörter und Wendungen für die Reise und erhalten eine Einführung in die kyrillische (Druck-)Schrift.

Lehrbuch (bitte mitbringen): Otlitschno! aktuell A1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-204477-9, Hueber

**Büchen** ■ **3900** Bildungsurlaub  
Elena Rubina  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51  
Montag, 22.01., bis Freitag,  
26.01.24, 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

In diesem Intensivkurs üben wir einfache Gespräche, zum Beispiel über Herkunft und Wohnort, das Befinden, Freund\*innen und Familie und Bestellungen im Café. Dabei erweitern Sie Ihren Wortschatz und lernen neue grammatischen Strukturen. Sie können auch eigene Ideen und Fragen mitbringen.

Voraussetzung: ein VHS-Semester oder ein Bildungsurlaub (circa 30 Unterrichtsstunden).

Lehrbuch (bitte mitbringen): Otlitschno! aktuell A1, ab Lektion 3, ISBN 978-3-19-204477-9, Hueber

**Büchen** ■ **3900B** Bildungsurlaub  
Ludmila Ramires  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60  
Montag, 26.08., bis Freitag,  
30.08.24, 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

#### Russisch für Anfänger\*innen A1.1 - Onlinekurs

In diesem Kurs üben Sie von Anfang an, einfache Gespräche zu führen, zum Beispiel wie man grüßt und sich vorstellt, nach dem Befinden fragt und von Familie und Beruf erzählt. Dabei lernen Sie zunächst die kyrillischen Schriftzeichen und ihre Aussprache und bauen dann langsam Wortschatz und Grammatik auf.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Otlitschno! aktuell A1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-204477-9, Hueber

\*\*\* Der Kurs wird mit Webex durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3902ON** Kurs  
Ludmila Piters-Hofmann  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-24.06.24,  
16.15-17.45 Uhr, 15 Nachmittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



#### Russisch für Anfänger\*innen A1.1

Lehrbuch (bitte mitbringen): Otlitschno! aktuell A1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-204477-9, Hueber

**Büchen** ■ **3903** Kurs  
Sofia Beletskaya  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende



#### Russisch A1.2 - Onlinekurs

Im neuen Semester lernen Sie, auf Russisch Essen zu bestellen, und wir sprechen über Hobbys und Berufe. Dabei erweitern 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 Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3905ON** Kurs  
Ludmila Ramires  
Online-Angebot

Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Russisch A1.2

Lehrbuch (bitte mitbringen): Otlitschno! aktuell A1, ab Lektion 3, ISBN 978-3-19-204477-9, Hueber

**Büchen** ■ **3906** Kurs  
Sofia Beletskaya  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.57  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Russisch A1.3 - Onlinekurs

Im neuen Semester geht es um Hobbys und Berufe und wir sprechen übers Einkaufen. Dabei erweitern Sie Ihren Wortschatz und erarbeiten neue Grammatik.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Otlitschno! aktuell A1, ab Mitte Lektion 4, ISBN 978-3-19-204477-9, Hueber

\*\*\* Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3908ON** Kurs  
Ludmila Piters-Hofmann  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Russisch A1.4 - Onlinekurs

Im neuen Semester geht es um Hotels und Wohnungen, Wünsche und Ideen. Dabei erweitern Sie Ihren Wortschatz und erarbeiten neue Grammatik.

Lehrbuch (bitte nicht vor Kursbeginn anschaffen): Otlitschno! aktuell A1, ab Lektion 7, ISBN 978-3-19-204477-9, Hueber; im Anschluss: Otlitschno! aktuell A2, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-204478-6, Hueber

\*\*\* Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3910ON** Kurs  
Ludmila Piters-Hofmann  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-24.06.24,  
18.00-19.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Russisch A1/A2: Leichte Konversation für den Alltag - Onlinekurs

Wenn Sie gerade Russisch lernen oder früher einmal gelernt haben, dann können Sie Ihre Sprachkenntnisse in diesem Kurs praktisch ausprobieren. Wir üben Gespräche für typische Situationen im Alltag und auf Reisen: grüßen, sich vorstellen, Einkäufe erledigen, Freizeitaktivitäten planen, etwas im Restaurant bestellen, aber auch Gespräche mit der Familie der Partnerin oder des Partners usw. Sie können gern eigene Ideen und Fragen mitbringen. Der Spaß am Sprechen steht im Vordergrund.

Voraussetzung: Russisch auf der Stufe A1 oder besser.

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Praxis-Sprachführer Russisch, ISBN 978-3-12-518024-6, Pons

\*\*\* Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3911ON** Kurs  
Ludmila Piters-Hofmann  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.00-19.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Russisch A2.1

Im neuen Semester geht es um Gäste, den Tagesablauf, Situationen im Hotel und Wegbeschreibungen. Grammatische Schwerpunkte sind der Aspekt der Verben, Ordnungszahlen und Relativpronomen.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Otlitschno! aktuell A2, ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-204478-6, Hueber

**Büchen** ■ **3914** Kurs  
Valida Aghayeva  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Russisch A2.2 - Onlinekurs

Im neuen Semester sprechen wir über Wohnungen und Urlaubspläne und beschreiben, wie Personen aussehen. Grammatische Schwerpunkte sind 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. \*\*\*

**Büchen** ■ **3915ON** Kurs  
Ludmila Ramires  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
18.40-20.10 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 Mitte Lektion 2, ISBN 978-3-19-204478-6, Hueber

\*\*\* Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3916ON** Kurs  
Ludmila Piters-Hofmann  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
19.45-21.15 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Russisch A2.3

Im neuen Semester beschreiben wir, wie Personen aussehen, und sprechen über Urlaub und lebenslanges Lernen. Grammatische Schwerpunkte sind etwas verbieten, Verben der Fortbewegung, Präpositionen und Datumsangaben.

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Otlitschno! aktuell A2, ab Lektion 4, ISBN 978-3-19-204478-6, Hueber

**Büchen** ■ **3917** Kurs  
Valida Aghayeva  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.55  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Russisch A2.4 - Onlinekurs

Im neuen Semester geht es um Urlaub und Ausflüge, das Wetter und lebenslanges Lernen. Grammatische Schwerpunkte sind eine neue Deklinationsform, Konjunktiv und Konditionalsätze.



Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Otlitschno! aktuell A2, ab Lektion 6, ISBN 978-3-19-204478-6, Hueber

\*\*\* Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. \*\*\*

Büchen

■ **3918ON** Kurs  
Ludmila Piters-Hofmann  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-25.06.24,  
16.45-18.15 Uhr, 15 Nachmittage  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Russisch A2.4 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Otlitschno! aktuell A2, ab Lektion 7, ISBN 978-3-19-204478-6, Hueber

\*\*\* Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. \*\*\*

Büchen

■ **3919ON** Kurs  
Ludmila Piters-Hofmann  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-25.06.24,  
18.45-20.15 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Russisch B1.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Otlitschno! B1, ab Mitte Lektion 2, ISBN 978-3-19-004479-5, Hueber

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

Büchen

■ **3923ON** Kurs  
Maria Munits  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
19.30-21.00 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 Mitte Lektion 3, ISBN 978-3-19-004479-5, Hueber

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

Büchen

■ **3925ON** Kurs  
Maria Munits  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Russisch B1.5 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte vor dem Kurs anschaffen): Otlitschno! B1, ab Lektion

6, ISBN 978-3-19-004479-5, Hueber

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

Büchen

■ **3927ON** Kurs  
Maria Munits  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
17.15-18.45 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 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

Büchen

■ **3928** Kurs  
Elena Rubina  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
Dienstags 27.02.-25.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

Büchen

■ **3934ON** Kurs  
Mark Jungbluth  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
17.00-18.30 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! Wir sprechen über verschieden Themen aus dem Alltag und üben Gespräche beim Einkaufen und unterwegs. Dabei erweitern wir unseren Wortschatz und lernen neue Grammatik. Välkomna till kursen och vi ses!

Lehrbücher (bitte vor dem Kurs anschaffen): Rivstart A1+A2 neu. Textbok, ab Kapitel 5, ISBN 978-3-12-527991-9, und Övningsbok, ISBN 978-3-12-527992-6, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

Büchen

■ **3931ON** Kurs  
Mark Jungbluth  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.30-20.00 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



#### Schwedisch A2.2 - Onlinekurs

Tjena! Välkommen till en kurs fylld med roliga och spännande teman!

Vill du lära dig mer om det svenska utbildningssystemet och fikapauser, prata om olika jobb, framtiden och ditt drömhus i Sverige samt hur det är att gå till doktorn? Då är kursen det rätta valet för dig! Jag ser fram emot att träffa er alla! Vi ses!

Var vänlig ta med kursboken (var noga med rätt ISBN-nummer!): Rivstart A1+A2 neu. Textbok, från Kapitel 15/16, ISBN 978-3-12-527991-9, samt Övningsbok, ISBN 978-3-12-527992-6, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

Büchen

■ **3933ON** Kurs  
Victoria Terlutter  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Svenska B1.1 - 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 noga med rätt ISBN-nummer!): Rivstart B1+B2 neu Textbok, från Kapitel 1, ISBN 978-3-12-527994-0, samt Övningsbok B1+B2 neu, ISBN 978-3-12-527995-7, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

Büchen

■ **3935ON** Kurs  
Mark Jungbluth  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



#### Svenska B1.3 - Onlinekurs

Tjena! Välkommen till en kurs fylld med roliga och spännande teman! Vad vi ska göra i kursen? Jo, till exempel lär vi oss mer om Sveriges regering och deras liv, olika språk man pratar i Norden, vi pratar om sanningar och lögner samt temat "resor" och mycket mer. Du vill vara med? Perfekt, då ses vi snart!

Var vänlig ta med kursboken (var no-

ga med rätt ISBN-nummer!): Rivstart B1+B2 neu. Textbok, från Kapitel 7/8, ISBN 978-3-12-527994-0, samt Övningsbok, ISBN 978-3-12-527995-7, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3936ON** Kurs

Victoria Terlutter  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Svenska B1.3 - Onlinekurs

Var vänlig ta med kursboken (var noga med rätt ISBN-nummer!): Rivstart B1+B2 neu. Textbok, från Kapitel 6, ISBN 978-3-12-527994-0, Klett, samt Övningsbok, ISBN 978-3-12-527995-7, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3937ON** Kurs

Dr. Helmut Hunte mann  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Svenska B2.3 - Onlinekurs

Var vänlig ta med kursboken (var noga med rätt ISBN-nummer!): Rivstart B1+B2 neu. Textbok, från Kapitel 12, ISBN 978-3-12-527994-0, Klett, samt Övningsbok, ISBN 978-3-12-527995-7, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Webex Meetings durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3938ON** Kurs

Dr. Helmut Hunte mann  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



### Svenska B2/C1 konversationskurs - Onlinekurs

Vill du förbättra din svenska? Eller vill du helt enkelt 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. Gamla som nya deltagare är hjärtligt välkomna!

Förkunskaper: Svenska på nivå B2.

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen**

■ **3939ON** Kurs  
Marie-Louise Jarlishammar  
Online-Angebot  
Mittwochs 14.02.-12.06.24,  
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 in diesem Kurs. 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, 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 08.04.-24.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 11 Abende  
98,50 EUR; erm. 70,78 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



#### Swahili A1.2

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Habari Gani! Kiswahili, 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 08.04.-24.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 11 Abende  
98,50 EUR; erm. 70,78 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

## Thailändisch

### Standardkurse A1

#### Thailändisch A1/A2: Leichte Konversation für den Alltag

In diesem Kurs können Sie Ihre Sprachkenntnisse praktisch ausprobieren und erweitern. Wir üben Gespräche für typische Situationen im Alltag und auf Reisen: grüßen, sich vorstellen, Einkäufe erledigen, etwas kochen oder im Restaurant bestellen etc. und erweitern dabei unseren Wortschatz. Außerdem schauen wir uns kurze Videos und Texte in den sozialen Medien an und trainieren das Hörverstehen und das Schreiben. Ideen und Fragen der Teilnehmer\*innen sind herzlich willkommen, und der Spaß am Sprechen steht im Vordergrund.

Voraussetzung: Thai auf der Stufe A1 oder besser, zum Beispiel durch Abschluss des Kursbuchs „Konversation für Thailand-Reisende“.

**Büchen**

■ **3948** Kurs  
Naphawan Böttcher  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.61  
Montags 19.02.-17.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

## Türkisch

### Standardkurse A1-B1

#### Crashkurs Türkçe A1 - Wochenendkurs

Merhaba! Wenn Sie die wichtigsten Grundregeln der türkischen Grammatik kennenlernen möchten, laden wir Sie herzlich in unseren neuen Crashkurs am Wochenende ein. Sie erhalten eine schnelle Einführung in die türkische Sprache und ihre besonderen Merkmale. Außerdem nehmen Sie einige alltagstaugliche Wörter und Wendungen mit nach Hause - oder in den nächsten Türkei-Urlaub.

>>>

**Büchen** ■ **3950** Wochenendkurs  
Alptuğ Ahmet Güney  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.58  
Fr, 08.03., 17.00-20.00 Uhr, Sa,  
09.03., und So, 10.03.24,  
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage  
56,50 EUR; erm. 41,38 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Crashkurs Türkçe A1: Übung und Konversation - Wochenendkurs

Im zweiten Teil unseres Crashkurses können Sie die Grammatik der Stufe A1 an praktischen Beispielen üben. Es geht um typische Situationen im Alltag und auf Reisen: grüßen, sich vorstellen, Einkäufe erledigen, Freizeitaktivitäten planen, etwas im Restaurant bestellen etc.

Voraussetzung: Grammatik auf der Stufe A1.

**Büchen** ■ **3951** Wochenendkurs  
Alptuğ Ahmet Güney  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.59  
Fr, 15.03., 17.00-20.00 Uhr, Sa,  
16.03., und So, 17.03.24,  
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage  
56,50 EUR; erm. 41,38 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## 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** ■ **3952** Kurs  
Alptuğ Ahmet Güney  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.61  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende



## Türkisch A1.3 - Onlinekurs

Lehrbücher (bitte vor dem Kurs anschaffen): Kolay gelsin! neu A1-A2, ab Lektion 7, ISBN 978-3-12-528661-0, und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-528662-7, Klett

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

**Büchen** ■ **3954ON** Kurs  
Tevfik Turan  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
19.00-20.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## 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** ■ **3956** Kurs  
Gültekin Özdemir  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
102,10 EUR; erm. 73,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende



## Crashkurs Türkçe A2 - Wochenendkurs

In unserem neuen Crashkurs werden die wichtigsten Grammatikthemen der Stufe A2 eingeführt. Sie lernen, einfache Alltagsgespräche zu führen, Ihre Nachbarschaft zu beschreiben und kurze Briefe oder Mails zu schreiben.

Voraussetzung: Türkisch auf der Stufe A1 oder besser.

**Büchen** ■ **3958** Wochenendkurs  
Alptuğ Ahmet Güney  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.59  
Fr, 19.04., 17.00-20.00 Uhr, Sa,  
20.04., und So, 21.04.24,  
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage  
56,50 EUR; erm. 41,38 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Crashkurs Türkçe A2: Übung und Konversation - Wochenendkurs

Im zweiten Teil unseres Crashkurses können Sie die Grammatik der Stufe A2 an praktischen Beispielen üben: von Ihrem Lieblingsbuch erzählen, über Ihren Arbeitsalltag oder Zukunftspläne sprechen etc. Sie können auch eigene Ideen mitbringen.

Voraussetzung: Grammatik auf der Stufe A2.

**Büchen** ■ **3959** Wochenendkurs  
Alptuğ Ahmet Güney  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.59  
Fr, 03.05., 17.00-20.00 Uhr, Sa,  
04.05., und So, 05.05.24,  
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage  
56,50 EUR; erm. 41,38 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Türkisch A2.1

Lehrbücher (bitte mitbringen): Kolay gelsin! neu A1-A2, ab Lektion 10, ISBN 978-3-12-528661-0, und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-528662-7, Klett

**Büchen** ■ **3960** Kurs  
Gültekin Özdemir  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Türkisch A2.2

Lehrbücher (bitte mitbringen): Kolay gelsin! neu A1-A2, ab Lektion 12, ISBN 978-3-12-528661-0, und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-528662-7, Klett

**Büchen** ■ **3961** Kurs  
Gültekin Özdemir  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Crashkurs Türkçe B1 - Wochenendkurs

In unserem neuen Crashkurs werden die wichtigsten Grammatikthemen der Stufe B1 eingeführt, zum Beispiel verschiedene Formen von Nebensätzen, Kurzinfinitiv, die Zeiten Plusquamperfekt und Futur in der Vergangenheit sowie indirekte Rede.

Voraussetzung: Türkisch auf der Stufe A2 oder besser.

**Büchen** ■ **3965** Wochenendkurs  
Alptuğ Ahmet Güney  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.59  
Fr, 24.05., 17.00-20.00 Uhr, Sa,  
25.05., und So, 26.05.24,  
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage  
56,50 EUR; erm. 41,38 EUR  
5 - 8 Teilnehmende



## Crashkurs Türkçe B1: Übung und Konversation - Wochenendkurs

Im zweiten Teil unseres Crashkurses können Sie die Grammatik der Stufe B1 an praktischen Beispielen üben: über Urlaub, die Wohnung oder türkische Fernsehserien sprechen, Vor- und Nachteile einer Situation beschreiben, Wünsche und Träume formulieren oder türkische Sprichwörter zum Thema Essen und Gastfreundschaft verstehen etc. Sie können auch eigene Ideen mitbringen.

Voraussetzung: Grammatik auf der Stufe B1.

- Büchen** ■ **3966** Wochenendkurs  
Alptuğ Ahmet Güney  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.59  
Fr, 07.06., 17.00-20.00 Uhr, Sa,  
08.06., und So, 09.06.24,  
10.00-13.00 Uhr, 3 Tage  
56,50 EUR; erm. 41,38 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

## Ungarisch

### Standardkurse A1-A2

#### Ungarisch A1.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): MagyarOK A1+ (Expanded Edition 2023), ab Lektion 5, ISBN 9-786150-163413, Universität Pécs

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

- Büchen** ■ **3972ON** Kurs  
Johanna Maróthy  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-27.06.24,  
19.30-20.30 Uhr, 15 Abende  
90,10 EUR; erm. 64,90 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Ungarisch A1.4 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): MagyarOK A1+, ab Lektion 6/7, ISBN 978-963-7178-68-9, Universität Pécs

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

- Büchen** ■ **3973ON** Kurs  
Anikó Rapp  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Ungarisch A2.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): MagyarOK A2+, ab Lektion 2, ISBN 978-963-642-681-1, Universität Pécs

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

- Büchen** ■ **3974ON** Kurs  
Anikó Rapp  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-17.06.24,  
18.40-20.10 Uhr, 15 Abende  
132,10 EUR; erm. 94,30 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Ungarisch A2.5 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): MagyarOK A2+, ab Lektion 6, ISBN 978-963-642-681-1, Universität Pécs

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

- Büchen** ■ **3975ON** Kurs  
Johanna Maróthy  
Online-Angebot  
Dienstags 20.02.-18.06.24,  
19.00-20.00 Uhr, 15 Abende  
90,10 EUR; erm. 64,90 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

## Vietnamesisch

### Standardkurse A1-B1

#### Vietnamesisch A1.2 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Elementary Vietnamese Pre-Elementary, ab Lektion 4, Institute of Language Development

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

- Büchen** ■ **3977PON** Kurs  
Lan Anh Ha  
Online-Angebot  
Samstags 09.03.-22.06.24,  
10.00-11.30 Uhr, 14 Vormittage  
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Vietnamesisch A1.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Elementary Vietnamese Pre-Elementary, ab Lektion 6, Institute of Language Development

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

- Büchen** ■ **3978ON** Kurs  
Lan Anh Ha  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-12.06.24,  
18.30-20.00 Uhr, 14 Abende  
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Vietnamesisch A2.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Elementary Vietnamese Upper Elementary 2, ab Lektion 8, ISBN 978-604-62-7604-3, Institute of Language Development

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

- Büchen** ■ **3978PON** Kurs  
Lan Anh Ha  
Online-Angebot  
Montags 19.02.-10.06.24,  
18.30-20.00 Uhr, 14 Abende  
123,70 EUR; erm. 88,42 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

#### Vietnamesisch B1.3 - Onlinekurs

Lehrbuch (bitte nicht vor dem ersten Kurstag kaufen): Que Viet. Stufe B, Buch 1, ab Lektion 8, Buchnummer 81877H5, Nha xuất bản giao duc Viet Nam (Verlag)

\*\*\* Der Kurs wird mit Zoom durchgeführt. \*\*\*

- Büchen** ■ **3979ON** Kurs  
Lan Anh Ha  
Online-Angebot  
Donnerstags 07.03.-27.06.24,  
18.30-20.00 Uhr, 13 Abende  
115,30 EUR; erm. 82,54 EUR  
5 - 8 Teilnehmende

# 4 Deutsch und Integration

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

Andrea Witt  
Fachbereichsleitung  
Standardkurse  
Fon 0228 77 5151  
Andrea.Witt@bonn.de

N.N.  
Fachbereichsleitung  
Integration in den Arbeitsmarkt  
Fon 0228 77 5646

Claudia Rodemann  
Fachbereichsleitung  
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, 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](http://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](http://www.sprachtest.de) finden Sie einen interaktiven Test mit Online-Auswertung.

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](http://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 19.02.2024 bis 23.02.2024, 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](http://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.einbuerbung.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, 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.vhs-lernportal.de>

Einstufungstest, placement tests:

<http://www.sprachtest.de>

Folgenden Prüfungen können Sie an der VHS Bonn ablegen:

- Start Deutsch A1
- Zertifikat Deutsch B1
- Goethe-Zertifikat C1
- Weitere Prüfungen auf Anfrage

Kompetente Sprachverwendung	<b>C2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kann praktisch alles, was er / sie liest oder hört, mühelos verstehen.</li> <li>• Kann Informationen aus schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenfassen und dabei Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wiedergeben.</li> <li>• Kann sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken und auch bei komplexeren Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen.</li> <li>• Kann anspruchsvolle Briefe sowie komplexe Berichte oder Artikel verfassen.</li> </ul>
	<b>C1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kann anspruchsvolle, längere Gespräche und Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen.</li> <li>• Kann sich spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter deutlich erkennbar nach Worten suchen zu müssen.</li> <li>• Kann die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium wirksam und flexibel gebrauchen.</li> <li>• Kann sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken.</li> </ul>
Selbständige Sprachverwendung	<b>B2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kann die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; versteht im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen.</li> <li>• Kann sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung gut möglich ist.</li> <li>• 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.</li> </ul>
	<b>B1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kann die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht.</li> <li>• Kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet.</li> <li>• Kann sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete äußern und über Erfahrungen und Ereignisse berichten sowie Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben.</li> <li>• Kann einfache, zusammenhängende Texte lesen und schreiben.</li> </ul>
Elementare Sprachverwendung	<b>A2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kann alltägliche Dialoge und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, z. B. Informationen zur Person, zur Lebenssituation, zu Einkauf, Arbeit, Familie, Nachbarschaft, Freizeit usw.</li> <li>• Kann kurze, einfache Texte lesen und verstehen.</li> <li>• Kann sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um vertraute und geläufige Themen geht.</li> <li>• Kann kurze, einfache Notizen und Mitteilungen schreiben.</li> </ul>
	<b>A1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und in Gesprächen verwenden.</li> <li>• Kann sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen und auf Fragen dieser Art Antwort geben.</li> <li>• Kann sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind, zu helfen.</li> <li>• Kann auf einfachen Formularen Name, Adresse, Nationalität u.ä. eintragen.</li> </ul>

## 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, Shops, 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.

Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

**Büchen** ■ **4311** Kurs  
Sebastian Schwarzenbarth  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57  
Montags, mittwochs und donnerstags 19.02.-17.04.2024, 09.30-12.00 Uhr (15 Min Pause), 20 Vormittage  
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

**Büchen** ■ **4312** Kurs  
Karin Müller  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58  
Dienstags, mittwochs und donnerstags 23.04.-13.06.2024, 14.00-16.30 Uhr (15 Min. Pause)  
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

**Büchen** ■ **4313** Kurs  
Simone Zell  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11  
Montags, dienstags und donnerstags, 30.04.-20.06.2024, 09.30-12.00 Uhr, 17 Vormittage  
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR  
9 - 16 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.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: studio

[21] A1, Teilband 1, ISBN 978-3-06-520530-6, Cornelsen Verlag  
Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

**Büchen** ■ **4315** Kurs  
Dr. Thomas Kaut  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47  
Montags und donnerstags, 19.02.-20.06.2024, 11.00-12.30 Uhr, 29 Vormittage.  
203,30 EUR; erm. 144,14 EUR  
9 - 16 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, Food and Drink, Shops, 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.

Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

**Büchen** ■ **4316** Kurs  
Heike Schiemann  
Beethovengymnasium, Adenauerallee 51-53, Raum A102  
Dienstags und donnerstags, 20.02.-20.06.2024, 18.40-20.10 Uhr, 29 Abende  
203,30 EUR; erm. 144,14 EUR  
9 - 16 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](http://www.sprachtest.de).

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Netzwerk neu A1.2, Kurs- und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-607155-0, Ernst Klett Sprachen.

Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

**Büchen** ■ **4322** Kurs  
Sebastian Schwarzenbarth  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57  
Montags, mittwochs und donnerstags 22.04.-13.06.2024, 09.30-12.00 Uhr (15 Min Pause), 20 Vormittage  
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

### Deutsch als Fremdsprache 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. 60 Unterrichtsstunden).

For students who have already passed level A1.1. Please check your level with [www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de).

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Netzwerk neu A1.2, Kurs- und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-607155-0, Ernst Klett Sprachen.

Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

**Büchen** ■ **4325** Kurs  
Silke Meyer-Janowsky M.A.  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57  
Dienstags und donnerstags, 20.02.-20.06.2024, 17.00-18.30 Uhr, 28 Abende  
196,50 EUR; erm. 139,38 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

### Deutsch als Fremdsprache A2.1 (3x wöchentlich)

Für Deutschlernende, 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 und A1.2.

Lehrbuch: studio [21] A2, Teilband 1, Kurs- und Übungsbuch, inkl. E-Book, ISBN 978-3-06-520587-0, Cornelsen Verlag.

Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung.

**Büchen** ■ **4331** Kurs  
Beate Görner M. A.  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 08  
Montags, dienstags und donnerstags, 08.01.-27.02.2024, 09.30-11.45 Uhr, 20 Vormittage  
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR  
9 - 16 Teilnehmende



## Deutsch als Fremdsprache A2.1 (3x wöchentlich)

Lehrbuch: studio [21] A2, Teilband 1, Kurs- und Übungsbuch, inkl. E-Book, ISBN 978-3-06-520587-0, Cornelsen Verlag.

Büchen

### ■ 4332 Kurs

Marjan Baliyeva Shahan  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.48  
Dienstags, donnerstags und freitags,  
20.02.-18.04.2024, 16.15-18.30 Uhr,  
20 Abende  
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR  
10 - 16 Teilnehmende



## Deutsch als Fremdsprache A2.1 (3x wöchentlich)

Für Deutschlernende, 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 und A1.2. Bitte mitbringen: Lehrbuch: Netzwerk neu A2.1, Kurs- und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-607162-8, Ernst Klett Sprachen.

Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

Büchen

### ■ 4333 Kurs

Karin Müller  
Mülheimer Platz 1, R. 1.59 (Mi+Fr), R. 2.50 (Do)  
Mittwochs, donnerstags und freitags,  
22.02.-19.04.2024,  
10.30-13.00 Uhr (15 Min. Pause),  
20 Vormittage  
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR  
9 - 12 Teilnehmende



## Deutsch als Fremdsprache A2.1 (2x wöchentlich)

Für Deutschlernende, 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 und A1.2.

Lehrbuch: studio [21] A2, Teilband 1, Kurs- und Übungsbuch, inkl. E-Book, ISBN 978-3-06-520587-0, Cornelsen Verlag.

Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

Büchen

### ■ 4335 Kurs

Maria Barton  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.48  
Montags und mittwochs,  
19.02.-19.06.2024, 17.00-18.30 Uhr,  
30 Abende  
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR  
9 - 16 Teilnehmende



## Deutsch als Fremdsprache A2.2 (3x wöchentlich)

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. Bitte mitbringen: Lehrbuch: studio [21] A2, Teilband 2, ISBN 978-3-06-520590-0, Cornelsen Verlag. Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

Büchen

### ■ 4341 Kurs

Beate Görner M. A.  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 08  
Montags, dienstags und  
donnerstags, 29.02.-29.04.2024,  
9.30-11.45 Uhr, 20 Vormittage  
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

Büchen

### ■ 4342 Kurs

Marjan Baliyeva Shahan  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.48  
Dienstags, donnerstags und freitags,  
23.04.-13.06.2024, 16.15-18.30 Uhr,  
20 Abende  
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR  
10 - 16 Teilnehmende



## Deutsch als Fremdsprache A2.2 (3x wöchentlich)

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. Bitte mitbringen: Lehrbuch: Netzwerk neu A2.2, Kurs- und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-607163-5, Ernst Klett Sprachen.

Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

Büchen

### ■ 4343 Kurs

Karin Müller  
Mülheimer Platz 1, Raum 1.59 (Mi+Fr), 2.50 (Do)  
Mittwochs, donnerstags und freitags,  
24.04.-13.06.2024,  
10.30-13.00 Uhr (15 Min. Pause),  
20 Vormittage  
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR  
9 - 12 Teilnehmende



## Deutsch als Fremdsprache A2.2 (2x wöchentlich)

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.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: studio [21] A2, Teilband 2, ISBN 978-3-06-520590-0, Cornelsen Verlag.

Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

Büchen

### ■ 4345 Kurs

Brigitte Bauerdick  
Beethovengymnasium, Adenauerallee 51-53, Raum A201  
Montags und mittwochs,  
19.02.-19.06.2024, 19.40-21.10 Uhr,  
30 Abende  
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR  
9 - 16 Teilnehmende



## 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.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Netzwerk neu B1.1, Kurs- und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-607170-3, Ernst Klett Sprachen.

Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

Büchen

### ■ 4351 Kurs

Sebastian Schwarzenbarth  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46  
Montags, mittwochs und  
donnerstags 19.02.-17.04.2024,  
16.00-18.30 Uhr (15 Min. Pause),  
20 Abende  
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

Zusätzliche Kursangebote finden Sie unter [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de).



## Deutsch als Fremdsprache B1.1 (3x wöchentlich)

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Netzwerk neu B1.1, Kurs- und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-607170-3, Ernst Klett Sprachen.

**Büchen** ■ **4352** Kurs  
Helgard Böckenheuer  
Am Michaelshof 2, Raum 08 (Mi+Fr),  
Raum 10 (Do)  
Mittwochs, donnerstags und freitags,  
10.04.-21.06.2024, 09.30-11.00 Uhr,  
30 Vormittage  
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR  
9 - 12 Teilnehmende

## 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 [21] B1, Teilband 1, ISBN 978-3-06-520606-8, Cornelsen Verlag.  
Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

**Büchen** ■ **4353** Kurs  
Beate Görner M. A.  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 08  
Montags, dienstags und  
donnerstags, 30.04.-20.06.2024,  
09.30-11.45 Uhr, 19 Vormittage  
199,90 EUR; erm. 141,76 EUR  
9 - 16 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 [21] B1, Teilband 1, ISBN 978-3-06-520606-8, Cornelsen Verlag.

Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

**Büchen** ■ **4355** Kurs  
Christiane Batke  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58  
Montags und mittwochs,  
19.02.-19.06.2024, 09.30-11.00 Uhr,  
30 Vormittage  
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR  
9 - 16 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 [21] B1, Teilband 1, ISBN 978-3-06-520606-8, Cornelsen Verlag.

Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

**Büchen** ■ **4356ON** Kurs  
Ulrike Wilmanns  
Online-Angebot  
Montags und mittwochs,  
19.02.-19.06.2024, 20.15-21.45 Uhr,  
30 Abende (Online-Format)  
203,30 EUR; erm. 144,14 EUR  
9 - 16 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: Netzwerk neu B1.2, Kurs- und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-607171-0, Ernst Klett Sprachen.

Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

**Büchen** ■ **4360** Kurs  
Karin Müller  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58  
Dienstags, mittwochs und  
donnerstags 15.02.-16.04.2024,  
14.00-16.30 Uhr (15 Min. Pause)  
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

**Büchen** ■ **4361** Kurs  
Sebastian Schwarzenbarth  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46  
Montags, mittwochs und  
donnerstags 22.04.-13.06.2024,  
16.00-18.30 Uhr (15 Min Pause), 20  
Abende  
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

Zusätzliche Kursangebote finden  
Sie unter [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de).

## 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 [21] B1, Teilband 2, ISBN 978-3-06-520610-5, Cornelsen Verlag.

Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

**Büchen** ■ **4365** Kurs  
Dr. Thomas Kaut  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47  
Montags und donnerstags,  
19.02.-20.06.2024, 09.00-10.30 Uhr,  
29 Vormittage.  
203,30 EUR; erm. 144,14 EUR  
9 - 16 Teilnehmende

Anzeige



## Kreuzberg Bonn – Sprachinstitut

Deutschkurse A1–C1

Prüfungszentrum TestDaF und Telc

Kekuléstraße 31 • 53115 Bonn-Poppelsdorf • 0228 217172

[www.sprachinstitut-kreuzberg-bonn.de](http://www.sprachinstitut-kreuzberg-bonn.de) • [sprachinstitut@kreuzberg-bonn.de](mailto:sprachinstitut@kreuzberg-bonn.de)

## 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: Netzwerk neu B1.2, Kurs- und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-607171-0, Ernst Klett Sprachen.

Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

### Büchen ■ 4366 Kurs

Mortesa Haydari  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46  
Dienstags und mittwochs  
20.02.-19.06.2024, 14.00-15.30 Uhr,  
30 Nachmittage  
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR  
9 - 16 Teilnehmende



## Deutsch als Fremdsprache B1+ / Brückenkurs (2x wöchentlich)

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.

### Büchen ■ 4370 Kurs

Brigitte Bauerdick  
Beethovengymnasium, Adenauerallee 51-53, Raum A201  
Montags und donnerstags,  
19.02.-20.06.2024, 18.00-19.30 Uhr,  
29 Abende  
203,30 EUR; erm. 144,14 EUR  
9 - 16 Teilnehmende



## Deutsch als Fremdsprache B1+ / Brückenkurs (2x wöchentlich)

Im Brückenkurs werden Wortschatz, Redemittel und Strukturen der Niveaustufe B1 erweitert und gefestigt. 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. Der Kurs bereitet auf die sprachlichen Anforderungen in Ausbildung und Beruf vor.

Lehr- und Arbeitsbuch: Aspekte neu B1 plus, Teil 2, ISBN 978-3-12-

-605019-7, Ernst Klett Sprachen.  
Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

### Büchen ■ 4371 Kurs

Eva Gruhn  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.46  
Dienstags und donnerstags,  
20.02.-20.06.2024, 18.40-20.10 Uhr,  
29 Abende  
203,30 EUR; erm. 144,14 EUR  
9 - 16 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.

Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

### Büchen ■ 4372 Kurs

Simone Zell  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11  
Freitags 23.02.-21.06.24,  
9.30-12.45 Uhr, 13 Vormittage  
182,90 EUR; erm. 129,86 EUR  
9 - 16 Teilnehmende



## Deutsch als Fremdsprache B2.2 (3x wöchentlich), Teil 1

Im Intensivtraining B2.2 (Teil 1) 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, ab Kapitel 1, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CD ISBN 978-3-12-605028-9, Ernst Klett Sprachen.

Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

### Büchen ■ 4381 Kurs

Simone Zell  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11  
Montags, dienstags und donnerstags, 08.01.-27.02.2024,  
09.30-12.00 Uhr, 20 Vormittage  
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR  
9 - 16 Teilnehmende



## Deutsch als Fremdsprache B2.2 (3x wöchentlich), Teil 2

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, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CD ISBN 978-3-12-605028-9, Ernst Klett Sprachen.

Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

### Büchen ■ 4382 Kurs

Simone Zell  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11  
Montags, dienstags und donnerstags, 29.02.-29.04.2024,  
09.30-12.00 Uhr, 20 Vormittage  
210,10 EUR; erm. 148,90 EUR  
9 - 16 Teilnehmende



## Deutsch als Fremdsprache B2.2 (2x wöchentlich) - Onlinekurs

Im Intensivtraining B2.2 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, Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CD, Teil 2, ISBN 978-3-12-605028-9, Ernst Klett Sprachen.

Dieser Kurs wird im Online-Format angeboten (Zoom).

Kursangebot für Selbstzahler\*innen ohne Integrationskurs-Berechtigung / -Verpflichtung

**Büchen** ■ **4385ON** Kurs  
 Dr. Ursula Jünger  
 Online-Angebot  
 Montags und donnerstags,  
 19.02.-20.06.2024, 18.40-20.10 Uhr,  
 29 Abende  
 203,30 EUR; erm. 144,14 EUR  
 9 - 10 Teilnehmende

**Büchen** ■ **4386ON** Kurs  
 Dr. Ursula Jünger  
 Online-Angebot  
 Dienstags und donnerstags,  
 20.02.-20.06.2024, 09.00-10.30 Uhr,  
 29 Vormittage  
 203,30 EUR; erm. 144,14 EUR  
 9 - 10 Teilnehmende

## Grammatik, Konversation, A2-C1

### 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.

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Schreiben in Alltag und Beruf, Intensivtrainer NEU, ISBN 978-3-12-605169-9, Ernst Klett Sprachen.

**Büchen** ■ **4401** Kurs  
 Eva Heinen  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50  
 Mittwochs 21.02.-29.05.24,  
 17.30-19.00 Uhr, 12 Abende  
 106,90 EUR; erm. 76,66 EUR  
 8 - 9 Teilnehmende

### Deutsche Grammatik B1 - Wiederholung und Festigung

Der Kurs richtet sich an Deutschlernende, die bereits Kurse der Stufen B1 besucht haben.

Wir wiederholen und vertiefen wichtige Grammatikthemen und üben sie in Sprech- und Schreibenanlässen.

**Büchen** ■ **4410** Kurs  
 Ina Watermann  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56  
 Montags 19.02.-10.06.24,  
 18.40-20.10 Uhr, 14 Abende  
 101,30 EUR; erm. 72,74 EUR  
 9 - 16 Teilnehmende

**Büchen** ■ **4411** Kurs  
 Simone Zell  
 VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11  
 Donnerstags 22.02.-20.06.24,  
 12.15-13.45 Uhr, 14 Nachmittage  
 101,30 EUR; erm. 72,74 EUR  
 9 - 14 Teilnehmende

### Deutsch als Fremdsprache B1 - Konversation

Für Deutschlernende, die gute Kenntnisse der Stufen A2 und B1 mitbringen. Abwechslungsreiche Übungen und aktuelle Themen ermöglichen Ihnen, Ihren Wortschatz zu erweitern und Ihre mündliche Ausdrucksfähigkeit zu trainieren (Niveau B1).

**Büchen** ■ **4415** Kurs  
 Simone Zell  
 VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11  
 Montags 19.02.-17.06.24,  
 12.15-13.45 Uhr, 14 Nachmittage  
 101,30 EUR; erm. 72,74 EUR  
 9 - 14 Teilnehmende

**Büchen** ■ **4416** Kurs  
 Ina Watermann  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56  
 Montags 19.02.-10.06.24,  
 20.15-21.45 Uhr, 14 Abende  
 101,30 EUR; erm. 72,74 EUR  
 9 - 14 Teilnehmende

**Büchen** ■ **4417** Kurs  
 Christiane Batke  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58  
 Freitags 23.02.-14.06.24,  
 9.30-11.00 Uhr, 15 Vormittage  
 108,10 EUR; erm. 77,50 EUR  
 9 - 14 Teilnehmende

### Deutsch als Fremdsprache B2 - Konversation

Sie lernen, spontan und fließend zu sprechen, in Diskussionen Ihren Standpunkt zu vertreten und über aktuelle Texte aus Presse und Literatur zu diskutieren. Die Themen werden gemeinsam im Kurs ausgewählt.

**Büchen** ■ **4420** Kurs  
 Simone Zell  
 VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11  
 Dienstags 20.02.-18.06.24,  
 12.15-13.45 Uhr, 14 Nachmittage  
 101,30 EUR; erm. 72,74 EUR  
 9 - 14 Teilnehmende

Zusätzliche Kursangebote finden Sie unter [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de).



### Deutsch als Fremdsprache B2 - Konversation

Sie lernen, spontan und fließend zu sprechen, in Diskussionen Ihren Standpunkt zu vertreten und über aktuelle Texte aus Presse und Literatur zu diskutieren. Die Themen werden gemeinsam im Kurs ausgewählt.

**Büchen** ■ **4421** Kurs  
 Eva Heinen  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50  
 Mittwochs 21.02.-29.05.24,  
 19.10-20.40 Uhr, 12 Abende  
 106,90 EUR; erm. 76,66 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 19.03.2024, 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 nach Terminvereinbarung!).

Das Prüfungsentgelt in Höhe von 93,00 EUR ist bei der Anmeldung direkt zu bezahlen. Bitte auch den

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](http://www.treffpunkt-sprachen.de)

Pass mitbringen.

**Büchen** ■ **4501** Prüfung  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47  
Donnerstag, 18.04.24,  
12.00-15.30 Uhr  
93,00 EUR  
10 - 12 Teilnehmende

(Bonn-Ausweis-Inhaber\*innen:  
46,50 EUR; Angaben ohne Ge-  
währ), Anmeldeschluss: 19.03.24,  
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).

**Büchen** ■ **4521ON** Kurs  
Ulrike Wilmanns  
Online-Angebot  
Montags und mittwochs,  
19.02.-17.04.2024, 18.15-19.45 Uhr,  
14 Abende (Online-Format)  
134,90 EUR; erm. 96,26 EUR  
10 - 14 Teilnehmende

**Büchen** ■ **4523ON** Kurs  
Ulrike Wilmanns  
Online-Angebot  
Montags und mittwochs,  
22.04.-17.06.2024, 18.15-19.45 Uhr,  
14 Abende (Online-Format)  
134,90 EUR; erm. 96,26 EUR  
10 - 14 Teilnehmende



## 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).

**Büchen** ■ **4525** Prüfung  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47  
Mi., und Do., 24.04. u. 25.04.2024,  
je 8.30-13.00 Uhr, 2 Tage  
158,00 EUR

(Bonn-Ausweis-Inhaber\*innen:  
79,00 EUR; Angaben ohne Ge-  
währ), Anmeldeschluss: 19.03.24,  
11.30 Uhr.

**Büchen** ■ **4530** Prüfung  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.47  
Mi. und Do., 19.06. und 20.06.2024,  
je 8.30-13.00 Uhr, 2 Tage  
158,00 EUR

(Bonn-Ausweis-Inhaber\*innen:  
79,00 EUR; Angaben ohne Ge-  
währ), Anmeldeschluss: 06.05.24,  
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.

**Büchen** ■ **4552** Kurs  
Beate Görner M. A.  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57  
Montags, dienstags und mittwochs,  
19.02.-10.06.2024, 18.40-20.55 Uhr,  
40 Abende  
462,10 EUR; erm. 325,30 EUR  
9 - 16 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 (schriftliche Übungen, Lesetexte, Präsentationen).

Bitte mitbringen: Lehrbuch: Aspekte neu C1, Lehrbuch, ISBN 978-3-12-605034-0, und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-12-605036-4, Ernst Klett Sprachen.

**Büchen** ■ **4556** Kurs  
Silke Meyer-Janowsky M.A.  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.56  
Mittwochs, donnerstags und freitags,  
21.02.-13.06.2024, 09.30-12.00 Uhr  
(15 Min. Pause), 40 Vormittage  
462,10 EUR; erm. 325,30 EUR  
9 - 16 Teilnehmende



## Goethe-Zertifikat C1 - Prüfung

Die Prüfung zum Goethe-Zertifikat C1 findet am Freitag, 21.06.2024 in der VHS Essen und/oder Samstag, 22.06.2024 in der VHS Köln statt (schriftlich u. mündlich). Voraussetzung: Nachweis, dass ein Prüfungsvorbereitungskurs an der VHS Bonn oder einer anderen VHS absolviert wurde.

Das Prüfungsentgelt beträgt 280,00 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 persönlich bis spätestens 06.05.2024 beim Fachbereich abzugeben, solange Plätze frei sind (Tel.: 0228/775150, Terminvereinbarung erforderlich). Eine Anmeldung über das Internet ist nicht möglich!

Öffnungszeiten zur Anmeldung:  
Montags bis donnerstags von  
09.00-12.00 Uhr und 14.00-16.00  
Uhr (nur nach Terminvereinbarung!)

**Büchen** ■ **4559** Prüfung  
VHS Essen & Köln  
Essen: 21.06.2024; Köln: 22.06.2024  
280,00 EUR

(Bonn-Ausweis-Inhaber\*innen:  
140,00 EUR; Angaben ohne Ge-  
währ), Anmeldeschluss: 06.05.24.

## 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
- 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 im Moment 2,56 € 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  
Frau Klinkenberg 775045

oder per Mail an:  
vhsdeutsch@bonn.de.

# 5 Beruf, IT und Digitales

- Betriebswirtschaftslehre
- Rechnungswesen
- 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
- GIS - GeoInformationssysteme
- Digitale Lebenswelten

## Harald Otto

Fachbereichsleitung und  
Qualitätsmanagementbeauftragter  
Mülheimer Platz 1  
53111 Bonn  
Fon 0228 77 4905  
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](http://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.

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 On-linekurse anbieten.

Achten Sie auch auf unsere Fortbildungen im PC-Bereich! In diesem Semester können wir z.B. wieder Kurse zu AUTOCAD. Außerdem: Windows 10 und MS-Office lernen, Mac-Kurse, Wordpress, QGIS-Geoinformationssystem, Programmieren lernen mit R, betriebliche Nutzung von Social Media, alles rund um den Umgang mit dem Smartphone, Internetsicherheit u.v.m..

Die Teilnahme an unseren On-linekursen 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](mailto:harald.otto@bonn.de) oder unter [www.vhs-bonn.de](http://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 3355.

## Betriebswirtschaftslehre

### Einführung in die BWL I, 2 x wöchentlich - Online

Folgende Inhalte werden u.a. vermittelt:

Betriebswirtschaftliche Grundlagen (z.B. Organisationsstrukturen, Ziel-systeme, Produktionsfaktoren); Funktionen des Unternehmens (z.B. Unternehmensführung, Beschaffung, Produktion, Absatz (Vertrieb und Marketing); Finanzwirtschaft (z.B. Betriebswirtschaftliche Kennzahlen: u.a. Liquidität, Rentabilität, Cash Flow ; Finanzierungs-, 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** ■ **5020ON** Online-Kurs  
Ina Schiffgens  
Online-Angebot  
Montags und mittwochs,  
04.03.-17.04.24, 18.00-19.30 Uhr, 10  
Abende  
86,70 EUR; erm. 62,52 EUR  
8 - 10 Teilnehmende

### Kaufmännisches Rechnen mit Excel

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-Szenarien, 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 Lehrmittel enthalten.

- Büchen** ■ **5029** Wochenendseminar  
Jürgen Büscher (Dipl.-Kfm.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
Samstag und Sonntag,  
20.04.-21.04.24, 10.00-17.00 Uhr, 2  
Tage  
98,50 EUR; erm. 77,38 EUR  
8 - 10 Teilnehmende

## Rechnungswesen

### Einführung in die Finanzbuchführung auch als Modul 1 der Ausbildung „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung Xpert“

#### - Kompaktkurs -

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.

Im Kursentgelt sind Kosten für das entsprechende Xpert-Lehrbuch und Kopien enthalten.

Es besteht die Möglichkeit, im Anschluss an diesen Kurs eine bundeseinheitliche Teilprüfung für Xpert Business abzulegen. Prüfungsanmeldung siehe Kurs 5030A.

- Büchen** ■ **5030** Kompaktkurs  
Petra Schneider (Dipl.-Betriebswirt)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60  
Samstags und Sonntags,  
24.02.-07.03.24, 10.00-17.00 Uhr, 6  
Tage (am 2. und 3. März findet kein  
Unterricht statt)  
235,04 EUR; erm. 177,01 EUR  
8 - 10 Teilnehmende

Frühzeitige Anmeldung empfohlen!

!Sicher in den richtigen Kurs.  
Kursberatung unter Telefon 0228 - 77  
49 04/-05

## Kommunikation / Persönliche Kompetenzen

### Für die Vereinten Nationen arbeiten?

#### Berufliche Möglichkeiten bei internationalen Organisationen

Für Details siehe Kurs Seite 36

- Büchen** ■ **1501** Vortrag mit Diskussion  
Rainer Döbelstein  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 05  
Mittwoch, 24.04.24, 18.00-20.00 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung erforderlich.  
10 - 40 Teilnehmende

### Digitales Büromanagement mit einfachen Mitteln

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.

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 16.04.-30.04.24,  
18.00-20.15 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 Telefongesprä-



che 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.

Das Thema „Telefonkonferenzen“ wird im Kurs nicht behandelt.

## **Büchen** ■ 5108 Wochenendseminar

Ursula Goeth

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
Samstag, 09.03.24, 9.30-16.30 Uhr  
44,86 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.

Bitte bequeme Kleidung und rutschfeste Socken oder flache Turnschuhe anziehen oder mitbringen.

Im Kursentgelt sind Kosten für Lehrmittel enthalten.

## **Büchen** ■ 5110 Wochenendseminar

Norvisi Stanic

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
Freitag, 12.04.24, 18.30-21.30 Uhr,  
Samstag, 13.04.24, 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,  
25.05.-26.05.24, 9.30-17.15 Uhr  
65,89 EUR; erm. 48,99 EUR

10 - 12 Teilnehmende



## **Berufliche Kommunikation: respektvoll - überzeugend - bewusst**

Ob in Telefonaten, bei Besprechungen und Diskussionen, Verhandlungen oder anderen Gesprächen, Kommunikation bestimmt unseren beruflichen Alltag. Sie ist ein entscheidender Faktor für erfolgreiche und effektive Zusammenarbeit.

In diesem Praxisseminar trainieren Sie Ihre Gesprächskompetenz wie z. B. Selbst- & Fremdwahrnehmung, eigene Interessen vertreten, sich stimmig und klar äußern, aktiv zuhören... Sie erhalten die Möglichkeit, konkrete Kommunikationssituationen aus dem Berufsalltag oder Fallbeispiele in Rollenspielen zu veranschaulichen. Mit Hilfe konstruktiver Kritik und Videoanalyse werden Hand-

lungsalternativen besprochen, um Sie für künftige Situationen besser zu rüsten.

Im Kursentgelt sind Kosten für Lehrmittel enthalten.

## **Büchen** ■ 5114 Wochenendseminar

Norvisi Stanic

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
Samstag und Sonntag,  
08.06.-09.06.24, 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 2.55  
Montag, 04.03. bis Freitag, 08.03.24,  
9.00-16.00 Uhr, 5 Tage  
217,30 EUR; erm. 155,14 EUR

8 - 10 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](http://www.xpert-ccs.de)

## 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 (Dipl.Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51  
Freitag, 15.03.24, 15.00-19.00 Uhr,  
Samstag, 16.03.24, 10.00-14.00 Uhr  
70,30 EUR; erm. 54,64 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



## 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 wird es dann, 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 Ebenen, 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** ■ **5125** Wochenendseminar  
Irina Völker (Dipl.Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51  
Freitag, 03.05.24, 15.00-19.00 Uhr,  
Samstag, 04.05.24, 10.00-14.00 Uhr  
60,80 EUR; erm. 45,14 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 kommuni-

ziert 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 Geschäftspartner 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, Russland sowie der Ferne Osten.

Im Kursentgelt sind Kosten für Lehrmittel enthalten.

- Büchen** ■ **5127** Wochenendseminar  
Irina Völker (Dipl.Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51  
Freitag, 19.04.24, 15.00-19.00 Uhr,  
Samstag, 20.04.24, 10.00-14.00 Uhr  
62,80 EUR; erm. 47,14 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 1.60  
Sonntag, 21.04.24, 9.00-16.00 Uhr  
70,10 EUR; erm. 55,10 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



## JobStrategy: Selbstmarketing mit System

Marketing in eigener Sache ist wichtiger Bestandteil des Erfolgs in Beruf und Alltag. Im Seminar übertragen wir bewährte Methoden aus der betriebswirtschaftlichen Praxis auf das „Produkt“ Mensch. Dafür bieten sich Potenzialanalysen, Vermarktungsstrategien und Projektmanagement an. Systematisch erarbeiten wir damit Ihre individuelle Vorgehensweise für mehr Aufmerksamkeit, Durchsetzungsstärke und konsequente Zielerreichung. Dazu gehört auch ein Basisstraining in Selbstpräsentation und Rhetorik. Networking und Eigen-PR, auch über Social Media, sind heute ebenfalls unverzichtbar, wenn man im Gespräch bleiben möchte. Auswertung von Case Studies und Feedback-Übungen unterstützen Sie bei der Erstellung eines Handlungsplans, mit dem Sie nach Abschluss des Seminars gut gerüstet sind für Ihre persönliche Profilierung.

Bitte Schreibzeug mitbringen (auch Laptop möglich).

**Büchen** ■ **5135** Wochenendseminar  
Ralph M. Bloemer  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
Samstag und Sonntag,  
25.05.-26.05.24, 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 2.55  
Freitag, 19.04.24, 18.00-21.15 Uhr  
31,98 EUR; erm. 25,72 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



## Erfolgreich selbständig - 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 2.55  
Samstag und Sonntag,  
20.04.-21.04.24, 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 Redaktionsstisch. 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 1.60  
Samstags, 20.04. und 04.05.24,  
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 2.59  
Samstag und Sonntag,  
24.02.-25.02.24, 10.00-15.00 Uhr,  
2 Tage  
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 0

**Büchen** ■ **5850** Wochenendseminar  
Sonja Waszerka (Dipl.-Päd.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
Samstag, 16.03.24, 10.00-18.00 Uhr  
und Sonntag, 17.03.24, 10.00-17.00  
Uhr, 2 Tage  
94,84 EUR; erm. 68,22 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



## Netzwerken für Frauen

Für Details siehe Kurs Seite 159

- Buchen** ■ **5853** Netzwerkseminar  
 Sonja Waszerka (Dipl.-Päd.)  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56  
 Mittwoch, 21.02.24, 17.30-21.00 Uhr  
 31,20 EUR; erm. 24,42 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende

## Medienwerkstatt

### Der Weg zum eigenen Buch - Von der Idee bis zur Veröffentlichung

Von der ersten Romanidee bis zur Veröffentlichung gibt es einige Hürden zu überwinden. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihre Ideen zum Roman ausbauen, welche Stolpersteine es auf dem Weg zu Ihrem eigenen Buch zu vermeiden gilt und welche Wege der Veröffentlichung Ihnen offenstehen. Ich freue mich sehr, Ihre Romanideen kennenzulernen.

- Buchen** ■ **5180** Wochenendseminar  
 Rebecca Wilhelm  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60  
 Samstag und Sonntag,  
 25.05.-26.05.24, 10.00-16.00 Uhr,  
 2 Tage  
 89,83 EUR; erm. 67,91 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende

### Figurenentwicklung in Romanen

Wer kennt sie nicht, die Romanfiguren, die einem ans Herzwachsen und einen eine Buchseite nach der anderen umblättern lassen? Und dann gibt es noch die Bösewichte, die Antagonisten, die einem keine Ruhe lassen und dem Hauptcharakter das Leben schwer machen, und somit das Buch spannend.

Wenn Sie wissen möchten, wie Sie unvergessliche Charaktere erschaffen, dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Schritt für Schritt lernen Sie verschiedene Techniken der Charakterentwicklung kennen und erhalten die Möglichkeit, an Ihren Romanfiguren zu feilen.

- Buchen** ■ **5181** Wochenendseminar  
 Rebecca Wilhelm  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51  
 Samstag und Sonntag,  
 08.06.-09.06.24, 10.00-16.00 Uhr,  
 2 Tage  
 89,83 EUR; erm. 67,91 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende

## Buchmarketing für Romanautoren

Sie schreiben an Ihrem Roman und bald steht die Veröffentlichung vor der Tür? Doch Sie fragen sich, was Sie dafür tun können, dass Ihr Roman von den Wunschlesern gefunden und gekauft wird? Schon längst ist Buchvermarktung nicht mehr reine Verlagssache. Egal, ob Lesungen, Social-Media-Marketing oder eine der vielen weiteren Möglichkeiten im Marketing-Mix, Sie als Autor tragen maßgeblich zum Erfolg Ihres Buches bei.

Lernen Sie in diesem Kurs Ihren Roman von Anfang an sichtbar zu machen.

- Buchen** ■ **5184** Wochenendseminar  
 Rebecca Wilhelm  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60  
 Samstag und Sonntag,  
 16.03.-17.03.24, 10.00-16.00 Uhr,  
 2 Tage  
 89,83 EUR; erm. 67,91 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende

## Bildbearbeitung mit Photoshop CC - Grundlagen - Online

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Buchen** ■ **5533ON** Online-Kurs  
 Günter Barczewski  
 Online-Angebot  
 Dienstags 05.03.-16.04.24,  
 18.00-20.15 Uhr, 5 Abende  
 91,75 EUR; erm. 66,05 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende

## Bildbearbeitung mit Photoshop CC - Aufbaukurs - Online

Für Details siehe Kurs Seite 153

- Buchen** ■ **5535ON** Online-Kurs  
 Günter Barczewski  
 Online-Angebot  
 Dienstags 30.04.-04.06.24,  
 18.00-20.15 Uhr, 5 Abende  
 91,75 EUR; erm. 66,05 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende

## CEWE FOTOBUCH

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Buchen** ■ **5551** Kurs  
 Gunnar Martens  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
 Mittwochs 05.06.-12.06.24,  
 18.00-21.00 Uhr, 2 Abende  
 43,30 EUR; erm. 32,74 EUR  
 8 - 10 Teilnehmende

## Visitenkarten, Flyer und Co - Geschäftspapiere mit Adobe InDesign erstellen

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Buchen** ■ **5570** Wochenendseminar  
 Gunnar Martens  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
 Samstag und Sonntag,  
 04.05.-05.05.24, 10.00-17.00 Uhr,  
 2 Tage  
 85,50 EUR; erm. 64,38 EUR  
 8 - 10 Teilnehmende

## Angebote rund um die Schule: Angebote für Schülerinnen und Schüler/Eltern

### Unterstützen, ohne zu nerven: Mein Kind bei der Berufswahl begleiten

Für Details siehe Kurs Seite 70

- Buchen** ■ **2226** Kurzseminar  
 Dorothea Herzog, Dr. Erik vom Hövel  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
 Mittwoch, 20.03.24, 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 und 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, ....)

- Buchen** ■ **5201** Information  
 Patricia Wolf  
 entgeltfrei

!Weitere Infos unter [www.weiterbildungskolleg-bonn.de](http://www.weiterbildungskolleg-bonn.de) oder Mail an [info@wbk-bonn.de](mailto: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

### ■ 5205 Information

Julia Nonhoff

Ursulinenstraße 21-25, 53879 Euskirchen  
entgeltfrei

!Weitere Infos unter [www.abendrealschule-bonn.de](http://www.abendrealschule-bonn.de) oder Mail an [sekretariat@abendrealschule-bonn.de](mailto:sekretariat@abendrealschule-bonn.de).



## Schulabschluss geschafft - was nun?

Super: Die Schule ist (fast) fertig, vielleicht das Abi in der Tasche, doch was nun? Was kann ich und was will ich überhaupt? Welcher Beruf passt zu mir? Welche beruflichen Ideen verfolge ich, was ist mir wichtig?

Wenn dir vieles mit Blick auf die Zukunft und deiner beruflichen Laufbahn noch nicht klar ist, dann ist der Workshop genau richtig für dich. Damit kommst du deinen Wünschen, Interessen und Fähigkeiten auf die Spur. Du wirst unterstützt, konkrete berufliche Ziele und Zukunftsvisionen für dich zu formulieren. Mit Spaß und kreativen Übungen wird deine

Entscheidung für eine passende Ausbildung oder Studium erleichtert. Damit kannst du selbstbewusst den nächsten Schritt machen.

Interessiert? Dann melde Dich gerne mit Freunden und Freundinnen dazu bei der VHS Bonn an.

Um ein optimales Ergebnis im Workshop zu erzielen, sind vorbereitende Übungen empfohlen, die nach der Anmeldung per Mail zugesandt werden. Die Übungen sind zum Workshop ausgefüllt und ausgedruckt mitzubringen.

### ■ 5220 Workshop

Monika Soddemann

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55

Samstag, 24.02.24, 9.30-17.00 Uhr

58,30 EUR

6 - 6 Teilnehmende



## Junge VHS

### 10 Finger-Schreiben am PC für 10-15 jährige

Für Details siehe Kurs Seite 0

### ■ 5831 Ferienkurs

Rolf Pallagst (Dipl.-Ing.)

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57

Dienstag, 02.04. bis Freitag

05.04.24, 9.00-12.00 Uhr, 4 Vorm.

97,14 EUR; erm. 75,83 EUR

10 - 12 Teilnehmende

## Junge VHS

### 10 Finger-Schreiben am PC für 10-15 jährige

Für Details siehe Kurs Seite 0

### ■ 5833 Ferienkurs

Rolf Pallagst (Dipl.-Ing.)

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57

Dienstag, 02.04. bis Freitag

05.04.24, 12.00-15.00 Uhr, 4 Nachm.

97,14 EUR; erm. 75,83 EUR

10 - 12 Teilnehmende

## Junge VHS

### 10 Finger-Schreiben am PC für 10-15 jährige

Für Details siehe Kurs Seite 0

### ■ 5835 Ferienkurs

Rolf Pallagst (Dipl.-Ing.)

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57

Montag 22.07. bis Freitag 26.07.24,

9.00-12.00 Uhr, 5 Vorm.

115,90 EUR; erm. 89,26 EUR

10 - 12 Teilnehmende

## Junge VHS

### 10 Finger-Schreiben am PC für 10-15 jährige

Für Details siehe Kurs Seite 159

### ■ 5837 Ferienkurs

Rolf Pallagst (Dipl.-Ing.)

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57

Montag 22.07. bis Freitag 26.07.24,

12.00-15.00 Uhr, 5 Nachm.

115,90 EUR; erm. 89,26 EUR

10 - 12 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.

### ■ 5240 Infoveranstaltung

Harald Otto

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57

Donnerstag, 15.02.24,

14.00-15.00 Uhr

entgeltfrei

5 - 12 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.

### ■ 5250 Kurs

Henner Malchert

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57

Montags und donnerstags,

19.02.-07.03.24, 9.00-12.15 Uhr, 6

Vorm.

131,70 EUR; erm. 100,02 EUR

8 - 10 Teilnehmende

**Büchen** ■ **5251** Kurs  
 Henner Malchert  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
 Montags und donnerstags,  
 29.04.-23.05.24, 9.00-12.15 Uhr, 6  
 Vorm.  
 131,70 EUR; erm. 100,02 EUR  
 8 - 10 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,  
 18.03.-18.04.24, 9.00 -12.15 Uhr, 6  
 Vorm.  
 149,14 EUR; erm. 108,03 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende

**Büchen** ■ **5256** Kurs  
 Henner Malchert  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
 Montags und donnerstags,  
 27.05.-17.06.24, 9.00-12.15 Uhr, 6  
 Vorm.  
 149,14 EUR; erm. 108,03 EUR  
 6 - 8 Teilnehmende



## Online-Prüfung für alle Module, Xpert Computerpass

Prüfung für alle Module des europaweit anerkannten Zertifikats Xpert Computerpass. Die Prüfung findet am Mülheimer Platz 1, 53111 Bonn an den Rechnern im PC-Raum statt.

!Anmeldungen nur schriftlich an den Fachbereich Beruf, IT und Digitales oder per E-Mail an vhs@bonn.de. Bitte bei der Anmeldung das gewünschte Prüfungsmodul und das Geburtsdatum angeben. Unter folgendem Link ([https://vhs-nds.de/wp-content/uploads/2023/03/linzvereinbarung\\_xpert\\_online.pdf](https://vhs-nds.de/wp-content/uploads/2023/03/linzvereinbarung_xpert_online.pdf)) können Sie die Lizenzvereinbarung zur xpert-Online-Prüfung vorab durchlesen. Sie müssen diese am Prüfungstag vor dem Prüfungsstart akzeptieren.

**Büchen** ■ **5260A** Prüfung  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
 Donnerstag, 04.04.24,  
 9.00-11.00 Uhr  
 60,77 EUR  
 1 - 12 Teilnehmende

Bei vorheriger Teilnahme am Kurs zu dieser Prüfung beträgt das Entgelt 54,67 EUR. Schriftliche An- und Abmeldung bis 28.03.2024!



## Xpert CP Praxis - Fit im Büroalltag, 2 x wöchentlich

Der praxisnahe Zertifikatslehrgang Xpert CP 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 gestalten, Zeichnungselemente, Grafiken, Serienbriefe und -etiketten.
- Excel: Tabellen erstellen und formatieren, Formeln und Funktionen anwenden, Diagramme erstellen.
- PowerPoint: Erstellen und Steuern von Präsentationen

Im Kursentgelt sind Kosten für das entsprechende Xpert-Lehrbuch enthalten.

Der Kurs kann mit einer Xpert CP R2 Online Prüfung - und bei bestandener Prüfung - mit Zertifikat abgeschlossen werden.

Prüfungsanmeldung siehe 5260A oder 5310A.

**Büchen** ■ **5270** Kurs  
 Hans-Peter Weis  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
 Montags und mittwochs,  
 19.02.-20.03.24, 18.30-21.30 Uhr, 10  
 Abende  
 207,10 EUR; erm. 154,30 EUR  
 8 - 10 Teilnehmende



## Cybersecurity for beginners

What you will learn:

- understand basic concepts and terminologies used in Cybersecurity
- how cyber criminals and hackers attack systems/networks and how to prevent them

Der Unterricht findet in englischer



## 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](http://www.vhs-nds.de)**

Sprache statt.

**Buchen** ■ **5280** Wochenendseminar in englischer Sprache  
Barath Sankararaman  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60  
Samstag und Sonntag,  
24.02.-25.02.24, 9.00-12.15 Uhr, 2  
Tage  
47,86 EUR; erm. 35,33 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



## Cloud computing for absolute beginners

What you will learn:

- Participant will gain knowledge of the various cloud models (IaaS, PaaS, SaaS)
- learn about deployment types (public, private and hybrid), cloud security, compliance and laws related to cloud services

Der Unterricht findet in englischer Sprache statt.

**Buchen** ■ **5281** Wochenendseminar in englischer Sprache  
Barath Sankararaman  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60  
Samstag und Sonntag,  
09.03.-10.03.24, 9.00-12.15 Uhr, 2  
Tage  
47,86 EUR; erm. 35,33 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



## IT Fundamentals - Begin An IT Career

What you will learn:

You will understand the true meaning of IT and how it works.  
You will be better prepared to troubleshoot, problem-solve and understand a wide variety of issues ranging from networking and operating systems to security.  
You will learn why IT is the right field for your career.

Different components of IT.

Der Unterricht findet in englischer Sprache statt.

**Buchen** ■ **5283** Wochenendseminar in englischer Sprache  
Barath Sankararaman  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
Samstag und Sonntag,  
20.04.-21.04.24, 9.00-12.15 Uhr, 2  
Tage  
47,86 EUR; erm. 35,33 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



## Introduction to Office 365/ Microsoft 365(Online Mode)

What you will learn:

- Download the desktop and mobile Microsoft 365 applications
- Customize and sign into Microsoft

365 account

- Utilize document functionality in the online and desktop applications
- Demonstrate collaboration tools in Microsoft 365

Der Unterricht findet in englischer Sprache statt.

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.

**Buchen** ■ **5284ON** Online-Wochenendseminar in englischer Sprache  
Barath Sankararaman  
Online-Angebot  
Samstag und Sonntag,  
25.05.-26.05.24, 9.00-12.15 Uhr, 2  
Tage  
47,86 EUR; erm. 35,33 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



## Online-Prüfung für alle Module, Xpert Computerpass

Prüfung für alle Module des europaweit anerkannten Zertifikats Xpert Computerpass. Die Prüfung findet am Mülheimer Platz 1, 53111 Bonn an den Rechnern im PC-Raum statt. !Anmeldungen nur schriftlich an den Fachbereich Beruf, IT und Digitales oder per E-Mail an vhs@bonn.de. Bitte bei der Anmeldung das gewünschte Prüfungsmodul und das Geburtsdatum angeben. Unter folgendem Link ([https://vhs-nds.de/wp-content/uploads/2023/03/linzzenvereinbarung\\_xpert\\_online.pdf](https://vhs-nds.de/wp-content/uploads/2023/03/linzzenvereinbarung_xpert_online.pdf)) können Sie die Lizenzvereinbarung zur xpert-Online-Prüfung vorab durchlesen. Sie müssen diese am Prüfungstag vor dem Prüfungsstart akzeptieren.

**Buchen** ■ **5310A** Prüfung  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
Montag, 27.05.24, 9.00-11.00 Uhr  
60,77 EUR  
1 - 12 Teilnehmende

Bei vorheriger Teilnahme am Kurs zu dieser Prüfung beträgt das Entgelt 64,67 EUR. Schriftliche An- und Abmeldung bis 19.05.2024!

## Sicherheit und Datenschutz für Windows-PC und Android-Smartphone (Workshop) (nicht für iPhone oder iPad)

Für Details siehe Kurs Seite 0

**Buchen** ■ **5650** Workshop  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60  
Montag, 26.02.24, 17.30-21.30 Uhr  
33,92 EUR; erm. 25,57 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



## Neuer Notebook-Computer wegen Windows 11? Tips&Tricks sowie Ratschläge für das Zurechtfinden im Dschungel der Notebook-Angebote

Für Details siehe Kurs Seite 156

**Buchen** ■ **5660** Infoseminar  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.48  
Donnerstag, 22.02.24,  
18.00-20.30 Uhr  
13,42 EUR; erm. 9,39 EUR  
8 - 10 Teilnehmende



## Computer - Sprechstunde (Windows)

Für Details siehe Kurs Seite 114

**Buchen** ■ **5920** Fragestunde  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60  
Montag, 04.03.24, 17.30-20.15 Uhr  
19,15 EUR; erm. 13,40 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

## Computer - Sprechstunde (Windows)

Für Details siehe Kurs Seite 160

**Buchen** ■ **5922** Fragestunde  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13  
Dienstag, 12.03.24, 14.30-17.15 Uhr  
19,15 EUR; erm. 13,40 EUR  
6 - 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** ■ **5294** Kurs  
Henner Malchert  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
Mittwochs, 17.04. und 24.04.24,  
9.00-12.15 Uhr, 2 Vorm.  
53,78 EUR; erm. 40,08 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

### iMac oder MacBook - Aufbaukurs am eigenen Gerät

Sie haben Mac-Grundkenntnisse und wollen mehr aus ihrem Rechner herausholen.

Arbeiten mit Mail, Safari (Firefox, Edge), Fotos, Musik & Co. Sinnvolle Hilfsprogramme. Austausch mit anderen Rechnersystemen (z.B. Windows, Linux.), Datensicherung, Backups und Archive. Grundlagen der Datensicherheit.

Kursdurchführung am eigenen Gerät.

Voraussetzung: eigene Apple-Id, MacBook(Pro) oder iMac. (Kein iPad oder iPhone)

**Büchen** ■ **5297** Kurs  
Henner Malchert  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
Mittwochs, 08. und 15.05.24,  
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 156

**Büchen** ■ **5681** Wochenendworkshop  
Henner Malchert  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51  
Samstag und Sonntag,  
24.02.-25.02.24, 10.00-15.00 Uhr, 2  
Tage  
70,74 EUR; erm. 51,95 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

### Mein iPhone (Apple - Smartphone oder Tablet) - Workshop für Einsteiger/-innen (nur für iPhone/iPad)

Für Details siehe Kurs Seite 0

**Büchen** ■ **5682** Wochenendveranstaltung  
Henner Malchert  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51  
Samstag und Sonntag,  
25.05.-26.05.24, 10.00-15.00 Uhr, 2  
Tage  
70,74 EUR; erm. 51,95 EUR  
6 - 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  
Donnerstag, 15.02.24,  
14.00-15.00 Uhr  
entgeltfrei  
5 - 12 Teilnehmende

### Online-Prüfung für alle Module, Xpert Computerpass

Für Details siehe Kurs Seite 0

**Büchen** ■ **5260A** Prüfung  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
Donnerstag, 04.04.24,  
9.00-11.00 Uhr  
60,77 EUR  
1 - 12 Teilnehmende

### Xpert CP Praxis - Fit im Büroalltag, 2 x wöchentlich

Für Details siehe Kurs Seite 0

**Büchen** ■ **5270** Kurs  
Hans-Peter Weis  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
Montags und mittwochs,  
19.02.-20.03.24, 18.30-21.30 Uhr, 10  
Abende  
207,10 EUR; erm. 154,30 EUR  
8 - 10 Teilnehmende

### Textverarbeitung (Word) Basics mit Office 2016, Xpert 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 Computer Passport und kann mit einer Xpert CP ITS R3 Online Prüfung abgeschlossen werden. Prü-

fungsanmeldung siehe 5310A.

**Büchen** ■ **5310** Kurs  
Gianni Carboni (Dipl.-  
Wirtschaftskorrespondent)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
Montags und mittwochs,  
15.04.-22.05.24, 18.30-21.30 Uhr, 10  
Abende  
259,50 EUR; erm. 190,98 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

### Online-Prüfung für alle Module, Xpert Computerpass

Für Details siehe Kurs Seite 149

**Büchen** ■ **5310A** Prüfung  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
Montag, 27.05.24, 9.00-11.00 Uhr  
60,77 EUR  
1 - 12 Teilnehmende

## Excel - Tabellenkalkulation

### Kaufmännisches Rechnen mit Excel

Für Details siehe Kurs Seite 142

**Büchen** ■ **5029** Wochenendseminar  
Jürgen Büscher (Dipl.-Kfm.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
Samstag und Sonntag,  
20.04.-21.04.24, 10.00-17.00 Uhr, 2  
Tage  
98,50 EUR; erm. 77,38 EUR  
8 - 10 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  
Donnerstag, 15.02.24,  
14.00-15.00 Uhr  
entgeltfrei  
5 - 12 Teilnehmende

### Online-Prüfung für alle Module, Xpert Computerpass

Für Details siehe Kurs Seite 0

**Büchen** ■ **5260A** Prüfung  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
Donnerstag, 04.04.24,  
9.00-11.00 Uhr  
60,77 EUR  
1 - 12 Teilnehmende



## Xpert CP Praxis - Fit im Büroalltag, 2 x wöchentlich

Für Details siehe Kurs Seite 0

**Buchen** ■ **5270** Kurs  
Hans-Peter Weis  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
Montags und mittwochs,  
19.02.-20.03.24, 18.30-21.30 Uhr, 10  
Abende  
207,10 EUR; erm. 154,30 EUR  
8 - 10 Teilnehmende



## Online-Prüfung für alle Module, Xpert Computerpass

Für Details siehe Kurs Seite 149

**Buchen** ■ **5310A** Prüfung  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
Montag, 27.05.24, 9.00-11.00 Uhr  
60,77 EUR  
1 - 12 Teilnehmende

## Grundlagen Excel 2016

Der Kurs bietet eine praxisorientierte Einführung in die Arbeit mit Tabellenkalkulationsprogramm Excel.

Das methodische Vorgehen ist angelehnt an die drei Schritte: Vormachen? Nachmachen? Üben/Herausfinden lassen

Inhalt:

- Arbeitsoberfläche und Mappenkonzept
- Zelladressen und Navigation im Tabellenblatt
- Erstellen, Formatieren und Gestalten von Tabellen
- Zellen, Zeilen, Spalten einfügen und löschen
- Zahlenformate, Formatkopierer
- Einfache bedingte Formatierungen
- Speichern und Dateiformate
- Arbeiten mit Formeln und Zellbezügen
- Arbeiten mit ausgewählten Funktionen (z. B. Summe() und Summewenn())
- Listen- und Filterfunktionen
- Vorbereiten eines optimalen Tabellen- oder Listenausdrucks
- Diagramme erstellen
- Wichtige Exceloptionen

Voraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang mit Windows.

**Buchen** ■ **5351** Wochenendveranstaltung  
Hans-Martin Schönenberg  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
Samstag und Sonntag,  
09.03.-10.03.24, 9.00-16.00 Uhr, 2  
Tage  
101,46 EUR; erm. 74,05 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



## Excel 2016 Grundlagen

Sie möchten Zahlen gerne in Tabel-

len darstellen, mit ihnen rechnen und dann grafisch aufbereiten?

Excel hilft Ihnen dabei; und unser Dozent, Herr Jürgen Büscher, hilft Ihnen bei den ersten Gehversuchen in Excel. Er zeigt Ihnen Schritt für Schritt in angenehmem Tempo, wie einfach Excel zu erlernen und anzuwenden ist.

Sie benötigen keine Excel-Vorkenntnisse; nur Maus und Tastatur sollten Ihnen nicht fremd sein. Im Kursentgelt sind Kosten für Lehrmittel enthalten.

**Buchen** ■ **5352** Wochenendseminar  
Jürgen Büscher (Dipl.-Kfm.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
Samstag und Sonntag,  
16.03.-17.03.24, 10-17 Uhr, 2 Tage  
95,50 EUR; erm. 74,38 EUR  
8 - 10 Teilnehmende



## Bildungsurlaub

### Tabellenkalkulation (Excel) mit Office 2016, Xpert 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 Computer Passport und kann mit einer Xpert CP R2 Online Prüfung abgeschlossen werden. Prüfungstermin siehe im nächsten Programm.

**Buchen** ■ **5370** Bildungsurlaub  
Beruf, IT & Digitales N.N.  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
Montag, 08.04. bis Freitag, 12.04.24,  
08.30-15.30 Uhr, 5 Tage  
232,30 EUR; erm. 171,94 EUR  
10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Abmeldung 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

**Buchen** ■ **5240** Infoveranstaltung  
Harald Otto  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
Donnerstag, 15.02.24,  
14.00-15.00 Uhr  
entgeltfrei  
5 - 12 Teilnehmende



### Online-Prüfung für alle Module, Xpert Computerpass

Für Details siehe Kurs Seite 0

**Buchen** ■ **5260A** Prüfung  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
Donnerstag, 04.04.24,  
9.00-11.00 Uhr  
60,77 EUR  
1 - 12 Teilnehmende



### Xpert CP Praxis - Fit im Büroalltag, 2 x wöchentlich

Für Details siehe Kurs Seite 0

**Buchen** ■ **5270** Kurs  
Hans-Peter Weis  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
Montags und mittwochs,  
19.02.-20.03.24, 18.30-21.30 Uhr, 10  
Abende  
207,10 EUR; erm. 154,30 EUR  
8 - 10 Teilnehmende



### Online-Prüfung für alle Module, Xpert Computerpass

Für Details siehe Kurs Seite 149

**Buchen** ■ **5310A** Prüfung  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
Montag, 27.05.24, 9.00-11.00 Uhr  
60,77 EUR  
1 - 12 Teilnehmende

### Bildungsurlaub Präsentation (PowerPoint) mit Office 2016, Xpert 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 Computer Passport und kann mit einer Xpert CP ITS R3 Online Prüfung abgeschlossen werden.

Prüfungstermin siehe im nächsten Programm.

- Büchen** ■ **5410** Bildungsurlaub Beruf, IT & Digitales N.N. VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59 Montag 25.03. bis Donnerstag, 28.03.24, 8.30-15.30 Uhr, 4 Tage 190,06 EUR; erm. 141,77 EUR 10 - 12 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 Donnerstag, 15.02.24, 14.00-15.00 Uhr entgeltfrei 5 - 12 Teilnehmende

**Online-Prüfung für alle Module, Xpert Computerpass**

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Büchen** ■ **5260A** Prüfung VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59 Donnerstag, 04.04.24, 9.00-11.00 Uhr 60,77 EUR 1 - 12 Teilnehmende

**Online-Prüfung für alle Module, Xpert Computerpass**

Für Details siehe Kurs Seite 149

- Büchen** ■ **5310A** Prüfung VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59 Montag, 27.05.24, 9.00-11.00 Uhr 60,77 EUR 1 - 12 Teilnehmende

## Internet

**DokuWiki-Workshop - Wissen sammeln, teilen und koordinieren**

Sie kennen Wikipedia? Sicherlich. Ein Wiki eignet sich besonders für die Dokumentation von Inhalten, an denen mehrere Personen beteiligt sind. Mit einem eigenen Wiki können auch Sie Wissen oder Ideen organisieren, verbreiten und die Mitarbeit anderer ermöglichen. Sie können Ihr Wiki im Internet, in einem geschlossenen Netzwerk (Schule/Firma) oder als

persönliches Notizbuch auf Ihrem PC installieren.

In diesem Kurs lernen Sie DokuWiki kennen - eine vereinfachte Variante der Software von Wikipedia.

<https://www.dokuwiki.org/de:dokuwiki> Wir erklären Ihnen Grundprinzipien, Aufbau, Pflege und Backup des Systems. Sie erstellen Ihr eigenes ausbaufähiges Wiki auf einem Web-Server des Dozenten. Kosten für die Bereitstellung des Kurs-Servers (für 3 Monate) sind im Kursentgelt enthalten. Wir zeigen Ihnen auch, wie Sie Ihr Wiki vom Kurs-Server auf eine eigene Domain, ins Intranet oder auf den eigenen PC transferieren.

Vorausgesetzt werden solide Kenntnisse in Windows und im Dateimanagement.

- Büchen** ■ **5480** Wochenendworkshop Hans-Peter Weis VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59 Samstag, 25.05.24, 9.00-17.30 Uhr 70,70 EUR; erm. 53,57 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, sondern 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 (Dipl.-Ing.) VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60 Dienstag, 27.02.24, 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 Donnerstag, 15.02.24, 14.00-15.00 Uhr entgeltfrei 5 - 12 Teilnehmende

**Online-Prüfung für alle Module, Xpert Computerpass**

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Büchen** ■ **5260A** Prüfung VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59 Donnerstag, 04.04.24, 9.00-11.00 Uhr 60,77 EUR 1 - 12 Teilnehmende

## Online-Prüfung für alle Module, Xpert Computerpass

Für Details siehe Kurs Seite 149

**Büchen** ■ **5310A** Prüfung  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
Montag, 27.05.24, 9.00-11.00 Uhr  
60,77 EUR  
1 - 12 Teilnehmende

## Bildungsurlaub

### Datenbankanwendung (Access) mit Office 2016, Xpert 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 Computer Passport und kann mit einer Xpert CP ITS R3 Online Prüfung abgeschlossen werden.

Prüfungstermin siehe im nächsten Programm.

**Büchen** ■ **5510** Bildungsurlaub  
Beruf, IT & Digitales N.N.  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
Montag, 01.07. bis Freitag, 05.07.24,  
8.30-15.30 Uhr, 5 Tage  
232,30 EUR; erm. 171,94 EUR  
10 - 12 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, Formulare 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, 19.04.24, 17.00-21.45 Uhr  
und Samstag, 20.04.24, 9.00-17.00 Uhr  
119,13 EUR; erm. 91,72 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Fotografie, Grafik, Layout

### Bildbearbeitung mit Photoshop CC - 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 05.03.-16.04.24,  
18.00-20.15 Uhr, 5 Abende  
91,75 EUR; erm. 66,05 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



### Bildbearbeitung mit Photoshop CC - Aufbaukurs - Online

Vertiefung der Freistellungsmöglichkeiten, Ebenenmasken, Textwerkzeuge, 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 30.04.-04.06.24,  
18.00-20.15 Uhr, 5 Abende  
91,75 EUR; erm. 66,05 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 05.06.-12.06.24,  
18.00-21.00 Uhr, 2 Abende  
43,30 EUR; erm. 32,74 EUR  
8 - 10 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, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
Samstag und Sonntag,  
04.05.-05.05.24, 10.00-17.00 Uhr,  
2 Tage  
85,50 EUR; erm. 64,38 EUR  
8 - 10 Teilnehmende



## Einstieg in das Digitale Malen mit Photoshop

Für Details siehe Kurs Seite 186

- Büchen** ■ **6678** Wochenend-Workshop  
Mark Bashir  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50  
Samstag und Sonntag,  
16.03.-17.03.24, 10.00-15.00 Uhr  
60,22 EUR; erm. 43,98 EUR  
8 - 9 Teilnehmende

## Einstieg in das Digitale Malen mit Photoshop

Für Details siehe Kurs Seite 186

- Büchen** ■ **6679** Wochenend-Workshop  
Mark Bashir  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50  
Samstag und Sonntag,  
20.04.-21.04.24, 10.00-15.00 Uhr  
60,22 EUR; erm. 43,98 EUR  
8 - 9 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.

- Büchen** ■ **5608** Wochenendworkshop  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 11  
Samstag, 02.03.24, 10.00-18.00 Uhr  
54,80 EUR; erm. 40,19 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

- Büchen** ■ **5609** Workshop  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60  
Dienstag und Donnerstag,  
05.03.-07.03.24, 10.00-13.30 Uhr, 2 Vorm.  
54,80 EUR; erm. 40,19 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

- Büchen** ■ **5610** Workshop  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.48  
Dienstag und Donnerstag,  
05.03.-07.03.24, 14.00-17.30 Uhr, 2 Nachm.  
54,80 EUR; erm. 40,19 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

- Büchen** ■ **5611** Wochenendworkshop  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51  
Samstag, 09.03.24, 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 (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60  
Dienstags und donnerstags,  
20.02.-29.02.24, 12.00-14.30 Uhr, 4  
Nachm.  
75,68 EUR; erm. 54,81 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

**Büchen** ■ **5622** Praxistreff  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.48  
Dienstags und donnerstags,  
20.02.-29.02.24, 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 Interessenslage 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** Workshop  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13  
Dienstag und Donnerstag,  
12.03.-14.03.24, 18.00-21.30 Uhr, 2  
Abende  
54,80 EUR; erm. 40,19 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

**Büchen** ■ **5632** Wochenendworkshop  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
Samstag, 16.03.24, 10.00-18.00 Uhr  
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 auf dem Smartphone Apps installieren können.

**Büchen** ■ **5635** Wochenendworkshop  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
Sonntag, 17.03.24, 10.30-14.00 Uhr  
30,48 EUR; erm. 23,17 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

## Mein Android-Smartphone - Workshop IV: Datenschutz & Sicherheit (nicht für iPhone)

SPAM, Viren, Trojaner, Ausspionieren und Verfolgen der Smartphone-nutzer mittels vorinstallierter 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 (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
Sonntag, 17.03.24, 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, Abfallen, Festplattenverschlüsselung, VPN, TOR-Browser, WhatsApp, Rechtebeschränkung in Android und vieles mehr.

**Büchen** ■ **5650** Workshop  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60  
Montag, 26.02.24, 17.30-21.30 Uhr  
33,92 EUR; erm. 25,57 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Neuer Notebook-Computer wegen Windows 11? Tips&Tricks sowie Ratschläge für das Zurechtfinden im Dschungel der Notebook-Angebote

Windows 11 läuft nicht mehr auf älteren Notebook-Computern. Was tun? Wegwerfen und Neukauf?

Im ersten Teil beleuchten wir das Thema Windows 11 und die möglichen Alternativen bzw. Lösungsmöglichkeiten.

Im zweiten Teil dreht es sich um den Neukauf eines Notebook-Computers angesichts der omnipräsenten Werbung für „die besten Notebooks“ zu „unschlagbaren Preisen“.

Aber - sind das wirklich gute Angebote? Und - ist das gerade vorliegende Angebot wirklich für Sie interessant?

In diesem Kurs werden die verschiedenen Aspekte beim Notebook-Kauf beleuchtet und die technischen Daten verständlich erläutert.

Ziel ist es, in der Flut der Angebote den Überblick zu behalten, so dass Sie das für Sie beste Gerät finden können.

- Büchen** ■ **5660** Infoseminar  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.48  
Donnerstag, 22.02.24,  
18.00-20.30 Uhr  
13,42 EUR; erm. 9,39 EUR  
8 - 10 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** ■ **5681** Wochenendworkshop  
Henner Malchert  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51  
Samstag und Sonntag,  
24.02.-25.02.24, 10.00-15.00 Uhr, 2  
Tage  
70,74 EUR; erm. 51,95 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

- Büchen** ■ **5682** Wochenendveranstaltung  
Henner Malchert  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.51  
Samstag und Sonntag,  
25.05.-26.05.24, 10.00-15.00 Uhr, 2  
Tage  
70,74 EUR; erm. 51,95 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

## Smartphone - Einrichtungs- und Übungsstunde (Android, kein iPhone)

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Büchen** ■ **5910** Übungsstunde  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60  
Dienstag, 20.02.24, 18.00-20.45 Uhr  
19,16 EUR; erm. 13,41 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

## Smartphone - Einrichtungs- und Übungsstunde (Android, kein iPhone)

Für Details siehe Kurs Seite 160

- Büchen** ■ **5911** Übungsstunde  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.48  
Donnerstag, 29.02.24,  
18.00-20.45 Uhr  
19,16 EUR; erm. 13,41 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

- Büchen** ■ **5913** Übungsstunde  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60  
Dienstag, 05.03.24, 18.00-20.45 Uhr  
19,16 EUR; erm. 13,41 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Smartphone - Einrichtungs- und Übungsstunde (Android, kein iPhone)

Für Details siehe Kurs Seite 160

- Büchen** ■ **5914** Übungsstunde  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.48  
Donnerstag, 07.03.24,  
18.00-20.45 Uhr  
19,16 EUR; erm. 13,41 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

## Smartphone - Sprechstunde (Android, kein iPhone)

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Büchen** ■ **5916** Fragestunde  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13  
Donnerstag, 14.03.24,  
15.00-17.15 Uhr  
15,66 EUR; erm. 10,96 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

## Computer - Sprechstunde (Windows)

Für Details siehe Kurs Seite 114

- Büchen** ■ **5920** Fragestunde  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60  
Montag, 04.03.24, 17.30-20.15 Uhr  
19,15 EUR; erm. 13,40 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

## Computer - Sprechstunde (Windows)

Für Details siehe Kurs Seite 160

- Büchen** ■ **5922** Fragestunde  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13  
Dienstag, 12.03.24, 14.30-17.15 Uhr  
19,15 EUR; erm. 13,40 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

## CAD - Computer Aided Design

### Bildungsurlaub AutoCAD (Präsenz- oder Onlineteilnahme möglich)

Der Kurs zu AutoCAD vermittelt das Grundwissen um vielfältige Konstruktions- oder Entwurfsaufgaben in praxis- und normgerechten 2D- und 3D-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 auch komplexere 2D- und 3DKonstruktionen. Zeichnungsebenen (Layer), Objekteigenschaften und Stile strukturieren Ihre Zeichnung effizient. Benannte Gruppierungen (Blöcke) or-



!Sicher in den richtigen Kurs.  
Kursberatung unter Telefon 0228 - 77  
49 04/-05

ganisieren wiederkehrende Bauteile, Baugruppen und Normteile. Referenzen auf externe Zeichnungen erleichtern die Zusammenarbeit im Team mit AutoCAD. Die maßstäbliche Darstellung und Bemaßung der Konstruktion - mit Ansichten, Schnitten und Details - in normgerechten Blattformaten präsentiert abschließend Ihre 2D/3D-Entwurfsaufgabe.

Sie können an dem Kurs sowohl vor Ort als auch online (z.B. von Hause oder von Ihrem Arbeitsplatz) teilnehmen. Die Kurs-Unterlagen werden online bereitgestellt. Die Kursinhalte werden als interaktive Video-Konferenz präsentiert.

Voraussetzungen für die Online-Teilnahme

Internet: Stabile Verbindung mit min. 16.000 kBit/s

Hardware: PC oder Notebook mit Prozessor 2,5 - 2,9 GHz; Arbeitsspeicher 8 GB; Grafikkarte 1 GB (kompatibel mit DirectX 11/12); Festplatten-speicherplatz 15 GB; Bildschirm mit 1920 x 1080 px Auflösung (True Color); Zeigegerät MS-Mouse kompatibel, Headset

Betriebssystem: Windows 64 Bit (Version 10 oder 11)

Software: Lauffähige Installation von AutoCAD 2023 und der Video-Konferenz-Software „Zoom“.

Online-Teilnehmende erhalten vor Kursbeginn eine detaillierte Anleitung per E-Mail.

Solide Kenntnisse im Betriebssystem Windows sind erforderlich.

Mit den Online-Kursunterlagen und einer zeitlich begrenzten Schulungsversion des Programms können Sie die Kursinhalte nach Kursende vertiefen und trainieren. Nähere Angaben dazu erhalten Sie im Kurs.

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).

## ■ 5700 Bildungsurlaub

Hans-Peter Weis

VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13  
Montag, 08.04. bis Freitag, 12.04.24,  
8.30-15.30 Uhr, 5 Tage

248,90 EUR; erm. 179,06 EUR

6 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Abmeldung nur bis 14 Tage vor Beginn der Veranstaltung möglich!

## ■ 5703 Bildungsurlaub

Hans-Peter Weis

VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13  
Montag, 14.10. bis Freitag, 18.10.24,  
8.30-15.30 Uhr, 5 Tage

248,90 EUR; erm. 179,06 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 äußerst vielseitige Programmiersprache und kostenlose Software mit Stärken insbesondere im Bereich der Statistik und Datenvisualisierung. Als eines der beliebtesten tools für statistische Datenauswertung ist R gleichermaßen bei Fachleuten und Enthusiasten beliebt. In diesem kurs erhalten Sie eine solide Einführung in die Grundlagen des Programmierens mit R und lernen die Verwendung von RStudio kennen. Anhand praktischer übungen werden Tabellen und Diagramme erstellt.

### ■ 5725 Kurs

Miguel Alvarez

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59

Dienstags und donnerstags,  
27.02.-21.03.24, 18.00-20.30 Uhr,  
8 Abende

149,14 EUR; erm. 108,03 EUR

6 - 8 Teilnehmende



### Aufgaben im Griff? Einstieg in die Nutzung von Obsidian als Aufgabenmanager

### ■ 5726ON

Miguel Alvarez

Online-Angebot

Mittwochs und donnerstags,  
10.04.-18.04.24, 18.00-21.30 Uhr,  
4 Abende

112,71 EUR; erm. 80,73 EUR

6 - 8 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.

### ■ 5751 Wochenendworkshop

Hans-Peter Weis

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59

Samstag, 13.04.24, 8.30-17.00 Uhr

57,60 EUR; erm. 44,40 EUR

8 - 10 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 Internetauftritte.

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.

### ■ 5754 Kurs

Hans-Joachim Beese

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57

Dienstags 27.02.-12.03.24,  
9.45-12.00 Uhr, 3 Vorm.

59,74 EUR; erm. 44,32 EUR

6 - 8 Teilnehmende

**Büchen** ■ **5755** Kurs  
Hans-Joachim Beese  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
Mittwochs 10.04.-24.04.24,  
18.00-20.15 Uhr, 3 Abende  
59,74 EUR; erm. 44,32 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

**Büchen** ■ **5756** Kurs  
Hans-Joachim Beese  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
Dienstags 28.05.-11.06.24,  
18.00-20.15 Uhr, 3 Abende  
59,74 EUR; erm. 44,32 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

## Tast schreiben

### 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.

**Büchen** ■ **5801** Wochenendseminar  
Rolf Pallagst (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
Freitag, 23.02.24, 18.00-21.00 Uhr,  
Samstag und Sonntag,  
24.02.-25.02.24, 9.00-14.00 Uhr  
97,14 EUR; erm. 75,83 EUR  
10 - 12 Teilnehmende

**Büchen** ■ **5803** Wochenendseminar  
Rolf Pallagst (Dipl.-Ing.)  
VHS, Kirchplatz 6, Raum 1.02  
Freitag, 26.04.24, 18.00-21.00 Uhr,  
Samstag und Sonntag,  
27.04.-28.04.24, 9.00-14.00 Uhr  
97,14 EUR; erm. 75,83 EUR  
8 - 10 Teilnehmende

**Büchen** ■ **5807** Wochenendseminar  
Rolf Pallagst (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
Freitag, 07.06.24, 18.00-21.00 Uhr,  
Samstag und Sonntag,  
08.06.-09.06.24, 9.00-14.00 Uhr  
97,14 EUR; erm. 75,83 EUR  
10 - 12 Teilnehmende



### Junge VHS 10 Finger-Schreiben am PC für 10-15 jährige

Für Details siehe Kurs Seite 0

**Büchen** ■ **5831** Ferienkurs  
Rolf Pallagst (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
Dienstag, 02.04. bis Freitag  
05.04.24, 9.00-12.00 Uhr, 4 Vorm.  
97,14 EUR; erm. 75,83 EUR  
10 - 12 Teilnehmende

### Junge VHS 10 Finger-Schreiben am PC für 10-15 jährige

Für Details siehe Kurs Seite 0

**Büchen** ■ **5833** Ferienkurs  
Rolf Pallagst (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
Dienstag, 02.04. bis Freitag  
05.04.24, 12.00-15.00 Uhr, 4 Nachm.  
97,14 EUR; erm. 75,83 EUR  
10 - 12 Teilnehmende

### Junge VHS 10 Finger-Schreiben am PC für 10-15 jährige

Für Details siehe Kurs Seite 0

**Büchen** ■ **5835** Ferienkurs  
Rolf Pallagst (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
Montag 22.07. bis Freitag 26.07.24,  
9.00-12.00 Uhr, 5 Vorm.  
115,90 EUR; erm. 89,26 EUR  
10 - 12 Teilnehmende

### Junge VHS 10 Finger-Schreiben am PC für 10-15 jährige

Für Details siehe Kurs Seite 159

**Büchen** ■ **5837** Ferienkurs  
Rolf Pallagst (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
Montag 22.07. bis Freitag 26.07.24,  
12.00-15.00 Uhr, 5 Nachm.  
115,90 EUR; erm. 89,26 EUR  
10 - 12 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 vhs@bonn.de an und fügen Sie für die Ermäßigung der Kursgebühr eine Kopie des Schülerscheines bei!

**Büchen** ■ **5831** Ferienkurs  
Rolf Pallagst (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
Dienstag, 02.04. bis Freitag  
05.04.24, 9.00-12.00 Uhr, 4 Vorm.  
97,14 EUR; erm. 75,83 EUR  
10 - 12 Teilnehmende

Nur für 10-15 jährige! Teilnehmende benötigen das Einverständnis eines Erziehungsberechtigten

**Büchen** ■ **5833** Ferienkurs  
Rolf Pallagst (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
Dienstag, 02.04. bis Freitag  
05.04.24, 12.00-15.00 Uhr, 4 Nachm.  
97,14 EUR; erm. 75,83 EUR  
10 - 12 Teilnehmende

Nur für 10-15 jährige! Teilnehmende benötigen das Einverständnis eines Erziehungsberechtigten



**Büchen** ■ **5835** Ferienkurs  
Rolf Pallagst (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
Montag 22.07. bis Freitag 26.07.24,  
9.00-12.00 Uhr, 5 Vorm.  
115,90 EUR; erm. 89,26 EUR  
10 - 12 Teilnehmende

Nur für 10-15 jährige! Teilnehmende benötigen das Einverständnis eines Erziehungsberechtigten

**Büchen** ■ **5837** Ferienkurs  
Rolf Pallagst (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
Montag 22.07. bis Freitag 26.07.24,  
12.00-15.00 Uhr, 5 Nachm.  
115,90 EUR; erm. 89,26 EUR  
10 - 12 Teilnehmende

Nur für 10-15 jährige! Teilnehmende benötigen das Einverständnis eines Erziehungsberechtigten

## Weiterbildung für Frauen

### 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.

**Büchen** ■ **5850** Wochenendseminar  
Sonja Waszerka (Dipl.-Päd.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
Samstag, 16.03.24, 10.00-18.00 Uhr  
und Sonntag, 17.03.24, 10.00-17.00  
Uhr, 2 Tage  
94,84 EUR; erm. 68,22 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

Für Frauen!



### 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 Netzwerkens kennen und nutzen: positiv denken, neugierig und mitteilend 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.

**Büchen** ■ **5853** Netzwerkseminar  
Sonja Waszerka (Dipl.-Päd.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.56  
Mittwoch, 21.02.24, 17.30-21.00 Uhr  
31,20 EUR; erm. 24,42 EUR  
6 - 8 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 **Onlinetermin** ein.

Bitte melden Sie sich an unter:

[Bonn.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Bonn.BCA@arbeitsagentur.de)

Termine 1. Halbjahr 2024:

10.01.2024, 07.02.2024, 06.03.2024,  
03.04.2024, 06.05.2024, 05.06.2024

Die Veranstaltung findet **online** jeweils **10 bis max. 12 Uhr** statt.

[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)

### 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 besprochen und zwei verschiedene Schminktechniken gezeigt.

Wer es in seiner Jugendzeit versäumt hat, sich auszuprobieren, oder einfach vom Profi ein paar Tipps und Tricks lernen möchte, ist in einem Make-up-Kurs bestens aufgehoben. 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 VHS-Kurs bestens für die Arbeit und den Alltag gerüstet.

Im Kursentgelt sind Kosten für bereitgestelltes Material enthalten.

**Büchen** ■ **5858** Wochenendworkshop  
Anja Käßner  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.55  
Samstag, 24.02.24, 10.00-12.15 Uhr  
20,66 EUR; erm. 15,96 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

Für Frauen!

## GIS - Geoinformationssysteme

### Einstieg in Geoinformationssysteme (GIS) mit QGIS

Geoinformationssysteme (GIS) haben in den letzten Jahren in Unternehmen und Ämtern Einzug erhalten, nicht selten sind GIS-Kenntnisse bei Stellenausschreibungen eine gefragte Qualifikation. Ziel der Veranstaltung ist es die Teilnehmenden mit den grundlegenden Datenformaten und GIS-Funktionen vertraut zu machen und zu helfen dieses Wissen am Arbeitsplatz direkt umzusetzen. QGIS ist Open Source und kann auf IOS und Windows kostenfrei und sicher installiert werden. Wir beginnen mit den grundlegenden Funktionen und Datenstrukturen. Was sind Geodaten? Wie kann ich selbst Geodaten erstellen, sie darstellen und analysieren? Sie erhalten eine Einführung in die vielfältigen Darstellungsformen von Karteninformationen und werden die Ausgabe von druckfähigen Ergebnissen vorbereiten. Zum Abschluss wird ein Ausblick in die weiterführende Datenanalyse gewagt.

Zur Teilnahme genügen durchschnittliche PC-Kenntnisse. Aufgaben werden an den Arbeitsplätzen der VHS eigenständig bearbeitet. Für den Kurs benötigen Sie einen USB-Stick (8 GB) und ein Heft für Notizen. Daten und Tutorials werden Ihnen zur Verfügung gestellt.

**Büchen** ■ **5901** Kurs  
Mario Valdivia Manchego  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
Montags 15.04.-13.05.24,  
17.00-18.30 Uhr, 5 Nachm.  
65,70 EUR; erm. 48,57 EUR  
6 - 10 Teilnehmende

## Digitale Lebenswelten

### Einführung in das Onlinemarketing

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Büchen** ■ **5155** Wochenendseminar  
Elena Semenova  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
Samstag und Sonntag,  
24.02.-25.02.24, 10.00-15.00 Uhr,  
2 Tage  
77,62 EUR; erm. 57,06 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



### Cybersecurity for beginners

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Büchen** ■ **5280** Wochenendseminar in englischer Sprache  
Barath Sankararaman  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60  
Samstag und Sonntag,  
24.02.-25.02.24, 9.00-12.15 Uhr, 2 Tage  
47,86 EUR; erm. 35,33 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



### Cloud computing for absolute beginners

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Büchen** ■ **5281** Wochenendseminar in englischer Sprache  
Barath Sankararaman  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.60  
Samstag und Sonntag,  
09.03.-10.03.24, 9.00-12.15 Uhr, 2 Tage  
47,86 EUR; erm. 35,33 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



### IT Fundamentals - Begin An IT Career

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Büchen** ■ **5283** Wochenendseminar in englischer Sprache  
Barath Sankararaman  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.55  
Samstag und Sonntag,  
20.04.-21.04.24, 9.00-12.15 Uhr, 2 Tage  
47,86 EUR; erm. 35,33 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



### Introduction to Office 365/ Microsoft 365(Online Mode)

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Büchen** ■ **5284ON** Online-Wochenendseminar in englischer Sprache  
Barath Sankararaman  
Online-Angebot  
Samstag und Sonntag,  
25.05.-26.05.24, 9.00-12.15 Uhr, 2 Tage  
47,86 EUR; erm. 35,33 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



### Statistik und Graphiken mit R (Einführungskurs), 2 x wöchentlich

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Büchen** ■ **5725** Kurs  
Miguel Alvarez  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
Dienstags und donnerstags,  
27.02.-21.03.24, 18.00-20.30 Uhr,  
8 Abende  
149,14 EUR; erm. 108,03 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



### WordPress, Ihr Internet-Baukasten

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Büchen** ■ **5754** Kurs  
Hans-Joachim Beese  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
Dienstags 27.02.-12.03.24,  
9.45-12.00 Uhr, 3 Vorm.  
59,74 EUR; erm. 44,32 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

### WordPress, Ihr Internet-Baukasten

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Büchen** ■ **5755** Kurs  
Hans-Joachim Beese  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
Mittwochs 10.04.-24.04.24,  
18.00-20.15 Uhr, 3 Abende  
59,74 EUR; erm. 44,32 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

### WordPress, Ihr Internet-Baukasten

Für Details siehe Kurs Seite 158

- Büchen** ■ **5756** Kurs  
Hans-Joachim Beese  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.57  
Dienstags 28.05.-11.06.24,  
18.00-20.15 Uhr, 3 Abende  
59,74 EUR; erm. 44,32 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

### Smartphone - Einrichtungs- und Übungsstunde (Android, kein iPhone)

In diesem Workshop gehen wir die allerersten Schritte mit dem Smartphone.

Wir beginnen bei 'Adam und Eva' und richten gemeinsam die Mobil-

funkkarte und das erforderliche Google-Konto ein. Wer möchte, kann dann direkt Whatsapp installieren. Anschließend wird geübt. Sie als Teilnehmer bestimmen die Themen, wie beispielsweise Telefonieren mit dem Smartphone, Schreiben von SMS und Whatsapp-Nachrichten, Bilder aufnehmen usw..

Dieser Kurs findet mehrfach statt und kann bei Bedarf mehrfach wiederholt werden.

Bitte mitbringen: Eigenes Android-Smartphone oder -Tablet mit geladenem Akku.

- Büchen** ■ **5910** Übungsstunde  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.60  
Dienstag, 20.02.24, 18.00-20.45 Uhr  
19,16 EUR; erm. 13,41 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

- Büchen** ■ **5911** Übungsstunde  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.48  
Donnerstag, 29.02.24,  
18.00-20.45 Uhr  
19,16 EUR; erm. 13,41 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

- Büchen** ■ **5914** Übungsstunde  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.48  
Donnerstag, 07.03.24,  
18.00-20.45 Uhr  
19,16 EUR; erm. 13,41 EUR  
6 - 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.

- Büchen** ■ **5916** Fragestunde  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13  
Donnerstag, 14.03.24,  
15.00-17.15 Uhr  
15,66 EUR; erm. 10,96 EUR  
6 - 6 Teilnehmende



- Büchen** ■ **5922** Fragestunde  
Uwe Fischer (Dipl.-Ing.)  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 13  
Dienstag, 12.03.24, 14.30-17.15 Uhr  
19,15 EUR; erm. 13,40 EUR  
6 - 6 Teilnehmende



# 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 54,90 Euro monatlich, keine versteckten Kosten

**Jetzt unverbindlich anrufen und mehr erfahren:**



**0800 9966010 (kostenlos) oder unter**



**malteser-hausnotruf.de**

Anzeige

Wir bieten Mediengestaltung, Druckvorstufe, Bogenoffset-Druck, Versand+Logistik, IT-Lösungen, Webdesign, Verlag, Anzeigenakquise, Kundenberatung und vieles mehr!

**Köllen**  
Druck+Verlag



BONN

0228 / 98 98 2-0 | druckverlag@koellen.de

BONN

030 / 78 70 25 40 | berlin@koellen.de

koellen.de koellendruck

[www.koellen.de](http://www.koellen.de)

Anzeige

Jetzt  
Mitglied  
werden.

**SELBST  
STARK UND  
FRÖHLICH**  
*Im Verein am besten!*



**MACH MIT BEIM GRÖSSTEN SPORTVEREIN BONNS.** Der Verein, der alles vereint!



**Einfach  
näher dran.**

Becherhofer Weg 71  
53894 Mechernich-Kommern  
02443-6532  
[hochwildpark-rheinland.de](http://hochwildpark-rheinland.de)

Anzeige

A woman with brown hair tied back, wearing blue scrubs and a dark green cardigan, is shown in profile drinking from a white mug. She is also holding a smartphone in her left hand. The background is a plain, light-colored wall.

**WDR** 2

**Früh raus?  
Geht besser  
zusammen!**

**RADIO AN  
SEI DABEI**

**WIR SIND DER WESTEN**

# Mit dem Deutschlandticket der KVB quer durch Bonn und Deutschland.

Extra  
Vorteile bei  
Leihrädern\*



\*nur beim Deutschlandticket auf der Chipkarte.  
Alle Details und Konditionen: [www.kvb.koeln/deutschlandticket](http://www.kvb.koeln/deutschlandticket)



Jetzt sichern:  
[www.kvb.koeln/  
deutschlandticket](http://www.kvb.koeln/deutschlandticket)



- Kulturkalender
- Philosophie
- Religion
- Literatur
- Schreibpraxis
- Theater
- Musik / Singen
- Kunstgeschichte
- Kulturgeschichte
- Kultur und Nachhaltigkeit
- Architektur im Fokus
- Blickpunkt Bonn
- Kulturwandern im Rheinland
- Online-Veranstaltungen
- Ausstellungen
- Zeichnen / Malen
- Grafik
- Kalligrafie
- Wochenendakademie
- Plastisches Gestalten
- Glaskunst
- Buchbinden
- Papierkunst
- Textiles Gestalten
- Goldschmieden / Schmuck
- Fotografisches Gestalten
- Musikpraxis

**Gabriele Tillmanns**  
 Fachbereichsleitung (komm.)  
 Mülheimer Platz 1  
 53111 Bonn  
 Fon 0228 77 3042  
 E-Mail: 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)

Etwas von dieser Fähigkeit, die Picasso hier beschreibt, wünsche ich uns allen: Die Hoffnung, hinter einem einfachen Klecks die Sonne entdecken zu können. Übertragen auch, uns in Begegnungen, Gesprächen, gegenseitigem Zuhören Freude und Mitgefühl schenken zu können.

In diesem Semester gibt es zahlreiche runde Geburtstage und Jubiläen zu feiern, die wir teilweise auch im 2. Semester noch einmal aufnehmen werden: Allem voran stehen die Feierlichkeiten zu 75. Jahre Grundgesetz an. Neben der bereits geplanten Ausstellung werden noch zahlreiche weitere Veranstaltungen entwickelt, die Sie auf unserer Homepage finden können.

Dann wirft der 300. Geburtstag von Immanuel Kant seinen langen Schatten voraus. Mit mehreren Veranstaltungen würdigen wir diesem klugen Denker des 18. Jahrhunderts.

Und auch Franz Kafka hat vor 100 Jahren mit seinen grotesken Erzählungen die Literatur revolutioniert.

Sich neue Freiräume zu schaffen und zu erhalten, wird immer wichtiger, gerade in unseren schnelllebigen Zeiten.

Unser umfangreiches Kunstangebot bietet Ihnen viele Möglichkeiten, sich neu zu entdecken und in Muße und Konzentration etwas Schönes zu schaffen.

An Aquarell bis digitales Zeichnen ist das Angebot breit gefächert. Daneben gibt es viele Spezialkurse wie Aktzeichnen, Kalligrafie und Upcycling-Nähen.

Haben Sie schon einmal Light-painting ausprobiert? Schauen Sie einmal in den Bereich Fotografie, sie finden dort zahlreiche Kurse für Anfänger und Geübte.

Vielleicht wollten Sie auch schon immer einmal ein Instrument erlernen.

Gerade bei der Ukulele sind schnelle Fortschritte möglich. Die Gitarren- und Ukulelekurse finden ab diesem Semester wieder live in der Gruppe statt.

Daneben werden einige wenige Schreib- und Zeichenkurse online angeboten.

Unter der Mediathek auf unserer Homepage finden sich auch noch zahlreiche Vorträge aus den vergangenen Semestern, in die man nachträglich hineinhören kann.

Ich lade Sie herzlich auf eine kreative und gedanklich-inspirierende Entdeckungsreise ein,

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.



### Franz Kafka - „Ich bin Ende oder Anfang“

#### Zum 100. Todestag des Autors

Der 1883 geborene Franz Kafka ist einer der bedeutendsten Erzähler des 20. Jahrhunderts.

Kafka ist als Dr. jur. und Angestellter der Arbeiter-Unfall-Versicherung mit den anonymen Mächten der verwalteten Welt besonders gut vertraut. Seine Werke wurden bislang immer nur aktueller, schildern sie doch oft die Demütigung machtloser Figuren durch scheinbar allmächtige Gegenspieler.

Wir verdanken seinem Freund Max Brod, dass sein Werk nicht in größerer Weise der Vernichtung anheim gefallen ist.

Kafkas Texte, die vielen als düster und fatalistisch in Erinnerung sind, enthalten zahlreiche komische Szenen, ja geradezu Slapstick. In einem Brief an Felice schreibt Franz Kafka: „Ich bin sogar als großer Lacher bekannt“ Auch diesen Kafka gilt es an diesem Abend zu entdecken.

(Bitte beachten Sie auch den Vortrag von Dr. Simone Scharbert zu Kafka's Blick auf die Literatur, ProgrammNr. 6106)

- 6001** Vortrag mit Lesung  
Michael Schikowski  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)  
Donnerstag, 21.03.24,  
19:00-20:30 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 70 Teilnehmende



### Caspar David Friedrich Wanderer zwischen den Welten Zum 250. Geburtstag des Künstler

Der Geburtstag von Caspar David Friedrich jährt sich 2024 zum 250. Mal. Das nimmt die Hamburger Kunsthalle zum Anlass, mit einer fulminanten Retrospektive den Künstler zu feiern. Andere Museen folgen. Im Vortrag werden Hauptwerke sowie etliche Zeichnungen als Vorarbeiten zu den Gemälden gezeigt und in den künstlerischen Prozess eingeordnet. Der Vortrag geht dem Phänomen Romantik als Stilbegriff genauso nach wie dem Thema der Naturverbundenheit. Auch soll geklärt werden inwieweit Friedrich national gedacht hat. Nicht zu kurz kommt auch die Betrachtung der technischen Feinheiten in den Arbeiten von Friedrich.

- 6002** Vortrag  
Dr. Carl Körner  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)  
Donnerstag, 18.04.24,  
19:00-20:30 Uhr  
entgeltfrei, eine Voranmeldung wird empfohlen.  
10 - 70 Teilnehmende



### Recht und Gerechtigkeit bei Ferdinand von Schirach Zum 60. Geburtstag des Autors

Am Anfang der 2010er Jahre ist der prominente Strafverteidiger Ferdinand von Schirach mit den eminent erfolgreichen Erzählbänden „Verbrechen“ und „Schuld“ hervorgetreten, von denen viele Erzählungen mittlerweile verfilmt worden sind.

Mit seinem ersten - und ebenfalls verfilmten - Roman „Der Fall Collini“ hat von Schirach dunkles Kapitel westdeutscher Nachkriegs(-Rechts-) Geschichte aufgedeckt und breite gesellschaftliche Diskussionen ausgelöst - was auch für einige seiner weiteren Bücher („Tabu“, „Strafe“ u.a.) und Dramen („Terror“ und „Gott“) zutrifft.

Der Bild-Vortrag konzentriert sich - nach einer kurzen biografischen Skizze - auf die relevantesten Themen, die Ferdinand von Schirach in erzählerisch anspruchsvoller Form entfaltet.

- 6003** Vortrag  
PD Dr. Jürgen Nelles  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)  
Donnerstag, 25.04.24,  
19:00-20:30 Uhr  
entgeltfrei, eine Voranmeldung wird empfohlen.  
10 - 70 Teilnehmende



### Kant-Jahr 2024: Kant und die Demokratie Immanuel Kant zum 300. Geburtstag / 75 Jahre Grundgesetz

Kant ist nicht nur ein Klassiker der Theoretischen Philosophie, insofern er sich mit der Natur unserer Erkenntnis der Welt beschäftigt, sondern auch der praktischen Philosophie, die sich mit der Natur moralischen Handelns beschäftigt.

Kants politische Philosophie baut auf seiner Ethik auf und hat als zentralen Kern einen vom apriorischen Rechtsgedanken bestimmtes Zusammenleben in Freiheit. Jeder Mensch hat Anspruch auf Freiheit, insofern sie mit der Freiheit eines jeden anderen zusammen bestehen kann. Kant ist damit einer der Begründer der modernen Theorie von Menschen- und Bürgerrechten.

Zudem ist die letzte Legitimationsgrundlage aller öffentlichen Gesetze, dass sie „aus dem vereinigten Willen eines ganzen Volkes haben entspringen können“. Damit ist Kant ein Vertreter des republikanischen Gedankens, den er sogar auf die ganze Menschheit ausdehnt. Ziel dieser Idee ist es, einen dauerhaften Frieden, sowohl im Inneren der Staaten als auch auf internationaler Ebene herzustellen, die idealerweise in einer Weltrepublik mündet.

Kant hat damit nicht nur Einfluss auf die Gründung des Völkerbundes (1920-46) und der UNO, insbesondere deren Charta, sondern er hat auch auf die Ausarbeitung des deutschen Grundgesetzes gewirkt, das 2024 sein 75jähriges Jubiläum feiert.

Im Vortrag sollen Grundzüge der politischen Philosophie Kants vorgestellt und diskutiert werden.

>>>



**Büchen** ■ **6004** Vortrag mit Lesung  
PD Dr. Gunnar Schumann  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)  
Donnerstag, 23.05.24,  
19:00-20:30 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 70 Teilnehmende

Die Vorträge 6001 - 6004 finden in Kooperation mit der Uni Bonn/Studium Universale statt.



## gehört zur Kategorie Literatur: Bücherfrühling auf der Apollinaris-Schleife

Der schöne Rundweg entlang des Rheinburgenwegs ist diesmal der Rahmen unserer LiteraTour.

An schönen Aussichtspunkten oder im Frühlingwald werden eine Auswahl an neu erschienen Büchern und Ur- laubslektüre vorgestellt. Eine Buchliste wird jedem zur Verfügung gestellt.

Festes Schuhwerk, Rucksack mit Proviant und

Getränk nicht vergessen.

Wer mit dem Zug kommt, hat vom Bahnhof Remagen ca. 1 km Fussweg.

**Büchen** ■ **6432** Wanderung mit Buchvorstellungen  
Christel Cader, Heike Kallenberg  
Remagen, Parkplatz Apollinaris Kirche  
Samstag, 25.05.24, Beginn: 13.00 Uhr, Ende ca. 17.00 Uhr  
16,00 Euro, eine Anmeldung ist erforderlich  
10 - 50 Teilnehmende  
9 km, ca. 200 Höhnemeter

## Philosophie

### Kant-Jahr 2024: Kant und die Demokratie Immanuel Kant zum 300. Geburtstag / 75 Jahre Grundgesetz

Für Details siehe Kurs Seite 162

**Büchen** ■ **6004** Vortrag mit Lesung  
PD Dr. Gunnar Schumann  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)  
Donnerstag, 23.05.24,  
19:00-20:30 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 70 Teilnehmende



### Die Freiheit des Menschen "Der Mensch ist dazu verurteilt frei zu sein." (J.P. Sartre)

Sind wir frei? Und wenn ja, in welchem Sinn genau? In einem ersten Ansatz müssen wir uns nicht zu sehr von unserem täglichen Leben distanzieren um diese Frage zu beantworten. Die Frage ist lediglich, ob unsere Handlungen wirklich unsere eigenen sind und ob wir diejenigen sind, die die Kontrolle über das haben, was wir tun.

Aber die Frage, ob Handlungen von mir abhängig sind und ob ich derjenige bin, der die Kontrolle über sie hat, beinhaltet auch den Begriff des Willens, denn das 'Ich' - das 'Selbst' des Handelnden - impliziert den Willen. Ist der Wille meine rationale Fähigkeit, Entscheidungen zu treffen, oder ist er bloß die Summe meiner Wünsche als physisches Wesen in einem mechanistischen Universum? Wird der Wille seinerseits auch von mir bestimmt und nicht von Faktoren, die außerhalb von mir liegen? Wenn ja, hätte ich auch anders handeln können, als ich es getan habe?

Auch wird bedeutsam sein, uns über das Verhältnis von Freiheit und moralischer Verantwortung zu befragen. Welche Art von Freiheit kann moralische Verantwortung stützen?

All diese Fragen zur Freiheit sind so alt wie die philosophische Reflexion, aber gleichzeitig sind sie auch hochaktuell. In diesem Seminar werden wir sehen, wie zeitgenössische Philosophen sich der Frage der Freiheit nähern, aber auch wie aktuell das Freiheitsdenken von Philosophen wie Kant oder Sartre sein kann.

**Büchen** ■ **6020** Kurzseminar  
Christos Kalpakidis  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.55  
Samstags 24.02.-09.03.24,  
10.30-13.00 Uhr, 2 Vormittage  
27,44 EUR; erm. 21,04 EUR  
10 - 16 Teilnehmende



### Sophokles' Antigone: Philosophische Perspektiven

Im jährlichen Wechsel sollen sich die Söhne des Ödipus nach dessen Tod die Herrschaft über die Stadt Theben teilen. Doch Polyneikes, als es an ihm ist, verweigert die Übergabe an seinen Bruder Eteokles - es kommt zum Kampf, bei dem sich die Brüder gegenseitig töten. Ihr Onkel Kreon verbietet, den Leichnam des Polyneikes zu bestatten, da er sich den Gesetzen nicht gebeugt habe. Seine Schwester Antigone aber widersetzt sich seinem Urteil. So droht auch ihr der Tod. Unerschütterlich reicht die-

ser Antigone-Mythos über mehr als zwei Jahrtausende.

Für Hegel stellt Sophokles' Antigone bekanntlich das größte aller Kunstwerke dar. Heidegger sah in Antigone die einzige Person, die als authentisch bezeichnet werden kann. Für Jacques Lacan verkörpert sie das Todesbegehren, während sie für Judith Butler ein Beispiel dafür ist, wie sich familiäre Beziehungen auflösen und Geschlechterrollen fraglich werden. Schließlich findet George Steiner im alltäglichen Leben unzählige Wiedergängerinnen der antiken Heldin, Frauen, die sich opfern, um die menschliche Würde zu retten.

Im Rahmen dieses Workshops setzen wir uns mithilfe der Philosophie mit diesem faszinierenden Mythos auseinander und lassen uns von Antigone inspirieren.

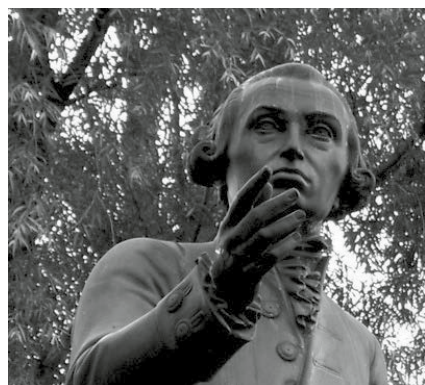
**Büchen** ■ **6022** Kurzseminar/Workshop  
Christos Kalpakidis  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58  
Samstag, 16.03.24, 14.00-17.00 Uhr  
14,00 EUR; erm. 9,80 EUR  
10 - 16 Teilnehmende

### Kant-Jahr 2024: Immanuel Kant und die offenen Fragen Besuch der Ausstellung in der Bundeskunsthalle Bonn

Die Inhalte der Ausstellung mit Blick auf Kants Geschichtsphilosophie werden am Samstag, 16.03.24 in einem Kurzseminar vertiefend angeboten (6026).

Eine Beschreibung zur Ausstellungsführung finden Sie unter [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de).

**Büchen** ■ **6024** Ausstellungsführung  
PD Dr. Gunnar Schumann  
Treffpunkt: Bundeskunsthalle Bonn  
Mittwoch, 13.03.24, 18:00-19:30 Uhr  
21,40 EUR  
10 - 20 Teilnehmende



## Kant-Jahr 2024:

### Kants Geschichtsphilosophie

In seiner Geschichtsphilosophie erforscht Kant die Geschichte nicht in der bunten Fülle der Geschehnisse. Dies ist Aufgabe der empirischen Geschichtswissenschaft. In Kants Geschichtsphilosophie werden vielmehr die auf empirisch-wissenschaftlichem Wege gesicherten Phänomene aus einer normativen Perspektive, die aus der praktischen Philosophie entwickelt wurde, interpretiert. Dazu dient ein apriorischer Leitfaden, mit dem wir das mannigfaltige historische Material so deuten können, als ob es bestimmten teleologischen Regeln unterliegen würde. Damit betrachtet Kant Geschichte - soweit sie für den Menschen als praktisches Vernunftwesen von Interesse ist - und stellt damit die Frage nach dem Sinn der Geschichte.

Im Seminar wollen wir anhand gemeinsamer Lektüre ausgewählter Passagen Kants Thesen und Argumente untersuchen und bewerten und uns so einen Überblick über seine Philosophie der Geschichte verschaffen.

Literatur (wird als Auszug vorab zur Verfügung gestellt):

- Kant, Immanuel: Schriften zur Geschichtsphilosophie, hg. v. M. Riedel, Reclam 1986.
- Thies, Christian: „Kants Geschichtsphilosophie aus heutiger Sicht“. In: Olivier Agard/Françoise Lartillot (Hg.): Kant: l'anthropologie et l'histoire. Paris: L'Harmattan 2011, S. 35-49. [im Netz verfügbar].

**Büchen** ■ **6026** Kurzseminar  
PD Dr. Gunnar Schumann  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57  
Samstag, 16.03.24, 14.00-17.00 Uhr  
14,00 EUR; erm. 9,80 EUR  
10 - 16 Teilnehmende



### „Können Maschinen denken?“

Die Frage „Können Maschinen denken?“ führt tief in das Feld der Philosophie der Sprache und in das der Philosophie des Geistes hinein. In der Literatur hat sich die Unterscheidung zwischen der These der schwachen und der starken KI etabliert, die ungefähr besagt, dass schwache KI bloß menschliches Denken simuliert, während die These der starken KI behauptet, dass Maschinen tatsächlich denken (werden).

In der philosophischen Auseinandersetzung mit den Ansprüchen der KI-Forschung gilt ein Argument von John Searle als Standardeinwand



gegen die These starker KI, das des Chinesischen Zimmers (Chinese Room Argument). Es ist selbst wiederum vielfach kommentiert und kritisiert worden.

Im Seminar wollen wir uns mit einer Form von Kritik an der These der starken KI auseinandersetzen, die sich in gängigen Überblicken zur KI gar nicht findet: der Position von Ludwig Wittgenstein.

Wittgenstein führt Bedenken begrifflicher Natur an der These an, dass Maschinen denken könnten. Daraus folgt die populäre Vorstellung, dass es unsinnig sei dass Maschinen irgendwann in Zukunft denken können.

Literatur (wird als Auszug vorab zur Verfügung gestellt):

- Turing, Alan, 1950, "Computing Machinery and Intelligence," *Mind*, 59 (236): 433-60.
- Searle, John, 1981, "Minds, Brains, and Programs," *Behavioral and Brain Sciences*, 3: 417-57.
- Hacker, Peter M.S. (1993a): „Men, Minds and Machines“, in: P.M.S. Hacker: Wittgenstein: Meaning and Mind, Part I: Essays. Oxford: Blackwell Publishing, 59-82.

**Büchen** ■ **6028** Kurzseminar  
PD Dr. Gunnar Schumann  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57  
Samstag, 20.04.24, 14.00-17.00 Uhr  
14,00 EUR; erm. 9,80 EUR  
10 - 16 Teilnehmende

## Religion

### Uni im Rathaus Zwischen dichterischer Lizenz und historischer Forschung Geschichte der Reformation in Romanen

Für Details siehe Kurs Seite 24

**Büchen** ■ **1102** Vortrag mit Diskussion  
Prof. Dr. Martin Keßler  
Altes Rathaus, Bonn, Gobelinsaal  
Mittwoch, 15.05.24, 18.00-19.30 Uhr  
Entgeltfrei, Anmeldung empfohlen.  
10 - 100 Teilnehmende

### Glaube und Denken - ein Widerspruch? Zum Verhältnis von Religion und Wissenschaft

Lange Zeit bildeten Religion und Wissenschaft eine Einheit, die Wis-

senschaft war ein Teil der Religion. Ein Beispiel dafür sind die Astronomie und die Kalendersysteme nicht nur in der Alten, sondern auch in der Neuen Welt. Die Scholastik bzw. Thomas von Aquin unterschied zwischen Vernunft und Offenbarung, wobei die Offenbarung den höheren Erkenntniswert hatte.

Erst durch die sog. Kopernikanische Wende begann sich die Wissenschaft von der Religion unabhängig zu machen.

Das heliozentrische Weltbild des Kopernikus, die Evolutionstheorie von Darwin und die Neurowissenschaft bedeuten für die christliche Religion gleichzeitig Krise und Herausforderung.

Wie wird sich das Verhältnis Religion und Wissenschaft entwickeln? Welche Beziehung ist akzeptabel: Konfrontation versus Konflikt, Dialog versus Interaktion bzw. Integration? Wie sehen andere Religionen ihre Beziehung zur Wissenschaft?

**Büchen** ■ **6056** Bild-Vortrag  
Dr. Ulrike Peters  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Donnerstag, 29.02.24,  
18:00-19:30 Uhr  
6,00 EUR, Wir bitten um vorherige  
Anmeldung.  
8 - 22 Teilnehmende



### Heilung durch den Glauben? Spirituelle Heilung als religionsgeschichtliches Phänomen

„Heile du mich, Herr, so werde ich heil“ heißt es bei Jer (17,14). Körperliche Heilung und spirituelles Heil gehören eng zusammen.

Heil und Heilung spielen in allen Religionen als Krisenerfahrung eine besondere Rolle und sind heute zentrale sowie aktuelle Themen in der breiten Öffentlichkeit, sowohl im praktisch-medizinischen wie auch im religiös-spirituellen Sinn. In unserer westlich-christlichen Kultur sehen wir die Schulmedizin für die körperliche Gesundheit, die Kirche für das seelisch-geistige Heil zuständig. Aber auch die Schulmedizin öffnet sich immer mehr der sog. alternativen Medizin, die Geist und Körper als Einheit sieht. Modetrends wie Wellness, Schamanismus und generell die Esoterik verbinden gesundheitlich-körperliches Wohlergehen mit Spiritualität. Der Power-Point-Vortrag gibt einen Überblick über die Verbindung von Heil und Heilung aus medizin- und religionsgeschichtlicher Perspektive.

>>>

**Büchen** ■ **6058** Bild-Vortrag  
Dr. Ulrike Peters  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Donnerstag, 14.03.24,  
18:00-19:30 Uhr  
6,00 EUR, Wir bitten um vorherige  
Anmeldung.  
8 - 22 Teilnehmende

## Literatur

**Franz Kafka - „Ich bin Ende oder Anfang“**  
**Zum 100. Todestag des Autors**

Für Details siehe Kurs Seite 162

**Büchen** ■ **6001** Vortrag mit Lesung  
Michael Schikowski  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11  
(Saal)  
Donnerstag, 21.03.24,  
19:00-20:30 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 70 Teilnehmende

**Recht und Gerechtigkeit bei Ferdinand von Schirach**  
**Zum 60. Geburtstag des Autors**

Für Details siehe Kurs Seite 162

**Büchen** ■ **6003** Vortrag  
PD Dr. Jürgen Nelles  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11  
(Saal)  
Donnerstag, 25.04.24,  
19:00-20:30 Uhr  
entgeltfrei, eine Voranmeldung wird  
empfohlen.  
10 - 70 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.

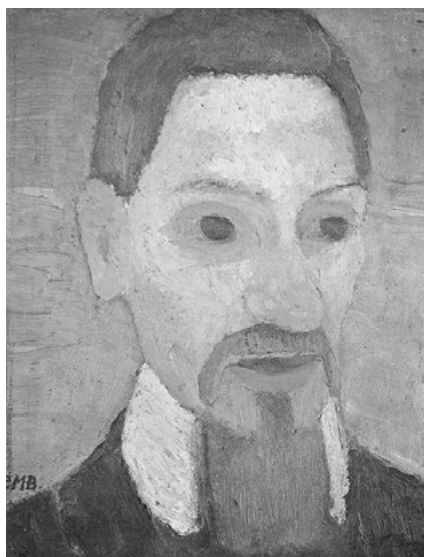
Wir planen Sie mit Ihrem Beitrag dann für einen Donnerstag-Nachmit-

tag 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 01.02.-06.06.24,  
16.00-17.30 Uhr, 5 Nachmittage  
entgeltfrei, Eine Anmeldung ist erforderlich.  
8 - 25 Teilnehmende

In Kooperation mit der  
Stadtbibliothek.

**Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen - Rilke**  
**Rezitation und Musik**



Rainer Maria Rilke, einer der bedeutendsten deutschen Dichter des 20sten Jahrhunderts, berührt mit seiner Verskunst auch heute noch die Menschen. Mit seiner kunstvollen und mitreißend melodischen Sprache wurde er zu einem der meistübersetzten deutschsprachigen Schriftsteller weltweit: Marilyn Monroe las ihn, Gerhard Schröder rezitierte ihn, Oliver Kahn interpretierte ihn, Xavier Naidoo sang seine Verse und Lady Gaga „gehen seine Texte unter die Haut“.

Die Inhalte seiner Dichtung bewegen sich von der Zerrissenheit seiner Jugendjahre zur Innerlichkeit und Vollkommenheit seines Spätwerks.

Jörg Schulze trägt in dieser Veranstaltung eine Auswahl der schönsten Gedichte des Autors vor, die von Matthias Höhn musikalisch akzentuiert und begleitet werden.

Die Rezitation wechselt sich ab mit

der musikalischen Begleitung durch den Gitarristen Matthias Höhn und beschwört so eine sehr intensive Stimmung herbei.

**Büchen** ■ **6102** Rezitation & Musik  
Jörg Schulze, Matthias Höhn  
VHS, Mülheimer Platz 1, Gr. Saal  
Donnerstag, 07.03.24,  
18.30-20.30 Uhr  
8,00 EUR, Wir bitten um vorherige  
Anmeldung.  
8 - 50 Teilnehmende

In Kooperation mit der  
Stadtbibliothek Bonn.

**„Das Vergangene ist nicht tot, es ist noch nicht einmal vergangen.“ (W. Faulkner)**  
**Literaturvorstellung:**  
**„Die Königin von Troisdorf - Wie der Endsieg ausblieb“**  
**(Kriegsenkel in der Literatur)**

Andreas' Fischers Buch hat es 2023 bis in die Shortlist der Aktion "Bonn liest ein Buch" geschafft. Dem Autor ist mit seinem autofiktionalen Roman ein Überraschungserfolg gelungen.

Die Spuren des Zweiten Weltkriegs prägen Familien teilweise bis heute. Die sogenannten Kriegsenkel, d.h., die in den 60er- und 70er-Jahren geborenen Kinder der Kriegskinder, sind in Frieden und Wohlstand aufgewachsen, erlebten aber Eltern, die in Kriegszeiten groß geworden und häufig traumatisiert worden sind. Dieses Leid wird, wie wir heute wissen, in einer Art Kettenreaktion transgenerational weitergegeben. Heute machen die Kriegsenkel ihre Erfahrungen als Kinder der traumatisierten Kriegskinder zunehmend zum öffentlichen Thema - auch literarisch.

Exemplarisch für eine emotionale Aufarbeitung der eigenen Familiengeschichte ist Andreas Fischers autofiktionaler Roman "Die Königin von Troisdorf - Wie der Endsieg ausblieb" (2021). In ihm dokumentiert der 1961 geborene Dokumentarfilmer und Autor die Geschichte seiner scheinbar ganz normalen, aber vom Nationalsozialismus geprägten Familie, einer Familie, in der für ihn kein Platz war. "Wir sollten endlich anfangen, uns gegenseitig unsere Familiengeschichten zu erzählen" (Sabine Bode).

Fortsetzung nächste Seite

Die Präsentation des Romans und die Lesung ausgewählter Textpassagen sollen den Raum für Aus-

tausch über eigene Erfahrungen eröffnen – im Idealfall für einen Austausch zwischen den Generationen.

Büchen

■ **6104** Vortrag, Lesung und Gespräch  
 Ursula Kurtenbach  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11  
 Donnerstag, 16.05.24,  
 19.00-21.00 Uhr  
 6,00 EUR, Wir bitten um vorherige Anmeldung.  
 8 - 30 Teilnehmende



**Zu Gast in der Altstadtbuchhandlung:**



**100. Todestag Franz Kafka:  
 Für das gefrorene Meer in uns:  
 Kafkas Blick auf Literatur**

Wie kaum ein anderer hat Franz Kafka mit seinem Literaturverständnis für Reibung, für neue Perspektiven und Formen gesorgt, oftmals auch für Verständnisfragen. Und nicht zuletzt hat sich eine Vielzahl an Autor:innen von Ingeborg Bachmann bis Thomas Bernhard ganz konkret auch mit seinem Werk auseinandergesetzt – egal, ob es sich um Theater-Adaptionen, Interpretationsansätze oder um biografische Annäherungen handelt. Grund genug anlässlich seines 100. Todestags einen Streifzug durch seinen Blick auf die Literatur zu unternehmen: Was bedeutet seine Idee von »kleiner Literatur« und welche gesellschaftspolitischen Möglichkeiten liegen auch heute noch darin?

Büchen

■ **6106** Vortrag  
 Dr. Simone Scharbert  
 Altstadtbuchhandlung, Breite Str. 47  
 8,00 EUR, Wir bitten um vorherige Anmeldung.  
 10 - 25 Teilnehmende

In Kooperation mit der Altstadtbuchhandlung.



## Lesetexte der Vergangenheit

In dieser Reihe werfen wir einen Blick in grundlegende Werke der literarischen Vergangenheit. Durch diesen Blick auf Längstvergangenes wird das Gegenwärtige deutlich, bekommen heutige Fragestellungen eine neue Kontur.

Fast schon Abgetanes führt uns zu ganz neuen Sichtweisen und Erkenntnissen.

## Krieg und Untergang - Das Nibelungenlied

**Uns ist in alten mæren wunders vil geseit**

In 2023 widmeten wir uns unter der Überschrift Flucht und Vertreibung der Aeneis Vergils. In diesem Jahr steht unter der Überschrift Krieg und Untergang ein Text des Mittelalters auf dem Programm: Das Nibelungenlied.

Das Nibelungenlied ist wie kaum ein anderer Text zum literarischen Urbild reiner Deutschheit erkoren worden. Heute aus diesem Text zu lesen, heißt daher immer zugleich auch die fatale Wirkungsgeschichte des Textes mitzulesen, in dem Siegfrieds Tod und Kriemhilds Rache im Mittelpunkt stehen. Die Figuren des Nibelungenliedes sind alles andere als Individuen, sie sind Verkörperungen von Rollen, deren Handlungen und Entscheidungen dem Gesellschaftsgefüge um 1200 entsprechen.

Also ein Stoff, aus dem jede Zeit ihre je eigenen Ableitungen gestaltete - bis auf den Preußenkönig Friedrich II., der, offensichtlich von der sich entwickelnden Germanistik wenig überzeugt, verlauten ließ, dass das Nibelungenlied „keinen Schuss Pulver wert“ sei. Eine Aussage, die bis in die 1960er Jahre für Klassenarbeiten der Oberstufe geeignet erschien das Gegenteil zu beweisen.

Die eigentlich Karriere des Nibelungenlied in unzähligen Verwertungsstufen startete im 19. Jahrhundert. Schließlich kam 1924, also zehn Jahre nach dem dem Beginn des Ersten Weltkriegs, der Stoff in die deutschen Kinos. Die filmische Behandlung durch die Autorin Thea von Harbou und den Regisseur Fritz Lang wird uns auch beschäftigen.

Büchen

■ **6110** Vortrag und Lesung  
 Michael Schikowski  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)  
 Mittwoch, 29.05.24, 18.00-19.30 Uhr  
 7,00 EUR  
 10 - 40 Teilnehmende



## Die Goethe-Gesellschaft zu Gast in der VHS:

**„Ich bin ein Plastiker“ - Goethes ungeschriebene Skulpturästhetik**  
 Buchvorstellung



Goethe ist ernst zu nehmen, wenn er sich einen „Plastiker“ nennt. Er hat in Rom selber modelliert.

Als Denkmalsentwerfer, Berater und Freund der wichtigsten klassizistischen Bildhauer, als Dichter mit Skulptur-Imaginationen und als Morphologe mit einem dynamischen Formbegriff bewegen ihn letztlich aus seinem „gegenständlichen Denken“ heraus die weiterführenden Potentiale der Plastik.

Das Buch behandelt erstmals auf integrale Weise diese seine „Besessenheit“ (Ernst Beutler). Es versucht darüber hinaus die Grundzüge seiner Skulpturästhetik und das besondere Interesse gerade moderner Bildhauer daran aufzudecken.

Büchen

■ **6111** Vortrag  
 Prof. Dr. Christa Lichtenstern  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)  
 Donnerstag, 11.04.24,  
 19.00-21.00 Uhr  
 entgeltfrei, Wir bitten um vorherige Anmeldung.  
 10 - 50 Teilnehmende



## Goethes Farbenkreis im Spektrum von Newton bis August Macke



Der Chemie-Nobelpreisträger Wilhelm Ostwald (1853-1932) beschäftigte sich seit 1904 mit der Theorie und Praxis von Farben und würdigte in seinem 1923 erschienenen Werk „FARBKUNDE“ auch Goethes Farbenlehre bzw. dessen Farbenkreis, wobei er zugleich dessen Grenzen aufzeigte. Ostwald entwickelte einen eigenen Farbkreis und berichtete aus der Entwicklungsgeschichte von Farbkreisen, -Dreiecken, -Kugeln und -Pyramiden. Sie wurden von Physikern wie Newton, Tobias Mayer und Johann Heinrich Lambert, vom französischen Chemiker Chevreul, dem Physiologen Hering, dem Dichter Goethe sowie den Malern Philipp Otto Runge und August Macke entwickelt und beschrieben.

Alle genannten Farbenlehren werden im Vortrag im Bild mit Erläuterungen und in Bezug auf Ostwalds Farbkreis ausführlich vorgestellt.

**Büchen** ■ **6112** Vortrag  
 Prof. Dr. Georg Schwedt  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11  
 (Saal)  
 Donnerstag, 06.06.24,  
 19.00-21.00 Uhr  
 entgeltfrei, Wir bitten um eine vorhe-  
 rige Anmeldung.  
 10 - 50 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 172

**Büchen** ■ **6356ON** Vortrag  
 Dr. Simone Scharbert  
 Online-Angebot  
 Freitag, 08.03.24, 13:30-14:30 Uhr  
 entgeltfrei  
 10 - 45 Teilnehmende



### Literarische Stadtführung

Die literarische Stadtführung durch die Bonner Innenstadt beginnt mit Hinweisen auf Wilhelm Schmidt-bonns „Der dreieckige Marktplatz“ vor dem Alten Rathaus, führt zum Alten Zoll mit dem Arndt-Denkmal (in nettem Kontrast zu Ulrich Rückriems Heine-Denkmal direkt daneben), berichtet über Karoline Großmanns Anteil an der Bonner Theatergeschichte des 18. Jahrhunderts, wirft einen Blick auf Johanna und Gottfried Kinkels Wohnung im Poppelsdorfer Schloss, Luigi Pirandellos komfortables Studierzimmer am Kaiserplatz und endet auf dem Alten Friedhof mit Erläuterungen zu den Gräbern von A. W. Schlegel, Ph. J. Rehfuess, Adele Schopenhauer u. a. .

Treffpunkt: vor am Alten Rathaus/  
 Markt Bonn

Dauer: ca. 2 Stunden

**Büchen** ■ **6406** Stadtpaziergang  
 Dr. Arnold Maurer  
 Treffpunkt: Marktplatz vor dem Alten  
 Rathaus Markt 2, 53111 Bonn  
 Sonntag, 05.05.24, 11.00-13.00 Uhr  
 7,00 EUR, Die Teilnehmerzahl ist be-  
 grenzt. Eine Anmeldung ist erforder-  
 lich.  
 8 - 14 Teilnehmende



### Literarische Stadtführung in englischer Sprache

English people along the River Rhine in historical times? Certainly during the period of Romanticism („Rheinromantik“) or on their „Grand Tour“ to Italy; some of them stayed in Bonn, lived here and we buried on the „Alter Friedhof“. But this literary guided



tour not only mentions Byron's text on the Drachenfels or italian Luigi Pirandellos letter about a visit to this mountain. You also come to know about nationalistic Ernst Moritz Arndt and his monument on the Alter Zoll, the monument on Heinrich Heine, Bonn's 18th century theatre-history (when a woman led the court theatre), other famous students (as Hoffmann von Fallersleben, who wrote the text of the German National Anthem, and Friedrich Nietzsche), the local reading society („LESE“), writing women (as Johanna and Adele Schopenhauer) and the 'literary salon' of Sibylle Mertens-Schaaffhausen.  
 Meeting-point: marketplace before the „Altes Rathaus“ (Old Town Hall)  
 Duration: about 2 hours

**Büchen** ■ **6408** Stadtpaziergang  
 Dr. Arnold Maurer  
 Am Marktplatz vor dem Alten Rat-  
 haus Markt 2, 53111 Bonn  
 Sonntag, 12.05.24, 11.00-13.00 Uhr  
 7,00 EUR, Die Teilnehmerzahl ist be-  
 grenzt. Eine Anmeldung ist erforder-  
 lich.  
 8 - 14 Teilnehmende

### gehört zur Kategorie Literatur: Bücherfrühling auf der Apollinaris-Schleife

Für Details siehe Kurs Seite 163

**Büchen** ■ **6432** Wanderung mit  
 Buchvorstellungen  
 Christel Cader, Heike Kallenberg  
 Remagen, Parkplatz Apollinaris  
 Kirche  
 Samstag, 25.05.24, Beginn: 13.00  
 Uhr, Ende ca. 17.00 Uhr  
 16,00 Euro, eine Anmeldung ist  
 erforderlich  
 10 - 50 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. Literaturpädagogie (www.wolfradt.de). Er verfügt über langjährige Erfahrung und Übung in der Durchführung von abwechslungsreichen Online-Schreibkursen.

**Büchen** ■ **6121ON** Kurs  
 Dr. Jörg Wolfradt  
 Online-Angebot  
 Montags 26.02.-10.06.24,  
 18.30-21.30 Uhr, 7 Abende  
 139,76 EUR; erm. 109,35 EUR,  
 Kurs läuft 14-tägig.  
 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 1.58  
Samstag, 09.03.24, 10:00-18:00 Uhr,  
Sonntag, 10.03.24, 10:00-16:00 Uhr  
79,09 EUR; erm. 60,63 EUR,  
inkl. 2,- EUR Materialkosten.  
6 - 9 Teilnehmende



### „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. In den Vorleserunden geben Sie sich gegenseitig Rückmeldungen und kommen in Austausch über Ihre Schreibprozesse.

Der Kurs ist geeignet für Anfängerinnen und Schreibende mit ersten Schreiberfahrungen.

**Büchen** ■ 6126 Kurs  
Kerstin Kurrat  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.59  
Dienstags 20.02.-07.05.24,  
19.00-20.45 Uhr, 10 Abende  
89,71 EUR; erm. 66,96 EUR  
6 - 9 Teilnehmende



Das Sommerprogramm mit neuen Kursen wird ab März veröffentlicht. Bitte beachten Sie die aktuellen Hinweise auf der Homepage!

## Einstieg ins kreative Schreiben: Gedichte

Leicht und spielerisch steigen wir ins Schreiben lyrischer Texte ein. Wie wird aus persönlichen Gedanken oder Beobachtungen ein verdichteter Text, ein Gedicht? Sie lernen Methoden des kreativen Schreibens und Gedichtformen kennen. Außerdem arbeiten wir mit Texten verschiedener AutorInnen. Der Schwerpunkt liegt auf Gedichten ohne Reim.

Der Kurs ist geeignet für Anfängerinnen und Schreibende mit ersten Schreiberfahrungen.

**Büchen** ■ 6127 Wochenendworkshop  
Kerstin Kurrat  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.56  
Samstag und Sonntag,  
04.05.-05.05.24, 10.00-16.00 Uhr,  
2 Tage  
54,90 EUR; erm. 41,46 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.

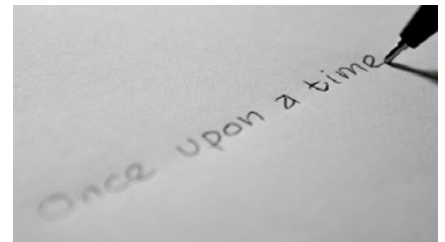
Alle Interessierten, Anfänger und Erzähler, sind herzlich willkommen!

**Büchen** ■ 6130 Wochenendworkshop  
Clarissa Welter  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46  
Sonntag, 25.02.24, 10.00-17.00 Uhr  
34,28 EUR; erm. 25,83 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



## Storytelling - Geschichten im eigenen Leben finden und gezielt nutzbar machen.

Vielleicht denken Sie manchmal, dass andere aus ihren Erlebnissen



ebenfalls etwas lernen könnten. Doch wie findet man die passende Geschichte für die eigene ganz persönliche Zielgruppe? Und wie kann ich meine Erfahrung dann auch noch spannend weitergeben?

So etwas muss nicht immer lang sein.

In diesem Workshop geht es nicht um biographisches Schreiben, sondern darum, Erlebtes in Form einer Geschichte von 3-10 min frei zu erzählen. Dazu begeben wir uns auf eine Suche durch Ihr Leben, um Geschichten zu finden, zu schleifen und gezielt nutzbar zu machen. Wir legen die Botschaft frei, die Sie transportieren möchten und üben uns im lockeren freien Erzählen, damit Sie mit Ihrer Geschichte Ihre Zuhörer mitreißen und begeistern können. Haben Sie schon eine Idee für Ihre Geschichte? Dann freue ich mich, wenn Sie dabei sind.

**Büchen** ■ 6132 Wochenendworkshop  
Clarissa Welter  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.46  
Sonntag, 17.03.24, 10.00-16.00 Uhr  
29,92 EUR; erm. 22,77 EUR  
6 - 8 Teilnehmende



**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 19.02.-27.05.24,  
18.30-20.45 Uhr, 12 Abende  
121,30 EUR; erm. 86,74 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** Workshop  
Elke Feist  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Samstag, 16.03.24, 10:30-16:30 Uhr,  
Sonntag, 17.03.24, 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** Workshop  
Elke Feist  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Samstag, 13.04.24, 10:00-17:00 Uhr  
33,84 EUR; erm. 25,52 EUR  
8 - 15 Teilnehmende

**Musik / Singen**

**Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen - Rilke  
Rezitation und Musik**

Für Details siehe Kurs Seite 165

**6102** Rezitation & Musik  
Jörg Schulze, Matthias Höhn  
VHS, Mülheimer Platz 1, Gr. Saal  
Donnerstag, 07.03.24,  
18.30-20.30 Uhr  
8,00 EUR, Wir bitten um vorherige  
Anmeldung.  
8 - 50 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

Anzeige

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

und Seele.

Bringen Sie bitte ein paar warme Socken mit, da der Raum nicht mit Strampschuhen zu betreten ist.

**Büchen** ■ **6251** Kurs am Nachmittag  
Amalia Fabrizius

VHS, Am Michaelshof 2, Atelier  
Mittwochs 21.02.-12.06.24,  
16.45-17.45 Uhr, 14 Abende  
65,84 EUR; erm. 47,92 EUR  
7 - 20 Teilnehmende

**Büchen** ■ **6252** Kurs am Vormittag  
Amalia Fabrizius

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11  
(Mehrzweckraum 1)  
Freitags 23.02.-07.06.24,  
11.30-12.30 Uhr, 14 Vormittage  
65,84 EUR; erm. 47,92 EUR  
8 - 22 Teilnehmende

## Singen nach Herzenslust Eine musikalische Mittagspause

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.

Bringen Sie bitte ein paar warme Socken mit, da der Raum nicht mit Strampschuhen zu betreten ist.

**Büchen** ■ **6253** Kurs am Vormittag  
Amalia Fabrizius

VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11  
(Mehrzweckraum 1)  
Freitags 23.02.-07.06.24,  
12.45-13.45 Uhr, 14 Vormittage  
65,85 EUR; erm. 47,92 EUR  
8 - 21 Teilnehmende

## Besuchsreihe: Treffpunkt: Oper!

Sie besuchen exklusiv mit der VHS ausgewählte Generalproben in der Bonner Oper.

Vor dem gemeinsamen Besuch erhalten Sie eine Einführung, in den Pausen können Sie sich austauschen und das Gehörte und Erlebte diskutieren.

## Eugen Onegin P.I. Tschaikowskij (1840 – 1893) Lyrische Szenen in drei Akten nach Alexander Puschkin

Weitere Informationen finden Sie unter [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de).

**Büchen** ■ **6270** Operneinführung  
Claudia Rapp-Neumann  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11  
(Saal)

Freitag, 01.03.24, ab 18:00 Uhr  
26,60 EUR; erm. 20,45 EUR  
10 - 30 Teilnehmende

## Die Liebe zu den drei Orangen Serge Prokofieff (1891 – 1953) Oper in einem Prolog und vier Akten

Weitere Informationen finden Sie unter [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de).

**Büchen** ■ **6272** Operneinführung  
Claudia Rapp-Neumann  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11  
(Saal)

Freitag, 12.04.24, ab 18:00 Uhr  
26,60 EUR; erm. 20,45 EUR  
10 - 30 Teilnehmende

Die Veranstaltungen 6270 und 6272



finden in Zusammenarbeit mit der Oper Bonn statt.

## Kunstgeschichte

### Caspar David Friedrich Wanderer zwischen den Welten Zum 250. Geburtstag des Künstler

Für Details siehe Kurs Seite 162

**Büchen** ■ **6002** Vortrag  
Dr. Carl Körner  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11  
(Saal)

Donnerstag, 18.04.24,  
19:00-20:30 Uhr  
entgeltfrei, eine Voranmeldung wird empfohlen.  
10 - 70 Teilnehmende

## Auf den Spuren von Seurat: Der Pointillismus

Georges Seurat (1859-1891) war der erste Künstler, der sich mit Farbtheorie beschäftigte. Es ging ihm um die Steigerung der Farbigkeit durch die raffinierte Benutzung der Spektralfarben unter Einbindung der Leuchtkraft eines weißen Hintergrunds.

Seurats berühmtestes Bild heißt „Sonntagnachmittag auf der Ile de la Grande Jatte“, es ist das bedeutendste Bild im Art Institute von Chicago. Zwei Jahre hat er an dem Bild gearbeitet. Seine Technik des Divisionismus wurde Vorbild für viele pointillistische Gemälde der mit ihm befreundeten Künstler: Paul Signac, Camille Pissarro, André Derain etc. Dazu gehörte auch Henri Edmond Cross. Ihm hat jüngst das Barberini Museum in Potsdam eine wunderbare Ausstellung gewidmet unter dem Titel: „Farbe und Licht, der Neoimpressionist Henri E. Cross“. Auch die Sammlung Corboud im Wallraf-Richartz-Museum Köln hat Meisterwerke des Pointillismus von Cross und anderen, z.B. von Théo van Rysselberghe mit Bildern von Meeresküsten.

Schließlich entdeckten diese Künstler solche malerischen Orte wie St. Tropez und Collioure aber auch (wie Monet) die Normandie. Der Vortrag enthält also auch eine Reise entlang der französischen Küste.

**Büchen** ■ **6307** Vortrag  
Hermann F. Schweitzer  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Donnerstag, 07.03.24,  
19:00-20:30 Uhr  
6,00 EUR, Wir bitten um vorherige Anmeldung.  
8 - 25 Teilnehmende

## Der Jugendstil - Art Nouveau: Architektur und Design

Vor genau 130 Jahren entwarf der belgische Architekt Victor Horta die legendäre Villa Tassel in Brüssel (1893). Dieses phantastische Haus mit seiner organisch-floralen Formensprache ist zum Glück erhalten geblieben und heute das viel besuchte Horta-Museum.

Brüssel war eine Metropole des Jugendstils, genauso wie Wien. In Wien waren es neben Otto Wagner und Josef Hoffmann auch der Deutsche Josef Olbrich, der das Sezessionsgebäude entwarf, bis heute berühmt für seine florale Baldachin-Kuppel.

Es war eine riesige Bewegung, aber nur für kurze Zeit. In Wien deutete sich schon früh eine Weiterentwicklung an, denn der üppig-dekorative



Stil mit seinen individualistisch geprägten Formen war teuer. Der Vortrag soll einen knappen Überblick liefern über die Grundprinzipien und Formensprachen des Jugendstils und umfasst die Bereiche Architektur, Interieur und Design.

**Büchen** ■ **6308** Vortrag  
Hermann F. Schweitzer  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Donnerstag, 11.04.24,  
19:00-20:30 Uhr  
6,00 EUR, Wir bitten um vorherige Anmeldung.  
8 - 25 Teilnehmende

## Paris 1874: Revolution in der Kunst

### Vom Salon zum Impressionismus

Vor 150 Jahren fand in Paris vom 15. April bis zum 15. Mai 1874 die erste Ausstellung der später weltberühmten Impressionisten statt. Bis 1886 sollten sieben weitere Impressionisten-Ausstellungen folgen. Namensgebend war Claude Monets Gemälde „Impression - soleil levant“ von 1872.

Kennzeichnend für die impressionistische Malerei ist die Abkehr von der konventionellen Ateliermalerei und den starren Lehren der Pariser Kunstakademie. Mit ihrer neuen Malweise aus sichtbaren kleinen Strichen und Punkten, hellen und zum Teil transparent wirkenden Farben sowie dem Arbeiten im Freien versuchten die Künstler:innen das natürliche Licht in ihren Bildern wiederzugeben.

Wie es dazu kam, dass sich die Maler:innen abseits der etablierten Salon-Ausstellungen der Pariser Akademie selbst organisierten, warum ihre Kunst zunächst abgelehnt und später weltweit gefeiert wurde, das präsentiert und analysiert das Wallraf-Richartz-Museum vom 15. März bis zum 28. Juli 2024 exklusiv in Köln.

Die spannende Entwicklung der Kunst des Impressionismus wird dabei anhand von Motiven und Gattungen sowie am Beispiel namhafter Künstler:innen wie Edgar Degas, Berthe Morisot, Claude Monet, Auguste Renoir, Alfred Sisley und einiger mehr nachgezeichnet.

Der Vortrag führt in die kunst- und kulturhistorischen Bedingungen in der 2. Hälfte des 19. Jahrhunderts in Frankreich ein und stellt quasi die „Geburt des Impressionismus“ sowie ausgewählte Protagonist:innen anhand von Bildbeispielen in einer Powerpoint-Präsentation vor.

Beachten Sie auch die Führung durch die Ausstellung durch Fr. Dr.

Schmid (VeranstaltungsNr. 6312)

**Büchen** ■ **6310** Vortrag  
Dr. Angelika Schmid  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Donnerstag, 13.06.24,  
19:00-20:30 Uhr  
7,00 EUR, Wir bitten um vorherige Anmeldung.  
5 - 25 Teilnehmende

## Paris 1874: Revolution in der Kunst

### Ausstellungsrundgang im Wallraf-Richartz-Museum und der Fondation Corboud

Zur Beschreibung siehe Veranstaltung 6310.

**Büchen** ■ **6312** Ausstellungsführung  
Dr. Angelika Schmid  
Treffpunkt: Foyer des Wallraf-Richartz-Museums & Fondation Corboud, Obenmarspforten 40, Am Kölner Rathaus, 50667 Köln  
25,20 EUR, inkl. 12,- EUR Eintritt ins Museum.  
10 - 25 Teilnehmende

[Schriftliche Anmeldung erforderlich!](#)

## Katharina Grosse. Studio Paintings 1988-2023

### Geführter Ausstellungsbesuch im Kunstmuseum Bonn

Internationales Renommée hat Katharina Grosse durch ihre mit der Farbspritzpistole gestalteten Werke erlangt und in Bonn ist es ihr gelungen, mit der imposanten Arbeit „Seven Days Time“ von 2011 den Außen- und Zugangsbereich des Kunstmuseums markant zu akzentuieren.

Im Fokus dieser Ausstellung (April-Oktober 2024) stehen großformatige, farbintensive, im Atelier entstandene Leinwandarbeiten von Katharina Grosse. Die 1961 in Freiburg geborene Künstlerin gilt als eine der prägendsten Maler\*innen ihrer Generation. Sie experimentiert frei mit der physischer Präsenz der Farbe, erkundet das sensorische und politische Potenzial sowie die Fähigkeit, Bewegung zu visualisieren.

Die Präsentation ist in die beiden thematischen Felder Erfindungen und Revisionen und Brüche gliedert und veranschaulicht in vielfältiger Weise, wie es der Künstlerin gelingt, mit unterschiedlichen gestalterischen Methoden das Medium Malerei aufzubrechen, zu erweitern und neu zu interpretieren.

Treffpunkt: Foyer des Kunstmuseums Bonn, 11.15 Uhr

**Büchen** ■ **6316** Ausstellungsführung  
Dr. Angelika Schmid  
Treffpunkt: Foyer im KunstMuseum, Friedrich-Ebert-Allee 2, 53113BN  
Samstag, 29.06.24, 11:15-13:15 Uhr  
13,10 EUR, Eine Anmeldung vorab ist notwendig.  
10 - 20 Teilnehmende

## Immanuel Kant und die offenen Fragen

### „Habe Mut, Dich Deines eigenen Verstandes zu bedienen.“

#### Geführter Ausstellungsrundgang

Ohne Zweifel gehört Immanuel Kant (1724 - 1804) zu den bedeutendsten Denkern und Philosophen der europäischen Aufklärung.

Seine Gedanken und Überlegungen zu zentralen Werten wie Menschenwürde, Moral und Völkerrecht und seine Erkenntnistheorie haben auch 300 Jahre nach seiner Geburt nichts von ihrer Aktualität und Dringlichkeit verloren. Von zentraler Bedeutung sind nach wie vor seine vier berühmten Fragen: „Was kann ich wissen? Was soll ich tun? Was darf ich hoffen? Was ist der Mensch?“ Sie bilden die Struktur der sehenswerten Ausstellung in Bonn.

Kants Biografie und seine philosophischen Ansätze werden unter anderem auch mittels innovativer Vermittlungsformate wie einer großformatigen Graphic Novel und dem Einsatz von Virtual Reality anschaulich gemacht, womit ein breites Publikum angesprochen werden soll. Seien Sie auch gespannt auf die akribische Rekonstruktion der weltoffenen, vormaligen Hansestadt Königsberg, in der Kant 73 Jahre lang lebte, und die 1944/45 fast vollkommen zerstört wurde.

Treffpunkt: Foyer der Kunst- und Ausstellungshalle Bonn, um 10.45 Uhr; Beginn der Führung: 11.00 Uhr

**Büchen** ■ **6318** Ausstellungsführung  
Dr. Angelika Schmid  
Treffpunkt: Bundeskunsthalle Bonn, 10.45 Uhr  
21,40 EUR  
10 - 25 Teilnehmende

**Kulturgeschichte**

**Weltfrauentag 8. März 2023:**

Am Tag des Weltfrauentags laden wir Sie ein, sich ernsthaft-vergnügli- ch 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.



**■ 6356ON** Vortrag  
Dr. Simone Scharbert  
Online-Angebot  
Freitag, 08.03.24, 13:30-14:30 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 45 Teilnehmende

**Porzellan - Ein ganz besonderes „Gold“**

Es bedurfte sozusagen reaktiver Prozesse zwischen alchemistischem und aufklärerischem Denken, das 1709 in Dresden - erstmals in Euro- pa - ein „gutes weißes Porzellan samt der allerfeinsten Glasur ...be- werkstellig(t)“ werden konnte.

Der Vortrag folgt der spannenden Geschichte und Entwicklung des Porzellans. Es wurde zu einem der Luxusprodukte des 18. Jahrhunderts, daher auch sein Name "weißes Gold".



**■ 6360** Vortrag  
Dr. Michael Unterberg  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
Freitag, 03.05.24, 18.00-19.30 Uhr  
6,00 EUR, eine Anmeldung wird empfohlen  
10 - 25 Teilnehmende

**„75 Jahre Grundgesetz. Demokratie made in Bonn.“**

**Demokratie leben!**

Rund um das große Fest zur Feier der Demokratie am 25. Mai 2024 wird die Bundesstadt Bonn mit vielen Partnern das Jubiläum "75 Jahre Grundgesetz" das ganze Jahr hin- durch feiern.

Das Grundgesetz für die Bun- desrepublik Deutschland wurde am 23. Mai 1949 vom Parlamen- tarischen Rat im Museum König ver- kündet.

Auch die VHS Bonn wird in Koope- ration mit unterschiedlichen städ- tischen Institutionen in zahlreichen Veranstaltungen auf dieses zentrale Ereignis hinweisen.

Sie finden die Veranstaltungen, die sukzessive auf der Homepage eingestellt werden immer aktuell unter [www.vhs-bonn.de/Stichwort "Demokratie"](http://www.vhs-bonn.de/Stichwort/Demokratie).

**■ 6370**

Buchen

**Der Burgfriedhof von Bad Godesberg**

**Ein kunst- und kulturgeschichtlicher Spaziergang**

Auf dem Godesberg, von den Fran- ken als „Wuodensberg“, der Berg Wotans bezeichnet und wohl ent- sprechend kultisch genutzt, wurden bereits im 9./10. Jahrhundert Ver- storbene beerdigt. Im 12. Jahrhun- dert errichtet man eine Michaelska- pelle. In den folgenden zwei Jahr- hunderten ließen die Kölner Erzbis- chöfe die Godesburg errichten, die im Truchsessischen Krieg (1583 - 1588) weitreichend zerstört wurde.

Der Kern des heutigen Burgfriedhof entstand ab 1805/06. Seine reprä- sentativen Grabmäler, darunter eini- ge beeindruckende Mausoleen, vor- wiegend des Großbürgertums präg- ten lange Zeit den Charakter dieses teilweise von Burgruinenmauern ein- gefriedeten „Hofes“. Ähnlich ihrer Häuserfassaden finden sich auf den Grabsteinen und -monumenten Stil- elemente des Klassizismus und His- torismus, des Jugendstils, Art Dekos ebenso wie aus der Bauhauszeit und Moderne.

**■ 6410** Kultureller Fried- hofsrundgang

Dr. Michael Unterberg  
Treffpunkt: Friedhof Bad Godesberg, Am Burgfriedhof, 53177 Bonn  
Samstag, 25.05.24, 16.00-17.30 Uhr  
8,00 EUR, schriftliche Anmeldung er- forderlich.  
5 - 18 Teilnehmende

**75 JAHRE  
GRUNDGESETZ.  
DEMOKRATIE MADE IN  
BONN.**

**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  
 8,00 EUR  
 15 - 21 Teilnehmende

In Kooperation mit Arboretum Park Härle.

**Kultur und Nachhaltigkeit**

**Impulsreihe 5 vor 12**  
**Infolunch für mehr Nachhaltigkeit**  
**in der Kultur in Bonn**

Die Koordinierungsstelle Kultur und Nachhaltigkeit bietet in Kooperation mit der Volkshochschule Bonn für Bonner Akteure aus Kultur und Sport eine sechsteilige Impulsreihe im Themenkomplex Nachhaltigkeit an.

Die Impulse werden im Rahmen der Entwicklung der Nachhaltigen Kulturstrategie für Bonn angeboten und sollen allgemeine Einstiege ins Thema, Kontakte zu ExpertInnen im Feld der Nachhaltigkeit und Ideen aus Best-Practice-Beispielen für die eigene Arbeit bieten.

Sie finden die Angebote der Impulsreihe unter dem Stichwort "Impulsreihe" unter [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de).

**Büchen** ■ **6380ON** Online-Veranstaltungen per Zoom  
 entgeltfrei

In Kooperation mit der Koordinierungsstelle Kultur und Nachhaltigkeit

Das Sommerprogramm mit neuen Kursen wird ab März veröffentlicht. Bitte beachten Sie die aktuellen Hinweise auf der Homepage!

**Architektur im Fokus**



DEUTSCHE STIFTUNG  
 DENKMALSCHUTZ

Wir bauen auf Kultur.

**Landschaftsgärten im Rheinland**

Weitere Informationen finden Sie unter [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de).

**Büchen** ■ **6350** Vortrag  
 Dr. Rita Hombach  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)  
 Der Termin stand zur Drucklegung noch nicht fest.  
 entgeltfrei  
 10 - 50 Teilnehmende

**Neue Beziehungen zum Beton**  
**Ein Erfahrungsbericht aus dem**  
**Netzwerk Werkstatt Baukultur**  
**Bonn**

Ausgehend von der studentischen Initiative Beethovenhalle hat das Netzwerk Werkstatt Baukultur Bonn seit 2011 daran gearbeitet, einen neuen Blick auf das gebaute Erbe des 20. Jahrhunderts in der Stadt zu verbreiten.

Die Qualitäten von modernen Bau- denkmälern wie dem Frankenbad oder den HICOG-Siedlungen sollten deutlicher werden - und vielleicht könnte man sogar „Betonmonster“ wie das Stadthaus oder das „Bonner Loch“ auf den zweiten Blick ganz

Anzeige

**DIE ENERGIEWENDE STEHT VOR DEINER TÜR.**

Mit besonders breitem Angebot an Wärme für heute und morgen und unserer persönlichen Beratung finden wir gemeinsam mit dir den besten Weg, dein Heim zukunftsfähig und nachhaltig zu heizen.

**NUR MIT DIR SIND WIR 100% KNAUBER®**

Deine Wärmelösung – für heute und morgen:  
[knauber-energie.de](http://knauber-energie.de)

1 Politik, Wissenschaft und Internationales

2 Lebensegestaltendes Lernen

3 Fremdsprachen

4 Deutsch und Integration

5 Beruf, IT und Digitales

6 Kultur und Kunst

7 Gesundheit und Ernährung

8 Service

sympathisch finden? Anfangs war diese Arbeit getragen von viel studentischem Engagement, mit der Zeit wurde sie professioneller und es entstanden Projekte mit anderen Bonner Akteuren. Geblieben ist die Kombination von Wissensvermittlung und unbeschwerter Lust auf neue Eindrücke, ob in Bonns „kunterbuntem Untergrund“, bei der „Besichtigung einer Abrisswelle“ oder „auf Achse“ in Bad Godesberg.

Inzwischen verlangt die Klimakrise auch über die Ästhetik hinaus eine neue Beziehung zum Beton: Die umweltfreundlichsten Gebäude sind die, die schon stehen, wenn sie passgenau saniert und neuen Nutzungen zugeführt werden können. Baukultur muss deshalb mehr als bisher Umbaukultur werden.

- 6386** Vortrag  
 Dr. Alexander Kleinschrodt  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)  
 Mittwoch, 15.05.24, 19:00-20:30 Uhr  
 entgeltfrei  
 10 - 50 Teilnehmende

Die Veranstaltungen 6350 und 6386 finden in Kooperation mit der Deutschen Stiftung Denkmalschutz / Ortskuratorium Bonn/Rhein-Sieg statt.



### 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 werden in den kommenden Semestern zeigen, welche Impulse andere Trägerinnen und Träger des Pritzker-Preises der Baukultur im 20. und 21. Jahrhunderts gegeben haben.

### Der Architekt David Chipperfield Pritzker-Preisträger 2023

Die Arbeit des britischen Architekten David Chipperfield lässt sich kaum kurz zusammenfassen:

Sein Architektur-Unternehmen ist weltweit aktiv, besonders wichtig waren für ihn aber Projekte in Berlin und er war auch mehrfach in Nordrhein-Westfalen tätig. Neubauten von David Chipperfield Architects haben keinen einheitlichen Stil, doch ohnehin wird Chipperfield am meisten für das „Bauen im Bestand“ und für minutiöse Sanierungsarbeiten geschätzt. Außerdem arbeitet er auch als Designer und war Kurator der bedeutenden Architekturbiennale Venedig.

2023 wurde David Chipperfield 70 Jahre alt und erhielt den renommierten Pritzker-Preis – Grund genug also für einen Rückblick und auch einige kritische Anmerkungen.

- 6390** Vortrag  
 Dr. Alexander Kleinschrodt  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.49  
 Mittwoch, 05.06.24, 19.00-20.30 Uhr  
 7,00 EUR  
 10 - 25 Teilnehmende

### Park im Wandel - Ein Kleinod in Bonn

#### Stiftung Park Härle

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de).

- 6400** Vortrag  
 Dipl.-Ing. Michael Dreisvogt  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.11 (Saal)  
 Donnerstag, 14.03.24,  
 19:00-20:30 Uhr  
 7,00 EUR  
 10 - 50 Teilnehmende

## Blickpunkt Bonn

### Die Bonner Südstadt ein Architektur-Rundgang

Mittlerweile ist wohl das vierte Buch über die Bonner Südstadt erschienen, ein monumentaler Prachtband, herausgegeben von Franz Josef Talbot (2018), dem ehemaligen Leiter der Denkmalpflege. Lange Zeit galt unter Architekten und Kunsthistorikern die Architektur des 19. Jahrhunderts wegen ihres starken reproduktiven und „patchwork“-artigen Charakters als minderwertig. Alle Stilarten der Vergangenheit von Antike über Gotik bis Renaissance und Barock sind vertreten.. allerdings alles in „Neo“- also Neobarock oder Neorenaissance. Es ist bezeichnend, dass sich bis heute kein/e Kunsthistoriker/in der Uni Bonn damit ausführlich beschäftigt hat. Lassen Sie sich begeistern vom relativ intakten, komplett unter Denkmalschutz ste-

henden Stadtviertel „Südstadt“. Neben der Architektur des Historismus („Gründerzeit“) gibt es auch vereinzelt Beispiele des Jugendstils, die verstreut - als kleine Minderheit - aufzuspüren sind. Wir machen einen erhellenden Rundgang.

- 6402** Rundgang  
 Hermann F. Schweitzer  
 Poppelsdorfer Allee/Ecke Prinz-Albert-Str. - auf der Grünfläche der Allee  
 Freitag, 26.04.24, 16.00-17.30 Uhr  
 8,00 EUR, Per Überweisung oder Lastschrift, keine Tageskasse.  
 Schriftliche Anmeldung erforderlich!  
 10 - 20 Teilnehmende



### Literarische Stadtführung

Die literarische Stadtführung durch die Bonner Innenstadt beginnt mit Hinweisen auf Wilhelm Schindobonns „Der dreieckigen Marktplatz“ vor dem Alten Rathaus, führt zum Alten Zoll mit dem Arndt-Denkmal (in nettem Kontrast zu Ulrich Rückriems Heine-Denkmal direkt daneben), berichtet über Karoline Großmanns Anteil an der Bonner Theatergeschichte des 18. Jahrhunderts, wirft einen Blick auf Johanna und Gottfried Kinkels Wohnung im Poppelsdorfer Schloss, Luigi Pirandellos komfortables Studierzimmer am Kaiserplatz und endet auf dem Alten Friedhof mit Erläuterungen zu den Gräbern von A. W. Schlegel, Ph. J. Rehfuß, Adele Schopenhauer u. a.

Treffpunkt: vor am Alten Rathaus/ Markt Bonn  
 ca. 2 Stunden

- 6406** Stadtpaziergang  
 Dr. Arnold Maurer  
 Am Marktplatz vor dem Alten Rathaus Markt 2, 53111 Bonn  
 Sonntag, 05.05.24, 11.00-13.00 Uhr  
 7,00 EUR, Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Eine Anmeldung ist erforderlich.  
 8 - 14 Teilnehmende



### Literarische Stadtführung in englischer Sprache

English people along the River Rhine in historical times? Certainly during the period of Romanticism („Rheinromantik“) or on their „Grand Tour“ to Italy; some of them stayed in Bonn, lived here and we buried on the „Alter Friedhof“. But this literary guided tour not only mentions Byron's text on the Drachenfels or Italian Luigi Pirandello's letter about a visit to this mountain. You also come to know about nationalistic Ernst Moritz Arndt and his monument on the Alter Zoll,

the monument on Heinrich Heine, Bonn's 18th century theatre-history (when a woman led the court theatre), other famous students (as Hoffmann von Fallersleben, who wrote the text of the German National Anthem, and Friedrich Nietzsche), the local reading society („LESE“), writing women (as Johanna and Adele Schopenhauer) and the 'literary salon' of Sibylle Mertens-Schaaffhausen.

Meeting-point: marketplace before the „Altes Rathaus“ (Old Town Hall)  
2 hours

## ■ 6408 Stadtpaziergang

Dr. Arnold Maurer

Am Marktplatz vor dem Alten Rathaus Markt 2, 53111 Bonn

Sonntag, 12.05.24, 11.00-13.00 Uhr,

1

7,00 EUR, Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Eine Anmeldung ist erforderlich.

8 - 14 Teilnehmende



## 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 ent stehen neue, wunderschöne Ausblicke.

Die Führung wird geleitet von Michael Dreisvotg, 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“.

## ■ 6420 Parkführung

Dipl.-Ing. Michael Dreisvotg

Treffpunkt: Eingang zum Arboretum Park Härle

8,00 EUR

15 - 21 Teilnehmende

In Kooperation mit Arboretum Park Härle.

## Architektonische Zeitschichten am Münsterplatz

### Architekturspaziergang mit Diskussion

Ein städtisches Umfeld wie der Münsterplatz ist selten „aus einem Guss“ entstanden. Vielmehr setzt sich der heutige Eindruck aus vielen Zeitschichten zusammen: Bauwerke wurden verändert, Neues kam hinzu, sodass sich das hergebrachte, vertraute Stadtbild eigentlich aus Umbauten, Überschreibungen und Ergänzungen ergeben hat. Kann es sein, dass wir diese Uneinheitlichkeit zu oft übersehen, das Einheitliche gegenüber dem Vielfältigen zu stark bevorzugen? Und welche Spuren wird wohl unsere eigene Epoche hier hinterlassen?

Treffpunkt: am Seiteneingang zum Bonner Münster (Nordseite zum Münsterplatz)

## ■ 6425 Architektur-Spaziergang

Dr. Alexander Kleinschrodt

Treffpunkt: Bonner Münster, am Seiteneingang (Nordseite zum Münsterplatz)

7,00 EUR

10 - 18 Teilnehmende

In Kooperation mit dem StadtMuseum Bonn; Begleitveranstaltung zur Vitrinenausstellung, die im Frühjahr 2024 den Stadtbezirk "Bonn" beleuchtet.

## Kulturwandern im Rheinland

### Ein Tag in Koblenz - auf kurtrierischen und preußischen Spuren

„Ad confluentes“, bei den Zusammenfließenden, nannten die Römer ihr Kastell an der Moselmündung. Die kurtrierische Nebenresidenz Koblenz wurde zunächst Sitz des Oberpräsidiums der Provinz Großherzogtum Niederrhein, später Hauptstadt der preußischen Rheinprovinz. Als Festung Koblenz entstand hier eines der stärksten Festungssysteme in Europa. Vom wichtigen preußischen Garnisonsstandort („Wacht am Rhein“) zeugt vor allem die auf dem

jenseitigen Rheinufer gelegene Festung Ehrenbreitstein. Markantes vaterländisches Symbol aus der preußischen Zeit ist das Reiterstandbild Kaiser Wilhelms I. am Deutschen Eck.

Die Stadterkundung führt am Vormittag durch die historische Altstadt mit etlichen bedeutenden Häuserzeilen und Baudenkmalern.

Danach Auffahrt mit der Seilbahn auf den Ehrenbreitstein mit Führung und individueller Mittagspause.

Am Nachmittag Abfahrt mit dem Schrägaufzug in den Ortsteil Ehrenbreitstein, mit Spurensuche in der ehemaligen kurtrierischen Residenzstadt (u.a. Mutter Beethoven-Haus). Überfahrt mit der Personenfähre „Schängel“ zurück nach Koblenz.

Fortsetzung des stadthistorischen Rundgangs am Rheinufer. Ausklang im Weindorf Koblenz in den Rheinanlagen, Nähe der Pfaffendorfer Rheinbrücke.

Die An- und Abreise mit der Deutschen Bahn AG ist nicht im Entgelt enthalten, entweder Deutschlandticket oder individuelles Lösen einer Fahrkarte von Bonn nach Koblenz.

Das Ringticket für die Seilbahn, Eintritt in die Festung, Schrägaufzug und Personenfähre beträgt pro Person € 24,00 und ist im Entgelt enthalten. Keine Ermäßigung möglich.

Abfahrt Bonn Hbf. 8.57 Uhr (RE 5, Gl. 3), Treffpunkt 8.45 Uhr auf dem Bahnsteig, Zustiege sind auf der linksrheinischen Bahnstrecke ab Bonn Hbf. an jeder Haltestelle möglich. Bitte bei der Anmeldung gewünschten Zustiegsbahnhof angeben. Die Teilnehmer sitzen im ersten Wagen. Bei eigener Anreise nach Koblenz, Treffpunkt 9:45 Uhr an der Herz-Jesu-Kirche, Löhrrondell 1A, Koblenz

Rückkehr nach Bonn ca. 19.00 - 20.00 Uhr.

## ■ 6430 Stadterkundung

Dr. Inge Steinsträsser

Treffpunkt: Hauptbahnhof Bonn; Info-stand, 53111 Bonn

Samstag, 27.04.24, 8.45-20.00 Uhr

36,00 EUR

10 - 14 Teilnehmende



## Online-Veranstaltungen

### Schreiben kann man lernen! Einführung in das Kreative Schreiben - Onlinekurs

Ausführliche Beschreibung unter Kategorie "Literatur"

**Büchen** ■ **6121ON** Kurs  
Dr. Jörg Wolfradt  
Online-Angebot  
Montags 26.02.-10.06.24,  
18.30-21.30 Uhr, 7 Abende  
139,76 EUR; erm. 109,35 EUR, Kurs  
läuft 14-tägig.  
6 - 9 Teilnehmende



### Weltfrauentag 8. März 2023

### „Mehr Stolz, ihr Frauen!“, Ein heiter bis ernster Streifzug durch die Geschichte des Internationalen Frauentags Online zur besten Mittagszeit

Ausführliche Beschreibung unter Kategorie "Kulturgeschichte"

**Büchen** ■ **6356ON** Vortrag  
Dr. Simone Scharbert  
Online-Angebot  
Freitag, 08.03.24, 13:30-14:30 Uhr  
entgeltfrei  
10 - 45 Teilnehmende



### In Kooperation mit der VHS Voreifel

### ONLINE-VORTRAG: Von Hütten der Jagd zu Häusern der Poesie. Die alpinen Quartiere der bayerischen Könige Max II. und Ludwig II.

Wer an Ludwig II. von Bayern denkt, hat gleich seine weltberühmten Schlösser vor Augen. Doch nicht in ihnen verbrachte der König die meiste Zeit, sondern in seinen zahlreichen Berghütten zwischen Lenggries und Füssen, zwischen Lech und Isar. Es sind diese für einen großen Touristenzuspruch ungeeigneten Orte, in denen er arbeitete und träumte. Die Liebe zu den Bergen übernahm Ludwig von seinem Vater Maximilian, der die Mehrzahl der Hütten als Pirschhäuser errichten ließ, um von ihnen aus seiner Jagdleidenschaft nachzugehen. Mit dem Tod Maximilians II. wandelte sein Sohn die Jagdhäuser in friedliche Residenzen, „wo ich auflebe in wonniger Einsamkeit, fern der Welt, die stets mich verkennt“ (an Richard Wagner im Juni 1867). Ludwigs Begeisterung für die Alpenwelt („Welche Sehnsucht habe ich nach den Bergen.“) zeigt sich auch darin, dass er zusätzliche Bauten errichten

ließ, darunter das Schachenhaus mit einem orientalischen Salon. Der Ludwig-II.-Biograf Marcus Spangenberg aus Regensburg führt mit seinem bilderten Vortrag zu den schönsten Plätzen der bayerischen Alpen und bietet Geschichte und Geschichten rund um zwei Könige.

Für die Teilnehmer\*innen besteht ausreichend Zeit, dem Ludwig-II.-Biografen aus Regensburg Fragen zu stellen. Weitere Informationen über den Dozenten unter [www.mar-cusspangenberg.de](http://www.mar-cusspangenberg.de).

Sie erhalten rechtzeitig vor Veranstaltungsbeginn eine E-Mail mit den Link-Zugangsdaten.

**Büchen** ■ **6369ON** Vortrag  
M .A. Marcus Spangenberg  
Online-Angebot

Donnerstag, 29.02.24,  
19:00-20:30 Uhr  
8,00 EUR, Um schriftliche Anmeldung wird gebeten.  
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!

Der Zeichenkurs beinhaltet folgende Themen: Punkte und Striche werden 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, DIN A3-Papier (ab 120g) oder größer.

Der Kurs findet online mit dem Konferenztool „Zoom“ statt. Nach Anmeldung senden wir Ihnen rechtzeitig vor Beginn des Kurses per E-Mail einen AnmeldeLink. Sie benötigen keine besonderen Programmvoraussetzungen oder Registrierungen, lediglich einen Computer mit Kamera/Lautsprecher und einem stabilen Internetzugang. Zu den Systemvoraussetzungen finden Sie eine kurze hilfreiche Anleitung unter folgendem Link: <https://www.vhs-bonn.de/info-und-service/info-zu-online-kursen-fuer-kursleitende.html>

**Büchen** ■ **6620ON** Online-Kurs  
Karin Friedrich  
Online-Angebot  
Mittwochs 21.02.-20.03.24,  
19.00-20.30 Uhr, 5 Abende  
46,70 EUR; erm. 34,52 EUR  
8 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis 07.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

## Ausstellungen

### 75 Jahre Grundgesetz: Pictures for Human Rights

Ausstellung

Die Ausstellung wird eröffnet am Donnerstag, 23. Mai 2024 auf dem Mülheimer Platz vor dem Haus der Bildung.

Weitere Informationen finden Sie auf der Homepage [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de).

**Büchen** ■ **6500** Ausstellung  
VHS, Mülheimer Platz 1  
Donnerstag 23.05.2024  
entgeltfrei



### Workshops zur Ausstellung: Pictures for Human Rights

Rund um die Eröffnung der Ausstellung werden zwei Workshops angeboten.

Weitere Informationen erhalten Sie auf der Homepage [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de).

**Büchen** ■ **6500A** Workshops  
VHS, Mülheimer Platz 1  
jeweils am Freitag und Samstags,  
24.05. und 25.05.24, Uhrzeit wird  
noch festgelegt.  
entgeltfrei

### Die faszinierende Welt der Ölmalerei

Die Teilnehmer:innen des Kurses "Ölmalerei" von Klaus Ackermann zeigen ihre Werke. Zu sehen ist ein repräsentativer Querschnitt über die faszinierenden Möglichkeiten der Ölmalerei.

Die Ausstellung beginnt am Do., 29. Februar 2024. Die Vernissage findet voraussichtlich am gleichen Abend um 18.00 Uhr statt.

Zu dieser Ausstellung laden wir alle Kunstfreunde herzlich ein.

**Büchen** ■ **6505** Ausstellung  
VHS, Mülheimer Platz 1, Foyer  
(Saal)  
entgeltfrei

## Aquarellmalerei aus den Botanischen Gärten

Teilnehmer:innen aus den Aquarellkursen der Künstlerin Lisa Bille stellen aus.

Die Ausstellung beginnt am Freitag, den 26. Juli 2024, im Botanischen Garten Bonn und endet am Sonntag, den 11. August 2024.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de).

Büchen

■ **6510** Ausstellung  
Botanische Gärten Bonn, Seiteneingang Meckenheimer Allee 171  
Freitag, 26. Juli bis Sonntag, 11. August 2024  
entgeltfrei



## Zeichnen / Malen

### Online-Kurs: Mal dich stark, durch Potenzialentfaltung

Für Details siehe Kurs Seite 59

Büchen

■ **2114** Online-Kurs  
Katharina Domscheit-D'souza  
Online-Angebot  
Mittwochs 06.03.-24.04.24,  
18.30-21.00 Uhr, 6 Abende  
90,40 EUR; erm. 65,11 EUR, Anmeldung erforderlich  
7 - 10 Teilnehmende

### Online-Kurs: Impuls-Malerei! Freude durch Experimentieren

Mit zum Experimentieren, erfahren Sie in diesem Kurs durch spielerisches und intuitives Ausprobieren! Mit einfachen Entspannungsübungen der Meditation, Imagination und achtsamen Hineinspüren in den Körper entdecken und schöpfen Sie an den sechs Abenden Inspiration, Experimentierfreude und Vertrauen. Es wird mit verschiedenen Malutensilien und Materialien ausprobiert, um neue Ideen und Impulse zu erhalten, die den Beginn eines neuen Bildes erleichtern. Überzeugen Sie sich selbst darüber, wie wohltuend es ist, ihrer Intuition zu folgen und Vertrauen durch Experimentieren zu gewinnen.

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 internationale Kunst- und Gestaltungstherapeutin und Coachin für kreative Potenzialentfaltung. 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.

Büchen

■ **21570N** Online-Kurs  
Katharina Domscheit-D'souza  
Online-Angebot  
Mittwochs 15.05.-19.06.24,  
18.30-21.00 Uhr, 6 Abende  
90,40 EUR; erm. 65,11 EUR, Anmeldung erforderlich  
7 - 10 Teilnehmende

An Materialien benötigen Sie lediglich einen Block Papier (mind. Din A3 groß und 180-220mg schwer pro Blatt), ein paar Pinsel sowie einen Wasserfarb- oder Aquarellfarbkasten. Wer zusätzlich mag, Pastellkreide oder Öl/Wachskreide.



### Proportions- und Aktzeichnen Für Anfänger\*innen 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. Modellkosten von ca. 40 EUR pro Person (bei Vollbelegung des Kurses) sind zu Kursbeginn an den Dozenten zu entrichten.

Büchen

■ **6529** Kurs  
Stuart Goss  
Kulturzentrum Hardtberg, Atelier, Rocusstr. 276, 53123 Bonn  
Dienstags 20.02.-30.04.24,  
19.00-21.15 Uhr, 9 Abende  
118,15 EUR; erm. 84,53 EUR, zzgl. Modellkosten von ca. 40 EUR pro Person (bei Vollbelegung), die zu Kursbeginn an den Dozenten zu entrichten sind.  
10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis 06.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!



### Figur im Raum - Aktzeichnen Für Anfänger\*innen 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 von ca. 30 EUR pro Person je nach Anzahl der Kursteilnehmenden, die zu Kursbeginn an die Dozentin zu entrichten sind.

Büchen

■ **6530** Kurs  
Elisabeth Bille  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)  
Mittwochs 21.02.-10.04.24,  
18.00-20.15 Uhr, 6 Abende  
80,80 EUR; erm. 58,39 EUR, zzgl. Modellkosten von ca. 30 EUR pro Person (je nach Anzahl der Teilnehmenden), die zu Kursbeginn an die Dozentin zu entrichten sind.  
10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis 07.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!



Das Sommerprogramm mit neuen Kursen wird ab März veröffentlicht. Bitte beachten Sie die aktuellen Hinweise auf der Homepage!

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

## Aktzeichnen - nur für Frauen - mit Ruth Tauchert Für Anfängerinnen und Fortgeschrittene

Der Workshop lädt alle Frauen ein, die Interesse am Aktzeichnen haben und in einer besonderen, offenen Atmosphäre das Zeichnen und vor allem das Sehen erlernen möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, ohne Hemmschwelle sind Anfängerinnen und Fortgeschrittene eingeladen, ihre Skizzen auf Papier zu bringen. Nicht das ganz Genaue, das Perfekte steht im Vordergrund, sondern das Erfassen des Flüchtigen, der Idee. Die Zeichnungen können auch mit Tusche oder Aquarell bearbeitet werden.

Bitte bringen Sie Zeichenmaterial nach Wunsch mit, das Papier sollte idealerweise mindestens DIN A3-Format haben, besser größer, ruhig auch Packpapierrollen/Makulaturpapier (Rolle) bis DIN A1.

Zzgl. ca. 12-15 EUR pro Teilnehmerin für Modellkosten (auch weiblich), die direkt an die Dozentin zu entrichten sind.

**Büchen** ■ **6531** Wochenend-Workshop  
Ruth Tauchert  
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier  
Samstag, 02.03.24, 10.00-18.00 Uhr  
45,98 EUR; erm. 34,92 EUR, zzgl.  
ca. 12-15 EUR pro Teilnehmerin für  
Modellkosten (auch weiblich), die direkt an die Dozentin zu entrichten sind.  
8 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
17.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Aktzeichnen mit Ruth Tauchert Für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene

Der Workshop lädt alle ein, die Interesse am Aktzeichnen haben und in einer besonderen, offenen Atmosphäre das Zeichnen und vor allem das Sehen erlernen möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, ohne Hemmschwelle sind Anfänger\*innen und Fortgeschrittene eingeladen, ihre Skizzen auf Papier zu bringen. Nicht das ganz Genaue, das Perfekte steht im Vordergrund, sondern das Erfassen des Flüchtigen, der Idee. Die Zeichnungen können auch mit Tusche oder Aquarell bearbeitet werden.

Bitte bringen Sie Zeichenmaterial nach Wunsch mit, das Papier sollte idealerweise mindestens DIN A3-Format haben, besser größer, ruhig auch Packpapierrollen/Makulaturpapier (Rolle) bis DIN A1.

Zzgl. ca. 12-15 EUR pro Teilneh-

mer\*in für Modellkosten, die direkt an die Dozentin zu entrichten sind.

**Büchen** ■ **6532** Wochenend-Workshop  
Ruth Tauchert  
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier  
Sonntag, 03.03.24, 10.00-18.00 Uhr  
45,98 EUR; erm. 34,92 EUR, zzgl.  
ca. 12-15 EUR pro Person für Modellkosten, die direkt an die Dozentin zu entrichten sind.  
8 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
18.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Reiseskizzenbuch 2024 Für Anfänger\*innen

Mit Stift und Skizzenblock Reiseindrücke 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** Wochenend-Workshop  
Cornelia Jung  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50  
Samstag, 09.03.24, 14:00-18:00 Uhr,  
Sonntag, 10.03.24, 11:00-18:00 Uhr  
50,53 EUR; erm. 37,20 EUR  
10 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
24.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

## Reiseskizzenbuch 2024 Für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene

In diesem Kurs wollen wir die Kenntnisse des perspektivischen Zeichnens vertiefen. In Absprache mit den Teilnehmer\*innen stehen neben den Grundregeln folgende Themen zur Auswahl: Kreise und Ellipsen, Treppen, Spiegelungen, Licht und Schatten, Vegetation und Landschaftselemente. In Skizzen nach Reismotiven werden ausserdem verschiedene Darstellungstechniken und die Reduktion auf das Wesentliche geübt. Dieser Kurs kann als Ergänzung zum Kurs H6537 belegt werden. Er baut aber nicht auf diesem Kurs auf und kann auch ganz eigenständig, auch von Anfänger\*innen, gebucht werden.

Bitte mitbringen: Skizzenblock oder Skizzenbuch (bis DIN A3), Bleistifte (z.B. HB, 2B-6B), evtl. Fineliner und Buntstifte.



**Büchen** ■ **6538** Wochenend-Workshop  
Cornelia Jung  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50  
Samstag, 25.05.24, 14:00-18:00 Uhr,  
Sonntag, 26.05.24, 11:00-18:00 Uhr  
53,95 EUR; erm. 39,59 EUR  
10 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
11.05.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Aquarell: Technik und mehr Für Einsteiger\*innen

Ein gutes Aquarell sollte leicht aussehen - dies zu erreichen ist leider nicht ganz so leicht. Der Kurs wendet sich an Anfänger\*innen und Interessierte mit wenig Malerfahrung. Das Beherrschen der technischen Möglichkeiten ist eine wichtige Voraussetzung für ein gelungenes Bild. Wir wollen uns intensiv mit der Eigenheit und der Vielfalt der Aquarelltechnik auseinandersetzen. Dazu wird ausführlich erklärt, vorgeführt, aber auch selbst geübt. Unser Ziel ist, lockere Bilder zu malen. Darauf werden wir anhand zunächst einfacher, später anspruchsvollerer Motiven hinarbeiten.

Bitte am 1. Kurstag mitbringen: Aquarellblock (z.B. Hahnemühle Echt-Bütten Aquarell matt 200g) max. 30x40 cm, Aquarell-Rundpinsel Größe 8, Aquarellfarben in Näpfchen (empfohlen: Reingelb, Zinnoberrot, Krapplack dunkel, Ultramarin feinst, Phthaloblau, Siena natur, Siena gebrannt von Schmincke), Wassergefäß, Bleistift B, Skizzenpapier DIN A4. Weitere Materialien werden besprochen.



Büchen

■ **6549** Kurs  
Dr. Holger Figge  
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier  
Montags 19.02.-08.04.24,  
18.00-20.15 Uhr, 6 Abende  
79,90 EUR; erm. 58,84 EUR  
10 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
05.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Aquarellieren Für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse

Lust auf Farbe? Lust darauf, zu entdecken wie vielfältig und facettenreich Aquarellfarbe sein kann? In diesem Kurs lernen Sie in gut strukturierten Einheiten die grundlegenden Techniken wie Nass in Nass, Lavierungen und Lasieren kennen. Dazu gibt es einen kleinen Einblick in die Farbenlehre und hilfreiche Tipps zum gezielten Mischen des passenden Farbtons. Im Kurs arbeiten wir mit den Cotman-Farben von Winsor und Newton. Außerdem werden wir bei einigen Themen mit der Kombination von Farbe und Aquarellstiften experimentieren.

Sie brauchen für den Kurs nichts mitzubringen oder vorher einzukaufen, da Sie eine umfangreiche Komplettausstattung mit verschiedenen Pinseln, Aquarellkasten mit 18 Farben und einem Aquarellblock für alle Termine zur Verfügung gestellt bekommen. Am letzten Termin werden Sie die Möglichkeit bekommen, viele bekannte Qualitäten für Aquarellfarben, Stifte, Pinsel und Papiere erst einmal auszuprobieren und bekommen eine Fülle an hilfreichen Tipps für die Zusammenstellung Ihrer ganz individuellen Aquarell-Ausstattung. Die Materialkosten betragen 22 EUR pro Teilnehmer\*in und werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Büchen

■ **6550** Wochenend-Workshop  
Anja Renner  
VHS, Kirchplatz 6, Raum E.01  
Samstag und Sonntag,  
24.02.-25.02.24, 10.00-16.30 Uhr  
80,50 EUR; erm. 58,18 EUR, zzgl.  
22 EUR Materialkosten, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden.  
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
10.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Aquarellmalen am Mittwochvormittag

Aufbauend auf vorhandenen Grundkenntnissen werden wir uns in diesem Kurs wieder Schritt für Schritt vielseitige Bildthemen erarbeiten. Dabei kommen auch verschiedene Hilfsmittel und ergänzende Materialien wie Aquarellstifte, Maskiermedien, granulierende Farben und strukturierende Techniken zum Einsatz, um zu einer spannenden Bildgestaltung zu gelangen.

Dieser Kurs richtet sich an die Teilnehmer\*innen des vorangegangenen Mittwochskurses als Weiterführung und an alle, die schon mit Aquarellfarben gemalt haben und Anregung und Hilfestellung zum Auffrischen und Vertiefen der vorhandenen Grundkenntnisse suchen. Dieser Kurs ist daher nicht für Anfänger\*innen geeignet.

Eine Materialliste wird Ihnen zwei Wochen vor Kursbeginn zugesandt. Die Materialkosten betragen 5 EUR pro Teilnehmer\*in und werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Büchen

■ **6551** Kurs  
Anja Renner  
VHS, Kirchplatz 6, Raum E.01  
Mittwochs 28.02.-24.04.24,  
9.45-12.00 Uhr, 7 Vormittage  
111,10 EUR; erm. 79,60 EUR, zzgl. 5  
EUR Materialkosten, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden.  
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
14.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

Büchen

■ **6552** Kurs  
Anja Renner  
VHS, Kirchplatz 6, Raum E.01  
Mittwochs 08.05.-19.06.24,  
9.45-12.00 Uhr, 7 Vormittage  
111,10 EUR; erm. 79,60 EUR, zzgl. 5  
EUR Materialkosten, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden.  
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
24.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Die Pinien von Rom Aquarellieren zu mediterranen Themen

Rom bietet für einen Maler unendlich viele Motive: beeindruckende und manchmal bizarre Pinien, Akanthus, historische Bauten und die verwunschenen Ecken von Trastevere, 366 Kirchen, rostige Brücken über dem Tiber, Zitronen- und Olivenbäume, Bocca della Verità oder weniger bekannte Stellen wie der Orangenhain auf dem Aventino, ... und über allem das intensive, mediterrane Licht Italiens.



Schon mal mit Macaron Farben gemalt?  
In diesem Kurs frischen wir die  
Grundtechniken auf, und experimentieren  
auch mit frischen Themen im Bereich  
Watercolour

Wir werden uns den Motiven und dabei auch ganz besonders den eindrucksvollen Pinien, die das Gesamtbild von Rom so unverwechselbar prägen mit Zeichnung und Aquarellfarbe nähern. Dabei werden wir charakteristisches im Detail erarbeiten, um es dann später in einer eigenständigen Bildgestaltung einzusetzen. Zur Anregung und Vorlage dienen Fotos aus meiner Zeit, in der ich in Rom am Gianicolo gelebt habe, und aktuelle Aufnahmen und Skizzen aus 2023. Wir werden die Themen strukturiert und vielfältig mit Stiften und Aquarellfarben erarbeiten.

Grundkenntnisse im Zeichnen und Aquarellieren sind dabei hilfreich, der Kurs ist also nicht für absolute Anfänger\*innen geeignet.

Eine Materialliste wird Ihnen zwei Wochen vor Kursbeginn zugesandt. Die Materialkosten betragen 5 EUR pro Teilnehmer\*in und werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Büchen

■ **6553** Kurs  
Anja Renner  
VHS, Kirchplatz 6, Raum E.01  
Donnerstags 11.04.-02.05.24,  
9.45-12.00 Uhr, 4 Vormittage  
66,10 EUR; erm. 48,10 EUR, zzgl. 5  
EUR Materialkosten, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden.  
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
28.03.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Im Rausch der Farben Granulierende Aquarellfarben aus Pigmenten selber herstellen

Haben Sie schon mal mit granulierenden oder metallischen Aquarellfarben gemalt? Kennen Sie Macaron-Farben?

In diesem Kurs wollen wir klassische, aber eben auch diese ausdrucksstarken Aquarellfarben aus Pigmenten und Bindemitteln wie Gummiarabicum etc. selber herstellen. Die Pigmente und Binder werden dazu auf einer Glasplatte mit einem Läufer oder Malspachtel innig vermischt und erzeugen immer wieder neue, aufregende und einzigartige Farben. Wir werden mit diesen außergewöhnlichen

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

wöhnlichen Farben natürlich auch malen, der Schwerpunkt liegt aber auf dem meditativen und experimentellen Mischen und Testen Ihrer eigenen Farbwünsche.

Vorkenntnisse sind keinerlei erforderlich, der Kurs ist also sowohl für Fortgeschrittene wie auch für absolute Anfänger\*innen geeignet.

Alle benötigten Materialien (Pigmente etc.) werden von der Dozentin gestellt. Bringen Sie bitte nur Ihre Aquarellpinsel und Aquarellpapier zum Ausprobieren der Farben mit. Es ist auch möglich, über die Dauer des Kurses eine Aquarell-Ausstattung von der Dozentin zu mieten, nehmen Sie dazu bitte mit dem Fachbereich Kunst der VHS Kontakt auf.

Eine Materialliste wird Ihnen zwei Wochen vor Kursbeginn zugesandt. Die Materialkosten betragen 26 EUR pro Teilnehmer\*in und werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

- Büchen** ■ **6554** Wochenend-Workshop  
Anja Renner  
VHS, Kirchplatz 6, Raum E.01  
Samstag und Sonntag,  
04.05.-05.05.24, 10.00-16.30 Uhr  
80,50 EUR; erm. 58,18 EUR, zzgl.  
26 EUR Materialkosten, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden.  
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
20.04.2024, 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 Rohrfeder 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 Farbkleckern.

Materialkostenabrechnung je nach

Verbrauch direkt mit der Dozentin für Tusche, Rohrfeder, Japanpapier ..., ca. 20-25 EUR.

- Büchen** ■ **6555** Wochenend-Workshop  
Elisabeth Bille  
Treffpunkt: Eingang Japanischer Garten, Rheinaue, 53113 Bonn  
Samstag und Sonntag,  
22.06.-23.06.24, 10.00-16.00 Uhr  
61,84 EUR; erm. 46,44 EUR, zzgl.  
ca. 20-25 EUR Materialkosten je nach Verbrauch, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden.  
10 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
08.06.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Kreativität in Aktion Malen mit Acrylfarbe für Anfänger\*innen

Dieser Kurs bietet den Teilnehmer\*innen erste Einblicke in die Vielseitigkeit der Acrylmalerei. Die Teilnehmenden lernen mit verschiedenen Vorgangsweisen - mit deckendem, lasierendem oder pastosem Farbauftrag - eine weisse Leinwand mit Acrylfarben zu gestalten. Durch das Experimentieren mit Acrylfarben lassen sich schon mit einer kleinen Farbpalette praktisch alle Nuancen mischen. Ziel ist es, Neugierde und Begeisterung zu wecken, die sich in Mut und Tatendrang ausdrücken und sich in überraschende und individuelle Malergebnisse verwandeln. In freier und individueller Arbeitsweise und vor allem mit viel Spass werden Sie ein realistisches oder abstraktes Kunstwerk gestalten. Bildbesprechungen sowie eine große Abschlussbesprechung begleiten den Kurs. Eine detaillierte Liste der Materialien wird zwei Wochen vor Kursbeginn verschickt.

- Büchen** ■ **6559** Kurs  
Edith Ruppelt-Kosecki  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)  
Dienstags 20.02.-23.04.24,  
18.00-20.15 Uhr, 7 Abende  
103,75 EUR; erm. 74,46 EUR  
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
06.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

## Kreativität in Aktion Malen mit Acrylfarbe für Fortgeschrittene

Inspiriert von Natur und aktuellem Leben werden unsere Motive Landschaft und Städte sein, die nach klassischen Prinzipien wie Ästhetik, Stimmung und Kompositionen und persönlicher Beziehung ausgewählt werden. In Kombination mit Mixed Media werden unsere Acrylfarben zum Leuchten gebracht.

Eigene Stärken sollen erkannt und gefördert sowie ein Urvertrauen entwickelt werden, um überraschende, individuelle Ergebnisse zu schaffen. Jedes Bild braucht eine Seele. Der Mut zum Risiko, zur Phantasie und Offenheit soll Neues zulassen. Das Ziel dieses spannenden und herausfordernden Kurses ist es, eine eigene Handschrift und künstlerische Qualität zu entwickeln. Bildbesprechungen begleiten dabei den Prozess der künstlerischen Arbeit. Eine detaillierte Liste der Materialien wird zwei Wochen vor Kursbeginn verschickt.

- Büchen** ■ **6560** Kurs  
Edith Ruppelt-Kosecki  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)  
Mittwochs 08.05.-19.06.24,  
18.00-20.15 Uhr, 7 Abende  
111,10 EUR; erm. 79,60 EUR  
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
08.05.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Malen mit Acryl Dialogisches Malen

In dem Wochenendkurs „Dialogisches Malen“ steht das Spiel und der Spaß - nicht das fertige Werk - im Vordergrund. Wir werden erst in 2er- und 3er-Gruppen über unsere Linien und Flächen in einen Dialog treten und am Ende auch in der großen Gruppe zusammen malen.

Das „Dialogische Malen“ bietet die Möglichkeit die anderen Kursteilnehmer\*innen und auch sich selber über eine ganz neue Form kennen zu lernen. Gemeinsam finden wir heraus, was eine sanfte liebevolle Linie mit uns macht, aber auch wie es ist, einen Strich durch die Rechnung zu bekommen. Ganz nach dem persönlichen Wohlbefinden, darf auch der Körper mit eingesetzt werden: Wie ist es z.B. wenn ich die Hand meines Gegenübers mit meiner leite oder mich zwischen das Bild und eine malende Person stelle. Zwischendurch werden wir gemeinsam reflektieren, welche Emotionen in uns ausgelöst wurden und wie man diese wieder



malerisch verwandeln kann. Der Kurs ist für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene geeignet. Eine detaillierte Liste der Materialien wird zwei Wochen vor Kursbeginn verschickt.

**Büchen** ■ **6561** Wochenend-Workshop  
Elisa Marie Zelmer  
VHS, Kirchplatz 6, Raum E.01  
Freitag, 01.03.24, 16:00-20:00 Uhr,  
Samstag, 02.03.24, 10:00-16:00 Uhr  
50,45 EUR; erm. 37,14 EUR  
10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
16.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

## Malen mit Acryl Freie Abstrakte Malerei

Der Kurs „Abstrakte Malerei“ lädt die Teilnehmer\*innen ein, über ihren Körper in eine freie experimentelle Farbwelt einzutauchen, das Auge zu schulen und ein Gefühl für Ausgeglichenheit in ihren Bildern zu entwickeln. Wir werden verschiedene Künstler\*innen und Positionen der „Abstrakten Malerei“ kennenlernen, Materialien und Techniken ausprobieren sowie in die Kompositionslehre eintauchen. Ganz nach dem Motto: „Alles kann, nichts muss“, eröffnet der Kurs auch den Raum weitere Materialien, wie Ölkreiden und Buntstifte, mit in den Prozess einzubinden. Der Kurs ist für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene geeignet. Eine detaillierte Liste der Materialien wird zwei Wochen vor Kursbeginn verschickt.

**Büchen** ■ **6562** Wochenend-Workshop  
Elisa Marie Zelmer  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)  
Freitag, 03.05.24, 16:00-20:00 Uhr,  
Samstag, 04.05.24, 10:00-16:00 Uhr  
50,45 EUR; erm. 37,14 EUR  
10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
19.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!

## Offenes Atelier Wochenakademie mit Acryl & Budenzauber

In diesem Mal-Format stellt die Dozentin jede Woche neue Themen, Materialien und Techniken in der experimentellen abstrakten Acrylarbeit vor. Der Hauptgedanke ist - neben der fachlichen Begleitung - die „freie Arbeit“ für jede\*n Künstler\*in. Jede\*r kann neue Techniken erlernen, bekanntes Wissen vertiefen oder frei arbeiten an eigenen Bildern.

In der Kursgebühr ist eine Materialpauschale von 48 Euro enthalten. Das Materialpaket beinhaltet verschiedene kleinere Malgründe wie Leinwand, Holz, Papier, Pappe, verschiedene Maltücher, Farben, Tinten, Pigmente, Binder, Papiere, Pinsel, Spachtel, Steinmehle, Bauspachtelmassen, Kleber, Töpfe, Reinigungstücher uvm.

Alte, mitgebrachte Bilder können besprochen und neu bearbeitet werden. Für die farbliche Gestaltung bitte eigene Farben mitbringen. Das Maß von 60 x 80 cm darf nicht überschritten werden. Zusätzlich verbrauchtes Material wird nach Großhandelspreis vor Ort mit der Dozentin abgerechnet.

Bitte mitbringen: Küchenpapier, Marmeladenglas, alte Kleidung, Wassersprühflasche, ggf. altes Bettlaken.

**Büchen** ■ **6570** Kurs  
Annette Valeska Predeek  
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier  
Dienstags 27.02.-12.03.24,  
10.00-13.30 Uhr, 3 Vormittage  
129,35 EUR; erm. 108,85 EUR, zzgl.  
Materialkosten für zusätzlich verbrauchtes Materialien für mitgebrachte Bilder, die mit der Dozentin abgerechnet werden.  
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
13.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Büchen** ■ **6571** Kurs  
Annette Valeska Predeek  
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier  
Dienstags 27.02.-12.03.24,  
15.30-18.30 Uhr, 3 Nachmittage  
119,59 EUR; erm. 102,02 EUR, zzgl.  
Materialkosten für zusätzlich verbrauchtes Materialien für mitgebrachte Bilder, die mit der Dozentin abgerechnet werden.  
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
13.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Büchen** ■ **6572** Kurs  
Annette Valeska Predeek  
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier  
Donnerstags 11.04.-25.04.24,  
10.00-13.30 Uhr, 3 Vormittage  
129,35 EUR; erm. 108,85 EUR, zzgl.  
Materialkosten für zusätzlich verbrauchtes Materialien für mitgebrachte Bilder, die mit der Dozentin abgerechnet werden.  
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
28.03.2024, 12.00 Uhr, möglich!

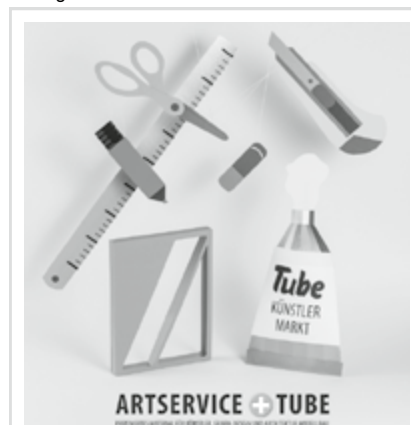
## Acryl experimentell Sinnliches Venedig

Ein Kurs sowohl für Anfänger\*innen als auch Fortgeschrittene, die das „besondere“ Material lieben. Die Grundlage ist eine besonders große Leinwand mit starkem Tuch. Diese wird mit Spachtelmasse und Material aus Venedig oder anderen Ländern Schicht um Schicht aufgebaut und mit Teilschüttungen aus Pigmenten, hochwertigen Farben und Tinten farbig gestaltet. Kleine Rostfundstücke, Steinstaub aus dem 17. Jahrhundert sowie Blattgold oder Silber machen jedes Bild zum Unikat und erzählen eigene Geschichten.

In der Trockenzeit gestalten wir venezianische Postkarten, die wir mit Wachs veredeln. Auf kleineren Malgründen werden andere Techniken und Materialien gezeigt und verarbeitet.

In der Kursgebühr ist die professionell

Anzeige



Theodor-Heuss-Ring 18  
am Ebertplatz  
50668 KÖLN  
Tel.: 0221 / 9128860  
www.artservice-tube.de  
artservice-tube.kln@t-online.de



nelle Ausstattung in Höhe von 58 Euro enthalten. Das Materialpaket beinhaltet 2 bis 4 Malgründe, Steinmehle, Acrylfarben, Pigmente aus Venedig, Tinten, Pinsel, Spachtel, Töpfe, handgeschöpfte Papiere, Binder, Asche, Beizen, Steinstaub und Rostfundstücke aus Venedig. Blattgold und Silber sind in der Pauschale enthalten.

Bitte mitbringen: Küchenpapier, Glas mit Deckel, Fön, alte Kleidung, Wassersprühflasche, ggf. alte Briefe, alte Bettlaken.

- Büchen** ■ **6573** Wochenend-Workshop  
Annette Valeska Predeek  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)  
Samstag und Sonntag,  
24.02.-25.02.24, 10.00-17.00 Uhr  
155,60 EUR; erm. 130,23 EUR  
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
10.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Sinnliches Venedig mit Sand dieser Erde

Ein Kurs sowohl für Anfänger\*innen als auch Fortgeschrittene, die das „besondere“ Material lieben. Die Grundlage ist eine besonders große Leinwand mit starkem Tuch. Diese wird mit Spachtelmasse und Material aus Venedig oder anderen Ländern Schicht um Schicht aufgebaut und mit Teilschüttungen aus Pigmenten, hochwertigen Farben und Tinten farbig gestaltet. Kleine Rostfundstücke, Steinstaub aus dem 17. Jahrhundert sowie Blattgold oder Silber machen jedes Bild zum Unikat und erzählen eigene Geschichten.

In der Trockenzeit gestalten wir Kunst-Postkarten, die wir mit Wachs veredeln. Auf kleinen Malgründen wie Holz, Pappe und Papier erarbeiten wir uns andere Techniken.

In der Kursgebühr ist die professionelle Ausstattung in Höhe von 58 Euro enthalten. Das Materialpaket beinhaltet 2 bis 4 Malgründe, Steinmehle, Acrylfarben, Pigmente, Tin-

ten, Pinsel, Spachtel, Töpfe, handgeschöpfte Papiere, Binder, Asche, Beizen, Steinstaub und Rostfundstücke aus Venedig, Blattgold, Silber uvam.

Bitte mitbringen: Küchenpapier, Glas mit Deckel, Fön, alte Kleidung, Wassersprühflasche, ggf. alte Briefe, alte Bettlaken.

- Büchen** ■ **6574** Wochenend-Workshop  
Annette Valeska Predeek  
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier  
Samstag und Sonntag,  
27.04.-28.04.24, 10.00-17.00 Uhr  
155,60 EUR; erm. 130,23 EUR  
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
13.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Die faszinierende Welt der Ölmalerei Grundlegendes für Anfängende und Anspruchsvolles für Fortgeschrittene

Die Teilnehmer\*innen 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\*innen 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 22.02.-06.06.24,  
10.00-13.00 Uhr, 12 Vormittage  
205,30 EUR; erm. 145,54 EUR  
10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis zum  
08.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

## Die faszinierende Welt der Ölmalerei Grundlegendes für Anfänger\*innen und Anspruchsvolles für Fortgeschrittene

Die Teilnehmer\*innen 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\*innen 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** ■ **6585** Kurs  
Klaus Ackermann  
Kulturzentrum Hardtberg, Atelier, Rochusstr. 276, 53123 Bonn  
Freitags 23.02.-24.05.24,  
10.15-13.15 Uhr, 12 Vormittage  
205,30 EUR; erm. 145,54 EUR  
10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis zum  
09.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Tanz der Farben Malen und Zeichnen mit Ölpastellkreiden, Farbstiften und Kohle

Der Kurs wendet sich an Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse. Mit Ölpastellkreiden, zu denen wir begleitend Farbstifte und französische Zeichenkohle verwenden, lassen wir aus farbigen Flächen Landschaften, Stillleben und Portraits entstehen und lernen die Linie dazu einzusetzen, um die Formen adäquat zu akzentuieren. Weiterhin befassen wir uns mit dem Farbenkreis 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 30.04.-18.06.24,  
18.30-20.45 Uhr, 7 Abende  
111,10 EUR; erm. 79,60 EUR  
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
02.04.2024, 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 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! Der Zeichenkurs beinhaltet folgende



Themen: Punkte und Striche werden 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, DIN A3-Papier (ab 120g) oder größer.

Der Kurs findet online mit dem Konferenztool „Zoom“ statt. Nach Anmeldung senden wir Ihnen rechtzeitig vor Beginn des Kurses per E-Mail einen AnmeldeLink. Sie benötigen keine besonderen Programmvoraussetzungen oder Registrierungen, lediglich einen Computer mit Kamera/Lautsprecher und einem stabilen Internetzugang. Zu den Systemvoraussetzungen finden Sie eine kurze hilfreiche Anleitung unter folgendem Link: <https://www.vhs-bonn.de/info-und-service/info-zu-online-kursen-fuer-kursleitende.html>

**Büchen** ■ **6620ON** Online-Kurs  
Karin Friedrich  
Online-Angebot

Mittwochs 21.02.-20.03.24,  
19.00-20.30 Uhr, 5 Abende  
46,70 EUR; erm. 34,52 EUR  
8 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
07.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Laute und leise Linien Zeichnen für Anfänger\*innen 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 Aus-

druck 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\*innen mit Vorkenntnissen.

Bitte mitbringen: Bleistifte 2H, HB, 2B, Knetradierer, Spitzer, Fineliner, Papier DIN A3 (ab 120g) oder größer.

**Büchen** ■ **6621** Kurs  
Karin Friedrich  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)  
Donnerstags 22.02.-18.04.24,  
18.00-20.30 Uhr, 6 Abende  
81,60 EUR; erm. 60,60 EUR  
10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
08.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Das Lächeln der Blumen Die Natur mit verschiedenen Techniken zeichnen

Eine Pflanze, Blütenzweige oder Rosenblätter mit dem Stift zu erforschen, 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, DIN A3-Papier, Knetradiergummi.

**Büchen** ■ **6622** Kurs  
Karin Friedrich  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)  
Donnerstags 02.05.-20.06.24,  
18.00-20.30 Uhr, 6 Abende  
81,61 EUR; erm. 60,61 EUR  
10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
18.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Von der Naturstudie zum abstrakten Bild Freies Malen, Zeichnen und Experimentieren in Mischtechniken

In diesem Seminar können Sie verschiedene Zeichen- und Maltechniken kennenlernen und darin experimentieren. Von der Skizze mit Bleistift, Kohle, Kreide oder Feder bis hin zur Ausführung eigener Bildideen in Aquarell, Acryl und Pastell. Ob Anfänger\*in oder Geübte\*r, jede\*r hat eine individuelle Ausdrucksweise und jede\*r entwickelt eigene Vorlieben für bestimmte Materialien, Mal- und Zeichentechniken. Unter fachlicher Anleitung kann in diesem Seminar auch Neues ausprobiert werden, z.B. Mischtechniken, wie Frottage, Collage oder Monotypie. 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. 10 EUR). Auf Wunsch kann die Kursleiterin vor dem Seminar (über E-Mail) mit Ihnen in Kontakt treten.

**Büchen** ■ **6650** Wochenend-Workshop  
Petra Siering

Samstag und Sonntag,  
27.04.-28.04.24, 10.00-16.00 Uhr  
99,38 EUR; erm. 71,40 EUR, zzgl.  
ca. 10 EUR Materialkosten je nach Verbrauch, die mit der Dozentin abgerechnet werden.  
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
13.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Stilleben in Europa Ein Crossover von Zeichnen und Malen für Anfänger\*innen 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 Stillebens. Küchen-, Jagd-, Blumen- und Arbeitsstilleben werden neu erdacht.

Bringen Sie Ihre Mal- und Zeichensensilien mit - alles ist möglich, alles erlaubt. Tragen Sie beim Malen bitte alte Kleidung oder einen Malkittel wegen eventueller Farbflecken. Ein Materialkostenbetrag von ca. 20-25 EUR je nach Verbrauch ist direkt mit der Dozentin abzurechnen.

**6652** Kurs  
Elisabeth Bille  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)

Montags 19.02.-18.03.24,  
15.00-17.15 Uhr, 5 Nachmittage  
83,95 EUR; erm. 60,59 EUR, zzgl.  
ca. 20-25 EUR Materialkosten, die  
direkt mit der Dozentin abgerechnet  
werden.  
8 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
05.02.2024, 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 lernen wir 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 ange-

sprochen hat, tätig zu werden. Haben Sie Mut, kreativ zu werden und probieren Sie einfach einmal aus, welche Technik und welches Material zu Ihnen passt. Der Kurs richtet sich an Anfänger\*innen 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.

**6653** Kurs  
Danuta Moryto  
Kulturzentrum Hardtberg, Atelier, Rochusstr. 276, 53123 Bonn  
Donnerstags 29.02.-02.05.24,  
18.30-20.45 Uhr, 8 Abende  
90,10 EUR; erm. 64,90 EUR, zzgl. 7  
EUR für weitere Materialien, die mit  
der Dozentin abgerechnet werden.  
10 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
15.02.2024, 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 mit wenig oder keiner Vorerfahrung, auch 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: Bleistifte H2, H, HB, B2 und B6, Knetradierer, Spitzer, ein Klemmbrett (DIN A4) und einen Zeichenblock (DIN A4, mindestens 120g). Sie können auch gerne schon vorhandenes Material mitbringen. Weiteres Material (Kosten ca. 20 EUR) wird im Laufe des Kurses besprochen.

**6654** Kurs  
Jean Lennox  
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier  
Montags 19.02.-06.05.24,  
15.30-17.30 Uhr, 10 Nachmittage  
110,11 EUR; erm. 78,91 EUR  
10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis zum  
05.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Einfach Zeichnen Für Personen mit Grundkenntnissen im Zeichnen

Sie haben in der Schule gerne gezeichnet und dann aufgehört, weil das Leben Ihnen in die Quere kam? Oder Sie haben den einen oder anderen Kurs an der VHS besucht und wollen sich weiterbilden? Dann ist dies der richtige Kurs für Sie. Wir wiederholen und vertiefen Grundlagen wie Linienführung, Formen und Negativraum, sowie Schraffur und Schattierung. Dann beschäftigen uns mit Proportionen und Perspektive und machen erste Versuche mit Tusche, Tinte und Fineliner. Sie erhalten individuelle Unterstützung und Rückmeldung entsprechend Ihren eigenen zeichnerischen Fähigkeiten. Wenn Sie möchten, können Sie auch Feedback vom Rest der Gruppe erhalten. Sie werden schnell Erfolgserlebnisse und garantiert auch Spaß haben.

Bitte zur ersten Stunde mitbringen: Bleistifte von H2-B6, einen Zeichenblock DIN A4 (einfaches Papier), einen Zeichenblock DIN A3 (190-200g, glattes Papier), Kohlestift, Knetradiergummi, Papierwischer (Estompe), Fixierer oder Haarspray. Weiteres Material wird in der ersten oder zweiten Stunde besprochen.

Das Material kann auch von der Kursleiterin erworben werden, fragen Sie bei Ihrer Anmeldung bitte nach.

**6655** Kurs  
Jean Lennox  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)  
Dienstags 20.02.-14.05.24,  
15.00-17.00 Uhr, 10 Nachmittage  
116,78 EUR; erm. 83,58 EUR, Das  
Material kann auch von der Kursleiterin erworben werden, fragen Sie bei Ihrer Anmeldung bitte nach.  
10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis zum  
06.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

## Einfach Zeichnen Jetzt wird's bunt

Der Spätfrühling ist eine ideale Zeit für die Kunst. An diesem Wochenende nutzen wir diese schöne Jahreszeit voll aus, indem wir bunte Bilder zeichnen. Wir fangen an mit einigen einfachen Zeichenübungen, dann - wenn das Wetter es erlaubt - gehen wir nach draußen, einmal zum Münsterplatz, einmal zum Hofgarten. Dort beobachten wir unsere Umgebung, erkennen Farben und Formen und verlieben uns in Details. Wenn es regnet, bleiben wir im Atelier und zeichnen von Vorlagen, die Sie mitbringen. Das können Blumen oder Blüten (echte oder Fotos), Fotos von Landschaften, Fotos oder Zeichnungen von Vögeln oder anderen Tieren, Bilder von berühmten Künstlerinnen und Künstlern, ... sein.

Dieser Kurs ist für alle Niveaus geeignet, auch für Menschen, 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: (bei schlechtem Wetter) einige Lieblingsbilder, Blumen oder andere Frühlingssymbole, einen Zeichenblock DIN A4 oder A3 (mindestens 150g), Bleistifte B2 und B6, einen Aquarellkasten und einen Wasserpinsel. Sie können auch Pastellkreide oder Ölpastell mitbringen sowie wasserlösliche Buntstifte. Wer kein Material hat oder wer unsicher ist, kann die benötigten Materialien auch von der Dozentin gegen eine kleine Spende ausleihen.

**Büchen** ■ **6656** Wochenend-Workshop  
Jean Lennox  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)

Freitag, 24.05.24, 17:00-20:00 Uhr,  
Samstag, 25.05.24, 10:00-17:00 Uhr,  
Sonntag, 26.05.24, 10:00-17:00 Uhr  
89,10 EUR; erm. 64,20 EUR, Wer kein Material hat oder wer unsicher ist, kann die benötigten Materialien auch von der Dozentin gegen eine kleine Spende ausleihen.  
10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis zum  
10.05.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Unterwegs mit dem Zeichenblock Zeichnen in der Stadt, im Museum und im Café

An vier Nachmittagen beobachten wir die Welt um uns und halten mit wenigen lockeren Strichen das Leben in der Stadt Bonn fest - das könnten z.B. Menschen, Tiere, Gebäude, Bäume oder Autos und Busse sein.

Wir arbeiten mit verschiedenen Zeichenutensilien, z.B. Buntstiften, Filzstiften, Finelinern, Gelroller, Marker, Wasserpinseln mit Aquarellkästchen sowie natürlich auch Bleistiften. Bringen Sie bitte eine kleine Auswahl Ihrer bevorzugten Arbeitsmittel mit. Der Kursleiter (selbst ein Mitglied der internationalen „Urban Sketcher“-Organisation) wird unterschiedliche Zeichenutensilien zum Ausprobieren dabei haben. Bringen Sie bitte auch ein Skizzenbuch, DIN A4 oder A5, Querformat mit festem Einband (mindestens 100g Papier, besser mehr) mit. Der Kurs ist auch für Menschen mit nur wenig Zeichenerfahrung geeignet.

Unsere Treffpunkte sind:  
09.03.2024: Altes Rathaus (Treffpunkt: Treppenaufgang)  
13.04.2024: Münsterplatz (Treffpunkt: Beethovendenkmal)  
11.05.2024: Botanischer Garten (Treffpunkt: im Garten, in der Nähe des Haupteingangs gegenüber der Kreuzung Katzenburgweg/Meckenheimer Allee)  
15.06.2024: Museum König (Eintritt 6 Euro oder kostenlos für ArtCard Inhaber\*innen) oder in Absprache ein anderer Ort

**Büchen** ■ **6657** Workshop am Samstag  
Stuart Goss  
Verschiedene Treffpunkte  
Samstag, 09.03.24, 15:00-17:00 Uhr,  
Samstag, 20.04.24, 15:00-17:00 Uhr,  
Samstag, 11.05.24, 15:00-17:00 Uhr,  
Samstag, 15.06.24, 15:00-17:00 Uhr  
43,44 EUR; erm. 32,24 EUR  
10 - 12 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis zum  
24.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Urban Sketching in Duisdorf

Duisdorf bietet aus der richtigen Perspektive so manchen lohnenden Anblick, sei es das berühmte Eselchen, die historische Kirche, Fachwerk und verwunschene Ecken oder beeindruckende alte Bäume.

Treff- und Ausgangspunkt für die Zeichenexkursionen ist immer unser zentral gelegener Arbeitsraum im Gebäude der VHS am Kirchplatz. Von dort aus werden wir uns die Schätze Duisdorfs zeichnerisch erarbeiten und mit Aquarellfarben oder Stiften colorieren. Ob der Schwerpunkt dabei bei der Zeichnung oder dem Colorieren liegt, entscheidet jeder nach eigenen Vorstellungen zu Motiv und persönlichen Vorlieben selbst. Bei schlechtem Wetter gibt es Anregungen und hilfreiche Tipps zu Motivwahl und Bildgestaltung in unserem Arbeitsraum - der Kurs findet al-



so bei jedem Wetter statt.  
Dieser Kurs richtet sich an Teilneh-



mer\*innen mit Grundkenntnissen im Zeichnen und Aquarellieren, und ist nicht für absolute Anfänger\*innen geeignet.

Eine Materialliste wird Ihnen zwei Wochen vor Kursbeginn zugeschickt. Die Materialkosten betragen 5 EUR pro Teilnehmer\*in und werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

**Büchen** ■ **6658** Kurs  
Anja Renner  
VHS, Kirchplatz 6, Raum E.01  
Donnerstags 16.05.-13.06.24,  
9.45-12.00 Uhr, 4 Vormittage  
66,10 EUR; erm. 48,10 EUR, zzgl. 5 EUR Materialkosten, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden.  
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
02.05.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Mit Stift und Pinsel im Museum Alexander König Zeichenkurs für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene

Wir erforschen unsere Natur, die Tiere und ihre Lebensräume. Dafür stöbern wir im Unterholz und steigen ins Kronendach des Regenwaldes, lassen den Blick über die grüne weite Savanne mit den schnellen Katzen, die Wüste und die Antarktis schweifen. In schnellen Skizzen und sorgfältigen Studien erlernen wir die Grundzüge des Zeichnens (Proporti-

on, Perspektive, Komposition) und werden spannende, aussagekräftige Zeichnungen machen.

Bringen Sie bitte Zeichenmaterial oder Aquarellausstattung mit. Kleine Stühlchen gibt es im Museum.

- Büchen** ■ **6659** Kurs  
 Elisabeth Bille  
 Museum Alexander Koenig, Adenauer-  
 allee 162, 53111 Bonn, Treffpunkt  
 Foyer  
 Freitags 16.02.-12.04.24,  
 15.00-18.00 Uhr, 5 Nachmittage  
 93,70 EUR; erm. 67,42 EUR  
 8 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
 02.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!  
 In Zusammenarbeit mit dem Muse-  
 um Alexander König.



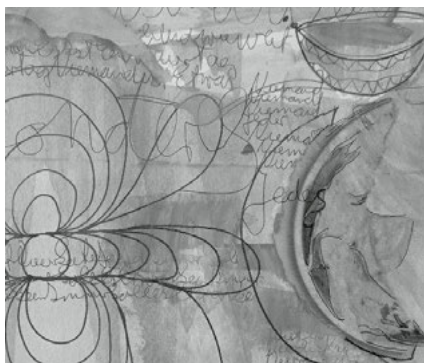
## Mit dem Art-Journal ins Hier und Jetzt

### Für Einsteiger\*innen und Fortgeschrittene

Ein Art-Journal ist ein visuelles Tagebuch, in dem sichtbar werden kann, was Sie in dieser Zeit/an einem bestimmten Tag bewegt hat. Durch Erproben, Kombinieren und Betrachten findet Erlebtes gestalterisch Raum und wird in der eigenen Bildsprache sichtbar. Wir folgen der Freude zu gestalten und erwecken die Begeisterung für Unvorhersehbares. Ausgehend von den Erfahrungen der Teilnehmer\*innen, werden der Umgang mit Farbauftrag, Zeichnen, Collage und Schrift angeregt. In entspannter Atmosphäre widmen wir uns dem Raum, der sich auf den Seiten des Art-Journals öffnet. Ideen oder Fragen aus dem kreativen Prozess, werden auf Wunsch von der Kursleiterin begleitet oder können im Austausch mit den Teilnehmer\*innen thematisiert werden. Der jeweilige Ausgangspunkt (Farbe, Papier, Form, Worte, ...) wird wahlweise von der Kursleiterin eingebracht oder individuell gewählt. Begonnene Projekte können innerhalb des Kurses fortgeführt werden.

Zum Einstieg bitte DIN A4-Papier und einen wasserfesten, schwarzen Stift mitbringen. Eigenes Material (Papiere, Stifte in verschiedenen Stärken, ...) ist willkommen, gerne auch leere oder begonnene Hefte/ Art-Journale.

Weiteres Material wird von der Kursleiterin bereitgestellt. Ein Materialkostenbetrag von 5-8 EUR ist direkt an die Kursleiterin zu entrichten.



- Büchen** ■ **6675** Kurs  
 Beatrix Schulte  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61  
 (Kunstraum)  
 Montags 19.02.-29.04.24,  
 18.00-21.00 Uhr, 8 Abende  
 166,10 EUR; erm. 118,10 EUR, zzgl.  
 5-8 EUR Materialkosten, die direkt  
 bei der Dozentin zu entrichten sind.  
 7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
 05.02.2024, 12.00 Uhr möglich!

- Büchen** ■ **6676** Wochenend-Workshop  
 Beatrix Schulte  
 VHS, Kirchplatz 6, Raum E.02  
 Samstag und Sonntag,  
 02.03.-03.03.24, 10.00-15.30 Uhr  
 79,45 EUR; erm. 57,44 EUR, zzgl.  
 5-8 EUR Materialkosten, die direkt  
 bei der Dozentin zu entrichten sind.  
 7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
 17.02.2024, 12.00 Uhr möglich!

- Büchen** ■ **6677** Wochenend-Workshop  
 Beatrix Schulte  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61  
 (Kunstraum)  
 Freitag, 12.04.24, 16:00-21:00 Uhr,  
 Samstag, 13.04.24, 10:00-15:30 Uhr  
 76,10 EUR; erm. 55,10 EUR, zzgl.  
 5-8 EUR Materialkosten, die direkt  
 bei der Dozentin zu entrichten sind.  
 7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
 29.03.2024, 12.00 Uhr möglich!



## Einstieg in das Digitale Malen mit Photoshop

Digitale Illustration erschließt sich einen immer größeren Markt, sei es in Spielen oder in Animationen. Sie möchten gerne erste Schritte mit Ihrem Zeichentablett unternehmen, dann sind Sie hier genau richtig. Zuerst erlernen Sie die technischen Grundlagen und die Anwendung von Brushes („Pinseln“). An praktischen Zeichenübungen werden grundlegende Aspekte wie Schattierung und Farbsensibilität trainiert. Letztendlich bedeutet mit einem Zeichentablett zu malen, das Malen neu zu lernen - im

Schnelldurchgang. Dabei werden Sie in diesem Workshop nicht alleine gelassen, sondern jeder Schritt wird vom Dozenten mit Hilfe und Anleitung begleitet. Mark Bashir hat Illustration studiert und über zwei Jahre als Concept Artist in einem Studio für Spieleentwicklung gearbeitet.

Für die Teilnahme am Kurs sind keine Kenntnisse im digitalen Malen erforderlich. Erste analoge Zeichen- und Malkenntnisse sind hilfreich. Bei entsprechender Nachfrage ist ein weiterführender Kurs geplant.

Bitte mitbringen: ein Zeichentablett inkl. Stift und Laptop mit vorinstalliertem Photoshop (eine Installation in der VHS ist nicht möglich). Alternativ gibt es auch Tablets mit Display, die keinen separaten Laptop benötigen. Adobe bietet für Photoshop auch eine 7-tägige Testversion an. Zu den Zeichentabletts: Empfehlenswert für den kleinen Geldbeutel ist das „Wacom Intuos S“-Tablett oder für diejenigen, die in etwas Besseres investieren wollen, das „Wacom Intuos Pro S“.

- Büchen** ■ **6678** Wochenend-Workshop  
 Mark Bashir  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50  
 Samstag und Sonntag,  
 16.03.-17.03.24, 10.00-15.00 Uhr  
 60,22 EUR; erm. 43,98 EUR  
 8 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
 02.03.2024, 12.00 Uhr, möglich!

- Büchen** ■ **6679** Wochenend-Workshop  
 Mark Bashir  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50  
 Samstag und Sonntag,  
 20.04.-21.04.24, 10.00-15.00 Uhr  
 60,22 EUR; erm. 43,98 EUR  
 8 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
 06.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!

## Grafik

### Kaltnadelradierung und nachhaltige Drucktechniken mit der Pastamaschine

In diesem Kurs wollen wir uns eine Möglichkeit erarbeiten, auch ohne aufwändige Druckerpresse zuhause drucken zu können. Wir konzentrieren uns dabei bewusst auf ein kleineres Format und nutzen zum Drucken eine Pastamaschine. Außerdem werden wir hierzu die neuartigen Aqua-Wash-Farben der Marke Charbonell verwenden, die ganz einfach nur mit Wasser und Seife abzuwaschen sind und trotzdem sehr gu-



te Druckergebnisse ermöglichen. Als Druckplatten bearbeiten wir in der Technik der Kaltnadelradierung, ohne zusätzliche Chemikalien, zum einen klassische Rhenalonplatten, zum anderen nutzen wir aber auch nachhaltige Druckplatten aus upgecycelten Tetrapacks (Soft- oder Milchtüten), die Sie gerne im Vorfeld sammeln können. Gedruckt wird dabei auf klassischem Büttenpapier oder als nachhaltige Alternative auf ein Aquarellpapier aus Recyclingmaterial.

Nähere Infos zum Sammeln der Tetrapacks wird Ihnen zwei Wochen vor Kursbeginn zugeschickt. Die Materialkosten betragen 22 EUR pro Teilnehmer\*in und werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

**6683** Kurs  
Anja Renner  
VHS, Kirchplatz 6, Raum E.01  
Donnerstags 29.02.-21.03.24,  
9.45-12.00 Uhr, 4 Vormittage  
61,90 EUR; erm. 45,16 EUR, zzgl.  
22 EUR Materialkosten, die direkt mit



der Dozentin abgerechnet werden.  
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
15.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!  
Diese Veranstaltung ist ein Beitrag  
zum Bonner Klimaplan 2035.



## Druckgrafik: Radierung und ihre Nebentechniken Für Anfänger\*innen 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. Ätzzradierung, Kaltnadel, Aquatinta und Weichgrund umgesetzt und in kleinen Auflagen gedruckt. Auch Anfänger\*innen 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, falls vorhanden spitze Radiernadel (Fachhandel), Lappen und alte Zeitungen mitbringen. Materialkostenabrechnung je nach Verbrauch direkt mit der Dozentin, ca. 25 EUR.

**6684** Wochenend-Workshop  
Petra Siering  
Samstag und Sonntag,  
16.03.-17.03.24, 10.00-16.00 Uhr  
99,38 EUR; erm. 71,40 EUR, zzgl.  
ca. 25 EUR Materialkosten je nach Verbrauch, die mit der Dozentin abgerechnet werden.  
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
02.03.2024, 12.00 Uhr, möglich!

## Kalligrafie

### Shodo - Die Kunst der japanischen Kalligrafie Für Anfänger\*innen

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. Japanischkenntnisse sind nicht erforderlich.

Die benötigten Materialien können Sie von der Dozentin ausleihen oder alles zusammen als Set bei ihr vor Ort erwerben. Die Materialkosten für die Ausleihe (7 EUR) oder für das

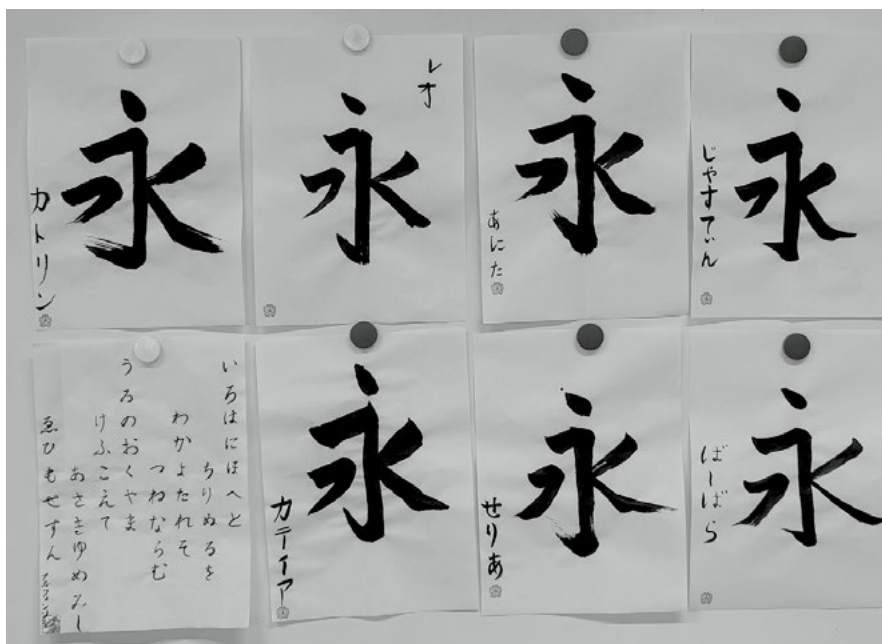
Set (45 EUR) können direkt vor Ort mit der Dozentin abgerechnet werden.

**6697** Kurs  
Takayo Yamamoto-Reich  
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier  
Donnerstags 22.02.-25.04.24,  
19.00-20.30 Uhr, 8 Abende  
71,06 EUR; erm. 51,57 EUR, zzgl.  
Materialkosten in Höhe von 7 EUR bei Ausleihe oder 45 EUR bei Kauf eines Sets, die direkt bei der Dozentin zu entrichten sind.  
8 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis zum  
08.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**6699** Wochenend-Workshop  
Takayo Yamamoto-Reich  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)  
Samstag und Sonntag,  
16.03.-17.03.24, 13.00-17.00 Uhr  
49,42 EUR; erm. 36,42 EUR, zzgl.  
Materialkosten in Höhe von 7 EUR bei Ausleihe oder 45 EUR bei Kauf eines Sets, die direkt bei der Dozentin zu entrichten sind.  
8 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis zum  
02.03.2024, 12.00 Uhr, möglich!



**Wochenendakademie**

**Wochenend-Akademie  
In Verbindung mit der  
Künstlergruppe Semikolon**

Die Künstler\*innen leiten zu eigenem Gestalten in folgenden Bereichen an: Malerei/Zeichnen, Bildhauerei (Speckstein, Alabaster, Holz u.a.) sowie Druckgrafik (kreative und traditionelle Drucktechniken) - jeweils in unterschiedlichen Techniken und Materialien. Stilistisch werden je nach Wunsch genaues Naturstudium, Abstraktion oder experimentelle Verfahren vermittelt. Vor allem im Bereich Drucktechnik sind nur limitierte Plätze vorhanden.

Da eine zahlenmäßige Verteilung der Studierenden auf die Dozent\*innen erforderlich ist, müssen sich die Teilnehmer\*innen im Vorhinein auf eine Disziplin festlegen. Eine vorherige telefonische Beratung durch die Kursleitung ist möglich und sogar erwünscht. Vor allem im Bereich Drucktechnik sind nur limitierte Plätze vorhanden.

**Buchen** ■ **6701** Wochenend-Workshop  
Erika C. Kömpel  
Kulturzentrum Hardtberg, Atelier, Rochusstr. 276, 53123 Bonn  
Samstags 24.02.-16.03.24,  
9.00-14.00 Uhr, 4 Tage  
96,10 EUR; erm. 70,90 EUR  
10 - 18 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
10.02.2024, 12.00 Uhr möglich!

**Buchen** ■ **6702** Wochenend-Workshop  
Erika C. Kömpel  
Kulturzentrum Hardtberg, Atelier, Rochusstr. 276, 53123 Bonn  
Samstags 13.04.-04.05.24,  
9.00-14.00 Uhr, 4 Tage  
96,10 EUR; erm. 70,90 EUR  
10 - 18 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
30.03.2024, 12.00 Uhr möglich!

Das Sommerprogramm mit neuen Kursen wird ab März veröffentlicht. Bitte beachten Sie die aktuellen Hinweise auf der Homepage!

**Plastisches Gestalten**



**Kintsugi  
Aus Altem Neues gestalten**



Kintsugi ist ursprünglich eine japanische Technik aus dem 15. Jahrhundert, die Beschädigungen an Dingen nicht kaschiert oder gar „schnöde“ repariert, sondern als Einzigartiges, etwas ganz Besonderes, herausstellt. Kintsugi verleiht den Dingen eine neue Wertigkeit. Es ist die Kunst, geliebtes Kaputtes, Zerbeultes, Zerbrochenes, Gerissenes wieder gebrauchbar zu machen. Die Benutzung des neuen alten Gegenstands rufen Genuss und Wohlgefühl hervor, indem Erinnerungen und positive Verknüpfungen am Leben erhalten werden.

In diesem Kurs werden kaputte, defekte Lieblingsstücke und Alltagsbegleiter neu bearbeitet, neu interpretiert und wieder nutzbar gemacht. Die Lieblinge können aus verschiedenem Material sein, wie z.B. Glas, Keramik, Metall, Textil, Papier. Wir werden verschiedenste Materialien, Werkzeuge auch Pinsel und Farben etc. benutzen - gerne auch „Gold“ in Form von Goldfarbepasten. Generell geht es um die Wertschätzung und Entstehung von neuen Sichtweisen in der Betrachtung. Wir schaffen einzigartige Kunst, indem wir Kaputtes in „Gold“ verwandeln, ihm neues Leben einhauchen. Eine detaillierte Liste der mitzubringenden Materialien wird zwei Wochen vor Kursbeginn verschickt. Zusätzliche Materialkosten von ca. 10 EUR pro Teilnehmer\*in für Farben, ... sind bei Kursbeginn direkt bei der Dozentin zu entrichten.

**Buchen** ■ **6710** Wochenend-Workshop  
Gila Lubig  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)  
Samstag und Sonntag,  
08.06.-09.06.24, 10.00-16.00 Uhr  
68,08 EUR; erm. 49,49 EUR, zzgl. Materialkosten von ca. 10 EUR pro Teilnehmer\*in z.B. für Farben, ..., die bei Kursbeginn direkt an die Dozentin zu entrichten sind.  
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
25.05.2024, 12.00 Uhr möglich!

Diese Veranstaltung ist ein Beitrag zum Bonner Klimaplan 2035.



**Plastisches Gestalten und Modellieren mit Ton  
Für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene**

Ton ist einer der ältesten Werkstoffe des Menschen. Er ist für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet der eigenen Kreativität Ausdruck zu verleihen, Formen zu finden und vielfältige Objekte zu erstellen. Im Kurs werden die Grundlagen des Modellierens und die verschiedenen Techniken des Aufbaus von Formen vermittelt. Die Objekte werden mit unterschiedlichen Techniken und Materialien wie Engoben und Glasuren farblich gestaltet und im Brennofen gebrannt. Die Bandbreite der entstehenden Arbeiten reicht von Gebrauchs- und Dekorationskeramik über Reliefs zu klassischen Plastiken wie Büste, Torso oder Portrait. Jeder Teilnehmende kann entsprechend seiner Neigung sein eigenes Thema frei wählen und erarbeiten.

Die im Kurs anfallenden Kosten pro Person für Ton und die Brenngebühren sind im Kurspreis inkludiert. Zusätzliche Materialkosten z.B. für Glasuren (ab ca. 25 EUR) sind bei Kursbeginn direkt bei der Dozentin zu entrichten.

Weitere Informationen zu Kursablauf und -inhalt finden Sie unter [www.evaademi.com](http://www.evaademi.com) bzw. <https://www.evaademi.com/kursangebot/plastisches-gestalten-und-modellieren-in-ton/>



**Büchen** ■ **6716** Kurs  
Eva Ademi  
Kulturzentrum Hardtberg, Souterrain,  
Rochusstr. 276, 53123 Bonn  
Montags 19.02.-15.04.24,  
17.00-20.00 Uhr, 7 Abende  
165,24 EUR; erm. 128,45 EUR, zzgl.  
Materialkosten z.B. für Glasuren (ab  
ca. 25 EUR), die bei Kursbeginn di-  
rekt an die Dozentin zu entrichten  
sind.  
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
05.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Büchen** ■ **6717** Kurs  
Eva Ademi  
Kulturzentrum Hardtberg, Souterrain,  
Rochusstr. 276, 53123 Bonn  
Dienstags 20.02.-23.04.24,  
17.00-20.00 Uhr, 8 Abende  
184,26 EUR; erm. 142,21 EUR, zzgl.  
Materialkosten z.B. für Glasuren (ab  
ca. 25 EUR), die bei Kursbeginn di-  
rekt an die Dozentin zu entrichten  
sind.  
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
06.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Büchen** ■ **6718** Kurs  
Eva Ademi  
Kulturzentrum Hardtberg, Souterrain,  
Rochusstr. 276, 53123 Bonn  
Donnerstags 22.02.-18.04.24,  
18.00-21.00 Uhr, 7 Abende  
165,24 EUR; erm. 128,45 EUR, zzgl.  
Materialkosten z.B. für Glasuren (ab  
ca. 25 EUR), die bei Kursbeginn di-  
rekt an die Dozentin zu entrichten  
sind.  
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
08.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Büchen** ■ **6719** Kurs  
Eva Ademi  
Kulturzentrum Hardtberg, Souterrain,  
Rochusstr. 276, 53123 Bonn  
Montags 22.04.-17.06.24,  
17.00-20.00 Uhr, 8 Abende  
184,26 EUR; erm. 142,21 EUR, zzgl.  
Materialkosten z.B. für Glasuren (ab  
ca. 25 EUR), die bei Kursbeginn di-  
rekt an die Dozentin zu entrichten  
sind.  
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
08.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Büchen** ■ **6720** Kurs  
Eva Ademi  
Kulturzentrum Hardtberg, Souterrain,  
Rochusstr. 276, 53123 Bonn  
Dienstags 30.04.-18.06.24,  
17.00-20.00 Uhr, 7 Abende  
165,24 EUR; erm. 128,45 EUR, zzgl.  
Materialkosten z.B. für Glasuren (ab  
ca. 25 EUR), die bei Kursbeginn di-  
rekt an die Dozentin zu entrichten  
sind.  
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
16.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!

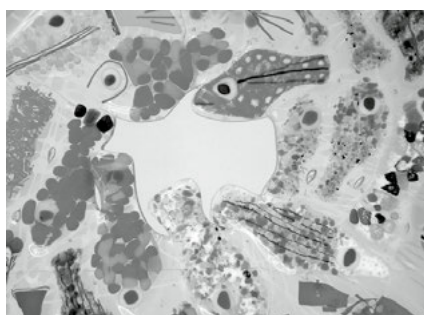
**Büchen** ■ **6721** Kurs  
Eva Ademi  
Kulturzentrum Hardtberg, Souterrain,  
Rochusstr. 276, 53123 Bonn  
Donnerstags 25.04.-20.06.24,  
18.00-21.00 Uhr, 7 Abende  
165,24 EUR; erm. 128,45 EUR, zzgl.  
Materialkosten z.B. für Glasuren (ab  
ca. 25 EUR), die bei Kursbeginn di-  
rekt an die Dozentin zu entrichten  
sind.  
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
11.04.2024, 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 Sie Ihr Thema selber aus oder lassen Sie sich anregen bei der Arbeit in einer kreativen Atmosphäre. Materialkosten entstehen nach Verbrauch. Werkzeuge können im Kurs entliehen oder erworben werden. Falls vorhanden, bitte mitbringen: Glasschneider, wasserlöslicher Filzschreiber, Zeichenpapier, Putztuch.



Da der VHS Bonn kein Glas-schmelzofen 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.

**Büchen** ■ **6745** Kurs  
Dr. Wolfgang Schmolders  
VHS, Kirchplatz 6, Raum E.01  
Freitag, 19.04.24, 14.00-18.30 Uhr  
plus Abholtermin  
44,65 EUR; erm. 37,64 EUR, zzgl.  
60 EUR Materialkosten je Kilo Glas,  
die direkt mit dem Dozenten abzu-  
rechnen sind.  
10 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
05.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!

## Buchbinden



### Einbanddecken gestalten

Richtig bunt wird es in der Buchbinde-  
rei eigentlich erst ganz zum  
Schluss, bei der Gestaltung der Ein-  
banddecke. In diesem Kurs greifen  
wir auf eine Auswahl von vorgefertig-  
ten Blancoblöcken (maschinengehef-  
tet) in unterschiedlichen Formaten  
zurück und gestalten für diese indivi-  
duelle Einbanddecken. Prägepresse,  
viele Papiere und Gewebe stehen für  
die Umsetzung bereit. Jede\*r geht  
am Ende mit mindestens einem  
Buch nach Hause.

Der Kurs findet in einer voll ausge-  
statteten Handwerksbuchbinderei  
statt, Sie brauchen nichts mitzubrin-  
gen.  
Kaffee und Tee gibt es vor Ort, Es-  
sen für die Mittagspause bringen Sie  
sich selber mit.

**Büchen** ■ **6763** Workshop am Samstag  
Miriam Kleiner  
Buchbinderei kleingleichpapier  
Samstag, 24.02.24, 10.00-16.00 Uhr  
55,88 EUR; erm. 42,90 EUR, zzgl.  
10 EUR Materialkosten plus die Kos-  
ten für Buchblöcke (je nach Format),  
die direkt mit der Dozentin abgerech-  
net werden.  
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
10.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

## Stülpedeckelkasten

Ein Kurs für Papierliebhaber und Schachtelfreunde. Neben der Buchherstellung, ist das Herstellen von Kästen eine der klassischen Tätigkeiten eines Buchbinders. In diesem Kurs lernen Sie wie ein Stülpedeckelkasten angefertigt wird. Zunächst wird ein Rohkasten aus Pappe aufgebaut, der anschließend mit Leinen und Papier bezogen wird. In aller Ruhe widmen wir uns diesem ganz eigenen Gebiet der Buchbinderei und Sie lernen die nötigen Arbeitsschritte und Handgriffe kennen.

Der Kurs findet in einer voll ausgestatteten Handwerksbuchbinderei statt, Sie brauchen nichts mitzubringen.

Für das verwendete Material wird ein Kostenbeitrag von 15 EUR erhoben, der direkt vor Ort mit der Dozentin abgerechnet wird.

Kaffee und Tee gibt es vor Ort, Essen für die Mittagspause bringen Sie sich selber mit.

**6764** Workshop am Samstag  
Miriam Kleiner  
Buchbinderei kleingleichpapier  
Samstag, 20.04.24, 10.00-16.00 Uhr  
55,88 EUR; erm. 42,90 EUR, zzgl.  
15 EUR Materialkosten, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden.  
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
06.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Vom Blatt zum Buch

### Buchbinden für Anfänger\*innen

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. Sie werden Ihr eigenes Buch in Fadenheftung fertigen und einen festen Einband in Ganz- oder Halbleinen herstellen.

Der Kurs findet in einer voll ausgestatteten Handwerksbuchbinderei statt, Sie brauchen nichts mitzubringen.

Für das verwendete Material wird ein Kostenbeitrag von 25 EUR erhoben, der direkt vor Ort mit der Dozentin abgerechnet wird.

Kaffee und Tee gibt es vor Ort, Essen für die Mittagspause bringen Sie sich selber mit.

**6765** Wochenend-Workshop  
Miriam Kleiner  
Buchbinderei kleingleichpapier  
Samstag und Sonntag,  
01.06.-02.06.24, 10.00-16.00 Uhr  
105,66 EUR; erm. 79,69 EUR, zzgl.  
25 EUR Materialkosten, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden.  
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
18.05.2024, 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, ...

**6772** Wochenend-Workshop  
Elisabeth Bille  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)  
Samstag und Sonntag,  
09.03.-10.03.24, 10.00-16.00 Uhr  
87,18 EUR; erm. 63,76 EUR, zzgl.  
20-25 EUR Materialkosten für Farben, Werkzeuge, etc., die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden.  
8 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
24.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

Diese Veranstaltung ist ein Beitrag  
zum Bonner Klimaplan 2035.



## Origami: Die Kunst des Japanischen Papierfaltens

Mit Berg- und Tal falten 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.

Bitte mitbringen: Bleistift, Lineal, Cutter, Schere, Falzbein (falls vorhanden), Schneidunterlage aus Kunststoff oder einfache Pappe.

**6778** Kurs  
Elisabeth Bille  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.61 (Kunstraum)  
Donnerstags 22.02.-21.03.24,  
15.00-17.15 Uhr, 5 Nachmittage  
54,85 EUR; erm. 40,22 EUR, zzgl.  
20-25 EUR Materialkosten, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden.  
10 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
08.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Kartengestaltung mit Siegeln, Aquarellstiften und Washi-Tapes

In diesem Kurs wollen wir aus einer Fülle an Material schöpfen und damit individuelle und besondere Karten gestalten. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig, da wir die Motive stempeln werden, um sie dann mit Pinsel und Stiften in Aquarelltechnik farbig zu gestalten. Ergänzend gibt es eine riesige Auswahl an Washi-Tapes und Stickern, die zum Einsatz kommen können. Außerdem werden wir eine besondere Technik nutzen, um wunderschöne Siegel direkt auf unsere Karten anzubringen, oder diese auf Vorrat im Kurs anzufertigen. Dafür bekommen Sie eine vielfältige Auswahl an Siegelmotiven und Wachsfarben zur Verfügung gestellt. Abgerundet wird unsere Kartengestaltung mit besonderen, selbst aquarellierten Papieren, die wir mit einer Stanzmaschine in vielfältige Formen bringen können.

Es muss für diesen Kurs kein ei-

genes Material mitgebracht werden.

- Büchen** ■ **6779** Wochenend-Workshop  
Anja Renner  
VHS, Kirchplatz 6, Raum E.01  
Samstag und Sonntag,  
22.06.-23.06.24, 10.00-16.30 Uhr  
80,50 EUR; erm. 58,18 EUR, zzgl.  
22 EUR Materialkosten, die direkt mit  
der Dozentin abgerechnet werden.  
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
08.06.2024, 12.00 Uhr, möglich!

## Textiles Gestalten

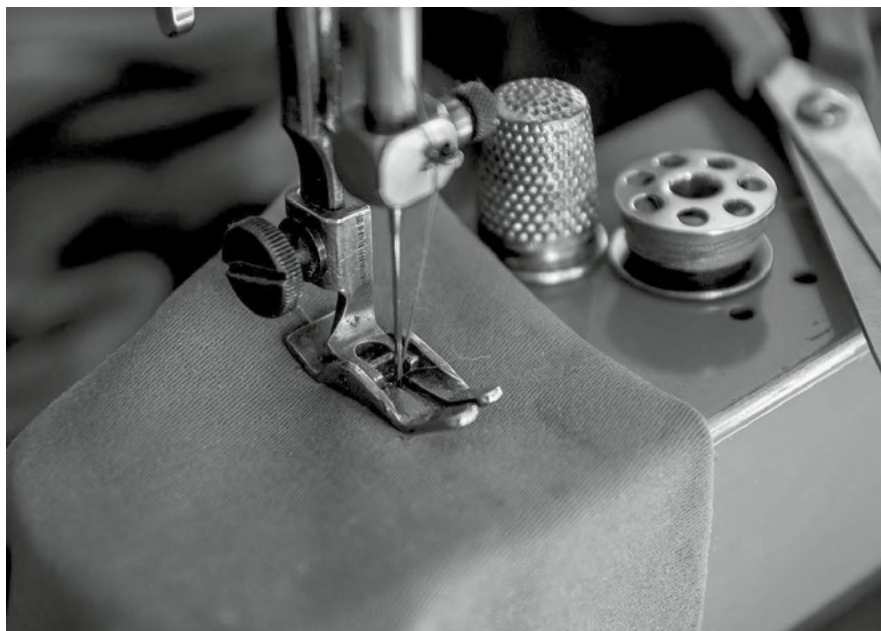
**Die Schneider- und Nähkurse der VHS Bonn sind ein Beitrag zum Bonner Klimaplan 2035.**

### Schneidern und Nähen Für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene

Träumen Sie davon, Ihre eigene Kleidung zu kreieren oder alte Kleidungsstücke in neue Lieblingsstücke zu verwandeln? Dann ist unser Nähkurs genau das Richtige für Sie! Erlernen Sie die Grundlagen des Nähens mit unserem Schritt-für-Schritt-Nähkurs für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene. Mit der Anleitung und Unterstützung unserer Dozentin werden Sie schnell und effektiv lernen, wie man näht - ganz egal, ob Sie es zuvor bereits versucht haben oder nicht. Im Kurs lernen Sie mit Gleichgesinnten die vielfältigen Möglichkeiten Ihrer Nähmaschine kennen und intensivieren den Umgang mit ihr.

In diesem Kurs lernen Sie die Basis für das Nähen: Wie man bestehende Kleidungsstücke verändert oder neu anfertigt, was ein Schnittmuster ist und wie man es verwendet, wie man Schnittmuster für die eigene Figur und andere anpasst und erstellt, wie man alte Kleidung aufpeppt und wie man selbstgenähte Kleidung trägt und vieles mehr ...

Mitzubringen: Stoffschere, Papierschere, Maßband, Garn, Lineal, Kurvenlineal, Nähnadeln, Stecknadeln, Schneiderkreide, Schneiderpapier, Stoff, etc. - und wenn vorhanden Ihre eigene Nähmaschine.



- Büchen** ■ **6780** Kurs  
Mahnaz Ghassemzadeh-Khoshkroodi  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58  
Mittwochs 21.02.-17.04.24,  
17.45-20.30 Uhr, 7 Abende  
159,85 EUR; erm. 114,95 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
07.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

- Büchen** ■ **6781** Kurs  
Mahnaz Ghassemzadeh-Khoshkroodi  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58  
Mittwochs 08.05.-19.06.24,  
17.45-20.30 Uhr, 7 Abende  
159,85 EUR; erm. 114,95 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
24.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!

- Büchen** ■ **6782** Kurs  
Mahnaz Ghassemzadeh-Khoshkroodi  
VHS, Kirchplatz 6, Raum 2.01  
Donnerstags 22.02.-18.04.24,  
10.00-12.45 Uhr, 7 Vormittage  
159,85 EUR; erm. 114,95 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
08.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

- Büchen** ■ **6783** Kurs  
Mahnaz Ghassemzadeh-Khoshkroodi  
VHS, Kirchplatz 6, Raum 2.01  
Donnerstags 22.02.-18.04.24,  
14.00-16.45 Uhr, 7 Nachmittage  
159,85 EUR; erm. 114,95 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
08.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

- Büchen** ■ **6784** Kurs  
Mahnaz Ghassemzadeh-Khoshkroodi  
VHS, Kirchplatz 6, Raum 2.01  
Donnerstags 22.02.-18.04.24,  
17.30-20.15 Uhr, 7 Abende  
159,85 EUR; erm. 114,95 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
08.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

- Büchen** ■ **6785** Kurs  
Mahnaz Ghassemzadeh-Khoshkroodi  
VHS, Kirchplatz 6, Raum 2.01  
Donnerstags 25.04.-20.06.24,  
10.00-12.45 Uhr, 7 Vormittage  
159,85 EUR; erm. 114,95 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
11.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!

- Büchen** ■ **6786** Kurs  
Mahnaz Ghassemzadeh-Khoshkroodi  
VHS, Kirchplatz 6, Raum 2.01  
Donnerstags 25.04.-20.06.24,  
14.00-16.45 Uhr, 7 Nachmittage  
159,85 EUR; erm. 114,95 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
11.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!

- Büchen** ■ **6787** Kurs  
Mahnaz Ghassemzadeh-Khoshkroodi  
VHS, Kirchplatz 6, Raum 2.01  
Donnerstags 25.04.-20.06.24,  
17.30-20.15 Uhr, 7 Abende  
159,85 EUR; erm. 114,95 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
11.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!

## Schneidern und Nähen: Upcycling Für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene



Sind Sie bereit, Ihre Nähträume Wirklichkeit werden zu lassen? Entdecken Sie die unendlichen Möglichkeiten Ihrer

Nähmaschine und lernen unter anderem, wie Sie Ihre alten Lieblingsstücke in brandneue, einzigartige Kreationen verwandeln können, wie man Schnittmuster anpasst oder beispielsweise aus einer alten Jeans eine neue, moderne macht.

Egal ob Sie Nähanfänger\*in sind oder schon ein paar Erfahrungen gesammelt haben, unser Schritt-für-Schritt-Kurs wird Ihnen dabei helfen, Ihre nähtechnischen Fähigkeiten auf die nächste Stufe zu bringen.

In diesem Kurs haben Sie außerdem die Möglichkeit, Gleichgesinnte kennenzulernen und sich über die neuesten Näh-Trends auszutauschen und gemeinsam kreativ zu werden.

Mitzubringen: Stoffschere, Papierschere, Maßband, Garn, Lineal, Kurvenlineal, Nähadeln, Stecknadeln, Schneiderkreide, Schneiderpapier, Stoff, etc. - und wenn vorhanden Ihre eigene Nähmaschine.

Buchen

■ **6788** Kurs  
Mahnaz Ghassemzadeh-Khoshkroodi  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Freitags 26.04.-10.05.24,  
12.00-17.00 Uhr, 3 Nachmittage  
115,13 EUR; erm. 83,65 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
12.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!

Diese Veranstaltung ist ein Beitrag  
zum Bonner Klimaplan 2035.

Buchen

■ **6789** Kurs  
Mahnaz Ghassemzadeh-Khoshkroodi  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.56  
Freitags 31.05.-14.06.24,  
12.00-17.00 Uhr, 3 Nachmittage  
115,13 EUR; erm. 83,65 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
17.05.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Schneidern und Nähen: Problemlösungen Für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene

Sie möchten ein angefangenes Projekt beenden, benötigen aber nur noch zwei oder drei Stunden dafür? Oder Sie brauchen Hilfe beim Ab-

kreiden 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.

Buchen

■ **6790** Wochenend-Workshop  
Vera Andernach  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50  
Samstag und Sonntag,  
24.02.-25.02.24, 10.00-17.00 Uhr  
107,13 EUR; erm. 76,82 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
10.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

Buchen

■ **6791** Wochenend-Workshop  
Vera Andernach  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.50  
Samstag und Sonntag,  
20.04.-21.04.24, 10.00-17.00 Uhr  
107,13 EUR; erm. 76,82 EUR  
6 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
06.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Socken mit Käppchenferse stricken

Mit etwas Grundkenntnissen im Stricken lernen Sie auf einem Nadelspiel (5 Nadeln), wie man Schaft, Ferse und Spitze eines Strumpfes strickt. Gestrickt werden Käppchenferse und Spitze. Zusätzlich werden Ihnen unterschiedliche Käppchenarten gezeigt sowie viele Tipps zu Passform und Mustern gegeben.

Die Teilnehmenden sollten rechte und linke Maschen stricken können. Bitte bringen Sie folgende Materialien zum Kurs mit: Sockenwolle, 4-fä-

dig, Material meist Mischung Wolle und Polyamid (zur Orientierung: 100 g Wolle soll eine Lauflänge von ca. 420 m haben), Nadelspiel (5 Nadeln) Bambus oder Metall passend zur Wolle, Schere, Papier und Stift für Notizen, Stopfnadel, wenn vorhanden Maschenmarkierer, Maßband

Buchen

■ **6792** Wochenend-Workshop  
Stephanie Schuler-Gundelach  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50  
Samstag und Sonntag,  
24.02.-25.02.24, 10.00-15.00 Uhr  
70,18 EUR; erm. 51,59 EUR  
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
10.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Häkeln und Stricken Für Anfänger\*innen

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: 1 Knäuel 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), Stricknadeln Bambus, Stärke 3 oder 3,5, entweder Nadelspiel (5 Nadeln, Länge 20 cm) oder Rundstricknadel (mit Seil), 1 Knäuel Baumwollgarn für Topflappen, helle Farben (zur Orientierung: 25 g Wolle soll eine Lauflänge von ca. 57 m haben), Häkelnadel aus Metall, Stärke 3, 3,5 oder 4 passend zur Wolle

>>>



**Büchen** ■ **6793** Wochenend-Workshop  
Stephanie Schuler-Gundelach  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 09  
Samstag und Sonntag,  
02.03.-03.03.24, 10.00-15.00 Uhr  
70,17 EUR; erm. 51,58 EUR  
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
17.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

Diese Veranstaltung ist ein Beitrag  
zum Bonner Klimaplan 2035.



## Zopfmuster stricken

Zopfmuster bieten eine Fülle an Möglichkeiten, von einfacher Verzopfung bis zu raffinierten keltischen Flechtmustern. Wir lernen die Muster zu lesen und stricken ein kleines Projekt. Die Teilnehmenden sollten etwas Strickerfahrung haben.

Folgendes Material bitte mitbringen: Sockenwolle (reine Wolle oder Wolle-Polyamid-Mischung), Stricknadel, Nadelspiel in passender Stärke (z.B. 3 oder 3,5), Zopfnaedel, wenn vorhanden, alternativ ganz kurze Stricknadeln 10 cm, Schere, Stopfnaedel, Schreibzeug und Papier für Notizen

**Büchen** ■ **6794** Wochenend-Workshop  
Stephanie Schuler-Gundelach  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.48  
Samstag und Sonntag,  
16.03.-17.03.24, 10.00-15.00 Uhr  
70,18 EUR; erm. 51,59 EUR  
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
02.03.2024, 12.00 Uhr, möglich!



Das Sommerprogramm mit neuen Kursen wird ab März veröffentlicht. Bitte beachten Sie die aktuellen Hinweise auf der Homepage!

## Double-Face stricken

Doppelt gestrickt hält besser. Mit der Double-Face-Technik kann man vielfältig arbeiten: zwei Teile gleichzeitig stricken oder Muster einstricken, die auf der Rückseite umgekehrt farbig erscheinen. Neugierig geworden? In diesem Kurs lernen Sie alles für diese Technik an einem kleinen Projekt. Die Teilnehmenden sollten etwas Strickerfahrung haben.

Folgendes Material bitte mitbringen: Baumwollgarn, 50 g mit 125 m Lauflänge, in zwei sich stark unterscheidenden Farben (gerne auch Reste), Nadelspiel oder zwei kurze Rundstricknadeln in Stärke 2 oder 2,5, Schere, Stopfnaedel, Schreibzeug

und Papier für Notizen

**Büchen** ■ **6795** Wochenend-Workshop  
Stephanie Schuler-Gundelach  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 09  
Samstag und Sonntag,  
27.04.-28.04.24, 10.00-15.00 Uhr  
70,18 EUR; erm. 51,59 EUR  
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
13.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Granny Squares häkeln

Die kleinen Häkelquadrate sind vielseitig zu gestalten und lassen sich zu schönen Projekten, wie Decken, Jacken und vieles mehr, zusammensetzen. Lassen Sie sich von der Vielzahl der Motive überraschen. Mit Granny-Square-Projekten kann man auch hervorragend Garnreste noch sinnvoll verwerten.

Auch geeignet für Anfänger\*innen, die schon etwas Übung im Häkeln haben.

Folgendes Material bitte mitbringen: Baumwoll-Häkelgarn, 50 g mit 125 m Lauflänge oder dünner, in verschiedenen Farben (gerne auch Reste), Häkelnadel passen zum Garn, Schere, Stopfnaedel, Schreibzeug und Papier für Notizen

**Büchen** ■ **6796** Wochenend-Workshop  
Stephanie Schuler-Gundelach  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.50  
Samstag und Sonntag,  
08.06.-09.06.24, 10.00-15.00 Uhr  
70,18 EUR; erm. 51,59 EUR  
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
25.05.2024, 12.00 Uhr, möglich!

## Goldschmieden / Schmuck

### Goldschmieden/Silberschmuck

Schmuck aus edlen Materialien nach eigenen Entwürfen selbst herzustellen, ist gar nicht so schwierig, wenn man sich mit Geduld und Ausdauer darauf einlässt. Für Anfänger\*innen werden die Grundtechniken des Goldschmiedens vermittelt, die die Fertigung einfacher Schmuckstücke ermöglichen. Bleibt man länger bei diesem schönen alten Handwerk, das auch heute mit einem spannenden Berufsbild verbunden ist, dann erschließen sich 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! Sie können auch Schmuck, der nicht mehr getragen wird, zur Umarbeitung oder als Material zum Recyclen mitbringen. Ein Betrag für Verbrauchsmaterial (Sägeblätter, Bohrer, Ersatzbeschaffungen von Werkzeugen) ist bereits im Kursentgelt enthalten.

Die Goldschmiedewerkstatt der VHS befindet sich im Jugendzentrum K7 im Sportpark Pennenfeld, Mallwitzstr. 9-11, 53177 Bonn. Eine genaue Wegbeschreibung wird Ihnen vor Kursbeginn gemailt.

**Büchen** ■ **6840** Wochenendkurs  
Thomas Manz  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im Jugendzentrum K7 im Sportpark Pennenfeld  
Samstag und Sonntag,  
24.02.-25.02.24, 10.00-17.00 Uhr  
81,22 EUR; erm. 60,99 EUR  
Silber, Gold, Schmucksteine etc. müssen separat mit dem Dozenten abgerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
10.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Büchen** ■ **6841** Kurs am Sonntag  
Thomas Manz  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im Jugendzentrum K7 im Sportpark Pennenfeld  
Sonntag, 03.03.24, 10.00-17.00 Uhr  
43,68 EUR; erm. 33,56 EUR  
Silber, Gold, Schmucksteine etc. müssen separat mit dem Dozenten abgerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
18.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Büchen** ■ **6842** Wochenendkurs  
Thomas Manz  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im Jugendzentrum K7 im Sportpark Pennenfeld  
Samstag und Sonntag,  
09.03.-10.03.24, 10.00-17.00 Uhr  
81,22 EUR; erm. 60,99 EUR  
Silber, Gold, Schmucksteine etc. müssen separat mit dem Dozenten abgerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
24.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Buchen** ■ **6843** Kurs am Sonntag  
Thomas Manz  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im  
Jugendzentrum K7 im Sportpark  
Pennenfeld  
Sonntag, 17.03.24, 10.00-17.00 Uhr  
43,68 EUR; erm. 33,56 EUR  
Silber, Gold, Schmucksteine etc.  
müssen separat mit dem Dozenten  
abgerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
03.03.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Buchen** ■ **6844** Kurs am Samstag  
Katja Knebel  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im  
Jugendzentrum K7 im Sportpark  
Pennenfeld  
Samstag, 23.03.24, 10.00-17.00 Uhr  
44,16 EUR; erm. 34,04 EUR  
Silber, Gold, Schmucksteine etc.  
müssen separat mit der Dozentin ab-  
gerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
09.03.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Buchen** ■ **6845** Kurs am Sonntag  
Thomas Manz  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im  
Jugendzentrum K7 im Sportpark  
Pennenfeld  
Sonntag, 24.03.24, 10.00-17.00 Uhr  
43,68 EUR; erm. 33,56 EUR  
Silber, Gold, Schmucksteine etc.  
müssen separat mit dem Dozenten  
abgerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
10.03.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Buchen** ■ **6846** Kurs am Sonntag  
Thomas Manz  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im  
Jugendzentrum K7 im Sportpark  
Pennenfeld  
Sonntag, 14.04.24, 10.00-17.00 Uhr  
43,68 EUR; erm. 33,56 EUR  
Silber, Gold, Schmucksteine etc.  
müssen separat mit dem Dozenten  
abgerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
31.03.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Buchen** ■ **6847** Wochenendkurs  
Thomas Manz  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im  
Jugendzentrum K7 im Sportpark  
Pennenfeld  
Samstag und Sonntag,  
20.04.-21.04.24, 10.00-17.00 Uhr  
81,22 EUR; erm. 60,99 EUR  
Silber, Gold, Schmucksteine etc.  
müssen separat mit dem Dozenten  
abgerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
06.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Buchen** ■ **6848** Wochenendkurs  
Thomas Manz  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im  
Jugendzentrum K7 im Sportpark  
Pennenfeld  
Samstag und Sonntag,  
27.04.-28.04.24, 10.00-17.00 Uhr  
81,22 EUR; erm. 60,99 EUR  
Silber, Gold, Schmucksteine etc.  
müssen separat mit dem Dozenten  
abgerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
13.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Buchen** ■ **6849** Kurs am Samstag  
Katja Knebel  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im  
Jugendzentrum K7 im Sportpark  
Pennenfeld  
Samstag, 04.05.24, 10.00-17.00 Uhr  
44,16 EUR; erm. 34,04 EUR  
Silber, Gold, Schmucksteine etc.  
müssen separat mit der Dozentin ab-  
gerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
20.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Buchen** ■ **6850** Kurs am Sonntag  
Thomas Manz  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im  
Jugendzentrum K7 im Sportpark  
Pennenfeld  
Sonntag, 05.05.24, 10.00-17.00 Uhr  
43,68 EUR; erm. 33,56 EUR  
Silber, Gold, Schmucksteine etc.  
müssen separat mit dem Dozenten  
abgerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
21.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!





**Büchen** ■ **6851** Wochenendkurs  
Thomas Manz  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im  
Jugendzentrum K7 im Sportpark  
Pennenfeld  
Samstag und Sonntag,  
11.05.-12.05.24, 10.00-17.00 Uhr  
81,22 EUR; erm. 60,99 EUR  
Silber, Gold, Schmucksteine etc.  
müssen separat mit dem Dozenten  
abgerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
27.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Büchen** ■ **6852** Wochenendkurs  
Thomas Manz  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im  
Jugendzentrum K7 im Sportpark  
Pennenfeld  
Samstag und Sonntag,  
25.05.-26.05.24, 10.00-17.00 Uhr  
81,22 EUR; erm. 60,99 EUR  
Silber, Gold, Schmucksteine etc.  
müssen separat mit dem Dozenten  
abgerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
11.05.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Büchen** ■ **6853** Kurs am Sonntag  
Thomas Manz  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im  
Jugendzentrum K7 im Sportpark  
Pennenfeld  
Sonntag, 02.06.24, 10.00-17.00 Uhr  
43,68 EUR; erm. 33,56 EUR  
Silber, Gold, Schmucksteine etc.  
müssen separat mit dem Dozenten  
abgerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
19.05.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Büchen** ■ **6854** Kurs am Sonntag  
Thomas Manz  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im  
Jugendzentrum K7 im Sportpark  
Pennenfeld  
Sonntag, 09.06.24, 10.00-17.00 Uhr  
43,68 EUR; erm. 33,56 EUR  
Silber, Gold, Schmucksteine etc.  
müssen separat mit dem Dozenten  
abgerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
26.05.2024, 12.00 Uhr, möglich!



**Büchen** ■ **6855** Kurs am Samstag  
Katja Knebel  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im  
Jugendzentrum K7 im Sportpark  
Pennenfeld  
Samstag, 15.06.24, 10.00-17.00 Uhr  
44,16 EUR; erm. 34,04 EUR  
Silber, Gold, Schmucksteine etc.  
müssen separat mit der Dozentin ab-  
gerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
01.06.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Büchen** ■ **6856** Kurs am Sonntag  
Thomas Manz  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im  
Jugendzentrum K7 im Sportpark  
Pennenfeld  
Sonntag, 16.06.24, 10.00-17.00 Uhr  
43,68 EUR; erm. 33,56 EUR  
Silber, Gold, Schmucksteine etc.  
müssen separat mit dem Dozenten  
abgerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
02.06.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Büchen** ■ **6857** Wochenendkurs  
Thomas Manz  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im  
Jugendzentrum K7 im Sportpark  
Pennenfeld  
Samstag und Sonntag,  
22.06.-23.06.24, 10.00-17.00 Uhr  
81,22 EUR; erm. 60,99 EUR  
Silber, Gold, Schmucksteine etc.  
müssen separat mit dem Dozenten  
abgerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
08.06.2024, 12.00 Uhr, möglich!

## Goldschmieden/Silberschmuck Sandguss

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 in einem Formkasten in 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, Ringe, Knöpfe etc., die von den Kursteilnehmenden selber 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. Die Goldschmiedewerkstatt der VHS befindet sich im Jugendzentrum K7 im Sportpark Pennenfeld, Mallwitzstr. 9-11, 53177 Bonn. Eine genaue Wegbeschreibung wird Ihnen vor Kursbeginn gemailt.

**Büchen** ■ **6860** Kurs am Samstag  
Katja Knebel  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im  
Jugendzentrum K7 im Sportpark  
Pennenfeld  
Samstag, 13.04.24, 10.00-17.00 Uhr  
44,16 EUR; erm. 34,04 EUR  
Silber, Gold, Schmucksteine etc.  
müssen separat mit der Dozentin ab-  
gerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
30.03.2024, 12.00 Uhr, möglich!

**Büchen** ■ **6861** Kurs am Samstag  
Katja Knebel  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im  
Jugendzentrum K7 im Sportpark  
Pennenfeld  
Samstag, 01.06.24, 10.00-17.00 Uhr  
44,16 EUR; erm. 34,04 EUR  
Silber, Gold, Schmucksteine etc.  
müssen separat mit der Dozentin ab-  
gerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
18.05.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Wirework Jewelry - Schmuckstücke aus feinem Silberdraht weben Für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene

Wirework - das Formen und Weben von Schmuckstücken aus Draht - ist eine der ältesten, bekannten Schmucktechniken. Sie gestalten nur mit Ihren Händen und einigen Zangen eigene, wunderschöne, filigrane Schmuckstücke. Dazu werden aus feinem Silberdraht Muster gewebt oder gewickelt. Ziel der Wirework-Technik ist es, möglichst ohne Lötarbeiten - nur auf mechanische Art - die genutzten Materialien zu verbinden, verwebte und gewickelte Drähte (0,25-1,0 mm) bilden dafür die Grundlage. In diesem Kurs erlernen Sie verschiedene Techniken des Webens und Wickelns mit Draht, es sind keine Kenntnisse in Goldschmiede- und Lötarbeiten notwendig.

Schmucksteine etc. müssen separat mit der Dozentin abgerechnet werden, sofern Sie diese Materialien nicht selber mitbringen! Ein Betrag für Verbrauchsmaterial (Sägeblätter, Bohrer, Ersatzbeschaffungen von Werkzeugen) ist im Kursentgelt bereits enthalten.

Die Goldschmiedewerkstatt der VHS befindet sich im Jugendzentrum K7 im Sportpark Pennenfeld, Mallwitzstr. 9-11, 53177 Bonn. Eine genaue Wegbeschreibung wird Ihnen vor Kursbeginn gemailt.

- Buchen** ■ **6880** Kurs am Samstag  
Melanie May  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im Jugendzentrum K7 im Sportpark Pennenfeld  
Samstag, 16.03.24, 10.00-16.00 Uhr  
40,89 EUR; erm. 32,34 EUR  
Schmucksteine etc. müssen separat mit der Dozentin abgerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
02.03.2024, 12 Uhr, möglich!

- Buchen** ■ **6882** Kurs am Samstag  
Melanie May  
Goldschmiedewerkstatt der VHS im Jugendzentrum K7 im Sportpark Pennenfeld  
Samstag, 18.05.24, 10.00-16.00 Uhr  
40,89 EUR; erm. 32,34 EUR  
Schmucksteine etc. müssen separat mit der Dozentin abgerechnet werden.  
7 - 9 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
04.05.2024, 12 Uhr, möglich!

## Fotografisches Gestalten

### IK 132 Modul DTZ

- Buchen** ■ **4691K132**  
Freitags 03.05.-03.05.24,  
10.00-16.45 Uhr  
6,10 EUR  
0 - 0 Teilnehmende

### Bildbearbeitung mit Photoshop CC - Grundlagen - Online

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Buchen** ■ **5533ON** Online-Kurs  
Günter Barczewski  
Online-Angebot



- Dienstags 05.03.-16.04.24,  
18.00-20.15 Uhr, 5 Abende  
91,75 EUR; erm. 66,05 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

### Bildbearbeitung mit Photoshop CC - Aufbaukurs - Online

Für Details siehe Kurs Seite 153

- Buchen** ■ **5535ON** Online-Kurs  
Günter Barczewski  
Online-Angebot  
Dienstags 30.04.-04.06.24,  
18.00-20.15 Uhr, 5 Abende  
91,75 EUR; erm. 66,05 EUR  
6 - 8 Teilnehmende

### CEWE FOTOBUCH

Für Details siehe Kurs Seite 0

- Buchen** ■ **5551** Kurs  
Gunnar Martens  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.59  
Mittwochs 05.06.-12.06.24,  
18.00-21.00 Uhr, 2 Abende  
43,30 EUR; erm. 32,74 EUR  
8 - 10 Teilnehmende

### Basiswissen Foto- und Kameratechnik Fotografie für Anfänger\*innen

Ob Analog- oder Digitalfotografie, die Kamera ist das beliebteste Werkzeug für gehobene Ansprüche. In diesem Kurs lernen Einsteiger\*innen alle relevanten Funktionen einer Fotokamera und deren Zubehör. Neben

ausführlicher Erklärung der Technik werden auch Themen wie Belichtungsmessung, Optik, Bildgestaltung und Präsentation behandelt.

Eine Fotoexkursion gegen Ende des Kurses ermöglicht den Teilnehmenden das Gelernte umzusetzen.

- Buchen** ■ **6901** Kurs  
Serhan Sözmen  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58  
Dienstag, 20.02., 27.02., 05.03.,  
12.03., 19.03., 09.04.24,  
18:00-21:00 Uhr,  
Samstag, 13.04.24, 12:00-15:00 Uhr,  
Dienstag, 16.04.24, 18:00-21:00 Uhr  
110,10 EUR; erm. 78,90 EUR  
10 - 14 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
06.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

- Buchen** ■ **6902** Kurs  
Serhan Sözmen  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58  
Donnerstag, 22.02., 29.02., 07.03.,  
14.03., 21.03., 11.04.24,  
18:00-21:00 Uhr,  
Sonntag, 14.04.24, 12:00-15:00 Uhr,  
Donnerstag, 18.04.24,  
18:00-21:00 Uhr  
110,10 EUR; erm. 78,90 EUR  
10 - 14 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
08.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

### Bildsprache und Komposition Fotografie für Fortgeschrittene

Dieser Kurs widmet sich Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen in der Fototechnik. Schwerpunkte liegen in der Bildanalyse, Bildgestaltung, Regeln und themenbezogenem Arbeiten. Tipps und Ideen für anspruchsvollere fotografische Arbeiten helfen den Kursteilnehmenden ihren eigenen Stil zu entwickeln.

Eine Exkursion und anschließende Bildbesprechung geben Anregungen für ausdrucksvollere Bilder.

- Buchen** ■ **6903** Kurs  
Serhan Sözmen  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.58  
Donnerstag, 25.04., 02.05., 16.05.,  
23.05.24, 18:00-20:15 Uhr,  
Sonntag, 26.05.24, 12:00-15:00 Uhr,  
Donnerstag, 06.06.24,  
18:00-20:15 Uhr  
72,61 EUR; erm. 52,66 EUR  
10 - 14 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
11.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!

Das Sommerprogramm mit neuen Kursen wird ab März veröffentlicht. Bitte beachten Sie die aktuellen Hinweise auf der Homepage!

## Fotografieren statt „knipsen“ mit Praxisteil

Möchten Sie Ihre Kenntnisse der fotografischen Techniken auf ein sicheres 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 Objektiven, AF-Systemen sowie Programmarten. Ausführlich behandelt wird die kreative Nutzung von Blende, Verschlusszeit, Schärfentiefe und Objektiven. Richtige Belichtung und Belichtungsmessarten sowie der Einfluss 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. Programmablaufänderungen sind dem Dozenten ausdrücklich vorbehalten.

**Büchen** ■ **6904** Wochenend-Workshop  
Serhan Sözmen  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57  
Samstag und Sonntag,  
04.05.-05.05.24, 10.00-18.00 Uhr  
93,70 EUR; erm. 67,42 EUR  
8 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
20.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Portraitfotografie - Von Mensch zu Mensch Für Anfänger\*innen

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 man genau solche natürlichen Portraits macht. 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-Workshop  
Detlef Szillat  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.48  
Samstag und Sonntag,  
20.04.-21.04.24, 10.00-17.00 Uhr  
84,94 EUR; erm. 61,29 EUR  
8 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
06.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!

## Portraitfotografie - Von Mensch zu Mensch Für Fotointeressierte mit Vorkenntnissen

In diesem praxisorientierten Kurs geht es um das Vertiefen erster Erfahrungen im Genre „Portraitfotografie“. Er vermittelt Ideen zur Kom-

position (Tiefenschärfe, Bildaufteilung, Ausleuchtung des Hintergrunds) zur guten Regie und Kommunikation mit dem Model. Ziel des Fotokurses ist es u.a., in vielen praktischen Einheiten die Wirkung der wichtigsten Lichtarten kennen zu lernen, sie bei Tageslicht zu nutzen oder mit Kunstlicht selbst herstellen zu können. Der Fotokurs zeigt hierzu den Einsatz von Tageslicht, Studio-/Blitzlicht, Aufhellern und anderem Zubehör.

Viele großartige Fotoideen für aussagekräftige Portraitfotos liegen meist direkt vor unserer Nase und lassen sich mit kostengünstigen oder sogar kostenlosen Dingen schnell und einfach umsetzen.

**Büchen** ■ **6908** Wochenend-Workshop  
Detlef Szillat  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.48  
Samstag und Sonntag,  
04.05.-05.05.24, 10.00-17.00 Uhr  
84,94 EUR; erm. 61,29 EUR  
8 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
20.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## „StadtSichtenPoetry“ - Workshop für intuitive Straßenfotografie und Urban Poetry

### Mit Kamera, Papier und Stiften das Besondere im Alltäglichen finden

Lassen Sie sich auf einen neuen Ansatz der Straßenfotografie ein: Wir gehen mit Kamera, Papier und Stift raus in die Stadt. Wir suchen Szenen, Motive und Geschichten, an denen wir sonst meistens vorbei gehen und halten sie im passenden Moment mit der Kamera fest. Parallel wird das Gesehene in kurzen Gedichten oder Texten ausgedrückt. Wichtigste Werkzeuge sind Intuition und Ruhe, um uns auf das Geschehen einzulassen. Es ist gleichgültig, ob mit Handy oder Digitalkamera fotografiert wird. Wir sichten immer wieder unsere Fotos und Texte und besprechen Tricks und Tipps der Straßenfotografie.

Der Kurs ist auch für Anfänger\*innen in der Straßenfotografie und Poetry geeignet.

Hinweis: Am zweiten Kurstag startet der Kurs bereits um 8 Uhr, da wir die besondere Stimmung der erwachenden Stadt einfangen möchten.

Bitte mitbringen: Digitale Kamera oder Fotohandy; Papier, Notizbuch, Stifte; ab Samstag auch Kabel zum Anschluss an Computer und/oder Lesegerät für die Speicherkarten der Kamera; dem Wetter angepasste Kleidung; wenn vorhanden, eigenes

Notebook zum Sortieren der Fotos.

**Büchen** ■ **6911** Wochenend-Workshop  
Michael Holstein  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57  
Freitag, 24.05.24, 17:00-20:00 Uhr,  
Samstag, 25.05.24, 8:00-14:00 Uhr,  
Sonntag, 26.05.24, 10:00-14:00 Uhr  
82,01 EUR; erm. 59,24 EUR  
8 - 10 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
10.05.2024, 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 diesem 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 Teilnehmer\*innen 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** Wochenend-Workshop  
Lothar Berens  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57  
Freitag, 26.04.24, 18:00-21:00 Uhr,  
Samstag, 27.04.24, 10:00-16:00 Uhr,  
Freitag, 03.05.24, 18:00-21:00 Uhr  
86,10 EUR; erm. 62,10 EUR  
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
zum, 12.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Inspiziert durch Gegensätze: Elliott Erwitt und Trent Parke

Beide Fotografen, Elliott Erwitt (1928-2023) und Trent Parke (\*1971), waren bzw. sind Mitglieder der renommierten Bildagentur „Magnum Photos“.

Für Elliott Erwitt steht die vorurteilsfreie Dokumentation der Realität im Vordergrund. Er hatte ein breites Spektrum an Themenbereichen (gesellschaftlich-politische Ereignisse, Porträts von Prominenten, Hunde u.a.). Der Schwerpunkt seiner Fotografie lag aber auf einer humorvollen, ironisierenden Erfassung von Menschen und ihrem Verhalten.

Das fotografische Hauptthema von Trent Parke ist die Darstellung seiner Heimat Australien mit allen ihren Fa-



cetten (Landschaften, Orte, Leben). Dabei gehen seine Bilder weit über die dokumentarische Erfassung der Wirklichkeit hinaus. Für ihn spielt die Nutzung des Lichts in allen Erscheinungsformen eine dominierende Rolle für die Erzielung der gewollten Bildwirkung. Trent Parkes Fotografie ist besonders nahe an der Herkunft des Begriffs „Fotografie“ als „Malen mit Licht“.

Ziel des Kurses ist es, angeregt durch Bilder von Elliott Erwitt und Trent Parke und die unterschiedlichen Sichtweisen der beiden Fotografen den Blick für das scheinbar Gewöhnliche, aber Fotografierenswerte, zu schärfen und dabei bewusst mit dem Fokus auf die Nutzungsmöglichkeiten des Lichts zu arbeiten. Dazu werden wir im theoretischen Teil die Charakteristika der fotografischen Ansätze von Elliott Erwitt und Trent Parke herausarbeiten. Darauf aufbauend sollen die Kursteilnehmer\*innen angeregt durch Wesensmerkmale der Arbeiten von Elliott Erwitt und Trent Parke ein eigenes Fotoprojekt definieren, das sie im Praxisteil des Kurses bearbeiten.

**Büchen** ■ **6914** Kurs  
Lothar Berens  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 1.57  
Freitag, 23.02. und 01.03.24,  
18:00-21:00 Uhr,  
Samstag, 09.03.24, 10:00-16:00 Uhr,  
Freitag, 15.03. und 22.03.24,  
18:00-21:00 Uhr,  
Mittwoch, 10.04.24, 18:00-21:00 Uhr  
146,10 EUR; erm. 104,10 EUR  
7 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis  
zum, 09.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!

## Fotografie- und Lightpainting Malen mit Licht

Lightpainting bedeutet Malen mit Licht. Sie lernen in diesem Kurs diese ganz besondere Technik kennen, die Kunst und Fotografie verbindet. Zunächst werden Ihnen die Theorie und die Grundlagen des Lightpaintings vermittelt. Die Dozent\*innen geben Ihnen spannende Einblicke in bisherige Projekte. Zudem erläutern sie an farbenfrohen Motiven, was sich hinter dem Begriff verbirgt und sie zeigen Ihnen, mit welcher Technik und welchen Tools die Lightpainting-Bilder entstehen. Darüber hinaus stellen sie Ihnen einige selbstgebaute Tools und deren Wirkung vor. Im Detail gehen sie auf folgende Punkte ein: unterschiedliche Lichtquellen, unterschiedliche Lightpainting-Tools, Kameraeinstellungen/Langzeitbelichtung, Lightpainting-Grundformen, Ausleuchtung, Kleidung.

Im Anschluss erhalten Sie im Praxisteil direkt die Gelegenheit, das Gelernte vor und hinter der Kamera umzusetzen. Während des Kurses können Sie die Techniken selbst ausprobieren und eigene Lichtbilder erstellen.

Bitte bringen Sie folgende Ausrüstung mit: Digitale Kamera, die mindestens den manuellen Modus (M) unterstützt (Kameratyp unabhängig), vorteilhaft wäre der Bulb-Modus, Stativ, Fernauslöser, Tuch/Mütze zum Abdecken der Kamera/des Objektivs, Taschenlampe oder Stirnlampe, dunkle, wetterfeste Kleidung, Ersatzakku ist von Vorteil.

Das Lightpainting-Equipment bzw. die benötigten Materialien und Tools werden von den Dozent\*innen für die Dauer des Kurses gestellt.

Grundkenntnisse der digitalen Fotografie sowie der Umgang mit der eigenen Kamera werden vorausgesetzt.

Der Kurs findet bei jedem Wetter draußen statt.

Bei Fragen wenden Sie sich gerne an den Fachbereich (martina.giersberg@bonn.de)

**Büchen** ■ **6920** Workshop  
Dirk Matthiesen, Lissy Matthiesen  
Treffpunkt: Parkplatz Rheinaue an der Ludwig-Erhard-Allee, 53175 Bonn  
Samstag, 17.02.24, 15.30-20.00 Uhr  
65,58 EUR; erm. 52,39 EUR  
5 - 6 Teilnehmende

Schriftliche Abmeldung nur bis  
03.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Musikpraxis

### VIVA LA MUSICA

Ausführlichere Informationen zu den Kursen finden Sie unter [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de)

### Ukulele für Einsteiger\*innen (Modul 1)

Nicht erst, aber besonders 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 - und das zurecht! Klein, daher auch leicht zu transportieren, sehr günstig in der Anschaffung und leicht erlernbar ist sie DIE ideale Wahl für jeden, der schon immer gerne ein Instrument erlernen wollte, ohne dabei mehrere Jahre des Übens vor sich zu haben. Wenn gleich auch die Ukulele beherrscht sein möchte, ist sie doch perfekt dazu geeignet, Ihnen ohne allzu intensiven theoretischen Inhalt den Einstieg in ein wundervolles Hobby zu ermöglichen.



„No Woman, No Cry“, „Westerland“, „La Cucaracha“, „Y.M.C.A.“, „What Shall We Do With A Drunken Sailor“ 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. Notenkenntnis ist NICHT erforderlich!

Alle Unterlagen erhalten Sie vorab per E-Mail. Bringen Sie nur sich selbst, gute Laune, Schreibmaterial sowie Ihre Ukulele samt Stimmgerät mit. Sollten Sie noch keine Ukulele besitzen, so ist es möglich, in der ersten Stunde Fragen bzgl. des Instruments zu klären. Ihr Lehrer wird Ihnen bei der Auswahl des für Sie passenden Instruments gerne beratend zur Seite stehen.

Büchen

■ **6971** Kurs  
Sascha Beselt (M.A.)  
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier  
Dienstags 19.03.-18.06.24,  
18.30-20.00 Uhr, 11 Abende  
107,42 EUR; erm. 80,62 EUR  
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis zum  
05.03.2024, 12.00 Uhr, möglich!



### Ukulele für leicht Fortgeschrittene (Modul 2)

Nach dem Erlernen einfacher Liedbegleitung mittels Grundakkorden und Anschlagsmustern im Kurs für Einsteiger\*innen 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 „The Girl From Ipanema“ kennen.

Der Kurs richtet sich ausdrücklich an solche Teilnehmer\*innen, die bereits wenigstens die neun Grundakkorde sowie einzelne, einfache Lieder fließend beherrschen. Bei Zweifeln steht Ihnen der Dozent vorab per E-Mail einschätzend zur Seite.

Bitte beachten Sie, dass tägliches Üben daheim erwartet wird.

Alle Unterlagen erhalten Sie vorab per E-Mail. Bringen Sie nur sich selbst, gute Laune, Schreibmaterial sowie Ihre Ukulele samt Stimmgerät mit.

Büchen

■ **6972** Kurs  
Sascha Beselt (M.A.)  
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier  
Dienstags 19.03.-18.06.24,  
20.15-21.45 Uhr, 11 Abende  
114,46 EUR; erm. 85,55 EUR  
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis zum  
05.03.2024, 12.00 Uhr, möglich!



Das Sommerprogramm mit neuen Kursen wird ab März veröffentlicht. Bitte beachten Sie die aktuellen Hinweise auf der Homepage!

## Erste Schritte auf der Gitarre (Modul 1)

Dieser Kurs bietet sich an, um erste „Lagerfeuer-Songs“ mit Akkorden zu erlernen. Der Fokus liegt auf dem Anwenden der hier zu erlernenden Grundakkorde in Kombination mit verschiedenen Anschlagsmustern. Am Ende des Kurses werden Sie in der Lage sein, einfache Lieder mit Akkorden sowie eine Tonleiter zu spielen.

Dieser Kurs richtet sich an Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse bzw. Anfänger\*innen, welche die Grundakkorde nicht fließend beherrschen. Das erlangte Wissen kann im Anschluss in weiterführenden Kursen ausgebaut werden.

Bitte beachten Sie, dass tägliches Üben daheim erwartet wird. Notenkenntnis ist NICHT erforderlich!

Alle Unterlagen erhalten Sie vorab per E-Mail. Bringen Sie eine akustische Gitarre (Western- oder Konzertgitarre), ein Plektrum, Stimmgerät, Schreibmaterial und optional ein Metronom oder anderes Rhythmusgerät zur eigenen Kontrolle beim Üben mit. Sollten Sie noch keine Gitarre haben, lassen Sie sich in der ersten Stunde von Ihrem Dozenten beraten oder schreiben Sie ihm gerne frühzeitig eine E-Mail.

**■ 6973** Kurs  
Sascha Beselt (M.A.)  
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
18.30-20.00 Uhr, 15 Abende  
139,90 EUR; erm. 103,36 EUR  
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis zum  
07.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Liedbegleitung auf der Gitarre für leicht Fortgeschrittene (Modul 2)

Dieser Kurs richtet sich an leicht fortgeschrittene Teilnehmer\*innen, die bereits den Einführungskurs (MODUL 1) besucht haben oder generell imstande sind, die Grundakkorde flüssig umzugreifen und einfachste Lieder zu spielen. Neue Inhalte in diesem Kurs sind u.a. die Slash-Akkorde, das Barree-Akkorde-System sowie einführende Kenntnisse in Harmonielehre. Dazu wird das Picking verfeinert. 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 beachten Sie, dass tägliches Üben daheim erwartet wird. Notenkenntnis ist NICHT erforderlich!

Alle Unterlagen erhalten Sie vorab per E-Mail. Bringen Sie eine akusti-

sche Gitarre (Western- oder Konzertgitarre), ein Plektrum, Schreibmaterial und Stimmgerät mit. Äußerst sinnvoll, aber nicht zwingend, ist ein Metronom oder anderes Rhythmusgerät zur eigenen Kontrolle beim Üben.

**■ 6974** Kurs  
Sascha Beselt (M.A.)  
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier  
Mittwochs 21.02.-19.06.24,  
20.15-21.45 Uhr, 15 Abende  
139,90 EUR; erm. 103,36 EUR  
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis zum  
07.02.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Einführung in das Zupfen auf der Gitarre für Popmusik und Klassik

Dieser Kompaktkurs auf der Gitarre bietet in kurzer Zeit den Einstieg in die Welt des Zupfens auf der Gitarre für Popmusik/Evergreens und Klassik. Anhand einiger bekannter Beispiele können Sie hier verschiedene Techniken des

Fingerspiels auf den sechs Saiten kennenlernen.

Notenkenntnis ist nicht erforderlich! Vorausgesetzt wird lediglich das Beherrschen und flüssige Umgreifen der Grundakkorde sowie das Üben daheim.

Alle Unterlagen erhalten Sie vorab per E-Mail oder im Kurs. Bringen Sie eine akustische Gitarre (Western- oder Konzertgitarre), Stimmgerät und Schreibmaterial mit.

**■ 6975** Kurs  
Sascha Beselt (M.A.)  
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier  
Donnerstags 02.05.-23.05.24,  
18.30-21.45 Uhr, 3 Abende  
72,38 EUR; erm. 56,55 EUR  
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis zum  
18.04.2024, 12.00 Uhr, möglich!



## Blues-Gitarre für Einsteiger\*innen

Der Blues kann heute als Ursprung gitarrenbasierter Populärmusik des 20. und 21. Jahrhunderts angesehen werden. Jazz, Rock'n'Roll, Country, Punk und auch Heavy Metal sind alle mehr oder weniger direkt vom Blues beeinflusst. In diesem Kompaktkurs lernen Sie in wenigen Wochen verschiedene Klassiker der Bluesgeschichte kennen und vollführen zudem gemeinsam den spannenden Einstieg in das Solospiel auf der Gitarre innerhalb der Improvisation einer Jam-Session. Solotechniken, Blues Notes, anschauliche Beispiele für Licks oder das Bluesschema werden Ihr bisheriges Können auf der Gitarre um ein ganz neues, buntes Kapitel erweitern.

Notenkenntnis ist nicht erforderlich! Vorausgesetzt wird lediglich das Beherrschen und flüssige Umgreifen der Grundakkorde sowie das Üben daheim.

Alle Unterlagen erhalten Sie vorab per E-Mail oder im Kurs. Bringen Sie eine akustische Gitarre (Western- oder Konzertgitarre), Plektrum, Stimmgerät und Schreibmaterial mit.

**■ 6976** Kurs  
Sascha Beselt (M.A.)  
VHS, Am Michaelshof 2, Atelier  
Donnerstags 06.06.-20.06.24,  
18.30-21.45 Uhr, 3 Abende  
72,38 EUR; erm. 56,55 EUR  
8 - 8 Teilnehmende

Schriftliche Stornierung nur bis zum  
23.05.2024, 12.00 Uhr, möglich!



- Entspannung
- Yoga
- Meditation
- Qigong / Taichi
- 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
- Klima und Ernährung
- Allgemeine Küche
- Mediterrane Küche
- Orientalische Küche
- Asiatische Küche
- Südamerikanische Küche
- Französische Küche
- Kochkurse auf Englisch
- Kochkurs auf Spanisch
- Kochkurs auf Französisch
- Weinseminare
- Exkursionen

Ibrahim Uygun  
 Fachbereichsleitung  
 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 Gesundheitskurse und -aktivitäten 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 jeder Teilnehmende eine qualifizierte Bescheinigung zur Vorlage bei der zuständigen Krankenkasse. Bitte fragen Sie vor Anmeldung bei Ihrer Krankenkasse nach!  
 Eine bundesweitwissenschaftliche Studie belegt:

**„VHS macht gesünder!“**

Mehr Informationen zur Studie erhalten Sie im Fachbereich Gesundheit und Ernährung unter [www.vhs-bonn.de](http://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.

**KURSE bei der VHS Bonn leiten!  
 Wenn Sie Interesse an einer Kursleitung haben, bewerben Sie sich im Fachbereich!**



## Entspannung

### Autogenes Training - Grundkurs (Prävention in Alltag und Beruf)



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 Leiter und Gruppe, das Gelernte im privaten und beruflichen Alltag für sich effizient nutzen kann. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke und ein kleines Kopfkissen mit. Der Kurs ist von der Zentralen Prüfstelle für Prävention (ZPP) zertifiziert und kann von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst werden.

**7103** Kurs  
Rita Fellner  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Montags 08.04.-03.06.24,  
17.45-19.15 Uhr, 8 Abende  
71,70 EUR  
8 - 12 Teilnehmende



### Progressive Muskelentspannung (Prävention in Alltag und Beruf)



Die Progressive Muskelentspannung ist eine Entspannungsmethode, mit der eine höhere Konzentrationsfähigkeit, innere Ruhe und Gelassenheit erreicht werden können. Durch das gezielte 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 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 10.04.-05.06.24,  
17.45-19.15 Uhr, 8 Abende  
71,70 EUR  
8 - 9 Teilnehmende

### Progressive Muskelentspannung

Die Methode ist leicht zu erlernen und kann bei Bedarf problemlos in den Alltag integriert werden. Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). Bitte eine Decke, ein kleines Kissen und warme Socken mitbringen.

**7150** Kurs



Agnieszka Windel  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15  
Dienstags 20.02.-19.03.24,  
19.15-20.15 Uhr, 5 Abende  
30,78 EUR; erm. 23,38 EUR  
7 - 12 Teilnehmende

## Yoga

### Yoga am Montag

#### 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.

**7200** Kurs  
Indira Busse  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15  
Montags 19.02.-06.05.24,  
10.00-11.30 Uhr, 10 Vormittage  
80,10 EUR; erm. 57,90 EUR  
8 - 12 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](http://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 (ZPP) zertifiziert und kann von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst werden.

**7202** Kurs  
Indira Busse  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Montags 19.02.-06.05.24,  
15.45-17.15 Uhr, 10 Nachmittage  
88,10 EUR  
8 - 12 Teilnehmende



### 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.

**7204** Kurs  
Dr. Jessica Anna Dreas  
Bonn, Margarete-Grundmann-Haus,  
Lotharstr. 84-86, Saal  
Montags 19.02.-13.05.24,  
20.00-21.30 Uhr, 10 Abende  
80,10 EUR; erm. 57,90 EUR  
8 - 13 Teilnehmende

Kein Unterricht am 08. April 2024!



## 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.

**7210** Kurs  
Edith Bayer  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Dienstags 20.02.-04.06.24,  
18.00-19.30 Uhr, 13 Abende  
94,50 EUR; erm. 67,98 EUR  
10 - 12 Teilnehmende

### Kundalini-Yoga für Teilnehmende mit Yoga-Vorkenntnissen

Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). Bitte bringen Sie eine Decke und bequeme, warme Kleidung, Trinkwasser und ein Handtuch als Auflage für die Matte mit.

**7212** Kurs  
Edith Bayer  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Dienstags 20.02.-04.06.24,  
19.45-21.15 Uhr, 13 Abende  
94,50 EUR; erm. 67,98 EUR  
10 - 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) er-

reicht, 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.

**7217** Kurs  
Theresa Schuffenhauer  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15  
Dienstags 20.02.-19.03.24,  
17.30-19.00 Uhr, 5 Abende  
43,10 EUR; erm. 32,00 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

**7218** Kurs  
Theresa Schuffenhauer  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15  
Dienstags 09.04.-11.06.24,  
17.30-19.00 Uhr, 8 Abende  
65,30 EUR; erm. 47,54 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

Kein Unterricht am 23. April und 21. Mai 2024!

## Yoga am Mittwoch

### Hatha - Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene

Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). Bitte bringen Sie eine Decke, ein kleines Kissen, ein Handtuch als Auflage für die Matte und bequeme Kleidung mit.

**7220** Kurs  
Melanie Alessandra Moog  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Mittwochs 21.02.-20.03.24,  
9.00-10.30 Uhr, 5 Vormittage  
43,10 EUR; erm. 32,00 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

**7221** Kurs  
Melanie Alessandra Moog  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Mittwochs 10.04.-12.06.24,  
9.00-10.30 Uhr, 9 Vormittage  
72,70 EUR; erm. 52,72 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 Yogarichtung, 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](http://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.

**7228** Kurs  
Annabelle van de Weyer  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)  
Donnerstags 22.02.-06.06.24,  
9.30-11.00 Uhr, 11 Vormittage  
87,50 EUR; erm. 63,08 EUR  
8 - 9 Teilnehmende

Kein Unterricht am 21.03.2024!



## 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](http://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 Entspannungphase. Bequeme, dehnbare Kleidung, am besten aus Baumwolle, ist beim Üben vorteilhaft. Der Kurs ist sowohl für Anfänger\*innen als auch für Yoga-Erfahrene geeignet.

**Buchen** ■ **7232** Kurs  
Melanie Alessandra Moog  
Katholisches Pfarrheim St. Josef,  
Johann-Link-Straße / Ecke An Sankt Josef  
Donnerstags 22.02.-21.03.24,  
17.30-19.00 Uhr, 5 Abende  
62,20 EUR; erm. 51,10 EUR,  
inklusive Anmietungskosten.  
8 - 10 Teilnehmende

**Buchen** ■ **7233** Kurs  
Melanie Alessandra Moog  
Katholisches Pfarrheim St. Josef,  
Johann-Link-Straße / Ecke An Sankt Josef  
Donnerstags 11.04.-13.06.24,  
17.30-19.00 Uhr, 8 Abende  
90,86 EUR; erm. 72,20 EUR,  
inklusive Anmietungskosten.  
8 - 10 Teilnehmende

## Hatha-Yoga für Anfänger (Prävention in Alltag und Beruf)



Mehr Informationen erhalten Sie unter der Kurs-Nummer auf [www.vhs-bonn.de](http://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.

**Buchen** ■ **7235** Kurs  
Indira Busse  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15  
Donnerstags 22.02.-16.05.24,  
17.30-19.00 Uhr, 10 Abende  
88,10 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

**Buchen** ■ **7236** Kurs  
Indira Busse  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15  
Donnerstags 22.02.-16.05.24,  
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. Mehr Informationen erhalten Sie auf [www.vhs-bonn.de](http://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 stabilen 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>

**Buchen** ■ **72380N** Kurs  
Priya Nadine Diederich  
Online-Angebot  
Donnerstags 22.02.-21.03.24,  
18.00-19.30 Uhr, 5 Abende  
43,10 EUR; erm. 32,00 EUR  
6 - 15 Teilnehmende

**Buchen** ■ **72390N** Kurs  
Priya Nadine Diederich  
Online-Angebot  
Donnerstags 11.04.-13.06.24,  
18.00-19.30 Uhr, 8 Abende  
65,30 EUR; erm. 47,54 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.

**Buchen** ■ **7242** Kurs  
Bernd Lier  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14  
(Mehrzweckraum 2)  
Freitags 23.02.-22.03.24,  
16.30-18.00 Uhr, 5 Abende  
43,10 EUR; erm. 32,00 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

**Buchen** ■ **7243** Kurs  
Bernd Lier  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14  
(Mehrzweckraum 2)  
Freitags 12.04.-14.06.24,  
16.30-18.00 Uhr, 8 Abende  
65,30 EUR; erm. 47,54 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

Kein Unterricht am 10. und am 31. Mai 2024!

### 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.

**Büchen** ■ **7244** Kurs  
 Bernd Lier  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14  
 (Mehrzweckraum 2)  
 Freitags 23.02.-22.03.24,  
 18.15-19.45 Uhr, 5 Abende  
 43,10 EUR; erm. 32,00 EUR  
 8 - 12 Teilnehmende

**Büchen** ■ **7245** Kurs  
 Bernd Lier  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14  
 (Mehrzweckraum 2)  
 Freitags 12.04.-14.06.24,  
 18.15-19.45 Uhr, 8 Abende  
 65,30 EUR; erm. 47,54 EUR  
 8 - 12 Teilnehmende

Kein Unterricht am 10. und am 31.  
 Mai 2024!

## Yoga am Wochenende

### Lachyoga in Achtsamkeit erleben

Mehr Informationen zum Workshop erhalten Sie im Programmheft unter der unten angegebenen Nummer im Fachbereich 2 "Lebensgestaltendes Lernen" und auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de)

**Büchen** ■ **2140** Tagesseminar  
 Samy Boroumand  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14  
 (Mehrzweckraum 2)  
 Samstag, 13.04.24, 11.00-17.00 Uhr  
 36,45 EUR; erm. 27,35 EUR,  
 Anmeldung erforderlich  
 7 - 8 Teilnehmende

### Hatha Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene - Workshop

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.

**Büchen** ■ **7250** Wochenendveranstaltung  
 Monika Stange  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11  
 (Mehrzweckraum 1)  
 Sonntag, 25.02.24, 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](http://www.vhs-bonn.de). Bitte bringen Sie eine Decke, ein kleines Kissen, ein Handtuch als Auflage für die Matte und bequeme Kleidung mit.

**Büchen** ■ **7252** Wochenendveranstaltung  
 Kerstin Antje Sprungk  
 VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15  
 Sonntag, 28.04.24, 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, wenn vorhanden, ein Meditationskissen mit, Hocker sind vorhanden.

**Büchen** ■ **7302** Einzelveranstaltung  
 Sebastian Engels  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11  
 (Mehrzweckraum 1)  
 Freitag, 23.02.24, 19.15-20.45 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 an-

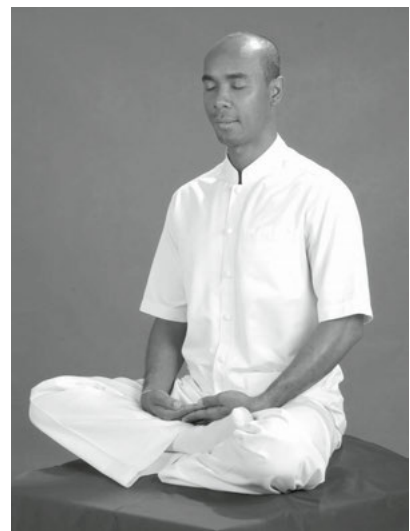
zunähern. Mehr Informationen zu dem Kurs erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). Bitte bringen Sie, wenn vorhanden, ein Meditationskissen mit, Hocker sind vorhanden.

**Büchen** ■ **7303** Kurs  
 Sebastian Engels  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11  
 (Mehrzweckraum 1)  
 Freitags 08.03.-24.05.24,  
 19.15-20.45 Uhr, 10 Abende  
 80,10 EUR; erm. 57,90 EUR  
 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 vorhandene Matte mit.

**Büchen** ■ **7306** Wochenendveranstaltung  
 Edith Bayer  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11  
 (Mehrzweckraum 1)  
 Samstag, 20.04.24, 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. Mehr Informationen erhalten Sie unter der Kurs-Nr. auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). 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 Wanderparkplatz liegt, wenn Sie bis zum Wald durchfahren, ca. 100 Meter hinter „Am Herkenbusch 27“ auf der rechten Seite. Sie können auch die GPS-Koordinaten (unten) in Ihre Navigation eingeben.

**7308** Kurs  
Sabine Malzbender  
Treffpunkt: Waldparkplatz "Am Herkenbusch", 53347 Alfter  
Samstag, 27.04.24, 14.00-17.00 Uhr  
27,30 EUR; erm. 22,86 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

GPS-Koordinaten:  
50.71325,7.00535

## Qigong / Taichi

### Qigong - Basiskurs (Prävention in Alltag und Beruf)



Qi Gong Übungen sind ruhige meditative Bewegungen, die stehend oder auch auf einem Stuhl sitzend ausgeführt werden, oder in Ruhe nur mit Vorstellungskraft, auch kombiniert mit bestimmten Atemtechniken arbeiten. Sie sind leicht zu erlernen und für alle Menschen in jedem Lebensalter und mit jeder Konstitution geeignet. Qi Gong ist eine Jahrtausende alte Methode der Lebenspflege und Gesundheitserhaltung. Mehr Informationen erhalten

Sie unter Kursnummer auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). Bitte bringen Sie 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.

**7340** Kurs  
Sabine Danek  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)  
Freitags 23.02.-26.04.24,  
14.00-15.30 Uhr, 8 Nachmittage  
71,70 EUR  
8 - 10 Teilnehmende

**7341** Kurs  
Sabine Danek  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15  
Freitags 23.02.-26.04.24,  
10.00-11.30 Uhr, 8 Nachmittage  
71,70 EUR  
8 - 10 Teilnehmende

### Qigong Yangsheng (Prävention in Alltag und Beruf)



Mehr Informationen erhalten Sie unter Kursnummer auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). Bitte bringen Sie 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.

**7342** Kurs  
Dr. Margret Causemann  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)  
Montags 19.02.-03.06.24,  
17.00-18.30 Uhr, 12 Abende  
104,50 EUR  
8 - 10 Teilnehmende

Kein Unterricht am 06. Mai 2024!

**7343** Kurs  
Dr. Margret Causemann  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)  
Mittwochs 21.02.-05.06.24,  
10.00-11.30 Uhr, 12 Vormittage  
104,50 EUR  
8 - 10 Teilnehmende

### Qigong der 4 Jahreszeiten

Im Qi Gong der 4 Jahreszeiten (nach Meister Zheng Yi) haben Teilnehmende die Möglichkeit Zusammenhänge zwischen Jahres- und Lebensrhythmen, zwischen Abläufen der Natur und dem eigenen körperlichen und emotionalen Empfinden zu entdecken. Zu jeder Jahreszeit gibt es eine Abfolge aus 10 Bewegun-

gen, die langsam und fließend ausgeführt werden. Die 10 Übungen der Stillen Form werden im Sitzen ausgeführt und mobilisieren sanft und nachhaltig den ganzen Bewegungsapparat. Die einzelnen Jahreszeiten haben unterschiedliche Schwerpunkte. Z.B. beinhalten die Frühlingsübungen die Schwerpunkte: Vitalität, Durchblutung, Hormonhaushalt, emot. Gleichgewicht, Sehkraft, Geschmeidigkeit der Muskeln und Sehnen. Das Qi Gong der 4 Jahreszeiten ist für alle geeignet, die sich selbst etwas Gutes tun wollen.



**7344** Kurs  
Osra Forouz-Mehr  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)  
Dienstags 05.03.-30.04.24,  
11.00-12.30 Uhr, 7 Abende  
57,90 EUR; erm. 42,36 EUR  
8 - 10 Teilnehmende

### Zhan Zhuang Qigong - Kennenlernabend

Dieser Abend bietet die Gelegenheit, einen Einblick, in den Kurs „Zhan Zhuang Qigong“ (siehe Kurs 7347) 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, wenn vorhanden, ein Meditationskissen mit, Hocker sind vorhanden.

**Büchen** ■ **7346** Einzelveranstaltung  
Sebastian Engels  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11  
(Mehrzweckraum 1)  
Freitag, 23.02.24, 18.30-19.15 Uhr  
6,00 EUR, Keine Abendkasse!  
8 - 12 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, wenn vorhanden, ein Meditationskissen mit, Hocker sind vorhanden.

**Büchen** ■ **7347** Kurs  
Sebastian Engels  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11  
(Mehrzweckraum 1)  
Freitags 08.03.-24.05.24,  
18.30-19.15 Uhr, 10 Abende  
43,10 EUR; erm. 32,00 EUR  
8 - 12 Teilnehmende



## Einführung in das Taichi

Taichi ist eine jahrhundertealte chinesische Bewegungsform, die sich durch langsame, flüssige und ruhige Bewegungen auszeichnet. Die Verbindung von Ruhe und Bewegung kann Leichtigkeit und eine besondere Sensibilität fördern, die zu einer entspannten und gelassenen Haltung führen können. Das Taichi stärkt das gesundheitliche Potential, ist überall durchführbar und für alle Altersgruppen geeignet. Mehr Informationen unter [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Hallenschuhe mit dünner Sohle oder rutschfeste Socken mit.

**Büchen** ■ **7350** Kurs  
Oliver Tiemann  
Bonn-Bad Godesberg,  
Gertrud-Bäumer-Schule,  
Zeppelinstr. 9-17 (Gymnastikraum)  
Mittwochs 21.02.-20.03.24,  
18.30-20.00 Uhr, 5 Abende  
43,10 EUR; erm. 32,00 EUR  
8 - 15 Teilnehmende

**Büchen** ■ **7351** Kurs  
Oliver Tiemann  
Bonn-Bad Godesberg, Gertrud-Bäumer-Schule, Zeppelinstr. 9-17 (Gymnastikraum)  
Mittwochs 10.04.-22.05.24,  
18.30-20.00 Uhr, 6 Abende  
50,50 EUR; erm. 37,18 EUR  
8 - 15 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](http://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, 16.03.24, 11.00-16.00 Uhr  
28,30 EUR; erm. 21,64 EUR  
8 - 10 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 ausführlicher widmen. Mehr Informationen erhalten Sie unter [www.vhs-bonn.de](http://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** ■ **7403** Kurs  
Dr. Christine Richter  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14  
(Mehrzweckraum 2)  
Dienstags 20.02.-12.03.24,  
17.45-19.15 Uhr, 4 Abende  
35,70 EUR; erm. 26,82 EUR  
8 - 10 Teilnehmende

### Wenn der Stress im Nacken sitzt - Eine Einführung 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](http://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, 04.05.24, 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 deh nende, 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. Jede Kursstunde wird beendet mit einer passenden Entspannungssequenz. Mehr Informationen unter [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). 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 22.02.-25.04.24,  
19.55-20.55 Uhr, 8 Abende  
45,58 EUR; erm. 33,74 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, 09.03.24, 10.30-12.30 Uhr  
 18,65 EUR; erm. 14,89 EUR  
 6 - 10 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. Bitte beachten Sie: Eine Teilnahme mit einer Erkältungssymptomatik wird nicht empfohlen!

- Büchen** ■ **7420** Wochenendveranstaltung  
 Roland Hanuja  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)  
 Samstag, 09.03.24, 9.45-16.15 Uhr  
 43,16 EUR; erm. 34,28 EUR  
 8 - 12 Teilnehmende

- Büchen** ■ **7421** Wochenendveranstaltung  
 Roland Hanuja  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)  
 Samstag, 20.04.24, 9.45-16.15 Uhr  
 43,16 EUR; erm. 34,28 EUR  
 8 - 12 Teilnehmende

- Büchen** ■ **7422** Wochenendveranstaltung  
 Roland Hanuja  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)  
 Samstag, 25.05.24, 9.45-16.15 Uhr  
 43,16 EUR; erm. 34,28 EUR  
 8 - 12 Teilnehmende

Weitere Termine sind möglich, je nachdem wie hoch die Nachfrage ist! Bitte melden Sie sich daher an, auch wenn Ihre Anmeldung auf die Warteliste kommt.



### Ein Tag nur für mich - Entspannung mit Klang - Workshop

Dieser Tag lädt Sie ein, sich selbst einmal anders wahrzunehmen. Erkunden Sie Klangschalen und lernen Sie ihre Wirkung kennen. Entspannen Sie mit den sanften Klängen und schicken Sie ihre Sinne auf einen kleinen Urlaub vom Alltag und Beruf. Durch die Entspannung können Sie in Ihre Mitte kommen und Ihre eigenen Ressourcen stärken. Eine gute Möglichkeit Klangschalen an sich selbst und anderen auszuprobieren. Bitte 2 Decken, ein kleines Kissen für den Kopf, dicke Socken und ausreichend Trinkwasser mitbringen. Bequeme Kleidung empfohlen.

- Büchen** ■ **7430** Wochenendveranstaltung  
 Dr. Bianka Petzelberger  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)  
 Sonntag, 05.05.24, 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 gewalttätige 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  
Samstag, 02.03.24, 13.00-17.30 Uhr  
28,30 EUR; erm. 21,64 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

**Büchen** ■ **7441** Einzelveranstaltung  
Jörg Triemer  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15  
Samstag, 27.04.24, 13.00-17.30 Uhr  
28,30 EUR; erm. 21,64 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** ■ **7443** Wochenendveranstaltung  
Leif Grass  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Samstag, 16.03.24, 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 der Gedanke 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 Konzentration, 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** ■ **7446** Kurs  
Dr. Eva Zöller  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Montags 26.02.-10.06.24,  
19.30-21.00 Uhr, 13 Abende  
102,30 EUR; erm. 73,44 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

## Rückenfitness

### Rückenfit am Montag

#### Wirbelsäulengymnastik

Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). Bitte bringen Sie eine Matte, bequeme Sportkleidung und rutschsichere Socken mit.

**Büchen** ■ **7451** Kurs  
Sybille Richter-Kirst  
Bonn-Bad Godesberg,  
Schule Heiderhof, Weißdornweg 139 (Turnhalle)  
Montags 19.02.-10.06.24,  
17.00-18.00 Uhr, 14 Abende  
75,18 EUR; erm. 54,46 EUR  
8 - 20 Teilnehmende



#### Wirbelsäulengymnastik- kräftiger und beweglicher Rücken

Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). Bitte bringen Sie bequeme Sportkleidung und rutschsichere Socken mit.

**Büchen** ■ **7452** Kurs  
Judith Zenk  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15  
Montags 19.02.-10.06.24,  
18.00-19.00 Uhr, 13 Abende  
70,22 EUR; erm. 50,98 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

Kein Unterricht am 27.05.2024!



#### 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! Bitte bringen Sie ein Handtuch als Auflage für die Matte mit.

>>>



Kurzfristige, neue Angebote unter [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de)

**Buchen** ■ **7453** Kurs  
 Monika Stange  
 Stadthaus, Berliner Platz 2, Etage 9C, Fitnessraum  
 Montags 19.02.-29.04.24,  
 12.30-13.00 Uhr, 9 Mittage  
 32,20 EUR; erm. 25,18 EUR  
 8 - 15 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. Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). Bitte bringen Sie bequeme Sportkleidung und rutschsichere Socken mit.

**Buchen** ■ **7454** Kurs  
 Monika Stange  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)  
 Montags 19.02.-29.04.24,  
 15.30-16.30 Uhr, 9 Nachmittage  
 50,50 EUR; erm. 37,18 EUR  
 8 - 10 Teilnehmende

## Rückenfitness mit Musik

Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). Bitte bringen Sie eine Matte, bequeme Sportkleidung und rutschsichere Socken mit.

**Buchen** ■ **7510** Kurs  
 Regina Müller-Jakubik  
 Bonn, Clara-Schumann-Gymnasium, Loestr. 14  
 (Gymnastikraum = alte Turnhalle)  
 Montags 19.02.-18.03.24,  
 17.30-18.30 Uhr, 5 Abende  
 30,78 EUR; erm. 23,38 EUR  
 8 - 20 Teilnehmende

**Buchen** ■ **7511** Kurs  
 Regina Müller-Jakubik  
 Bonn, Clara-Schumann-Gymnasium, Loestr. 14  
 (Gymnastikraum = alte Turnhalle)  
 Montags 08.04.-10.06.24,  
 17.30-18.30 Uhr, 9 Abende  
 50,50 EUR; erm. 37,18 EUR  
 8 - 20 Teilnehmende

## Rückenfit am Dienstag

### Rückenfit

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende aller Altersstufen und beinhaltet Übungen zur Stärkung der Rücken- und Bauchmuskulatur für einen belastungsfähigeren und kraftvolleren Rücken. Mehr Informationen

erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). Bitte bringen Sie bequeme Sportkleidung und rutschsichere Socken mit.

**Buchen** ■ **7455** Kurs  
 Sabrina Stockhausen  
 Bonn-Beuel, Schule am Rheingarten (ehem. Gartenschule), Ringstr. 69, Gymnastikraum  
 Dienstags 20.02.-19.03.24,  
 18.00-19.00 Uhr, 5 Abende  
 30,78 EUR; erm. 23,38 EUR  
 8 - 10 Teilnehmende

**Buchen** ■ **7456** Kurs  
 Sabrina Stockhausen  
 Bonn-Beuel, Schule am Rheingarten (ehem. Gartenschule), Ringstr. 69, Gymnastikraum  
 Dienstags 09.04.-28.05.24,  
 18.00-19.00 Uhr, 7 Abende  
 40,62 EUR; erm. 30,26 EUR  
 8 - 10 Teilnehmende

**Buchen** ■ **7457** Kurs  
 Leif Grass  
 Bonn Beuel, Hallenbad, Goetheallee 29-35 (Gymnastikraum)  
 Dienstags 20.02.-19.03.24,  
 17.30-18.30 Uhr, 5 Abende  
 30,78 EUR; erm. 23,38 EUR  
 8 - 12 Teilnehmende

**Buchen** ■ **7458** Kurs  
 Leif Grass  
 Bonn Beuel, Hallenbad, Goetheallee 29-35 (Gymnastikraum)  
 Dienstags 09.04.-28.05.24,  
 17.30-18.30 Uhr, 7 Abende  
 40,62 EUR; erm. 30,26 EUR  
 8 - 12 Teilnehmende

## Rückenfit am Mittwoch

### Rückenfit

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende aller Altersstufen und beinhaltet Übungen zur Stärkung der Rücken- und Bauchmuskulatur für einen belastungsfähigeren und kraftvolleren Rücken. Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). Bitte bringen Sie eine Matte, bequeme Sportkleidung und rutschsichere Socken mit.

**Buchen** ■ **7459** Kurs  
 Kerstin Bahr  
 Bonn, Marienschule, Heerstr. 92-94 (Turnhalle)  
 Mittwochs 21.02.-20.03.24,  
 17.30-18.30 Uhr, 5 Abende  
 30,78 EUR; erm. 23,38 EUR  
 8 - 15 Teilnehmende

**Buchen** ■ **7460** Kurs  
 Kerstin Bahr  
 Bonn, Marienschule, Heerstr. 92-94 (Turnhalle)  
 Mittwochs 10.04.-12.06.24,  
 17.30-18.30 Uhr, 8 Abende  
 45,58 EUR; erm. 33,74 EUR  
 8 - 15 Teilnehmende

Kein Unterricht am 08. Mai 2024!

## Wirbelsäulengymnastik am Vormittag

Mehr Informationen erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). Bitte bringen Sie eine Matte, bequeme Sportkleidung und Sportschuhe mit.

**Buchen** ■ **7461** Kurs  
 Sybille Richter-Kirst  
 Brotfabrik, Kreuzstr. 16, 53225 Bonn (Tanzraum 1)  
 Mittwochs 21.02.-20.03.24,  
 10.00-11.15 Uhr, 5 Vormittage  
 53,16 EUR; erm. 39,04 EUR, inklusive Anmietungskosten.  
 10 - 15 Teilnehmende

**Buchen** ■ **7462** Kurs  
 Sybille Richter-Kirst  
 Brotfabrik, Kreuzstr. 16, 53225 Bonn (Tanzraum 1)  
 Mittwochs 10.04.-12.06.24,  
 10.00-11.15 Uhr, 9 Vormittage  
 90,85 EUR; erm. 65,42 EUR, inklusive Anmietungskosten.  
 10 - 15 Teilnehmende

## 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 Rumpfrückenmuskulatur 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, bequeme Sportbekleidung und wenn vorhanden eine Faszienrolle und Faszienbälle( groß und klein) mit.

**■ 7516** Kurs  
 Buchen Catrin Losch  
 Bonn-Duisdorf, Finkenhofschule, Ossietzkystr. 34 (Gymnastikraum, Tiefparterre der Turnhalle)  
 Mittwochs 21.02.-24.04.24, 18.00-19.30 Uhr, 8 Abende  
 65,30 EUR; erm. 47,54 EUR  
 8 - 15 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 verdeutlicht 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](http://www.vhs-bonn.de). Bitte beachten Sie: Dieser Kurs ist kein medizinisches Angebot und eignet sich nicht als Rückbildungsgymnastik. Während der Schwangerschaft und nach der Rückbildungsgymnastik fragen Sie ihre(n) Ärztin/Arzt ob eine Teilnahme an dem Kurs möglich ist. Eine Teilnahme nach der 12. Schwangerschaftswoche wird nicht empfohlen.

Anzeige

## Segelschule *Lord Nelson* Motorbootschule

Alle Segel-, Funk- und Motorbootführerscheine in Theorie und Praxis.

Segel- und Motorbootpraxis-  
schulungen in  
Holland

Intensivkurse

Yachtsegelpraxisausbildung  
auf Ostsee und im Mittelmeer



Motorbootpraxis-  
schulungen  
auf dem Rhein

Mitsegeltörns

Manövertraining

Schnuppersegeln

P. Lückhoff · Tel. 02 28 / 66 66 95 · [www.Lord-Nelson.com](http://www.Lord-Nelson.com)

Das Training ist auf Basis des Pilates Konzeptes erstellt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte bringen Sie sportliche Kleidung, Socken, ein Handtuch als Auflage für die Matte und etwas zu trinken mit.

**■ 7471** Kurs  
 Buchen Babette Mahlerl  
 VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15  
 Mittwochs 21.02.-20.03.24,  
 11.20-12.05 Uhr, 5 Vormittage  
 30,60 EUR; erm. 23,25 EUR  
 6 - 12 Teilnehmende

**■ 7472** Kurs  
 Buchen Babette Mahlerl  
 VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15  
 Mittwochs 17.04.-05.06.24,  
 11.20-12.05 Uhr, 7 Vormittage  
 40,40 EUR; erm. 30,11 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.

**■ 7473** Kurs  
 Buchen Monika Stange  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
 Montags 19.02.-29.04.24,  
 14.20-15.20 Uhr, 9 Nachmittage  
 50,50 EUR; erm. 37,18 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.

**■ 7501** Kurs  
 Buchen Regina Müller-Jakubik, Lea Lucas  
 Bonn, Frankenbad, Adolfstr. 45,  
 Lehrschwimmbecken  
 Dienstags 20.02.-07.05.24,  
 19.00-19.45 Uhr, 10 Abende  
 87,40 EUR; erm. 73,21 EUR, incl. 34  
 EUR Benutzungsgebühr  
 10 - 12 Teilnehmende

**■ 7502** Kurs  
 Buchen Regina Müller-Jakubik, Lea Lucas  
 Bonn, Frankenbad, Adolfstr. 45,  
 Lehrschwimmbecken  
 Dienstags 20.02.-07.05.24,  
 19.45-20.30 Uhr, 10 Abende  
 87,40 EUR; erm. 73,21 EUR, incl. 34  
 EUR Benutzungsgebühr  
 10 - 12 Teilnehmende

## 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: Schiff-fahrtsrecht, 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>

**Büchen** ■ **7582** Kurs  
Arne Goerndt  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.49  
Donnerstags 22.02.-13.06.24,  
20.00-21.30 Uhr, 12 Abende  
94,90 EUR; erm. 68,26 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

Kein Unterricht am 23. Mai 2024!

## 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! Bitte bringen Sie ein Handtuch als Auflage für die Matte mit.

**Büchen** ■ **7453** Kurs  
Monika Stange  
Stadthaus, Berliner Platz 2, Etage 9C, Fitnessraum  
Montags 19.02.-29.04.24,  
12.30-13.00 Uhr, 9 Mittage  
32,20 EUR; erm. 25,18 EUR  
8 - 15 Teilnehmende

### 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.

**Büchen** ■ **7512** Kurs  
Leif Grass  
Bonn Beuel, Hallenbad, Goetheallee 29-35 (Gymnastikraum)  
Dienstags 20.02.-19.03.24,  
18.30-19.30 Uhr, 5 Abende  
30,78 EUR; erm. 23,37 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

**Büchen** ■ **7513** Kurs  
Leif Grass  
Bonn Beuel, Hallenbad, Goetheallee 29-35 (Gymnastikraum)  
Dienstags 09.04.-28.05.24,  
18.30-19.30 Uhr, 7 Abende  
40,62 EUR; erm. 30,26 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

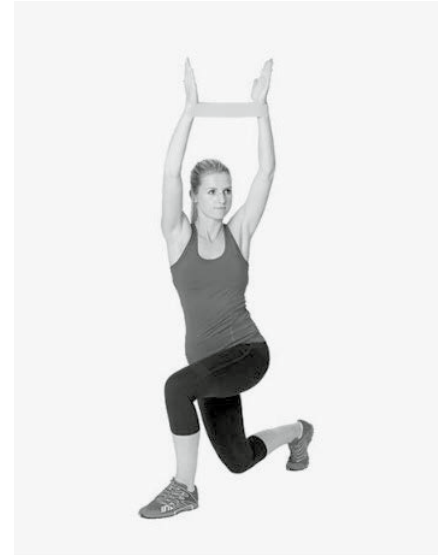


### Bodyfit

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 eigenen sich daher für alle Fitnesslevel. Bitte bringen Sie eine Matte, bequeme Sportkleidung, Hallenschuhe oder rutschsichere Socken sowie ein Handtuch mit.

**Büchen** ■ **7514** Kurs  
Sabrina Stockhausen  
Bonn-Beuel, Schule am Rheingarten (ehem. Gartenschule), Ringstr. 69, Gymnastikraum  
Dienstags 20.02.-19.03.24,  
19.00-20.00 Uhr, 5 Abende  
30,78 EUR; erm. 23,38 EUR  
8 - 10 Teilnehmende

**Büchen** ■ **7515** Kurs  
Sabrina Stockhausen  
Bonn-Beuel, Schule am Rheingarten (ehem. Gartenschule), Ringstr. 69, Gymnastikraum  
Dienstags 09.04.-28.05.24,  
19.00-20.00 Uhr, 7 Abende  
40,62 EUR; erm. 30,26 EUR  
8 - 10 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](http://www.vhs-bonn.de). Bitte bringen Sie eine Iso-Matte, ein Thera- bzw. Physioband, bequeme Sportbekleidung und ein kleines Handtuch mit.

**Büchen** ■ **7517** Kurs  
Regina Müller-Jakubik  
Helmholtz-Gymnasium II,  
Gymnastikraum (Spiegelsaal),  
Helmholtzstr. 18, 53123 Bonn  
Mittwochs 21.02.-20.03.24,  
18.00-19.30 Uhr, 5 Abende  
43,10 EUR; erm. 32,00 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

**Büchen** ■ **7518** Kurs  
Regina Müller-Jakubik  
Helmholtz-Gymnasium II,  
Gymnastikraum (Spiegelsaal),  
Helmholtzstr. 18, 53123 Bonn  
Mittwochs 10.04.-12.06.24,  
18.00-19.30 Uhr, 9 Abende  
72,70 EUR; erm. 52,72 EUR  
8 - 12 Teilnehmende



Kurzfristige, neue Angebote unter [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de)

## Funktionales Intervalltraining

Bei diesem Ganzkörpertraining wechseln Belastungsphasen mit kurz gehaltenen Pausen ab. Die Kraftausdauer sowie das Herz-Kreislauf System werden gleichermaßen trainiert. Atem- bzw. Entspannungsübungen sowie Stretching runden die Stunde ab. Im Laufe des Kurses fühlen Sie sich fitter bei Tätigkeiten in Alltag und Beruf. Der Kurs ist geeignet für alle Interessierten, die ihre Fitness erhalten und steigern wollen. Bitte bringen Sie eine eigene Matte und ein Handtuch mit.

**Büchen** ■ **7519** Kurs  
Kerstin Bahr  
Bonn, Marienschule, Heerstr. 92-94 (Turnhalle)  
Mittwochs 21.02.-20.03.24,  
18.45-19.45 Uhr, 5 Abende  
30,78 EUR; erm. 23,38 EUR  
8 - 15 Teilnehmende

**Büchen** ■ **7520** Kurs  
Kerstin Bahr  
Bonn, Marienschule, Heerstr. 92-94 (Turnhalle)  
Mittwochs 10.04.-12.06.24,  
18.45-19.45 Uhr, 8 Abende  
45,58 EUR; erm. 33,74 EUR  
8 - 15 Teilnehmende

Kein Unterricht am 08. Mai 2024!



## Fitness und Body-Workout - nur für Frauen!

Mehr Informationen erhalten Sie unter der Kurs-Nr. auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). Bitte bringen Sie bequeme Sportbekleidung, Sportschuhe und ein Handtuch als Auflage für die Matte mit.

**Büchen** ■ **7521** Kurs  
Dr. Tonia Schüller  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Mittwochs 21.02.-20.03.24,  
18.10-19.10 Uhr, 5 Abende  
30,78 EUR; erm. 23,38 EUR  
8 - 12 Teilnehmende



**Büchen** ■ **7522** Kurs  
Dr. Tonia Schüller  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Mittwochs 10.04.-12.06.24,  
18.10-19.10 Uhr, 9 Abende  
50,50 EUR; erm. 37,18 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** ■ **7523** Kurs  
Dr. Tonia Schüller  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Mittwochs 21.02.-20.03.24,  
19.20-20.20 Uhr, 5 Abende  
30,78 EUR; erm. 23,38 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

**Büchen** ■ **7524** Kurs  
Dr. Tonia Schüller  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Mittwochs 10.04.-12.06.24,  
19.20-20.20 Uhr, 9 Abende  
50,50 EUR; erm. 37,18 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.

**Büchen** ■ **7525** Kurs  
Ingrid Lohmeyer-Müller  
Bonn-Bad Godesberg, Gertrud-Bäumer-Schule, Zeppelinstr. 9-17 (Turnhalle)  
Mittwochs 28.02.-22.05.24,  
17.30-19.00 Uhr, 10 Abende  
88,10 EUR  
8 - 12 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** ■ **7528** Kurs  
Monika Stange  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Donnerstags 22.02.-25.04.24,  
18.45-19.45 Uhr, 8 Abende  
45,58 EUR; erm. 33,74 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 Kursnummer auf [www.vhs-bonn.de](http://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** ■ **7529** Kurs  
Irène Fandio  
Bonn, Marienschule, Heerstr. 92-94 (Turnhalle)  
Donnerstags 22.02.-21.03.24,  
18.00-19.15 Uhr, 5 Abende  
36,92 EUR; erm. 27,67 EUR  
8 - 20 Teilnehmende

**Büchen** ■ **7530** Kurs  
 Irène Fandio  
 Bonn, Marienschule, Heerstr. 92-94  
 (Turnhalle)  
 Donnerstags 18.04.-13.06.24,  
 18.00-19.15 Uhr, 7 Abende  
 49,28 EUR; erm. 36,33 EUR  
 8 - 20 Teilnehmende



## bodyArt® -Training - nur für Frauen! - Online

Die Beschreibung der Inhalte entnehmen Sie bitte unter der Kursnummer 7523. 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 Anmeldelink. Sie benötigen keine besonderen Programmvoraussetzungen 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** ■ **7531ON** Kurs  
 Dr. Tonia Schüller  
 Online-Angebot  
 Freitags 23.02.-22.03.24,  
 20.00-21.00 Uhr, 5 Abende  
 30,78 EUR; erm. 23,38 EUR  
 8 - 20 Teilnehmende

**Büchen** ■ **7532ON** Kurs  
 Dr. Tonia Schüller  
 Online-Angebot  
 Freitags 12.04.-24.05.24,  
 20.00-21.00 Uhr, 6 Abende  
 35,70 EUR; erm. 26,82 EUR  
 8 - 20 Teilnehmende

Kein Unterricht am 10. Mai 2024!



## 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](http://www.vhs-bonn.de).

**Büchen** ■ **7612** Kurs  
 Regina Müller-Jakubik  
 Bonn, Clara-Schumann-Gymnasium,  
 Loestr. 14  
 (Gymnastikraum = alte Turnhalle)  
 Montags 19.02.-18.03.24,  
 18.45-20.15 Uhr, 5 Abende  
 43,10 EUR; erm. 32,00 EUR  
 8 - 20 Teilnehmende

**Büchen** ■ **7613** Kurs  
 Regina Müller-Jakubik  
 Bonn, Clara-Schumann-Gymnasium,  
 Loestr. 14  
 (Gymnastikraum = alte Turnhalle)  
 Montags 08.04.-10.06.24,  
 18.45-20.15 Uhr, 9 Abende  
 72,70 EUR; erm. 52,72 EUR  
 8 - 20 Teilnehmende



## Fitness für Alle

Bitte bringen Sie sportliche Kleidung, Hallenschuhe, eine eigene Matte und ein großes Handtuch mit. Mehr Informationen unter [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de).

**Büchen** ■ **7614** Kurs  
 Dagmar Wierschem  
 Bonn-Duisdorf, Gemeinschafts-  
 grundschule Medinghoven, Strese-  
 mannstr. 26 (Turnhalle)  
 Dienstags 20.02.-11.06.24,  
 19.00-20.30 Uhr, 14 Abende  
 101,30 EUR; erm. 72,74 EUR  
 10 - 20 Teilnehmende

## Fitness im Alter

### Hatha-Yoga für Senioren

In diesem Kurs lernen Sie Entspannung und innere Ruhe im täglichen Leben zu entwickeln. Sanfte Übungen fördern Flexibilität und Körpergefühl. Atemübungen erhöhen die Bewusstheit für den Atem. Durch Yoga kann die Beweglichkeit der Gelenke und Wirbelsäule erhalten 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.

**Büchen** ■ **7200** Kurs  
 Indira Busse  
 VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15  
 Montags 19.02.-06.05.24,  
 10.00-11.30 Uhr, 10 Vormittage  
 80,10 EUR; erm. 57,90 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.

**Büchen** ■ **7473** Kurs  
 Monika Stange  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11  
 (Mehrzweckraum 1)  
 Montags 19.02.-29.04.24,  
 14.20-15.20 Uhr, 9 Nachmittage  
 50,50 EUR; erm. 37,18 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 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.

**Büchen** ■ **7601** Kurs  
 Karin Wölfel  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11  
 (Mehrzweckraum 1)  
 Dienstags 20.02.-14.05.24,  
 10.30-11.30 Uhr, 11 Vormittage  
 60,38 EUR; erm. 44,10 EUR  
 8 - 12 Teilnehmende

**Aktiv und beweglich - Fitness im Alter**

Dieses Angebot richtet sich an Ältere, die sich fit halten wollen und Beweglichkeit sowie Kraft fördern möchten. Gemeinsam werden ausgewählte Übungen im Gehen, im Knien, im Stand und im Liegen durchgeführt. Es werden insbesondere Thera-Bänder, Minibänder und Gymnastikbälle verwendet. Kräftigungsübungen mit Einsatz des eigenen Körpergewichts und Dehnübungen, einschließlich des dosierten dynamischen Dehnens, runden das Programm ab. Nebenbei fördert die Freude am gemeinsamen Üben die Motivation, die eigene Fitness im Alter zu stärken. Das Motto der Dozentin (66) lautet: „Für die Fitness ist es nie zu spät.“ Bitte bringen Sie bequeme Sportsachen und ein Handtuch als Auflage für die Matte mit.

**7602** Kurs  
 Marlies Reimann  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11  
 (Mehrzweckraum 1)  
 Freitags 23.02.-22.03.24,  
 10.00-11.00 Uhr, 5 Vormittage  
 30,78 EUR; erm. 23,38 EUR  
 8 - 12 Teilnehmende

**7603** Kurs  
 Marlies Reimann  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11  
 (Mehrzweckraum 1)  
 Freitags 12.04.-14.06.24,  
 10.00-11.00 Uhr, 8 Vormittage  
 45,58 EUR; erm. 33,74 EUR  
 8 - 12 Teilnehmende

Kein Unterricht am 10.05. und am 31.05.2024!



**Vitale Spannkraft mit Faszientraining - für Ältere**

Faszien durchziehen unseren Körper wie ein riesiges Netzwerk. Je elastischer diese Strukturen durch dehrende, schwingende und federnde Übungen gehalten werden, desto beweglicher, schmerzfreier und vitaler bleibt der gesamte Körper. Die Übungen, die aus dem Faszientraining kommen 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, profitiert der Mensch von regelmäßigen Dehnungen mit Muskelanspannung. Jede



Kurstunde 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.

**7605** Kurs  
 Monika Stange  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11  
 (Mehrzweckraum 1)  
 Montags 19.02.-29.04.24,  
 13.30-14.15 Uhr, 9 Mittage  
 39,40 EUR; erm. 29,41 EUR  
 8 - 12 Teilnehmende

Anzeige



**GEMEINSAM FÜR UNSERE GESUNDHEIT**

Prüfen Sie direkt, ob Sie an der Rheinland Studie teilnehmen können – der großangelegten Gesundheitsstudie in Bonn, die an altersbedingten Erkrankungen, wie Alzheimer oder Parkinson, forscht!

*jetzt prüfen*



Sie haben Fragen?

0228 43302-900 | kontakt@rheinland-studie.de | rheinland-studie.de



- 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

## 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.

**7606** Kurs  
Ingrid Berger-Knipp  
Bonn-Schwarzrheindorf, Tenten-Haus, An der Wolfsburg 35  
Donnerstags 22.02.-16.05.24,  
10.00-11.00 Uhr, 10 Vormittage  
67,96 EUR; erm. 53,16 EUR, inkl.  
Anmietungskosten  
8 - 10 Teilnehmende

**7607** Kurs  
Ingrid Berger-Knipp  
Bonn-Schwarzrheindorf, Tenten-Haus, An der Wolfsburg 35  
Donnerstags 22.02.-16.05.24,  
11.00-12.00 Uhr, 10 Vormittage  
67,96 EUR; erm. 53,16 EUR, inkl.  
Anmietungskosten  
8 - 10 Teilnehmende

## Tanzen im Sitzen für Ältere

Dieser Kurs richtet sich an Ältere, die noch mobil sind. Der Inhalt ist ein abwechslungsreiches Koordinations-training mit Rhythmus und Musik. Das Tanzen im Sitzen verbessert die körperliche Leistungsfähigkeit, hat vorbeugende Wirkung, fördert Koordination, Reaktion und Ausdauer, trainiert das Gedächtnis und ist sehr kommunikativ. Deswegen steht die Freude an Bewegung nach Musik im Vordergrund. Tänze im Sitzen trainieren, bei altersbedingtem körperlichem Abbau, Alltagsbewegungen in lockerer, spielerischer Form. Damit kann die Alltagskompetenz erhalten und das allgemeine Wohlbefinden gesteigert werden. Tanzen im Sitzen ist zweckfreies Tun ohne Leistungsdruck und Anspruch auf Perfektion. Erfahrungsgemäß zeigen bereits geringe, regelmäßig ausgeführte Bewegungen, positive Wirkung auf die körperliche und seelische Gesundheit. Bitte bringen Sie Socken oder Turnschuhe mit.

**7608** Kurs  
Brigitte Pieper  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Montags 19.02.-18.03.24,  
10.00-11.30 Uhr, 5 Vormittage  
44,60 EUR; erm. 33,05 EUR  
8 - 15 Teilnehmende

**7609** Kurs  
Brigitte Pieper  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Montags 08.04.-03.06.24,  
10.00-11.30 Uhr, 8 Vormittage  
67,70 EUR; erm. 49,22 EUR  
8 - 15 Teilnehmende

## Pilates

### Pilates

Mit der ganzheitlichen Trainingsmethode Pilates haben Sie die Möglichkeit, an Ihrer Kraft, Beweglichkeit und Koordination intensiv zu arbeiten. Präzise und fließend ausgeführt und mit bewusster Atmung verbunden, fördert jede Übung den Muskelaufbau für einen kraftvollen, doch zugleich entspannten Körper. Durch ein regelmäßiges Training verbessern Sie Ihre Haltung, Atmung, Konzentration und Ausdauer. Mehr Informationen zu dem Kurs erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). Bitte bringen Sie sportliche Kleidung, Socken, ein Handtuch als Auflage für die Matte und etwas zu trinken mit.

**7650** Kurs  
Judith Zenk  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15  
Montags 19.02.-10.06.24,  
19.15-20.15 Uhr, 13 Abende  
70,22 EUR; erm. 50,98 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

Kein Unterricht am 27.05.2024!

### Pilates für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Mehr Informationen zu dem Kurs erhalten Sie unter der Kurs-Nr. auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de).

**7651** Kurs  
Babette Mahler  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15  
Mittwochs 21.02.-20.03.24,  
18.00-19.00 Uhr, 5 Abende  
30,78 EUR; erm. 23,38 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

### Pilates für Anfänger

Mehr Informationen zu dem Kurs erhalten Sie unter der u.a. Kurs-Nr. auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). Bitte bringen Sie sportliche Kleidung, Socken, ein Handtuch und etwas zu trinken mit.

**7652** Kurs  
Babette Mahler  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15  
Mittwochs 21.02.-20.03.24,  
10.15-11.15 Uhr, 5 Vormittage  
30,78 EUR; erm. 23,38 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

**7653** Kurs  
Babette Mahler  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15  
Mittwochs 17.04.-05.06.24,  
10.15-11.15 Uhr, 7 Vormittage  
40,62 EUR; erm. 30,26 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

**7654** Kurs  
Elena Semenova  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Dienstags 20.02.-12.03.24,  
16.45-17.45 Uhr, 4 Nachmittage  
25,82 EUR; erm. 19,90 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

**7655** Kurs  
Elena Semenova  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Dienstags 09.04.-11.06.24,  
16.45-17.45 Uhr, 9 Abende  
50,50 EUR; erm. 37,18 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](http://www.vhs-bonn.de). Bitte bringen Sie ein Handtuch, eine kleine Decke oder ein kleines Kissen, Sportbekleidung, Socken und etwas zu trinken mit.

**7656** Kurs  
Elena Semenova  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)  
Dienstags 09.04.-11.06.24,  
18.00-19.00 Uhr, 9 Nachmittage  
50,50 EUR; erm. 37,18 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

## Pilates für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Mehr Informationen zu dem Kurs erhalten Sie unter der Kurs-Nr auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de).

**Büchen** ■ **7657** Kurs  
Babette Mahlert  
VHS, Am Michaelshof 2, Raum 15  
Mittwochs 17.04.-05.06.24,  
18.00-19.00 Uhr, 7 Abende  
40,62 EUR; erm. 30,26 EUR  
8 - 12 Teilnehmende



## Pilates

Mehr Informationen zu dem Kurs erhalten Sie unter der unten angegebenen Kurs-Nr. auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). Bitte bringen Sie eine Iso-Matte, bequeme Sportbekleidung, rutschfeste Socken und ein kleines Handtuch mit.

**Büchen** ■ **7658** Kurs  
Irène Fandio  
Bonn, Marienschule, Heerstr. 92-94 (Turnhalle)  
Donnerstags 22.02.-21.03.24,  
19.20-20.20 Uhr, 5 Abende  
30,78 EUR; erm. 23,38 EUR  
8 - 25 Teilnehmende

**Büchen** ■ **7659** Kurs  
Irène Fandio  
Bonn, Marienschule, Heerstr. 92-94 (Turnhalle)  
Donnerstags 18.04.-13.06.24,  
19.20-20.20 Uhr, 7 Abende  
40,62 EUR; erm. 30,26 EUR  
8 - 25 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. Mehr Informationen erhalten Sie unter der Kurs-Nr. auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de). Bitte bringen Sie dem Wetter entsprechende Kleidung, ggfs. Regenbekleidung und/oder einen Regenschirm mit. Bei einer Meditations-Übung setzen sich die Teilneh-

menden 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 Wanderparkplatz liegt, wenn Sie bis zum Wald durchfahren, ca. 100 Meter hinter „Am Herkenbusch 27“ auf der rechten Seite. Sie können auch die GPS-Koordinaten (unten) in Ihre Navigation eingeben.

**Büchen** ■ **7308** Kurs  
Sabine Malzbender  
Treffpunkt: Waldparkplatz "Am Herkenbusch", 53347 Alfter  
Samstag, 27.04.24, 14.00-17.00 Uhr  
27,30 EUR; erm. 22,86 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

GPS-Koordinaten:  
50.71325,7.00535



### 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 bei der KursleiterIn 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  
Montags 08.04.-29.04.24,  
18.00-19.30 Uhr, 4 Abende  
35,70 EUR; erm. 26,82 EUR  
8 - 10 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 wer-

den 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 22.02.-25.04.24,  
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  
**WICHTIG (!)** : Bei körperlichen Einschränkungen stimmen Sie Ihre Teilnahme bitte vor Kursbeginn medizinisch ab.

**7693** Kurs  
 Carola Niemann  
 Treffpunkt: Rheinaue, Haupteingang  
 Ludwig-Erhard-Allee  
 Mittwochs 06.03.-20.03.24,  
 10.30-12.00 Uhr, 3 Vormittage  
 28,30 EUR; erm. 21,64 EUR  
 8 - 12 Teilnehmende



## Nordic Walking und Outdoor Fitness für Ältere Fortgeschrittenenkurs

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

**7694** Kurs  
 Carola Niemann  
 Treffpunkt: Rheinaue, Haupteingang  
 Ludwig-Erhard-Allee  
 Mittwochs 10.04.-22.05.24,  
 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 zum Workshop erhalten Sie im Programmheft unter der unten angegebenen Nummer im Fachbereich 2 "Lebensgestaltendes Lernen" und auf [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de)

**2027** Kurzseminar  
 Petra Schliebitz  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11  
 (Mehrzweckraum 1)  
 Sonntag, 10.03.24, 14.00-17.00 Uhr  
 16,00 EUR; erm. 11,20 EUR,  
 Anmeldung erforderlich  
 7 - 10 Teilnehmende

**2028** Kurzseminar  
 Petra Schliebitz  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11  
 (Mehrzweckraum 1)  
 Sonntag, 26.05.24, 14.00-17.00 Uhr  
 16,00 EUR; erm. 11,20 EUR,  
 Anmeldung erforderlich  
 7 - 10 Teilnehmende

Willkommen sind alle Altersgruppen ab 15 Jahre aufwärts. Unter 15-Jährige nur in Begleitung Erwachsener und in Rücksprache mit dem Fachbereich.



### Jonglage mit Intelligenz für Anfänger und Fortgeschrittene

Ikarus Wunsch zu fliegen kann leider nicht erfüllt werden, wohl aber Newtons Schwerkraftgesetze 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.

**7701** Kurs  
 Martin Kroeber  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14  
 (Mehrzweckraum 2)  
 Donnerstags 22.02.-21.03.24,  
 19.45-20.45 Uhr, 5 Abende  
 30,78 EUR; erm. 23,38 EUR  
 8 - 10 Teilnehmende

**7702** Kurs  
 Martin Kroeber  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14  
 (Mehrzweckraum 2)  
 Donnerstags 11.04.-13.06.24,  
 19.45-20.45 Uhr, 8 Abende  
 45,58 EUR; erm. 33,74 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.

denken, 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.

**7601** Kurs  
 Karin Wölfel  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11  
 (Mehrzweckraum 1)  
 Dienstags 20.02.-14.05.24,  
 10.30-11.30 Uhr, 11 Vormittage  
 60,38 EUR; erm. 44,10 EUR  
 8 - 12 Teilnehmende



### Tanzen im Sitzen für Ältere

Dieser Kurs richtet sich an Ältere, die noch mobil sind. Der Inhalt ist ein abwechslungsreiches Koordinations-training mit Rhythmus und Musik. Das Tanzen im Sitzen verbessert die körperliche Leistungsfähigkeit, hat vorbeugende Wirkung, fördert Koordination, Reaktion und Ausdauer, trainiert das Gedächtnis und ist sehr kommunikativ. Deswegen steht die Freude an Bewegung nach Musik im Vordergrund. Tänze im Sitzen trainieren, bei altersbedingtem körperlichem Abbau, Alltagsbewegungen in lockerer, spielerischer Form. Damit kann die Alltagskompetenz erhalten und das allgemeine Wohlbefinden gesteigert werden. Tanzen im Sitzen ist zweckfreies Tun ohne Leistungsdruck und Anspruch auf Perfektion. Erfahrungsgemäß zeigen bereits geringe, regelmäßig ausgeführte Bewegungen, positive Wirkung auf die körperliche und seelische Gesund-



heit. Bitte bringen Sie Socken oder Turnschuhe mit.

**Büchen** ■ **7608** Kurs  
Brigitte Pieper  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11  
(Mehrzweckraum 1)  
Montags 19.02.-18.03.24,  
10.00-11.30 Uhr, 5 Vormittage  
44,60 EUR; erm. 33,05 EUR  
8 - 15 Teilnehmende

**Büchen** ■ **7609** Kurs  
Brigitte Pieper  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11  
(Mehrzweckraum 1)  
Montags 08.04.-03.06.24,  
10.00-11.30 Uhr, 8 Vormittage  
67,70 EUR; erm. 49,22 EUR  
8 - 15 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, Sportschuhe, ein Handtuch und etwas zu trinken mit.

**Büchen** ■ **7814** Einzelveranstaltung  
María Elena Lösing  
Bonn, Johanneschule, Rehfuessstr. 38 (Turnhalle)  
Montag, 11.03.24, 19.00-20.00 Uhr  
6,00 EUR, Keine Abendkasse!  
8 - 18 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 und die Dozentin kennenzulernen. Bitte bringen Sie Sportkleidung, Sportschuhe, ein Handtuch und etwas zu trinken mit.

**Büchen** ■ **7815** Kurs  
María Elena Lösing  
Bonn, Johanneschule, Rehfuessstr. 38 (Turnhalle)  
Montags 15.04.-10.06.24,  
19.00-20.00 Uhr, 8 Abende  
55,58 EUR; erm. 43,74 EUR, inkl. Anmietungskosten.  
8 - 18 Teilnehmende

Kennenlernabend am 11.03.2024, Anmeldung über 7814

## SALSATION® - Tanz-Fitnessworkout Kennenlernabend

Siehe Info-Text unter 7814!

**Büchen** ■ **7816** Einzelveranstaltung  
María Elena Lösing  
Bonn-Beuel, Josefschule, Agnesstr. 1 (Turnhalle)  
Freitag, 15.03.24, 17.15-18.15 Uhr  
6,00 EUR, Keine Abendkasse!  
8 - 20 Teilnehmende

## SALSATION® - Tanz-Fitnessworkout

Siehe Info-Text unter 7815!

**Büchen** ■ **7817** Kurs  
María Elena Lösing  
Bonn-Beuel, Josefschule, Agnesstr. 1 (Turnhalle)  
Freitags 19.04.-14.06.24,  
17.15-18.15 Uhr, 8 Abende  
45,58 EUR; erm. 33,74 EUR  
8 - 20 Teilnehmende

Kennenlernabend am 15.03.2024, Anmeldung über 7816, Kein Unterricht am 24. Mai 2024!

## 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** ■ **7830** Kurs  
Marion Kirch  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14  
(Mehrzweckraum 2)  
Donnerstags 22.02.-21.03.24,  
18.30-19.30 Uhr, 5 Abende  
30,78 EUR; erm. 23,38 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

**Büchen** ■ **7831** Kurs  
Marion Kirch  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14  
(Mehrzweckraum 2)  
Donnerstags 11.04.-23.05.24,  
18.30-19.30 Uhr, 6 Abende  
35,70 EUR; erm. 26,82 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

## Volkstänze aus Kreta

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der kretischen Tänze. Mit diesem Workshop haben Sie die Gelegenheit, die bekanntesten traditionellen Tänze Kretas zu erlernen und zu genießen. Lassen Sie sich in die Schritte und Bewegungen einführen, die tief in der Kultur Kretas verwurzelt sind. Der Dozent zeigt Ihnen den Spaß des Syrtos, die Energie des Pentozali und die Eleganz des Sousta. Sie können erleben, wie der kretische Volkstanz, Freude und Gemeinschaft schaffen kann. Der Workshop richtet sich an alle Altersgruppen und Tanzniveaus. Bitte bringen Sie Turn- oder Tanzschuhe, Gymnastikschläppchen oder rutschfeste Socken mit.

**Büchen** ■ **7832** Kurs  
Christos Kalpakidis  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11  
(Mehrzweckraum 1)  
Samstag, 13.04.24, 10.00-12.30 Uhr  
17,20 EUR; erm. 13,87 EUR  
8 - 14 Teilnehmende

## Volkstänze aus Griechenland

Entdecken Sie in diesem Workshop die faszinierende Welt der griechischen Tänze. Erleben und fühlen Sie die Magie des Syrtaki, wenn Ihnen die einführenden Schritte lebhaft vermittelt werden. Unabhängig vom Tanzniveau, ermöglicht die Methode des Dozenten jedem Teilnehmenden einen einfachen Einstieg, der Freude bereitet. Tauchen Sie nicht nur in die dynamische Energie des Syrtaki ein, sondern entdecken Sie auch die Vielfalt regionaler Tänze aus verschiedenen Teilen Griechenlands. Der Volkstanz ist ein lebendiges Element in der griechischen Kultur, der nicht nur auf Festen, sondern auch

in Tavernen mit lebhafter Begeisterung getanzt wird. Freuen Sie sich auf eine kulturelle Reise mit Spaß, Musik und Gemeinschaft. Der Workshop richtet sich an alle Altersgruppen und Tanzniveaus. Bitte bringen Sie Turn- oder Tanzschuhe, Gymnastikschläppchen oder rutschfeste Socken mit.

**Büchen** ■ **7833** Kurs  
Christos Kalpakidis  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)  
Sonntag, 26.05.24, 10.30-13.00 Uhr  
17,20 EUR; erm. 13,87 EUR  
8 - 12 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** ■ **7834** Wochenendveranstaltung  
Helge Schaal  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Sonntag, 10.03.24, 10.00-12.30 Uhr  
17,20 EUR; erm. 13,87 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

**Büchen** ■ **7835** Wochenendveranstaltung  
Helge Schaal  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Sonntag, 26.05.24, 10.00-12.30 Uhr  
17,20 EUR; erm. 13,87 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** ■ **7836** Kurs  
Karin Wölfel  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.14 (Mehrzweckraum 2)  
Donnerstags 22.02.-16.05.24,  
17.15-18.15 Uhr, 10 Abende  
55,42 EUR; erm. 40,62 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, Turnschläppchen mit Ledersohle und ein großes Tuch für die Hüfte mit! Bitte beachten Sie, dass eine Teilnahme ab dem 3. Termin methodisch nicht sinnvoll ist, weil die Dozentin die Übungen aufeinander aufbaut.

**Büchen** ■ **7850** Anfängerkurs  
Jasmin Hussein  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Freitags 23.02.-24.05.24,  
15.30-16.45 Uhr, 12 Nachmittage  
80,10 EUR; erm. 57,90 EUR  
8 - 13 Teilnehmende



## 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** ■ **7852** Aufbaukurs  
Jasmin Hussein  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Freitags 23.02.-24.05.24,  
17.00-18.15 Uhr, 12 Abende  
80,10 EUR; erm. 57,90 EUR  
8 - 13 Teilnehmende



## 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, Turnschläppchen mit Ledersohle und ein großes Tuch für die Hüfte mit.

**Büchen** ■ **7854** Wochenendveranstaltung  
Jasmin Hussein  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 3.11 (Mehrzweckraum 1)  
Samstag, 09.03.24, 13.30-16.30 Uhr  
28,10 EUR; erm. 21,50 EUR  
6 - 12 Teilnehmende

## Klima und Ernährung

### Vegane Küche

Vegane und gesundheitsfördernde Küche klingt nach Verzicht und komplizierten Rezepten, aber vegan zu kochen und zu backen ist nicht schwer. An diesem Abend werden verschiedene unkomplizierte, rein pflanzliche Speisen zubereitet und gemeinsam verkostet. Das Schwerpunktthema des Abends wird sein: Hülsenfrüchte. Gemeinsam in der Gruppe werden Sie alltagstaugliche und schmackhafte Gerichte mit Hülsenfrüchten, Tofu, Sojajoghurt und Sojadrink zubereiten und verkosten. Ziel wird es sein, die Vielseitigkeit von Hülsenfrüchten in der veganen Ernährung erlebbar zu machen. Nebenbei erhalten Sie einen kleinen Einblick zum theoretischen Hintergrund der veganen Ernährung. Bitte bringen Sie Vorratsdosen für eventuelle Reste, eine Schürze und eigene Getränke mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 16 EUR pro Abend sind bereits im Entgelt enthalten.

**7901** Kurs  
 Buchen Angelika Schäfer-Wiesen  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
 Mittwoch, 28.02.24, 18.00-21.00 Uhr  
 42,40 EUR; erm. 37,96 EUR, inklusive 16 EUR Lebensmittelkosten.  
 8 - 12 Teilnehmende

Diese Veranstaltung ist ein Beitrag zum Bonner Klimaplan 2035.

**7902** Kurs  
 Buchen Angelika Schäfer-Wiesen  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
 Mittwoch, 05.06.24, 18.00-21.00 Uhr  
 42,40 EUR; erm. 37,96 EUR, inklusive 16 EUR Lebensmittelkosten.  
 8 - 12 Teilnehmende

Diese Veranstaltung ist ein Beitrag zum Bonner Klimaplan 2035.

### 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 16 EUR sind im Entgelt enthalten.

**7903** Kurs  
 Buchen Dr. Dorothee Wieser  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
 Donnerstag, 21.03.24, 18.00-21.00 Uhr  
 42,40 EUR; erm. 37,96 EUR, inklusive 16 EUR Lebensmittelkosten.  
 8 - 12 Teilnehmende

Diese Veranstaltung ist ein Beitrag zum Bonner Klimaplan 2035.

### 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 17 EUR sind im Entgelt enthalten.

**7904** Kurs  
 Dr. Dorothee Wieser  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
 Donnerstag, 11.04.24, 18.00-21.00 Uhr  
 43,40 EUR; erm. 38,96 EUR, inklusive 17 EUR Lebensmittelkosten.  
 8 - 12 Teilnehmende

Diese Veranstaltung ist ein Beitrag zum Bonner Klimaplan 2035.



### Kochen mit geretteten Lebensmitteln

Pro Jahr werden in Deutschland rund 11 Millionen Tonnen Lebensmittel weggeworfen. Die Gründe dafür sind vielfältig. Der Apfel ist zu klein, die Gurke zu krumm, die Paprika zu bunt, der Joghurt hat das Mindesthaltbarkeitsdatum überschritten oder es wurde zu viel bestellt oder gekauft. Die Initiative foodsharing Bonn setzt sich als lokale Gruppe der europaweit aktiven foodsharing-Bewegung dafür ein, das Bewusstsein für mehr Lebensmittelwertschätzung zu fördern und rettet gemeinsam mit ihren Kooperationspartnern tagtäglich hunderte Kilo Lebensmittel vor der Tonne. In diesem Kurs wird gemeinsam mit geretteten Lebensmitteln gekocht und erfahren, wie jeder selbst mit der richtigen Lagerung und klugem Einkauf gegen Lebensmittelverschwendung aktiv und kreativ werden kann. Bitte bringen Sie eine Schürze und Vorratsdosen für mögliche Reste mit.



Büchen

■ **7905** Kurs  
Isabel Naguib  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11  
(Lehrküche)  
Mittwoch, 24.04.24, 18.00-21.00 Uhr  
8,00 EUR  
6 - 12 Teilnehmende

In Kooperation mit foodsharing Bonn. Diese Veranstaltung ist ein Beitrag zum Bonner Klimaplan 2035.



## Kaltes, veganes Buffet

Die vegane Ernährungsform, als Teil der tierethisch-motivierten Lebensform, gewinnt immer mehr Akzeptanz in der Bevölkerung. Ein Verzicht auf tierische Lebensmittel muss aber kein Verzicht auf leckere und schmackhafte Speisen bedeuten, auch nicht beim Grillabend oder bei Familienfeiern. An diesem Kochabend wird gemeinsam ein reichhaltiges, buntes und vielfältiges kaltes Buffet aus rein pflanzlichen und vollwertigen Zutaten zubereitet. Neben Klassikern wie Kartoffelsalat wird u.a. frisches Brot und Kuchen gebacken. Am Ende werden die Teilnehmenden diese Köstlichkeiten gemeinsam genießen und verspeisen. Bitte bringen Sie Vorratsdosen für eventuelle Reste, eine Schürze und eigene Getränke mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 16 EUR pro Abend sind bereits im Entgelt enthalten.

Büchen

■ **7906** Kurs  
Angelika Schäfer-Wiesen  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11  
(Lehrküche)  
Donnerstag, 25.04.24,  
18.00-21.00 Uhr  
42,40 EUR; erm. 37,96 EUR, inklusive 16 EUR Lebensmittelkosten.  
8 - 12 Teilnehmende

Diese Veranstaltung ist ein Beitrag zum Bonner Klimaplan 2035.



## Wildkräuterküche mit Brennessel, Giersch, Löwenzahn & Co.

An diesem Abend haben Sie die Gelegenheit gemeinsam ein einfaches, gesundes und köstliches 3 Gänge-Menü zu kochen. Die Dozentin wird die benötigten Wildkräuter für Sie vorab pflücken und zum Kochkurs mitbringen. Es beginnt mit einer kleinen Einführung. Dabei werden die verwendeten Wildkräuter vorgestellt und besprochen. Lassen Sie sich überraschen und tauchen ein in den Genuss der Wildkräuterküche. Die Rezepte sind vegetarisch und gekocht wird überwiegend mit Biopro-

dukten. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Sie erhalten am Kurstag die Rezepte zum Nachkochen für Zuhause. Gekocht wird in der Lehrküche der VHS mit Induktionskochfeldern. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 14 EUR sind im Entgelt enthalten.

Büchen

■ **7907** Kurs  
Gerda Holder  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11  
(Lehrküche)  
Freitag, 17.05.24, 17.30-20.30 Uhr  
47,10 EUR; erm. 40,50 EUR, inklusive 14 EUR Lebensmittelkosten.  
8 - 12 Teilnehmende

Diese Veranstaltung ist ein Beitrag zum Bonner Klimaplan 2035.



## Vegetarische Küche - vielseitig und lecker gestalten

Linsen, Äpfel, Fenchel, Grünkern, Quark - klingt zu gesund? An diesem Abend entdecken Sie, wie abwechslungsreich und lecker die vegetarische Küche sein kann. Mit Mandeln, Butter und Meersalz schmeckt der Blumenkohl kross angebraten schon ganz anders, als man ihn kennt. Dazu noch eine besondere Sauce und die Fleischbeilage ist vergessen. Mit rund 20% der Treibhausgasemission zählt die weltweite Tierhaltung zu den wichtigsten Verursachern der Erderwärmung.

An diesem Abend haben Sie die Möglichkeit einmal auszuprobieren wie es ist, mit regionalen und saisonalen Zutaten gesund, lecker und nachhaltig zu kochen. Gekocht wird in der Lehrküche mit Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie eine Schürze, Vorratsdosen für mögliche Reste mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 10 EUR sind im Entgelt enthalten.

Büchen

■ **7908** Kurs  
Karin Müller  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11  
(Lehrküche)  
Freitag, 24.05.24, 17.30-20.30 Uhr  
36,40 EUR; erm. 31,96 EUR, inklusive 10 EUR Lebensmittelkosten.  
8 - 12 Teilnehmende

Diese Veranstaltung ist ein Beitrag zum Bonner Klimaplan 2035.

## 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 15,50 EUR pro Abend sind bereits im Entgelt enthalten.

Büchen

■ **7910** Kurs  
Dr. Dorothee Wieser  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11  
(Lehrküche)  
Donnerstags 29.02.-07.03.24,  
18.00-21.00 Uhr, 2 Abende  
77,70 EUR; erm. 68,82 EUR, inklusive 31 EUR Lebensmittelkosten  
8 - 12 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.

Büchen

■ **7911** Kurs  
Karin Müller  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11  
(Lehrküche)  
Freitag, 01.03.24, 17.30-20.30 Uhr  
39,40 EUR; erm. 34,96 EUR, inklusive 13 EUR Lebensmittelkosten.  
8 - 12 Teilnehmende



## Schmackhafte Soßen für jede Küche - schnell, einfach, passend

Fragen Sie sich häufig, wie Sie eine leckere und schnelle Soße für Ihr Gericht zubereiten können, damit z.B. das Gemüse und die Beilagen nicht so trocken schmecken? Soßen sind das Herzstück jedes Gerichtes und sorgen für den vollmundigen Geschmack. Sie verbinden die Zutaten zu einem vollwertigen Gericht. Das erfordert keine lange oder umständliche Zubereitung. An diesem Kochabend erfahren Sie, anhand von verschiedenen Gerichten, gepackt in ein 3-Gänge-Menü, wie Sie innerhalb kurzer Zeit, eine frische, schmack- und nahrhafte Soße für ihre Gerichte zubereiten, ohne auf Fertig-Soßen zugreifen zu müssen. Mit der 10jährigen gastronomischen Erfahrung als Koch, wird Sie unser Dozent in einen einfachen Kochalltag begleiten, so dass Sie sich jeden Tag auf das selbst gekochte Gericht freuen können. 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

■ **7912** Kurs  
Benjamin Hahn-Beutner  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11  
(Lehrküche)  
Dienstag, 12.03.24, 18.00-21.00 Uhr  
39,40 EUR; erm. 34,96 EUR, inklusive 13 EUR Lebensmittelkosten.  
8 - 12 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 eine 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 Induktions-

kochfeldern. Bitte bringen Sie eine Schürze, Vorratsdosen für mögliche Reste und Ihre eigenen Getränke mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 16,00 EUR sind im Entgelt enthalten!

Büchen

■ **7913** Kurs  
Dr. Dorothee Wieser  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11  
(Lehrküche)  
Freitag, 15.03.24, 17.30-20.30 Uhr  
42,40 EUR; erm. 37,96 EUR, inklusive 16,00 EUR Lebensmittelkosten.  
8 - 12 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. Linsensalade 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.

Büchen

■ **7914** Kurs  
Karin Müller  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11  
(Lehrküche)  
Freitag, 22.03.24, 18.00-21.00 Uhr  
35,40 EUR; erm. 30,96 EUR, inklusive 9 EUR Lebensmittelkosten.  
8 - 12 Teilnehmende



## Essen ohne Langeweile durch Vielfalt in der Küche

Fragen Sie sich regelmäßig, was heute in der heimischen Küche gekocht werden kann/soll? Etwas Einfaches, Schnelles und Vitalisierendes und anstatt danach erschöpft zu sein, sich gut zu fühlen? In diesem Kochkurs erfahren Sie, wie Sie in-

nerhalb kurzer Zeit, ein schmack- und nahrhaftes Gericht zubereiten können, ohne großen Reinigungsaufwand. Viel frisches Gemüse, fein abgeschmeckt, leicht und vielfältig reproduzierbar. Mit der 10jährigen gastronomischen Erfahrung als Koch, wird Sie unser Dozent in einen einfachen Kochalltag begleiten, so dass Sie sich jeden Tag auf das selbst gekochte Gericht freuen können. Gekocht wird in der Lehrküche mit Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie eine Schürze, Vorratsdosen für mögliche Reste mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 10 EUR sind im Entgelt enthalten.

Büchen

■ **7915** Kurs  
Benjamin Hahn-Beutner  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11  
(Lehrküche)  
Donnerstag, 18.04.24,  
18.00-21.00 Uhr  
36,40 EUR; erm. 31,96 EUR, inklusive 10 EUR Lebensmittelkosten.  
8 - 12 Teilnehmende



## Gesunde Bürosnacks und Salate

Haben Sie keine Lust auf Imbiss oder Kantine und möchten trotzdem ein gesundes und schmackhaftes Essen? An diesem Abend lernen Sie, wie Sie schnell und unkompliziert kleinere Gerichte und Salate zum Mitnehmen zubereiten können. So ist es im Berufsalltag möglich, sich ausgewogen und gesund zu ernähren. Gekocht wird in der neuen Lehrküche mit modernen Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie eine Schürze, Vorratsdosen für mögliche Reste und Ihre eigenen Getränke mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 16 Euro sind im Entgelt enthalten!

Büchen

■ **7916** Kurs  
Dr. Dorothee Wieser  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11  
(Lehrküche)  
Freitag, 19.04.24, 17.30-20.30 Uhr  
42,40 EUR; erm. 37,96 EUR, inklusive 16 EUR Lebensmittelkosten.  
8 - 12 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 verschiede-



Kurzfristige, neue Angebote unter [www.vhs-bonn.de](http://www.vhs-bonn.de)

nen Bereichen - wie beispielsweise Suppen, Fleischgerichte, Backwaren, Salate und herzhafte 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 schönen Abend mit Freunden zusammenstellen. Bitte bringen Sie eine Schürze, Vorratsdosen für mögliche Reste und Ihre eigenen Getränke mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 16,00 EUR sind im Entgelt enthalten!

**7917** Kurs  
Buchten Dr. Dorothee Wieser  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
Mittwoch, 08.05.24, 18.00-21.00 Uhr  
42,40 EUR; erm. 37,96 EUR, inklusive 16,00 EUR Lebensmittelkosten.  
8 - 12 Teilnehmende

## Quiche, herzhafte Kuchen und Aufläufe

Nicht nur als Mittagsessen, sondern auch zu Festen oder zu bestimmten Jahreszeiten werden herzhafte Kuchen gereicht. So hat im Herbst zur Federweißzeit jede Besenwirtschaft einen Zwiebelkuchen im Angebot. Auch Flammkuchen, Quiche und Kartoffelaufäufe können einen Speiseplan sehr bereichern. All diese Gerichte haben zwei große Vorteile: Sie sind zumeist preisgünstig und man kann sie gut vorbereiten. Daher sind sie ideal für den kleinen Geldbeutel, aber auch für Feiern und schmecken meist auch kalt noch gut. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit keiner oder geringer Kocherfahrung, die Spaß daran haben, in einer Gruppe praktische Erfahrungen am Herd zu sammeln. Gekocht wird in der neuen Lehrküche mit modernen Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie eine Schürze, Vorratsdosen für mögliche Reste und Ihre eigenen Getränke mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 16 EUR sind im Entgelt enthalten!

**7918** Kurs  
Buchten Dr. Dorothee Wieser  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
Donnerstag, 23.05.24,  
18.00-21.00 Uhr  
42,40 EUR; erm. 37,96 EUR, inklusive 16 EUR Lebensmittelkosten.  
8 - 12 Teilnehmende

**Schmackhafte Soßen für jede Küche - schnell, einfach, passend**  
Ausführlicher Info-Text unter 7912. Bitte bringen Sie eine Schürze, Vorratsdosen für mögliche Reste mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 13 EUR sind im Entgelt enthalten.

**7919** Kurs  
Buchten Benjamin Hahn-Beutner  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
Donnerstag, 06.06.24,  
18.00-21.00 Uhr  
39,40 EUR; erm. 34,96 EUR, inklusive 13 EUR Lebensmittelkosten.  
8 - 12 Teilnehmende

## Mediterrane Küche

### Türkeiurlaub 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.

**7921** Kurs  
Buchten Dr. H. Sündüs Paker-Eichelkraut  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
Freitag, 08.03.24, 17.30-20.30 Uhr  
39,40 EUR; erm. 34,96 EUR, inklusive 13 EUR Lebensmittelkosten.  
8 - 12 Teilnehmende

**7922** Kurs  
Buchten Dr. H. Sündüs Paker-Eichelkraut  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
Mittwoch, 17.04.24, 18.00-21.00 Uhr  
39,40 EUR; erm. 34,96 EUR, inklusive 13 EUR Lebensmittelkosten.  
8 - 12 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.

**7931** Kurs  
Buchten Fatemeh Rahi  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
Donnerstag, 22.02.2024, 18.00 bis 21.00 Uhr und Freitag, 23.02.2024, 17.30 bis 20.30 Uhr  
66,70 EUR; erm. 57,82 EUR, inklusive 20 EUR Lebensmittelkosten.  
8 - 12 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.

**7941** Kurs  
Buchten Karin Müller  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
Freitag, 12.04.24, 17.30-20.30 Uhr  
39,40 EUR; erm. 34,96 EUR, inklusive 13 EUR Lebensmittelkosten.  
8 - 12 Teilnehmende

## Asiatische Küche

### 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 wer-

den. 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** ■ **7942** Kurs  
Masud Khan  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
Dienstag, 07.05.24, 18.00-21.00 Uhr  
26,40 EUR; erm. 21,96 EUR  
8 - 12 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** ■ **7943** Kurs  
Masud Khan  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
Dienstag, 09.04.24, 18.00-21.00 Uhr  
26,40 EUR; erm. 21,96 EUR  
8 - 12 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-Hühnchen, 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 13 EUR pro Person werden zu Kursbeginn mit dem Dozenten abgerechnet. Bitte bringen Sie Behälter für Reste mit.

**Büchen** ■ **7944** Kurs  
Masud Khan  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
Dienstag, 14.05.24, 18.00-21.00 Uhr  
26,40 EUR; erm. 21,96 EUR  
8 - 12 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 13 EUR werden zu Kursbeginn mit dem Dozenten abgerechnet.

**Büchen** ■ **7945** Kurs  
Masud Khan  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
Dienstag, 19.03.24, 18.00-21.00 Uhr  
26,40 EUR; erm. 21,96 EUR  
8 - 12 Teilnehmende

## Südamerikanische Küche

### Mexikanische Küche

Die mexikanische Küche ist aufgrund ihrer Vielfaltigkeit, Geschichte und Komplexität eine weltberühmte kulinarische Koch-Kunst. Sie setzt sich aus bewährten 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 eine Kochschürze und Vorratsdosen für mögliche Reste mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 17 EUR sind im Entgelt enthalten.

**Büchen** ■ **7951** Kurs  
Maria del Mar Guzmán Zumaya  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
Mittwoch, 13.03.24, 18.00-21.00 Uhr  
43,40 EUR; erm. 38,96 EUR, inklusive 17 EUR Lebensmittelkosten.  
8 - 12 Teilnehmende

**Büchen** ■ **7952** Kurs  
Maria del Mar Guzmán Zumaya  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
Freitag, 03.05.24, 17.30-20.30 Uhr  
44,40 EUR; erm. 39,96 EUR, inklusive 17 EUR Lebensmittelkosten.  
8 - 12 Teilnehmende

## Französische Küche

### Französische Küche - Für Gourmet und Gourmand

Ist die französische Küche kompliziert? Nein, sie ist einfallsreich, originell, zugleich einfach und leicht nach zu kochen.

Was wäre die Welt ohne Mousse au Chocolat, Quiche, Roquefort und Baguette? Die französische Küche hat die Welt erobert. An diesem Kursabend wird die leichte französischen Küche vorgestellt. Die Gerichte sind leicht zuzubereiten und liegen nicht schwer im Magen. Das gemeinsame Kochen und Zubereiten führt die Teilnehmenden zu einem einzigartigen Erlebnis von Aromen und Anekdoten über das französische Essen. Ge-

kocht wird in der Lehrküche mit modernen Induktionskochfeldern. Bitte bringen Sie Vorratsdosen für mögliche Reste mit. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 13 EUR sind im Entgelt enthalten.

**Buchen** ■ **7957** Kurs  
 Sophia Pudrycki  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
 Dienstag, 16.04.24, 18.00-21.00 Uhr  
 39,40 EUR; erm. 34,96 EUR, inklusive 13 EUR Lebensmittelkosten.  
 8 - 12 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.

**Buchen** ■ **7960** Course  
 Alessio Fanganò  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)  
 Wednesday, 06.03.24,  
 18.00-21.00 p.m.  
 38,40 EUR; red. 33,96 EUR, including 12 EUR for cooking ingredients.  
 8 - 12 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.

**Buchen** ■ **7961** Course  
 Alessio Fanganò  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)  
 Wednesday, 20.03.24,  
 18.00-21.00 Uhr  
 38,40 EUR; red. 33,96 EUR, including 12 EUR for cooking ingredients.  
 8 - 12 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 combination 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](http://www.vhs-bonn.de). We cook in the teaching kitchen with induction hobs. Please pay the total costs for cooking ingredients of 13 EUR directly to your teacher. The course is suitable for anyone with a level A2/B1 in English.

**Buchen** ■ **7962** Course  
 Masud Khan  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)  
 Tuesday, 30.04.24, 18.00-21.00 p.m.  
 26,40 EUR; red. 21,96 EUR  
 8 - 12 Participants



### Mediterranean Antipasti - Celebrating Spring

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 dishes 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.

**Buchen** ■ **7963** Course  
 Alessio Fanganò  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)  
 Wednesday, 15.05.24,  
 18.00-21.00 p.m.  
 38,40 EUR; red. 33,96 EUR, including 12 EUR for cooking ingredients.  
 8 - 12 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 13 EUR 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.

**Buchen** ■ **7964** Course  
 Masud Khan  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)  
 Tuesday, 05.03.24, 18.00-21.00 p.m.  
 26,40 EUR; red. 21,96 EUR  
 8 - 12 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** ■ **7965** Course  
Alessio Fangano  
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)  
Wednesday, 10.04.24,  
18.00-21.00 p.m.  
38,40 EUR; red. 33,96 EUR, including 12 EUR for cooking ingredients.  
8 - 12 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** ■ **7966** Course  
Alessio Fangano  
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)  
Wednesday, 29.05.24,  
18.00-21.00 p.m.  
38,40 EUR; red. 33,96 EUR, including 12 EUR for cooking ingredients.  
8 - 12 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** ■ **7967** Course  
Masud Khan  
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)  
Tuesday, 04.06.24, 18.00-21.00 p.m.  
26,40 EUR; red. 21,96 EUR  
8 - 12 Participants



## An exploration of India's fish dishes

The Indian kitchen is fond of fish and plenty of fresh herbs and vegetables as well as an array of different spices, that can be adjusted according to personal taste. As well as learning the art of delectable fish and vegetable preparation, this course will introduce you to a magical world of pulses, that are equally a mainstay of Indian cuisine. All cooking will take place on induction hobs in the teaching kitchen. Bring 2 tea towels and some Tupperware boxes for leftovers. Please pay the total costs for cooking ingredients of 15 EUR 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.

**Büchen** ■ **7968** Course  
Masud Khan  
VHS, Mülheimer Platz 1, Room 2.11 (Kitchen)  
Tuesday, 23.04.24, 18.00-21.00 p.m.  
26,40 EUR; red. 21,96 EUR  
8 - 12 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 empezando 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 un delantal y recipientes para guardar los posibles restos de alimentos. El costo de los ingredientes es de 17 EUR y está incluido en la tarifa.

**Büchen** ■ **7970** Curso  
Maria del Mar Guzmán Zumaya  
VHS, Mülheimer Platz 1, sala de clase 2.11 (cocina)  
Miercoles, 22.05.24,  
18.00-21.00 Hora  
43,40 EUR; red. 38,96 EUR, incluidos 17 EUR gastos de alimentación  
8 - 12 Concursante

## Kochkurs auf Französisch

### Pour gourmet et gourmand - Cuisiner en français

La cuisine française est-elle compliquée ? Non, elle est inventive, originale, à la fois simple et facile à cuisiner. Que serait le monde sans la mousse au chocolat, la quiche, le roquefort et la baguette ? La cuisine française a conquis le monde entier. Cette soirée de cours présente une cuisine française légère. Les plats sont faciles à préparer et à digérer. Nous cuisinerons ensemble et viv-

rons une expérience unique de saveurs et d'anecdotes sur la nourriture française. La cuisine est équipée de plaques de cuisson à induction modernes. Vous pouvez apporter quelques boîtes pour d'éventuels restes et une boisson. Le coût des ingrédients (13 EUR) est déjà inclus dans le prix ! Le cours est adapté à toute personne ayant un niveau A2-B1 ou plus en français.

**Büchen** ■ **7977** Cours  
Sophia Pudrycki  
VHS, Mülheimer Platz 1, Salle 2.11 (Cuisine)  
Mardi, 28.05.24, 18.00-21.00 Temps  
39,40 EUR; réd. 34,96 EUR, inclus  
13 EUR Frais de nourriture  
8 - 12 Participants

## Weinseminare

### Spätburgunder, einer der beliebtesten Rotweinsorte der Welt

Was der Riesling qualitativ für die Weißweine bedeutet, verkörpert der Spätburgunder oder Pinot Noir unter den Rotweinen: Weine für gehobene Ansprüche. Die edle und sehr alte Sorte verlangt viel Sorgfalt und stellt hohe Ansprüche an Klima und Boden. Am besten gedeiht sie in sogenannten Rieslingslagen, also in den besten Lagen. Das größte Anbaugebiet ist Frankreich mit etwa 30.000 ha. Kalifornien folgt mit rund 16.500 ha auf Platz zwei. Nach seiner französischen Heimat und den USA liegen die Weinbaugebiete in Deutschland mit ca 12.000 ha weltweit an dritter Stelle und er ist hierzulande die meist angebaute rote Rebsorte. Was macht diese Sorte so besonders? Diese und andere Fragen rund um Spätburgunder werden nicht nur theoretisch behandelt. Im Weinseminar stehen ausreichend Weine zum Probieren bereit. Die Kosten für Brot, Snack, Käse und die Weine in Höhe von 25 EUR pro Teilnehmenden werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet.

**Büchen** ■ **7980** Kurs  
Marc Wabo  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
Montag, 26.02.24, 18.00-21.00 Uhr  
26,40 EUR; erm. 21,96 EUR  
8 - 14 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.

**Büchen** ■ **7981** Kurs  
Henry Wolf  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
Montag, 04.03.24, 18.00-21.00 Uhr  
26,40 EUR; erm. 21,96 EUR  
8 - 14 Teilnehmende

Jugendschutzgesetz: Die Buchung des Kurses ist erst ab Vollendung des 16. Lebensjahres möglich.

### Faszination Weinregion Südtirol: Geschmacksexperimente in Theorie und Praxis

Von mediterraner Sonne verwöhnt, von alpiner Landschaft geprägt, von erfahrenen Winzern bereitet und von Weinkennern in der ganzen Welt geschätzt: Weine aus Südtirol. Die recht unterschiedlichen klimatischen Bedingungen in den einzelnen Anbaugebieten zusammen mit den stark divergierenden Höhenlagen (200-1000 m über Meeresspiegel) ermöglichen einen vielseitigen Weinbau von zahlreichen roten und weißen Rebsorten. Es gibt zwei einheimischen Rebsorten, die in Südtirol kommerziell angebaut werden: Vernatsch und Lagrein. Der weltweit angebaute Gewürztraminer verdankt seinen Namen dem Weindorf Tramin. Doch wie kommt es, dass das kleine Anbaugebiet Weltweit so eine gute Reputation genießt? Und wie ist die Struktur des Weinbaus organisiert? Diese und andere Fragen werden wir in diesem Seminar behandelt und selbstverständlich auch einige schöne Weine aus der Region verkosten. Die Kosten für Brot, Snack, Käse und die Weine in Höhe von 25 EUR pro Teilnehmenden werden di-

rekt mit dem Dozenten abgerechnet.

**Büchen** ■ **7982** Kurs  
Marc Wabo  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
Montag, 18.03.24, 18.00-21.00 Uhr  
26,40 EUR; erm. 21,96 EUR  
8 - 14 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 aufzumachen 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>

**Büchen** ■ **7983** Kurs  
Henry Wolf  
VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
Montag, 15.04.24, 18.00-21.00 Uhr  
26,40 EUR; erm. 21,96 EUR  
8 - 14 Teilnehmende

Jugendschutzgesetz: Die Buchung des Kurses ist erst ab Vollendung des 16. Lebensjahres möglich.

## Faszination Toskana: Italiens Wein-Star

Sanft geschwungene Hügel, dichte Wälder, urige Dörfchen und eine traumhafte Küste direkt am Mittelmeer: Die Toskana gilt vollkommen zu Recht als eine der schönsten Ziele Europas. Dass hier außerdem großartiger Wein entsteht, macht diese Region auch zu einer kulinarischen Besonderheit. Gelegen im Westen Italiens herrscht auf rund 65.000 Hektar Rebfläche ein gemäßigtes Klima vor. Der hervorragende Ruf der Toskana beruht vor allem auf den Qualitäten Chianti, Chianti Classico und dem Supertoskaner. Hauptrebsorte ist Sangiovese, die die Basis der ebenso bekannten Rotweine Brunello di Montalcino und Vino Nobile di Montepulciano ist. Doch warum sind die Toskanische Rotweine weltweit so beliebt?

Diese und andere Fragen rund um die Toskana werden nicht nur theoretisch behandelt. Im Weinseminar stehen ausreichend Weine zum Probieren bereit. Die Kosten für Brot, Snack, Käse und die Weine in Höhe von 25 EUR pro Teilnehmenden werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet.

- Buchen** ■ **7984** Kurs  
 Marc Wabo  
 VHS, Mülheimer Platz 1, Raum 2.11 (Lehrküche)  
 Montag, 03.06.24, 18.00-21.00 Uhr  
 26,40 EUR; erm. 21,96 EUR  
 8 - 14 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 Witterungsbedin-

gungen 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

- Buchen** ■ **7991** Wochenendexkursion  
 Dr. Christine Richter  
 Treffpunkt: "Turmhaus" in Friesdorf, Bushaltestelle 612  
 Samstag, 27.04.24, 15.00-18.00 Uhr  
 20,90 EUR; erm. 16,46 EUR  
 8 - 12 Teilnehmende

- Buchen** ■ **7992** Wochenendexkursion  
 Dr. Christine Richter  
 Treffpunkt: "Turmhaus" in Friesdorf, Bushaltestelle 612  
 Samstag, 08.06.24, 15.00-18.00 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

12 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.

- Buchen** ■ **7993** Wochenendexkursion  
 Henry Wolf  
 Weinhaus am Domstein, Ausfahrt Rhöndorf an der B42  
 Samstag, 25.05.24, 15.00-18.00 Uhr  
 20,90 EUR; erm. 16,46 EUR  
 8 - 15 Teilnehmende

Buchung des Kurses ab Vollendung des 16. Lebensjahres.

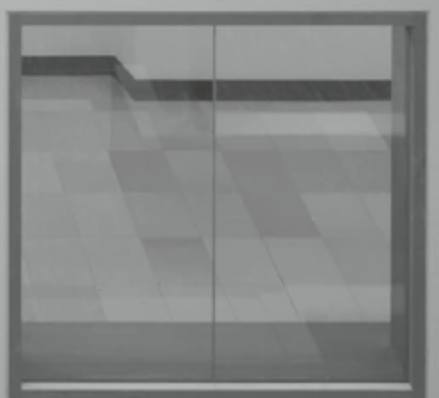
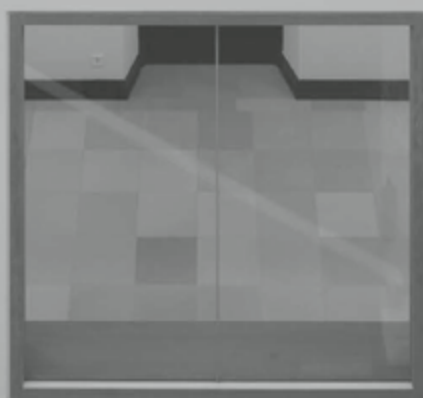
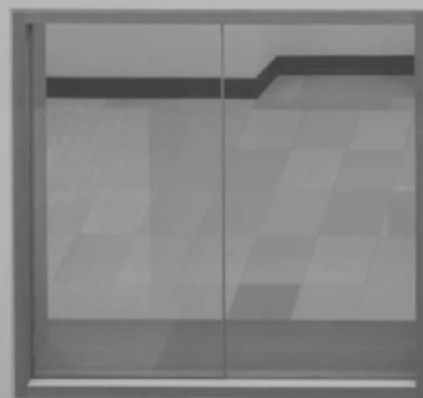
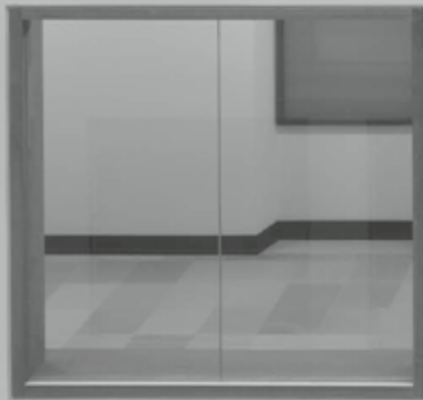
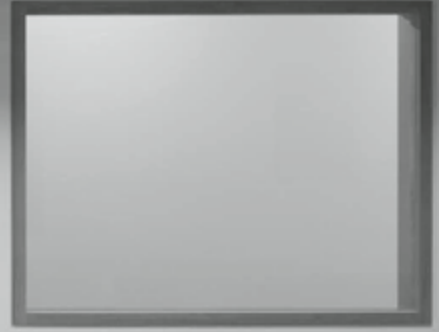
### Weinwanderung durch die Reben bei Oberdollendorf

Die Weinberge von Oberdollendorf sind die nördlichsten des Mittelrheins. Auf dieser geführten kleinen Wanderung erfahren Sie vieles über die Weinbergarbeiten. 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 12 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.

- Buchen** ■ **7994** Wochenendexkursion  
 Henry Wolf  
 Weingut Blöser, Bachstr. 112, 53639 Königswinter  
 Samstag, 08.06.24, 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**  
Schulamt der Bundesstadt Bonn  
Schumannhaus  
Selbsthilfe-Kontaktstelle Bonn  
Seniorenbegegnungsstätte Bonn-  
Mehlem  
Seniorenzentrum Breite Straße  
Servicestelle Kommunen in der Einen  
Welt
- 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  
StattReisen Bonn erleben e.V.  
Stiftung Umwelt und Entwick-  
lung Nordrhein-Westfalen
- T**  
Telefonseelsorge Bonn/Rhein-Sieg  
Tenten-Haus der Begegnung  
The European Language Certificates  
(telc)  
Theater der Bundesstadt Bonn  
Tiere helfen Menschen e.V.
- 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 Vertragsschluss

(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 schrift-

liche Absage seitens der VHS erteilt wird.

(3) Ist in der Ankündigung der Veranstaltung ein Anmeldeschluss termin 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 Vollendung des 15. Lebensjahres ist Voraussetzung für eine Teilnahme. 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 enthält ein Anmeldeentgelt, dessen Höhe durch die Entgeltordnung festgelegt ist. Das Entgelt 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, Inhaber\*innen der NRW-Ehrenamtskarte 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, das An- bzw. Abmeldeentgelt 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 Klein-

gruppen 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 zu zahlen. Die Höhe richtet sich nach der aktuellen Entgeltordnung. 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

Schadenersatzansprüche 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 zurückzahlen, 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 the 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: [yhs@bonn.de](mailto:yhs@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](http://www.vhs-bonn.de) anmelden und nie wieder den Anmeldebeginn verpassen!



# NEWSLETTER

## 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

## 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

## Stichwortverzeichnis

- A**
- Abhängigkeiten 28
  - Abitur 146
  - Abstraktes Malen 181ff.
  - Abwasser 26
  - Access 153
  - Achtsamkeit 64, 206, 217
  - Achtsamkeitsmeditation 205ff.
  - Acrylmalerei 68, 180ff., 188
  - Aerobic 213f.
  - Afrikanische Aspekte 38f.
  - Akt 177f., 185
  - Al dente 3 99
  - Alexandertechnik 207
  - Allgemeine Hochschulreife 146
  - Altersdiskriminierung 34
  - Altgriechisch 107f.
  - Altgriechisch Anfänger\*innen 107
  - Altlasten 32
  - Altpapier 24
  - Altstadt 26
  - Amazon 152
  - Analogfotografie 196ff.
  - Android 154ff., 160
  - Anfänger\*innen Deutsch 134
  - Anfänger\*innen Französisch 94
  - Anfänger\*innen Italienisch 96f.
  - Anfänger\*innen Portugiesisch 107
  - Anfänger\*innen Spanisch 100ff.
  - Angebot nur für Frauen 209, 213f.
  - Angebote für Schüler 158f.
  - Apple 149f., 156
  - Aquafitness 211
  - Aquarell 177ff., 183ff., 188, 190
  - Arabisch A1 108f.
  - Arabisch A2 109f.
  - Arabisch Anfänger\*innen 108f.
  - Arabisch B1 109
  - Arabisch B2 109
  - Arbeitsmarkt 36
  - Arbeitstechnik 159
  - Archäologie 32, 35
  - Architektur 173f.
  - Architekturzeichnen 178
  - AROHA 210
  - Artjournal 186
  - Ashtanga Yoga 203
  - Asiatische Küche 224f.
  - Aspekte neu B1 plus 137
  - Aspekte Neu B2 137f.
  - Aspekte neu C1 139
  - Aufbaukurs Windows 10 148
  - Aufschieberitis 59
  - Aura 61
  - Ausbildung 147
  - Ausstellung 29f., 176f.
  - Ausstellungseröffnung 30
  - Austauschmöglichkeiten 70, 73
  - Austauschprogramm 70, 73
  - AutoCAD 156f.
  - Autofahren im Alter 74
  - Autogenes Training 202
- Ä**
- Älter werden und aktiv bleiben 66, 74, 76
  - Ältere Menschen 34
  - Ärger 60
- B**
- Backen 223
  - Bauchtanz 220
  - Bauen 52
  - Bayern 176
  - Beckenboden 211, 214
  - Beckenbodengymnastik 211, 214
  - Behinderten-Gemeinschaft Bonn 63
  - Beratung Englisch 79
  - Berufsperspektiven 36
  - Berufswahl 70, 147
  - Betriebswirtschaftslehre 142
  - Beuel 175
  - Bevölkerungsschutz 30
  - Bildbearbeitung 153
  - Bildung für Nachhaltige Entwicklung 32f.
  - Bildungsurlaub 143
  - Bildungsurlaub AutoCAD 156f.
  - Bildungsurlaub Chinesisch 110
  - Bildungsurlaub ECP Datenbank-anwendung 153
  - Bildungsurlaub ECP Präsentation 151
  - Bildungsurlaub ECP Tabellenkalkulation 151
  - Bildungsurlaub Englisch 79f.
  - Bildungsurlaub Farsi 122
  - Bildungsurlaub Französisch 94
  - Bildungsurlaub Italienisch 96f.
  - Bildungsurlaub Niederländisch 119
  - Bildungsurlaub NLP 62
  - Bildungsurlaub Persisch 122
  - Bildungsurlaub Portugiesisch 107
  - Bildungsurlaub Russisch 125
  - Bildungsurlaub Spanisch 100f.
  - Bildungsurlaub\_Fremdsprachen 79f., 94, 96f., 100f., 107, 110, 119, 122, 125
  - Biologie 42
  - Biologische Vielfalt 41
  - Biologische Vielfalt in der Stadt 41f., 44ff.
  - Bleistift 176ff., 182ff.
  - Blended Learning 73, 76, 102
  - Blickpunkt Bonn 173ff.
  - bodyArt 213f.
  - Bodyworkout 213, 217
  - Bonn 229
  - bonnorange 29, 31
  - bonnova 51
  - bonNova 0, 27
  - Bosnisch A1 115f.
  - Bosnisch A2 117
  - Bosnisch Anfänger\*innen 115f.
  - Brauerei 28
- Brot Bier** 28
- Buch** 146
- Buchbinden** 189f.
- Buchclub Englisch** 90, 92
- Bücher** 165
- Buchführung siehe Business** 142
- Büroalltag** 142, 148
- Bürokommunikation** 81
- Bürokommunikation Englisch** 79ff., 91
- Bürosnacks** 223
- Business** 142
- Business English** 79ff., 91
- Business-Knigge** 144
- C**
- Cambridge 82
  - Cambridge Zertifikate 81, 91
  - canzoni italiani 100
  - Champagner 228f.
  - Charisma 61
  - Chemie 25
  - Chiaro! A1 - Nuova edizione 96ff.
  - Chiaro! A2 - Nuova edizione 97f.
  - Chiaro! B1 - Nuova edizione 97, 99
  - Chinesisch A1 110
  - Chinesisch A2 111
  - Chinesisch Anfänger\*innen 110
  - Chinesisch B1 111
  - Cloud computing 149
  - Coaching 60
  - Collage 181ff.
  - Con gusto nuevo A1 100ff.
  - Con gusto nuevo A2 101, 103f.
  - Con gusto nuevo B1 101, 105
  - Con gusto nuevo B2 105f.
  - Conversación española 106
  - Conversation 87
  - Conversation française 96
  - Conversazione italiana 100
  - Cooking in English 226f.
  - Core 213
  - CPE 82
  - Cryptoparty 33
  - Cybersecurity 148
- D**
- Dänisch A1 111
  - Dänisch A2 111
  - Dänisch Anfänger\*innen 111
  - Dänisch B1 111
  - Dänisch B2 111f.
  - Dankbarkeit 66
  - Das Innere Kind 63
  - Daten 63
  - Datenbankanwendung siehe Access 153
  - Datenschutz 33f.
  - Demenz 75
  - Demenz - Pflege Themen 66, 74, 76
  - Deponie 27, 32
  - Deutsch A1 134, 138
  - Deutsch A2 135, 138
  - Deutsch als Fremdsprache A2 134f.
  - Deutsch als Fremdsprache B1 135f.

Deutsch als Fremdsprache B1+	137	Ernährung	221ff.	Gewaltfreie Kommunikation	34f., 59, 63, 67, 69, 71, 76
Deutsch als Fremdsprache B2	139	Erziehung	69ff.	Gewaltprävention	74
Deutsch B1	136ff.	Europa	36	GFK	34f., 59, 63, 76
Deutsch B1+	137	Europäischer Computerpass	148ff., 153	Ghana	39
Deutsch B2	137f.	siehe ECP	153	GIS	159
Deutsch Brückenkurs	137	Excel	142, 148, 151	Gitarre	199f.
Deutsch Brückenkurs B1+	137	Existenzgründung	145	Glas-Fusing	189
Deutsch C1	139	Exkursion	229	Glaskunst	189
Deutsche Grammatik B1	138	<b>F</b>		Globalisierung	176f.
Deutsche Weinbaugebiete	228	F.M.Alexander-Technik	207	Glückstraining	58
DIALOG-Methode	60, 64, 69	Fachhochschulreife	146	Goethe	166
Die Welt mit Augen anderer sehen	58	Fachoberschulreife	147	Goethe-Institut	139
Dieci B1	99	Familie	64	Goethe-Zertifikat C1	139
Dieci B2	100	Farsi A1	122f.	Goldschmieden	193ff.
Dietmar Horn	62	Farsi A2	123	grafische Techniken	187f.
Digitale Akademie	33f.	Farsi Anfänger*innen	122f.	Grammatik Englisch	83, 85f., 88, 92
Digitale Bildbearbeitung	153f.	Farsi B2	123	Graphit	184f.
Digitale Kultur und Big Data	155f.	Faszientraining	208, 215	Griechisch A1	118
Digitalfotokamera	196ff.	Fernsehen	26	Griechisch A2	118
Digitalisierung	176f.	Fernsehsender	25	Griechisch Anfänger*innen	118
Dokumentation	152	Fernwärme	0, 27f.	Griechisch B2	119
DokuWiki	152	Finanzpartnerschaften	173	Griechisch C1	119
Dr. Tonia Schüller	64	Finnisch A1	112	Grundlagen EDV siehe Einführung EDV	147f.
Druckgrafik	187f.	Finnisch A2	112	Grüner Punkt	31
Drucktechniken	187	Finnisch Anfänger*innen	112	Gruppentraining	60, 72
<b>E</b>		Fit in die Zukunft siehe Junge VHS	158f.	<b>H</b>	
Easy Conversation	87	Fitness für Ältere	214ff., 218f.	Haiti	37
ECP	147ff., 153	Fitness-Gymnastik	212, 214	Häkeln	192
ECP Praxis	148	Fitnessstraining	207, 210, 212ff., 217, 219	Hatha-Yoga	202ff., 214
Ehegattennachzug	138	Flipflop	38	Hauptschulabschluss	147
Ehrenamt	70, 73, 76	Flirten	63	Haus der Natur	47ff.
Einbruchschutz	74	Flyer	154	Hebräisch A1	119
Einbürgerung	139	Focusing	58, 67	Hebräisch A2	119
Einführung EDV	147f.	Folk Music	89	Hebräisch Anfänger*innen	119
Einstufung Englisch	79	Fotobuch	153	Heilkräuter	229
Einzelhandel	30	Fotografie	29f., 196ff.	Heilpflanzen	229
elektronische Patientenakte	33	Franco-Diktatur	36	Heinrich Böll	175
Elfenbeinküste	38	Französisch A1	94	Heizkraftwerk	0, 28
Eltern	69ff.	Französisch A2	94f.	Herz-Kreislauf-Training	213f.
Elternabend	66, 74, 76	Französisch B1	95f.	Hesiod	108
EMDR	61, 66	Französisch B2	96	Hilfe beim Kauf	156
Energie für Bonn	0, 28, 51f.	Französisch C2	96	Hindi A1	112
Englisch A1	82f.	Frau & Beruf	159	Hindi Anfänger*innen	112
Englisch A2	79f., 82f., 87	Fraunhofer	27	Hochsensibilität	59
Englisch Anfänger*innen	82	Fremdwahrnehmung	61	Holiday	83
Englisch B1	79ff., 83ff., 87ff., 91f.	Frottage	183	Holidays	83
Englisch B1+	85	Funktionelle Gymnastik	209f., 212f., 215	Holzkohle	184f.
Englisch B1plus	85	<b>G</b>		Honig	45
Englisch B2	79, 81, 85f., 88ff.	Garten der Bildung	41ff.	Humus	42
Englisch B2+	79	Gartenschläfer	45	Hunde	71f.
Englisch C1	79ff., 86, 89ff.	Gastfamilie	70, 73	<b>I</b>	
Englisch C2	80, 90f.	Gebäude	51	Igel	41, 44
Englisch für Ältere	86	Gedächtnistraining	56	Imkerei	45
Englisch für den Beruf	79ff., 91	Gefühle	57	Imkern	41
Englisch fürs Büro	80f., 91	Geldanlage	52	Immobilien	51ff.
Englisch Grammatik	85	Geodaten	159	Impresiones B2	105
Englisches Programm	86ff., 92, 226f.	German as a foreign language	134ff.	Impuls-Malerei	59, 65, 177
English Program	86ff., 92	Geschichte	35f.	Impulsreihe	173
English Programme	86ff., 92, 226f.	Gesundheitswandern	217f.	InDesign	154
Entscheidungen	60, 68	Gewahrsein	62	Indian cuisine	226f.
Entscheidungen fällen	58			Indische Küche	224ff.
Entspannung	202, 207, 214, 216, 218f.			Indische Küche auf Englisch	226f.
Entwicklungszusammenarbeit	32f.			Industrie	25f.
Erbrecht	53				



Infolunch	173	Kochen auf Englisch	226f.	Lebensmittelverschwendung	51
Informationsbesuch	0, 24ff.	Kochen für Anfänger	222	Lehrbuch ?	136
Infoveranstaltung	70, 73	Kollektiv Roots NoBuntu	176f.	Lehrmaterial folgt	137
Intensivkurs Chinesisch	110	Kommunikation	34f., 58ff., 63, 65f., 69, 76, 142ff., 159	leichte Sprache	63
Intensivkurs Englisch	79f.	Kompaktkurs Spanisch	101, 103ff.	Lektüre Altgriechisch	108
Intensivkurs Farsi	122	Kompost	28	Lektüre Englisch	90ff.
Intensivkurs Französisch	94	Konflikte	58, 63, 65, 68f.	Lektüre Farsi	123
Intensivkurs Italienisch	96ff.	Konversation Arabisch	108	Lektüre Italienisch	100
Intensivkurs Niederländisch	119	Konversation Dänisch	112	Lektüre Japanisch	115
Intensivkurs Persisch	122	Konversation Deutsch B1	138	Lektüre Latein	117f.
Intensivkurs Polnisch	124	Konversation Deutsch B2	138	Lektüre Niederländisch	121
Intensivkurs Portugiesisch	107	Konversation Englisch	87ff.	Lektüre Persisch	123
Intensivkurs Russisch	125	Konversation Farsi	123	Leselernhelfer	72
Intensivkurs Spanisch	100ff.	Konversation Französisch	96	Lesepate	72
Intensivtraining Deutsch B2	139	Konversation Griechisch	119	Lettura italiana	100
Interkulturelle Kommunikation	81	Konversation Italienisch	100	Linda Mentner	62, 71
interkulturelle Schule	69f., 73	Konversation Neugriechisch	119	Literatur	165ff., 172, 176
Internationale Organisationen	28, 36	Konversation Niederländisch	121	<b>M</b>	
Internet	145, 152, 157f.	Konversation Norwegisch	122	Mac	149f.
iPhone	156	Konversation Persisch	123	Maghreb	39
IT Career	149	Konversation Polnisch	125	Make Up	159
Italienisch A1	96ff.	Konversation Russisch	126f.	Malen	182
Italienisch A2	97ff.	Konversation Schwedisch	128	Malen im Museum	185
Italienisch B1	97, 99f.	Konversation Spanisch	106	Malerei	68, 177ff., 188, 190
Italienisch B1+	99	Konversation Thai	128	Manipulation	145
Italienisch B2	99f.	Konversation Thailändisch	128	Marcus Spangenberg	176
Italienisch C1	100	Köpke, Maika	59	Marion Frohn	63
Italienisch für die Reise	97	Korea	37	Marketing	145f.
Italienisch mit Musik	100	Koreanisch A1	115f.	Marshall B. Rosenberg	34f., 59, 63, 76
Italienische Küche	226f.	Koreanisch A2	116	Martin Luther	24
IT-Forensik	34	Koreanisch Anfänger*innen	115	Massage	208
Iwrit A1	119	Koreanisch B1	116	Matthias Lichan	70, 73
Iwrit A2	119	Körperausdruck	66, 68	Mediation	58, 60, 63, 65, 68f.
Iwrit Anfänger*innen	119	Kräuter	46, 229	Meditation	205ff.
<b>J</b>		Kreative Kommunikation	60, 64, 69	Mediterrane Küche	224
Jahresausbildung Gewaltfreie		Kreatives Schreiben	186	Meike Zepp	69f., 73
Kommunikation	34f., 76	Kreislaufwirtschaft	24ff., 31f., 34	MENTOR	72
Januarprogramm	67, 79, 125	Kroatisch A1	115f.	Metallschrott	26
Japanisch A1	112f.	Kroatisch A2	117	Meteorologie	27, 30
Japanisch A2	113f.	Kroatisch Anfänger*innen	115f.	Mexiko	37
Japanisch A2+	114	Kultur	70, 73, 176	Michael Kohlhaw	56
Japanisch A2plus	114	Kulturgeschichte	172f., 175	Michaela Schäfer	70, 73
Japanisch Anfänger*innen	112	Kulturkalender	162f.	Mietrecht	53
Japanisch B1	114f.	Kundalini-Yoga	203f.	Migration	37
Jeans	31	Kunst	162f.	Mittelstufe Deutsch	139
Joachim Römer	30	Kunstgeschichte	162f., 170f.	Mobilität	30
Jonglage	218	Kunstgespräch	171	Mobilität und Verkehr	24f.
Jonglieren	57, 218	Künstler	171	Mode	191f.
Joomla	157	Kunstmuseum	171	Mosambik	38
Junge VHS	158f.	Kunststoff	25, 31	Müll, seine Vermeidung und	0, 24ff., 42, 51, 186, 188, 190ff.
<b>K</b>		Kurdisch A1	117	Kreislaufwirtschaft	
Kalligrafie	181f., 186f.	Kurdisch Anfänger*innen	117	Müllverwertungsanlage	0, 27
kalorienarme Küche	223	Kurmanci A1	117	Multimedia	153
Kamera	196ff.	Kurmanci Anfänger*innen	117	Musik	199f.
Kamerun	38	Kurs in englischer Sprache	148f.	MVA	0, 27, 51
Kampfkunst	209	<b>L</b>		<b>N</b>	
Kaufmännisches Rechnen	142	Lachyoga	63, 205	Nachhaltigkeit	30, 173
Kenia	38	Landschaft	68, 179ff., 185, 190	Nachlass	33
Kirschblüte	26	Landwirtschaft und Ernährung	42	Nähen	191f.
Klangentspannung	208	Langer Eugen	28	Nähkurs	192
Kläranlage	26	Language Café	86f., 92	Narzissmus	64
Kleidertauschbörse	31	Laptop	114, 160	Natur	206, 217
Klimaanpassung	26	Latein Anfänger*innen	117	Nein sagen	65
Klimakommunikation	67	Lateinamerikanische Perspektiven	37	Netzwerk	159
Klimakrise	30, 34, 64	Latrinen	35		
Klimaschonendes Kochen	221ff.	Layout	154		
Kochen	221ff.				

Netzwerk neu A1.1	134	Photoshop	153, 186	Russisch C2	127
Netzwerk neu A1.2	134	Pilates	207, 213, 216f.	<b>S</b>	
Netzwerk neu A1	134	Placement test	79	Salate	223
Netzwerk neu A1.1	134	Plastisches Gestalten	188f.	Salsation	219
Netzwerk neu A1.2	134	Platon	108	Sanierung	51f.
Netzwerk neu A2.1	135	Polnisch A1	124	Schauspiel	169
Netzwerk neu A2.2	135	Polnisch A2	124	Scheidung	69
Netzwerk neu B1	135f.	Polnisch Anfänger*innen	124	Schlaf	57
Netzwerk neu B1.1	137	Polnisch B1	124	Schlafstörung	57
Neue Wohnformen	74	Polnisch B2	125	Schlagfertigkeit	142
Neugriechisch A1	118	Portrait	68, 180ff., 188f.	Schlagfertigkeitstraining	61
Neugriechisch A2	118	Portugiesisch A1	107	Schlüsselqualifikation	143
Neugriechisch Anfänger*innen	118	Portugiesisch A2	107	Schmuck	193ff.
Neugriechisch B2	119	Portugiesisch für die Reise	107	Schnupperkurs	115
Neugriechisch C1	119	PowerPoint	148, 151	Schnupperkurs Arabisch	108
Neuhebräisch A1	119	Präsentation siehe PowerPoint	148, 151	Schnupperkurs Hebräisch	119
Neuhebräisch A2	119	Präventionskurs	202, 204, 206, 210, 213	Schnupperkurs Iwrit	119
Neuhebräisch Anfänger*innen	119	Pressearbeit	145	Schnupperkurs Neuhebräisch	119
Neurolinguistisches Programmieren (NLP)	62	Programmierung	157	Schreiben	146, 186f.
Niederländisch A1	119f.	Progressive Muskelentspannung	202	Schreibkurs	186
Niederländisch A2	120	Prüfung	148f.	Schreibtraining Deutsch A2	138
Niederländisch Anfänger*innen	119f.	Prüfung Deutsch	138f.	Schüchterne Kinder	70
Niederländisch B1	120f.	Prüfungstraining	81	Schulabschluss	147
Niederländisch B2	121	Prüfungstraining Deutsch	139	Schulabschlüsse	146f.
Nordic Walking	217	Prüfungstraining Englisch	81, 91	Schulalltag	69f., 73
Norsk A2	122	Prüfungsvorbereitung Englisch	81, 91	Schüleraustausch	70, 73
Norwegisch A1	122	Psychische Erkrankungen	67	Schwedisch A1	127
Norwegisch A2	122	Psychodrama	64	Schwedisch A2	127
Norwegisch Anfänger*innen	122	Psychologie	66, 74, 76	Schwedisch Anfänger*innen	127
Norwegisch B2	122	Psychologists for Future	34, 64, 67	Schwedisch B1	127f.
Notebook	114, 155f., 160	Pubertät	70	Schwedisch B2	128
Notizbuch	152	<b>Q</b>		Schwedisch C1	128
Nuovo Espresso 4	99f.	QGIS	159	Schwierige Menschen	64
Nur für Frauen	214, 216, 218ff.	Qigong	205f.	Seelische Krankheit	67
<b>O</b>		Quechua A1	125	Sekt	228f.
Offener Gartentreff	42ff.	Quechua Anfänger*innen	125	Selbstbehauptung	209
Olá Portugal! neu	107	Quiz	87, 92	Selbstdisziplin	65
Onlinekurs	98, 100, 102ff., 107, 136ff., 167, 173, 176, 182, 199f.	<b>R</b>		Selbstentspannung	202
Oper Bonn	170	R	157	Selbstfürsorge	62, 71
Optimismus	67	Rechnungswesen	142	Selbsthilfemethode	207
Ordnungsstruktur	142	Recht auf Reparatur	34	Selbstmanagement	59, 142
Organisation	142	Rechtsberatung	53	Selbstsicherheit	65
Orientalische Küche	224	Recycling	29	Selbstverteidigung	209
Origami	190	Reformation	24	Selbstvertrauen	64f., 68
<b>Ö</b>		Reiseskizzen	178	Selbstwahrnehmung	61
Ölmalerei	182, 184, 188	Religion	164	Senioren	202, 214ff., 218f.
<b>P</b>		Religionsgeschichte	164	Seniorengymnastik	215f.
Papier	24	Repair Café	30	Seniorentanz	57, 74
Papier schöpfen	190	Resilienz	61	Separatismus	36
Pastellkreide	182, 184f.	Resteküche	221	Shodo	187
Patientenverfügung	53	Rhetorik	142ff.	Sicherheit für Frauen	74
Persisch A1	122f.	Rhythmik	207	Sicilian cooking	226
Persisch A2	123	RSAG	24	Simbabwe	38
Persisch Anfänger*innen	122f.	Ruanda	38	Singalong	89
Persisch B2	123	Rückentraining	209f., 212, 215	Singen	169f.
Persönliche Kompetenzen	142ff.	Rückenyooga	202	Singles	223
Persönlichkeit	64, 68	Ruhestand	61, 73	Sketchnotes	67
Persönlichkeitsentwicklung	65	Rundgang	174f.	Skulptur	188f.
Pflegefall	75	Russisch A1	125f.	Smalltalk	144
Pflegefinanzierung	75	Russisch A2	126f.	Smartphone	154f., 160
Philosophie	163f.	Russisch Anfänger*innen	125f.	Sommerprogramm	67, 71, 97, 112, 124, 171
phoenix	25	Russisch B1	127	Sommerprogramm_Fremdsprachen	97, 112
		Russisch C1	127	Soziale Kompetenzen	60, 72
				Spanien	36
				Spanisch A1	100ff.
				Spanisch A2	101, 103ff.

Spanisch B1	101, 105f.	Tunesien	39	Wing Chun	209
Spanisch B2	101, 105f.	Türkisch A1	128f.	Winterprogramm	30, 57, 67, 73, 79, 82, 86, 90, 92, 94, 98, 100, 119, 125, 134, 137
Spanisch C1	106	Türkisch A2	129	Winterprogramm_Englisch	79, 82, 86, 90, 92
Spanisch C1+	106	Türkisch Anfänger*innen	128ff.	Winterprogramm_Fremdsprachen	79, 82, 86, 90, 92, 94, 98, 99, 100, 119, 125, 134, 137
Spanisch C2	106	Türkische Küche	224	Wirkelsäulengymnastik	209f., 212
Spanisch für die Reise	101	Tusche	180, 183ff., 187	Wochenendakademie	188
Spaziergang	174	<b>U</b>		Wochenende Arabisch	108
Sportbootführerschein	211	Ukraine	37	Wochenende Englisch	80f., 83, 85f., 88ff., 92f.
Sprache	62f., 66	Umgangsformen	144	Wochenende Hebräisch	119
Sprachencafé	86f., 92	Ungarisch A1	130	Wochenende Iwrit	119
Sprachkurs A1.1	117	Ungarisch A2	130	Wochenende Neuhebräisch	119
Sprachkurs_A1.1	82, 107ff., 115ff., 122ff., 128ff.	Uni im Rathaus	24	Wochenende Niederländisch	120
Sprecherziehung	143	UNICEF	38	Wochenende Türkisch	128ff.
Stadtentwicklung	26	UniversItalia 2.0 A1/A2	97f.	Wochenendkurs_Fremdsprachen	80f., 83, 85ff., 92f., 97, 99, 101, 103ff., 107f., 112, 117, 119f., 128ff.
Stadtführung	26	Universität Bonn	162f.	Wochenendveranstaltung Italienisch	97
Städtische Förderprogramme	173	UNO	28, 36	Wochenendveranstaltung Spanisch	101, 105
Stadtrundgang	167, 174	Unterstützungsangebote im Alltag	73, 76	Wohnprojekte	74f.
Start Deutsch A1	138	Upcycling	28, 31, 38	Word	148, 150
Sterbebegleitung	59, 73	Upper Intermediate	85f., 91	WordPress	157f.
Stilleben	68, 179ff., 190	Ursula Becker	66, 74, 76	Wortschatz Englisch	90, 93
Stimmbildung	143	<b>V</b>		Wuppertal Institut	31
Stimmtraining	60, 66, 68	vegane Küche	221f.	Wurmkiste	42
Stipendium	70, 73	Vegetarische Küche	224	<b>X</b>	
Stolpersteine	35	Vereinte Nationen	28, 36	Xpert	142, 147ff., 153
Stretching	207	Vergesslichkeit	75	Xpert ECP Praxis	148
Stricken	88, 192f.	Verkehrswende	30	<b>Y</b>	
studio [21]	134ff.	Verlieben	63	Yoga	202ff., 214
Studium	147	Verpackung	25	Yoga für Männer	204f.
Styling im Beruf	144	VHS für Ältere	86, 97, 99	<b>Z</b>	
Südkorea	37	VHS für Ältere EDV	147f.	Zeichnen	176ff., 182ff., 188
Südstadt	174	Vietnamesisch A1	130	Zeitmanagement	59
Supervision	60	Vietnamesisch A2	130	Zertifikat Deutsch B1	139
Suppen	224	Vietnamesisch Anfänger*innen	130	Ziele	147
Svenska A2	127	Vietnamesisch B1	130	Zivilcourage	74
Svenska B1	127f.	Vitamina B2	101, 106	Zufriedenheit	58
Svenska B2	128	VIVA LA MUSICA!	199f.	Zukunft	147
Swahili Anfänger*innen	128	Volkstanz	219		
Swahili A1	128	Vorlesen	72		
SWB	0, 24f., 27f.	Vorsorgevollmacht	53		
Systemisches Konsensieren	60, 68	Vortrag	69f., 73		
<b>T</b>		Voyages neu A1	94		
Tabellenkalkulation siehe Excel	142, 148, 151	Voyages neu A2	94f.		
Tablet	154ff., 160, 186	Voyages neu B1	95		
Tai Chi Chuan	207	<b>W</b>			
Taichi	207	Wahlverwandtschaften	75		
Tansania	38	Wahrnehmung	58		
Tanz	214, 216, 218ff.	Waldbaden	206, 217		
Tanzen	57, 74	Wanderung	229		
Tanzworkout	219	Wassergymnastik	211		
Tastschreiben	158f.	WDR	26		
telc	138f.	Webseiten	145, 157f.		
Telefontraining	142	Weidenflechten	41f., 44		
Testament	53	Weihnachten	89		
Textheld*innen	63	Wein	228f.		
Textilien	28, 31	Weinwanderung	229		
Textverarbeitung siehe Word	148, 150	Weiterbildung für Frauen	159		
Thai A1	128	Weiterbildung für junge Leute siehe Junge VHS	158f.		
Thai A2	128	Weltgeschichte	36		
Thailändisch A1	128	Weltraumschrott	27, 36		
Thailändisch A2	128	WetterOnline	27		
Tira	27	Wikipedia	152		
Ton	188f.	Wildkräuterküche	222		
Tourismus	38f.	Windows	114, 160		
Toxisches Umfeld	62	Windows PC	155f.		
Trauma	64				

## A

Abdelhadi, Fatima 3726ON  
 Acil, Mehmet Emin 3798ON, 3799ON, 3800ON  
 Ackermann, Klaus 6584, 6585  
 Acurio Cruz, Ruddy 3614, 3643ON, 3665ON, 3898ON, 3899ON  
 Ademi, Eva 6716, 6717, 6718, 6719, 6720, 6721  
 Aghayeva, Valida 3914, 3917  
 Albrecht, Lieselotte 2113  
 Albus, Simone 1822, 1824  
 Aljesri, Ahmad 3712  
 Allebrand, Raimund 1504  
 Alvarez, Miguel 5725, 5726ON  
 Andernach, Vera 6790, 6791  
 Andree, Sabine 3501, 3504, 3509, 3510, 3540, 3571, 3574  
 Apfelbacher, Johann 1760

## B

Bahr, Kerstin 7459, 7460, 7519, 7520  
 Baliyeva Shahan, Marjan 4332, 4342  
 Barczewski, Günter 5533ON, 5535ON  
 Barletta, Alma Virginia 3600A, 3602, 3610, 3634, 3639, 3655, 3668, 3684, 3686, 3688  
 Barton, Maria 4335  
 Bartsch, Lisa 1702  
 Bärwinkel, Sonja 1808  
 Bashir, Mark 6678, 6679  
 Batke, Christiane 4355, 4417  
 Bauerdick, Brigitte 4345, 4370  
 Baumann, Regina 3029, 3150, 3189ON, 3201, 3223ON, 3226, 3228ON, 3278ON  
 Bayat, Dr. Faranak 3882ON, 3884PON, 3885ON, 3886ON, 3878  
 Bayer, Edith 7210, 7212, 7306  
 Becker, Dr. Ursula 2159  
 Becker 2312,  
 -Hogenschurz, Sabine 2312ON, 2314  
 Beese, Hans-Joachim 5105, 5754, 5755, 5756  
 Behrouzi, Mina 3880  
 Beissel, Yun Bin 3735, 3736ON, 3739ON, 3740ON, 3742  
 Beletskaya, Sofia 3903, 3906  
 Bendig, Winkate 3064, 3074  
 Berens, Lothar 6913, 6914  
 Berger, Dr. Beate 2202  
 Berger-Knipp, Ingrid 7606, 7607  
 Bernecker, Prof. Dr. Walther L. 1504  
 Beschorner, RA Michael 1983, 1984, 1986  
 Beselt, Sascha 6971, 6972, 6973, 6974, 6975, 6976  
 Bierth, Rainer 5515

Bille, Elisabeth 6530, 6555, 6652, 6659, 6772, 6778  
 Block, Dominik 1706, 1710, 1712, 1714, 1718, 1720, 1722, 1724, 1726, 1728, 1730, 1732, 1734, 1736, 1740  
 Bloemer, Ralph M. 2127, 5135  
 Blum M.A., Jonas 1415  
 Böckenheuer, Helgard 4352  
 Böffgen, Claudia 3266, 3268  
 Bois, Johannes 1762  
 Bomans, Katharina 3000A, 3000B, 3000C, 3013, 3025, 3195ON, 3220ON, 3225ON, 3017, 3027  
 Börnicke, Michelle 3191ON  
 Boroumand, Samy 2140  
 Bosma, Prof. Dr. Ulbe 1318  
 Böttcher, Naphawan 3948  
 Brinkman, Jacomijn 3860ON, 3865ON  
 Brockmann, Denise 3843, 3848ON, 3851, 3856ON, 3858ON, 3859, 3863  
 Brodeßer, Cornelia 2342  
 Brüggemann, Dr. Ingrid 2005, 2011  
 Buchholz, Ulrich 1304, 1306  
 Buderath, Melanie 2402  
 Bunzel, Tanja 2201ON, 2220ON, 2240  
 Büscher, Jürgen 5029, 5352  
 Busse, Indira 7200, 7202, 7235, 7236  
 Butt-Posnik, Milena 3894ON  
**C**  
 Carboni, Gianni 5310  
 Cardoze Fábrega, Dennis 3638, 3645, 3658, 3687  
 Causemann, Dr. Margret 7342, 7343  
 Cha, Dr. Soon-Nyea 1508  
 Chasseriaud, Dominique 1520  
 Cho, Gi Weol 3782P, 3783, 3784  
 Cramer, Dr. Katharina C. 1320  
 Cruz, Pamela 1524ON

## D

Dahms, Christoph 5132  
 Danek, Sabine 7340, 7341  
 Davaraj, Dr. Philip 3251  
 De Bacco, Cristina 3541, 3564  
 Decker, Stefan 1800, 1802, 1828, 1830  
 Denkel, Brigitte 1123  
 Despotis, Dr. Athanasios 3701ON  
 Deutsch, Silke 1117  
 Diederich, Priya Nadine 7238ON, 7239ON  
 Dietzler-Isenberg, Edith 2308  
 Dittmann, Lisa 1350ON  
 Dobbstein, Rainer 1501  
 Domscheit-D'souza, Katharina 2114, 2157ON  
 Dorlaß, Manuela 1344ON  
 Dornhof, Alexandra 2170  
 Draeger, Iken 1330ON

Dreas, Dr. Jessica Anna 7204  
 Dreisvogt, Dipl.-Ing. Michael 6400, 6420  
 Driller, Rolf 1135  
 Düllings, Niklas 2142ON  
 Dunn, Dr. Abigail 3043, 3068ON, 3072ON, 3231ON, 3283ON, 3292ON, 3293, 3048

## E

Edeler, Annalisa 2253, 2253ON  
 Ehrhardt, Sabine 2255, 2256  
 Eich, Dustin 1116  
 Elias, Nabil 3721  
 Elleke, Katharina 1540  
 Elschner, Annastasia 1754  
 El-Zaim, Carolina 3715ON, 3718ON, 3719ON, 3727ON, 3730ON, 3732ON, 3733ON  
 Engels, Sebastian 7302, 7303, 7346, 7347  
 Esposito, Isabella 3526, 3533, 3539ON, 3566ON, 3570, 3579  
 Ewers, Robert 1530

## F

Fabrizius, Amalia 6251, 6252, 6253  
 Fandio, Irène 7529, 7530, 7658, 7659  
 Fangano, Alessio 7960, 7961, 7963, 7965, 7966  
 Feist, Elke 6220, 6225  
 Fellner, Rita 7103, 7145  
 Fichtner, Gerald 1330ON  
 Figge, Dr. Holger 6549  
 Fischer, Friederike 3113, 3124, 3253  
 Fischer, Uwe 5490, 5608, 5609, 5610, 5611, 5620, 5622, 5630, 5632, 5635, 5640, 5650, 5660, 5910, 5911, 5913, 5914, 5916, 5920, 5922  
 Fittipaldi, Diego Rodrigo 3620, 3631, 3642, 3660, 3813, 3814, 3815, 3816, 3825  
 Fließbach, Prof. Dr. med. Klaus 2600  
 Forouz-Mehr, Osra 7344  
 Foto Club Bad Godesberg 1204, 1204A  
 Freiburger, Cedric 1354ON  
 Freundlieb, Hildegard 1322  
 Frey, Norman 1930  
 Fricke, Lydia 2651ON, 2652  
 Friedrich, Karin 6620ON, 6621, 6622  
 Fritz, Daphne Hsi-Hong 3241AON, 3241BON, 3241CON, 3241D, 3241E  
 Frohn, Marion 2138  
 Fuchs, Svenja 1904ON

## G

Gagidis, Claudia 2129  
 Ganns, Harald 1141  
 Gauchel, Peter 2602

Gebauer, Dott.ssa Annalisa	3523	Holstein, Michael	6911	Kohlhaw, Michael	2004
Geiss-Rigoni, Kathy	1768	Hombach, Dr. Rita	6350	Kömpel, Erika C.	6701, 6702
Georgieva, Vera	2129	Horler, Christine	3274ON	Kompsopoulos, Ioannis	3817ON, 3819ON
Gerhards, Barbara	2106	Horn, Dietmar	2132	Konopka, Enza	3423, 3424, 3426, 3439, 3440, 3458, 3459
Ghassemzadeh	6780, 6781,	Hückesfeld, Heike	1836	Konrad, Christian	1532
-Khoshkroodi, Mahnaz	6782, 6783, 6784, 6785, 6786, 6787, 6788, 6789	Hünker, RA Frank	1980, 1984, 1986	Köpke, Maika	2109
Giesen-Skatchidoub, Elena	5855	Huntemann, Dr. Helmut	3749ON, 3937ON, 3938ON	Körner, Dr. Carl	6002
Gladrow, Sylvia	6100	Husseini, Jasmin	7850, 7852, 7854	Kostrzewa, Alicja	3890, 3892, 3893, 3895, 3896ON
Glasmacher, Henning	2150	Hüter, Denis	1310	Kötting, Anna	2112
Glasmacher, Sabina	2145	<b>I</b>		Koukougiani, Anastasia	3823ON
Goerndt, Arne	7582	Ibrahim, Amal	3717, 3720	Krautwald, Verena	3744, 3749P
Goeth, Ursula	5108, 5116	Isenbeck, Karl-Heinz	1125	Kremer, Dr. Renate	2155
Goldhausen, Björn	1129	Ishizawa, Takayo	3775ON, 3778ON	Kremer, Sebastian	1116
Goldstein, Zentli	1524ON	Itschert, Dr. Reiner	3795ON, 3796ON, 3797ON	Kroeber, Martin	7701, 7702
Görner M. A., Beate	4331, 4341, 4353, 4552	<b>J</b>		Kröll, Bettina	3000A, 3000B, 3000C, 3241AON, 3241BON, 3241CON, 3241D, 3241E
Goss, Stuart	6529, 6657	Jackson, Carla	3039, 3236ON, 3286ON	Kuhn, Moritz	3702, 3703, 3704ON, 3706
Grambach, Marlene	3685	Janssen, Dr. Siebo	1500	Kurrat, Kerstin	6126, 6127
Grass, Leif	7443, 7457, 7458, 7512, 7513	Jarlschammar, Marie-Louise	3939ON	Kurtenbach, Ursula	6104
Grodzki, Andrzej	3887PON, 3888ON, 3889ON, 3891ON	Johannes, Sven	3802ON, 3804ON	<b>L</b>	
Großkinsky, Jutta	2121, 2163, 2182S	Jung, Alisha	1806, 1814	Langen, Jürgen	1536, 1540
Grottrian, Annika	1320	Jung, Cornelia	6537, 6538	Larsen, Nina	3745ON, 3746ON, 3747ON, 3748ON
Gruhn, Eva	4371	Jungbluth, Mark	3931ON, 3934ON, 3935ON	Lee, Hyunhee	3792ON, 3793QON
Güney, Alptug Ahmet	3950, 3951, 3952, 3958, 3959, 3965, 3966	Jünger, Dr. Ursula	3990ON, 3992ON, 4385ON, 4386ON	Lee, Jungyeon	3791PON
Guzmán Zumaya, Maria del Mar	7951, 7952, 7970	Jünke, Ángeles	3607A, 3609, 3623, 3628ON, 3648ON, 3657, 3667, 3670, 3683	Lee, Tien-Hsin	3738ON, 3741ON
<b>H</b>		<b>K</b>		Lehmann Perrin, Nicole	3464, 3468
Ha, Lan Anh	3977PON, 3978ON, 3978PON, 3979ON	Kaiser, Désirée	3713, 3722ON, 3728ON	Lenartowski, Daniel	2602
Haas Leenders, Olga	3861	Kalbheim, Dr. Eva	2125	Lennox, Jean	3242AON, 3242BON, 3242CON, 3281, 3282, 3288, 3294, 6654, 6655, 6656
Hachtel, Monika	1750, 1752, 1770	Kalpakidis, Christos	6020, 6022, 7832, 7833	Lerner, Talya	3830, 3832ON, 3833ON, 3834ON, 3835ON
Hackenbruch, Brunhilde	2153	Käßner, Anja	5858	Lesniewski, Iovanna	1530
Hafner, Marisa	2102, 2120, 2152	Kaufhold, Cynthia	1906ON	Leyhe, Jochen	1500
Hahn-Beutner, Benjamin	7912, 7915, 7919	Kaut, Dr. Thomas	4315, 4365	Lichan, Matthias	2227ON
Hanuja, Roland	7420, 7421, 7422	Kauth, Lita	3613, 3622, 3641	Lichtenstern, Prof. Dr. Christa	6111
Harms, Martina	3216, 3217, 3254, 3267, 3991	Kersting, Bastian	1139	Lier, Bernd	7242, 7243, 7244, 7245
Hartenberg, Hannah	2110, 2141, 2144, 2169, 2860, 2860ON, 2861	Keßler, Prof. Dr. Martin	1102	Limburg, Dr. Hanno	1115
Hartmann-Sadrina, Petra	2001, 2002	Khaleghy, Fateme	38790ON, 3881ON, 3883ON, 3884ON	Lindsey Davis, Adrienne	3121, 3220, 3295, 3298, 3299
Haydari, Mortesa	4366	Khan, Masud	7942, 7943, 7944, 7945, 7962, 7964, 7967, 7968	Link, Armin	1951, 1952
Hecker, Claudia	2015	Kim, Young-Jin	3781PON	Link, Elena	1332ON
Hefke, Tatjana	2117	Kirch, Marion	7830, 7831	Lobeck, Michael	1302
Heide, Annett	2105, 2177S	Klasen, Klaus	1704	Löffler, Christoph	2143, 2174
Heilmann, Tilla	2601, 2651ON, 2652	Klein, Elfi	2342	Lohmeyer-Müller, Ingrid	7525
Heinen, Eva	3755, 4401, 4421	Kleiner, Miriam	6763, 6764, 6765	Lombardo, Pilar	3651
Hense, Dr. Jonathan	1772	Kleinschrodt, Dr. Alexander	6386, 6390, 6423, 6425	Losch, Catrin	7411, 7516, 7690
Hermelingmeier, Prof. Dr. Verena	1314	Klier, Helga	2119, 2149	Lösing, María Elena	3601, 3603, 3606, 3630, 3646, 7814, 7815, 7816, 7817
Herzog, Dorothea	2226	Klier, Wolfgang	2119, 2149	Lubig, Gila	6710
Heuduck, Vanessa von	3762P, 3765, 3772, 3778Q	Klitzke, Lars	1914ON	Lucas, Lea	7501, 7502
Heuser, Gregory	2143, 2174	Knebel, Katja	6844, 6849, 6855, 6860, 6861	Lupoli, Francesco	3527
Höhn, Matthias	6102	Knopp, Hannah	2143, 2174		
Holder, Gerda	7907, 7995	Koenen, Dr. Charlotte	2143, 2174		
Holst, Steffen	3743				

## M

Mahlert, Babette 7471, 7472, 7651, 7652, 7653, 7657  
 Malchert, Henner 5250, 5251, 5255, 5256, 5294, 5297, 5681, 5682  
 Malmin, Jone 3872, 3873, 3874, 3875, 3876ON, 3877ON, 3878  
 Malolepsy, Wanda 3427, 3466, 3512, 3521  
 Malzbender, Sabine 7308  
 Manz, Thomas 6840, 6841, 6842, 6843, 6845, 6846, 6847, 6848, 6850, 6851, 6852, 6853, 6854, 6856, 6857  
 Margaritidou, Minadora 3810, 3812  
 Maróthy, Johanna 3972ON, 3975ON  
 Marquard, Thorsten 1119  
 Martens, Gunnar 5551, 5570  
 Martin, Prema Kuruneru 3940, 3941  
 Martin Esteban, Carmen 3612, 3619, 3629, 3633, 3653, 3664  
 Massai Dräger, Caterina 3578  
 Masson, Samantha 3425, 3442  
 Matthiesen, Dirk 6920  
 Matthiesen, Lissy 6920  
 Maurer, Dr. Arnold 6406, 6408  
 May, Melanie 6880, 6882  
 Mayat, Claus 1322  
 Mendner, Ulrike 2194J  
 Mentner, Linda 2135, 2176S, 2234ON  
 Metz, Dr. Manuel 1450  
 Meyer 4325, 4556,  
 -Janowsky M.A., Silke 4766  
 Mickler, Dorie 3108  
 Min, Hyungki 3787, 3788  
 Mirus, Johannes 2335J  
 Mitarbeitende Bonnorange  
 AöR 1148  
 Mitarbeitende des FHR 1133  
 Mitarbeitende des WDR 1121  
 Mlilo, Nqo 1536  
 Mohr, Ralf 1144  
 Moog, 7220, 7221,  
 Melanie Alessandra 7232, 7233  
 Moon, Seong-Won 3782ON, 3785ON, 3786ON, 3790ON  
 Moryto, Danuta 6653  
 Mozet, Henriette 3803, 3806ON  
 Müller, Karin 4312, 4333, 4343, 4360, 7908, 7911, 7914, 7941  
 Müller, Linda 1810, 1812, 1818  
 Müller-Jakubik, Regina 7501, 7502, 7510, 7511, 7517, 7518, 7612, 7613  
 Müller-Pelzer, Dr. Felicia 2118  
 Munangatire, Henry 1536  
 Munits, Maria 3923ON, 3925ON, 3927ON

## N

Naguib, Isabel 7905  
 Nassour, PD Dr.-Ing. habil. Abdallah 1552

Nathrath-Weijers, Lidy 3840A, 3852ON, 3867ON, 3868ON  
 Navarro, Suzanne 1764, 1816, 1832, 1834  
 Nduati, Rachel 1534  
 Nelles, PD Dr. Jürgen 6003  
 Neu, Michaela 2364, 2366  
 Never, Dr. Babette 1538  
 Nicodemus, Elena 6200  
 Niederhellmann-Mogk, Annette 2119, 2149  
 Niemann, Carola 7693, 7694  
 Nimmermann, Karsten 6588  
 Nonhoff, Julia 5205  
 Nöske, Dr. Nicole 1766

## O

Oberländer, Thomas 1700  
 Obermüller, Henning 2215  
 Oh, Sooyun 3785AON, 3789ON, 3793PON  
 Omsels, Walter 7692  
 Otto, Hans-Joachim 2402, 2405  
 Otto, Harald 5240

## Ö

Özdemir, Gültekin 3956, 3960, 3961

## P

Packham, Jacob 3085ON, 3260, 3291  
 Paker-Eichelkraut, Dr. H. Sündüs 7921, 7922  
 Pallagst, Rolf 5801, 5803, 5807, 5831, 5833, 5835, 5837  
 Papadopoulos, Lydia 1804  
 Parra Rodríguez, Jimena 3621, 3632, 3661, 3669, 3679, 3681  
 Pastorelli, Giuseppina 3544, 3552, 3561  
 Patané, Alessio 3515, 3520, 3538  
 Peddy, Ovel Antony 1542  
 Pérez Ramírez, Manuela 3656, 3662, 3663  
 Perrin, Traude 3239, 3296  
 Peters, Dr. Ulrike 6056, 6058  
 Petzelberger, Dr. Bianka 7430  
 Pfister, Hildegard 2221ON, 2224ON, 2230, 2235, 2237  
 Phillips, Timothy 3052, 3069, 3076, 3082, 3155, 3218, 3252, 3287, 3057  
 Pieper, Brigitte 2025, 7608, 7609  
 Pieterse, Nanda 3840B, 3841, 3844, 3847, 3850, 3866  
 Piters 3902ON,  
 -Hofmann, Ludmila 3908ON, 3910ON, 3911ON, 3916ON, 3918ON, 3919ON  
 Pleithner, Regina 3179ON  
 Polanki, Pallavi 3053, 3129, 3170, 3212, 3214, 3257, 3270  
 Poth, Anna E. 2104

Predeek, Annette Valeska 6570, 6571, 6572, 6573, 6574  
 Preuß-Fouladzari, Monika 1420  
 Prof. Dr. Dr. Hermann, Daniel 1101  
 Pudrycki, Sophia 3402, 3404, 3407, 3421, 3434, 3436, 3438, 3457, 3463, 7957, 7977  
 Puggioni, Roberto 3519, 3525, 3530, 3531, 3535, 3536, 3537, 3545, 3563

## R

Rahi, Fatemeh 7931  
 Ramires, Ludmila 3905ON, 3915ON, 3900B  
 Rapp, Anikó 3752ON, 3753ON, 3754ON, 3973ON, 3974ON  
 Rapp-Neumann, Claudia 6270, 6272  
 Reimann, Marlies 7602, 7603  
 Reinert, Dr. Adrian 2103, 2168, 2303  
 Remy, Miriam 1332ON  
 Renner, Anja 6550, 6551, 6552, 6553, 6554, 6658, 6683, 6779  
 Ribeiro Maier, Teresa 3690, 3692, 3694, 3696ON, 3698ON  
 Richter, Dr. Christine 7402, 7403, 7991, 7992  
 Richter-Kirst, Sybille 7451, 7461, 7462  
 Rickert, Anja 1716  
 Riebau, Klaus 1137  
 Roddewig, Cecilia 3617, 3636, 3652, 3666  
 Rogge, Theda 3109, 3120, 3128, 3177, 3178, 3247  
 Römer, Joachim 1208, 1208A  
 Rösch, Birgit 2204  
 Roscher, Heike 1550  
 Rubina, Elena 3900, 3928  
 Ruppelt-Kosecki, Edith 6559, 6560

## S

Sachse, Iwona 2651ON, 2652  
 Sakka, Dania 3716ON  
 Samano, Vivian Lee 3289ON, 3297ON  
 Sankararaman, Barath 5280, 5281, 5283, 5284ON  
 Santia, Elena 3532, 3551, 3567, 3572  
 Sasao, Masakazu 3764ON, 3766ON, 3767ON, 3768ON, 3769ON, 3771ON, 3773ON, 3774ON, 3775PON, 3776PON, 3778PON, 3779ON  
 Savin, Dr. Kyryl 1510  
 Sawada, Shinobu 3770ON, 3774PON, 3776ON, 3777ON, 3777PON  
 Schaal, Helge 7834, 7835  
 Schäfer, Michaela 2228  
 Schäfer-Wiesen, Angelika 7901, 7902, 7906

Schall, Bastian	1758	Stümpel, Olaf	1738	Windel, Agnieszka	7150
Schall, Oliver	1758, 1774	Szillat, Detlef	6907, 6908	Windheuser, Antonia	1127
Schallenberg, Joachim	1113, 1114	<b>T</b>		Wohler, Dagmar	2145
Scharbert, Dr. Simone	6106, 6108, 6356ON	Tauchert, Ruth	6531, 6532	Wolf, Henry	7981, 7983, 7993, 7994
Schenk, Yvonne	3102, 3238ON	Terli, Özden	1300	Wolf, Patricia	5201
Schiemann, Heike	4316	Terlutter, Victoria	3933ON, 3936ON	Wölfel, Karin	7601, 7836
Schiffgens, Ina	5020ON	Thiel-Bender, Dr. Christine	1756	Wolfradt, Dr. Jörg	6121ON, 6123
Schikowski, Michael	6001, 6110, 6432	Tiemann, Oliver	7350, 7351	Wood, Dr. David W.	3035, 3039, 3084, 3086, 3175, 3188, 3237
Schliebitz, Petra	2027, 2028	Tillmanns, Gabriele	6100	<b>Y</b>	
Schmid, Dr. Angelika	6310, 6312, 6316, 6318	Titze, Thomas	2154, 2200, 2202, 2206, 2338	Yamamoto-Reich, Takayo	3763, 6697, 6699
Schmidt, Mirjam	1316, 1360	Tonner, Angela-Maria	2172	<b>Z</b>	
Schmidt-Clausen, Dr. Uta	3705	Torres Diaz, Carlos Rodrigo	3618ON, 3625ON, 3644ON, 3647ON, 3654ON, 3659ON	Zaroui, Kaouthar	3714ON
Schmölders, Dr. Wolfgang	6745	Touijar, Hanane	3431	Zell, Simone	4313, 4372, 4381, 4382, 4411, 4415, 4420
Schneider, Christiane	2602	Triemer, Jörg	7440, 7441	Zelmer, Elisa Marie	6561, 6562
Schneider, Petra	5030	Turan, Tevfik	3954ON	Zenk, Judith	7452, 7650
Schönenberg, Hans-Martin	5351	Türke, Anne	2651ON, 2652	Zepp, Meike	2231
Schönfeldt, Jürgen	1978	<b>U</b>		Zerl, Dr. Tanja	1410
Schrott, Regina	2150	Ulivi, Silvia	3801	Zimmermann, Lukas	1144
Schuffenhauer, Theresa	7217, 7218	Unterberg, Dr. Michael	6360, 6410	Zöller, Dr. Eva	7446
Schuler	6792, 6793, -Gundelach, Stephanie	6794, 6795, 6796	<b>V</b>		
Schüller, Dr. Tonia	2123, 2148, 2162, 2166, 2192JON, 7521, 7522, 7523, 7524, 7531ON, 7532ON	Valdivia Manchego, Mario	5901		
Schulte, Beatrix	6675, 6676, 6677	van de Weyer, Annabelle	7228		
Schulte, Markus	5150	van Gent, Petrie	3869ON		
Schulze, Jörg	6102	Veerahoo, Anna	1111		
Schumann, PD Dr. Gunnar	6004, 6024, 6026, 6028	Vocks, Martina	3422		
Schürg, Leonard	1540	Vödisch, Antje	2126, 2146, 2178S		
Schwarzenbarth, Sebastian	4311, 4322, 4351, 4361	Voigt, Maximilian	1352ON		
Schwedt, Prof. Dr. Georg	6112	Völker, Irina	5124, 5125, 5127		
Schweitzer, Hermann F.	6307, 6308, 6402	Vollmer, Brigitte	3430, 3465		
Selzer, Jochim	1346ON, 1348ON	vom Hövel, Dr. Erik	2226		
Semenova, Elena	5155, 7654, 7655, 7656	von zur Mühlen, Jürgen	5140, 5141		
Sevryugina, Svetlana	3114, 3122	Voss, Matthias	1119		
Siering, Petra	6650, 6684	Voth, Stefan	2110, 2144, 2169, 2860, 2860ON, 2861		
Sodemann, Monika	5220	<b>W</b>			
Sodoge, Bernhard	2362	Wabo, Marc	7980, 7982, 7984		
Sous-Braun, Dr. Elisabeth	2113	Wachsmann, Constanze	2130, 2160		
Sözmen, Serhan	6901, 6902, 6903, 6904	Waskow, Frank	1908ON		
Spangenberg, M .A. Marcus	6369ON	Waszerka, Sonja	5850, 5853		
Springer, Charlotte	3411, 3428, 3444, 3460	Watermann, Ina	4410, 4416		
Sprungk, Kerstin Antje	7252	Wedde-Mühlhausen, Karin	1131		
Stange, Monika	7250, 7410, 7453, 7454, 7473, 7528, 7605	Wehnes, Hannah	1312		
Stanic, Norvisi	5110, 5112, 5114	Weis, Hans-Peter	5270, 5480, 5700, 5751, 5703		
Steckel, Nina	2223, 2229, 2232, 2239	Welter, Clarissa	6130, 6132		
Steffens, Lothar	2172	Werner, Mirjana	3794		
Steiner, Beate	4766	Wessels, Susanne	3106, 3110, 3125		
Steinmetz, Inge	1820, 1826, 1838	Westhäuser, Claudia	2108, 2134, 2137		
Steinstraße, Dr. Inge	6430	Wierschem, Dagmar	7614		
Stockhausen, Sabrina	7455, 7456, 7514, 7515	Wieser, Dr. Dorothee	7903, 7904, 7910, 7913, 7916, 7917, 7918		
		Wilde, Stephanie	3256, 3279		
		Wilhelm, Rebecca	5180, 5181, 5184		
		Wilkens, Thamar	7406		
		Willems, Petra	2612ON, 2614		
		Wilmanns, Ulrike	4356ON, 4521ON, 4523ON		







## 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.**

### Postanschrift:

Mülheimer Platz 1  
53111 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/



Es wird auf 100 %  
Recycling Papier gedruckt!

## Bildnachweise:

**Cover-Bild:** Gabi Höhne

### Kapitel: Bildungsurlaub

Seite 6: HdB|Marius Cucoranu (mitte, rechts, klein)  
Seite 7: day-planner-828611\_1920|Pixabay free licence (mitte, mitte, mittel)

### Kapitel: Einzelveranstaltungen von Montag bis Freitag

Seite 14: calendar-3045963\_1920|pixabay free licence (mitte, mitte, mittel)

### Kapitel: Wochenendveranstaltungen

Seite 20:  
Schreiben\_pixabay|Schreiben\_pixabay (mitte, mitte, mittel)

### Kapitel: VHS für Ältere

Seite 21: HdB\_NB\_7|Marius Cucoranu (mitte, rechts, klein)

## FACHBEREICH 1

### Kapitel: Politik, Wissenschaft & Internationales

Seite 24: 03\_178x43|03\_178x43 (unten, mitte, klein)  
Seite 29: 03\_178x43|03\_178x43 (unten, mitte, klein)  
Seite 53: Recht| (unten, rechts, mittel)

## FACHBEREICH 2

### Kapitel: Lebensgestaltendes Lernen

Seite 57: Jonglieren|Jonglieren (mitte, mitte, klein)  
Seite 61: eye-1173863\_640|eye-1173863\_640 (mitte, links, klein)  
Seite 66: feedback-2990424\_960\_720|feedback-2990424\_960\_720 (unten, mitte, klein)  
Seite 71:  
Beagle\_Peaches|Beagle\_Peaches (mitte, rechts, klein)  
Seite 72: Yoshi&Pablo|G. Boquoi (unten, links, klein)

## FACHBEREICH 3

### Kapitel: Fremdsprachen

Seite 87: 02\_117x65|02\_117x65 (unten, mitte, klein)  
Seite 93: Lehrküche|KKLF (unten, links, klein)  
Seite 95: 02\_117x65|02\_117x65 (unten, rechts, klein)  
Seite 99: 02\_117x65|02\_117x65 (unten, rechts, klein)  
Seite 103: 02\_117x65|02\_117x65 (unten, rechts, klein)  
Seite 121:  
02\_111x85\_Sondergroesse|02\_111x85\_Sondergroesse (unten, rechts, klein)

## FACHBEREICH 4

### Kapitel: Deutsch & Integration

Seite 136: 03\_178x43|03\_178x43 (unten, mitte, klein)  
Seite 138: 02\_117x65|02\_117x65 (unten, links, klein)

## FACHBEREICH 5

### Kapitel: Beruf, IT & Digitales

Seite 144: FB5 xpert ccs|FB5 xpert ccs (oben, links, klein)  
Seite 148: FB5 Xpert ecp|FB5 Xpert ecp (mitte, rechts, mittel)

## FACHBEREICH 6

### Kapitel: Kultur & Kunst

Seite 162: justitia-2597016\_1280\_Cropped\_pixabay|justitia-2597016\_1280\_Cropped\_pixabay (mitte, mitte, klein)  
Seite 163:  
Kant\_Kaliningrad\_Zuschnitt\_Urheber HaraldHaake\_CommonsWikimedia|Kant\_Kaliningrad\_Zuschnitt\_Urheber HaraldHaake\_CommonsWikimedia (unten, rechts, klein)  
Seite 164: artificial-intelligence-3706562\_1280\_Bild von GerdAltmann|artificial-intelligence-3706562\_1280\_Bild von GerdAltmann (oben, mitte, klein)  
Seite 165: Rilke\_1024px-Paula\_Modersohn-Becker\_016\_commons.wikimedia.org|Rilke\_1024px-Paula\_Modersohn-Becker\_016\_commons.wikimedia.org (mitte, mitte, klein)  
Seite 166:  
Kafka\_DPAG\_2008\_Franz\_Kafka\_Jens Mueller und Karen Weiland, Public domain, via Wikimedia Commons|Kafka\_DPAG\_2008\_Franz\_Kafka\_Jens Mueller und Karen Weiland, Public domain, via Wikimedia Commons (oben, links, klein) >>>

## FACHBEREICH 6

### Kapitel: Kultur & Kunst

Seite 167:  
Schreiben\_pixabay|Schreiben\_pixabay (oben, rechts, klein)  
Seite 168: Geschichten\_erzaehlenonce-upon-a-time-719174\_1280\_pixabay|FathromiRamdlon|Geschichten\_erzaehlenonce-upon-a-time-719174\_1280\_pixabay|FathromiRamdlon (oben, rechts, klein)  
Seite 169: 03\_178x65|03\_178x65 (unten, mitte, klein)  
Seite 169: mask-1641264\_1920|mask-1641264\_1920 (oben, links, klein)  
Seite 170: Seurat\_1024px-A\_Sunday\_on\_La\_Grande\_Jatte,\_Georges\_Seurat,\_1884\_Georges Seurat, Public domain, via Wikimedia Commons|Seurat\_1024px-A\_Sunday\_on\_La\_Grande\_Jatte,\_Georges\_Seurat,\_1884\_Georges Seurat, Public domain, via Wikimedia Commons (mitte, mitte, klein)  
Seite 172:  
Grundgesetz\_fb32168cff045bcdb261806374ac7bb|Grundgesetz\_fb32168cff045bcdb261806374ac7bb (unten, rechts, klein)  
Seite 172: Weltfrauentag\_woman-281473\_1280\_pixabay|Weltfrauentag\_woman-281473\_1280\_pixabay (mitte, links, klein)  
Seite 172: tea-1698297\_1920\_pixabay|tea-1698297\_1920 (oben, mitte, klein)  
Seite 173: 03\_178x85|03\_178x85 (unten, mitte, mittel)  
Seite 174:  
Chipperfield\_Das\_Literaturmuseum\_der\_Moderne\_in\_Marbach\_wikimedia.org\_commons\_Das\_Literaturmuseum\_der\_Moderne\_in\_Marbach|Chipperfield\_Das\_Literaturmuseum\_der\_Moderne\_in\_Marbach\_wikimedia.org\_commons\_Das\_Literaturmuseum\_der\_Moderne\_in\_Marbach (mitte, links, klein)  
Seite 175: Koblenz\_640px-Koblenz\_braun\_hogenberg|Koblenz\_640px-Koblenz\_braun\_hogenberg (unten, rechts, klein)  
Seite 177: Goss\_Akte|Goss\_Akte (oben, rechts, klein)  
Seite 177:  
Malerei\_Kreativ\_pexels|Malerei\_Kreativ\_pexels (mitte, links, klein)  
Seite 178: Jung\_Altstadt|Jung\_Altstadt (oben, rechts, klein)  
Seite 179:  
Renner\_Macarons|Renner\_Macarons (oben, rechts, klein)  
Seite 181:  
Zelmer\_dialogMalen|Zelmer\_dialogMalen (oben, links, klein)  
Seite 181:  
06\_55x85\_Sondergroesse|06\_55x85\_Sondergroesse (unten, rechts, klein)  
Seite 182: Predeek\_Acrylic|Predeek\_Acrylic (oben, links, klein)  
Seite 183:  
Friedrich\_Onlinekurs|Friedrich\_Onlinekurs (oben, links, klein)  
Seite 184:  
Lennox\_Zeichnen|Lennox\_Zeichnen (oben, rechts, klein)  
Seite 185:  
Goss\_urbanSketching|Goss\_urbanSketching (oben, rechts, klein)

Seite 185: Bashir\_Blending|Bashir\_Blending (oben, rechts, klein)  
Seite 186: Schulte\_Art-Journal\_2|Schulte\_Art-Journal\_2 (oben, mitte, klein)  
Seite 187:  
Renner\_Pastadruck|Renner\_Pastadruck (mitte, links, klein)  
Seite 187:  
Yamamoto\_Shodo|Yamamoto\_Shodo (unten, rechts, klein)  
Seite 188: Lubig\_Skulptur|Lubig\_Skulptur (oben, mitte, klein)  
Seite 188: Ademi\_Plastisches Gestalten|Ademi\_Plastisches Gestalten (unten, rechts, klein)  
Seite 189:  
Schmoelders\_Glasfische|Schmoelders\_Glasfische (unten, mitte, klein)  
Seite 189:  
Kleiner\_Buchruecken|Kleiner\_Buchruecken (mitte, rechts, klein)  
Seite 190:  
Bille\_Papierschoepfen|Bille\_Papierschoepfen (oben, mitte, klein)  
Seite 190: Bille\_Origami|Bille\_Origami (mitte, rechts, klein)  
Seite 191: Naehen\_sewing-machine-1369658\_1280\_pixabay|Naehen\_sewing-machine-1369658\_1280\_pixabay (oben, rechts, klein)  
Seite 192:  
Schuler\_Haekeln|Schuler\_Haekeln (unten, rechts, klein)  
Seite 194:  
Manz\_Goldschmieden|Manz\_Goldschmieden (unten, mitte, mittel)  
Seite 195: Muschelanhaenger und Ring @ Monika Kempkens|Muschelanhaenger und Ring @ Monika Kempkens (oben, mitte, klein)  
Seite 196: Fotografie\_photographs-256888\_1280\_pixabay|Fotografie\_photographs-256888\_1280\_pixabay (oben, mitte, klein)  
Seite 197: Szillat\_Portrait|Szillat\_Portrait (unten, links, klein)  
Seite 198: Berens\_Gegensaetze|Lothar Berens/OIC-Photo 2023 (oben, mitte, klein)  
Seite 199: music-2570451\_1920\_-2|music-2570451\_1920\_-2 (unten, links, klein)  
Seite 199: Matthiesen\_Lightpainting-Rheinaue|Dirk Matthiesen (oben, links, klein)  
Seite 200: Super Gitarren 4 @ Sascha Beselt|Super Gitarren 4 @ Sascha Beselt (unten, rechts, klein)

## FACHBEREICH 7

### Kapitel: Gesundheit & Ernährung

Seite 197: FB- Schriftzug - Menschlicher Körper - Proportionen|FB- Schriftzug - Menschlicher Körper - Proportionen (unten, rechts, klein)  
Seite 202: Ibrahim Uygun -PMR- Faustballen 2|Ibrahim Uygun -PMR- Faustballen 2 (oben, rechts, klein)  
Seite 203: pixabay - laurajuarez -yoga-4595166\_1920|pixabay - laurajuarez -yoga-4595166\_1920 (unten, rechts, klein)  
Seite 204: Ibrahim Uygun - Yoga mit Notebook|Ibrahim Uygun - Yoga mit Notebook (oben, mitte, klein)  
Seite 205: Honey Kochphon Onshawee - inner-peace-481837 - pixabay|Honey

Kochphon Onshawee - inner-peace-481837 - pixabay (unten, rechts, klein)  
Seite 206: Ibrahim Uygun - AEitere Frau in - Qigong-Haltung|Ibrahim Uygun - AEitere Frau in - Qigong-Haltung (mitte, rechts, klein)  
Seite 208: pixabay - andreas - treatment-1327811\_\_340 - Handinnenflaeche massieren|pixabay - andreas - treatment-1327811\_\_340 - Handinnenflaeche massieren (oben, rechts, klein)  
Seite 208: Faszienrolle - Unterer\_Ruecken\_A+B|Faszienrolle - Unterer\_Ruecken\_A+B (unten, links, klein)  
Seite 209: Ibrahim Uygun - Info-Box - Kurzfristige Angebote|Ibrahim Uygun - Info-Box - Kurzfristige Angebote (unten, rechts, klein)  
Seite 210: Ibrahim Uygun - Katzenbuckel|Ibrahim Uygun - Katzenbuckel (unten, rechts, klein)  
Seite 211: 02\_117x65|02\_117x65 (unten, links, klein)  
Seite 212: ARTZT Vitality- Rubber Bands Oberkoerperrotation|ARTZT Vitality- Rubber Bands Oberkoerperrotation (oben, rechts, klein)  
Seite 212: Ibrahim Uygun - Info-Box - Kurzfristige Angebote|Ibrahim Uygun - Info-Box - Kurzfristige Angebote (unten, rechts, klein)  
Seite 213: Kniebeuge-pexels-anna-shvets-4587426.|Kniebeuge-pexels-anna-shvets-4587426. (unten, links, klein)  
Seite 214: Ibrahim Uygun - Bodyworkout mit Notebook|Ibrahim Uygun - Bodyworkout mit Notebook (oben, links, klein)  
Seite 215: 03\_178x130|03\_178x130 (unten, mitte, mittel)  
Seite 215: ARTZT Vitality - Bild 1+2 - Senior + Theraband|ARTZT Vitality - Bild 1+2 - Senior + Theraband (oben, rechts, klein)  
Seite 216: pixabay - jdj\_land - pilates-3799327\_1920|pixabay - jdj\_land - pilates-3799327\_1920 (mitte, rechts, klein)  
Seite 218: Reduziert - pixabay-BiancaVanDijk-dance-7318707\_1920|Reduziert - pixabay-BiancaVanDijk-dance-7318707\_1920 (oben, rechts, klein)  
Seite 218: Ibrahim Uygun - Jonglieren in Gruppe|Ibrahim Uygun - Jonglieren in Gruppe (unten, mitte, klein)  
Seite 220: pixabay - OpenClipart-Vectors - team-150149\_1920|pixabay - OpenClipart-Vectors -team-150149\_1920 (mitte, links, klein)  
Seite 221: pixabay - Gemuesemix|pixabay - Gemuesemix (unten, rechts, klein)  
Seite 223: Ibrahim Uygun - Info-Box - Kurzfristige Angebote|Ibrahim Uygun - Info-Box - Kurzfristige Angebote (unten, rechts, klein)  
Seite 229: pixabay - pau\_noia0 - wine-850337\_1920|pixabay - pau\_noia0 - wine-850337\_1920 (unten, rechts, klein)

**Kapitel: Service**

Seite 231ff: Div. – vhs Bonn

**Kursleitendenverzeichnis**

Seite 249: 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

\*Geburtsjahr

\*weiblich  \*männlich

\*Straße, \*Hausnummer

\*PLZ, \*Ort

Staatsangehörigkeit

Telefon(tagsüber)

E-Mail

► Ihre E-Mail-Adresse / Tel-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](http://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 Kassenzeichens 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

BIC (8 oder 11 Stellen)

Ort

Datum

Unterschrift -wenn angeben- 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 request a reduced fee. For further details, please refer to § 5 of the General Terms of Business. Copies of evidentiary documents are attached. If I am not eligible for a fee reduction, I agree to pay the full amount.

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 





THEATER BONN

OPER | SCHAUSPIEL | TANZ

Foto: Emma Szabó

# GROSSE GEFÜHLE

mit dem Theater Bonn WAHL-ABO

HOCHZEIT MÖGLICH  
EINSTIEG JEDERZEIT

BIS ZU 35 % RABATT SICHERN - FLEXIBLER GEHT'S NICHT.

KARTEN: 0228-77 8008 | THEATERKASSE@BONN.DE | THEATER-BONN.DE

FREUDE.  
JOY.  
JOIE.  
BONN.

## Die neuen Bonn Touren sind da!

FREUDE.  
JOY.  
JOIE.  
BONN.

**Bonn Touren 2024**  
Erleben Sie Bonn auf Ihre Art!  
Geführte Bus-, Fuß- und Schiffstouren  
für Einzelgäste und Gruppen

Begleiten Sie unsere Gästeführer\*innen auf den Touren durch und um Bonn und die Region.

Neben Führungen an festgelegten Terminen haben Sie außerdem die Möglichkeit, sich individuell eine(n) eigene(n) Gästeführer\*in zu buchen. Datum, Uhrzeit, Sprache und Inhalt der Tour stimmen wir dabei mit Ihnen ab.

**Bonn**  
*Me bütze de janze Welt!*



**Bonn**information

Windeckstraße 1/am Münsterplatz, 53111 Bonn | Telefon: 0228 - 77 50 00  
bonninformation@bonn.de | [www.bonn.de/stadtfuehrungen](http://www.bonn.de/stadtfuehrungen) | [www.shop.bonn.de](http://www.shop.bonn.de)

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 10 bis 18 Uhr | Samstag 10 bis 16 Uhr  
Sonn- und Feiertage 10 bis 14 Uhr

