









Inhaltsverzeichnis

	Bildungsurlaub	6 – 8
	Junge vhs	9 – 11
	1 Politik, Gesellschaft, Umwelt	12 – 21
	2 Kultur und Kreativität	22 – 31
	3 Gesundheit	32 – 41
	4 Sprachen	42 – 54
	5 Arbeit und Beruf	55 – 63
	6 Information und Service	64 – 68

Leitbild der Volkshochschule Wetzlar

Wir haben gemeinsame Ziele.

Wir sind ein Team und haben gemeinsame Ziele. Als lebendige kommunale Bildungseinrichtung ist es unser Auftrag, gemäß dem Hessischen Weiterbildungsgesetz und der Satzung der Volkshochschule Wetzlar, vielfältige und umfassende Bildungsangebote zu schaffen, die das Wohl des Einzelnen sowie das Wohl des Gemeinwesens nachhaltig verbessern.

Wir bieten Bildung für alle.

Wir pflegen untereinander, mit unseren Kundinnen und Kunden sowie Kursleitungen einen wertschätzenden und respektvollen Umgang. Besonderen Wert legen wir auf ein Bildungsangebot, das für alle gleichermaßen zugänglich ist – unabhängig von Herkunft, Geschlecht, Religion und Weltanschauung. Wir fördern Vielfalt und möchten einen Ort der Begegnung und des Lernens schaffen, zu dem alle Menschen Zugang finden, die mit uns die Werte einer offenen, demokratischen Gesellschaft teilen. Für Firmen, Institutionen und Vereine der Stadt Wetzlar sowie für Kinder und Jugendliche erarbeiten wir flexible und passgenaue Angebote nach Bedarf.

Wir arbeiten nachhaltig und zukunftsorientiert.

Als lernende Organisation, die durch fortlaufende Reflexion die Qualität ihrer Arbeit verbessert, stellen wir sicher, gegenwärtig wie auch zukünftig den jeweiligen Bedürfnissen unserer Kundinnen und Kunden optimal zu entsprechen. Wir pflegen ein Arbeitsklima, das die Gesundheit und den kollegialen Zusammenhalt fördert.

Wir handeln lösungs- und ergebnisorientiert.

Wir erweitern durch regelmäßige Fort- und Weiterbildungen unsere Fachkompetenz. Unsere pädagogischen Konzepte und Angebote werden sozial- und kundenorientiert geplant und bedarfsgerecht in Veranstaltungsformen umgesetzt, die den jeweiligen Zielgruppen gerecht werden. Wir pflegen den Kontakt mit unseren Kooperationspartnern und achten auf einen verantwortungsbewussten Umgang mit den uns zur Verfügung stehenden Ressourcen.

Wir sind Bildungspartner.

Wir verstehen uns als Bildungspartner, der die Teilnehmenden im Lernprozess kompetent berät und aktiv begleitet. Die persönlichen, individuellen Lernziele haben für uns höchste Priorität – wir möchten, dass die Teilnehmenden sie mit uns gemeinsam erreichen. Über Anregungen seitens unserer Kundinnen und Kunden freuen wir uns.

Wir fördern Freude am Lernen.

Wir definieren gelungenes Lernen als einen Zugewinn der kommunikativen und sozialen Kompetenz, der den Teilnehmenden ermöglicht, sich in ihrem persönlichen, beruflichen und gesellschaftlichen Umfeld besser orientieren und stärker beteiligen zu können. Wir möchten bei unseren Teilnehmenden Freude am Lernen und lebenslange Offenheit für das Neue und (noch) Unbekannte wecken und wach halten.



Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

FERNWEH ist das diesjährige Semesterthema unserer Volkshochschule. Der Begriff „Fernweh“ war und ist natürlich einem starken Wandel unterworfen.

Während in den fünfziger und sechziger Jahren des vorigen Jahrhunderts vor allem Italien an der Spitze der Sehnsüchte der Bevölkerung stand, wandelte es sich in den siebziger Jahren hin zu den Balearen oder den Kanaren und ab Ende der 1980er Jahre wurden auch verstärkt Fernreisen in den Blick genommen. Fernweh ist so individuell wie schön. Jeder kann mit diesem Begriff etwas verbinden und hat seine persönlichen Vorstellungen davon, was als Traumziel vor dem inneren Auge steht.

Für unsere Volkshochschule gilt: Warum in die Ferne schweifen, das Gute liegt doch nah. Unsere Volkshochschule bietet im Rahmen des neuen Semesters wieder eine vielfältige Auswahl an neuen, aber auch an bewährten Kursen an. Die in der zurückliegenden Zeit stärker ausgebauten Onlineangebote werden weiter



verstärkt. Aber auch die traditionellen Kurse werden beibehalten und behutsam modifiziert und ausgebaut.

Zum Semesterthema „Fernweh“ bieten wir eine unterschiedliche Anzahl von Veranstaltungen und Kursen an. Suchen Sie sich Ihre Veranstaltung oder Ihren Kurs aus dem facettenreichen Programm aus. Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen bei der Lektüre des Semesterprogrammheftes und würde mich freuen, wenn Sie sich für eine oder mehrere Veranstaltungen/Kurse entscheiden.

Herzlichst
Ihr

Jörg Kratkey
Stadtrat und Dezernent für die Volkshochschule

Nicole Peter

Annika Wolter

Dragica Pecic

Dr. Timm C. Feld

Stephanie Plachta

Heidrun Roales Terrón

Petra Skoruppa-Klöß

Maria Jurado

Anja Möglich

Marianne Wick

Simone Schmid

Wir über uns – Ihre vhs im Überblick

Geschäftsstelle

Steinbühlstraße 5, 35578 Wetzlar
(Gewerbepark Spilburg / Gebäude A1)
Servicetelefon: (0 64 41) 99-43 01
Telefax: (0 64 41) 99-43 04
E-Mail: vhs@wetzlar.de
Internet: www.vhs-wetzlar.de

Öffnungszeiten

Servicebüro (ab Sept. 2021)

Montag	9.00 – 12.00 Uhr und 14.00 – 16.00 Uhr
Dienstag	9.00 – 12.00 Uhr
Mittwoch	geschlossen
Donnerstag	9.00 – 12.00 Uhr und 14.00 – 18.00 Uhr
Freitag	9.00 – 12.00 Uhr

Deutschbereich

Montag	9.00 – 12.00 Uhr und 14.00 – 16.00 Uhr
Dienstag	9.00 – 12.00 Uhr
Mittwoch	geschlossen
Donnerstag	9.00 – 12.00 Uhr und 14.00 – 18.00 Uhr
Freitag	geschlossen

Abweichende Öffnungszeiten:

Vom 19. bis 30. Juli bleibt die vhs geschlossen. In den Herbstferien vom 11. bis 23. Oktober ist unsere Geschäftsstelle nur vormittags geöffnet (Mo., Di., Do., Fr.). In den Weihnachtsferien vom 23. Dezember bis 8. Januar ist die Geschäftsstelle geschlossen.

So können Sie sich anmelden:

- online: www.vhs-wetzlar.de
- persönlich im Servicebüro während der Öffnungszeiten
- per Post (Anmeldekarten im Programmheft oder formlos)
- telefonisch unter (0 64 41) 99-43 01 / 99-43 02
- per Fax unter Nr. (0 64 41) 99-43 04
(Anmeldekarte im Programmheft oder formlos)
- E-Mail: vhs@wetzlar.de (mit Einzugsermächtigung – SEPA-Mandat)
- Weitermeldeleiste (im bestehenden Kurs)

Welche Daten sind bei der Anmeldung anzugeben?

- Kursnummer und Kurstitel
- Name und Anschrift
- Geburtsjahr
- Geschlecht
- Telefonnummer, E-Mail-Adresse (freiwillige Angabe)
- IBAN (zwecks Abbuchung ist die Erteilung des SEPA-Lastschriftmandats unbedingt erforderlich!)

Keine Anmeldebestätigung

Eine Anmeldebestätigung geht Ihnen **nicht** zu. Sollte eine Veranstaltung ausfallen, so informieren wir Sie rechtzeitig. Erhalten Sie keine Nachricht, so finden Sie sich bitte zum ersten Kurstermin ein.

Gebührenkonto:

Sparkasse Wetzlar
BIC: HELADEF1WET
IBAN: DE85 5155 0035 0010 0274 31

Leitung

Dr. Timm C. Feld
Tel. 99-43 00
E-Mail: tim.feld@wetzlar.de

Stellv. Leitung

Stephanie Plachta
Tel. 99-43 06
E-Mail: stephanie.plachta@wetzlar.de

Verwaltung

**Simone Schmid, Heidrun Roales-Terrón,
Petra Skoruppa-Klös, Marianne Wick**
Anmeldung, Auskünfte, Kursorganisation
Tel. 99-43 01 / 99-43 02
E-Mail: vhs@wetzlar.de

Maria Jurado, Anja Möglich

Anmeldung, Auskünfte, Kursorganisation (Deutsch als Fremd-/Zweitsprache)
Tel. 99-43 16 / 99-43 11
E-Mail: DaF@wetzlar.de

Nicole Peter

Buchhaltung, Haushalt, Controlling, Dozent/innen, Statistik
Tel. 99-43 05
E-Mail: nicole.peter@wetzlar.de

Pädagogische Mitarbeiter/innen

Dr. Timm C. Feld

Programmbereich: Politik, Gesellschaft, Umwelt
Tel. 99-43 00
E-Mail: tim.feld@wetzlar.de

Stephanie Plachta

Programmbereiche: Kultur und Kreativität, Gesundheit, Arbeit und Beruf
Tel. 99-43 06
E-Mail: stephanie.plachta@wetzlar.de

Annika Wolter

Programmbereich: Sprachen (Deutsch als Fremd-/Zweitsprache)
Tel. 99-43 08
E-Mail: annika.wolter@wetzlar.de

Dragica Pecic

Programmbereich: Sprachen (Fremdsprachen)
Tel. 99-43 07
E-Mail: dragica.pecic@wetzlar.de

Pädagogische Assistenz

Nicole Peter

Programmbereich: Arbeit und Beruf/Online-Angebote
Tel. 99-43 05
E-Mail: nicole.peter@wetzlar.de

Fachberatung – Förderberatung

Die pädagogischen Mitarbeiter/innen beraten Sie gerne. Bitte vereinbaren Sie einen Termin.

Informationen zur Bildungsprämie finden Sie unter: www.bildungspraemie.info oder telefonisch unter Tel. 0800 2623-000 (Bürgerservice Bildungsprämie).



Bitte beachten Sie

Semesterbeginn: 6. September 2021
Semesterende: 17. Dezember 2021
Kursfreie Tage: 3. Oktober,
 11. bis 23. Oktober
 23. Dezember 2021 bis 8. Januar 2022

Kursdauer

Bei jedem Kurs ist die Kursdauer in Unterrichtsstunden (U.Std.) und die Zahl der Kurstermine angegeben. Eine Unterrichtsstunde umfasst 45 Minuten. Bei Kursen mit 3 – 4 Unterrichtsstunden an einem Tag ist in der Regel eine Pause von mind. 15 Minuten, bei längeren Kurstagen eine Mittagspause zwischen 30 und 60 Minuten in der Zeitangabe enthalten. Sie wird nicht gesondert ausgewiesen.

Teilnahmebescheinigungen

Die regelmäßige Teilnahme an Kursen kann auf Wunsch nach Beendigung einer Veranstaltung bescheinigt werden. Voraussetzung ist, dass die Kursgebühr bezahlt wurde. Für die Ausstellung einer Teilnahmebescheinigung wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 2,50 € (Kurs hat in den letzten 4 Semestern stattgefunden) oder 3,50 € (Kurs hat in den letzten 5 bis 10 Semestern stattgefunden) erhoben. Eine Zusendung der Bescheinigung ist nur dann möglich, wenn die Bearbeitungsgebühr bezahlt wurde und Sie uns einen frankierten Rückumschlag zukommen lassen. Im Fachbereich „Arbeit und Beruf“ ist in der Regel die Gebühr für die Erstellung der Teilnahmebescheinigung bereits in der Kursgebühr enthalten (mit Ausnahme der Kurse für aktive Ältere).

Wünsche und Kritik

Wir arbeiten stetig an der Sicherung und Steigerung der Qualität unserer Angebote und Dienstleistungen. Deshalb sind wir für Ihre Ideen und Anregungen sowie für Kritik und Beschwerden dankbar. Bitte wenden Sie sich an unsere Geschäftsstelle unter Tel. 06441/99-4301.

Gehbehinderte, Rollstuhlfahrende und Sehbehinderte

Im vhs-Haus Büblingshausen, Unter dem Ahorn, befindet sich eine Rampe und in der vhs in der Spilburg ein Treppenlift sowie ein Aufzug.

Vertretung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer der vhs Wetzlar

Frau Gabriele Köhlinger, Wetzlar
 Herr Axel Schneider, Waldsolms (Vertretung Fr. Köhlinger)
 Frau Birgitta Schneider, Waldsolms
 Frau Regina Dietermann, Braunfels (Vertretung Fr. Schneider)

Vertretung der Kursleiterinnen und Kursleiter der vhs Wetzlar

Frau Helga Siebert, Wetzlar
 Herr Manfred Tessin, Wetzlar (Vertretung Fr. Siebert)
 Frau Dr. Ivana Clausnitzer, Wetzlar
 Herr Dr. Albrecht Köhl, Wetzlar (Vertretung Fr. Dr. Clausnitzer)

Hinweis: Es können geringe Kopierkosten in den Kursen anfallen, die direkt mit der Kursleitung abzurechnen sind.

Aufgrund der aktuellen Lage (Covid-19-Pandemie) finden alle Seminare in reduzierter Gruppengröße nach den geltenden Hygienevorschriften unter Vorbehalt statt. Wir bitten Sie, sich mindestens eine Woche vor Beginn Ihres Kurses anzumelden, auch wenn keine Anmeldefrist angegeben ist. Auf Änderungen der aktuellen Lage müssen wir spontan reagieren – bitte informieren Sie sich im Zweifel telefonisch bei uns, ob Ihr Kurs stattfinden kann.

Geschäftsbedingungen

Anmeldung

So können Sie sich anmelden (siehe Seite 3):

Kursanmeldungen können mit den vorgedruckten Anmeldekarten, formlos und/oder online unter www.vhs-wetzlar.de erfolgen. Telefonische Anmeldungen werden während der Geschäftszeiten unter (06441) 99-4301/4302 angenommen und anschließend schriftlich bestätigt. Eine Bestätigung der schriftlichen Anmeldung erfolgt **nicht**. Eine Anmeldung vor dem ersten Kurstermin ist wg. der Raumgröße und der Belegungszahlen und Einhaltung der Hygienerichtlinien zwingend erforderlich. Bei der Kursbelegung ist in der Regel die Reihenfolge der Anmeldungen entscheidend. Anmeldungen für einen bereits voll belegten Kurs werden in eine Warteliste aufgenommen.

Ist in der Kursbeschreibung **kein** Anmeldeschluss genannt, findet der erste Termin immer statt.

Die Teilnahme ohne Anmeldung an mehr als zwei Unterrichtsstunden desselben Kurses verpflichtet zur Anmeldung und damit zur Gebührenzahlung.

Eine **Anmeldung** verpflichtet zur Gebührenzahlung.

Die Angabe Ihrer E-Mail-Adresse ist freiwillig und ermöglicht uns eine schnellere Bearbeitung bzw. Teilnehmer/innen-Information. Bei Angabe Ihrer Handy-Nummer können Sie auch kurzfristig per SMS über evtl. Veränderungen wie Kursausfall oder Verlegung informiert werden. Auf den § 312d BGB „Widerrufs- und Rückgaberecht bei Fernabsatzverträgen“ wird hingewiesen.

Abmeldung

Abmeldungen können nur vor Kursbeginn (bzw. vor Anmeldeschluss, wenn ein solcher Termin genannt ist) und nur **schriftlich** bei der Geschäftsstelle ohne Angabe von Gründen erfolgen. Danach ist **keine** kostenfreie Abmeldung möglich.

Gebühren

Damit Kurse bereits ab 4 Teilnehmer/innen stattfinden können, werden die Gebühren der meisten Kurse »gestaffelt« berechnet (Staffelgebühr).

Was heißt das?

Die Gebührensätze richten sich nach den Aufwendungen (z. B. Honorar, Materialkosten) und vor allem der Anzahl der Teilnehmer/-innen im Kurs. Neben der Kursgebühr ist in der Regel die TN-Zahl genannt, auf die sich die Gebühr bezieht. Die Kursgebühr kann in Einzelfällen von der Normalgebühr abweichen (z. B. Sondergebühr). Bei EDV-Kursen enthält sie 1,00 € pro UE für die PC-Nutzung, bei Gesundheitskursen kann eine Pauschalgebühr zur Anschaffung von Lehrmaterial in Höhe von 1,00 € pro Kurs in der Gebühr enthalten sein.

Die Normalgebühr beträgt:

ab 10 Teilnehmer/innen	ab 10 TN	2,60 €/U.Std.
8 – 9 Teilnehmer/innen	bei 8-9 TN	3,00 €/U.Std.
6 – 7 Teilnehmer/innen	bei 6-7 TN	3,90 €/U.Std.
Kleingruppengebühr	bei 4-5 TN	5,70 €/U.Std.

Nehmen weniger Personen als geplant teil (s. Hinweis TN-Anzahl hinter der Kursgebühr), erhöht sich die Gebühr entsprechend, nehmen mehr Personen teil, verringert sich die Gebühr. Die tatsächlich zu entrichtende Gebühr wird möglichst in der ersten Kursstunde durch den/die Kursleitende/n mit Ihnen abgestimmt, spätestens am 3. Veranstaltungstermin wird sie verbindlich festgelegt. Es gilt die Gebührenordnung der Volkshochschule Wetzlar in der Fassung vom 20.6.2017.

Bitte beachten Sie, dass im Deutschbereich andere Gebührensätze gelten (s. Seite 43).

Ermäßigungen

Die Volkshochschule gewährt Schüler/innen, Auszubildenden, Student/innen und Arbeitslosen nach Vorlage eines Nachweises eine 20%ige Ermäßigung auf die Normalgebühr. Alle Kurse der „Jungen vhs“ werden zu einer ermäßigten Gebühr angeboten. Die Ermäßigung von 20% ist in der ausgewiesenen Kursgebühr bereits enthalten.

Inhaber/innen der Ehrenamts-Card und der Juleica-Card erhalten einmal im Jahr eine 50%-Ermäßigung auf einen Kurs. WetzlarCard-Inhaber/innen erhalten 50 % Ermäßigung auf den gebuchten Kurs.

In sozial und ökonomisch begründeten Fällen kann die Volkshochschule auf schriftlichen/persönlichen Antrag (mit Nachweisen) Ermäßigung oder Erlass gewähren.

Die Ermäßigungen gelten nicht für Material-, Lebensmittel- und Lernmittelkosten.

Gebühreuzahlung

Die Gebühren werden bei Vorliegen eines SEPA-Lastschriftmandats von Ihrem Konto abgebucht. Überweisungen tätigen Sie bitte auf unser Gebührenkonto bei der Sparkasse Wetzlar: IBAN DE85515500350010027431, BIC HELADEF1WET. Eine Gebührenanforderung erhalten Sie **nicht**, bitte überweisen Sie selbst! Die Kosten für fehlgeschlagene Abbuchungen sind von dem/der Gebührenschuldner/in zu tragen.

Sofern nach Fälligkeitstermin (3 Wochen nach Kursbeginn) kein Geldeingang verbucht wurde, senden wir Ihnen eine Zahlungserinnerung. Dadurch entstehen Ihnen zusätzliche Kosten in Höhe von 2,50 Euro.

Bareinzahlungen auf dieses Gebührenkonto sind bei jeder Bank oder Sparkasse möglich. Bareinzahlungen in der Geschäftsstelle der Volkshochschule sind nicht möglich.

Die Kursgebühren bei länger dauernden Kursen werden spätestens drei Wochen nach Kursbeginn fällig, bei Tages-, Wochen- und Wochenendkursen unmittelbar nach Kursende. Für Prüfungen gelten andere Zahlungsbedingungen.

Mahngebühren

Die Volkshochschule erhebt aufgrund gesetzlicher Vorgaben seit dem 1. 9. 2007 Mahngebühren. Sie entstehen, wenn eine Woche nach Ablauf des Fälligkeitsdatums (siehe bei Gebührenzahlung, S. 4) die Zahlung der Kursgebühr schriftlich angemahnt werden muss. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Gutschrift/Rückerstattung

Wird ein Kurs von der Veranstalterin abgesagt, entsteht keine Gebührenpflicht. Bei unregelmäßiger Teilnahme oder Anmeldung ohne Teilnahme ist eine Gebührenrückerstattung nicht möglich. Bei längerer Krankheit oder in anderen Härtefällen kann nach Vorlage einer entsprechenden Bescheinigung eine anteilige Gebührenberechnung oder eine Gutschrift erfolgen.

Haftung

Die Volkshochschule übernimmt keinerlei Haftung bei Diebstahl, Sachschaden oder verlorengegangenen Gegenständen. Bei Unfall haftet die Volkshochschule nur, soweit sie ein Verschulden trifft.

Benutzung der Unterrichtsgebäude

Bitte behandeln Sie Räume und Einrichtungen schonend. Das Rauchen ist in den Unterrichtsgebäuden nicht gestattet. Das Mitbringen von Tieren ist nicht erlaubt.

Datenschutz

Die Erhebung und Speicherung personenbezogener Daten erfolgt lediglich im Rahmen der Anmeldung. Die freiwilligen Angaben zu Alter und Geschlecht dienen ausschließlich statistischen Zwecken. Der Datenschutz gem. Bundesdatenschutzgesetz und Europäischer Datenschutzgrundverordnung wird beachtet. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht. Die personenbezogenen Daten werden gemäß der gesetzlichen Aufbewahrungsfristen gespeichert und nach den gesetzlichen Vorgaben gelöscht. Teilnehmende können schriftlich beantragen, dass ihre personenbezogenen Daten nach Ende ihres Kurses gelöscht werden.



Semesterschwerpunkt: Fernweh

Fernweh ist der Gegensatz zu Heimweh. Gerade in der Pandemie sind uns viele liebgewordene Tätigkeiten unterbunden worden. Aus dem täglichen Gang ins Büro mussten viele von uns pandemiebedingt aus dem Homeoffice arbeiten. Aus dem Schulbesuch wurde „Homeschooling“. Aus dem Besuch unserer vhs-Kurse wurden viele Kurse als Online-Kurse generiert, die von zuhause aus besucht werden konnten. Corona führte dazu, dass wir uns voneinander distanzieren mussten und die gemeinsamen Aktivitäten fehlten. Fernweh verbinden wir mit der Sehnsucht, zurückzukehren in die Zeit vor der Pandemie, die mittlerweile sehr fern ist. Weiterhin ist Fernweh aber auch mit der Sehnsucht nach Normalität verbunden, u.a. auch damit, wieder zu verreisen, neue vhs-Kurse zu belegen oder einfach wieder gemeinsam etwas zu unternehmen. Fernweh beschreibt unsere Sehnsucht, aktuelle Verhältnisse zu verlassen und sich die Welt (neu) zu erschließen. Wir freuen uns sehr darauf, Sie bald wieder in unserer Volkshochschule begrüßen zu dürfen.

Fernweh
vhs

Bildungs- Urlaub



© vhs Wetzlar

Hinweis: Die nachfolgend aufgeführten Veranstaltungen sind bereits als Bildungsurlaubsveranstaltung anerkannt bzw. im Anerkennungsverfahren. Abmeldungen können nur vor dem Anmeldeschluss und nur schriftlich bei der Geschäftsstelle erfolgen (s. Geschäftsbedingungen).

Bei allen Bildungsurlauben ist eine Anmeldung nach dem Anmeldeschluss nach Rücksprache mit der VHS möglich.

P3103 Bildungsurlaub

Bildungsurlaub: Tai Chi, Qi Gong und GFK (Gewaltfreie Kommunikation) – Bewusst und effektiv handeln gegen Stress und Burnout

Mit Tai Chi, Qi Gong und GFK können Sie schädlichem Stress auf mehreren Ebenen regulierend begegnen. Die wohltuenden Übungen des Tai Chi und Qi Gong bringen den Körper zurück ins Gleichgewicht und stellen die Balance zwischen Aktivität („Yang“) und Ruhe („Yin“) wieder her. Die GFK stellt Werkzeuge zur Verfügung, die zur Klärung des eigenen Standpunktes und einer wertschätzenden, ehrlichen Kommunikation führen. Unnötige Formen von Stress, wie z. B. Konflikte und Missverständnisse in Beruf und Alltag können dadurch besser bewältigt oder sogar ganz vermieden werden. Das klarere Verständnis der eigenen und fremden Bedürfnisse ermöglicht so ein fruchtbares Miteinander im Alltag und Beruf. Während Tai Chi und Qi Gong auf der körperlichen, non-verbalen Ebene wirken, bietet die GFK Möglichkeiten, sich selbst und anderen auch in schwierigen Kommunikationssituationen wohlwollend und bedürfnisorientiert zu begegnen. So können sich die Methoden gegenseitig bereichern und Sie werden sich nach dem Kurs hoffentlich entspannt fühlen und mit praxisrelevantem Wissen über gelingende Kommunikation versorgt sein.

Markus Maria Wagner, Almut Busch

40 U.Std. (5 Termine), € 238,00

(bei 6 TN, inkl. 10,00 € für Sachkosten)

Montag bis Freitag 9.00 – 16.00 Uhr (60 Min. Pause),

23. bis 27. August

Anmeldeschluss 5. Juli

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 1

P3104 Bildungsurlaub

Bildungsurlaub: Gesund und leistungsstark im beruflichen Alltag mit Qi Gong – Der Einfluss der Arbeitswelt auf die Gesundheit

Das Berufsleben stellt nicht selten große Anforderungen an uns. Flexibilität, Leistungsdruck und Stress gehören heute zum beruflichen

Alltag. Darunter leidet jedoch oftmals die körperliche, geistige und seelische Gesundheit. Qi Gong bietet dem Menschen eine Vielzahl an Techniken, um diese zu erhalten oder wiederherzustellen. Die Grundlage bildet hier u. a. das Verständnis von Yin und Yang, Spannung und Entspannung. An fünf Tagen lernen Sie Übungen kennen, die Körper, Geist und Seele miteinander in Einklang bringen. Dazu gehören auch Kenntnisse darüber, wie die drei Komponenten zusammenwirken und einander beeinflussen. Körperübungen, Atemgymnastik und die geistig-emotionale Haltung bilden die Schwerpunkte, ebenso das Thema Ernährung. Durch Qi Gong bleiben Sie gesund und leistungsstark.

Emanuel Leyer

40 U.Std. (5 Termine), € 242,00 (einschl. 10,00 € für Sachkosten)

Montag bis Freitag 9.00 – 15.45 Uhr (45 Min. Pause),

23. bis 27. August

Anmeldeschluss 5. Juli

VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Yoga



© vhs Wetzlar

Gruppenarbeit Bildungsurlaub Kommunikation

P4369 Bildungsurlaub

Bildungsurlaub: Intensivwoche Business English B1 Sprache und gesellschaftliche Kompetenz

Brexit, Trump und Co. – die englischsprachige Welt steht Kopf. Frischen Sie Ihr Englisch auf und diskutieren Sie die aktuellen gesellschaftspolitischen Themen in den englischsprachigen Ländern! Dieser Bildungsurlaub bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Englischkenntnisse für den beruflichen Alltag im kleinen Kreis und im angenehmen

Lerntempo zu erweitern. Wir behandeln alle für den Berufsalltag relevanten Themen, wobei großer Wert auf das Sprechen gelegt wird. Ausgewählte landeskundliche Themen gehören natürlich auch dazu. Anmeldung nur nach vorheriger Einstufung und Beratung.

Suzanne Cameron-Keller

40 U.Std. (5 Termine), € 202,00 (inkl. 10,00 € für Sachkosten)

Montag bis Freitag 9.00 – 15.45 Uhr (45 Min. Pause),

18. bis 22. Oktober

Anmeldeschluss 30. August

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2
(Spätere Anmeldungen nach Rücksprache!)

P3002 Bildungsurlaub

Bildungsurlaub: „Fit und gesund durch den Arbeitsalltag“ – mit Bewegung und Entspannung zur besseren Work-Life-Balance – Die Bedeutung von Gesundheit im gesellschaftlichen Wandel (vom „Abstellgleis“ zum Lifestyle-Produkt).

Sie fühlen sich erschöpft und abgeschlagen, leiden unter Verspannungen im Nackenbereich und wollten eigentlich seit längerem mal wieder zum Sport? Nur wann die Zeit dafür finden? In diesem Bildungsurlaub werden wir in fünf Tagen auf die wichtigsten Säulen eines gesunden und achtsamen Lebensstils zur Förderung des Berufsalltags eingehen. Er verbindet die Themenbereiche Ernährung, Bewegung und Entspannung. Er soll Sie befähigen in stressigen Situationen einen „kühlen Kopf“ zu behalten und Mobilisation und Bewegung in Ihren Berufsalltag zu integrieren. Mit wenig Zeit zum größtmöglichen Erfolg. Sie erwarten ein vielfältiges Programm mit abwechslungsreicher Gruppenarbeit, Impulsvorträgen, Anwenden des Erlernten sowie Übungen in der Natur mit vielen kleinen Hilfestellungen für das Berufsleben. Bitte bringen Sie eine Decke, dicke Socken, festes Schuhwerk (für die ein oder andere Wanderung durch die umliegende Natur), bequeme Kleidung für einen aktiven Seminartag mit.

Anne Rosenkranz-Bach

40 U.Std. (5 Termine), € 154,00 (inkl. 10,00 € für Sachkosten)

Montag bis Freitag 9.00 – 16.00 Uhr (60 Min. Pause), 18. – 22. Oktober

Anmeldeschluss 30. August

VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Yoga

P1700 Bildungsurlaub

Bildungsurlaub: Schlagfertig: Selbstbewusste Kommunikation und freierer Umgang mit Konflikten in Beruf und Alltag

Zufriedenheit und Erfolg hängen auch davon ab, wie „selbstbewusst“ ein Mensch ist. Die eigenen Stärken und Fähigkeiten zu kennen – ebenso wie die persönlichen Grenzen, Unsicherheiten und Wünsche – macht erfolgreiche Kommunikation viel leichter. Dieser Bildungsurlaub ermutigt Sie, Stärken zu zeigen und offen und lebendig an Konflikte heranzugehen. Es geht dabei sowohl um Konflikte mit sich selbst als auch mit anderen, z. B. im Team. Neben der Theorie wird es auch Zeit und Raum geben, um sich auszuprobieren: Mit Rollenspielen, Atem- und Stimmübungen, Übungen zur Körpersprache und -wahrnehmung sowie Gesprächsübungen.

Michael Gottaut

40 U.Std. (5 Termine), € 238,00 (einschl. 10,00 € für Sachkosten)

Montag bis Freitag 9.00 – 16.00 Uhr (60 Min. Pause),

25. bis 29. Oktober 2021

Anmeldeschluss 6. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.08

P1701 Bildungsurlaub

Bildungsurlaub: Schlagfertig: Selbstbewusste Kommunikation und freierer Umgang mit Konflikten in Beruf und Alltag – Teil II

Fortsetzung für Teilnehmer/innen, die bereits den BU L1700 oder einen Bildungsurlaub in den Vorjahren besucht haben.

Michael Gottaut

40 U.Std. (5 Termine), € 238,00 (einschl. 10,00 € für Sachkosten)

Montag bis Freitag 9.00 – 16.00 Uhr (60 Min. Pause),

8. bis 12. November 2021

Anmeldeschluss 20. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.08

P2200 Bildungsurlaub

Bildungsurlaub: Visual Thinking

Zielgruppe: Alle, die anschaulich präsentieren und visualisieren wollen.

Durch das Aufzeichnen machen wir Ideen, Gedanken, Zusammenhänge und komplexe Themen für uns und für andere sichtbar. Sie brauchen dazu kein Zeichentalent. Sie lernen anhand von einem visuellen Alphabet Inhalte einfach, ähnlich wie im Comic, wiederzugeben. Eine prima Methode, die Spaß macht und mit Bildern arbeitet. Anhand von visuellen Vokabeln (Grafikelementen) bekommen Sie ein Handwerkszeug, mit dem Sie z. B. am Flipchart Ihre Ideen, Gesprächsverläufe z. B. bei Projektmeetings, Prozessbegleitungen, Mediationen, schnell und strukturiert umsetzen können. So lernen Sie genauer zuzuhören, Zusammenhänge zu erfassen und Ihre einzelnen Ergebnisse auf den Punkt zu bringen. Mitzubringendes Material: Block A4 unliniert, Kugelschreiber, Bleistift, schwarzer Fineliner.

Anja Petry

40 U.Std. (5 Termine), € 238,00 (inkl. 10,00 € für Sachkosten)

Montag bis Freitag 9.00 – 16.30 Uhr (90 Min. Pause),

8. bis 12. November

Anmeldeschluss 20. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

P5711 Bildungsurlaub

Bildungsurlaub: Die eigene Website mit passendem Online-Shop – Kein Problem mit WordPress

WordPress ist das beliebteste Content Management System der Welt – und das aus gutem Grund: Es ist vielseitig, zuverlässig und trotzdem leicht zu bedienen. In diesem Bildungsurlaub erarbeiten Sie sich WordPress von Grund auf systematisch und effektiv. Sie lernen dabei selbst eine professionelle Website zu erstellen, diese um einen Shop zu erweitern und beides zu verwalten. Kursinhalte: Eigenschaften und Einsatzbereiche von WordPress, Hilfsmittel zur Arbeit mit WordPress, Installation und Einstellungen, eigene Seiten und Artikel erstellen, Texte formatieren und Bilder einfügen, individuelle Menüs erstellen, Design und Layout (Vorlagen/Themes), Widgets hinzufügen und anpassen, mit Plugins weitere Funktionen hinzufügen, ein eigener Online-Shop mit WooCommerce, WordPress richtig absichern gegen Spam und Hacker. Teilnahmevoraussetzungen: Grundkenntnisse in Windows und Internet-Browsern. Bitte bringen Sie, falls vorhanden, Zugangsdaten zu eigenem Server/Webspace mit.

Sandro Coletta

40 U.Std. (5 Termine), € 242,00 (einschl. 10,00 € für Sachkosten)

Montag bis Freitag 8.30 – 15.30 Uhr (60 Min. Pause)

22. – 26. November, Anmeldeschluss 4. Oktober

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06

(Spätere Anmeldung nach Rücksprache!)



P1705 Bildungsurlaub**Gewaltfreie Kommunikation im Beruf**

In vier Schritten zu mehr Klarheit, Verständnis und Möglichkeiten. Viele Konflikte und Unzufriedenheit entstehen dadurch, dass wir denken, keine Wahl zu haben und deshalb Dinge tun, die uns keine Freude bereiten. Gerade im Beruf ist dies häufig der Fall und führt auf Dauer zu Frust und Resignation. Marshall Rosenberg lädt mit der Gewaltfreien Kommunikation dazu ein, zu einer fried- und freudvollen Haltung zu finden und unsere Lust am Beitragen zum eigenen Wohlergehen und dem Anderer wieder zu entfachen.

Dazu muss sich niemand verbiegen, denn in den vier Schritten der „GfK“ geht es darum, die eigenen Bedürfnisse zu erkennen und den Weg frei zu machen für Lösungen, die die Bedürfnisse aller einbeziehen.

In diesen drei Tagen werden Sie lernen, wie Sie mehr Verständnis schaffen durch Hören und Gehörtwerden, wie Sie mit oder „trotz“ Klarheit in Kontakt mit ihrem Gegenüber bleiben können und wie so gemeinsam Möglichkeiten geschaffen werden, die allen Beteiligten gut tun.

Abwechslungsreich und verbindend tauchen wir in die Haltung hinter der „GfK“ ein und lernen in Inputs, Einzel-, Paar- und Gruppenübungen sowie Körperübungen und Meditationen die vier Schritte und ihre vielen Möglichkeiten kennen. Dabei arbeiten wir mit konkreten Erfahrungen und Beispielen aus dem Berufsalltag.

Almut Busch

25 U.Std. (3 Termine), € 148,00 (einschl. 6,00 € für Sachkosten)

Montag bis Mittwoch 9.15 – 16.30 Uhr (60 Min. Pause),

13. bis 15. Dezember

Anmeldeschluss 25. Oktober

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2

P5700 Bildungsurlaub**„(Über-)Leben in einer digitalen Welt: Einführung in die Digitale Kompetenz als Bildungsurlaub“**

NEU

„Digitalisierung“ ist in aller Munde, doch was ist damit überhaupt gemeint? Die zunehmende internationale Vernetzung zwischen Mensch und Maschine ist in der Arbeitswelt (Arbeit 4.0) längst angekommen und verändert die Anforderungen an die Menschen in einem bisher nicht gekannten Ausmaß: Viele Berufe werden sich in den nächsten Jahren grundlegend verändern oder wegfallen und durch neue ersetzt werden. Über welche Kompetenzen müssen wir verfügen, um den sich stetig ändernden Anforderungen zu genügen? Wohin entwickelt sich unsere Gesellschaft durch die digitale Transformation?

Nicht nur das Berufsleben ist von dieser Entwicklung betroffen, die Digitalisierung hat schon seit längerem Einzug in unseren Alltag gehalten: Google, Apple, Facebook, Smartphone und Tablet haben sich in unserem Leben nahezu unentbehrlich gemacht und wissen bald mehr über uns als wir selbst. Jung oder Alt, alle leben wir in einer zunehmend digitalen Welt: Zahnersatz und Kniegelenke kommen aus dem 3D-Drucker, Röntgenbilder werden durch Algorithmen ausgewertet, Alexa und Siri setzen unsere Sprachanweisungen nicht nur um, sondern geben Sie auch weiter.

Spätestens wenn die Bankfiliale um die Ecke schließt und online-banking notwendig wird oder wenn der Hausarzt auf dem Land seine Praxis aufgibt und eine Videokonferenz zur ersten Diagnose mit einem Arzt geführt werden muss, werden auch diejenigen, die nicht mehr im Arbeitsleben stehen, merken, dass wir alle in einer digitalen Gesellschaft leben und dort zurechtkommen müssen.

Grundlegende (Über-)Lebenskompetenzen für unsere sich wandelnde Gesellschaft soll dieser Wochenkurs vermitteln, Chancen aufzeigen und auf Gefahren aufmerksam machen.

Inhalt: Digitale Kompetenzen gehören immer mehr zur Teilhabe am beruflichen wie gesellschaftlichen Leben.

Dieser Wochenkurs vermittelt einen Einstieg in die „Digitale Transformation“ und orientiert sich dabei an der europäischen Rahmenrichtlinie „DigComp“ sowie an den Beschlüssen der Kultusministerkonferenz (KMK).

Folgende Themenbereiche werden behandelt:

- Digitalisierung verstehen (mobile Endgeräte, WLAN, Bluetooth, Mobilfunk, Apps und ihre Neugier ...)
- Was bedeutet der digitale Wandel für mich? (Smart Home, Arbeit 4.0, Künstliche Intelligenz, Big Data, Internet der Dinge ...)

- digitaler Alltag (QR-Codes, Sprachassistenten, Suchmaschinen, Google Maps, Datentransfer, Online-Meetings, Online-Zahlverfahren, Online-Shopping ...)

- Social Network (sicherer Umgang mit Facebook, WhatsApp und Co., Schutzmaßnahmen, Netiquette vs. Hate Speech, Fake News ...)

- Sicherheit im Netz (Passwörter, Virenschutz, Cookies, Pishing, anonymes Surfen ...)

Karl-Horst Hausmann

40 U.Std. (5 Termine), € 238,00 (einschl. 10,00 € für Sachkosten)

Montag bis Freitag 9.00 – 16.00 Uhr (60 Min. Pause),

10. bis 14. Januar

Anmeldeschluss 22. November

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.04

P4339 Bildungsurlaub**Bildungsurlaub: Englisch A2 für Beruf und Alltag Sprache und gesellschaftliche Kompetenz**

Wollten Sie schon immer Ihre Englischkenntnisse verbessern und hatten nie Zeit dafür? Dieser Bildungsurlaub bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Englischkenntnisse für Beruf und Alltag im kleinen Kreis, stressfrei und im angenehmen Lerntempo zu festigen und zu erweitern. Wir bearbeiten sowohl Alltagsthemen als auch Themen aus dem Berufsleben. Ausgewählte landeskundliche Aspekte aus dem politischen, sozialen und kulturellen Leben der englischsprachigen Länder gehören natürlich auch dazu. Großer Wert wird auf das Sprechen gelegt! Anmeldung nur nach vorheriger Einstufung und Beratung.

Suzanne Cameron-Keller

40 U.Std. (5 Termine), € 202,00 (einschl. 10,00 € für Sachkosten)

Montag bis Freitag 9.00 – 15.45 Uhr (45 Min. Pause), 24. – 28. Januar

Anmeldeschluss 6. Dezember

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2



vhs cloud

Lernraum der Zukunft
zum Mitgestalten

vielseitig und modular

www.vhs.cloud

Jvhs

junge vhs

Kurse

9



© S. Hofschlaeger/pixelio

P6210 am Wochenende

wieder da!

Junge Nähwerkstatt (in den Herbstferien)

Wir nähen an diesem Wochenende mit nähbegeisterten Kids Taschen, Handtaschen oder Dekoratives.

Mitzubringen sind: Nähzubehör wie Garn, Nadeln und Schere, falls vorhanden, die eigene Nähmaschine. Nach Absprache können Stoffe im Kurs erworben werden (ca. 20,00 Euro nach Verbrauch).

Elke Bill

12 U.Std. (2 Termine), € 55,00 (bei 4 – 5 TN)*

Samstag 10.00 – 14.30 Uhr, 16. Oktober

Sonntag 10.00 – 14.30 Uhr, 17. Oktober

Anmeldeschluss 8. Oktober

VHS Spilburg, Geb. A23, Spilburgstraße 5, Raum 2

Nina Ergheledji

Ich heiße Nina Ergheledji, wurde 1973 in Moldawien geboren und war von Kindesbeinen an, dem Vorbild meines Vaters folgend, sehr an den Ausdrucksmöglichkeiten darstellender Kunst interessiert. Ich studierte Kunstpädagogik mit Schwerpunkt „Kreative Malerei“. Bis zu meinem Umzug nach Deutschland war ich mehrere Jahre lang als Lehrkraft in einer angesehenen Kunstschule tätig. Auch in Deutschland habe ich bereits Gruppenangebote für kunstbegeisterte Kinder und Erwachsene begleitet. „Schönheit liegt im Auge des Betrachters!“ - In diesem Sinne sehe ich das Ziel meines pädagogischen Ansatzes primär in der Förderung kreativer Sensibilität. Über eine Teilnahme an meinen Kursangeboten würde ich mich sehr freuen.



lung der Aquarell-Maltechnik gelegt. Die jungen Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten professionelle Unterstützung beim Malen und können sich so schon nach kurzer Zeit über schöne künstlerische Ergebnisse freuen.

In diesem Aquarellkurs lernen junge Kreative alle Grundlagen des Aquarellierens und Wichtiges über Materialien kennen. Die Teilnehmer/innen lernen verschiedene Aquarelltechniken kennen, wie Nass-in-nass, Lasieren, Landschaft und Porträt malen. Ein handwerkliches Fundament ist immer Grundlage eines Themas, z.B. Farbenlehre, Perspektive, Duktustechiken usw. So ganz „nebenbei“ wird ein umfangreiches Wissen über Kunst- und Kulturgeschichte vermittelt. Darüber hinaus werden die Wahrnehmung, die künstlerischen Fähigkeit, ein kreativer Umgang mit Materialien und ein differenziertes Sehen beigebracht. Die Materialien werden gestellt (Materialkosten von ca. 20,00 € können anfallen und werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet). Bitte Malkleidung mitbringen.

Nina Ergheledji

21 U.Std. (8 Termine), € 98,00 (bei 4 – 5 TN)*

freitags 15.00 – 17.00 Uhr, Beginn 29. Oktober

Anmeldeschluss 22. Oktober

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4

P6225 am Wochenende

Acrylic Pouring für Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren (in den Herbstferien)

Acrylic Pouring („Acryl Gießen“) ist eine experimentelle Maltechnik mit flüssigen Acrylfarben. Dabei entstehen wunderschöne, abstrakte Bilder. Vorerfahrung im Zeichnen oder Malen sind dafür nicht notwendig. Es gibt zudem eine große Zahl an verschiedenen Techniken, um verschiedene Muster und Zellen zu erhalten. Am Ende entstehen einzigartige Kunstwerke.

Bitte bringt Eure eigenen Leinwände in verschiedenen Größen und Malkleidung mit.

Die Kursleiterin bringt bereits sehr viele verschiedene Farben fertig gemischt mit. Die Bilder müssen zum Trocknen liegen bleiben und können eine Woche später abgeholt werden.

Für die Farben, Pouringmedium und Silikon errechnet sich ein Selbstkostenbetrag von € 3,50 pro Becher. Für eine Leinwand von ca. 30 x 30 ist diese Menge ausreichend. Diese Kosten werden vor Ort abgerechnet.

Andrea Klepp

5 U.Std. (1 Termin), € 30,50 (bei 4 – 5 TN, inkl. 4,50 € für Verbrauchsmaterial)*

Freitag 14.00 – 18.00 Uhr, 15. Oktober

Anmeldeschluss 8. Oktober

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4

P6220

Aquarell-Malkurs für Kinder und Jugendliche von 9 bis 15 Jahren

In diesem Kurs können Kinder und Jugendliche in die faszinierende Welt der Aquarellmalerei eintauchen. Im Mittelpunkt steht der Spaß am Kreativsein. Es wird großen Wert auf eine kindgerechte Vermitt-

Hinweis: Bitte beachten Sie die Kurse im Fachbereich Kultur und Kreativität:

P2224- P2225

**Mit Farbe und Form experimentieren:
Erwachsene/r-Kind-Kurs**

wieder da!

Hinweis: Bitte beachten Sie den Kurs im Fachbereich Gesundheit:

P3816

**Zumbini® – Spielen, Singen und Bewegen
für die ganz Kleinen**

P6401 vormittags

**Fit für die Oberstufe – Grammar and Speaking
(in den Sommerferien)**

Du kommst in die Oberstufe? Neue Schule, neue Lehrer, neue Klassenkameraden! Da fühlst du dich gleich besser, wenn die Englischleistung stimmt. In diesem Kurs werden grammatische Strukturen aus der Mittelstufe, die im Oberstufenunterricht vorausgesetzt werden, wiederholt und geübt. Einen weiteren Kursschwerpunkt bildet das freie Sprechen bzw. die Verbesserung der mündlichen Ausdrucksfähigkeit.

Stacey Votendahl-Barth

20 U.Std. (5 Termine), € 92,00 (bei 6 – 7 TN)*
Montag bis Freitag 9.30 – 12.50 Uhr, 16. bis 20. August
Anmeldeschluss 10. August
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

P6402 vormittags

**Fit für die 10. Klasse – Grammar and Speaking
(in den Sommerferien)**

Wie wäre es mit ein bisschen Wiederholung in lockerer und entspannter Atmosphäre, damit du gut vorbereitet in das zehnte Schuljahr starten kannst? In Kleingruppen wiederholen und vertiefen wir sowohl den Wortschatz als auch die Grammatik aus der neunten Klasse und üben das freie Sprechen.

Ute Sewerin

20 U.Std. (5 Termine), € 70,00 (bei 6 – 7 TN)*
Montag bis Freitag 9.30 – 12.50 Uhr, 16. bis 20. August
Anmeldeschluss 10. August
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 4

P6403 vormittags

**Fit für die 9. Klasse – Grammar and Speaking
(in den Sommerferien)**

Wie wäre es mit ein bisschen Wiederholung in lockerer und entspannter Atmosphäre, damit du gut vorbereitet in das neunte Schuljahr starten kannst? In Kleingruppen wiederholen und vertiefen wir sowohl den Wortschatz als auch die Grammatik aus der achten Klasse und üben das freie Sprechen.

Domingo James

20 U.Std. (5 Termine), € 70,00 (bei 6 – 7 TN)*
Montag bis Freitag 9.30 – 12.50 Uhr, 16. bis 20. August
Anmeldeschluss 10. August
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 2

P6404 vormittags

**Englisch für die Klassen 6 und 7
(in den Sommerferien)**

In diesem Kurs wiederholst und übst du in kleinen Gruppen ausgewählte grammatische Strukturen und Wortschatz aus der sechsten und siebten Klasse.

Antonia Maria Weisenburger

20 U.Std. (5 Termine), € 70,00 (bei 6 – 7 TN)*
Montag bis Freitag 9.30 – 12.50 Uhr, 16. bis 20. August
Anmeldeschluss 10. August
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 5

P6405

**Keep fit in Grammar: Present and Future Tenses
(in den Sommerferien)**

In this class we will revise the simple present, the present progressive, will-Future and going-to-future. The tenses will be explained and lots of exercises used to practise them, so that you can understand and use what you have learned.

Antonia Maria Weisenburger

4 U.Std. (2 Termine), € 18,00 (bei 4 – 5 TN)*
Montag 13.30 – 15.00 Uhr, 23. August
Mittwoch 13.30 – 15.00 Uhr, 25. August
Anmeldeschluss 17. August
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

P6406

**Keep fit in Grammar: Past Tenses
(in den Sommerferien)**

This class will focus on past simple and progressive and present perfect and progressive. The tenses will be explained and lots of exercises will help you finally understand the differences.

Stacey Votendahl-Barth

4 U.Std. (2 Termine), € 18,00 (bei 4 – 5 TN)*
Montag 15.30 – 17.00 Uhr, 23. August
Mittwoch 15.30 – 17.00 Uhr, 25. August
Anmeldeschluss 17. August
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05



© Tim Reckmann_pixelio

P6407

**Keep fit in Grammar: If Clauses and Adjectives
versus Adverbs (in den Sommerferien)**

If you want to revise the if clauses and have difficulty with adjectives and adverbs, join this class!

Antonia Maria Weisenburger

6 U.Std. (2 Termine), € 28,00 (bei 4 – 5 TN)*
Dienstag 13.30 – 16.00 Uhr, 24. August
Donnerstag 13.30 – 16.00 Uhr, 26. August
Anmeldeschluss 17. August
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

Hinweis:

Die Kurse P6401 bis P6407 werden auch in der zweiten Herbstferienwoche vom 19. – 22. Oktober angeboten.

P6408

**Englisch für die Klassen 6 und 7
(unterrichtsbegleitend)**

Leistungsprobleme in der Schule müssen nicht gleichzeitig mit dem Schuljahr starten. In diesem Präsenzkurs kannst du in einer kleinen Gruppe, ganz ohne Druck und in deinem eigenen Lerntempo deine Lernlücken schließen oder den schulischen Lernstoff üben und festigen.

Antonia Maria Weisenburger

24 U.Std. (12 Termine), € 110,00 (bei 6 – 7 TN)*
dienstags 15.00 – 16.30 Uhr, Beginn 14. September
Anmeldeschluss 7. September
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

P6409

**Englisch für die Klassen 8 und 9
(unterrichtsbegleitend)**

(wie Kurs P6408)

Ute Sewerin

24 U.Std. (12 Termine), € 110,00 (bei 6 – 7 TN)*
mittwochs 15.00 – 16.30 Uhr, Beginn 15. September
Anmeldeschluss 8. September
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.04

Hinweis:

Bei Bedarf können weitere unterrichtsbegleitende Kurse organisiert werden.

P6460

Russisch für Kinder von 8 bis 11 Jahre

Für Kinder, die Russisch als Herkunftssprache mündlich beherrschen.

In diesem Kurs werden wir die russische Sprache in Schrift erlernen bzw. die vorhandenen Russischkenntnisse vertiefen. Dabei helfen uns altersgerechte Texte, Übungen und Lernmethoden.

Dr. Ksenia Vorobyeva

20 U.Std. (10 Termine), € 70,00 (bei 6 – 7 TN)*
montags 15.00 – 16.30 Uhr, Beginn 13. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 6

P6465

Russisch für Jugendliche von 12 bis 18 Jahre

(wie Kurs P6460)

Dr. Ksenia Vorobyeva

20 U.Std. (10 Termine), € 70,00 (bei 6 – 7 TN)*
montags 16.45 – 18.15 Uhr, Beginn 13. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 6

P6501 vormittags

**Mathematik – Vorbereitung auf die Abiturprüfung I
(in den Weihnachtsferien)**

Falls du dich in der Abschlussklasse (13. Klasse) befindest, dich noch unsicher fühlst und noch nicht weißt, wie du dich auf die Abitur-Matheprüfung vorbereiten sollst, dann bist du der/die ideale Teilnehmer/in dieses Kurses. Der Stoff der Oberstufe wie Lineare Algebra, Analytische Geometrie und Analysis (ohne Stochastik) wird behandelt. Wir tun dies gezielt in einer kleinen Gruppe von Mitstreitern/innen in angenehmer Lernatmosphäre.

Dr. Helmut Waldrich

16 U.Std. (4 Termine), € 74,00 (bei 6 – 7 TN)*
Dienstag bis Freitag 9.30 – 12.50 Uhr, 4. bis 7. Januar
Anmeldeschluss 17. Dezember
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06



Wetzlar-Card-Besitzer/innen erhalten 50% Ermäßigung auf die Kerngebühr. Sprechen Sie uns an! 06441 99 4301 /-02

P6502 am Wochenende

Mathematik – Vorbereitung auf die Abiturprüfung II

In diesem Kurs beschäftigen wir uns nur mit Stochastik. In einer kleinen Gruppe und im gewünschten Lerntempo wiederholen und üben wir folgende Themen:

1. Zufallsexperimente und Ereignisse
2. Wahrscheinlichkeiten: relative und absolute Häufigkeit, Laplace-Experiment, Additionssatz und Vierfeldertafel, Baumdiagramme und Pfadregel, Abhängigkeit und Unabhängigkeit, bedingte Wahrscheinlichkeit
3. Kombinatorik
4. Wahrscheinlichkeitsverteilung, Binomialverteilung und Normalverteilung

Victoria Eckhardt

8 U.Std. (2 Termine), € 37,00 (bei 4 – 5 TN)*
samstags 9.30 – 12.50 Uhr, 22. und 29. Januar
Anmeldeschluss 14. Januar
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

P6506

Flinke Finger – Tastschreiben für Schüler/innen ab 10 Jahren (in den Herbstferien)

Kein lästiges Suchen mehr nach den Buchstaben? Zügig E-Mails verfassen und flott im Chat mithalten? Es ist von großem Vorteil, die Tastatur am PC/Laptop blind nutzen zu können, um schnell, sicher und fehlerarm zu schreiben. Dies spart viel Zeit, entlastet die Augen und die Rückenmuskulatur. Farben und Bilder machen das Lernen abwechslungsreich und helfen, sich zu merken, wo die Buchstaben auf der Tastatur liegen! Sicherheit und Schnelligkeit gewinnst du mit der Zeit fast wie von allein. Bitte zum Unterricht Filz- bzw. Buntstifte in den Farben rot, gelb, grün und blau mitbringen sowie ein Geschirrtuch zum Abdecken der Tastatur.

Dagmar Beyer

12 U.Std. (4 Termine), € 82,00 (bei 4 – 5 TN*, einschl. 12,50 € Lernmittelgebühr)
Montag bis Donnerstag 10.00 – 12.15 Uhr
11. Oktober – 14. Oktober
Anmeldeschluss 4. Oktober
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06

P6507

Flinke Finger II – Tastschreiben für Schüler/innen ab 10 Jahren (in den Herbstferien)

Nachdem der Grundstein zum „Blinden Tastschreiben“ – an der PC-Tastatur – erfolgreich erarbeitet wurde, können die erworbenen Kenntnisse vertieft werden. Wir erweitern Eure Tastschreibkenntnisse und vervollständigen diese – trainieren dabei die Schnelligkeit – im individuellen Tempo – und in einer Kleingruppe. Bitte zum Unterricht Filz- bzw. Buntstifte in den Farben rot, gelb, grün und blau mitbringen sowie ein Geschirrtuch zum Abdecken der Tastatur. Für Unterrichtsmaterial werden 7,00 Euro direkt mit der Kursleitung abgerechnet.

Dagmar Beyer

12 U.Std. (4 Termine), € 69,50 (bei 4 – 5 TN)*
Montag bis Donnerstag 10.00 – 12.15 Uhr
18. Oktober – 21. Oktober
Anmeldeschluss 11. Oktober
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06



Tastschreibkurs für Kinder



Politik, Gesellschaft, Umwelt

Politik und Geschichte	12
Biologie und Umwelt	14
Verbraucherfragen und Recht	17
Rhetorik und Soziale Kompetenz	18
Psychologie und Philosophie	19



© Gerd Altmann - Pixabay

1 Politik und Geschichte

P1200 Vortrag



Die großen Katastrophen der Vergangenheit und einige Lehren für die Zukunft

Katastrophen lassen sich nicht vorhersagen. Sie treten nicht in Zyklen auf. Und dennoch: Wenn das Unheil zuschlägt, sollten wir besser gerüstet sein als die Römer beim Ausbruch des Vesuv, die Menschen im Mittelalter bei der rasenden Verbreitung der Pest in ganz Europa oder die Russen bei der Reaktorkatastrophe von Tschernobyl.

Aber sind wir das? Haben wir nicht gerade in der Corona-Pandemie alles erlebt an imperialer Überheblichkeit, bürokratischer Erstarrung und tiefer Spaltung? In seinem Buch »Doom« schaut Niall Ferguson mit dem Blick des Historikers und Ökonomen auf die unterschiedlichsten Katastrophen in der Menschheitsgeschichte. Wir müssen unsere Lektionen aus diesen historischen Beispielen lernen, damit künftige Katastrophen uns nicht in den Untergang führen.

Die Veranstaltung findet online und in englischer Sprache statt! Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit vhs.wissen live.

Prof. Dr. Niall Ferguson

€ 5,00

Montag, 6. September, 18.30 Uhr

Anmeldeschluss 1. September

VHS ZOOM – virtueller Klassenraum

P1201



Entstehung von Nationalstaaten

Der Kurs wird sich mit der Entstehungsgeschichte der Nationalstaaten auseinandersetzen. Der Begriff sagt dabei erst einmal wenig über die konkrete innere Beschaffenheit eines Staates aus. Es wird also auch um das Verhältnis von Demokratie, Verfassung und Nationalstaatsidee gehen. Um das Spannungsfeld zwischen Mehrheit und Minderheit(en) sowie zwischen Zentrum und Peripherie. Wie auch um die Konsequenzen, welche der Siegeszug des Nationalstaatsmodells im 19. und 20. Jahrhundert nach sich zog. Dabei soll ein Bogen vom 18. Jahrhundert bis heute gespannt und abschließend über die Zukunftsfähigkeit des Nationalstaatskonzepts nachgedacht werden.

Tom Sprenger

18 U.Std. (9 Termine), € 54,00 (bei 8 – 9 TN)*

dienstags 18.20 – 19.50 Uhr, Beginn 14. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.04

Für die Teilnahme an den Online-Vorträgen von vhs.wissen live ist eine Gebühr in Höhe von € 5,00 zu entrichten.

Die Gebühr wird Ihnen als Guthaben für den Besuch eines weiteren Kurses bei der vhs Wetzlar anerkannt.

Weitere Informationen erhalten Sie unter Angabe der Kursnummer online unter www.vhs-wetzlar.de

P1202 Vortrag



IT- Sicherheit: Herausforderungen für Wissenschaft und Gesellschaft

Der technologische Wandel war und ist ein stetiger Begleiter des Menschen. Doch noch nie war der Wandel so rasant, so absolut und so durchdringend wie heute durch die Digitalisierung. Die zunehmende Bedeutung digitaler Dienste und Anwendungen wirft Fragen über deren Vertrauenswürdigkeit und Sicherheit auf. Gleichzeitig fordert der technische Fortschritt, z. B. in Form von Künstlicher Intelligenz oder Quantencomputern, etablierte Methoden der Cybersicherheit immer wieder aufs Neue heraus. Cyberangriffe werden somit immer mehr zur Herausforderung für Wirtschaft und Gesellschaft. Claudia Eckert weckt ein Bewusstsein für aktuelle Herausforderungen im Bereich der Cybersicherheit, für eine neue Sicherheitskultur, die es zu gestalten gilt. Jeder Einzelne kann hierzu einen Beitrag leisten.

Die Veranstaltung findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit vhs.wissen live und der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech).

Prof. Dr. Claudia Eckert

€ 5,00

Dienstag, 21. September, 19.30 Uhr

Anmeldeschluss 16. September

VHS ZOOM – virtueller Klassenraum



P1203



Theater im antiken Griechenland

Reisen zu den antiken Stätten in Griechenland, Italien oder der Türkei waren in letzter Zeit genauso wenig möglich, wie ein Theaterbesuch. So kann der Kurs etwas gegen Fernweh und Livesehnsucht beitragen. Es geht um Ursprünge, Entwicklungen, Themen und Inhalte der Stücke. Die verschiedenen Aspekte, wie Unterhaltung, Bildung, Religion und eine Art therapeutische Funktion kommen zur Sprache. Vorgestellt werden die Kostüme, Musik und Tanz, ebenso wie das lebendige Weiterleben bis heute. Mit historischen Quellen in Wort und Bild wird so ein gedanklicher Theaterbesuch in der Vergangenheit möglich.

Dr. Birgitta Meinhardt

8 U.Std. (4 Termine), € 46,00 (bei 4 – 5 TN)*
freitags 18.00 – 19.30 Uhr, Beginn 24. September
Stadtbibliothek, Bahnhofstraße 6



© jvanox - Pixabay

P1204



Ökonomie verstehen – eine Einführung in die wirtschaftlichen Zusammenhänge

Das gesellschaftliche Zusammenleben wird seit jeher massiv durch die unterschiedliche Ausstattung der Individuen mit wirtschaftlichen Gütern und durch den Handel der wirtschaftlichen Güter zwischen den Individuen geprägt. Sowohl Ausstattung als auch Handel unterliegen Regeln, ohne die ein solches System nicht funktionieren kann. Über die Zeit wurden diese Regeln z. T. radikal verändert und an die aktuellen technologischen, politischen und gesellschaftlichen Entwicklungsstufen angepasst. Zu Beginn diskutieren wir die wesentlichen Kennzahlen, Annahmen und Einflussfaktoren eines zentralen makroökonomischen Modells. Im zweiten Teil der Veranstaltung besprechen wir den Außenhandel, die Geldpolitik der vergangenen Jahrzehnte und zukünftigen Entwicklungen.

Die Veranstaltung findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Christian Winklmeier

10 U.Std. (5 Termine), € 60,00
mittwochs 17.00 – 18.30 Uhr, Beginn 29. September
Anmeldeschluss 22. September
VHS online

P1205



Deutschlands KanzlerInnen – Macht-Menschen

1949 bis 2021 – seit 72 Jahren wird die Bundesrepublik von sieben Bundeskanzlern und einer Bundeskanzlerin geprägt. Jahre mit vielen wegweisenden Entwicklungen und Entscheidungen: Adenauers Westbindung, Mr. Wirtschaftswunder Ludwig Erhard, Kiesingers Notstandsgesetze, Brandts Kniefall und Ostpolitik, Schmidt-Schnauze, Kohls Wiedervereinigung, Sozialreformen unter Gerhard Schröder und die ewige Krisenkanzlerin Angela Merkel. Verschiedene Persönlichkeiten mit unterschiedlichster Herkunft, unterschiedlichsten Programmen und stets einem Ziel: ihre Kraft für das Wohl des deutschen Volkes einzusetzen. Ist das gelungen? Welche Entscheidungen hatten am meisten Einfluss auf die weitere Entwicklung der Bundesrepublik? Wer war der Mensch hinter dem Amt?

Der Kurs findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Christian Winklmeier

10 U.Std. (5 Termine), € 60,00
mittwochs 19.00 – 20.30 Uhr, Beginn 29. September
Anmeldeschluss 22. September
VHS online

P1206 Vortrag



Die Erziehung des Geschmacks.

Eine unendliche Geschichte

Spätestens wenn man bemerkt, wie sehr die sozialen Medien sich zu Paradiesen oder Höllen des Geschmacks entwickelt haben, in denen täglich tausendfach „Followers“ ihre „Likes“ vergeben oder verweigern, zerstreut sich der Verdacht, die Geschichte des Geschmacks sei beendet oder ein Gegenstand bloß antiquarischen Interesses.

Tatsächlich folgen wir, wenn wir uns vom Gefallen oder Missfallen leiten lassen, einer schnellen, instinktiert funktionierenden Steuerung, die alle Operationen der Vernunft unterläuft. Den Sinnen nah, dem Verstand fern, ist der Geschmack ein Schwererziehbarer, um den sich nach den Philosophen des 18. und den Formerziehern des 19. Jahrhunderts zunehmend Marktinstanzen gekümmert haben, deren Wirken neuerdings von Algorithmen und KI unterstützt wird. Der Veranstaltung findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit vhs.wissen live.

Prof. Dr. Ulrich Raulf

€ 5,00
Donnerstag, 21. Oktober, 19.30 Uhr
Anmeldeschluss 18. Oktober
VHS ZOOM – virtueller Klassenraum

P1207



Reisen im Mittelalter

Die Menschen waren keineswegs an Haus und Hof gebunden und längst war bekannt, dass die Erde eine Kugel ist. Man war unterwegs, nur langsamer und mitunter auch gefährlicher. Wer reiste, wann, warum und wie? Wo gab es Übernachtungen und Verpflegung? Gab es im Laufe dieser Jahrhunderte Veränderungen, etwa in der Technologie? Welche Form der Reisen gibt es bis heute? So bietet der Kurs an Hand von historischen Dokumenten in Wort und Bild eine gedankliche Reise in die Vergangenheit an.

Dr. Birgitta Meinhardt

12 U.Std. (6 Termine), € 47,00 (bei 6 – 7 TN)*
freitags 18.00 – 19.30 Uhr, Beginn 29. Oktober
Stadtbibliothek, Bahnhofstraße 6

P1208 Vortrag



Die Erfindung der Nation – Warum wir sie fürchten und warum wir sie brauchen

Bei Intellektuellen steht der Begriff der Nation unter Generalverdacht. Doch wer sagt denn, dass Nation automatisch ethnische Homogenität und eine „Volksgemeinschaft“ bedeutet, die andere ausschließt? Das ist die Sicht von Rechtsextremen, die den aufgegebenen Nationsbegriff inzwischen für sich erobert haben. Doch lässt sich nicht auch eine Form von Nation (wieder)finden, die sich als demokratisch, zivil und divers versteht und sich solidarisch auf die gewaltigen Zukunftsaufgaben einstellen kann? Diese und viele weiteren Fragen diskutieren Aleida Assmann und Herfried Münkler. Die Veranstaltung findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit vhs.wissen live und der Gerda Henkel Stiftung.

Prof. Dr. Aleida Assmann, Prof. Dr. Herfried Münkler

€ 5,00
Freitag, 29. Oktober, 19.30 Uhr
Anmeldeschluss 26. Oktober
VHS ZOOM – virtueller Klassenraum



Timm C. Feld

Seit Mitte Februar bin ich die neue Leitung der Volkshochschule Wetzlar und freue mich über die Gelegenheit mich Ihnen hier kurz vorstellen zu können.

Nach meinem Studium der Erziehungswissenschaften mit dem Schwerpunkt der Erwachsenenbildung habe ich an der Philipps-Universität Marburg zum Thema „Volkshochschulen als lernende Organisationen“ promoviert. Anschließend habe ich als wissenschaftlicher Mitarbeiter mehrere Jahre beim Deutschen Institut für Erwachsenenbildung in Bonn und an der Universität Marburg gearbeitet. Die zentralen charakteristischen Merkmale einer offenen Volkshochschularbeit sind für mich der persönliche Kontakt, das gemeinsame Lernen sowie das vorurteilsfreie Zusammenkommen unterschiedlicher Kulturen, Generationen oder Meinungen. Dies nach der Corona-Pandemie wieder zu ermöglichen, wird eine zentrale Zukunftsaufgabe sein. In diesem Sinne sind für mich die Volkshochschulen auch keine reinen Freizeiteinrichtungen, sondern sie haben einen elementaren Bildungsauftrag und somit eine zentrale Bedeutung bei der Realisierung eines nachhaltigen und qualitativvollen Bildungsangebots für alle Bürgerinnen und Bürger.

sprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit vhs.wissen live.

Margherita Bettoni, Laura Backes

€ 5,00

Donnerstag, 25. November, 19.30 Uhr

Anmeldeschluss 22. November

VHS ZOOM – virtueller Klassenraum

P1211 Vortrag



Schule in Zeiten von Corona – was kostet die Schulschließung?

Die Corona-Pandemie hat Deutschland seit dem Frühjahr 2020 fest im Griff. Eine zentrale Maßnahme zur Verlangsamung der Ausbreitung des Coronavirus war von Beginn an die Schließung von Schulen. Studien zeigen, dass sich die Lernzeit der SchülerInnen durch Schulschließungen drastisch verringert, besonders für leistungsschwächere SchülerInnen. Welche kurz- und langfristigen Konsequenzen haben die Schulschließungen für die betroffenen SchülerInnen und das deutsche Bildungssystem insgesamt? Rund um diese Fragen diskutiert der Vortrag die aktuelle Forschung zu den ökonomischen Folgen der Corona-bedingten Schulschließungen. Die Veranstaltung findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit vhs.wissen live.

Dr. Katharina Werner

€ 5,00

Montag, 20. Dezember, 19.30 Uhr

Anmeldeschluss 16. Dezember

VHS ZOOM – virtueller Klassenraum

Biologie, Umwelt

P1400 am Wochenende

Heilkräuter der Umgebung – Ein naturkundlicher Spaziergang im Weinberg

Lernen Sie bei einem gemütlichen Kräuterspaziergang die Heilkräuter und essbaren Wildpflanzen Ihrer Umgebung in ihrem Aussehen und ihrer Anwendung kennen. Festes Schuhwerk und gegebenenfalls Regenkleidung sind ratsam. Bei Gewitter entfällt der Spaziergang. In diesem Fall wird ein Ausweichtermin angeboten.

Angelika Weil

3 U.Std. (1 Termin), € 12,00 (bei 6 – 7 TN)*

Samstag 14.00 – 16.15 Uhr, 4. September

Anmeldeschluss 25. August

Treffpunkt: Parkplatz am Hofgut Magdalenenhausen

P1401 Vortrag



Moore sind wahre Klimahelden

Moore sind wahre Klimahelden – allerdings nur wenn sie intakt, also ausreichend nass sind. Nur dann schlucken Sie das klimaschädliche CO₂. Moore speichern doppelt so viel CO₂, wie alle Wälder auf der Erde zusammen. In Deutschland ist ein Großteil der Moore durch menschliches Handeln leider bereits gestört. Trockengelegte Moore setzen zu einem erheblichen Anteil den Klimakiller Kohlenstoffdioxid frei. Die Renaturierung, also die Wiedervernässung von Mooren leistet daher einen entscheidenden Beitrag zum Klimaschutz und schafft zusätzlich Lieblings-Lebensräume für bedrohte Pflanzen und Tiere. Leif Rätting, Moorexperte der Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein, zeigt, wie in den letzten 10 Jahren von den ca. 35.000 ha Flächen der Stiftung bereits knapp 2.000 ha Moor renaturiert wurden.

Die Veranstaltung erfolgt im Rahmen der digitalen Veranstaltungsreihe „Stadt.Land.Welt. – Web“ zur Agenda 2030. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Leif Rätting

gebührenfrei

Mittwoch, 22. September, 19.00 Uhr

Anmeldeschluss 17. September

VHS online

P1209



Rolle der Medien – Macht der Medien – Zukunft der Medien

„Die Pressefreiheit und die Freiheit der Berichterstattung durch Rundfunk und Film werden gewährleistet. Eine Zensur findet nicht statt.“ (§5 (1) GG). Das Grundgesetz beinhaltet die Pressefreiheit und beschreibt damit einen zentralen Pfeiler in unserer freiheitlichen Demokratie. Wie führen die deutschen öffentlich-rechtlichen und privaten Medienunternehmen diese Freiheit aus? Haben die Medien tatsächlich die „vierte Macht im Staate“ inne? Welche Fehlentwicklungen sind zu erkennen, welche Anpassungen notwendig? Wie kann die Zukunft der traditionellen Medien aussehen? Wie Probleme verursachen Medien-Oligopole? Es wird der Versuch unternommen, auf diese Fragen Antworten zu finden und darüber zu diskutieren.

Die Veranstaltung findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Christian Winklmeier

2 U.Std. (1 Termin), € 12,00

Mittwoch 19.00 – 20.30 Uhr, 24. November

Anmeldeschluss 17. November

VHS online

P1210 Vortrag



Femizide – Warum Männer Frauen töten und was wir dagegen tun müssen

Jeden Tag versucht in Deutschland ein Mann, seine Frau umzubringen. Alle 3 Tage wird eine Frau von ihrem Partner oder Ex-Partner getötet. Hinzu kommen die Morde an Frauen durch ihnen unbekannt Täter. Diese Verbrechen sind keine Ehrenmorde oder Beziehungstaten, sondern Femizide: Morde, die an Frauen verübt werden, weil sie Frauen sind.

Laura Backes und Margherita Bettoni zeigen in dem Vortrag, dass die Tötung von Frauen aufgrund ihres Geschlechts auch bei uns ein ernsthaftes gesamtgesellschaftliches Problem ist. Als Familientragödien verharmlost, bleiben viele Frauenmorde verborgen und verdecken die patriarchalen Macht- und Gewaltmuster, die sich tief durch unsere Gesellschaft ziehen.

Die Veranstaltung findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Laut-



P1402 am Wochenende

Die kleine Pilzkunde – Einführung in die faszinierende Welt der Pilze

Wir wollen typische Pilze der näheren Umgebung kennenlernen. Behandelt werden im ersten Teil des Tages im Seminarraum: Stellung der Pilze im Pflanzenreich, Aufbau und Leben, Speisepilze, Giftpilze, Pilzvergiftungen, Sammeln und Bestimmen sowie Fragen des Naturschutzes. Anschließend brechen wir zu einer kleinen Exkursion in die Umgebung auf, um dort Pilze kennen- und bestimmen zu lernen. Sie können gerne schon gesammelte Pilze zum Kurs mitbringen. Der Kurs setzt keine Kenntnisse voraus, ist jedoch auch für Fortgeschrittene geeignet.

Harald Zühlsdorf

6 U.Std. (1 Termin), € 23,00 (bei 6 – 7 TN)*

Samstag 11.00 – 16.30 Uhr, 2. Oktober

Anmeldeschluss 24. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4



© Pixabay

P1403 Vortrag

Grundbildung als Fundament einer Bildung für Nachhaltige Entwicklung

Rechnen, Schreiben, Lesen sind die bekanntesten Säulen der Grundbildung und essenzielle Kompetenzen für die Bewältigung des Alltags. Aber welche Rolle spielt Nachhaltigkeit in der Grundbildung? Gehört die Kompetenz, sein Leben an Nachhaltigkeitskriterien auszurichten, zur Grundbildung, oder ist dieses Thema weit weg von der Lebensrealität der Teilnehmenden? Kann die Bildung für Nachhaltige Entwicklung auch als thematische Basis zur Vermittlung von Grundbildungskompetenzen genutzt werden? Am Beispiel der Gesundheitsbildung werden praktische Einblicke in den Themenkomplex der Nachhaltigkeit in der Grundbildung vorgestellt, und vor dem Hintergrund des vhs-Lernportals wird gezeigt, warum das Thema Nachhaltigkeit auch in der Grundbildung in Deutschland ein wichtiges Thema ist.

Die Veranstaltung erfolgt im Rahmen der digitalen Veranstaltungsreihe „Stadt.Land.Welt. – Web“ zur Agenda 2030. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und



Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Gabi Netz

gebührenfrei

Mittwoch, 3. November, 19.00 Uhr

Anmeldeschluss 29. Oktober

VHS online

P1405



Kohleausstieg und dann?

Die Energiewende in Deutschland

Deutschland hat dem globalen Klimaabkommen von Paris zugestimmt und verpflichtet sich damit den Klimazielen, die im Klimaschutzgesetz von 2019 verankert wurden. Im April 2021 erklärte das Bundesverfassungsgericht das deutsche Klimaschutzgesetz in Teilen für verfassungswidrig. Nun soll ein neuer Plan zur Reduktion der Treibhausgasemissionen bis 2030 und darüber hinaus verabschiedet werden. Sie erhalten einen Überblick über die Energiewende in Deutschland und erfahren, dass die Steigerung des Anteils erneuerbarer Energien auch mit dem Ausbau unseres Stromnetzes einhergeht.

Die Veranstaltung richtet sich an alle, die sich gerne mit Fragenstellungen der Energiewende und des Stromnetzausbaus in Deutschland auseinandersetzen (wollen). Der Bürgerdialog Stromnetz ist eine Initiative des Bundesministeriums für Wirtschaft und Energie (BMWi). Neben dieser wird noch eine weitere Veranstaltung angeboten (Kursnummer P1406). Beide Veranstaltungen können zusammen oder einzeln besucht werden.

Die Veranstaltung findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Johanna Speith

2 U.Std. (1 Termin), gebührenfrei

Donnerstag 19.00 – 20.30 Uhr, 4. November

Anmeldeschluss 1. November

VHS online

P1406



Strom kommt nicht einfach aus der Steckdose!

Stromversorgungssicherheit in Deutschland

Strom kommt nicht einfach aus der Steckdose, sondern muss zum Endverbraucher transportiert werden. Zuständig dafür sind Stromnetzanbieter. Mit zunehmendem Anteil erneuerbarer Energien wird allerdings die Steuerung von Stromnetzen immer komplexer. Um Deutschland auch künftig sicher mit Strom zu versorgen, sind die Verstärkung und der Ausbau unseres Stromnetzes notwendig. Sie erfahren mehr darüber, wie unsere Stromnetze funktionieren, über den Hintergrund vom Stromnetzausbau, wie der Netzausbaubedarf ermittelt wird und wie die Planungsverfahren ablaufen.

Die Veranstaltung richtet sich an alle, die sich gerne mit Fragenstellungen der Energiewende und des Stromnetzausbaus in Deutschland auseinandersetzen (wollen). Der Bürgerdialog Stromnetz ist eine Initiative des Bundesministeriums für Wirtschaft und Energie (BMWi). Neben dieser wird noch eine weitere Veranstaltung angeboten (Kursnummer P1405). Beide Veranstaltungen können zusammen oder einzeln besucht werden.

Die Veranstaltung findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Johanna Speith

2 U.Std. (1 Termin), gebührenfrei

Donnerstag 19.00 – 20.30 Uhr, 18. November

Anmeldeschluss 15. November

VHS online



vhs

cloud

Digitales Fundament
für starke Weiterbildung

www.vhs.cloud





Die Ökomodell-Region Lahn-Dill-Gießen

Wie lässt sich das eigene Lieblingsessen ganz einfach mit saisonalen und biologisch erzeugten Produkten aus der Region zubereiten? Wo kann man sie kaufen? Wie können Bio-Siegel bei der Einkaufsentscheidung unterstützen? Wie können Tierwohl, verkürzte Transportwege und Hof nahe Schlachtung weiter gestaltet werden und wie kann der Anbau von landwirtschaftlichen Erzeugnissen ressourcenschonend gestaltet werden?

All das sind Fragen, mit denen sich die Ökomodell-Region Lahn-Dill-Gießen aktiv auseinandersetzt. Ziel ist zum einen, das Bewusstsein und die Wertschätzung für biologisch und regional erzeugte Lebensmittel bei Verbraucher/innen zu schärfen. Auf der anderen Seite suchen wir nach Möglichkeiten, die gestiegene Nachfrage nach eben solchen Lebensmitteln vermehrt aus der heimischen Landwirtschaft zu decken. Dies stärkt nicht nur die Wertschöpfung innerhalb der Region. Durch kurze Transportwege bringen bio-regionale Kreisläufe auch erhebliche Umweltvorteile.

Unser Angebot:

Als Zusammenschluss der Landkreise Gießen und Lahn-Dill sowie als Teil des Ökomodell-Land Hessen engagieren wir uns rund um den ökologischen Landbau in der Region. Wir richten uns sowohl an Landwirt/innen als auch an Endverbraucher/innen. Zu unserem Angebot gehören

- Informationsveranstaltungen zu speziellen Anbauverfahren im Öko-Ackerbau
- Vernetzung von Landwirt*innen und Akteur*innen entlang der Wertschöpfungskette
- Kooperationen mit Partnerbetrieben und Forschungseinrichtungen wie z. B. der Justus-Liebig-Universität Gießen
- Eruiierung von Vermarktungswegen sowie die Schließung von Lücken in Wertschöpfungsketten für bio-regionale Lebensmittel. Beispielsweise in der Schulverpflegung.

Über 25 Prozent der landwirtschaftlichen Fläche in unseren beiden Landkreisen werden bereits biologisch bewirtschaftet. Dafür, dass es noch mehr wird, arbeiten wir.

Abteilung für den ländlichen Raum



P1420



Regionale, ökologische, saisonale Ernährung – Was steckt dahinter?

Die Landkreise Lahn-Dill und Gießen sind eine Ökomodellregion. Aber was bedeutet überhaupt „Öko“? Und was versteht man unter einer Region? Die Regionalität spielt wie auch die ökologische Erzeugung und Verarbeitung bei unseren Lebensmitteln für immer mehr Verbraucher/innen eine wichtige Rolle. Nicht zuletzt, weil sie oftmals als Indikatoren für eine nachhaltige Ernährung und Wirtschaftskreisläufe gesehen werden. Beim Einkauf wird darauf geachtet wo die Lebensmittel herkommen und wie sie erzeugt wurden. Hierfür gibt es unterschiedliche Qualitätsmerkmale, was uns schwer an den unzähligen Siegeln auf den Produkten zu erkennen ist. Um Verbraucher/innen diese Fragen zu beantworten, organisiert die Ökomodellregion Lahn-Dill-Gießen gemeinsam mit der Volkshochschule Wetzlar diesen Online Workshop.

Referenten:

Sina Endres, Projektmanagerin der Ökomodellregion Lahn-Dill-Gießen. Sie studierte ökologische Agrarwissenschaften und spezialisierte sich im Master Öko-Agrarmanagement auf Bildung für nachhaltige Entwicklung.

Peter Schmidt ist Bäcker, Oecotrophologe (B.Sc.) und hat Öko-Agrarmanagement (M.Sc.) studiert. Aktuell arbeitet er bei der Fördergemeinschaft Ökologische Landbau Berlin-Brandenburg e.V. und beschäftigt sich vor allem mit Bio-Lebensmitteln in der Gemeinschaftsverpflegung und im Kontext der Ernährungsbildung.

Die Veranstaltung findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Sina Endres, Peter Schmidt

3 U.Std. (1 Termin), gebührenfrei
Donnerstag 18.00 – 20.00 Uhr, 28. Oktober
Anmeldeschluss 22. Oktober
VHS online

P1422



Bio-Siegel – Wie finde ich mich zurecht?

Sich beim Einkaufen durch verschiedene Lebensmittelkennzeichnungen und Siegel zu arbeiten, um eine Kaufentscheidung zu treffen ist manchmal gar nicht so einfach. Je nach Qualitätskriterien des Produktes sind unterschiedliche Siegel auf einer Verpackung zu finden. Sie sollen Verbraucher/innen Orientierung geben. Auch Produkte aus dem ökologischen Landbau sind mit Siegeln gekennzeichnet. Doch was bedeuten die unterschiedlichen Siegel genau, an welche Kriterien ist ihre Produktion gebunden, was bedeutet eigentlich „Bio“, wie zuverlässig sind solche Angaben auf Bio-Lebensmitteln und welchen Kontrollen unterliegen sie?

Um Ihnen eine Orientierung beim Einkaufen zu geben, möchten wir Sie herzlich zu einer Veranstaltung der Ökomodellregion Lahn-Dill-Gießen einladen. Gemeinsam werden wir uns in diesem Workshop einen Überblick über verschiedene Bio-Siegel verschaffen und uns über Herausforderungen und Möglichkeiten beim Einkaufen austauschen.

Gerne können Sie uns auch bereits vorher Ihre Fragen zukommen lassen.

Die Veranstaltung findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Sina Endres

3 U.Std. (1 Termin), gebührenfrei
Donnerstag 18.00 – 20.00 Uhr, 11. November
Anmeldeschluss 5. November
VHS online



P1407



Heißer Planet – Wie kann der Klimakollaps noch vermieden werden?

Der menschengemachte Klimawandel sorgt weltweit für massive Veränderungen. Nicht jeden Tag, aber doch spürbar über die Jahre hinweg und von Jahrzehnt zu Jahrzehnt massiver. Wie hat die Politik in den vergangenen Jahren reagiert? Welche Veränderungen müssen noch eingeleitet werden, um die notwendigen Ziele zu erreichen? Wie kann eine solch gigantische weltweite Herausforderung, die nur von allen Staaten gemeinsam gelöst werden kann, im Zusammenspiel aus Demokratien und Autokratien, wirtschaftlich starken und schwachen Ländern, gelöst werden? Wir werden, fernab von den Emotionen, die öffentlich von allen Seiten geäußert werden, sachlich die aktuelle Lage analysieren und logische Schlussfolgerungen erarbeiten. Die Veranstaltung findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Christian Winklmeier

2 U.Std. (1 Termin), € 12,00

Mittwoch 19.00 – 20.30 Uhr, 1. Dezember

Anmeldeschluss 24. November

VHS online

P1408 Vortrag



Klimawandel und Klimapolitik

Mittlerweile gibt es aufgrund der erdrückenden wissenschaftlichen Evidenz keinen Zweifel mehr: die Ursache des Klimawandels ist der Mensch. Wir sprechen vom Phänomen des anthropogenen Klimawandels. Noch ist die Zeit zum Handeln da, aber das Zeitfenster, das uns zur Verfügung steht, schließt sich. Nur ein von der gesamten Staatengemeinschaft getragenes globales Abkommen kann die Erderwärmung aufhalten. Vor allem die politischen Entscheidungsträger müssen erkennen, dass Instrumente wie eine CO₂-Bepreisung oder ein Emissionshandel wirksame, gerechte Maßnahmen darstellen, von denen – wenn diese mit Sachverstand implementiert werden – alle Staaten profitieren können. Ist der EU Green Deal ein Schritt in die richtige Richtung?

Die Veranstaltung findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit vhs.wissen live.

Prof. Dr. Ottmar Edenhofer

€ 5,00

Donnerstag, 2. Dezember, 19.30 Uhr

Anmeldeschluss 29. November

VHS ZOOM – virtueller Klassenraum

P1409



Unser Müll – Ersticken wir darin? Nutzen wir ihn als Ressource? Wie weit sind wir auf dem Weg zu einer nachhaltigen Kreislaufwirtschaft?

Laut Statistischem Bundesamt betrug das gesamte Abfallaufkommen in Deutschland im Jahr 2018 ganze 417 Millionen Tonnen. Greifbarer ist dabei sicherlich die Menge von über 450 Kilogramm Haushaltsmüll pro Einwohner. Was passiert mit diesen schier unglaublichen Mengen? Wie hoch ist die Recyclingquote? Wie kann garantiert werden, dass Müll nicht auf irgendwelchen riesigen Halde auf dem afrikanischen Kontinent landet? Und welche Möglich-

keiten gibt es, den Abfall als Ressource zu nutzen und dem Ziel einer Kreislaufwirtschaft näher zu kommen. Wir beschäftigen uns darüber hinaus mit der Frage, wie jede/r Einzelne selbst mit einfachsten Mitteln „seine/ihre“ 450 Kilogramm pro Jahr verringern kann.

Die Veranstaltung findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Christian Winklmeier

2 U.Std. (1 Termin), € 12,00

Mittwoch 19.00 – 20.30 Uhr, 8. Dezember

Anmeldeschluss 1. Dezember

VHS online

Verbraucherfragen und Recht

P1500 vormittags

Schulden – Was tun, wenn kein Geld mehr da ist?

Was mache ich, wenn ich die Raten nicht mehr bezahlen kann? Wie reagiere ich auf Mahnschreiben vom Gläubiger, von Inkassobüros und Rechtsanwälten? Was ist ein Mahnbescheid, ein Vollstreckungsbescheid, ein Pfändungs- und Überweisungsbeschluss? Was darf der Gerichtsvollzieher bei mir pfänden? Darf der Gerichtsvollzieher mich verhaften? Wie hoch ist eine Lohnpfändung? Was mache ich bei einer Kontenpfändung? Antworten zu den Fragen und weitere Informationen zur Privatinsolvenz werden von der Schuldnerberaterin des Sozialamtes der Stadt Wetzlar gegeben. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Wetzlarer Arbeitsloseninitiative (WALI) statt.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Beate Gründler

2 U.Std. (1 Termin)

Mittwoch 10.00 – 12.00 Uhr, 27. Oktober

Anmeldeschluss 22. Oktober

Wetzlarer Arbeitsloseninitiative (WALI), Bahnhofstraße 11

P1501 am Wochenende

NEU

„Wieviel IMMOBILIE kann ich mir leisten?“ – Grundlagen professioneller Bau- und Immobilienfinanzierung

Sie erhalten einen Überblick über Ihr machbares Immobilien-Investitionsvolumen, sodass Sie ein Objekt oder ein Neubauvorhaben gemäß Ihren finanziellen Möglichkeiten suchen oder planen können. Es wird immer wichtiger, vor einer ernsthaften Immobilienbesichtigung eine Grundsatzfinanzierungszusage in der Tasche zu haben. Am Ende des Tages wissen Sie genau, wie „teuer“ es max. werden darf. Themen u.a.:

- „Wie viel Immobilie“ kann ich mir wirklich leisten?
- Wie erhalte ich schnell eine Bewertung zur Bausubstanz sowie eine Einschätzung zum geforderten Kaufpreis
- Wie bereite ich mich auf die notarielle Beurkundung eines Kaufvertrages vor?
- Tilgungssysteme im Vergleich

Seminarunterlagen sind für 10,00 Euro bei der Kursleitung erhältlich.

Walter Fröhlich

9 U.Std. (1 Termin), € 51,00 (bei 4 – 5 TN)*

Samstag 9.30 – 16.45 Uhr, 30. Oktober

Anmeldeschluss 22. Oktober

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

Lerne klimafreundlich zu handeln.

vhs



Finde deinen Kurs
volkshochschule.de



P1502

Ehe und Familie – Brauchen wir einen Ehevertrag?

Eheschließungen gehen immer auch mit rechtlichen Konsequenzen einher. Wenn man darum weiß, sind die Ratlosigkeit und die Wut darüber zum Zeitpunkt einer Scheidung und auch danach vielleicht nicht so groß, wie bei Unwissenheit. Es macht Sinn, schon vor der Eheschließung einige der gesetzlichen Regelungen durch einen Ehevertrag zu klären. Auch hilft die Festschreibung von Vermögenswerten, Streit um die Bewertung und die Bewertungsgrundlagen zu vermeiden. Es lohnt sich immer, über die Notwendigkeit einer individuell passenden Lösung nachzudenken. Der Kurs soll Überblick verschaffen, über Fragen, die im Zusammenhang mit Eheschließung, Trennung und Scheidung auftauchen können. Im Kurs besteht die Möglichkeit eigene Anliegen und spezifische Fragen einzubringen.

Britt Voigtländer-Tetzner

2 U.Std. (1 Termin), € 11,00 (bei 4 – 5 TN)*

Montag 18.00 – 19.30 Uhr, 1. November

Anmeldeschluss 25. Oktober

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

P1503

Ehe und Familie – rechtliche Aspekte zu gemeinsamen Kindern bei Trennung und Scheidung

In diesem Kurs soll es um alle rechtlichen Aspekte zu gemeinsamen Kindern gehen: Unterhalt, Sorgerecht und Umgang. Sie werden einen Überblick über die rechtlichen Regelungen erhalten. Ebenso sollen das familiengerichtliche Verfahren und die Beteiligten beschrieben werden. Das besondere Augenmerk liegt hier immer bei den Auswirkungen eines hochstrittigen Elternkonflikts auf die betroffenen Kinder. Im Kurs besteht die Möglichkeit eigene Anliegen und spezifische Fragen einzubringen.

Britt Voigtländer-Tetzner

2 U.Std. (1 Termin), € 11,00 (bei 4 – 5 TN)*

Montag 18.00 – 19.30 Uhr, 15. November

Anmeldeschluss 8. November

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05



© Free-Photos - Pixabay

P1504

Vorsorge I – Lebzeitige Vorsorge

Jeder möchte bis ins hohe Alter geistig und körperlich aktiv bleiben. Leider ist dies nicht allen vergönnt. Derzeit stehen mehr als 1 Mio. Deutsche unter gesetzlicher Betreuung. Schutz vor einer Betreuung bietet die Lebzeitige Vorsorge. Sie kann erfolgen durch eine Vorsorgevollmacht, eine Patientenverfügung und / oder eine Betreuungsverfügung.

In diesem Kurs werden Sie mit den wichtigsten Aspekten derartiger Verfügungen vertraut gemacht, um sie selbst zu erstellen und bestehende Muster an Ihre persönlichen Vorstellungen und Wünsche anzupassen. Zunächst werden dazu die Unterschiede dieser drei Erklärungen herausgearbeitet und ihre Funktionen sowie der gesetzliche Ursprung im Betreuungsrecht erklärt. Danach wird aufgezeigt, an welchen Stellen Gefahren und Konfliktpotentiale entstehen und welche Maßnahmen helfen, diese Probleme zu vermeiden.

Benjamin Schäfer

2 U.Std. (1 Termin), € 11,00 (bei 4 – 5 TN)*

Montag 18.30 – 20.00 Uhr, 8. November

Anmeldeschluss 1. November

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

P1505

Vorsorge II – Vorsorge für den Todesfall

Wer kein Testament gemacht hat, für den gilt die gesetzliche Erbfolge. Um ein formgültiges Testament zu errichten, braucht man nur Papier und Stift.

Der Kurs erklärt die wichtigsten Fragen, unter anderem „Wie mache ich ein Testament? Welche Formvorschriften sind dabei zu beachten? Welche Testamente gibt es? Wo bewahre ich das Testament am besten auf? Welchen Inhalt sollte eine Testament sinnvollerweise haben? Was ist der digitale Nachlass und wie vermeide ich Erbschaftssteuer?“. Neben dem Testament befasst sich der Kurs mit den weiteren Dokumenten, welche im Todesfall dazu dienen, Streitigkeiten zwischen den Erben und Unklarheiten zu vermeiden, beispielsweise der Bestattungsverfügung.

Benjamin Schäfer

2 U.Std. (1 Termin), € 11,00 (bei 4 – 5 TN)*

Montag 18.30 – 20.00 Uhr, 22. November

Anmeldeschluss 15. November

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

Rhetorik und Soziale Kompetenz

Hinweis: Bitte beachten Sie folgende Bildungsurlaube (S. 6 – 8)

P1700

Schlagfertig: Selbstbewusste Kommunikation und freierer Umgang mit Konflikten in Beruf und Alltag

P1701

Schlagfertig – Teil II: Selbstbewusste Kommunikation und freierer Umgang mit Konflikten in Beruf und Alltag

P1705

Gewaltfreie Kommunikation im Beruf

P1702 am Wochenende

Selbstpräsentation – mit mehr Gelassenheit zur gelungenen Kommunikation

Das Ziel des Kurses ist es, sich selbst optimal zu präsentieren, Ihre Stärken zu benennen und ein sicheres Auftreten zu üben. Durch innere Gelassenheit und durch eine authentische Körpersprache kommen Ihre Botschaften klarer an. Sie bringen es knackig auf den Punkt und schaffen es, dass Menschen Ihnen gerne zuhören und sich positiv an Sie erinnern. Individuelle Übungen zu mehr Achtsamkeit im Alltag und Rhetorik-Tricks für den stimmigen Selbstaussdruck runden den Seminartag ab.

Michael Gottaut

8 U.Std. (1 Termin), € 31,00 (bei 6 – 7 TN)*

Samstag 10.00 – 16.30 Uhr, 11. September

Anmeldeschluss 3. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.08

P1703 am Wochenende

Körpersprache – Mich besser präsentieren, andere besser verstehen

Körpersprache ist ein wesentlicher Teil zwischenmenschlicher Verständigung. Oft verraten Gestik, Mimik, Blickkontakt und Körperhaltung mehr über unsere Einstellungen und Gefühle als unser Hauptkommunikationsmittel Sprache. An diesem Seminartag wird der Blick auf den Körper geschult, um eigenes und fremdes Verhalten besser zu verstehen. Praktische Übungen geben Impulse zu Veränderungen in Richtung klarer Kommunikation. Der Kurs ist auf max. 7 Teilnehmer/innen begrenzt.

Michael Gottaut

8 U.Std. (1 Termin), € 31,00 (bei 6 – 7 TN)*

Samstag 10.00 – 17.00 Uhr, 18. September

Anmeldeschluss 10. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.08



Psychologie und Philosophie

Bitte beachten Sie, dass in unseren Psychologie-Kursen Therapieerwartungen nicht entsprochen werden kann.

P1800 vormittags

NEU

Nichts, gar nichts?

1999 erschien Ludger Lütkehaus' Buch mit dem Titel Nichts. Darin möchte der Autor keinesfalls den Nihilismus überwinden, sondern ganz im Gegenteil lautet der Untertitel Abschied vom Sein. Als „Eine eindrucksvolle Anstiftung zur Gelassenheit“ bezeichnete Rüdiger Safranski dieses Werk, das mit viel Witz und Ironie auftrumpft, was man auch am zweiten Untertitel Ende der Angst merkt. Das dämonische, unheimliche Nichts wird zunehmend enttarnt um sterben zu lernen und damit besser leben zu können und dies auf eine durchaus charmante Art. Wir werden dieses Buch im Kurs in Auszügen lesen und diskutieren.

Keine Vorkenntnisse erforderlich. Wir benötigen für den Kurs: Ludger Lütkehaus: Nichts. 7,90 EUR. ISBN-13 : 978-3861509226.

Dr. Manfred Klein

20 U.Std. (10 Termine), € 78,00 (bei 6 – 7 TN)*

mittwochs 10.40 – 12.10 Uhr, Beginn 8. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4

P1801

NEU

Ludwig Wittgenstein:

Philosophische Untersuchungen

Dieser klassische Text der modernen Philosophie soll in seinen zentralen Partien rekonstruiert und diskutiert werden. Wittgensteins Buch ist ein Werk, das zusammen mit einer neuen Art des Philosophierens eine Fülle origineller Thesen zu traditionellen Themen der Philosophie entwirft. An die Stelle der Entdeckung objektiver Strukturen des Seins oder Bewusstseins rückt in den „Untersuchungen“ die Erklärung von Grundzügen der menschlichen „Lebensform“. Wichtige Themen sind dabei das Verhältnis von Sprache und Denken, von Sprache und Wirklichkeit, der Sinn von Definitionen, die Bedeutung sozialer Regeln, die richtige Art des Philosophierens u. v. m.

Wir benötigen für den Kurs: Wittgenstein, L.: Philosophische Untersuchungen. Suhrkamp 18,00 EUR, ISBN-13 : 978-3518223727

Dr. Manfred Klein

20 U.Std. (10 Termine), € 78,00 (bei 6 – 7 TN)*

donnerstags 19.30 – 21.00 Uhr, Beginn 9. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

P1704 am Wochenende

wieder da!

Mit einem gepflegten Äußeren im Beruf und Alltag selbstbewusst punkten

Millionen von Frauen benutzen Make-up, doch nur die wenigsten haben gelernt, es richtig einzusetzen. Lernen Sie, Ihre Stärken zu betonen und dadurch eine ganz neue Wirkung auf Ihre Umwelt zu erzielen! In nur vier Stunden erlernen Sie die wichtigsten Grundlagen für ein stil- und typgerechtes Make-up. Sie erhalten wertvolle Profi-Tipps und Tricks und lernen, wie Sie Ihr Basis-Make-up mit nur wenigen Handgriffen aufwerten. Bitte kommen Sie ungeschminkt und bringen Sie gerne Ihre eigenen Schminkutensilien (Make-up, Spiegel, Pinsel etc.) mit.

Yuliya Inderthal

6 U.Std. (1 Termin), € 23,00 (bei 6 – 7 TN)*

Samstag 10.00 – 14.45 Uhr, 2. Oktober

Anmeldeschluss 24. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.07

P1706 am Wochenende

Schwarze Rhetorik – Manipulationen durchschauen!

Schwarze Rhetorik ist die Anwendung bestimmter sprachlicher Techniken, um ein Gespräch manipulativ in eine gewünschte Richtung zu lenken. So gewinnt die/der Gesprächspartner/in den Eindruck, aus eigener Überzeugung zum erzielten Ergebnis gekommen zu sein. Besonders im Berufsleben werden solche Techniken angewandt, um Menschen zu manipulieren. In diesem Seminar lernen Sie die Merkmale der Schwarzen Rhetorik kennen, lernen, wie Sie die Absichten Ihres Gegenübers durchschauen können und üben passende Reaktionen auf sogenannte „Killerphrasen“, um sich selbst zu schützen und auch schwierige Gespräche souverän zu meistern.

Martina Mulch-Leidich

8 U.Std. (1 Termin), € 46,00 (bei 4 – 5 TN)*

Samstag 10.00 – 16.30 Uhr, 30. Oktober

Anmeldeschluss 22. Oktober

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.08



© Free-Photos - Pixabay

P1707 am Wochenende

Rhetorik – Freies Sprechen lässt sich lernen!

Sie haben etwas zu sagen und wünschen sich dafür ein aufmerksames Publikum, das Ihnen mit Freude zuhört? Dann beschäftigen Sie sich in diesem Kurs mit Ihrer Sprech- und Atemtechnik, den Grundlagen der Kommunikation, Körpersprache und eventuellen Hemmnissen wie Lampenfieber. Werden Sie ab heute bewusst zur/m Gestalter/in Ihres eigenen Vortrages und genießen Sie den guten Kontakt zu den Menschen, zu denen Sie sprechen. Gewinnen Sie Sicherheit und freuen Sie sich auf die Veränderungen, die Sie künftig wahrnehmen werden! Auch Planung und Struktur eines Vortrages werden Thema sein. Versprecher und die üblichen „Peinlichkeiten“ sind herzlich willkommen!

Martina Mulch-Leidich

12 U.Std. (2 Termine), € 47,00 (bei 6 – 7 TN)*

Freitag 18.00 – 21.00 Uhr, 5. November

Samstag 10.00 – 17.00 Uhr, 6. November

Anmeldeschluss 29. Oktober

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05



Caroline Jung

Dank meiner langjährigen, branchenübergreifenden und persönlichen Erfahrung habe ich mich im Januar 2021 mit einem gezielten Beratungs- und Coaching Konzept in Wetzlar selbstständig gemacht. Hier entwickle ich mit meinen Klienten individuelle Lösungen zu unterschiedlichen Themen, biete Seminare und Workshops sowie Entspannungseinheiten aus dem Ayurvedischen an. Meine Schwerpunkte bewegen sich rund um folgende Themen: Mitarbeiterförderung, Organisationsentwicklung, Existenzgründung, Bewerbungstrainings und/oder Karriereplanung, persönliches Wachstum, Stressbewältigung und Resilienz. Ich freue mich auf ein persönliches Kennenlernen!

P1802



Stressless – Ihr Werkzeugkoffer gegen Stress

In diesem Kurs lernen Sie erlebnisaktivierend in einer geschützten Gruppe, wie Sie Stress nicht nur begegnen können. Vielmehr geht es darum, ihn zu vermeiden. Rollenspiele, Selbstbild klären, Trainings im Umgang mit Gefühlen und konkreten Situationen aus Ihrem beruflichen Umfeld füllen Ihren eigenen Werkzeugkoffer gegen Stress. Nehmen Sie den Koffer mit zur Arbeit und profitieren Sie darüber hinaus von dem Erfahrungsaustausch in der Gruppe.

Caroline Jung

12 U.Std. (6 Termine), € 47,00 (bei 6 – 7 TN)*
donnerstags 18.30 – 20.00 Uhr, Beginn 16. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 2

P1803 Vortrag



Realität des Risikos

Menschen sind Gefahren ausgesetzt und viele dieser Gefahren sind von Menschen verursacht oder beeinflusst.

Wir leben nicht heute erst in der „postmodernen Moderne“ (Ulrich Beck) in einer „Risikogesellschaft“, vielmehr war die Menschheit von jeher Risiken ausgesetzt und hat versucht, diese durch eigenes Tun günstig zu beeinflussen. Bevor Menschheitsgeißeln wie die Pest, die Pocken, Masern etc. durch Hygienemaßnahmen und Impfungen unter Kontrolle gebracht wurden, gehörten Epidemien zu den größten Menschheitsgefahren. Uns ist unterdessen bewusst, dass es damit nicht vorüber ist. Kriege, Umweltzerstörung, Großtechnologien vernichten und gefährden Menschenleben, sind aber allein von Menschen verantwortet. Die Realität des Risikos zwingt uns zu einer rationalen Auseinandersetzung: Wie sollen wir auf Risiken reagieren und welche Rolle spielend dabei ethische Kriterien?

Julian Nida-Rümelin gilt als einer der renommiertesten Philosophen in Deutschland und lehrt Philosophie und politische Theorie an der Ludwig-Maximilians-Universität in München.

Die Veranstaltung findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit vhs.wissen live.

Prof. Dr. Julian Nida-Rümelin

€ 5,00
Montag, 27. September, 19.30 Uhr
Anmeldeschluss 23. September
VHS ZOOM – virtueller Klassenraum

HINWEIS: Online-Kurse finden Sie auf

www.vhs-wetzlar.de



P1804 am Wochenende



Schluss mit Aufschieberitis – den inneren Schweinehund besiegen

„Morgen, dann aber auf jeden Fall!“ Ungeliebte Dinge immer weiter aufzuschieben ist menschlich und weit verbreitet aber leider wenig sinnvoll. Häuft sich der Zustand des Aufschiebens auch bei wichtigen Dingen oder wird er gar zum Normalzustand, kann es kritisch werden. Ob ernstes Problem oder nervige Macke, eins ist sicher: Ihre Aufschieberitis kostet Sie Energie, Zeit und Motivation. Zusätzlich wächst das schlechte Gewissen und belastet Ihr Selbstwertgefühl, Ihre Zufriedenheit, Ihre Gesundheit und Ihren Erfolg. Aufschieberitis führt zu noch mehr Aufschieberitis und so kann aus dem Unangenehmen schnell das Unmögliche werden. Schieben Sie die Anmeldung zu diesem Kurs nicht auf, sondern melden sich sofort an. Überlisten Sie Ihren Schweinehund mit praxisorientierten Tipps und Methoden. Mit dem Lösen der Ursache wird es leicht, aktiv zu werden, zu bleiben und Ziele zu erreichen!

Es können geringe Materialkosten entstehen. Bitte Tagesverpflegung mitbringen

Daniela Zahrt

10 U.Std. (1 Termin), € 39,00 (bei 6 – 7 TN)*
Samstag 9.00 – 17.00 Uhr, 2. Oktober
Anmeldeschluss 24. September
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

P1805 Vortrag



Das Risikoparadox – warum wir uns vor dem Falschen fürchten

Was uns wirklich bedroht und wie wir richtig damit umgehen Nahezu täglich bringen uns die Medien neue Hiobsbotschaften: steigende Kriminalität, gentechnisch veränderte Lebensmittel oder Elektrosmog. Wird unser Leben nicht immer gefährlicher, unsicherer, risikoreicher? Ortwin Renn, der international anerkannte Risikoforscher und renommierte Technik- und Umweltsoziologe, sagt: nein. Die durchschnittliche Lebenserwartung steigt beständig, in vielerlei Hinsicht geht es uns immer besser. Wie fürchten uns, so Renn, vor „falschen“ Gefahren, verschließen aber die Augen vor Risiken, die uns und unsere Nachwelt erheblich bedrohen. Renn zeigt, welches diese sind, warum wir sie unterschätzen und wie wir im Sinne der Nachhaltigkeit verantwortungsvoll damit umgehen können.

Die Veranstaltung findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit vhs.wissen live und der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech).

Prof. Dr. Ortwin Renn

€ 5,00
Dienstag, 12. Oktober, 19.30 Uhr
Anmeldeschluss 7. Oktober
VHS ZOOM – virtueller Klassenraum

P1806 am Wochenende



Endlich ordentlich – Heute wird aufgeräumt!

Schubladen voller Krempel, Kleiderberge in den Schränken, das Bücherregal biegt sich durch, auf und um den Schreibtisch häufen sich unsortierte Unterlagen und Kartons mit Krimskrams unter dem Bett – Kennen Sie das und wollen Sie das ändern? Dann sind Sie bei uns richtig. In unserem Seminar erfahren Sie, wie Sie Ihren „Aufräum-Muskel“ trainieren und dauerhaft Ordnung schaffen. Sie finden heraus, welcher Ordnungstyp Sie sind, welches Ordnungssystem zu Ihnen passt und somit auch funktioniert. Das trägt viel zu Zufriedenheit, Wohlbefinden und dauerhafter Ordnung bei. Die so entstehenden ballastfreien Zonen schaffen Freiräume und setzen neue Energien frei. Auch für Dachböden, Garagen und Kellerräume voller Gerümpel findet sich eine Lösung. Es können geringe Materialkosten entstehen. Bitte Tagesverpflegung mitbringen.

Daniela Zahrt

10 U.Std. (1 Termin), € 39,00 (bei 6 – 7 TN)*
Samstag 9.00 – 17.00 Uhr, 23. Oktober
Anmeldeschluss 15. Oktober
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.08



P1807 am Wochenende

NEU

Für's Lernen ist man nie zu alt! – Für mehr Spaß und Erfolg beim Lernen

Wie lerne ich richtig? Was kann ich tun, um Konzentration und Merkfähigkeit zu steigern? Wie sollte meine Lernumgebung aussehen? Was tun gegen „Aufschieberitis“? Wie schaffe ich es, meine Zeit individuell und erfolgreich zum Lernen zu nutzen? Welcher Lerntyp bin ich eigentlich? – Sind Ihnen diese Fragen vertraut? Im Kurs erhalten Sie Antworten darauf! Neben speziellen Lernmethoden erfahren Sie, wie Informationen im Gehirn verarbeitet werden und wie Sie die eigenen Potenziale besser ausschöpfen können. Ziel ist, in Zukunft erfolgreicher und mit mehr Spaß seinem eigenen Lernen achzugehen. Der Kurs ist geeignet für Lernende aller Altersgruppen. Die Inhalte sind auf alle Lernsituationen anwendbar. Es können geringe Materialkosten entstehen. Bitte Tagesverpflegung mitbringen.

Daniela Zahrt

10 U.Std. (1 Termin), € 39,00 (bei 6 – 7 TN)*

Samstag 9.00 – 17.00 Uhr, 6. November

Anmeldeschluss 29. Oktober

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.08

P1808 am Wochenende

Ich stärke mein Selbstwertgefühl und meine Selbstannahme!

Für ein selbstbestimmtes und zufriedenstellendes Leben ist eine bewusste Wahrnehmung der eigenen Bedürfnisse eine Voraussetzung. Auf diese Weise können wir unser Gefühl von Selbstbestimmung stärken und in akzeptierender Umgebung unsere Selbstannahme steigern. Der Weg hierzu fällt uns in der Verbundenheit einer Gruppe und in geschützter Umgebung oft leichter. Hier können wir uns selbst ausprobieren und auch von den Erfahrungen der anderen profitieren. Die Teilnehmenden lernen und üben ihre Bedürfnisse besser wahrzunehmen, im Kontakt umzusetzen sowie eigene Grenzen zu wahren. Bitte bequeme Kleidung und eine Decke mitbringen.

Björn Rech

8 U.Std. (1 Termin), € 31,00 (bei 6 – 7 TN)*

Samstag 10.00 – 16.30 Uhr, 13. November

Anmeldeschluss 5. November

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.08

P1809 vormittags

NEU

Positiv gestärkt durch den (All)Tag

In diesem Kurs lernen Sie Ihrem Alltag mit all seinen Herausforderungen positiv zu begegnen. Erlebnisaktivierend lernen Sie in einer geschützten Gruppe, wie Sie Ihre innere Einstellung und Haltung aktiv beeinflussen und nachhaltig verändern können. Dazu gibt es konkrete Übungen, Trainings, Selbstklärungsaufgaben und den regelmäßigen Erfahrungsaustausch in der Gruppe.

Caroline Jung

10 U.Std. (5 Termine), € 39,00 (bei 6 – 7 TN)*

dienstags 9.00 – 10.30 Uhr, Beginn 16. November

VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 2

P1810 am Wochenende

NEU

Konflikte lösen und vermeiden – wie soll man's sagen, wenn es unangenehm ist?

Kennen Sie auch diese Tage, die jede Menge Ärger und Konflikte mit sich bringen? Wir alle wissen, dass man Probleme am besten löst wenn man darüber spricht und doch ist es bei manchen Themen nicht leicht die richtigen Worte zu finden. Manchmal ist man zu rücksichtsvoll und will andere nicht verletzen. Manchmal ist man auch verletzt oder einfach nur spachlos und nicht schlagfertig genug. Im Seminar lernen Sie Methoden um Konfliktpotenzial frühzeitig zu erkennen, unnötigen Ärger zu vermeiden, in Auseinandersetzungen souverän zu agieren und Konflikte konstruktiv zu klären. Mit den gelernten Strategien können Sie Ihre Energie auf die wesentlichen Dinge richten und in Konfliktsituationen handlungsfähig bleiben. Es können geringe Materialkosten entstehen. Bitte Tagesverpflegung mitbringen.

Daniela Zahrt

10 U.Std. (1 Termin), € 39,00 (bei 6 – 7 TN)*

Samstag 9.00 – 17.00 Uhr, 20. November

Anmeldeschluss 12. November

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

P1811 am Wochenende

NEU

Zeit- und Selbstorganisation – Chaos und Hektik war gestern

Hetzen Sie von einem Termin zum anderen, läuft Ihnen die Zeit davon und gehören ständige Störungen zu Ihrem Tagesablauf? Fehlt Ihnen die Zeit für das, was Sie so gerne wieder oder schon immer einmal machen möchten? Ist Dringendes auch wirklich wichtig und wo bleibt meine Zeit? Gehören diese Fragen zu Ihnen? Dann wird es Zeit, besser mit der Zeit umzugehen und die eigene Zeit und Arbeit zu beherrschen, statt von ihr beherrscht zu werden. Häufig verpufft die meiste Zeit und Energie, weil Ziele, Übersichten, Prioritäten und Planung fehlen. Der Kurs hilft Ihnen, den Überblick zu behalten, Aufgaben effektiv zu erledigen, Prioritäten zu setzen und den Zeitdruck abzubauen. Gewinnen Sie mehr Zeit für sich und Ihre Familie mit den Themen: Zeittypenbestimmung und Persönlichkeits-Check, persönliche Zielplanung/Tagesplan, was tun gegen Störungen. Es können geringe Materialkosten entstehen. Bitte Tagesverpflegung mitbringen.

Daniela Zahrt

10 U.Std. (1 Termin), € 39,00 (bei 6 – 7 TN)*

Samstag 9.00 – 17.00 Uhr, 4. Dezember

Anmeldeschluss 26. November

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

P1812 Vortrag

NEU



Der Ursprung der Kooperation beim Menschen

Kooperation ist ein Grundstein menschlichen Verhaltens: Hilfsbereitschaft und Zusammenarbeit sind wesentlich für ein erfolgreiches Miteinander. Doch was ist der Ursprung dieses Verhaltens? Sind wir von Natur aus Egoisten, denen Altruismus erst beigebracht werden muss? Woher stammen Teamgeist und unser Sinn für Gerechtigkeit? Dieser Vortrag zeigt neueste Ergebnisse aus der psychologischen Forschung mit Kindern und gewährt Einblicke in die überraschend frühe Entwicklung von kooperativen Verhaltensweisen bereits im Kleinkindalter. Vergleichende Studien deuten zudem darauf hin, dass auch Schimpansen über einige als bisher einzigartig menschlich angesehene kooperative Fähigkeiten verfügen. Mit konkreten Beispielen aus der neuesten Forschung zeigt dieser Vortrag den Ursprung und die Einflussfaktoren für die Entwicklung kooperativen Verhaltens beim Menschen.

Die Veranstaltung findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit vhs.wissen live und der Max-Planck-Gesellschaft statt.

Prof. Dr. Felix Warneken

€ 5,00

Mittwoch, 15. Dezember, 19.30 Uhr

Anmeldeschluss 10. Dezember

VHS ZOOM – virtueller Klassenraum



© John Hain - pixabay





Kultur und Kreativität

Literatur und Schreiben	22
Kunstgeschichte	23
Malen und Zeichnen	24
Plastisches Gestalten	26
Musik	27
Musiktheorie	28
Tanz	28
Fotografie	29
Klöppeln, Weben, Nähen	30



© vhs Wetzlar

Kultur und Kreativität

Kulturelle Bildung ist ein zentraler Bestandteil der allgemeinen Bildung. Sie schafft in ihrer Offenheit Zugänge zur Kultur und ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe. Kulturelle Bildung fördert Integration und Inklusion. Die Aufgabe der Volkshochschule liegt in der Förderung der Wahrnehmung und das Verständnis über kulturelle Erscheinungsformen, das Wissen um gestalterische Ausdrucksformen und die Vermittlung geeigneter gestalterischer Kompetenzen. In unseren Angeboten der Kulturellen Bildung erlernen, erproben, entwickeln und erweitern Sie Kernkompetenzen wie Kreativität, Flexibilität, Improvisationsbereitschaft, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit. Nutzen Sie Kreativkurse, um Ihre Lern- und Erfahrungsräume zu erweitern. Wir laden Sie herzlich dazu ein, zu singen, zu tanzen, zu spielen und zu experimentieren. Durch die aktive, kreative Auseinandersetzung mit sich selbst und der Welt werden persönliche, soziale, methodische und auch kulturelle Kompetenzen gestärkt.

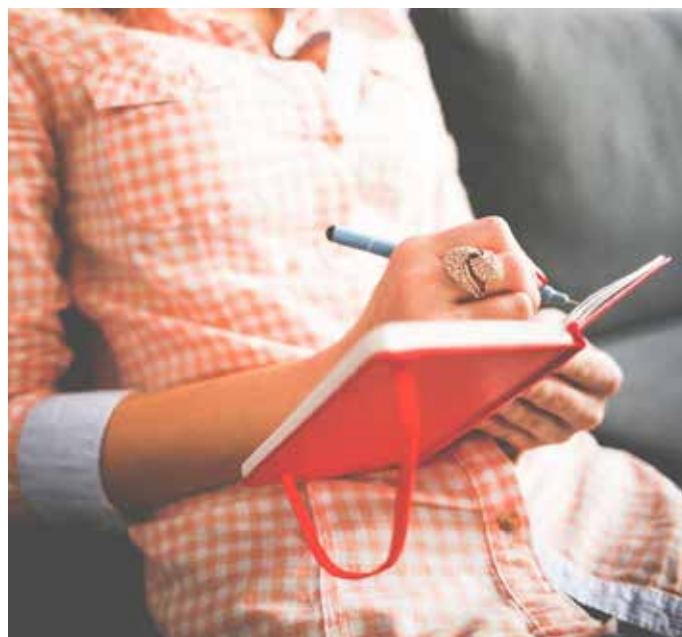
P2005 am Wochenende

Kalligraphie Werkstatt – Schönschrift mit der Feder

Kalligraphie ist das ausdrucksvolle langsame Schreiben der eigenen Handschrift. Neben allgemeinen kalligraphischen Übungen lernen Sie Schriftarten aus unserer Historie kennen. Sie lernen die Feder richtig zu halten. Das langsame Schreiben eines Alphabets mit der Bandzugfeder schult die Hand. Texte und Flächen wollen wir experimentierend und farbig gestalten. Das meditative Schreiben mit Feder und Tinte bringt Ruhe in unseren hektischen Alltag. Für alle Kenntnisstufen geeignet. Bitte mitbringen: 4,00 € für Arbeitskopien (diese sind direkt an die Kursleitung zu entrichten), zwei Federhalter, Bandzugfedern und Ornamentfedern (von 2,5 – 3,0 – 3,5), Pelikantinte königsblau, Papierbögen DIN A4 verschiedener Qualität, Bleistift B2, Acrylfarben, Geodreieck, Lineal, Küchenrolle, Zeitungen zum Unterlegen, Zellstoff zum Reinigen. Federn können direkt im Kurs erworben werden.

Hortense Habermann

8 U.Std. (1 Termin), € 31,00 (bei 6 – 7 TN)*
 Samstag 11.00 – 17.00 Uhr, 13. November
 Anmeldeschluss 5. November
 VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05



© www.picjumbo.com - Pixabay

2

Literatur und Schreiben

P2001 vormittags

Wege zur Literatur

Freude am Lesen ist die einzige Voraussetzung für diesen Kurs. Er bietet die Möglichkeit, in der Diskussion mit anderen Leser/innen, literarische Texte aus verschiedenen Perspektiven wahrzunehmen und damit das eigene Verständnis zu erweitern und zu vertiefen. Ein weiteres Kursziel ist die Verstärkung der Sensibilität für literarische Verfahrensweisen und Gestaltungsformen. Der Schwerpunkt des Kurses liegt auf der Literatur der Gegenwart. Das Programm wird nach den Wünschen der Teilnehmer/innen zusammengestellt.

Hildegard Schnellling

20 U.Std. (10 Termine), € 78,00 (bei 6 – 7 TN)*
 dienstags 9.45 – 11.15 Uhr, Beginn 14. September
 VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.04

P2002 vormittags

Wege zur Literatur

(wie Kurs P2001)

Hildegard Schnellling

20 U.Std. (10 Termine), € 78,00 (bei 6 – 7 TN)*
 donnerstags 10.30 – 12.00 Uhr, Beginn 16. September
 VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

**P2006 am Wochenende****Handlettering**

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene
Schöne Kreedetafeln, ausgefallene Grußkarten, Deko-Bilder mit schön gestalteten Sprüchen.

Würden Sie auch gerne solche Wort-Kunstwerke gestalten? Handlettering, wie der Name schon sagt, kommt von der Handschrift, ist kreativ, künstlerisch und beruhigend. Wer Spaß am Schönschreiben hat, ist in diesem Kurs genau richtig. Anleitung in Komposition und Schriftauswahl wird geboten, Beispielalphabeten dienen als Hilfsmittel. Bitte mitbringen: Papier, und ein weicher Bleistift und Pinselstifte. Stifte können auch bei der Kursleiterin erworben werden.

Anja Petry

6 U.Std. (1 Termin), € 38,00 (bei 4 – 5 TN, inkl. 4,00 € für Material)*
Freitag 16.00 – 20.30 Uhr, 10. Dezember
Anmeldeschluss 3. Dezember
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 1

Hinweis: Bitte beachten Sie folgenden Bildungsurlaub (S. 7)

P2200**Visual Thinking****P2008****Schreibspiele – Kreative Schreibwerkstatt**

Lesen – ist eine Reise in die Welt. Schreiben – ist eine Reise zu dir selbst!

Die Freude am Spielen und Gestalten mit Sprache, am Verfassen eigener, kleinerer Texte und Gedichte, steht in diesem Kurs im Mittelpunkt. Die Teilnehmer/innen erhalten Anregungen, selbst kreativ zu werden.

Vorkenntnisse im Kreativen Schreiben sind nicht notwendig. Bitte bringen Sie Papier und eigene Stifte (Filzstifte, Buntstifte) zum Ausgestalten der Texte mit.

Michael Krause-Blassl

12 U.Std. (4 Termine), € 47,00 (bei 6 – 7 TN)*
dienstags 17.00 – 19.15 Uhr, Beginn 2. November
Anmeldeschluss 26. Oktober
Stadtbibliothek, Bahnhofstraße 6

Fernweh

*Wohin wir auch gehen
was wir auch sehen
all das Leid
und das Glück
immer wieder
kehren wir
zu uns selber zurück.*

Autor: M. Krause-Blassl

Kunstgeschichte**P2103****Meisterwerke im Städel IV**

Das Städelsche Kunstinstitut („Städel“) in Frankfurt ist die älteste und bekannteste Museumsstiftung Deutschlands. Es wurde 1815 vom Bankier und Kaufmann Johann Friedrich Städel begründet und zeigt heute in der ständigen Ausstellung über 600 Werke vom Mittelalter bis zur Gegenwartskunst, wobei die Gemälde den Schwerpunkt bilden.

Ausgewählte Meisterwerke aus der Renaissance im Städel werden im Kurs betrachtet. Dabei wird ihr künstlerisches und historisches Umfeld beleuchtet. Eine Fortsetzung des Kurses im nächsten Semester ist möglich. Der Besuch der vorangehenden Kurse ist keine Voraussetzung für die Teilnahme dieses Kurses.

Oda Peter

16 U.Std. (8 Termine), € 48,00 (bei 8 – 9 TN)*
dienstags 17.30 – 19.00 Uhr, Beginn 26. Oktober
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

P2110 Vortrag

Adolph Menzels Kunst und Wirklichkeiten – Die Gemälde der Neuen Pinakothek „Wohnzimmer mit der Schwester des Künstlers“ und „Prozession in Hofgastein“ – Live aus der Pinakothek

Adolph Menzel gilt als der herausragende Vertreter des deutschen Realismus im 19. Jahrhundert. Unermüdlich zeichnend beobachtete er gleichsam als Chronist einer „vie moderne en Allemagne“ Menschliches und Allzumenschliches. 1996/97 verortete ihn die große Berliner Retrospektive daher auch im „Labyrinth der Wirklichkeit“.

Aber warum fotografierte der Künstler eigentlich nicht? Menzel, der die lithographische Anstalt des Vaters nach dessen Tod 1832 weiterführte, erwarb zudem 1864 das Photographische Kunst- und Verlagsinstitut Gustav Schauer für seinen Bruder. Nach dessen Tod ein Jahr später unterstützte er auch hier seine Schwägerin in der Fortführung der Geschäfte.

Menzel war also bestens mit den vielfältigsten und abbildenden Medien der Zeit vertraut, die seinen ökonomischen Erfolg sicherten und zugleich seinen Blick auf die Dinge des Lebens prägten. Dennoch hielt er persönlich an Malerei und Graphik fest. Suchte er vielleicht doch nach symbolischen Ausdrucksmöglichkeiten, die über die bloße Abbildung der Wirklichkeit hinausgingen? Diesen Fragen geht der Vortrag live aus der Neuen Pinakothek mit überraschenden und spannenden Einsichten in die Gemälde der Neuen Pinakothek nach.

Dr. Joachim Kaak ist zweiter stellvertretender Generaldirektor der Bayerischen Staatsgemäldesammlungen und Referent für Malerei und Plastik 1850-1900 in der Neuen Pinakothek.

Der Vortrag findet online als Zoom-Videokonferenz statt. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Eine Veranstaltung in Kooperation mit vhs.wissen live und der Neuen Pinakothek.

Dr. Joachim Kaak

€ 5,00
Donnerstag, 11. November, 19.30 Uhr
Anmeldeschluss 8. November
VHS ZOOM – virtueller Klassenraum

P2112 Vortrag

Malerfürst und barocke Üppigkeit – Peter Paul Rubens im Spannungsfeld von Bedeutung und modernen Rezeptionsgewohnheiten – Live aus der Pinakothek

Ambivalenz – mit diesem Begriff lässt sich wohl am besten die Haltung des Museumspublikums gegenüber Peter Paul Rubens fassen. Er gehört zu den bedeutendsten Künstlern aller Zeiten, zugleich wirken seine Bildwelten aus heutiger Sicht aus der Zeit gefallen: Die Dynamik, das Schönheitsideal, die Darstellung von Erotik und Gewalt – all das entspricht nicht mehr unbedingt den modernen Sehge-



wohnheiten und auch nicht dem gegenwärtig herrschenden Schönheitsempfinden. Wohl kaum ein Künstlereoivre löst so zuverlässig heftige und sich diametral gegenüberstehende Emotionen aus.

Die Rubens-Sammlung in der Alten Pinakothek gehört zu den bedeutendsten weltweit, nur das Kunsthistorische Museum in Wien und der Prado in Madrid verfügen über vergleichbare Bestände. Der zentrale Rubens-Saal mit seinen weltbekanntesten Meisterwerken, schon seit der Eröffnung des Museums das Herzstück und Kern des Gebäudes, gehört zu den Höhepunkten jedes Besuchs in der Alten Pinakothek. Die monumentalen Formate lösen Überwältigung und Bewunderung, aber nicht immer Begeisterung aus. Warum ist das so?

Dr. Mirjam Neumeister ist Oberkonservatorin und Sammlungsleiterin Flämische Barockmalerei in der Alten Pinakothek.

Der Vortrag findet online als Zoom-Videokonferenz statt. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Eine Veranstaltung in Kooperation mit vhs.wissen live und der Neuen Pinakothek.

Dr. Mirjam Neumeister

€ 5,00

Donnerstag, 16. Dezember, 19.30 Uhr

Anmeldeschluss 13. Dezember

VHS ZOOM – virtueller Klassenraum

Malen und Zeichnen

P2201

Zeichnen

Am Beginn steht das deutliche Sehen und Erkennen eines Gegenstandes, erst dann folgt die Umsetzung in eine Zeichnung. Unterschiedliche Objekte dienen als Ausgangspunkt. Nach einer gewissen Übungszeit kann das Material gewechselt werden, um auch hier die unterschiedlichen Merkmale kennenzulernen. Kohle, Grafit, Buntstift, Fettstift und Pastell stehen zur Auswahl, müssen aber selbst angeschafft werden. Das Einstiegsmaterial kann bei der Kursleiterin erworben werden. Anfänger/innen und Fortgeschrittene sind gleichermaßen willkommen und werden individuell betreut und gefördert.

Jutta Bock-Dickmann

41 U.Std. (13 Termine), € 123,00 (bei 8 – 9 TN)*

dienstags 16.30 – 18.45 Uhr, Beginn 7. September

Samstag, 9.30 -13.15 Uhr, 30. Oktober

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4



© bodobe - Pixabay

P2202

Acrylmalerei

Der Erwerb von Grundkenntnissen über Farben, Pigmente und Malgründe ist ein Inhalt dieses Kurses. Bildgestaltung, Komposition, Farb- und Formkontraste werden mit Bildanalysen und nachfolgenden Übungen vermittelt. So gewinnen Sie einen fundierten Einstieg. Einzelgespräche und Beratung sind möglich. Anfänger/innen und Fortgeschrittene werden gleichermaßen betreut und gefördert. Die Teilnahme am ersten Kurstag ist erforderlich. Arbeitsproben und Ar-

beitsmaterial, soweit vorhanden, bitte zum Kursbeginn mitbringen. Noch nicht vorhandene Arbeitsmaterialien können nach Beratung ggf. gemeinsam bestellt und mit der Kursleiterin abgerechnet werden.

Jutta Bock-Dickmann

41 U.Std. (13 Termine), € 123,00 (bei 8 – 9 TN)*

montags 16.00 – 18.15 Uhr, Beginn 6. September

Samstag 9.30 – 13.15 Uhr, 13. November

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4

P2206

Aquarell und Zeichnung

Das Vermitteln von handwerklichen, technischen sowie farblich-formalen Voraussetzungen für die Aquarellmalerei bildet den Einstieg in diese schöne Technik. Dabei dürfen zeichnerische Grundbedingungen nicht außer Acht gelassen werden. Diverse Einstiegsübungen gewährleisten einen sichereren werdenden Umgang mit dieser Art der Malerei. Anfänger/innen werden unterstützt. Durch das unterschiedliche Können ergeben sich zusätzliche Anreize und Impulse. Es fallen Materialkosten an.

Jutta Bock-Dickmann

41 U.Std. (13 Termine), € 123,00 (bei 8 – 9 TN)*

donnerstags 15.00 – 17.15 Uhr, Beginn 9. September

Samstag 9.30 – 13.15 Uhr, 18. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4

P2207

Bildnerisches Gestalten

Wer sich für Malerei und Kunst im Allgemeinen interessiert, sich künstlerisch und kreativ beschäftigen möchte und eine gewisse Basis im Zeichnen besitzt, ist in diesem Kurs richtig. Bildthemen und Bildfindung werden ausführlich besprochen und können durch kunstgeschichtliche Aspekte unterstützt werden. Die zu verwendenden Materialien sind ebenso Teil des Gesprächs und wichtig für den Ausdruck der Bildidee und deren Inhalt. Eine zeichnerische Grundlage kann, falls noch nicht vorhanden, vermittelt werden. Für die nötigen Materialien werden Empfehlungen gegeben. Es fallen Materialkosten an.

Jutta Bock-Dickmann

41 U.Std. (13 Termine), € 123,00 (bei 8 – 9 TN)*

dienstags 19.00 – 21.15 Uhr, Beginn 7. September

Samstag 9.30 – 13.15 Uhr, 4. Dezember

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4

P2220

Mit Farbe und Form experimentieren

Wir arbeiten überwiegend ungegenständlich z. B. nach Themen, in Serien, mit Texten oder auf ungewöhnlichen Formaten. Dieser Kurs soll Raum und Zeit bieten, eine eigene kreative Handschrift zu entwickeln und auszubauen. Wir arbeiten unter anderem mit Acrylfarben, Pigmenten, Gipsbinden und Spachtelmasse. Die Materialien werden gestellt (Materialkosten für Farben und Leinwände bis ca. 50,00 € können anfallen). Bitte Arbeitskleidung mitbringen.

Holger Friedrich

40 U.Std. (10 Termine), € 120,00 (bei 8 – 9 TN)*

mittwochs 19.00 – 22.00 Uhr, Beginn 22. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4

P2221 vormittags

Mit Farbe und Form experimentieren

(wie Kurs P2220)

Holger Friedrich

40 U.Std. (10 Termine), € 120,00 (bei 8 – 9 TN)*

donnerstags 9.30 – 12.30 Uhr, Beginn 23. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4

P2222

Mit Farbe und Form experimentieren

(wie Kurs P2220)

Holger Friedrich

40 U.Std. (10 Termine), € 120,00 (bei 8 – 9 TN)*

donnerstags 19.00 – 22.00 Uhr, Beginn 23. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4



P2224 am Wochenende

wieder da!

Mit Farbe und Form experimentieren: Erwachsene/r-Kind-Kurs

Wir arbeiten vorwiegend mit Acrylfarbe ungegenständlich, z. B. nach Vorgabe, in Serien, auf ungewöhnlichen Formaten oder mit zusätzlichen Materialien. In diesem Kurs soll es möglich sein, dass Erwachsene mit ihrem Kind (oder Enkel/in, Nefte, Nichte) kreativ tätig werden können. Die Kinder sollten zwischen 6 und 12 Jahre alt sein. Die Materialien werden gestellt (für Farben und Leinwände können Materialkosten bis ca. 30,00 € anfallen). Bitte Arbeitskleidung mitbringen. Die Teilnahme ist nur paarweise möglich. Erwachsene zahlen für die Teilnahme dieses Kurses die reguläre Gebühr. Kinder erhalten eine 20%ige Ermäßigung auf die Normalgebühr.

Holger Friedrich

16 U.Std. (2 Termine), € 62,00 (bei 6 – 7 TN)*
Samstag 10.00 – 16.30 Uhr, 23. Oktober
Sonntag 10.00 – 16.30 Uhr, 24. Oktober
Anmeldeschluss 15. Oktober
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4

P2225 am Wochenende

wieder da!

Mit Farbe und Form experimentieren: Erwachsene/r-Kind-Kurs

(wie Kurs P2224)

Holger Friedrich

16 U.Std. (2 Termine), € 62,00 (bei 6 – 7 TN)*
Samstag 10.00 – 16.30 Uhr, 27. November
Sonntag 10.00 – 16.30 Uhr, 28. November
Anmeldeschluss 19. November
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4

P2230 am Wochenende

Pinself trifft Spachtel – Keine Angst vor großen Formaten!

Sie möchten als Anfänger/in oder Fortgeschrittene/r abstrakt-expressive Malerei ausprobieren? Bei dieser Arbeitstechnik steht nichts von vornherein fest. Emotionen, Intuition und Spontanität haben hier ihren Platz. Schicht für Schicht entstehen auf diese Art Bilder mit Tiefe, Raum und vielen Raffinessen. Die Wahl der Materialien ist frei: Auch Material aus Haushalt und Garten (Steine, Holz, Zeitungen) kann in den Bildern verarbeitet werden. Es sind 2 – 3 Leinwände auf eigene Kosten mitzubringen, z. B. 80 x 80, 80 x 100 oder 80 x 120 cm. Zusätzlich fallen für Materialien 20,00 € an, die direkt im Kurs abgerechnet werden. Auf Wunsch kann ein Folgekurs eingerichtet werden. Bitte Malkleidung oder älteres T-Shirt anziehen.

Gabriele Köhlinger

16 U.Std. (2 Termine), € 91,00 (bei 4 – 5 TN)*
Samstag 14.00 – 19.00 Uhr, 30. Oktober
Sonntag 10.00 – 17.00 Uhr, 31. Oktober
Anmeldeschluss 22. Oktober
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4

P2231 am Wochenende

Pinself trifft Spachtel – Keine Angst vor großen Formaten!

(wie Kurs P2230)

Gabriele Köhlinger

16 U.Std. (2 Termine), € 91,00 (bei 4 – 5 TN)*
Samstag 10.00 – 16.00 Uhr, 20. November
Sonntag 10.00 – 16.00 Uhr, 21. November
Anmeldeschluss 12. November
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4

P2233 am Wochenende

Acrylic Pouring

Acrylic Pouring („Acryl Gießen“) ist eine experimentelle Maltechnik mit flüssigen Acrylfarben. Dabei entstehen wunderschöne, abstrakte Bilder. Vorerfahrung im Zeichnen oder Malen sind dafür nicht notwendig. Es gibt zudem eine große Zahl an verschiedenen Techniken, um verschiedene Muster und Zellen zu erhalten. Am Ende entstehen einzigartige Kunstwerke.

Bitte bringen Sie ihre eigenen Leinwände in verschiedenen Größen und Malkleidung mit.

Die Kursleiterin bringt bereits sehr viele verschiedene Farben fertig gemischt mit, erklärt Ihnen im Kurs aber auch das Mischen und worauf es dabei ankommt. Gerne können Sie auch eigene Farben mitbringen. Die Bilder müssen zum Trocknen liegen bleiben und können eine Woche später abgeholt werden.

Für die Farben, Pouringmedium und Silikon errechnet sich ein Selbstkostenbetrag von € 3,50 pro Becher. Für eine Leinwand von ca. 30 x 30 ist diese Menge ausreichend. Diese Kosten werden vor Ort abgerechnet.

Andrea Klepp

6 U.Std. (1 Termin), € 41,50 (bei 4 – 5 TN, inkl. 4,50 € für Verbrauchsmaterial)*

Samstag 10.00 – 15.00 Uhr, 9. Oktober

Anmeldeschluss 1. Oktober

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4

P2234 am Wochenende

Acrylic Pouring

(wie Kurs P2233)

Andrea Klepp

6 U.Std. (1 Termin), € 41,50 (bei 4 – 5 TN, inkl. 4,50 € für Verbrauchsmaterial)*

Samstag 10.00 – 15.00 Uhr, 11. Dezember

Anmeldeschluss 3. Dezember

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4

P2235 am Wochenende

Gel, Monotypien, Druck – Wir erstellen Unikate

In diesem Kurs lernen Sie die Kunst des manuellen Bilddrucks kennen. Für Einsteiger und Fortgeschrittene geeignet.

Monotypien sind einmalige Drucke, deren Vorgang nach der Fertigstellung auf der Druckplatte (Gelatineplatte) und nach dem Druck (Handabdruck) kein zweites Mal wiederholbar ist. Beeindruckende Bilder – wahre Unikate sind das Ergebnis. Die Bildmöglichkeiten lassen sich mit unterschiedlichen Materialien (Wellpappe, Apfelsinennetze, Gräsern, Blättern, selbstgemachten Schablonen u. v. m) hervorragend kombinieren. Durch den zusätzlichen Einsatz von Acrylfarben entstehen verschiedene Ebenen, die dem Bild eine reizvolle Tiefe verleihen.

Bitte mitbringen: Bleistift, Schere, Nagelschere, Malschürze und Einmalhandschuhe. Materialkosten in Höhe von 10,00 € werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Hiltrud Steinbach

8 U.Std. (1 Termin), € 31,00 (bei 6 – 7 TN)*

Samstag 10.00 – 16.00 Uhr, 6. November

Anmeldeschluss 29. Oktober

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4



© Hiltrud Steinbach



P2236 am Wochenende

Seidenmalerei

Malen auf Seide ist eine alte und faszinierende Kunst. Sie macht viel Spaß und Freude. In diesem Kurs sammeln Sie erste Erfahrungen in der Seidenmalerei. Die fachkundige Kursleiterin bringt Ihnen einfache Techniken bei und zeigt Ihnen wie Sie nach Vorlage oder Ihre ganz eigenen Ideen auf die Seide bringen und danach in Farben tauchen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Materialien werden gestellt (Materialkosten von ca. 20,00 € können anfallen und werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet). Bitte Malkleidung mitbringen.

Nina Erghelidji

16 U.Std. (3 Termine), € 62,00 (bei 6 – 7 TN)*
samstags 15.00 – 19.00 Uhr, 4., 11. und 18. Dezember
Anmeldeschluss 26. November
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4



© Nina Erghelidji

P2238 am Wochenende

Gestalten mit Papier – Geldgeschenkschachtel / Explosionsbox

Ein tolles Geschenk für die sonst langweiligen „Geldgeschenke“. Eine Explosionsbox ist eine Geschenkschachtel der etwas anderen Art. Von außen sieht sie aus wie ein Würfel, doch wenn man den Deckel öffnet, fallen Ihnen vier Laschen entgegen, die alle toll gestaltet und gleichzeitig auch als Karte genutzt werden können. In der Mitte ist Platz für ein kleines Schächtelchen, worin Geldgeschenke oder eben auch kleine Goodies einen Platz finden. Wir basteln zwei dieser tollen Boxen. Materialkosten von 4,00 € sind direkt an die Kursleitung zu entrichten. Bitte mitbringen: Schere, Kleber, Bleistift, Notizblock, und, falls vorhanden, Acrylblöcke zum Befestigen der Stempel & Schneidebrett mit Schneideklängen.

Ramona Schneider

4 U.Std. (1 Termin), € 23,00 (bei 4 – 5 TN)*
Samstag 16.00 – 19.00 Uhr, 6. November
Anmeldeschluss 29. Oktober
VHS Spilburg, Geb. A23, Spilburgstraße 5, Raum 1

P2239 am Wochenende

Gestalten mit Papier – Album mit Buchbindetechnik

Unter fachkundiger Anleitung stellen Sie ein dekoratives Fotoalbum im Format 12 x 15,5 cm her. Aus tollen Designpapieren und verschiedenen Farbkartons entsteht ein wunderbares Erinnerungsstück für Sie selbst oder auch ein tolles Geschenk. Im Workshop werden wir mit Papier, Pappe und Buchbinderleinen arbeiten. Optisch werden wir das Minialbum mit Ösen, Geschenkband und Stempeln gestalten. Materialkosten von 10,00 € sind direkt an die Kursleitung zu entrichten. Bitte mitbringen: Schere, Kleber, Bleistift, Notizblock, und, falls vorhanden, Acrylblöcke zum Befestigen der Stempel & Schneidebrett mit Schneideklängen.

Ramona Schneider

4 U.Std. (1 Termin), € 23,00 (bei 4 – 5 TN)*
Samstag 16.00 – 19.00 Uhr, 30. Oktober
Anmeldeschluss 22. Oktober
VHS Spilburg, Geb. A23, Spilburgstraße 5, Raum 1



© Finn Petersen - Pixabay

P2243 am Wochenende

NEU

Sketchnotes – Visuelle Notizen selbst gestalten

Entdecken Sie die Welt der visuellen Ergebnissicherung und Organisation von Gedanken. An zwei Abenden erlernen und erweitern Sie Ihre Fähigkeiten, Ihre Notizen in einer Kombination aus Bildern und Text zu gestalten. Sketchnotes helfen dabei, sich Themen besser zu merken, aber auch, um diese anderen anschaulich zu vermitteln. Sie brauchen dazu kein Zeichentalent.

Bitte mitbringen: A4 Papier, Bleistift, Fineliner schwarz.

Anja Petry

10 U.Std. (2 Termine), € 43,00 (bei 6 – 7 TN, inkl. 4,00 € für Material)*
Freitag 17.00 – 20.00 Uhr, 10. September
Samstag 14.00 – 18.30 Uhr, 11. September
Anmeldeschluss 3. September
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 1

Plastisches Gestalten

P2300 vormittags

Keramik ohne Töpferscheibe

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene.

Lust auf Ton? Warum nicht einmal modellieren! Ton steckt voller Möglichkeiten, man muss sich nur trauen. In diesem Kurs können Sie Ihre eigenen Ideen umsetzen und erhalten dabei Hilfestellung und Anregungen: Alles ist möglich, ob Skulpturen oder Gegenstände. Es stehen verschiedene Tone (z. B. grober Bildhauerton und farbige Tone), Glasuren, Redoxfarben und Engoben zur Verfügung. Probieren Sie es: In lockerer Atmosphäre mit Gleichgesinnten einfach einmal etwas gestalten.

Kirsten Mainberger

30 U.Std. (10 Termine), € 97,50 (ab 10 TN*, inkl. 19,50 € für Material)
montags 14.00 – 16.15 Uhr, Beginn 6. September
Lotteschule, Frankfurter Straße 25, Werkraum (Kellereingang an der Kestnerstraße)



© bFotopool HW



P2302

Keramik ohne Töpferscheibe

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene.
Wer Freude am Gestalten mit Ton hat und kreative Ideen umsetzen möchte, hat hier die Möglichkeit, Aufbautechniken, freies Formen von Gefäßen, Figuren und Objekten sowie Einformen zu erlernen. Verschiedene Techniken der Oberflächengestaltung stehen im Mittelpunkt, es sind aber auch Engoben und Glasuren vorhanden.

Monika Koelschitzky

30 U.Std. (10 Termine), € 97,50 (ab 10 TN*, inkl. 19,50 € für Material) montags 17.30 – 19.45 Uhr, Beginn 6. September
Lotteschule, Frankfurter Straße 25, Werkraum (Kellereingang an der Kestnerstraße)

P2303

Keramik ohne Töpferscheibe

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene.
(wie Kurs P2302)

Monika Koelschitzky

30 U.Std. (10 Termine), € 97,50 (ab 10 TN*, inkl. 19,50 € für Material) mittwochs 17.30 – 19.45 Uhr, Beginn 8. September
Lotteschule, Frankfurter Straße 25, Werkraum (Kellereingang an der Kestnerstraße)

P2312 am Wochenende

Gold- und Silberschmieden

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene
Sie möchten Schmuck aus Edelmetallen und Edelsteinen selbst fertigen? Hier erlernen Sie die Grundtechniken des Goldschmiedehandwerks und werden angeleitet, diese an einfachen Schmuckstücken nach Ihren eigenen Ideen umzusetzen. Fortgeschrittene können Ihre Fertigkeiten vertiefen und außerdem die Kunst des Schmuckgussmodellierens lernen. Lernen Sie, wie man aus Hartwachsrohlingen Schmuckmodelle herstellt, die in Edelmetalle gegossen werden können. Die Materialkosten werden am Ende des Kurses mit der Kursleiterin abgerechnet. Bitte mitbringen: Skizzenblock und Bleistift (HB). Der Kurs ist auf max. 6 Teilnehmer/innen begrenzt.

Beate Thien

12 U.Std. (3 Termine), € 54,00 (bei 6 TN)*
samstags 16.00 – 19.00 Uhr, 9. u. 30. Oktober, 13. November
Anmeldeschluss 1. Oktober
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2

P2316 am Wochenende

Goldschmieden wie die Profis

Unter Anleitung fertigen Sie Schmuck aus Gold oder Silber nach Ihren individuellen Vorstellungen. Mit Säge, Hammer und etwas handwerklichem Geschick entsteht Ihr persönliches Schmuckstück wie z. B. Ring, Brosche, Armband oder Anhänger. Bitte bringen Sie Skizzenblock und Bleistift mit. Eine Nutzungspauschale von 4,00 € und Materialkosten ab ca. 20,00 € (je nach Verbrauch und Anzahl der Schmuckstücke) werden direkt am Ende mit der Kursleiterin abgerechnet. Aus organisatorischen Gründen können Schmuckstücke nur mit den Materialien hergestellt werden, die bei der Kursleiterin erworben werden. Der Kurs ist auf max. 6 Teilnehmer/innen begrenzt.

Gloria Schulz

16 U.Std. (2 Termine), € 62,00 (bei 6 – 7 TN)*
Samstag 11.00 – 17.00 Uhr, 20. November
Samstag 11.00 – 17.00 Uhr, 27. November
Anmeldeschluss 12. November
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 3

P2317 am Wochenende

Goldschmieden wie die Profis

(wie Kurs P2316)
Gloria Schulz
16 U.Std. (2 Termine), € 62,00 (bei 6 – 7 TN)*
Samstag 11.00 – 17.00 Uhr, 4. Dezember
Samstag 11.00 – 17.00 Uhr, 11. Dezember
Anmeldeschluss 26. November
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 3

P2322 am Wochenende

Künstlerische Collage selbst gestalten

Für Anfänger/innen sowie Teilnehmer/innen mit Erfahrung.

In diesem Kurs sind Ihrer Kreativität keine Grenzen gesetzt. Aus persönlichen Fotos, inspirierenden Bildern aus Zeitschriften oder Kalendern, aus Materialien, die Sie in der Natur gefunden haben oder ganz persönlichen Stücken, kreieren Sie Ihre individuelle Collage. Unter fachkundiger Anleitung kombinieren Sie Malen, Kleben und Stempeln mit selbst gewählten Materialien auf Leinwand oder festem Untergrund. Eine schöne Idee, um persönliche Erlebnisse der letzten Monate in einem Bild festzuhalten. Bitte mitbringen: Acrylfarben, transparenten Klebstoff, Papier, Schere, kleinen Reiseföhn, Leinwand und alle Materialien, die Sie in Ihrem ersten Collagen-Projekt einbauen möchten.

Yuliya Inderthal

5 U.Std. (1 Termin), € 29,00 (bei 4 – 5 TN)*
Samstag 14.00 – 18.00 Uhr, 18. September
Anmeldeschluss 10. September
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4



© Yuliya Inderthal

Musik

P2501 am Wochenende

Mundharmonika/Blues Harp I

Für Anfänger/innen – auch ohne musikalische Vorkenntnisse.
Ganz einfach Musik machen – an jedem Ort und in jeder Situation, von einfachen Melodien bis zum Blues. Lernen Sie, wie man Melodien in Moll auf einer in Dur gestimmten Mundharmonika spielt, erste Grundlagen des Blues-Spiels sowie die Geschichte dieses besonderen Instruments. Schon nach einem Wochenende können Sie einfache Melodien nach Tabulatur spielen. Der Unterricht basiert auf der einzeltönigen Mundharmonika in Richterstimmung („Blues Harp“) in C-Dur. Teilnehmende können ihre eigenen Instrumente mitbringen oder beim Kursleiter in guter Qualität günstig erwerben. Für ein Skript fallen im Kurs 6,00 € an, die direkt mit dem Kursleiter abgerechnet werden.

Arnd Hoffmann

15 U.Std. (3 Termine), € 59,00 (bei 6 – 7 TN)*
Freitag 16.00 – 20.00 Uhr, 15. Oktober
Samstag 10.00 – 14.00 Uhr, 16. Oktober
Sonntag 10.00 – 14.00 Uhr, 17. Oktober
Anmeldeschluss 8. Oktober
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 3

P2502 am Wochenende

Mundharmonika/Blues Harp II

Für Fortgeschrittene bzw. Teilnehmer/innen aus dem Kurs „Mundharmonika/Blues Harp I“ oder gleichnamigen Kursen aus den Vorjahren.

Arnd Hoffmann

15 U.Std. (5 Termine), € 59,00 (bei 6 – 7 TN)*
freitags 18.00 – 20.15 Uhr, 22. Oktober, 5. und 19. November, 3. und 17. Dezember
Anmeldeschluss 15. Oktober
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 3



Musiktheorie

P2520 vormittags

NEU

Ist das nicht von Mozart...?

Es werden sowohl populäre als auch unbekannte Meisterwerke aus Renaissance, Barock, Klassik, Romantik, Moderne und Avantgarde besprochen. Ob instrumental oder vokal, ob geistlich oder weltlich, ob in sinfonischer oder kammermusikalischer Besetzung – die Teilnehmenden erhalten einen Einblick in Meisterwerke der Musik und erfahren Wissenswertes über Komponisten, Entstehungsgeschichte, Satztechniken und vieles mehr. Mit zahlreichen Klangbeispielen von CD und DVD. Für die Teilnahme sind keinerlei Voraussetzungen nötig, Neugier und Interesse genügen.

Thomas Sander

20 U.Std. (10 Termine), € 86,00 (bei 6 – 7 TN)*
dienstags 10.30 – 12.00 Uhr, Beginn 26. Oktober
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

P2522 vormittags

NEU

Nie wieder keine Ahnung!

Der Kurs befasst sich mit den gebräuchlichsten musiktheoretischen Grundbegriffen, gibt einen Überblick über die wichtigsten Epochen der Musikgeschichte, erläutert musikalische Formen und Gattungen, behandelt Instrumentenkunde, vermittelt Hörhilfen zum Verständnis einfacher wie anspruchsvoller Kompositionen und streift Aspekte des aktuellen Musiklebens. Mit zahlreichen Klangbeispielen von CD und DVD. Für die Teilnahme sind keinerlei Voraussetzungen nötig, Neugier und Interesse genügen.

Thomas Sander

20 U.Std. (10 Termine), € 86,00 (bei 6 – 7 TN)*
mittwochs 10.30 – 12.00 Uhr, Beginn 27. Oktober
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

Thomas Sander

Thomas Sander studierte in Köln, Bochum und Dresden (Schulmusik, Germanistik, Musikwissenschaften und Kulturmanagement).

Von 1984 bis 2003 war er Lehrer für Klavier, Kammermusik und Chorleitung an der Musikschule der Stadt Witten/Ruhr.

Von 2004 bis 2021 leitete er die Wetzlarer Musikschule. Er ist Gründer und Künstlerischer Leiter der Wetzlarer Improvisationstage.

Seit über 25 Jahren ist er in der musikalischen Erwachsenenbildung tätig mit Gesprächskonzerten, Projekten, Kursen und Vorträgen an Volkshochschulen, Musikschulen und anderen Bildungseinrichtungen im In- und Ausland.



P2524

NEU

Tanz oder gar nicht

Zum Inhalt des Kurses gehören die Auseinandersetzung mit Stücken des klassischen Balletts sowie des Modernen Tanztheaters. Gezeigt werden neben traditionellen Bewegungen des Balletts experimentelle, theatrale Ausdrucksformen in den Arbeiten verschiedener Tanzcompagnien und -ensembles. Mit Dokumentationsmaterial sowie Interviews und Porträts von bekannten Tänzerinnen und Tänzern, Regisseuren, Choreografen, Dirigenten, Wissenschaftlern, Kritikern etc. von CD und DVD.

Thomas Sander

20 U.Std. (10 Termine), € 86,00 (bei 6 – 7 TN)*
mittwochs 18.00 – 19.30 Uhr, Beginn 27. Oktober
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

P2526

NEU

Die Oper –

Von Lust und Liebe bis Mord und Totschlag

Der Kurs analysiert Ouvertüren, Arien, Duette, Ensembles, Chöre und Ballettmusiken. Die Musikbeispiele – von DVD, CD und live am Klavier – reichen von Monteverdi über Händel und Mozart bis hin zu Wagner, Verdi und Henze. Zum Inhalt gehören darüber hinaus Erläuterungen zu musikdramatischen Konzeptionen, zum Verhältnis von Text und Musik, Erklärungen und Hörhilfen zum Einsatz stilistischer und musikalischer Mittel sowie der Vergleich von Inszenierungen. Für die Teilnahme sind keine Vorkenntnisse nötig, Neugier und Interesse genügen.

Thomas Sander

20 U.Std. (10 Termine), € 86,00 (bei 6 – 7 TN)*
donnerstags 18.00 – 19.30 Uhr, Beginn 28. Oktober
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

Tanz

P2605 am Wochenende

wieder da!

DiscoFox I

Für (Wieder-)Einsteiger/innen.

Der DiscoFox wird besonders gern getanzt und ist brandaktuell. Getanzt wird er zu (fast) jeder Musikrichtung. Er ist locker, einfach zu erlernen und macht viel Spaß. Die Vielfalt seiner Schritt- und Figurenvariationen, Musik- und Tanzstilrichtungen ist kaum zu überbieten und lässt damit der individuellen Kreativität großen Spielraum. Neben den Grundschritten werden einfache Figuren und Variationen gelernt und ausgiebig geübt. Der Kurs steht allen Altersklassen offen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Teilnahme ist nur paarweise möglich.

Holger Dolfen

4 U.Std. (1 Termin), € 20,00 (bei 6 – 7 TN)*
Sonntag 10.00 – 13.00 Uhr, 28. November
Anmeldeschluss 19. November
Funsporthalle Westend, Anbau, Horst-Scheibert-Straße

P2609 am Wochenende

wieder da!

DiscoFox II

Für Fortgeschrittene.

Das in einem Einsteiger/innenkurs DiscoFox I (z. B. P2605) Gelernte wird wiederholt, geübt und vertieft. Darüber hinaus werden weiterführende Schrittkombinationen, Figuren und Variationen vermittelt. Die Teilnahme ist nur paarweise möglich.

Holger Dolfen

4 U.Std. (1 Termin), € 20,00 (bei 6 – 7 TN)*
Sonntag 10.00 – 13.00 Uhr, 12. Dezember
Anmeldeschluss 3. Dezember
Funsporthalle Westend, Anbau, Horst-Scheibert-Straße

P2612 am Wochenende

wieder da!

Tanzen I

Für (Wieder-)Einsteiger/innen.

Bewegung macht fit, Musik ist gut für die Seele und Spaß steht bei uns an erster Stelle. Möchten Sie bei der nächsten Geburtstags-, Schulabschlussfeier, Hochzeit oder beim Schützen- und Abiball auch aktiv dabei sein? Oder möchten Sie sich einfach nur körperlich fit halten? Dann ist dieser Kurs genau richtig. An diesem Termin lernen Sie die Technik der wichtigsten Tänze aus den Bereichen Standard-, Latein-, Modetänze wie DiscoFox, Walzer, Cha-Cha-Cha und Rumba. Jede/r kann tanzen lernen. Der Kurs steht allen Altersklassen offen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Teilnahme ist nur paarweise möglich.

Holger Dolfen

4 U.Std. (1 Termin), € 20,00 (bei 6 – 7 TN)*
Sonntag 14.00 – 17.00 Uhr, 28. November
Anmeldeschluss 19. November
Funsporthalle Westend, Anbau, Horst-Scheibert-Straße


P2615 am Wochenende
wieder da!
Tanzen II

Für Fortgeschrittene bzw. Teilnehmer/innen aus Kurs Tanzen I. Nach dem Kurs ist vor dem Kurs. Wer den Anfängerkurs absolviert hat und sich sagt, „das kann doch nicht alles gewesen sein“, der sollte sich schnell anmelden. An diesem Termin werden die Schrittfolgen des Tanzkurses I erweitert und die Technik vertieft, damit Sie bei der nächsten Gelegenheit eine noch bessere Figur auf der Tanzfläche machen. Der Kurs steht allen Altersklassen offen. Die Teilnahme ist nur paarweise möglich.

Holger Dolfen

4 U.Std. (1 Termin), € 20,00 (bei 6 – 7 TN)*
 Sonntag 14.00 – 17.00 Uhr, 12. Dezember
 Anmeldeschluss 3. Dezember
 Funsporthalle Westend, Anbau, Horst-Scheibert-Straße

P2626 am Wochenende
wieder da!
Bachata – Mittelstufe

Bachata ist ein gefühlvoller Paartanz, der ursprünglich aus der Dominikanischen Republik stammt und um den man heute auf Salsa-Partys nicht mehr herum kommt. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die geringe Vorkenntnisse mitbringen (Grundschriffe, Rechts-/Links-drehungen) und weitere Figuren und Führungsmöglichkeiten kennenlernen möchten. Im Kurs werden wir Elemente des Bachata Tradicional als auch des modernen Bachata Sensual aus Spanien kombinieren. Allen Kursteilnehmer/innen werden Videos des Gelernten zur Verfügung gestellt. Die Teilnahme ist nur paarweise möglich. Bitte Schuhe mit sauberen Sohlen mitbringen.

Juan Antonio Garcia Prol

10 U.Std. (2 Termine), € 30,00 (bei 8 – 9 TN)*
 Samstag 9.30 – 13.15 Uhr, 6. November
 Sonntag 9.30 – 13.15 Uhr, 7. November
 Anmeldeschluss 29. Oktober
 Funsporthalle Westend, Anbau, Horst-Scheibert-Straße

P2628 am Wochenende
wieder da!
Salsa Cubana – Mittelstufe

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Vorkenntnisse aus einem Einsteigerkurs und/oder praktischer Anwendung mitbringen, und ihr Repertoire erweitern möchten. In diesem Aufbaukurs möchten wir weitere Führungsmöglichkeiten und Figuren vorstellen und einüben, damit diese (z.B. auf Salsa-Parties) freier kombiniert werden können. Die konkreten Inhalte richten sich nach den Vorkenntnissen und Bedürfnissen der Teilnehmer/innen. Allen Kursteilnehmer/innen werden Videos des Gelernten zur Verfügung gestellt. Die Teilnahme ist nur paarweise möglich. Bitte Schuhe mit sauberen Sohlen mitbringen.

Juan Antonio Garcia Prol

10 U.Std. (2 Termine), € 30,00 (bei 8 – 9 TN)*
 Samstag 9.30 – 13.15 Uhr, 4. Dezember
 Sonntag 9.30 – 13.15 Uhr, 5. Dezember
 Anmeldeschluss 26. November
 Funsporthalle Westend, Anbau, Horst-Scheibert-Straße

Hinweis: Bitte beachten Sie den Kurs im Fachbereich Gesundheit:

P3819
Reggaeton Workout
P2630
Orientalischer Tanz – Anfänger

Für Anfängerinnen mit und ohne Vorkenntnisse. Möchten Sie sich einen Einblick in die Kunst des Orientalischen Tanzes verschaffen? Wir erlernen und trainieren Basisbewegungen des orientalischen Tanzens. Schritte, Hüft-, Oberkörper- und Armbewegungen werden dann zu einem einfachen Tanz zusammengestellt. Im Mittelpunkt stehen die Freude am gemeinsamen Tanzen und das Entdecken bisher wenig beanspruchter Körperregionen. Es können noch Kosten für Accessoires und Musik-Tonträger entstehen. Bitte bequeme Kleidung, Socken oder Gymnastikschuhe und ein Tuch mitbringen.

Lisa Niemöller

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
 dienstags 18.00 – 19.30 Uhr, Beginn 7. September
 Funsporthalle Westend, Anbau, Horst-Scheibert-Straße

P2631
Orientalischer Tanz – leichte Mittelstufe

Vorkenntnisse und Erfahrungen aus dem Besuch von mind. vier Anfängerkursen sind erwünscht. Wir vertiefen die Bewegungen und ergänzen sie um neue. Wir machen uns auch mit Accessoires wie Schleier, Stock und Zimbeln vertraut. Sie lernen verschiedene Rhythmen und deren tänzerische Umsetzung kennen. Auch das Tempo wird erhöht.

Lisa Niemöller

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
 donnerstags 20.00 – 21.30 Uhr, Beginn 9. September
 Funsporthalle Westend, Anbau, Horst-Scheibert-Straße

P2632
Orientalischer Tanz – Mittelstufe bis Fortgeschrittene

Vorkenntnisse und Erfahrungen aus dem Besuch des Kurses „leichte Mittelstufe“ sind erwünscht. Tempo und Bewegungsrepertoire werden erweitert, hinzu kommen Layering-Techniken und weitere Accessoires. Außerdem erlernen wir, wie man eine Choreographie erarbeitet. Wir öffnen uns auch Fusionen mit anderen Musikstilen.

Lisa Niemöller

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
 dienstags 20.00 – 21.30 Uhr, Beginn 7. September
 Funsporthalle Westend, Anbau, Horst-Scheibert-Straße

Fotografie
P2709 am Wochenende
Grundlagen der Digitalfotografie für Spiegelreflexkameras

Sind Sie mit Ihrer Ausbeute an Fotos unzufrieden und stolpern immer wieder über Menüpunkte, Knöpfe und allerlei verschiedene Einstellungen Ihrer Kamera? Dann sind Sie in diesem Grundlagenkurs richtig. Grundsätzliches über Fotografie und Spezielles zu Ihrer Kamera werden hier vermittelt. Das Zusammenspiel von Verschlusszeiten und Blende, Weißabgleich, Belichtungszeiten, Tiefenschärfe und Bildkomposition sowie einiges zum gestalterischen Einsatz werden in diesem Kurs behandelt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Ca. 5,00 € pro Teilnehmer/in für ein Hand-Out werden im Kurs abgerechnet. Bitte Ihre Kamera incl. Beschreibung und die Kameraspeicherkarte mitbringen!

Christin Launhardt

12 U.Std. (2 Termine), € 79,00 (bei 4 – 5 TN)*
 Freitag 16.00 – 19.30 Uhr, 10. September
 Samstag 10.00 – 15.30 Uhr, 11. September
 Anmeldeschluss 3. September
 VHS Spilburg, Geb. A23, Spilburgstraße 5, Raum 2



© S. Hermann u. F. Richter - Pixabay



P2710 am Wochenende

Grundlagen der Digitalfotografie für Spiegelreflexkameras

(wie Kurs P2709)

Christin Launhardt

12 U.Std. (2 Termine), € 79,00 (bei 4 – 5 TN)*

Freitag 16.00 – 19.30 Uhr, 5. November

Samstag 10.00 – 15.30 Uhr, 6. November

Anmeldeschluss 29. Oktober

VHS Spilburg, Geb. A23, Spilburgstraße 5, Raum 2

P2714 am Wochenende

Gestalten Sie Ihr Fotobuch!

Vom ersten Schritt bis zum fertigen Fotobuch erlernen Sie Ihr individuelles Bilderbuch zu erstellen. Die kostenlose Software CEWE bietet Werkzeuge mit denen wir Texte, Seitenhintergründe, Effekte sowie Rahmen zur Gestaltung von z. B. Familien- oder Reisefotobuch nutzen. Bitte bringen Sie ca. 15 – 20 Bilder auf einem USB-Stick mit. Die Kursleiterin stellt auch Bildmaterial zur Verfügung, falls Sie möchten. Teilnahmevoraussetzung: Sicherer Umgang mit der Dateiverwaltung.

Elke Kaiser

9 U.Std. (1 Termin), € 35,00 (bei 6 – 7 TN)*

Samstag 9.30 – 16.45 Uhr, 11. September

Anmeldeschluss 3. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.04

Hinweis: Bitte beachten Sie den Kurs im Fachbereich Arbeit und Beruf:

P5500

Kreatives Arbeiten mit Adobe Photoshop Elements – Einführung

2

Klöppeln, Weben, Nähen

P2801

Klöppeln

Für Anfänger/innen und Wiedereinsteiger/innen.

Paarig auf Holzspulen (Klöppel) aufgewickelte Fäden werden durch „Kreuzen“ und „Drehen“ miteinander verflochten. Im Kurs werden Spitzen und Bilder nach Anleitung oder eigenen Entwürfen hergestellt. Das Arbeitsmaterial wird für Anfänger/innen im Kurs ausgeliehen. Bitte mitbringen: Stecknadeln ohne Glaskopf, Schere und Schreibzeug.

Annedore Reinstädler

30 U.Std. (10 Termine), € 90,00 (bei 8 – 9 TN)*

mittwochs 19.30 – 21.45 Uhr, Beginn 8. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.08

P2802

Handweben auf Rahmen

Auf den Webrahmen entstehen Stoffe bis zu 1m Breite: Bekleidungsstoffe aus hochwertigen Garnen, Teppiche aus dicker Teppichwolle, Flickenteppiche aus Stoffresten. Außerdem fertigen wir Tischläufer, Wandbehänge, Tischsets, Decken, Gardinen, Schals, Stoffe für Kissenbezüge und Taschen. Fortgeschrittene Teilnehmer/innen haben die Möglichkeit der Bildweberei.

Natalia Zeitzschel

30 U.Std. (10 Termine), € 90,00 (bei 8 – 9 TN)*

mittwochs 16.30 – 18.45 Uhr, Beginn 8. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4

Bitte geben Sie uns Ihre E-Mail-Adresse – wir informieren Sie über Kursänderungen!



Volkshochschule
Wetzlar

Hinweis:

Die folgenden Nähkurse setzen Kenntnisse im Umgang mit der Nähmaschine voraus. In den Kursen werden alle Arbeiten so erläutert und geübt, dass die Teilnehmer/innen zu Hause weiterarbeiten können.

P2807 am Wochenende

Mein Lieblingsrock selbst gemacht

Für Anfänger/innen mit Grundkenntnissen sowie Fortgeschrittene geeignet.

Wohl kaum etwas ist so feminin wie der Rock. Für viele von uns ist ein gut sitzendes Kleidungsstück von der Stange nicht zu finden. Nähen Sie sich Ihren neuen Lieblingsrock doch einfach selbst. Wichtig ist eine gute Passform in der Sie sich wohlfühlen. Kommen Sie vorbei und schneiden Sie Ihren Rock nach persönlichem Maß und Wunsch. Unterstützung erhalten Sie durch die erfahrene Kursleiterin. Eine große Auswahl an Schnittmustern in den Größen 34-56 steht Ihnen zur Verfügung. Bitte bringen Sie mit: eigene Nähmaschine, Stoff, Maßband, Lineal, Stift, Stecknadeln, Schere für Papier und Stoff, Schneiderkreide. Auf Wunsch kann ein Folgekurs eingerichtet werden.

Olga Braun

12 U.Std. (2 Termine), € 68,00 (bei 4 – 5 TN)*

Samstag 10.00 – 14.30 Uhr, 2. Oktober

Sonntag 10.00 – 14.30 Uhr, 3. Oktober

Anmeldeschluss 24. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 3

P2808 am Wochenende

Meine Tasche – Mein Design

Individuelle Taschen selbst nähen

Für Anfänger/innen mit Grundkenntnissen sowie Fortgeschrittene geeignet.

Die Lieblingsjeans hat ausgedient, das bunte Sommerkleid ist kaputt oder die kuschelige Bettwäsche ist ausgewaschen... und jetzt? Entsorgen? Nein! Upcycling heißt die Devise! Mit kreativen Ideen zeigt Ihnen die Kursleiterin, wie Sie schnell und einfach aus alten Schätzchen tolle Taschen nähen. Das macht nicht nur Spaß, sondern ist auch nachhaltig und kostengünstig. Bitte mitbringen: die eigene Nähmaschine, alte oder ungenutzte Bekleidung/Jeans, Schreibblock, Bleistift, Steck- und Nähadeln, Schneiderkreide, Schere, Nähgarn, Maßband und zusätzliches Material wie Stoffreste und Knöpfe. Auf Wunsch kann ein Folgekurs eingerichtet werden.

Yuliya Inderthal

5 U.Std. (1 Termin), € 29,00 (bei 4 – 5 TN)*

Samstag 14.00 – 18.00 Uhr, 13. November

Anmeldeschluss 5. November

VHS Spilburg, Geb. A23, Spilburgstraße 5, Raum 2

P2812

Kreativ-Nähkurs

In kurzer Zeit fertigen wir modische Accessoires und kleine Mitbringsel an. Es werden viele Anregungen gegeben, eigene Ideen sind aber auch herzlich willkommen. Zur ersten Stunde bitte Material mitbringen (Stoff, Stoffreste und Garn) sowie Schere, Maßband und Stecknadeln. Nähmaschinen sind vorhanden, es können aber auch eigene mitgebracht werden.

Ingrid Hartrampf

24 U.Std. (8 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*

montags 16.45 – 19.00 Uhr, Beginn 20. September

VHS Spilburg, Geb. A23, Spilburgstraße 5, Raum 1

P2813

Kreativ-Nähkurs

(wie Kurs P2812)

Ingrid Hartrampf

24 U.Std. (8 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*

dienstags 16.45 – 19.00 Uhr, Beginn 21. September

VHS Spilburg, Geb. A23, Spilburgstraße 5, Raum 1



Eine Reise durch China

Hallo alle, mein Name ist Ming Li, ich lerne jetzt Deutsch in der VHS. Mein Heimatland ist China, in der Provinz Jiangsu bin ich geboren. Seit 2 Jahren lebe ich in Deutschland und wohne in Solms.

Normalerweise fliegen wir mindestens 1 x pro Jahr nach China. Ich vermisse am meisten meine Familie und das tolle Essen!

Meine Familie wohnt in Wuxi, einer Stadt mit 6,5 Mio Einwohnern, neben Shanghai. Mit dem Gaotie (hohes Eisen) Zug (350km/Stunde) dauert es nur 50 Minuten bis Shanghai.

Wuxi und die umliegenden Städte, z.B. Shanghai, Suzhou, Hangzhou, Nanjing etc. sind berühmt für die schönen Stadtteile mit alten Gebäuden und Flüssen dazwischen. Auf manchen Flüssen kann man mit Holzbooten eine Kanalrundfahrt machen. Man kann lokale Spezialitäten probieren und auch viele Restaurants aus anderen Städten und Regionen aus China finden. Die Leute in Wuxi und in den umliegenden Städten mögen süße Küche, z. B. "tang cu pai gu". Es ist ein Gericht gekocht mit Zucker und Essig, schmeckt wunderbar. Das koche ich auch gerne zu Hause!

Die öffentlichen Verkehrsmittel sind günstig und einfach. Man kann mit Bus, U-Bahn und Zug fast überall hin fahren. Oder man nimmt einfach ein Didi (wie Uber) mit privatem Fahrer, das kostet auch nicht viel. Weil China so ein riesiges Land ist, kann man immer verschiedene und interessante Sachen finden. Ein kleines Dorf mit schöner Natur oder moderne Städte mit hohen Gebäuden, ein tolles Restaurant mit internationalem 5-Sterne-Essen oder ein kleiner Imbiss an der Straßenecke, wo man für 1 Euro satt wird.

Es gibt immer wieder so viel Neues zu entdecken! Ich wünsche Ihnen viel Spaß auf Ihrer Reise in das Reich der Mitte - China.



2

Stadt Bibliothek



Seit November 2017 befindet sich die Stadtbibliothek Wetzlar im Kulturhaus in der Bahnhofstraße 6 in Wetzlar. Neben der Zentralbibliothek im Kulturhaus hat die Stadtbibliothek Wetzlar auch noch drei kleinere Zweigstellen in den Stadtteilen Dutenhofen, Münchholzhausen und Naunheim. Die Zentralbibliothek erstreckt sich auf 1.010 m² Fläche über zwei Stockwerke und hält etwa 40.000 Medien für Jung und Alt zum kostenlosen Ausleihen bereit. Es gibt Romane, Sachbücher, Hörbücher, Kinderbücher, Comics, Zeitschriften, Brettspiele, Gemälde und Filme. Neben der Ausleihe von physischen Medien bietet die Stadtbibliothek Wetzlar auch digitale Medien (E-Books, E-Audios, etc.), ein Musikstreaming und ein Filmstreaming kostenlos an. Die Stadtbibliothek Wetzlar ist aber nicht nur ein Ort, um Medien auszuleihen oder sich über das politische Tagesgeschehen zu informieren, sondern auch ein gemütlicher Aufenthaltsort. Zahlreiche Sitzcken laden zum Lesen und Vorlesen ein. Arbeitsplätze ermöglichen es, in Ruhe zu lernen. Für gemeinsames Lernen stehen zwei Gruppenräume bereit. Im Untergeschoss des Kulturhauses befindet sich die Stadtgalerie Wetzlar. Dort werden Ausstellungen von zeitgenössischer Kunst präsentiert, finden Vernissagen und begleitende Künstlergespräche statt. Die Ausstellungen wechseln etwa alle zwei Monate. Der Besuch der Ausstellung ist kostenlos. Im Eingangsbereich des Kulturhauses lädt das Cafe „Kaffeesatz“ bei Snacks und kalten oder warmen Getränken zum gemütlichen Verweilen ein. Das Cafe wird von der Diakonie Lahn-Dill betrieben. Das Kulturhaus ist dienstags bis freitags von zwölf bis achtzehn Uhr und samstags von zehn bis dreizehn Uhr geöffnet. Wir freuen uns über Ihren Besuch!



Gesundheit

Entspannung, Autogenes Training	32
Yoga, Pilates	33
Qi Gong, Tai Ji, Feldenkrais	36
Gesundheitstipps, Wohlbefinden	37
Rückengymnastik, Beckenbodentraining	37
Ausgleichsgymnastik, Kondition	
Fitness und Bodystyling	38
Zumba und Reggaeton	38
Kochen und Genießen – Onlinekurse	40



© yogakalyani-Pixabay

“VHS macht gesünder!“

Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. Gesundheitskompetenz ist unerlässlich, wenn Sie Ihre Gesundheit eigenverantwortlich stärken möchten. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehört, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können. Lernen Sie von den Sichtweisen anderer Menschen, erwerben Sie die Fähigkeit, mit Stress konstruktiv umzugehen und Krisen erfolgreich zu überwinden. Das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig. Die aktuelle Forschung weist immer wieder auf den positiven Einfluss von Emotionalität, Stressbewältigung, ausgewogener Ernährung und Bewegung für das Gelingen von Lernprozessen hin. Die Angebote der Gesundheitsbildung an Volkshochschulen berücksichtigen seit langem diese Erkenntnisse. Sachinformationen und Lernen werden mit allen Sinnen verknüpft, gelernt wird handlungsorientiert, auf die Gruppe bezogen und unter Berücksichtigung biografischer Anknüpfungspunkte – wichtige Voraussetzungen für die Lust auf das Abenteuer des lebenslangen Lernens.

Hinweis:

Kostenerstattung für Präventionskurse nach § 20 SGB V

Die Teilnahme an ausgewählten Präventionskursen in diesen Bereichen: Bewegung, Stressbewältigung/Entspannung, Ernährung und Suchtmittelkonsum kann unter bestimmten Voraussetzungen von Ihrer Krankenkasse gefördert werden. Ihre Krankenkasse entscheidet, ob der von Ihnen gewählte Kurs bezuschusst wird. Wenden Sie sich bitte vor Kursbeginn zur Klärung der Kostenübernahme an Ihre Krankenkasse.

Die Kursgebühr im Gesundheitsbereich enthält in der Regel pro Kurs eine Pauschale für Unterrichtsmaterialien in Höhe von 1,00 Euro.

Entspannung, Autogenes Training

Hinweis: Bitte beachten Sie folgenden Bildungsurlaub (S. 7)

P3002

„Fit und gesund durch den Arbeitsalltag“ – mit Bewegung und Entspannung zum besseren Work-Life-Balance

P3010

Achtsamkeit leicht gemacht – Stressbewältigung MBSR basiert

Höher, schneller, weiter, besser... Sie haben das Gefühl das Leben rauscht an Ihnen vorbei – teilweise erleben Sie Ihren Alltag nur im Autopilot? Stop! Nehmen Sie sich Zeit für Ihren Körper und Geist und seien Sie achtsam! Achtsamkeit bedeutet, auf eine bestimmte Weise aufmerksam zu sein – bewusst, fokussiert, im gegenwärtigen Augenblick und ohne zu beurteilen. In diesem Kurs lernen Sie Stress abzubauen. Dabei hilft als methodisches Verfahren das Achtsamkeitstraining basierend auf MBSR nach J. Kabat-Zinn. Die Übungen leiten uns an innezuhalten und sind im Alltag mit nur wenig zusätzlichem Zeitaufwand durchzuführen. Gelebte Achtsamkeit unterstützt uns nachhaltig in einem gesünderen Umgang mit Belastungen.

Dieser Kurs richtet sich an alle mit beruflichem oder privatem Stress und stressbedingten körperlichen Symptomen wie z.B. Rücken-, Kopf- und Magenschmerzen oder Bluthochdruck, mit Prüfungsangst, die zur Gesunderhaltung von Körper und Geist beitragen möchten und die ihre eigenen Ressourcen stärken wollen.

Ihre Kursleiterin ist zertifizierte MBSR-Trainerin und wird Sie in diesem Kurs mit den Grundlagen von Achtsamkeitstraining vertraut machen und zeigt wie Sie ein tieferes Verständnis für sich selbst entwickeln können. Dadurch wird es leichter, den Alltag mit seinen Herausforderungen zu bewältigen und neue Handlungsalternativen für Stressmomente zu entwickeln. Therapieerwartungen kann nicht entsprochen werden. Bitte bequeme Kleidung und etwas zum Trinken mitbringen. Auf Wunsch kann ein Folgekurs eingerichtet werden.

Wibke Siegmund

8 U.Std. (4 Termine), € 46,00 (bei 4 – 5 TN)*
freitags 17.30 – 19.00 Uhr, Beginn 29. Oktober

Anmeldeschluss 22. Oktober

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2

P3015 am Wochenende

Achtsamkeit – Meditation – Entspannung Einführung und Praxis verschiedener Meditations- und Entspannungsformen

In der heutigen Zeit, die sich in rasender Geschwindigkeit verändert und aktuell schwere Probleme mit sich bringt, sind Wege zu innerer Ruhe und Gelassenheit von ganz besonderer Bedeutung. Meditation, eine tausende Jahre alte indische Praxis der Selbstwahrnehmung und des Loslassens, hilft uns mehr denn je mit Kraft und Freude das Leben zu meistern. Dieser achtsame Prozess kann uns von der Umwelt, unseren Gedankenströmen oder quälenden Problemen lösen. Wir finden so den Weg zu unserem wahren, innersten Kern,



zu unserem wahren Selbst. Dort finden wir Kraft und Freude. Körper, Geist und Seele kommen zu Ruhe und unsere Lebensqualität steigt. Die heilsame Kraft der Meditation wird inzwischen sogar in der Forschung belegt. Wissenschaftliche Studien zeigen, dass Meditation einen positiven Einfluss auf das körperliche Befinden hat und sogar manifeste Erkrankungen (z.B. hoher Blutdruck) lindern kann. In diesem Wochenendseminar werden Sie Atem-, Mantra-, Licht- und Achtsamkeitsmeditation kennenlernen. Eine vertiefende Form der Entspannung wird Ihnen in der Laya Meditation begegnen und Sie finden so Anregungen für Ihre Meditationspraxis zu Hause. Bitte eine eigene Gymnastikmatte, warme Socken und eine Decke mitbringen.

Christina Müllich

4 U.Std. (2 Termine), € 16,00 (bei 6 – 7 TN)*
Samstag 14.00 – 15.30 Uhr, 2. Oktober
Sonntag 14.00 – 15.30 Uhr, 3. Oktober
Anmeldeschluss 24. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Yoga



© StockSnap - Pixabay

P3018

Entspannungsmethoden zum Kennenlernen

Mit Meditation, Progressiver Muskelentspannung nach Jacobson, Autogenem Training und Imaginationen (Phantasiereisen) bringen wir uns an die Grenze zum Einschlafen und bleiben längere Zeit in dieser Phase ohne in den Tiefschlaf zu kommen. Dadurch wird ein Zustand erreicht, der wissenschaftlich unter Entspannung verstanden wird. Die Hintergründe und Schwerpunkte der Methoden sind verschieden, die Wirkungen sehr ähnlich. Im Kurs werden zum Ausprobieren kurze Übungen jeder Methode vermittelt und besprochen. Bitte eine eigene Yoga-Matte und eine warme Decke mitbringen.

Ursula Drescher

6 U.Std. (3 Termine), € 34,00 (bei 4 – 5 TN)*
donnerstags 18.00 – 19.30 Uhr, Beginn 2. Dezember
Anmeldeschluss 25. November
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Yoga

P3020

Meditation ganz einfach

Meditation gehört zum Yoga. Yoga bedeutet so viel wie sich verbinden. Es geht um das bewusste Wahrnehmen von Körperhaltung, Atmung, Körperempfindungen, Gefühlen und Gedanken. Nach und nach kommen alle Bewegungen des Körpers und des Geistes zur Ruhe, und es entsteht ein Erleben, das man mit Worten nicht gut beschreiben kann. Meditation war ursprünglich eine spirituelle Praxis und wird heute auch weltanschaulich neutral praktiziert. Meditation reduziert Stress, baut Reserven auf, beruhigt Seele und Geist. Bitte eine eigene Yoga-Matte, bequeme Kleidung und eine warme Decke mitbringen.

Ursula Drescher

12 U.Std. (9 Termine), € 68,00 (bei 4 – 5 TN)*
mittwochs 15.00 – 16.00 Uhr, Beginn 8. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Yoga

P3021

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Dieses Entspannungsverfahren ist leicht zu erlernen. Es eignet sich besonders für Menschen, die sich nur schwer entspannen können.

Durch Anspannen und Lockerlassen bestimmter Muskelpartien erreichen Sie nach einiger Übung eine immer intensivere Entspannung. Progressive Muskelentspannung hilft bei allen Störungen, die durch Stress begünstigt werden, z. B. bei Spannungskopfschmerzen, Bluthochdruck, Rückenbeschwerden, Schlafstörungen. Bitte eine eigene Yoga-Matte, bequeme Kleidung und eine warme Decke mitbringen.

Ursula Drescher

15 U.Std. (9 Termine), € 86,00 (bei 4 – 5 TN)*
donnerstags 18.00 – 19.15 Uhr, Beginn 9. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Yoga

P3023

Autogenes Training für Anfänger und Fortgeschrittene

Autogenes Training (AT) ist eine Entspannungsmethode, die keinerlei Anstrengung verlangt. Man stellt sich auf Ruhe und Erholung ein, spricht innerlich mit sich selbst, und nimmt Empfindungen des Körpers wahr. Das beruhigt alle Organsysteme. Streß wird ab- und Energie aufgebaut, der Blutdruck reguliert, Verdauungsorgane beruhigt, das Immunsystem gestärkt, es hilft beim Ein- und Durchschlafen. Wir fühlen uns in diesem Zustand geborgen, frei von Angst und Schmerz, unser Denken ist friedlich und nach der Übung sind wir geistig frisch, seelisch ausgeglichen und körperlich erholt. Bitte eine eigene Yoga-Matte, bequeme Kleidung und warme Decke mitbringen.

Ursula Drescher

15 U.Std. (9 Termine), € 86,00 (bei 4 – 5 TN)*
donnerstags 19.30 – 20.45 Uhr, Beginn 9. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Yoga

P3027 am Wochenende

Faszien-Roll-Out

Faszien, die hochelastischen und flexiblen Bestandteile des Bindegewebes, umhüllen alle Organe des Körpers in Form eines sehr anpassungsfähigen Netzwerks. Sind die Faszien gut trainiert, dann schützen sie das Gewebe durch ihre Geschmeidigkeit und Belastbarkeit vor Sportverletzungen. Durch das „Rollen“ der einzelnen Körperteile wird die Durchblutung angeregt und das verfilzte Faszien-gewebe wird nach und nach erneuert. Es können Spannungen gelöst und Schmerzen gelindert und teilweise beseitigt werden. Sie lernen wie Sie Ihren Körper mit der Faszienrolle „durcharbeiten“ und worauf Sie achten sollten. Im Anschluß daran erleben Sie eine erholsame Endentspannung. Der Besuch des Kurses P3029 wird empfohlen. Bitte eine eigene Yoga-Matte, Socken, eine Decke sowie eine Faszienrolle und einen Tennisball bereit legen.

Marion Büchner

3 U.Std. (1 Termin), € 12,00 (bei 6 – 7 TN)*
Samstag 10.00 – 12.15 Uhr, 13. November
Anmeldeschluss 5. November
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Yoga

Yoga, Pilates

P3029 am Wochenende

Yin-Yoga

Yin-Yoga ist eine sanftere Art des Yoga und regt den Chi-Fluss in den Meridianen an, da es auf das tiefer liegende Bindegewebe, die Faszien, in dem auch die Meridiane liegen wirkt. Hier werden die Asanas länger mit entspannter Muskulatur ohne Kraftanstrengung ca. 3 – 5 Minuten auch durch Unterstützung durch Hilfsmittel wie Kissen, Blöcke, etc. entspannt gehalten. Dadurch werden die Faszien sanft gedehnt und Verspannungen können beseitigt werden. Yin-Yoga wirkt wie eine sanfte Akupunktur und fördert auch die Regeneration der Gelenke. Es ist eine sinnvolle Ergänzung zu den populären Yang-betonten (kraftvoll-dynamischen) Yoga-Stilen (wie z. B. Ashtanga-Yoga), es führt zu einer tiefen Regeneration von Körper, Geist und Seele, fördert die Tiefenentspannung und bereitet auf die Meditation vor. Bitte eine eigene Yoga-Matte, Socken, eine Decke und eine Faszienrolle bereit legen. Der Besuch des Kurses P3027 wird empfohlen.

Marion Büchner

3 U.Std. (1 Termin), € 12,00 (bei 6 – 7 TN)*
Samstag 12.30 – 14.45 Uhr, 13. November
Anmeldeschluss 5. November
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Yoga



P3030

Faszien-Yoga

Yoga mit seinem ganzheitlichen Ansatz ist bestens geeignet die Faszien gesund und elastisch zu erhalten. In den letzten Jahren wurde die ursächliche Bedeutung der Faszien bei Rücken- und Gelenksbeschwerden erforscht und Behandlungsmöglichkeiten aufgezeigt. Das Dehnen, wie im Yoga, steht an erster Stelle. Der Einsatz von Faszirollen oder -bällen bietet eine zusätzliche Möglichkeit, die Schmerzen und auch strukturellen Veränderungen zu reduzieren. In diesem Kurs lernen wir Yogapositionen, den Umgang mit einer Rolle oder einem Ball, die gezielt im Bereich der Faszien eingesetzt werden können. Das Tempo ist langsam und es wird mit Bedacht geübt. Atem- und Entspannungsübungen helfen zur Ruhe zu kommen. Körper, Geist und Seele finden im Einklang zur inneren Gelassenheit. Die Übungen sind leicht und verständlich aufgebaut und können auch Zuhause eingesetzt werden. Bitte eine Yoga-Matte, Decke, bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

Christina Müllich

28 U.Std. (14 Termine), € 109,00 (bei 6 – 7 TN)*
 donnerstags 17.15 – 18.45 Uhr, Beginn 2. September
 VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.08

P3050 vormittags

Hatha Yoga

Für Anfänger/innen und Geübte.

Die Yoga-Übungen verfolgen einen ganzheitlichen Ansatz, der unseren Körper, unseren Geist und unsere Seele in Einklang bringen soll. Mit Hilfe bestimmter Körperhaltungen (Asanas) und Atemübungen (Pranayama) werden im planmäßigen Üben physische Kräfte bewusst entfaltet und gelenkt (Hatha-Yoga). Yoga hilft, die Konzentrationsfähigkeit zu verbessern, innere Ausgeglichenheit zu gewinnen und bewusst Entspannung zu erlangen, die zur Kraftquelle wird. Bitte eine Yoga-Matte, Decke und bequeme Kleidung mitbringen.

Olaf Mortan

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
 montags 9.00 – 10.30 Uhr, Beginn 6. September
 VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 1

P3051 vormittags

Hatha Yoga / Sanftes Faszien-Yoga

Für Anfänger/innen und Geübte.

Yoga hat nachweislich einen positiven Einfluss auf die körperliche und geistige Verfassung. Regelmäßig ausgeführte Übungen können Rückenschmerzen vorbeugen und lindern, Stress reduzieren und Entspannung fördern. In diesem Kurs liegt der Schwerpunkt auf sanften, aber intensiven Dehnungen der Faszienzugbahnen und der Kräftigung des gesamten Rückens, einschließlich der Bauchmuskulatur. Der Körper bekommt Zeit, um sich in die Positionen hinein zu entspannen und wieder ins Gleichgewicht zu kommen. Unterstützt durch den Atem entsteht eine erholsame Ruhe, die auch den Geist erreicht. Bitte 2 Decken, 1 Kissen, Yoga-Matte, Faszienrolle und hinreichend warme Kleidung, die auch große Bewegungen zulässt, mitbringen.

Olaf Mortan

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
 montags 10.45 – 12.15 Uhr, Beginn 6. September
 VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 1

P3052

Hatha Yoga

Yoga ist ein ganzheitlicher Gesundheitsweg zur Harmonisierung von Körper, Geist und Seele. Eine Vielfalt von Körper-, Atem- und Entspannungsübungen führt zu mehr Körperbewusstsein. Die Muskeln und Sehnen werden gekräftigt, die Wirbelsäule und das Knochen- system gewinnen an Beweglichkeit und die Funktion der inneren Organe und das Nervensystem werden gestärkt. Die Yoga-Praxis hat das Ziel, ein Gleichgewicht zwischen Aktivität und Ruhe zu erreichen und das Wohlbefinden zu steigern. Bitte eine Yoga-Matte, bequeme Kleidung und Decke mitbringen.

Rita Kerder

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
 montags 16.30 – 18.00 Uhr, Beginn 6. September
 VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.08



© AndriP - Pixabay

P3053

Hatha Yoga

(wie Kurs P3052)

Rita Kerder

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
 montags 18.15 – 19.45 Uhr, Beginn 6. September
 VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.08

P3055

Yoga / Hatha Yoga

Für Anfänger/innen und Geübte.

Die Yoga-Übungen verfolgen einen ganzheitlichen Ansatz, der unseren Körper, unseren Geist und unsere Seele in Einklang bringen soll. Mit Hilfe bestimmter Körperhaltungen (Asanas) und Atemübungen (Pranayama) werden im planmäßigen Üben physische Kräfte bewusst entfaltet und gelenkt (Hatha-Yoga). Yoga hilft, die Konzentrationsfähigkeit zu verbessern, innere Ausgeglichenheit zu gewinnen und bewusst Entspannung zu erlangen, die zur Kraftquelle wird. Bitte eine Yoga-Matte, Decke und bequeme Kleidung mitbringen.

Boguslawa Stenik

24 U.Std. (12 Termine), € 72,00 (bei 8 – 9 TN)*
 montags 19.45 – 21.15 Uhr, Beginn 6. September
 VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Yoga

P3056

Yoga

Vor allem für Anfänger/innen. (wie Kurs P3052)

Irmgard Bartsch

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
 montags 20.00 – 21.30 Uhr, Beginn 6. September
 VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 1

P3061 vormittags

Hatha Yoga

Für Anfänger/innen und Geübte. (wie Kurs P3052)

Marion Kirstätter

24 U.Std. (12 Termine), € 72,00 (bei 8 – 9 TN)*
 dienstags 9.00 – 10.30 Uhr, Beginn 14. September
 VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Yoga

P3062 vormittags

Hatha Yoga

Vor allem für Anfänger/innen. (wie Kurs P3052)

Marion Kirstätter

24 U.Std. (12 Termine), € 72,00 (bei 8 – 9 TN)*
 dienstags 10.45 – 12.15 Uhr, Beginn 14. September
 VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Yoga

P3064

Yoga

Vor allem für Anfänger/innen. (wie Kurs P3052)

Irmgard Bartsch

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
 dienstags 16.30 – 18.00 Uhr, Beginn 7. September
 VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 1

**P3065****Yoga**

Vor allem für Anfänger/innen. (wie Kurs P3052)

Irmgard Bartsch

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
dienstags 18.15 – 19.45 Uhr, Beginn 7. September
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 1

P3068**Yoga / Hatha Yoga**

Vor allem für Anfänger/innen. (wie Kurs P3055)

Boguslawa Stenik

24 U.Std. (12 Termine), € 72,00 (bei 8 – 9 TN)*
dienstags 19.30 – 21.00 Uhr, Beginn 7. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Yoga

P3075**Yoga**

Für Anfänger/innen und Geübte. (wie Kurs P3052)

Irmgard Bartsch

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
mittwochs 17.30 – 19.00 Uhr, Beginn 8. September
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 1

P3086**Hatha Yoga**

Für Anfänger/innen und Geübte. (wie Kurs P3052)

Susanne Treichel

20 U.Std. (10 Termine), € 78,00 (bei 6 – 7 TN)*
donnerstags 18.15 – 19.45 Uhr, Beginn 23. September
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 1

Kerstin Wartini

Die positiven Auswirkungen meiner langjährigen Yogapraxis haben mich dazu veranlasst, eine ausführliche Ausbildung zur Yogalehrerin zu absolvieren, die ich 2020 abgeschlossen habe. Der körperlich-geistige Weg des Yoga zur eigenen Mitte begeistert mich. Yoga als psychosomatisches Gesundheitstraining zu vermitteln, das für jeden Teilnehmer/in individuell angepasst werden kann, ist mein Ziel in meinem Kurs.

**P3090 vormittags****Hatha Yoga**

Für Anfänger/innen und Geübte.

Yoga ist ein ganzheitlicher Gesundheitsweg zur Harmonisierung von Körper, Geist und Seele. Eine Vielfalt von Körper-, Atem- und Entspannungsübungen führt zu mehr Körperbewusstsein. Die Muskeln und Sehnen werden gekräftigt, die Wirbelsäule und das Knochen- system gewinnen an Beweglichkeit und die Funktion der inneren Organe und das Nervensystem werden gestärkt. Die Yoga-Praxis hat das Ziel, ein Gleichgewicht zwischen Aktivität und Ruhe zu erreichen und das Wohlbefinden zu steigern. Bitte eine eigene Yoga-Matte, bequeme Kleidung und Decke mitbringen.

Kerstin Wartini

20 U.Std. (10 Termine), € 114,00 (bei 4 – 5 TN)*
freitags 9.30 – 11.00 Uhr, Beginn 24. September
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 1

P3091**Yoga für den Rücken**

Muskelferspannungen sind die häufigste Ursache für Rückenschmerzen. Die ausgewählten Bewegungsfolgen und Haltungen kombiniert mit Entspannungs- und Atmungstechniken helfen, Verspannungen abzubauen, die Muskulatur zu kräftigen und die Beweglichkeit der Wirbelsäule zu verbessern. Ziel ist es, den eigenen Körper besser wahrzunehmen, auf Körpersignale zu achten, sie zu deuten und somit mehr Verantwortung für den eigenen Körper zu entwickeln. Der Kurs ist keine Krankengymnastik. Im Zweifelsfall vor Kursbeginn Rücksprache mit Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin halten. Bitte mitbringen: Yoga-Matte, bequeme Kleidung, warme, rutschfeste Socken, kleines Kissen, Handtuch und eine Decke.

Irmgard Bartsch

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
montags 18.15 – 19.45 Uhr, Beginn 6. September
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 1

P3092**Yoga für den Rücken**

(wie Kurs P3091)

Irmgard Bartsch

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
mittwochs 19.15 – 20.45 Uhr, Beginn 8. September
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 1

P3093**Yoga für den Rücken**

Vor allem für Anfänger/innen (wie Kurs P3091)

Christina Müllich

28 U.Std. (14 Termine), € 84,00 (bei 8 – 9 TN)*
freitags 17.30 – 19.00 Uhr, Beginn 3. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Yoga

P3095**Yoga und Meditation nach Yoganis Praxis**

Der Kurs besteht aus vier Bausteinen: Einer Bewegungspraxis, die den Körper stärkt, aus Atemübungen (Pranayama), welche auf die Meditation vorbereiten und einer Meditationspraxis mit anschließender Samyama Praxis.

Der Kurs führt durch die Asana Praxis zu mehr Wohlbefinden im eigenen Körper und durch die Meditationspraxis zu einem ausgeglicheneren Bewusstsein und zu mehr innerer Stille während unseres aktiven Handelns. So beugen wir Stress und Verspannungen des Alltags vor.

Katja Lonkwitz

20 U.Std. (12 Termine), € 78,00 (bei 6 – 7 TN)*
montags 18.00 – 19.15 Uhr, Beginn 13. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Yoga

P3096 am Wochenende**Pilates zum Kennenlernen (Workshop)**

Dieser kleine Workshop ist ideal für Einsteigerinnen, die die Pilates-Methode kennenlernen möchten.

In drei kürzeren Sequenzen werden die Prinzipien des Pilatesstrainings vorgestellt und in Übungen aus der Basis – und Mittelstufe gleich praktisch erprobt.

Auch typische Kleingeräte, sowie die Vorzüge der Pilatesrolle, runden das Training ab.

Bitte in Sportbekleidung kommen. Turnschuhe sind nicht nötig.

Heike Nebgen

3 U.Std. (1 Termin), € 18,00 (bei 4 – 5 TN)*
Sonntag 10.30 – 12.30 Uhr, 5. September
Anmeldeschluss 27. August
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Yoga

Haben Sie den Anmeldeschluss verpasst?

Sprechen Sie uns an!

Vielleicht lässt sich noch etwas machen.



© tomasdelgado - Pixabay

P3097

Pilates „vital“

Der Kurs eignet sich für beschwerdefreie Anfänger/innen und fortgeschrittene Teilnehmer/innen, die Freude an der kontrollierten Bewegung und Kräftigung der Muskulatur haben. Durch die Konzentration auf Atmung und Bewegung bringen wir Körper und Geist in harmonischen Einklang, stärken die gesamte Muskulatur und fördern das allgemeine Wohlbefinden. Wir nutzen Übungen aus der Basis-, Mittel- und Aufbaustufe sowie kleine Handgeräte zur Kräftigung der Muskulatur. Bitte Sportkleidung und eine eigene Gymnastik-Matte/ Yoga-Matte mitbringen. Turnschuhe sind nicht notwendig.

Heike Nebgen

17 U.Std. (13 Termine), € 57,00 (bei 8 – 9 TN)*
dienstags 18.00 – 19.00 Uhr, Beginn 7. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Yoga

P3098

Pilates – Für Teilnehmer/innen ab 50 Jahren

Pilates ist eine sanfte, überaus wirksame Trainingsmethode für Körper und Geist – ein systematisches, ganzheitliches Körpertraining. Im Zentrum stehen Bauch, Hüften, Po und Rücken. Pilates kombiniert Atemtechnik, Kraftübungen, Koordination und Stretching. Es ist effektiv, schonend und zielgerichtet und wird deshalb auch in der Rehabilitation eingesetzt. Die Muskeln werden elastischer. Beweglichkeit und Balance sowie die Körperhaltung werden gefördert. Die Intensität des Trainings bestimmen Sie individuell. Wir gehen besonders auf die Bedürfnisse der Zielgruppe ein. Bitte eine eigene Gymnastik-Matte / Yoga-Matte mitbringen.

Heide Wöhler

16 U.Std. (12 Termine), € 62,00 (bei 6 – 7 TN)*
mittwochs 16.30 – 17.30 Uhr, Beginn 8. September
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.08

P3099

Pilates für Berufstätige

(wie Kurs P3097)

Heide Wöhler

16 U.Std. (12 Termine), € 91,00 (bei 4 – 5 TN)*
mittwochs 17.45 – 18.45 Uhr, Beginn 8. September
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.08

Qi Gong, Tai Ji, Feldenkrais

Hinweis: Bitte beachten Sie folgende Bildungsurlaube (S. 6)

P3103

Tai Chi, Qi Gong und GFK (Gewaltfreie Kommunikation)

P3104

Gesund und leistungsstark im beruflichen Alltag mit Qi Gong – der Einfluss der Arbeitswelt auf die Gesundheit

P3105

Qi Gong und Tai Ji Chuan I

Unter dem Begriff Qi Gong ist in der traditionellen chinesischen Heilkunde eine Vielzahl von Übungen mit unterschiedlichen Zielen zusammengefasst. Qi Gong kann man mit „Energie-Arbeit“ übersetzen. In diesem Kurs lernen wir Übungen kennen, die das Qi (Lebensenergie) harmonisieren und mehren. Tai Ji Chuan ist ein Bewegungssystem, meditativer Tanz und zugleich Kampfkunst, gleichmäßig zusammenfließende Bewegungen im harmonischen Zusammenspiel des ganzen Körpers. Ziele von Tai Ji Chuan und Qi Gong sind Harmonisierung, Stabilisierung der Gesundheit und Langlebigkeit.

Bernd Bartsch

20 U.Std. (10 Termine), € 78,00 (bei 6 – 7 TN)*
dienstags 17.45 – 19.15 Uhr, Beginn 7. September
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.08

P3106

Qi Gong und Tai Ji Chuan II

Für Teilnehmer/innen, die schon Erfahrung mit Tai Ji und Qi Gong haben.

Bernd Bartsch

20 U.Std. (10 Termine), € 78,00 (bei 6 – 7 TN)*
dienstags 19.30 – 21.00 Uhr, Beginn 7. September
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.08

P3107

Qi Gong

Für Anfänger/innen.

Qi Gong bietet den Übenden die Möglichkeit, ihr Qi (Lebensenergie) zu harmonisieren, zu mehren und zu lenken. In diesem Kurs üben wir aus dem Shen Zhen Wuji Yuan Gong. Es wirkt auf drei Ebenen: Es steht für die physische Gesundheit, es beeinflusst die Gefühlsebene positiv, es reinigt das Herz und erhebt den Geist. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bernd Bartsch

20 U.Std. (10 Termine), € 78,00 (bei 6 – 7 TN)*
donnerstags 19.00 – 20.30 Uhr, Beginn 9. September
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.08

P3113

Bewusstheit durch Bewegung –

Die Feldenkrais-Methode

Für Anfänger/innen und Geübte.

Die Feldenkrais-Methode ist eine ganzheitlich wirksame Methode für bewegungsorientiertes Lernen, benannt nach ihrem Begründer Dr. Moshé Feldenkrais. „Erst wenn du weißt, was du tust, kannst du tun was du willst!“ war sein Motto. Seine Bewegungslektionen aktivieren das Zusammenspiel zwischen Körper und Gehirn. Zusammenhänge zwischen Muskulatur, Atmung, Koordination und Gleichgewicht werden deutlich. Durch die Verbindung von konzentrierter Wahrnehmung, Bewegung und Vorstellungskraft werden Körperbild und allgemeine Lebensqualität positiv beeinflusst. Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

Susanne Raabe

20 U.Std. (12 Termine), € 60,00 (bei 8 – 9 TN)*
mittwochs 16.30 – 17.45 Uhr, Beginn 8. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Yoga

P3114

Bewusstheit durch Bewegung –

Die Feldenkrais-Methode

Für Anfänger/innen und Geübte. (wie Kurs P3113)

Susanne Raabe

20 U.Std. (12 Termine), € 60,00 (bei 8 – 9 TN)*
mittwochs 18.00 – 19.15 Uhr, Beginn 8. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Yoga

Bitte geben Sie uns Ihre E-Mail-Adresse – wir informieren Sie über Kursänderungen!



Volkshochschule
Wetzlar



Gesundheitstipps, Wohlbefinden

P3205 am Wochenende

Sanfte Seife selbst gemacht

Die Seifensiederei ist ein uraltes Handwerk. Wir werden aus hochwertigen Pflanzenölen, Kräutern aus eigenem Anbau und reinen ätherischen Ölen eine pflegende Naturseife im „Kaltverfahren“ herstellen. Außerdem erfahren Sie neben Historischem viel Wissenswertes über die Verfahren zur Seifenherstellung. Die selbst hergestellte Seife wird in ein offenes Tetra-Pack abgefüllt. (Wird von der Kursleiterin gestellt.) Bitte Behälter zum Mitnehmen des Tetra-Pack, Schürze o. ä., Schutzbrille, Gummihandschuhe und ein großes Handtuch mitbringen. Materialkosten in Höhe von ca. 12,00 € werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Henrike Müller

6 U.Std. (1 Termin), € 23,00 (bei 6 – 7 TN)*

Samstag 10.00 – 14.30 Uhr, 30. Oktober

Anmeldeschluss 22. Oktober

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2

P3229 am Wochenende

Augenfitness und gesundes Sehen

Sie können mehr für Ihre Augen tun, als eine Brille zu tragen! In diesem Kurs zeigen wir Ihnen Möglichkeiten, wie Sie selbst Ihre Sehkraft stärken können. Angesprochen sind alle, die etwas für ihre Augen tun wollen, egal ob es sich um Fehlsichtigkeit, Alterssichtigkeit oder Augenerkrankungen handelt. Auch Menschen mit gutem Sehvermögen, die dieses aktiv erhalten möchten, sind herzlich willkommen. Kursinhalte sind: Atemübungen, eine spezielle Augen- und Körpergymnastik, Visualisieren und viel Augenentspannung. Bitte bequeme Kleidung und eine Decke mitbringen. Wenn Sie Kontaktlinsen tragen, bringen Sie bitte Ihre Brille mit.

Silvana Brück

6 U.Std. (1 Termin), € 23,00 (bei 6 – 7 TN)*

Sonntag 10.00 – 15.00 Uhr, 7. November

Anmeldeschluss 29. Oktober

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 1

Rückengymnastik, Beckenbodentraining

P3501

Beckenboden- und Rückentraining

Der Beckenboden unterstützt alle Funktionen des Unterleibs, der Wirbelsäule und der Hüftgelenke. Ein positiver Nebeneffekt ist eine stabile Körperhaltung und die Förderung des Wohlbefindens. Dieser Kurs beinhaltet spezielle Übungen und eine gezielte Kräftigung der Beckenbodenmuskulatur. Beckenbodentraining ist vor allem für Frauen wichtig, die an den Folgen einer Blasen- und Gebärmutter-senkung leiden. Hilfreich ist der trainierte Beckenboden auch für Frauen in und nach der Menopause und mit unklaren Rückenbeschwerden. Der Kurs ist für Frauen jeden Alters geeignet.

Cordula Debus

16 U.Std. (12 Termine), € 48,00 (bei 8 – 9 TN)*

montags 17.15 – 18.15 Uhr, Beginn 6. September

Funsporthalle Westend, Anbau, Horst-Scheibert-Straße

P3520 vormittags

Rückhalt –

Die Wirbelsäule trainieren, den Rücken stärken

Mit funktioneller Rückengymnastik, Muskelaufbautraining, Wahrnehmungsübungen und wohltuender Entspannung wird der Rücken gestärkt und ein Ausgleich für den Rücken strapazierenden Alltag geschaffen. Haltungsschulung, praxisnahe Tipps und Informationen über rückenfreundliches Verhalten geben Anregungen, sich gesünder und rückengerechter zu bewegen. Der Kurs ersetzt keine krankengymnastische Behandlung. Bei akuten Beschwerden empfehlen wir eine Rücksprache mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt.

Heike Burzel

16 U.Std. (12 Termine), € 48,00 (bei 8 – 9 TN)*

dienstags 8.45 – 9.45 Uhr, Beginn 7. September

Kulturhalle Naunheim, Schulstraße 3

P3521 vormittags

Rückhalt –

Die Wirbelsäule trainieren, den Rücken stärken

(wie Kurs P3520)

Carina Reuschling

16 U.Std. (12 Termine), € 48,00 (bei 8 – 9 TN)*

dienstags 9.00 – 10.00 Uhr, Beginn 7. September

Ev. Gemeindezentrum, Blasbach, Gymnastikraum

P3522

Rückhalt –

Die Wirbelsäule trainieren, den Rücken stärken

(wie Kurs P3520)

Tamara Feth

16 U.Std. (12 Termine), € 48,00 (bei 8 – 9 TN)*

dienstags 17.00 – 18.00 Uhr, Beginn 7. September

Kulturhalle Naunheim, Schulstraße 3



© happyveganfit - Pixabay

P3540 vormittags

Rückhalt –

Die Wirbelsäule trainieren, den Rücken stärken

(wie Kurs P3520)

Heike Burzel

16 U.Std. (12 Termine), € 48,00 (bei 8 – 9 TN)*

donnerstags 8.45 – 9.45 Uhr, Beginn 9. September

Kulturhalle Naunheim, Schulstraße 3

P3541

Rückhalt –

Die Wirbelsäule trainieren, den Rücken stärken

(wie Kurs P3520)

Adriana Merouania-Rauch

16 U.Std. (12 Termine), € 48,00 (bei 8 – 9 TN)*

donnerstags 16.30 – 17.30 Uhr, Beginn 9. September

Kulturhalle Naunheim, Schulstraße 3

P3543

Rückenfit –

Bewegung und Fitness für einen starken Rücken

Im Mittelpunkt dieses Bewegungsprogramms stehen das Erarbeiten und Erhalten eines muskulären Gleichgewichts mit der Integration des Beckenbodens. Ein ausgewogenes Trainingsprogramm kräftigt alle Körperbereiche. Anschließend runden verschiedene Dehnungsübungen das Programm ab. Bitte ein Handtuch und etwas zum Trinken mitbringen.

Adriana Merouania-Rauch

16 U.Std. (12 Termine), € 48,00 (bei 8 – 9 TN)*

donnerstags 18.00 – 19.00 Uhr, Beginn 9. September

Kulturhalle Naunheim, Schulstraße 3



P3546

Bodyworkout mit Rückentraining – Gezielt trainiert!

Diese Stunde beinhaltet ein komplettes Workout aller Hauptmuskelgruppen. Nach einem Warm-up folgen Kräftigungsübungen für Bauch, Rücken, Po, Brust, Beine und Arme. Um Rückenproblemen vorzubeugen, wird die Kräftigung und Lockerung des Schulter-, Nacken- und Rückenbereichs besonders beachtet. Entspanntes Dehnen der beanspruchten Muskulatur rundet das Programm ab. Ein Kursprogramm für alle, die ein gewisses Maß an körperlicher Fitness mitbringen sowie Spaß an Sport und Bewegung mit Musik haben. Bitte feste Turnschuhe und etwas zu trinken mitbringen.

Cordula Debus

16 U.Std. (12 Termine), € 48,00 (bei 8 – 9 TN)*
donnerstags 17.15 – 18.15 Uhr, Beginn 9. September
Funsporthalle Westend, Anbau, Horst-Scheibert-Straße

P3547

Bodyworkout mit Rückentraining – Gezielt trainiert!

(wie Kurs P3546)

Cordula Debus

16 U.Std. (12 Termine), € 48,00 (bei 8 – 9 TN)*
montags 18.30 – 19.30 Uhr, Beginn 6. September
Funsporthalle Westend, Anbau, Horst-Scheibert-Straße

Ausgleichsgymnastik, Kondition, Fitness und Bodystyling

P3602

Frauenspezifische Funktionsgymnastik für Teilnehmerinnen ab ca. 50 Jahren zur Gesundheitsförderung

Ein Übungsprogramm mit Musik, um körpergerechte Bewegungsabläufe zu erlernen, alle Muskeln zu kräftigen und zu dehnen, Kondition zu fördern, Körpergefühl und Körperharmonie zu entwickeln und so zur Körperereinheit zu finden.

Evelyn Ungewiß

12 U.Std. (12 Termine), € 36,00 (bei 8 – 9 TN)*
mittwochs 19.05 – 19.50 Uhr, Beginn 8. September
Lotteschule, Frankfurter Straße 25, Turnhalle

P3701

Kondition und Koordination, Dehnung und Kräftigung

Wir trainieren das Herz-Kreislauf-System, z. T. mit leichten Schrittkombinationen und dehnen und kräftigen die zur Verkürzung oder Schwäche neigende Muskulatur. Ziel des breit gefächerten Übungsprogramms mit Musik ist es, als Ausgleich zur einseitigen körperlichen Alltagsbelastung ein muskuläres Gleichgewicht zu erarbeiten und zu erhalten. Die Bewegung fördert Körperbewusstsein, Spannkraft und körperliche und geistige Frische. Eine kurze Entspannungsphase rundet die Stunde ab.

Heike Burzel

16 U.Std. (12 Termine), € 48,00 (bei 8 – 9 TN)*
montags 16.30 – 17.30 Uhr, Beginn 6. September
Kulturhalle Naunheim, Schulstraße 3

P3803

Bodystyling

Nach intensivem Aufwärmen werden wir uns mit Hilfe von kleinen Handgewichten und „Rubberbands“ vor allem dem Training von Bauch, Beinen und Po widmen. Natürlich werden Rücken, Brust und Schultern nicht vernachlässigt. Wir machen ein abgerundetes Ganzkörper-Trainingsprogramm zu entsprechender Musik. Am Ende der Stunde werden wir die „geplagten“ Körperpartien ausgiebig dehnen, ein Entspannungssteil rundet das Programm ab. „Rubberbands“ können bei der Kursleiterin bestellt werden.

Doris Schneider

24 U.Std. (12 Termine), € 72,00 (bei 8 – 9 TN)*
dienstags 20.00 – 21.30 Uhr, Beginn 7. September
Kulturhalle Naunheim, Schulstraße 3

P3805

Bauch – Beine – Po – Figurtraining

Eine Trainingsstunde zur Formung und Kräftigung von Bauch, Beinen, Po, Taille sowie Armen und Rücken. Wir beginnen mit einem Warm-up und gehen dann zum Kräftigungsteil der Skelettmuskulatur über. Anschließendes Dehnen verbessert die Beweglichkeit und rundet die Stunde ab. Sie fühlen sich wohl, fit und relaxed. Ein Kursprogramm für alle, die ein gewisses Maß an körperlicher Fitness mitbringen und Spaß an Sport und Bewegung mit Musik haben. Bitte feste Turnschuhe, ein Handtuch und Getränk mitbringen.

Cordula Debus

16 U.Std. (12 Termine), € 48,00 (bei 8 – 9 TN)*
donnerstags 18.30 – 19.30 Uhr, Beginn 9. September
Funsporthalle Westend, Anbau, Horst-Scheibert-Straße

P3806

Curvy Fitness

Plus Size Sportkurs für Mollige

Dieses spezielle Bewegungsprogramm erleichtert den Einstieg in die sportliche Aktivität. Das effektive Ganzkörpertraining kräftigt die Muskulatur, steigert die Ausdauer, regt den Fettstoffwechsel an und formt so die Figur. Zum Schluss der Stunde sorgt eine Entspannungseinheit für innere Ruhe und Ausgeglichenheit. Besonders das Herz-Kreislauf-System und die Gelenke werden schonend beansprucht. Alle Altersstufen sind willkommen. Bitte eine eigene Gymnastikmatte, feste Turnschuhe und etwas zu trinken mitbringen.

Adriana Merouania-Rauch

16 U.Std. (12 Termine), € 62,00 (bei 6 – 7 TN)*
mittwochs 17.00 – 18.00 Uhr, Beginn 8. September
Sporthalle Dutenhofen, Wingertenstraße, Gymnastikraum

Zumba und Reggaeton

P3807

„Zumba® Gold“

Für Anfänger/innen und Geübte.

„Zumba® Gold“ ist eine einfachere Variante von „Zumba® Fitness“. Zu verschiedenen lateinamerikanischen Rhythmen werden leichte Schrittfolgen getanzt. Es bietet ein gelenkschonendes Tanz- und Fitness-Erlebnis sowie den idealen Einstieg für alle, die etwas für ihre Figur tun möchten. Das Tanz- und Fitnessprogramm ist speziell für Sie entwickelt worden, wenn Sie zu den aktiven Junggebliebenen gehören, Fitness- oder Tanzeinsteiger/in sind, Einschränkungen des Bewegungsapparates haben oder einfach ein paar überflüssige Pfunde mit Spaß loswerden möchten.

Svetlana Schulz

12 U.Std. (9 Termine), € 47,00 (bei 6 – 7 TN)*
montags 16.00 – 17.00 Uhr, Beginn 6. September
Ludwig-Erk-Schule, Ludwig-Erk-Straße 1, Sporthalle



© HW

**P3809****„Zumba® Gold“**

Für Anfänger/innen und Geübte. (wie Kurs P3807)

Svetlana Schulz9 U.Std. (9 Termine), € 35,00 (bei 6 – 7 TN)*
mittwochs 18.10 – 18.55 Uhr, Beginn 8. September
Lotteschule, Frankfurter Straße 25, Turnhalle**P3810****„Zumba® Gold“**

Für Anfänger/innen und Geübte. (wie Kurs P3807)

Angela Bodem16 U.Std. (12 Termine), € 62,00 (bei 6 – 7 TN)*
freitags 17.00 – 18.00 Uhr, Beginn 10. September
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.08**P3811****„Zumba® Gold“**

Für Anfänger/innen und Geübte. (wie Kurs P3807)

Angela Bodem16 U.Std. (12 Termine), € 62,00 (bei 6 – 7 TN)*
freitags 18.20 – 19.20 Uhr, Beginn 10. September
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.08**P3812****„Zumba® Fitness“**

Für Anfänger/innen und Geübte.

Das Trend-Workout aus Amerika, das Tanz und Fitness vereint und bei ausgelassener Stimmung den Stress des Alltags vergessen lässt. Bewegung zu heißen lateinamerikanischen Rhythmen wie Salsa, Merengue, Reggaeton und Cumbia regt die Fettverbrennung an und bringt das Herz-Kreislauf-System in Schwung. Bei Zumba sind alle Altersgruppen willkommen, man benötigt keine Vorkenntnisse, der Spaß an der Bewegung steht im Vordergrund.

Svetlana Schulz12 U.Std. (9 Termine), € 47,00 (bei 6 – 7 TN)*
montags 17.20 – 18.20 Uhr, Beginn 6. September
Ludwig-Erk-Schule, Ludwig-Erk-Straße 1, Sporthalle**P3814****„Zumba® Fitness“**

Vor allem für Anfänger/innen. (wie Kurs P3812)

Larissa Bröhmer16 U.Std. (12 Termine), € 62,00 (bei 6 – 7 TN)*
montags 20.00 – 21.00 Uhr, Beginn 6. September
Funsporthalle Westend, Anbau, Horst-Scheibert-Straße**P3816****Zumbini® – Spielen, Singen und Bewegen für die ganz Kleinen**Für Kinder von 0-4 Jahren und eine/n Erwachsene/n
Tauche mit Deinem Kind ein in eine neue Welt aus Musik und Bewegung. Lasst Euch von Liedern auf Deutsch, Englisch und Spanisch mitreißen. Es werden verschiedene Instrumente ausprobiert, mit Tüchern gespielt und durch das Tanzen erlebt das Kind seinen Körper neu. Die altersgemischte Gruppe ermöglicht es, dass die Großen und Kleinen voneinander und miteinander lernen. In diesem Kurs fördern wir die Liebe zur Musik und Bewegung Deines Kindes und geben Dir die Chance, mit Deinem inneren Kind in Kontakt zu treten. Das Spaßerlebnis kann zu Hause weitergehen, da jede Familie ein Buch, die Lieder auf CD und eine kleine Stoffpuppe bekommt.**Angela Bodem**6 U.Std. (6 Termine), € 34,00 (bei 4 – 5 TN)*
freitags 16.00 – 16.45 Uhr, Beginn 29. Oktober
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.08

Wetzlar-Card-Besitzer/innen erhalten
50% Ermäßigung auf die Kerngebühr.
Sprechen Sie uns an!
06441 99 4301 /-02

TV Wetzlar



gemeinsam in Bewegung
für Fitness & Gesundheit

Breiten – und Leistungssport in den Abteilungen:

Badminton – Basketball – Fechten
Handball – Leichtathletik – Schwimmen
Turnen – Volleyball – Wandern
Walking-Treff – Radfahren – Seniorensport – Fitness-
und Gesundheitssport – Indoor-Cycling

Vereinseigener Krafraum

Erstellung von Trainingsplänen nach Vereinbarung von
lizenzierter Trainer/innen für Mitglieder

Laufende Kurse

**flexibel mit 10er Karte, ohne Anmeldung
jederzeit einen Kurs nach Wahl besuchen:**
Bodyforming – BBP & Rücken – Be in Balance –
Beckenbodentraining – Crosstraining – Cardio-Step –
Dance-Step – Wirbelsäulengymnastik – Seniorenfitness
– XXL-Krafraum uvm.

Abokurse

Kurse mit Anmeldung für jeweils ein Trimester:

Yoga – Wassergymnastik – Pilates – IC
Mami gets fit – Zenbo – Qi Gong – Krafttraining für
Senioren – Zirkeltraining – Fit bis 100! –
Intervalltraining für Pfundige – Rückentraining- und
Yoga für Männer – Baby- und Kleinkindfitness uvm.

**Nähere Infos zu den Abteilungen und
Kursprogrammen sowie Kontaktdaten
auf der Homepage:
www.tv-wetzlar.de**



Fon:
Geschäftsführer (06441)921313
Geschäftsstellenleitung (06441)921314
Sportliche Leitung (06441)921315

E-Mail: tv-wetzlar@t-online.de

Turnverein Wetzlar 1847 e.V.
Sportparkstraße 5
35578 Wetzlar



P3819

Reggaeton Workout

Das Reggaeton Workout ist eine einzigartige Neuheit im Fitness-Dance Bereich: Es macht Spaß und zaubert ein Lächeln ins Gesicht. Es ist eine Verschmelzung von Aerobic-Schritten mit Tanz-Schritten im energetischen Reggaeton Rhythmus und schließt Elemente aus Hip-Hop-Style und den sinnlichen Rhythmen von Salsa und Bachata ein. Im Reggaeton Workout gibt es verschiedene Unterrichtsvarianten – man kann einzeln, in Paaren oder in Gruppen tanzen. Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

Jenny Eliana Garcia-Neth

16 U.Std. (12 Termine), € 62,00 (bei 6 – 7 TN)*
dienstags 18.30 – 19.30 Uhr, Beginn 7. September
Kulturhalle Naunheim, Schulstraße 3



© Fotopool HWV

P3904

„Kulinarische Reise“ – Online-Kochkurs – Raffiniertes Herbstmenü mit Peter Scharff – Zwischen Streuobstwiese, Seenlandschaft und Meeresbrise



In der eigenen Küche raffinierte Rezepte ausprobieren mit einem Spitzenkoch an der Seite – welcher Feinschmecker träumt nicht davon! Die Volkshochschule Kaiserslautern konnte Sternekoch Peter Scharff für drei weitere Online-Kurse gewinnen. Ein Profi, der seit vielen Jahren in aller Gastrowelt zu Hause ist und dessen naturorientierte Zubereitungsphilosophie würzige Zeichen setzt. Erleben Sie ihn in der neuen VHS-Küche über den Dächern von Kaiserslautern.

Im Herbst passend zur Saison mit:

- Rahmsüppchen von Birne und Roquefort Käse mit gebratener Samsam-Jakobsmuschel
- Entenbrust auf Rosmarin-Polenta mit Spitzkohl, Zwergorangen und Ducca
- Topfschaum-Mousse auf Zwetschgenröster mit Zimtblüten-Crumble

Es besteht die Möglichkeit, die Trockenware für das Rezept direkt bei Peter Scharff zu bestellen. Bei diesem Kurs muss zudem eine Koch/Probe-Box vorab bestellt werden. Die Gebühren hierfür sind gesondert zu entrichten. Der Kurs findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop (alternativ ein Tablet oder ein Smartphone) mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt. Dies ist ein Kooperationsangebot der vhs Kaiserslautern.

Peter Scharff

2 U.Std. (1 Termin), € 38,00
Mittwoch 18.00 – 19.30 Uhr, 13. Oktober
Anmeldeschluss 7. Oktober
VHS ZOOM – virtueller Klassenraum

P3906

„Kulinarische Reise“ – Online-Kochkurs – Kürbis Ravioli mit regionalen Produkten



Mit frischen, regionalen Produkten lassen sich leckere und gesunde Gerichte zaubern. Viele körperliche Veränderungen und Beschwerden lassen sich durch eine leicht abgewandelte Ernährungsweise verbessern. Leckere, einfache und flott zubereitete basische Gerichte, verfeinert mit zum Teil Stoffwechsel anregenden Gewürzen wie beispielsweise Kurkuma, Ingwer und Chili bedeuten gesundes Schlemmen und Genuss pur! Ein natürlicher Kick für Ihre Ausstrahlung, Gesundheit und Figur. Der Kurs findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop (alternativ ein Tablet oder ein Smartphone) mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt. Dies ist ein Kooperationsangebot der vhs Konstanz.

Sabine Torres Prado

2 U.Std. (1 Termin), € 15,00
Donnerstag 17.30 – 19.30 Uhr, 14. Oktober
Anmeldeschluss 8. Oktober
VHS ZOOM – virtueller Klassenraum

P3908

„Kulinarische Reise“ – Online-Kochkurs „Mumbai Vada-Pav – vegetarischer Burger mit Chutney“



Wer schon einmal in Mumbai war, weiß, dass an jeder Straßenecke kleine Stände mit „Vada-Pav“ anzutreffen sind. Die Herstellung ist unkompliziert und dank der vielfältigen Gewürze außergewöhnlich lecker. Wir werden in diesem Kurs Vegi-Burger aus Kartoffeln und Zwiebeln – sogenannte Vada-Pav mit Chutney – herstellen. Der Kurs findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop (alternativ ein Tablet oder ein Smartphone) mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt. Dies ist ein Kooperationsangebot der vhs Herzogenrauch.

Dr. Yamini Avadhut

2 U.Std. (1 Termin), € 15,00
Dienstag 18.00 – 19.30 Uhr, 26. Oktober
Anmeldeschluss 21. Oktober
VHS ZOOM – virtueller Klassenraum

Kochen und Genießen – Onlinekochkurse



Kulinarische Reise: Zusammen isst man weniger allein Online – kochen mit der Volkshochschule

Reisen und neue Regionen entdecken ist in diesen Zeiten schwierig geworden, Kochkurse besuchen auch. Kochend reisen und dabei Gerichte und Menschen aus vielen Regionen kennenlernen, soll mit der neuen digitalen Veranstaltungsreihe „Zusammen isst man weniger allein“ wieder möglich werden. Von der eigenen Küche aus nehmen kulinarisch Interessierte an Kochevents in ganz Deutschland teil. Anders als beim Fernsehkoch wird bei diesen Onlinekursen gemeinsam gekocht und gegessen. Im Live-Streaming kochen die Teilnehmenden unter Anleitung zu Hause mit. Anmelden können Sie sich direkt bei uns. Mit der Anmeldung erklären Sie sich einverstanden, dass wir Ihre Kontaktdaten (Vorname, Name und E-Mail-Adresse) an die ausführende vhs weiterleiten. Eine Einkaufsliste für die notwendigen Zutaten gibt es mit der Buchung.

P3902

„Kulinarische Reise“ – Online-Kochkurs – Traditionelles Chicken Curry aus Indien



Ein leckeres und einfaches indisches Hähnchen Curry-Rezept! In diesem Kurs erlernen Sie die spezielle Zusammenstellung der indischen Gewürze zur Zubereitung dieses traditionellen Hähnchen-Gerichts. Lassen Sie sich auf eine faszinierende kulinarische Reise in mein Heimatland verführen. Der Kurs findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop (alternativ ein Tablet oder ein Smartphone) mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt. Dies ist ein Kooperationsangebot der vhs Herzogenrauch.

Dr. Yamini Avadhut

2 U.Std. (1 Termin), € 15,00
Mittwoch 18.00 – 19.30 Uhr, 22. September
Anmeldeschluss 16. September
VHS ZOOM – virtueller Klassenraum



P3910



„Kulinarische Reise“ – Online-Kochkurs „Karibisches Menü mit Fisch und Süßkartoffeln – Erinnerungen an die Dominikanische Republik“

Auf unserer „kulinarischen Genuss-Reise“ begeben wir uns in die weit entfernte Heimat unserer „Reiseleiterin“: die Dominikanische Republik.

Wir verwöhnen uns mit einem schnellen dreigängigen Menü, das die Familie gern mittags nach der Schule aus typischen frischen Zutaten der Region gekocht hat: Scampi-Salat, Fisch mit Kokossauce auf Reis und als Nachspeise einen Süßkartoffelkuchen. Bitte beachten Sie, dass einige Vorbereitungen bereits vor der Veranstaltung erledigt werden müssen, damit Sie dann in Ruhe mit-kochen können und anschließend auch gemütlich mit-essen & mit-genießen können! Der Kurs findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop (alternativ ein Tablet oder ein Smartphone) mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt. Dies ist ein Kooperationsangebot der vhs Straubing.

Joanna Sanchez-Astacio

2 U.Std. (1 Termin), € 15,00

Donnerstag 18.00 – 19.30 Uhr, 28. Oktober

Anmeldeschluss 22. Oktober

VHS ZOOM – virtueller Klassenraum

P3912



„Kulinarische Reise“ – Online-Kochkurs „Kürbis-Gnocchi – Ein italienisches Gericht wird zum bayerischen Schmankerl“

Diesmal ist „Niederbayern trifft Italien“ unser Motto der „kulinarischen Genuss-Reise“: Herbstzeit ist Kürbis- und Kartoffelzeit – warum nicht den leuchtend gelben Kürbis mit der guten alten Kartoffel vereinen? Im niederbayerischen Gäuboden wächst beides und somit wird ein italienisches Gericht zum bayerischen Schmankerl. Gemeinsam werden wir herrliche Kürbis-Gnocchi im Handumdrehen selbst herstellen – ohne großen Aufwand. Und das Beste: Dieses Gericht ist für alle geeignet – auch Personen mit Glutenunverträglichkeit, Vegetarier und Veganer können hier getrost zugreifen! Der Kurs findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop (alternativ ein Tablet oder ein Smartphone) mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt. Dies ist ein Kooperationsangebot der vhs Straubing.

Bianca Zeithöfler

2 U.Std. (1 Termin), € 15,00

Samstag 18.00 – 19.30 Uhr, 6. November

Anmeldeschluss 1. November

VHS ZOOM – virtueller Klassenraum

P3914



„Kulinarische Reise“ – Online-Kochkurs „Pasta e ceci della nonna“ – Selbstgemachte Nudeln mit Kichererbsen wie in der Basilikata „Bruschette con peperoni fritti“

Auf unserer „kulinarischen Genuss-Reise“ begeben wir uns in die Heimat unserer „Reiseleiterin“: die Basilikata (Süd-Italien). Wir verwöhnen uns mit einem (zufällig veganen) Nudel-Gericht, das früher die Oma gern gekocht hat – die Nudeln sind natürlich selbstgemacht und das ist gar nicht schwer! Als kleine Appetithäppchen/Vorspeise/Antipasti werden wir ergänzend leckere, schnelle „Bruschette con peperoni fritti“ zubereiten – die können und sollen gleich zwischen-durch verspeist werden, während die Hauptspeise köchelt. An diesem Abend wird unsere „Reiseleiterin“ beide Gerichte gemeinsam mit den Teilnehmer:innen zubereiten und anschließend werden die Pasta dann gemeinsam vor dem Bildschirm verkostet. Der Kurs findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop (alternativ ein Tablet oder ein Smartphone) mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt. Dies ist ein Kooperationsangebot der vhs Straubing.

Maria Rosa Bornè

2 U.Std. (1 Termin), € 15,00

Montag 18.00 – 19.30 Uhr, 8. November

Anmeldeschluss 3. November

VHS ZOOM – virtueller Klassenraum

P3916



„Kulinarische Reise“ – Online-Kochkurs – Herbstliches vegetarisches Curry mit regionalen Produkten

Mit frischen, regionalen Produkten lassen sich leckere und gesunde Gerichte zaubern. Viele körperliche Veränderungen und Beschwerden lassen sich durch eine leicht abgewandelte Ernährungsweise verbessern. Leckere, einfache und flott zubereitete basische Gerichte, verfeinert mit zum Teil Stoffwechsel anregenden Gewürzen wie beispielsweise Kurkuma, Ingwer und Chili bedeuten gesundes Schlemmen und Genuss pur! Ein natürlicher Kick für Ihre Ausstrahlung, Gesundheit und Figur. Der Kurs findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop (alternativ ein Tablet oder ein Smartphone) mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt. Dies ist ein Kooperationsangebot der vhs Konstanz.

Sabine Torres Prado

2 U.Std. (1 Termin), € 15,00

Donnerstag 17.30 – 19.30 Uhr, 18. November

Anmeldeschluss 12. November

VHS ZOOM – virtueller Klassenraum



© pixabay

P3918



„Kulinarische Reise“ – Online-Kochkurs – Wohlfühl- Wintermenü mit Peter Scharff – Forelle, Kalb, Apfel & Co.

In der eigenen Küche raffinierte Rezepte ausprobieren mit einem Spitzenkoch an der Seite – welcher Feinschmecker träumt nicht davon! Die Volkshochschule Kaiserslautern konnte Sternekoch Peter Scharff für drei weitere Online-Kurse gewinnen. Ein Profi, der seit vielen Jahren in aller Gastrowelt zu Hause ist und dessen naturorientierte Zubereitungsphilosophie würzige Zeichen setzt. Erleben Sie ihn in der neuen VHS-Küche über den Dächern von Kaiserslautern.

Im Winter passend zur Saison mit:

- Winterliches Rahmsüppchen von dreierlei Petersilie, Wacholder-Sauerahm und geräuchertem Forellenfilet
- Kalbshüft-Steak unter der Schalotten-Senfhaube mit Duett von Topinambur
- PETERS Normannische Apfel-Tarte mit Calvados und Bourbon Vanille-Eisparfait

Es besteht die Möglichkeit, die Trockenware für das Rezept direkt bei Peter Scharff zu bestellen. Bei diesem Kurs muss zudem eine Koch/Probe-Box vorab bestellt werden. Die Gebühren hierfür sind gesondert zu entrichten. Der Kurs findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop (alternativ ein Tablet oder ein Smartphone) mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt. Dies ist ein Kooperationsangebot der vhs Kaiserslautern.

Peter Scharff

2 U.Std. (1 Termin), € 38,00

Mittwoch 18.00 – 19.30 Uhr, 1. Dezember

Anmeldeschluss 25. November

VHS ZOOM – virtueller Klassenraum

3



Sprachen

Deutsch als Fremdsprache	42
Englisch	44
Französisch	47
Italienisch	48
Russisch	50
Spanisch	50
Andere Fremdsprachen	51



© Gunter Havlena/pixelio

Deutsch als Fremdsprache/ Integrationskurse

Integrationskurse des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF)

Ein Integrationskurs besteht aus:

- 600 (bzw. 900) Stunden Sprachkurs
- 100 Stunden Orientierungskurs (Politik, Geschichte)
- Abschlusstest „Leben in Deutschland“
- Abschlussprüfung Deutschtest für Zuwanderer (DTZ)

Wenn eine Berechtigung vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge vorliegt, bezahlen Sie 2,20 Euro pro Unterrichtseinheit. Wenn Sie Arbeitslosengeld oder Sozialhilfe erhalten, können Sie von den Kosten befreit werden.

Wenn Sie sich zu einem Integrationskurs anmelden möchten, dann beraten wir Sie gerne während unserer Öffnungszeiten:
montags 9:00 Uhr – 12:00 Uhr, 14:00 Uhr – 16:00 Uhr
dienstags 9:00 Uhr – 12:00 Uhr
donnerstags, 9:00 Uhr – 12:00 Uhr, 14:00 Uhr – 18:00 Uhr
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 0.16

Bitte seien Sie spätestens 30 Minuten vor dem Ende der Sprechzeiten da und bringen ein Ausweispapier, ggf. den Berechtigungsschein des BAMF sowie eine Kopie des Arbeitslosengeld- oder Sozialhilfebescheides mit.



© vhs Wetzlar

Alphabetisierung / Grundbildung

DP4010-1

Integrationskurs Alphabetisierung ab Modul 1

Daiva Buivydaite-Thiel, Ina Kasper

mo., di., mi. u. do. 9.00 – 12.15 Uhr, Beginn 6. Dezember
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 1

N4010-2

Integrationskurs Alphabetisierung ab Modul 2

Doris Sinning

mo., di., mi. u. fr. 8.45 – 13.00 Uhr, Beginn 6. September
VHS Spilburg, Geb. A23, Spilburgstraße 5, Raum 1

N4015-7

Integrationskurs Alphabetisierung ab Modul 7

Ahmed Ebeid

mo., di., do. u. fr. 8.45 – 12.00 Uhr, Beginn 30. August
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.08

N4019-11

Integrationskurs Alphabetisierung – Wiederholerkurs ab Modul 11

Barbara Götz-Steinrücken, Ina Kasper

mi., do. u. fr. 8.45 – 13.00 Uhr, Beginn 8. Oktober
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.04

N4020-O

Integrationskurs Alphabetisierung – Orientierungskurs

Daiva Buivydaite-Thiel, Ina Kasper

mo., di., mi. u. do. 9.00 – 12.15 Uhr, Beginn 7. Oktober
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 1

Grundstufe I (A1)

N4122-1

Integrationskurs ab Modul 1

Pia Ebeid

mo., di., do. u. fr. 8.45 – 13.00 Uhr, Beginn 30. August
Verw.-Stelle Dutenhofen, Zum Seifengraben 12, 1. Stock



P4120-1

Integrationskurs ab Modul 1

Daiva Buivydaite-Thiel, Luise Keller

mo., di., mi. u. fr. 8.45 – 13.00 Uhr, Beginn 13. Dezember
Bürgerhaus Büblingshausen, Siedlerklause

N4120-2

Integrationskurs am Abend ab Modul 2

Leonore Blütgen-Walther, Hermann Kauß

mo., mi. u. do. 18.00 – 21.15 Uhr, Beginn 6. Oktober
Bürgerhaus Büblingshausen, Siedlerklause

Grundstufe II (A2)

N4126-4

Integrationskurs ab Modul 4

Luise Keller, Alla Rother

mo., di., do. u. fr. 8.45 – 13.00 Uhr, Beginn 24. September
Bürgersaal Nauborn, Schulgasse 7, 35580 Wetzlar

Grundstufe III (B1)

N4125-5

Integrationskurs am Nachmittag ab Modul 5

Doris Sinning, Christa Hagelgans

mo., di., mi. u. do. 13.45 – 17.00 Uhr, Beginn 30. September
Bürgerhaus Büblingshausen, Siedlerklause

N4128-6

Integrationskurs am Abend ab Modul 6

Ahmed Ebeid

mo., di. u. do. 17.30 – 20.45 Uhr, Beginn 30. August
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Moritz-Hensoldt-Saal



© vhs Wetzlar

N4137-8

**Integrationskurs am Nachmittag –
Wiederholerkurs ab Modul 8**

Viktoria Gerber, Eva Lucia Baum

mo., di., mi. u. do. 13.30 – 16.45 Uhr, Beginn 28. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Moritz-Hensoldt-Saal

N4138-8

Integrationskurs – Wiederholerkurs ab Modul 8

Daiva Buivydaite-Thiel, Luise Keller

mo., di., mi. u. fr. 8.45 – 13.00 Uhr, Beginn 20. September
Bürgerhaus Büblingshausen

**Berufsbezogene Sprachförderung
(BAMF)**

Die berufsbezogene Sprachförderung richtet sich anschließend an den Integrationskurs an arbeitssuchende Migranten und Geflüchtete. In berufsbezogenen Sprach- und Weiterqualifizierungsmodulen auf den Niveaustufen A2 bis C1 werden die Teilnehmenden kontinuierlich auf den Arbeitsmarkt vorbereitet. Wenn Sie Interesse an einer Teilnahme haben, dann erhalten Sie nähere Informationen zu den Zugangsvoraussetzungen bei Annika Wolter, Tel.: 06441-994308.

P4250

B1-DeuFöV (Nationales Sprachprogramm)

Viktoria Gerber, Claudia Philippi

mo., di., mi. u. fr. 8.30 – 12.45 Uhr, Beginn 30. August
Bürgerhaus Münchholzhausen

P4252

B2-DeuFöV (Nationales Sprachprogramm)

Erika Kaufmann, Viktoria Gerber

mo., di., mi. u. do. 8.30 – 12.45 Uhr, Beginn 27. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Moritz-Hensoldt-Saal

Gebühren DaF-Bereich
Die Kursgebühr im DaF-Bereich weicht von der Normalgebühr ab. Die Gebühr beträgt:

- Integrationskurse:
2,20 €/UE bei Vorliegen einer Berechtigung/Verpflichtung des BAMF
3,30 €/UE als Selbstzahler
- Berufssprachkurse (DeuFöV):
2,32 €/UE bei Vorliegen einer Berechtigung des BAMF

Die zu entrichtende Gebühr ist zu Kursbeginn fällig.

Deutschprüfungen
**Sprachen-Prüfungen „Deutsch – Test für Zuwanderer“
und Einbürgerungstests im 2. Semester 2021 an der
Volkshochschule der Stadt Wetzlar**

Deutsch-Test für Zuwanderer	
Anmeldeschluss	Prüfungstermin
26.08.	25.09.
22.09.	23.10.
03.11.	04.12.
Prüfungsgebühr:	120,00 Euro

Telc B2	
Anmeldeschluss	Prüfungstermin
13.08.	02.10.
Prüfungsgebühr:	180,00 Euro

Einbürgerungstest	
Anmeldeschluss	Prüfungstermin
11.08.	10.09.
06.10.	05.11.
17.11.	17.12.
Prüfungsgebühr:	25,00 Euro

Bitte bringen Sie zur Anmeldung und zur Prüfung ein gültiges Ausweispapier mit! Die Gebühr für die Prüfungen im Bereich Deutsch als Fremdsprache ist mit der Anmeldung fällig.
Infos zu Prüfungen erhalten Sie unter DaF@wetzlar.de





Fremdsprachen

Hinweis:

Nach Abschluss der verschiedenen Niveaustufen können europäische Sprachenzertifikate (telc-Zertifikate) in 10 Sprachen erworben werden. Diese Zertifikate sind auf den Referenzrahmen (GER) abgestimmt und überall in Europa anerkannt. Sie bestehen aus einem schriftlichen und einem mündlichen Teil. Ab 10 Teilnehmer/innen können die Prüfungen auch in Wetzlar stattfinden. Sollten sich weniger als 10 Teilnehmer/innen anmelden, wird Ihre Anmeldung an den Hessischen Volkshochschulverband in Frankfurt weitergeleitet, der eine Prüfung für Sie an einer anderen Volkshochschule in Hessen sucht. Die gewünschte Prüfung kann dann jedoch an **einem anderen Termin stattfinden und ggf. teurer sein**. Die Teilnehmerzahl bei den Prüfungen ist begrenzt und verspätete Anmeldungen können leider nicht berücksichtigt werden.

Unter www.telc.net finden Sie kostenlose Übungstests.

Für Informationen und Beratung wenden Sie sich bitte an die Geschäftsstelle der vhs Wetzlar oder an den Hessischen Volkshochschulverband (hvv) in Hessen.

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen

Common European Framework | Cadre européen commun de référence
Marco de Referencia Común Europeo | Общевропейские компетенции владения иностранным языком | Avrupa birliği standartlarındadır



Informationsmöglichkeiten für Fremdsprachen

Testen Sie Ihre Vorkenntnisse, bevor Sie sich zu einem Kurs verbindlich anmelden, und teilen Sie uns Ihre Ziele mit. Gemeinsam finden wir die passenden Kurse für Sie. Einstufungstests finden Sie auf unserer Homepage (www.vhs-wetzlar.de) oder in unserer Geschäftsstelle während der Öffnungszeiten. Danach beraten wir Sie gerne persönlich, telefonisch oder per E-Mail.

Hinweis:

Individuelle Gruppen-Stadtführungen sind auf Anfrage auch in verschiedenen Fremdsprachen buchbar, z. B. Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch, Portugiesisch und Niederländisch.

Preis: für eine 1,5 stündige Führung 75,- Euro.

Infos unter: www.wetzlar-tourismus.de oder telefonisch unter Tourist-Information Wetzlar 06441 – 99 – 7755

Englisch

Grundstufe I (A1)

P4301 vormittags

Englisch A1

Für Teilnehmer/innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen. Lehrwerk: Easy English A1 (Cornelsen, ISBN: 978-3-06-520805-5) ab Lektion 1

Suzanne Cameron-Keller

22 U.Std. (11 Termine), € 86,00 (bei 6 – 7 TN)*

montags 11.15 – 12.45 Uhr, Beginn 6. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2

P4302

Englisch A1

Für Teilnehmer/innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen.

Lehrwerk: Great! A1 (Klett, ISBN: 978-3-12-501480-0) ab Lektion 1

Ute Sewerin

22 U.Std. (11 Termine), € 86,00 (bei 6 – 7 TN)*

mittwochs 18.30 – 20.00 Uhr, Beginn 15. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.04

P4303 am Wochenende

NEU

Englisch A1 – Crashkurs am Wochenende

Für Teilnehmer/innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen. An Werktagen fehlt Ihnen die Zeit für einen Englischkurs? Kein Problem! Nutzen wir dann das Wochenende dafür! Und wenn eine Kursfortsetzung erwünscht ist, können nach Absprache im Kurs weitere Termine geplant und dabei individuelle Wünsche berücksichtigt werden.

Suzanne Cameron-Keller

16 U.Std. (4 Termine), € 91,00 (bei 4 – 5 TN)*

freitags 17.00 – 20.15 Uhr, 24. September und 1. Oktober

samstags 9.00 – 12.15 Uhr, 25. September und 2. Oktober

Anmeldeschluss 17. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4

P4304

NEU

Englisch A1 – Auffrischkurs

Für Teilnehmer/innen mit sehr geringen Vorkenntnissen.

Wenn Sie Ihren Englischkurs bereits nach einem oder zwei Semestern abbrechen mussten und nun gerne Grammatik und Wortschatz von Anfang an wiederholen möchten, bevor Sie Neues dazulernen, dann ist dieser Kurs das Richtige für Sie. Entspannt und in einem Lerntempo, das Ihnen zusagt, frischen Sie Ihre alten Kenntnisse auf und erwerben neue.

Domingo James

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*

dienstags 18.00 – 19.30 Uhr, Beginn 7. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.07

P4305

NEU

Englisch A1 – Auffrischkurs

Für Teilnehmer/innen mit sehr geringen oder weit zurückliegenden Englischkenntnissen.

Lehrwerk: Headway English A1 Student's Book Pack (Oxford, ISBN: 978-0-19-474123-1) ab Lektion 1

Sie haben bereits Englischkenntnisse auf dem A1-Niveau, aber Ihr letzter Englischkurs liegt weit zurück? Sie haben das Gefühl, dass Sie vieles vergessen haben? Dann schließen Sie sich uns an! Mit vielen Übungen und im angepassten Lerntempo aktivieren und erweitern wir Ihre Englischkenntnisse. Dabei gilt unser besonderes Augenmerk dem Sprechen.

Stacey Votendahl-Barth

14 U.Std. (7 Termine), € 55,00 (bei 6 – 7 TN)*

donnerstags 16.15 – 17.45 Uhr, Beginn 28. Oktober

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.07



P4306

NEU

Englisch A1 – Englisch für unterwegs

Für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen. Diesen Kurs können Sie zusätzlich zu einem wöchentlichen A1-Kurs oder als Vorbereitung auf eine Reise besuchen. Hier lernen Sie einfachen Small Talk und sich u.a. im Hotel, im Restaurant oder am Flughafen zu verständigen.

Stacey Votendahl-Barth

8 U.Std. (4 Termine), € 46,00 (bei 4 – 5 TN)*
 donnerstags 16.15 – 17.45 Uhr, Beginn 9. September
 VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.07

P4307 am Wochenende

Englisch A1 – Englisch für unterwegs

(wie Kurs P4306)

Angelika Carlson

11 U.Std. (4 Termine), € 61,00 (bei 4 – 5 TN)*
 freitags 17.00 – 19.00 Uhr, 12. und 26. November
 samstags 9.30 – 11.30 Uhr, 13. und 27. November
 Anmeldeschluss 5. November
 VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.07

Grundstufe II (A2)

Hinweis: Bitte beachten Sie folgenden Bildungsurlaub (S. 6 – 8)

P4339

Intensivwoche Business English A2 – Sprache und gesellschaftliche Kompetenz (Januar 2022)

P4320

NEU

Englisch A2 – online

Lehrwerk: Next A2.1 (Hueber, ISBN: 978-3-19-002932-7) ab Lektion 1
 In diesem Englischkurs können Sie Ihre A1-Kenntnisse ausbauen, den alltagsrelevanten Grundwortschatz erweitern und die Basisgrammatik vertiefen. Die Themen werden gemeinsam im Kurs gewählt, sodass Interesse und Begeisterung garantiert sind. Unterricht von- und miteinander.
 Technische Voraussetzungen: Tablet, PC oder Laptop mit Lautsprecher oder Headset, Kamera (Webcam), gute Internetverbindung.
 Empfohlene Browser: Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari.
 Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Antonia Maria Weisenburger

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*
 dienstags 18.00 – 19.30 Uhr, Beginn 7. September
 Anmeldeschluss 2. September
 Cloud – virtueller Klassenraum

P4321 vormittags

Englisch A2 – Step by Step to better English!

Lehrwerk: Easy English A2.1 (Cornelsen, ISBN: 978-3-06-520815-4) ab Lektion 1
 Mit einer bewussten Arbeitsweise und Wiederholungen sowie durch viel Unterstützung seitens der Kursleiterin erreichen Sie Ihr Ziel, fließender Englisch zu sprechen.

Vera Shehu

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
 donnerstags 9.00 – 10.30 Uhr, Beginn 9. September
 VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 3

P4322

Englisch A2

Lehrwerk: Easy English A2.1 (Cornelsen, ISBN: 978-3-06-520815-4) ab Lektion 7
Suzanne Cameron-Keller
 22 U.Std. (11 Termine), € 66,00 (bei 8 – 9 TN)*
 donnerstags 17.30 – 19.00 Uhr, Beginn 9. September
 VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 3

P4323 vormittags

50plus: Englisch A2 – All you learn is LOVE for yourself!

Lehrwerk: Easy English A2.1 (Cornelsen, ISBN: 978-3-06-520815-4) ab Lektion 9

Vera Shehu

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
 montags 9.30 – 11.00 Uhr, Beginn 6. September
 VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4

P4324

Englisch A2

Lehrwerk: Headway English A2 Student's Book Pack (Oxford, ISBN: 978-0-19-474131-6) ab Lektion 5 und Murder at Teatime (Circon, ISBN: 9783817478392)

Stacey Votendahl-Barth

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
 montags 17.15 – 18.45 Uhr, Beginn 6. September
 VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.07

P4325 vormittags

NEU

50plus: Englisch A2 – Auffrischkurs

Dieser Kurs eignet sich für alle, die über elementare Englischkenntnisse verfügen (z.B. 3 – 4 Jahre Schulenglisch oder vhs-Kurse auf dem A2-Niveau) und die nach einer längeren Pause wiedereinsteigen möchten. Unser Ziel ist, nach einer Wiederholung auf dem A2-Niveau rasch die nächste Niveaustufe zu erreichen.

Domingo James

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
 mittwochs 9.00 – 10.30 Uhr, Beginn 8. September
 VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4

P4330 am Wochenende

Englisch A2 – Intensivkurs am Wochenende

Wenn Sie keine Zeit für den Besuch eines Abendkurses haben und Englischkenntnisse auf dem A2-Niveau besitzen, die Sie schnell verbessern möchten, dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Dieser Kompaktkurs ermöglicht Ihnen rasche Fortschritte. Auf Wunsch kann ein Folgekurs eingerichtet werden.

Stacey Votendahl-Barth

16 U.Std. (4 Termine), € 91,00 (bei 4 – 5 TN)*
 freitags 17.00 – 20.15 Uhr, 24. September und 1. Oktober
 samstags 9.00 – 12.15 Uhr, 25. September und 2. Oktober
 Anmeldeschluss 17. September
 VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 4

P4331

Englisch A2 – Englisch für den Job

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte, die ihre Kenntnisse verbessern möchten, um im Büro leichter auf Englisch kommunizieren zu können.

Angelika Carlson

16 U.Std. (8 Termine), € 91,00 (bei 4 – 5 TN)*
 montags 17.30 – 19.00 Uhr, Beginn 25. Oktober
 VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 4

P4332

NEU

Englisch A2 – Conversation Course

Lehrwerk: Go for it! A2 (Hueber, ISBN: 978-3-19-002939-6)
 Wenn Sie sich nicht trauen oder Schwierigkeiten haben, frei Englisch zu sprechen, sind Sie hier genau richtig. Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, sich über einfache Alltagsthemen zu unterhalten. Wir arbeiten zusätzlich mit einem Lehrwerk, sodass anhand von Übungen grundlegende grammatische Strukturen gefestigt werden.

Ute Sewerin

22 U.Std. (11 Termine), € 70,00 (bei 6 – 7 TN)*
 mittwochs 16.45 – 18.15 Uhr, Beginn 15. September
 VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.04





Sprachen

P4333 am Wochenende

NEU

Englisch A2 – Increase the Power of Words

Haben Sie das Gefühl, dass Sie ein Wort kennen, kommen aber nicht sofort darauf? Dieser Kurs gibt Ihnen wertvolle Anregungen und nützliche Tipps zum besseren Erlernen des Wortschatzes, denn die englische Sprache verfügt über den größten Wortschatz von allen Sprachen.

Vera Shehu

6 U.Std. (1 Termin), € 23,00 (bei 6 – 7 TN)*

Samstag 9.00 – 14.00 Uhr, 25. September

Anmeldeschluss 17. September

VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 5

Grundstufe III (B1)

Hinweis: Bitte beachten Sie folgenden Bildungsurlaub (S. 6 - 8)

P4369

Intensivwoche Business English B1 – Sprache und gesellschaftliche Kompetenz (in den Herbstferien)

P4341 vormittags

50plus: Englisch B1

Lehrwerk: Next B1/1 (Hueber, ISBN: 978-3-19-002934-1) ab Lektion 2

Um Unsicherheiten abzubauen und die Freude am Sprechen zu fördern, stehen Übungen zur Verbesserung des Wortschatzes und der Ausdrucksfähigkeit im Mittelpunkt des Kurses.

Vera Shehu

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*

montags 11.30 – 13.00 Uhr, Beginn 6. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 3

P4342 vormittags

50plus: Englisch B1 – Interested in Speaking?

Lehrwerk: English for Socializing and Small Talk (Cornelsen, ISBN: 978-3-464-20339-2) ab Lektion 6

We are not always aware of how polite our attitude of speaking is. We will practise this way of communication in this course. Be welcome!

Vera Shehu

24 U.Std. (12 Termine), € 72,00 (bei 8 – 9 TN)*

mittwochs 10.45 – 12.15 Uhr, Beginn 8. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2

P4343

Englisch B1

Lehrwerk: Go For It! B1 (ISBN: 978-3-19-002940-2) ab Lektion 6 und Women Who Changed the World (Penguin Readers Level 4, ISBN 978-0-241-37528-0)

If you would like to refresh your English in a friendly and relaxed atmosphere, then this is the course for you! We will repeat some grammar basics, do some reading and writing, but mainly our focus is on speaking, speaking, speaking!

Stacey Votendahl-Barth

32 U.Std. (12 Termine), € 125,00 (bei 6 – 7 TN)*

mittwochs 18.00 – 20.00 Uhr, Beginn 8. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 3

P4344

Englisch B1

Lehrwerk: Easy English B1.1 (Cornelsen, ISBN: 978-3-06-520819-2) ab Lektion 9

In einem den Kursteilnehmenden angepassten Lerntempo üben wir mit vielfältigem Lernmaterial alltagsrelevanten Wortschatz, Redewendungen sowie die Grundstufengrammatik.

Antonia Maria Weisenburger

24 U.Std. (12 Termine), € 72,00 (bei 8 – 9 TN)*

mittwochs 14.00 – 15.30 Uhr, Beginn 8. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05



© noelsch - Pixabay

P4345

Englisch B1 – Correspondence and Business English

Lehrwerk: Basis für Business B1 (Cornelsen, ISBN: 978-3-06-521005-8) ab Lektion 9

English is becoming more and more common in everyday working life in Germany. This course looks at some of the most important terminology needed by those who are employed in companies and organisations with international connections. At the same time we will revise our grammar, expand our general vocabulary and practice our conversation skills.

Stacey Votendahl-Barth

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*

donnerstags 18.00 – 19.30 Uhr, Beginn 9. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.07

P4346 vormittags

50plus: Englisch B1 – It is hard to speak, but possible!

Lehrwerk: Easy English B1.2 (Cornelsen, ISBN: 978-3-06-520823-9) ab Lektion 4

Speaking will be the core aspect of the course. Through practice and creative thinking we will not hesitate to express our thoughts.

Vera Shehu

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*

donnerstags 10.45 – 12.15 Uhr, Beginn 9. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 3

P4347 vormittags

Englisch B1

Lehrwerk: Life Intermediate B1+ (Cornelsen/National Geographic, ISBN: 978-1-13331571-1) ab Lektion 14

This course is for people who want to refresh and improve their English in a friendly and relaxed atmosphere.

Suzanne Cameron-Keller

29 U.Std. (11 Termine), € 114,00 (bei 6 – 7 TN)*

montags 9.00 – 11.00 Uhr, Beginn 6. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2

P4350 am Wochenende

NEU

Englisch B1 – Increase the Power of Words

Von allen Sprachen verfügt die englische Sprache über den größten Wortschatz. Grammatik ist zwar wichtig, aber Wörter sind weitaus wichtiger. Dieser Kurs gibt Ihnen wertvolle Anregungen und nützliche Tipps zum besseren Erlernen des Wortschatzes.

Vera Shehu

6 U.Std. (1 Termin), € 23,00 (bei 6 – 7 TN)*

Samstag 9.00 – 14.00 Uhr, 20. November

Anmeldeschluss 12. November

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.07



Mittelstufe I (B2)

P4371 vormittags

Arbeitskreis Englisch B2

Come and join us if you are interested in discussing current affairs in English. The newspaper „Read On“ will provide the basis for some of our discussions but other reading materials will be used, too. Please note that money for photocopies and for the newspaper will be collected at the beginning of the course.

Angela Grima Kuemmel

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
montags 9.00 – 10.30 Uhr, Beginn 6. September
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 3

P4372 vormittags

Arbeitskreis Englisch B2

In this course, we will practise speaking and listening in English by talking about themes of general interest, everyday life topics and current affairs. Reading materials used include a variety of internet and newspaper articles. Please note that money for photocopies and for the newspaper „Read On“ will be collected at the beginning of the course.

Angela Grima Kuemmel

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*
dienstags 9.00 – 10.30 Uhr, Beginn 7. September
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 3

P4373

Arbeitskreis Englisch B2 – online

In this course we want to speak as much as possible – but we will also be doing some reading and grammar revision. Does that sound interesting? Then this might be the course for you!
Technische Voraussetzungen: Tablet, PC oder Laptop mit Lautsprecher oder Headset, Kamera (Webcam), gute Internetverbindung.
Empfohlene Browser: Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari.
Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Peter Ottway

24 U.Std. (12 Termine), € 72,00 (bei 8 – 9 TN)*
dienstags 18.00 – 19.30 Uhr, Beginn 7. September
Anmeldeschluss 2. September
VHS ZOOM – virtueller Klassenraum

P4374 vormittags

Arbeitskreis Englisch B2

Newspaper: „Read On“
Being able to communicate in English has become a necessity in our globalized world. By reading newspapers and discussing the given topics, we can reach this target.

Vera Shehu

32 U.Std. (12 Termine), € 96,00 (bei 8 – 9 TN)*
mittwochs 8.30 – 10.30 Uhr, Beginn 6. Oktober
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2

P4380

Arbeitskreis Englisch B2/C1 – online

If you are interested in the English speaking world, enjoy a good discussion and are looking for a course to practise your skills in an informal and friendly atmosphere, then this is perhaps the place for you. Important grammar and vocabulary will also be revised.

Technische Voraussetzungen: Tablet, PC oder Laptop mit Lautsprecher oder Headset, Kamera (Webcam), gute Internetverbindung.
Empfohlene Browser: Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari.
Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Peter Ottway

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
mittwochs 19.30 – 21.00 Uhr, Beginn 8. September
Anmeldeschluss 3. September
VHS ZOOM – virtueller Klassenraum

Französisch

Grundstufe I (A1)

P4401 vormittags

Französisch A1

Für Teilnehmer/innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen.
Lehrwerk: Voyages neu A1 (Klett, ISBN: 978-3-12-529412-7) ab Lektion 1

Josseline Zutt

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*
montags 11.00 – 12.30 Uhr, Beginn 6. September
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.07

P4402 vormittags

Französisch A1

Lehrwerk: Voyages neu A1 (Klett, ISBN: 978-3-12-529412-7) ab Lektion 9

Josseline Zutt

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
mittwochs 10.45 – 12.15 Uhr, Beginn 8. September
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.07

P4403

Französisch A1 – online

Lernkrimi: L'île de la mort (ISBN 978-3-8174-9661-7)
Wir lernen in einer Kleingruppe die Grammatik und den Wortschatz der Niveaustufe A1.

Technische Voraussetzungen: Tablet, PC oder Laptop mit Lautsprecher oder Headset, Kamera (Webcam), gute Internetverbindung.
Empfohlene Browser: Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari.
Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Maryse Wittig

10 U.Std. (10 Termine), € 57,00 (bei 4 – 5 TN)*
dienstags 16.30 – 17.15 Uhr, Beginn 21. September
Anmeldeschluss 16. September
Cloud – virtueller Klassenraum

Grundstufe II (A2)

P4421

Französisch A2

Lehrwerk: Voyages neu A2 (Klett, ISBN: 978-3-12-529422-6) ab Lektion 2

Heike Burzel

20 U.Std. (10 Termine), € 78,00 (bei 6 – 7 TN)*
montags 18.00 – 19.30 Uhr, Beginn 6. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 5

P4422

Französisch A2

Lehrwerk: Voyages neu A2 (Klett, ISBN: 978-3-12-529422-6) ab Lektion 4

Sylvie Aiméblanc

16 U.Std. (8 Termine), € 62,00 (bei 6 – 7 TN)*
donnerstags 17.45 – 19.15 Uhr, Beginn 23. September
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

P4423 vormittags

50plus: Französisch A2

Lehrwerk: Voyages neu A2 (Klett, ISBN: 978-3-12-529422-6) ab Lektion 11

Sylvie Aiméblanc

16 U.Std. (8 Termine), € 48,00 (bei 8 – 9 TN)*
mittwochs 11.00 – 12.30 Uhr, Beginn 22. September
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 3



Sprachen

P4424



Französisch A2 – online

Wir lesen zusammen Zeitungsartikel, die wir gemeinsam im Kurs auswählen. Zudem wiederholen wir Grammatik und Wortschatz der Niveaustufe A2.

Technische Voraussetzungen: Tablet, PC oder Laptop mit Lautsprecher oder Headset, Kamera (Webcam), gute Internetverbindung.

Empfohlene Browser: Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari.

Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Maryse Wittig

13 U.Std. (10 Termine), € 76,00 (bei 4 – 5 TN)*

dienstags 17.45 – 18.45 Uhr, Beginn 21. September

Anmeldeschluss 16. September

Cloud – virtueller Klassenraum

Grundstufe III (B1)

P4441 vormittags

Französisch B1

Nous travaillons avec une lecture et différents textes. Révision de grammaire dans la joie et la bonne humeur!

Manon Soulier

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*

dienstags 9.15 – 10.45 Uhr, Beginn 7. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4

P4442 vormittags

Französisch B1

Nous lisons des articles de journaux pour découvrir la diversité de la France et en même temps révisons et approfondissons notre vocabulaire et nos connaissances en grammaire.

Manon Soulier

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*

dienstags 11.00 – 12.30 Uhr, Beginn 7. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 4

P4443

Französisch B1

Nous travaillons avec une lecture, revue de la presse et différents textes.

Sylvie Aiméblanc

16 U.Std. (8 Termine), € 62,00 (bei 6 – 7 TN)*

dienstags 18.30 – 20.00 Uhr, Beginn 21. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 3

Mittelstufe I (B2)

P4471 vormittags

Arbeitskreis Französisch B2

Vous avez de bonnes connaissances en français et vous avez envie de parler. Pour mieux découvrir la vie des Français d'aujourd'hui, nous discutons à partir d'articles de journaux, de films, de chansons. Nous choisissons également une lecture qui nous accompagnera pendant le semestre.

Sylvie Aiméblanc

16 U.Std. (8 Termine), € 62,00 (bei 6 – 7 TN)*

mittwochs 9.00 – 10.30 Uhr, Beginn 22. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 3

Bitte geben Sie uns Ihre E-Mail-Adresse – wir informieren Sie über Kursänderungen!



Volkshochschule
Wetzlar

Italienisch

Grundstufe I (A1)

P4501

Italienisch A1

Für Teilnehmer/innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen.
Lehrwerk: Chiaro! A1 Nuova edizione (Hueber, ISBN: 978-3-19-275427-2) ab Lektion 1

Fabrizio Cartocci

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*

montags 19.15 – 20.45 Uhr, Beginn 6. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

P4503

Italienisch A1 – online

Für Teilnehmer/innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen. In diesem Online-Kurs werden Sie dazu eingeladen, „Bella Italia“ näher kennen zu lernen, sodass Sie Ihre ersten Kenntnisse auf Ihrer Sprachreise nach Italien anwenden können. Durch aktives Anwenden der Formulierungen in verschiedenen Sprachsituationen aus dem Alltag (sich und andere vorstellen, Hotelzimmer reservieren, nach der Uhrzeit fragen, Essen bestellen, auf dem Markt einkaufen, etc.) werden Sie mehr Sicherheit gewinnen. Neben dem Einüben der wichtigsten grammatischen Regeln werden wir auch über Landeskunde und Leute reden.

Technische Voraussetzungen: Tablet, PC oder Laptop mit Lautsprecher oder Headset, Kamera (Webcam), gute Internetverbindung.
Empfohlene Browser: Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari.

Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Alfio Salvatore Petralia

22 U.Std. (11 Termine), € 125,00 (bei 4 – 5 TN)*

mittwochs 18.00 – 19.30 Uhr, Beginn 15. September

Anmeldeschluss 10. September

Cloud – virtueller Klassenraum

P4504

Italienisch A1

Für Teilnehmer/innen mit sehr geringen Vorkenntnissen.
Lehrwerk: Chiaro! A1 Nuova edizione (Hueber, ISBN: 978-3-19-275427-2) ab Lektion 3

Fabrizio Cartocci

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*

dienstags 17.15 – 18.45 Uhr, Beginn 7. September

VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 6

P4505 nachmittags

Italienisch A1

Für Teilnehmer/innen mit sehr geringen Vorkenntnissen.
Lehrwerk: Chiaro! A1 Nuova edizione (Hueber, ISBN: 978-3-19-275427-2) ab Lektion 3

Fabrizio Cartocci

24 U.Std. (12 Termine), € 72,00 (bei 8 – 9 TN)*

freitags 16.30 – 18.00 Uhr, Beginn 10. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

P4506

Italienisch A1 – online

Für Teilnehmer/innen mit sehr geringen Vorkenntnissen.
Lehrwerk: Con Piacere nuovo A1 (Klett, ISBN 978-3-12-525201-1) ab Lektion 5

Dieser komfortable Online-Kurs ermöglicht Ihnen wöchentlich 90 Minuten in die italienische Sprache einzutauchen und sich so wie in Italien zu fühlen. Durch die vhs.cloud werden Sie zudem die Möglichkeit haben, individuell und in eigenem Tempo das Gelernte zu üben, vertiefen und festigen. Foren und Chats stehen jederzeit zur Verfügung, um die Kommunikation, die immer an erster Stelle steht, zu fördern.

Technische Voraussetzungen: Tablet, PC oder Laptop mit Lautsprecher oder Headset, Kamera (Webcam), gute Internetverbindung.



Empfohlene Browser: Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari.
Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Giancarla Taborelli-Ruther

16 U.Std. (8 Termine), € 112,00 (bei 4 – 5 TN)*
mittwochs 19.00 – 20.30 Uhr, Beginn 8. September
Anmeldeschluss 3. September
Cloud – virtueller Klassenraum

P4508

Italienisch A1

Lehrwerk: Chiaro! A1 (Hueber, ISBN: 978-3-19-075427-4) ab Lektion 8

Fabrizio Cartocci

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
montags 17.15 – 18.45 Uhr, Beginn 6. September
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05



© fritsje - Pixabay

Grundstufe II (A2)

P4521

Italienisch A2 – Italienisch lernen mit Elementen der PDL-Methode

Lernen Sie Italienisch ohne Buch und ohne Grammatik zu pauken! Wir lassen Sprechinhalte in der Kurssituation entstehen und gehen spielerisch damit um. Schritt für Schritt werden Sie die Fremdsprache auf eine überraschend erfrischende und entspannte Weise lernen. Durch Zuhören, Nachahmen und begleitendes Sprechen entwickeln Sie ein Gefühl für die Sprache und trauen sich im Verlauf des Kurses immer mehr, Italienisch als Mittel der Kommunikation anzuwenden. Lesen und Schreiben vervollständigen später das Erlebte. (Sie können mehr über die PDL-Methode in einem gesonderten Info-Blatt bei der vhs oder per Email: vhs@wetzlar.de erfahren).

Anna-Maria Pietragalla

29 U.Std. (11 Termine), € 126,00 (bei 6 – 7 TN)*
dienstags 18.00 – 20.00 Uhr, Beginn 7. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 2

P4522

Italienisch A2

Verschiedene Materialien zu aktuellen Themen und zum Einüben grammatischer Strukturen werden vom Kursleiter bereitgestellt.

Fabrizio Cartocci

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
dienstags 19.00 – 20.30 Uhr, Beginn 7. September
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

Grundstufe III (B1)

P4541 vormittags

Italienisch B1

Es werden Materialien zu aktuellen Themen eingesetzt.

Fabrizio Cartocci

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*
mittwochs 9.00 – 10.30 Uhr, Beginn 8. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 6

P4542 vormittags

Italienisch B1 – Italienisch lernen mit Elementen der PDL-Methode

Lernen Sie Italienisch ohne Buch und ohne Grammatik zu pauken! Wir lassen Sprechinhalte in der Kurssituation entstehen und gehen spielerisch damit um. Schritt für Schritt werden Sie die Fremdsprache auf eine überraschend erfrischende und entspannte Weise lernen. Durch Zuhören, Nachahmen und begleitendes Sprechen entwickeln Sie ein Gefühl für die Sprache und trauen sich im Verlauf des Kurses immer mehr, Italienisch als Mittel der Kommunikation anzuwenden. Lesen und Schreiben vervollständigen später das Erlebte. (Sie können mehr über die PDL-Methode in einem gesonderten Info-Blatt bei der vhs oder per Email: vhs@wetzlar.de erfahren).

Anna-Maria Pietragalla

29 U.Std. (11 Termine), € 126,00 (bei 6 – 7 TN)*
donnerstags 10.00 – 12.00 Uhr, Beginn 9. September
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2

P4543

Arbeitskreis Italienisch B1

Ripetizioni di grammatica (livello Linea diretta 2) accompagnati da giochi e lettura.

Franziska Richter

20 U.Std. (10 Termine), € 78,00 (bei 6 – 7 TN)*
mittwochs 18.00 – 19.30 Uhr, Beginn 8. September
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06

P4544

Italienisch B1

Ripetizioni di grammatica accompagnati da giochi, testi attuali e lettura.

Dr. Maike Kamlage

18 U.Std. (9 Termine), € 103,00 (bei 4 – 5 TN)*
donnerstags 19.15 – 20.45 Uhr, Beginn 9. September
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 3

Mittelstufe I (B2)

P4570

Italienisch B2

Lehrwerk: Al dente 4 (B2) (Klett, ISBN: 978-3-12-525391-9) ab Lektion 5

Inoltre, vengono utilizzati materiali su argomenti di attualità forniti dal docente del corso.

Fabrizio Cartocci

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
mittwochs 18.45 – 20.15 Uhr, Beginn 8. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 4

P4572

Arbeitskreis Italienisch B2

Conversazione, lettura e ripasso grammaticale.

Scegliamo insieme una lettura che offre tante occasioni per parlare e ripassare le conoscenze grammaticali. Faremo anche esercizi di ascolto e di scrittura. Cerchiamo di migliorare ed esercitare i modi di dire per le situazioni quotidiane in Italia e di parlare in italiano il più possibile. Oltre alla lettura si integrano anche materiali di civiltà italiana e temi attuali in Italia. Benvenuti!

Rita Schneider-Cartocci

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*
donnerstags 17.00 – 18.30 Uhr, Beginn 9. September
VHS Spilburg, Geb. A23, Spilburgstraße 5, Raum 1



Sprachen

P4574 vormittags

Arbeitskreis Italienisch B2

Lehrwerk: Caccia ai Tesori B1 – C1 (Loescher, ISBN: 978-3-12-525918-8) ab Lektion 5

Corso di lingua e civiltà italiana.

Fabrizio Cartocci

16 U.Std. (8 Termine), € 91,00 (bei 4 – 5 TN)*

freitags 9.30 – 11.00 Uhr, Beginn 10. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 3

Russisch

P4601

Russisch A1

Für Teilnehmer/innen mit sehr geringen Vorkenntnissen.

Lehrwerk: MOCT neu A1-A2 (Klett, ISBN: 978-3-12-527648-2) ab Lektion 3

Schritt für Schritt erlernen Sie das kyrillische Alphabet und einfache Ausdrücke aus dem Alltagsleben. Außerdem erfahren Sie Wissenswertes über Land und Leute.

Dr. Ksenia Vorobyeva

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*

donnerstags 17.30 – 19.00 Uhr, Beginn 9. September

VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 6

P4602

Russisch A1

Lehrwerk: MOCT neu A1-A2 (Klett, ISBN: 978-3-12-527648-2) ab Lektion 7

Dr. Ksenia Vorobyeva

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*

donnerstags 19.15 – 20.45 Uhr, Beginn 9. September

VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 6

Spanisch

Grundstufe I (A1)

P4701

Spanisch A1

Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse.

Lehrwerk: Con gusto A1 (Klett, ISBN: 978-3-12-514980-9) ab Lektion 1

Maria de los Angeles Balandrano-Plachter

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*

montags 18.45 – 20.15 Uhr, Beginn 6. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2

P4702

Spanisch A1 – online

Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse.

Lehrwerk: Con gusto A1 (Klett, ISBN: 978-3-12-514980-9) ab Lektion 1

Technische Voraussetzungen: Tablet, PC oder Laptop mit Lautsprecher oder Headset, Kamera (Webcam), gute Internetverbindung.

Empfohlene Browser: Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari.

Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Lourdes Guerra

17 U.Std. (10 Termine), € 95,00 (bei 4 – 5 TN)*

mittwochs 18.00 – 19.15 Uhr, Beginn 22. September

Anmeldeschluss 17. September

Cloud – virtueller Klassenraum



© DariuszSankowski - Pixabay

P4703

Spanisch A1

Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse.

Lehrwerk: Con gusto A1 (Klett, ISBN: 978-3-12-514980-9) ab Lektion 1

Taimy Naval Santos

32 U.Std. (12 Termine), € 125,00 (bei 6 – 7 TN)*

donnerstags 9.00 – 11.00 Uhr, Beginn 9. September

VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 5

P4704

Spanisch A1

Für Teilnehmer/innen mit sehr geringen Vorkenntnissen.

Lehrwerk: Con gusto nuevo A1 (Klett, ISBN: 978-12-514671-6) ab Lektion 4

Juan Cano Martínez

18 U.Std. (9 Termine), € 70,00 (bei 6 – 7 TN)*

montags 18.35 – 20.05 Uhr, Beginn 6. September

VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 2

P4705

Spanisch A1

Lehrwerk: Con gusto A1 (Klett, ISBN: 978-3-12-514980-9) ab Lektion 6

Maria de los Angeles Balandrano-Plachter

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*

mittwochs 18.30 – 20.00 Uhr, Beginn 8. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2

Grundstufe II (A2)

P4721

Spanisch A2

Lehrwerk: eñe A2 (Hueber, ISBN 978-3-19-004220-3) ab Lektion 1

¡Bienvenidos a continuar con nuestro curso!

Maria de los Angeles Balandrano-Plachter

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*

mittwochs 20.15 – 21.45 Uhr, Beginn 8. September

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2

P4722

Spanisch A2

Lehrwerk: Con gusto A2 (Klett, ISBN: 978-3-12-514990-8) ab Lektion 4

Elba Heidenreich

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*

dienstags 17.30 – 19.00 Uhr, Beginn 7. September

VHS Spilburg, Geb. A23, Spilburgstraße 5, Raum 1



P4723

Spanisch A2

Lehrwerk: Con gusto nuevo A2 (Klett, ISBN: 978-3-12-514677-8) ab Lektion 6

Juan Cano Martínez

18 U.Std. (9 Termine), € 70,00 (bei 6 – 7 TN)*
montags 16.50 – 18.20 Uhr, Beginn 6. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 2

P4724 vormittags

Spanisch A2

Lehrwerk: Con gusto A2 (Klett, ISBN: 978-3-12-514990-8) ab Lektion 6

Taimy Naval Santos

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
mittwochs 9.30 – 11.00 Uhr, Beginn 8. September
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06

P4725

Spanisch A2

Lehrwerk: Con Gusto A2 (Klett, ISBN: 978-3-12-514990-8) ab Lektion 12

Liliana Strack

20 U.Std. (10 Termine), € 78,00 (bei 6 – 7 TN)*
dienstags 17.15 – 18.45 Uhr, Beginn 7. September
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2

P4730

NEU

Spanisch A2 – Konversationskurs

Haben Sie Lust, sich in Spanisch zu unterhalten? In dem Fall: Bienvenidos in unserem Kurs! Im Mittelpunkt des Kurses stehen Gespräche über einfache Alltagsthemen und Themen, die Sie sich wünschen. Wir unterhalten uns weitgehend in Spanisch, nur Erklärungen erfolgen in Deutsch. Wenn Sie seit 2 – 3 Jahren Spanisch lernen, verfügen Sie über ausreichend Wortschatz, um an diesem Kurs teilnehmen zu können.

Maria de los Angeles Balandrano-Plachter

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*
montags 17.00 – 18.30 Uhr, Beginn 6. September
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2

Grundstufe III (B1)

P4741 vormittags

Spanisch B1

Lehrwerk: Con gusto B1 (Klett, ISBN: 978-3-12-515010-2) ab Lektion 5

Elba Heidenreich

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*
dienstags 9.00 – 10.30 Uhr, Beginn 7. September
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2

Mittelstufe I (B2)

P4772

Spanisch B2

Lehrwerk: Aula 5 B2.2 (Klett, ISBN: 978-3-12-515745-5) ab Lektion 1

Este curso se orienta a aquellos alumnos que quieren continuar la práctica o retomar el aprendizaje. Nuestro objetivo es ampliar la expresión, interacción y comprensión oral y escrita mediante actividades comunicativas y diversos tipos de textos. Debataremos sobre aspectos de la cultura, sociedad, literatura... de los países de habla hispana y haremos un repaso y/o reactivaremos los conocimientos gramaticales (tiempos del pasado, usos del subjuntivo, perífrasis verbales, estilo indirecto, etc) así como el vocabulario de los temas tratados en clase.

Liliana Strack

20 U.Std. (10 Termine), € 78,00 (bei 6 – 7 TN)*
dienstags 19.00 – 20.30 Uhr, Beginn 7. September
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2

P4774

Spanisch B2

„Activemos el idioma“ – escuchando, leyendo, viendo, escribiendo y sobre todo hablando. El acento de este curso es la expresión oral de la lengua. El aprendizaje estará apoyado por diferentes técnicas. Trataremos también temas sobre la cultura e historia de España y Latinoamérica.

Dr. Francis Schaal

20 U.Std. (10 Termine), € 78,00 (bei 6 – 7 TN)*
montags 18.00 – 19.30 Uhr, Beginn 6. September
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 3

Arabisch

P4805

NEU

Arabisch A1

Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben. Sie wollen Arabisch lernen, sind aber unsicher, ob Sie es schaffen können, denn es hört sich ganz anders als Deutsch an? Nur Mut! Dank einer Kombination aus verschiedenen, unterhaltsamen Methoden können Sie völlig in die arabische Sprache eintauchen.

Amina Bakro

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*
donnerstags 18.00 – 19.30 Uhr, Beginn 9. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 4

Amina Bakro

Mein Name ist Amina Bakro. Meine Interessen liegen vor allem in den kulturellen und sprachlichen Bereichen. Ich lese viel und gerne und finde es spannend mich mit verschiedenen Kulturen zu beschäftigen. Diese Interessen waren sehr hilfreich beim Erlernen der deutschen Sprache, denn jede Sprache spiegelt die Kultur und dadurch auch die Identität ihres Sprechers wider. Darin liegt gleichzeitig auch meine Motivation, Arabisch als Fremdsprache zu unterrichten. Arabisch ist nicht nur meine Muttersprache, da ich aus Syrien bin, sondern auch mein Studienfach. Ich bringe langjährige Erfahrung als Lehrkraft für Arabisch mit.



Chinesisch

P4815

NEU

Chinesisch A1

Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse. Lehrwerk: Kaishi A1 Kurs- und Übungsbuch (Klett, ISBN: 978-3-12-528965-9 und 978-3-12-528966-6) ab Lektion 1 Seit Jahrzehnten ist Chinesisch eine der wichtigsten Sprachen weltweit. Es lohnt sich deswegen, frühzeitig mit dem Erlernen dieser Weltsprache anzufangen. Sie starten mit den vier Tönen und der offiziellen Lautumschrift „Pinyin“. Nach und nach erlernen Sie die vereinfachten Schriftzeichen und wie Sie sich in alltäglichen Situationen auf Chinesisch verständigen können. Außerdem erfahren Sie Hochinteressantes aus diversen Kulturbereichen.

Fei Jia

22 U.Std. (11 Termine), € 125,00 (bei 4 – 5 TN)*
donnerstags 16.45 – 18.15 Uhr, Beginn 9. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 5



Sprachen

P4820

Chinesisch A2

Lehrwerk: Kaishi A2 Kurs- und Übungsbuch (Klett, ISBN: 978-3-12-528967-3 und 978-3-12-528968-0) ab Lektion 1

Wir vertiefen in diesem Kurs die bereits erlernten Kompetenzen. Zusätzlich werden wir uns intensiv mit der Schreibkunst des Chinesischen auseinandersetzen. Wichtige Sitten und Gebräuche, besonders für Geschäftsreisende, werden erläutert.

Fei Jia

22 U.Std. (11 Termine), € 125,00 (bei 4 – 5 TN)*
donnerstags 18.30 – 20.00 Uhr, Beginn 9. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 5

Dänisch

P4825 am Wochenende

NEU HYBRID

Dänisch A1

Für Teilnehmer/innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen.
Lehrwerk: Vi snakkes ved! aktuell A1+ (Hueber, ISBN 978-3-19-105379-6) ab Lektion 1

Bitte beachten Sie, dass der Unterricht in diesem Kurs sowohl online als auch in Präsenz stattfindet. Technische Voraussetzungen: Tablet, PC oder Laptop mit Lautsprecher oder Headset, Kamera (Webcam), gute Internetverbindung. Empfohlene Browser: Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Olivia Visby

20 U.Std. (6 Termine), € 114,00 (bei 4 – 5 TN)*
samstags 9.00 – 12.30 Uhr, 18. September, 2. Oktober, 13. und 27. November in Präsenz
samstags 10.00 – 11.30 Uhr, 16. und 23. Oktober in der vhs.cloud
Anmeldeschluss 10. September
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2

Olivia Dana Visby

Dänisch konnte ich vor Deutsch sprechen, denn meine Familie kommt aus Dänemark und ich selbst habe auch einige Zeit dort gelebt.

Dieses Jahr habe ich an der Philipps-Universität Marburg Erziehungs- und Bildungswissenschaft mit dem Schwerpunkt Jugend- und Erwachsenenbildung meinen Master abgeschlossen. Derzeit bin ich Projektmitarbeiterin bei einem gemeinnützigen Bildungsträger und Dozentin für Dänisch an den Volkshochschulen Gießen und Wetzlar. An der Volkshochschule Wetzlar möchte ich mit dem Sprachkurs anderen Menschen die Freude an der dänischen Sprache und Kultur näherbringen. Ob Sie nun für Ihren nächsten Urlaub einige Grundlagen lernen möchten oder einfach interessiert sind – ich freue mich sehr über Ihre Teilnahme an meinen Kurs.



© Michellerapioni - Pixabay

Japanisch

P4850

NEU

Japanisch A1 – Sommerkurs

Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse.

Dieser Kurs gibt einen kleinen Einblick in die sehr besondere und vielschichtige Japanische Sprache. Egal, ob sie nach Japan reisen möchten, Anime und Manga lieben oder einfach von Fremdsprachen fasziniert sind. Sie erhalten einen Einblick in Sprache, Schrift und darüber hinaus auch in die japanische Kultur. Ein Schnupperkurs zum Kennenlernen und erweitern Ihres Horizonts!

Cornelia Neitzel

10 U.Std. (5 Termine), € 57,00 (bei 4 – 5 TN)*
Montag bis Freitag 18.00 – 19.30 Uhr, 23. – 27. August
Anmeldeschluss 16. August
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2

P4851

Japanisch A1

Für Teilnehmer/innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen.
Lehrwerk: Japanisch, bitte! neu (Klett, ISBN: 978-3-12-606971-7) ab Lektion 1

Einführung in die japanische Sprache mit Lautschrift Hiragana und Katakana sowie einfachen chinesischen Schriftzeichen (Kanji).

Cornelia Neitzel

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*
donnerstags 17.30 – 19.00 Uhr, Beginn 9. September
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2

P4855

Japanisch A2

Lehrwerk: Konnichi wa! Einführung in die moderne japanische Sprache (Reichert, ISBN: 9-78-3-89500279-3) ab Lektion 10

Voraussetzungen: Lautschriften Hiragana und Katakana sowie einige grammatische Formen. Wir erlernen auch einfache chinesische Schriftzeichen (Kanji).

Cornelia Neitzel

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*
donnerstags 19.15 – 20.45 Uhr, Beginn 9. September
VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2

Griechisch

P4835

NEU

Griechisch A1

Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse.

Lehrwerk: Pame! A1 Kurs- und Arbeitsbuch (Hueber, ISBN: 978-3-19-005404-6 und 978-3-19-025404-0) ab Lektion 1

Sie haben Interesse an der griechischen Sprache, der Kultur und dem Land? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig! Werden Sie mit dem Klang und der Schrift vertraut und entdecken Sie, wie leicht die Sprache der Hellenen zu erlernen ist. Das gemeinsame Sprechen, Hören und Lesen stehen im Mittelpunkt des Kurses.

Aristodimos Dimosthenous

20 U.Std. (10 Termin), € 114,00 (bei 4 – 5 TN)*
dienstags 18.00 – 19.30 Uhr, Beginn 14. September
VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 4

Koreanisch

P4860

NEU

Koreanisch A1- Kompaktkurs

Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse.

Interessieren Sie sich touristisch oder beruflich für Korea? Dann können Sie in diesem Kompaktkurs das Alphabet sowie einfache Sätze und Ausdrücke erlernen, die auf die sprachliche Bewältigung konkreter Alltagssituationen abzielen. Fortsetzung nach Absprache im Kurs möglich.

Eun Joo Shim

9 U.Std. (3 Termine), € 51,00 (bei 4 – 5 TN)*
freitags 17.00 – 19.30 Uhr, 10. und 24. September und 8. Oktober
Anmeldeschluss 3. September
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.07



Shim Eun-Joo

Als gebürtige Koreanerin freue ich mich sehr über das Interesse an meiner Muttersprache und meinem Heimatland. Mein Wunsch ist, durch das Vermitteln der koreanischen Sprache Schritt für Schritt eine schöne Brücke zwischen unseren Kulturen aufzubauen. Dazu greife ich in meinem Unterricht stets aktuelle Diskurse über Korea auf, denn den Unterricht begreife ich nicht nur als didaktische Vermittlung der koreanischen Sprache und Kultur, sondern auch als menschliche Begegnung. Mit der koreanischen Sprache und Kultur beschäftige ich mich seit langem. Derzeit befinde ich mich in der Endphase meiner Doktorarbeit in Vergleichenden Kultur- und Religionswissenschaften. Seit 2006 unterrichte ich Koreanisch an der koreanischen Schule in Frankfurt und seit 2016 auch an den Volkshochschulen Frankfurt und Marburg. Außerdem habe ich mehrere Koreanisch-Lehrbücher verfasst, die inzwischen zu Standardlehrwerken an koreanischen Schulen in Deutschland gehören. Mit Spaß und koreanischer Höflichkeit versuche ich die Freude am Sprachenlernen bei jedem vhs-Teilnehmenden zu wecken.



Niederländisch

P4875

Niederländisch A1

Lehrwerk: Lextra Niederländisch – Sprachkurs Plus Anfänger (Cornelsen, ISBN: 978-3-589-01580-1) ab Lektion 5

Thea Boegel

24 U.Std. (12 Termine), € 72,00 (bei 8 – 9 TN)*

mittwochs 18.45 – 20.15 Uhr, Beginn 8. September

VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 2

P4880

Niederländisch B1

Lehrwerk: Lextra Niederländisch – Sprachkurs Plus Anfänger (Cornelsen, ISBN: 978-3-589-01580-1) ab Lektion 16

Die Kursleiterin stellt zudem eigenes Material.

Thea Boegel

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*

mittwochs 17.00 – 18.30 Uhr, Beginn 8. September

VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 2

Norwegisch

P4885 am Wochenende

Norwegisch A1 – Norwegisch lernen einmal ganz anders

Für Teilnehmer/innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen. Sie möchten die norwegische Sprache sowie „Land und Leute“ kennenlernen? Dann ist dieser Kurs richtig für Sie! Hier können Sie auf eine intensive und lebendige Art ins Norwegische eintauchen. Durch besondere Techniken (u. a. aus der PDL-Methode) wird Ihnen die Sprache mit ihrer Melodie und ihrem Rhythmus schnell vertraut, Sprachhemmungen werden überwunden. Sie lernen Fragen zu stellen, Wünsche zu äußern, um Hilfe zu bitten und erarbeiten sich einen kleinen, praxisnahen Wortschatz. Willkommen! Bitte bequeme Kleidung mitbringen. Es entstehen geringe Kopierkosten.

Eva Puerzer

16 U.Std. (2 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*

Samstag 10.00 – 16.30 Uhr, 6. November

Sonntag 10.00 – 16.30 Uhr, 7. November

Anmeldeschluss 22. Oktober

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.07

Polnisch

P4895

Polnisch A1

Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse.

Lehrwerk: Witam! aktuell (Hueber, ISBN: 978-3-19-105369-7) ab Lektion 1

Sie werden auf angenehme Weise Polnisch lernen und sich in Alltagssituationen ausdrücken können. Gemeinsam üben wir die ersten Worte, Sätze und Redewendungen und beschäftigen uns auch mit der Kultur und den Gepflogenheiten unseres Nachbarlandes. Machen Sie mit!

Martin Ptasinski

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*

dienstags 17.30 – 19.00 Uhr, Beginn 7. September

VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 3

Martin Ptasinski

Geboren wurde ich 1983 in Katowice/Polen, seit meinem sechsten Lebensjahr lebe ich nun (mit Unterbrechungen) in Hessen. Da ich von klein auf in einem mehrsprachigen Umfeld und „zwischen den Kulturen“ aufgewachsen bin, haben mich Sprachen schon immer fasziniert. Nach meinem Abitur studierte ich zunächst Informatik, doch die Leidenschaft für Sprachen blieb immer ungebrochen – und so „wechselte“ ich zur Linguistik und studierte Interlinguistik und Didaktik in Posen (Polen) und Slawistik in Gießen. Seit 2013 unterrichte ich Polnisch, Tschechisch und Esperanto und habe nun auch meinen Weg ins schöne Wetzlar gefunden. Daneben bin ich als Autor für sorbische Publikationen in Bautzen und Cottbus tätig.



Portugiesisch

P4900

Portugiesisch A1

Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse.

Lehrwerk: Oi, Brasil! aktuell A1 (Hueber, ISBN: 978-3-19-205420-4) ab Lektion 1

Ana Tupiassú-Deubler

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*

mittwochs 19.15 – 20.45 Uhr, Beginn 8. September

VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 6

P4905

Portugiesisch A2

Lehrwerk: Oi, Brasil! aktuell A2 (Hueber, ISBN: 978-3-19-205420-4) ab Lektion 15

Ana Tupiassú-Deubler

24 U.Std. (12 Termine), € 94,00 (bei 6 – 7 TN)*

mittwochs 17.30 – 19.00 Uhr, Beginn 8. September

VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 6



Sprachen

Rumänisch

P4910

NEU HYBRID

Rumänisch A1

Für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen.

Entdecken Sie das wahrhaftige Rumänien und begeben Sie sich auf eine kleine Kultur- und Sprachreise in den Osten Europas. Sie erlernen im Kurs die Grundkenntnisse des Rumänischen, um alltagsrelevante Gespräche führen zu können. Darüber hinaus werden Ihnen spannenden Einblicke in das Leben zwischen Donaudelta und den Karpaten geboten. Der Kurs ist für alle geeignet, die diese direkt aus Latein stammende Sprache erlernen möchten – sei es aus Liebe, für einen Urlaub oder aus purem Interesse.

Technische Voraussetzungen: Tablet, PC oder Laptop mit Lautsprecher oder Headset, Kamera (Webcam), gute Internetverbindung.

Empfohlene Browser: Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari.

Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Antonia Maria Weisenburger

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*

donnerstags 18.30 – 20.00 Uhr, Beginn 9. September

Anmeldeschluss 6. September

VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 3

Schwedisch

P4915 am Wochenende



Schwedisch B1 – online

Lehrwerk: Välkomna tillbaka! neu (B1) (Klett, 978-3-12-527961-2) ab Lektion 9

Weitere Kurstermine werden am ersten Kurstag vereinbart.

Technische Voraussetzungen: Tablet, PC oder Laptop mit Lautsprecher oder Headset, Kamera (Webcam), gute Internetverbindung.

Empfohlene Browser: Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari.



vhs cloud

**Bildungsmanagement
im digitalen Zeitalter**

vielseitig und modular

www.vhs.cloud

Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Dr. Lars Vorberger

12 U.Std. (4 Termine), € 72,00 (bei 4 – 5 TN)*

samstags 10.00 – 12.30 Uhr, Beginn 9. Oktober

Anmeldeschluss 6. Oktober

Cloud – virtueller Klassenraum

Tschechisch

P4930

Tschechisch A2

Lehrwerk: Vitáme Vás (Hueber, ISBN: 978-3-19025157-5) ab Lektion 14

Der Schwerpunkt liegt auf häufigen, leicht einsetzbaren Sprachstrukturen im Hör- und Sprechbereich. Die zwei Folgetermine werden am ersten Kurstag gemeinsam festgelegt.

Dr. Ivana Clausnitzer

6 U.Std. (3 Termine), € 34,00 (bei 4 – 5 TN)*

montags 14.00 – 15.30 Uhr, Beginn 20. September

VHS Spilburg, Geb. A23, Spilburgstraße 5, Raum 2

Türkisch

P4935

NEU

Türkisch A1

Für Teilnehmer/innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen.

Merhaba! Sie möchten Türkisch lernen? Wir starten mit einfachen Sätzen und Ausdrücken, die Sie sofort im Alltag oder Urlaub anwenden können. Gleichzeitig legen wir die Basis für das systematische Erlernen der türkischen Sprache.

Nesiba Akgün

24 U.Std. (12 Termine), € 137,00 (bei 4 – 5 TN)*

mittwochs 18.00 – 19.30 Uhr, Beginn 8. September

VHS in der Spilburg, Geb. A19, Steinbühlstraße 15B, Raum 5

Heimatliebe Ägypten

Heimatliebe – das ist nicht nur die Liebe zum Heimatland, sondern auch Sehnsucht und Vermissen. Obwohl ich schon mehr als 20 Jahre in Deutschland lebe, fühle ich mich immer noch sehr zu meinem Heimatland Ägypten hingezogen. Was macht Ägypten so besonders?

Ägypten übt auf viele Menschen und natürlich auf mich eine sehr große Faszination aus: beeindruckende Pyramiden, schwer zu entziffernde Hieroglyphen, geheimnisvolle Pharaonen, verschollene Mumien, gut erhaltene Tempelanlagen – ein Land höchster Geschichte und Kultur.

Oft sehne ich mich nach Kairo, meiner Heimatstadt und der Hauptstadt Ägyptens, mit 25 Millionen Einwohnern, die einerseits mit ihrem typisch ägyptischen Charme besticht, andererseits als moderne pulsierende Weltstadt auftritt: Tradition und Moderne vereint in einer Millionenmetropole!

Diese Gegensätzlichkeit findet sich in ganz Ägypten wieder: alte Geschichte und moderne Welt, Wüste und Meer, Basare und große Shoppingcenter, Verkehrschaos und entspannte Ruhe in den Parks und in den Luxushotels in der Stadt und am Meer. Die Unterwasserwelt des Roten Meeres ist einzigartig und lädt auch mich immer wieder zum Schnorcheln und Tauchen ein. Geschäfte, die rund um die Uhr geöffnet haben, das Leben, welches sich auf der Straße abspielt, die Freunde und Familie, die bis spät in der Nacht zusammensitzen – all das fehlt mir und das Leben dort ist so ganz anders als hier in Deutschland. Natürlich vermisse ich auch die Freundlichkeit, die Hilfsbereitschaft, die Entspanntheit der Menschen und selbstverständlich meine Freunde und meine große Familie. Damit verbunden auch das gute ägyptische Essen mit den typischen Spezialitäten und den unterschiedlichen kulinarischen Leckerbissen.

Bis bald – Ägypten!

Ahmed Ebeid



Arbeit und Beruf

Berufliche Kompetenzen und Soft Skills	55
EDV-Grundlagen/ EDV-Anwendungen	57
MS-Office-Anwendungen	58
Tablet-PCs und Smartphones	61
Online-Konferenzen	62
Grafische Gestaltung	62
Tastaturschreibkurse	63



© Konstantin Gastmann/pixelio

Fit für den Beruf – Weiterkommen mit der VHS

Beruf und Arbeit sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil des Volkshochschul-Angebotes. Berufliche Weiterbildung setzt an bei Kompetenzen wie Lernfähigkeit und Sprachkenntnissen und reicht bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen. Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie und den Neuen Medien ist ein Schwerpunkt des Programmbereichs „Arbeit und Beruf“. Angebote zu Querschnittsthemen wie Rhetorik, Kommunikation und kreativitätsfördernde Angebote stärken berufliche und persönliche Kompetenzen. Beruflich qualifizierende und verwertbare Kurse finden sich auch im Angebot anderer Programmbereiche.

Dieser Online-Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre momentane Situation zu beleuchten, Stolpersteine zu erkennen und Lösungen zu finden, um sich wieder mit neuem Mut auf Ihren Weg zu begeben. Sie werfen einen Blick auf Ihre Resilienz, um sich dieser bewusst zu werden und entdecken Ihre Kraftquellen, um aus diesen zu schöpfen. Mit frischer Energie können Sie dann neue Wege einschlagen und sich auch beruflich wieder neu positionieren.

Technische Voraussetzungen: Tablet, PC oder Laptop mit Lautsprecher oder Headset, Kamera (Webcam), gute Internetverbindung. Empfohlene Browser: Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt.

Ursula Kruck-Hantschel

5 U.Std. (2 Termine), € 29,50 (bei 4 – 5 TN)*
dienstags 16.45 – 18.30 Uhr, 14. u. 21. September
Anmeldeschluss 10. September
Cloud – virtueller Klassenraum

P5004

Im Vorstellungsgespräch mit Leichtigkeit und Kompetenz überzeugen

Wie Sie durch stilicheres Auftreten und natürliche Souveränität im Vorstellungsgespräch den Arbeitgeber überzeugen können, Stolpersteine umschiffen und die richtigen Antworten parat haben sind Inhalte dieses Kurses. Sie befassen sich mit der mentalen Einstimmung auf das Vorstellungsgespräch und finden Antworten auf schwierige Fragen. Sie üben den Umgang mit schwierigen Gesprächspartnern und entwickeln rhetorischen Fähigkeiten zur Überwindung Ihrer Sprachlosigkeit.

Sie erhalten hilfreiche Anregungen, um die passende Kleidung zum Vorstellungsgespräch zu wählen sowie Tipps zur Bewältigung Ihres Lampenfiebers. Der Kurs findet in der online-Lernplattform vhs.cloud statt, spätestens drei Tage vor Beginn des Kurses erhalten Sie die Zugangsdaten.

Technische Voraussetzungen: Tablet, PC oder Laptop mit Lautsprecher oder Headset, Kamera (Webcam), gute Internetverbindung. Empfohlene Browser: Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt. Wir beginnen den Kursstart mit einem kurzen Systemcheck, um die Verbindungen – Ton und Bild – zu testen.

Ursula Kruck-Hantschel

5 U.Std. (2 Termine), € 29,50 (bei 4 – 5 TN)*
Dienstag 16.45 – 18.30 Uhr, 26. Oktober
Dienstag 16.45 – 18.30 Uhr, 2. November
Anmeldeschluss 22. Oktober
Cloud – virtueller Klassenraum

Berufliche Kompetenzen und Soft Skills

Hinweis: Bitte beachten Sie folgende Bildungsurlaube (S. 6 – 8)

K5700

„(Über-) Leben in einer digitalen Welt: Einführung in die Digitale Kompetenz als Bildungsurlaub“

P1700

Schlagfertig: Selbstbewusste Kommunikation und freierer Umgang mit Konflikten in Beruf und Alltag

P1701

Schlagfertig: Selbstbewusste Kommunikation und freierer Umgang mit Konflikten in Beruf und Alltag – Teil II

P5001

„Neu durchstarten und beruflich wieder Fuß fassen“ - In Krisen die Chancen sehen

Sie haben durch die Corona-Krise Ihren Job verloren oder auch Ihr Unternehmen und wissen nicht so recht, wie es weitergehen soll. Sie sind entmutigt und wissen nicht, an welchem Punkt Sie ansetzen könnten und wo Sie der Weg hinführen wird. Sie stellen sich Fragen wie „Mache ich so weiter wie bisher oder ändere ich etwas? Wage ich etwas völlig Neues?“





P5005 am Wochenende

Wohlfühlkurs – Ich bin – Ich weiß – Ich kann! – Für Frauen

Dieser Kurs richtet sich an alle Frauen, die Ihr Selbstwertgefühl steigern möchten. Oftmals stellen Frauen ihr Licht unter den Scheffel, sie stehen sich oft – mit alten Glaubenssätzen – selbst im Weg. Sie trauen sich wenig zu und glauben, alle anderen seien besser als sie und oftmals führen diese Gedanken zu Wut und Unausgeglichenheit. Öfter auch mal Nein sagen, ist ein JA für mich selbst. Wir gehen es diplomatisch an....

In diesem Kurs beleuchten und besprechen wir IHRE THEMEN und wir suchen gemeinsam nach Lösungen, auch der Spaß wird dabei nicht fehlen....Bitte bringen Sie für Entspannungsübungen eine Wolldecke und ein paar Schreibutensilien mit.

Bei einer großen Nachfrage kann der Kurs auch als Online-Angebot angeboten werden, oder als Ergänzung eingerichtet werden.

Dagmar Beyer

5 U.Std. (1 Termin), € 28,00 (bei 4 – 5 TN)*

Samstag 10.00 – 14.00 Uhr, 30. Oktober

Anmeldeschluss 22. Oktober

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 3

P5006 am Wochenende

Wohlfühlkurs – Ich bin – Ich weiß – Ich kann!

Dieser Kurs richtet sich an ALLE, die Ihr Selbstwertgefühl steigern möchten. Oftmals stellen Sie Ihr Licht unter den Scheffel, Sie stehen sich oft – mit alten Glaubenssätzen – selbst im Weg. Sie trauen sich wenig zu und glauben, alle anderen seien besser als Sie und oftmals führen diese Gedanken zu Wut und Unausgeglichenheit. Öfter auch mal Nein sagen, ist ein JA für mich selbst. Wir gehen es diplomatisch an...

In diesem Kurs beleuchten und besprechen wir IHRE THEMEN und wir suchen gemeinsam nach Lösungen, auch der Spaß wird dabei nicht fehlen....Bitte bringen Sie für Entspannungsübungen eine Wolldecke sowie Schreib-Utensilien mit.

Bei einer großen Nachfrage kann der Kurs auch als Online-Angebot angeboten werden, oder als Ergänzung eingerichtet werden.

Dagmar Beyer

5 U.Std. (1 Termin), € 28,00 (bei 4 – 5 TN)*

Samstag 10.00 – 14.00 Uhr, 20. November

Anmeldeschluss 12. November

VHS-Haus Büblingshausen, U. d. Ahorn/Rentmeisterweg, Raum 2

Qualifizierung von Ausbilderinnen und Ausbildern für die fachpraktische Ausbildung von Berufspraktikanten/innen in der sozialpädagogischen Praxis -

Erzieherinnen und Erzieher bilden in ihren jeweiligen Praxisfeldern Praktikanten/innen aus. Der Lernort Fachpraxis ist ein Ausbildungsort, an dem theoretisches Grundwissen in die Praxis transferiert werden muss. Dabei haben die Ausbilder/innen vor Ort eine besondere Bedeutung und eine Vielzahl von Aufgaben zu übernehmen. Es werden unterschiedliche Kompetenzen und Fähigkeiten der Ausbilder/innen für diese Ausbildungsaufgaben benötigt. Um sich für diese Aufgaben besser vorbereiten zu können, bieten wir in fünf Modulen mit unterschiedlichen Schwerpunktsetzungen die Möglichkeit, sich weiter zu qualifizieren. Die Fortbildung findet in enger Kooperation mit der Fachschule für Sozialpädagogik, der Käthe-Kollwitz-Schule in Wetzlar, statt. Nähere Informationen erhalten Sie unter www.vhs-wetzlar.de oder bei Frau Schäfer, Käthe-Kollwitz-Schule

Es gibt für jedes Modul ein Teilzertifikat und am Ende – nach allen besuchten Modulen 1 – 5 ein Gesamtzertifikat

1. Modul: 7. und 8. Oktober 2021
2. Modul: 25. und 26. November 2021
3. Modul: 17. und 18. Februar 2022
4. Modul: 2. und 3. Juni 2022
5. Modul: 13. und 14. Oktober 2022

Eine Anmeldung ist nur für alle Module möglich

Die ausführliche Beschreibung der Module finden Sie auf unserer Homepage unter Fortbildungen für Erzieher/innen.

P5032

Finanzbuchführung II – Xpert Business, Lehrgang 2

Umfassende, aktuelle Kenntnisse der Finanzbuchführung sind wichtige Voraussetzungen, um betriebliche Buchungsvorgänge bearbeiten und auswerten zu können. Sie vertiefen die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens und werden abschließend laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten fachgerecht bearbeiten können. Bitte Taschenrechner und Textmarker mitbringen. Der Kurs ist der zweite Abschnitt im Rahmen des anerkannten Xpert-Business-Systems „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung“ nach den Volkshochschul-Landesverbänden und kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden (Prüfungsgebühr: ca. 86,00 € bei mindestens 6 TN). Voraussetzung: Teilnahme am Kurs Finanzbuchführung I aus den Vorjahren oder vergleichbare Kenntnisse.

Info: Der Fibu I Kurs wird wieder ab Januar angeboten.

Frank Waßmuth

48 U.Std. (16 Termine), € 328,40 (bei 4 – 5 TN*, inkl. 51,90 € Lernmittelgebühr)

di. u. do. 18.00 – 20.30 Uhr, Beginn 2. September

Anmeldeschluss 19. August

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06

P5034

Finanzbuchführung III – EDV-Finanzbuchführung mit Lexware

Finanzbuchführung in der Praxis und Modul 3 für den Abschluss „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung“.

Finanzbuchführung am PC ist zum Standard geworden. Aufbauend auf die Grundlehrgänge werden folgende Inhalte behandelt (praxisnah und konkret am PC): Buchführungs- und Bilanzierungspflicht, Aufbereitung des Belegwesens, Kassenführung, Bankbuchung uvm. Weitere Informationen finden Sie unter www.vhs-wetzlar.de. Der Kurs kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden (Voraussetzungen beachten). Bitte Taschenrechner und Textmarker mitbringen. Teilnahmevoraussetzung: Kenntnisse aus „Finanzbuchführung I“ und „II“ (oder vergleichbar) und EDV-Grundkenntnisse.

Jürgen Jakob

32 U.Std. (8 Termine), € 241,45 (bei 4 – 5 TN*, inkl. 24,95 € Lernmittelgebühr)

donnerstags 18.30 – 21.30 Uhr, Beginn 11. November

Anmeldeschluss 4. November

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06

Q5030

Finanzbuchführung I – Xpert Business, Lehrgang 1

Dies ist der klassische Einstieg für eine berufliche Qualifikation im kaufmännischen Bereich und in das anerkannte Xpert-Business-System „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung“ nach den Volkshochschul-Landesverbänden. Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse der Buchführung und gibt Einblick in die steuerlichen Pflichten eines Unternehmens. In zahlreichen Beispielen und Übungsaufgaben aus der betrieblichen Praxis wird das neu erworbene Wissen direkt eingesetzt und geübt. Im Lehrgang werden folgende Themen behandelt: Notwendigkeit und Bedeutung der Buchführung, Inventar, Inventur, Bilanz, Errichten von Bestandskonten und Buchen einfacher Geschäftsvorfälle mit Abschluss; einfache und zusammengesetzte Buchungssätze; Kontenrahmen, Privatkonto, Wareneinkaufs- und -verkaufskonto, Umsatzsteuer, Preisnachlässe, Boni, Skonti, Rabatte, Buchen nach Belegen; Kontokorrent. Es ist möglich, eine Prüfung abzulegen (Prüfungsgebühr: ca. 86,00 € bei mindestens 6 TN). Bitte Taschenrechner und Textmarker mitbringen.

Frank Waßmuth

48 U.Std. (16 Termine), € 328,40 (bei 4 – 5 TN*, inkl. 51,90 € Lernmittelgebühr)

di. u. do. 18.00 – 20.30 Uhr, Beginn 1. Februar 2022

Anmeldeschluss 25. Januar

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06

Bitte geben Sie uns Ihre E-Mail-Adresse – wir informieren Sie über Kursänderungen!



Volkshochschule
Wetzlar



EDV-Grundlagen / EDV-Anwendungen

P5100 am Wochenende

PC – Basiswissen

Das Seminar bietet einen ersten praktischen Einstieg in die Vielfalt der elektronischen Datenverarbeitung. Anhand zahlreicher Übungen wird das heute überall erforderliche Grundwissen der Computertechnologie sowie der Arbeitsweise eines PC's/Notebooks vermittelt. Ziel ist die erste selbstständige Handhabung des PC's sowie das Erstellen und Speichern eigener Dateien. Erklärt wird das Zusammenspiel der Hardwarekomponenten (u. a. CPU/Prozessor, Arbeitsspeicher, Ein- und Ausgabegeräte) einschließlich Beratung zum PC-Kauf; Übersicht und Einblick in die heute gängige Standardsoftware; Aufbau und Funktion des Windows-Desktop; die Fenstertechnik des Betriebssystems Windows; Datenstruktur und der Umgang mit Speichermedien. Dieses Seminar ist die Grundlage nicht nur der weiteren Module der Grundlagenseminare, sondern aller weiterführenden Kurse in den Bereichen Standardsoftware und Internet. Vorkenntnisse: Keine.

Jörg Raiber

8 U.Std. (2 Termine), € 56,50 (bei 4 – 5 TN)*

Freitag 18.00 – 20.15 Uhr, 1. Oktober

Samstag 9.00 – 13.15 Uhr, 2. Oktober

Anmeldeschluss 24. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06

P5101 am Wochenende

PC – Basiswissen

(wie Kurs P5100)

Jörg Raiber

9 U.Std. (1 Termin), € 59,50 (bei 4 – 5 TN)*

Samstag 9.00 – 16.15 Uhr, 11. Dezember

Anmeldeschluss 3. Dezember

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.04

P5102

Ihre zeitgemäße Bewerbungsmappe – Der Türöffner zum Vorstellungsgespräch

Ihre Bewerbungsmappe ist Ihre persönliche Visitenkarte und spiegelt bereits Ihre Kompetenzen. Aufbau, Design, Bewerbungsfoto und Inhalt erzählen eine ganze Menge über Ihre Persönlichkeit. Wie Sie schon mit dem ersten Satz im Anschreiben Interesse wecken und sich aus der Vielzahl der Bewerber*innen abheben, Ihren Lebenslauf aussagekräftig gestalten, Gestaltungsregeln nutzen, ein passendes Design einfließen lassen und ein Deckblatt grafisch zeitgemäß gestalten, sind Themen dieses Kurses. Außerdem beleuchten wir die Macht von Bewerbungsfotos und Sie erfahren, was Sie sonst noch unbedingt berücksichtigen sollten. Der Kurs findet in der online-Lernplattform vhs.cloud statt.

Technische Voraussetzungen: Tablet, PC oder Laptop mit Lautsprecher oder Headset, Kamera (Webcam), gute Internetverbindung. Empfohlene Browser: Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt. Wir beginnen den Kursstart mit einem kurzen Systemcheck, um die Verbindungen – Ton und Bild – zu testen.

Ursula Kruck-Hantschel

5 U.Std. (2 Termine), € 29,50 (bei 4 – 5 TN)*

Dienstag 16.45 – 18.30 Uhr, 28. September

Dienstag 16.45 – 18.30 Uhr, 5. Oktober

Anmeldeschluss 24. September

Cloud – virtueller Klassenraum

P5103 am Wochenende

Effektive Datenverwaltung – Umgang mit Dateien und Ordnern

Viele PC-Anwender/innen beherrschen das Windows-Handling mit Maus und Tastatur, wie etwa den Umgang mit Fenstern, das Starten und Beenden von Programmen, und besitzen vielleicht Grundkenntnisse in Standardprogrammen, wie Word oder Excel. Häufig jedoch fehlen wichtige Kenntnisse zum effektiven Verwalten des eigenen

Datenmaterials, sei es die übersichtliche Einrichtung der Festplatte(n) oder das Sichern wichtiger Daten bzw. Löschen alter Datenbestände. Folgende Themen werden u. a. behandelt: übersichtliche Ordnung der Festplatte(n); Erzeugen eigener Ablagestrukturen (Ordnersysteme); Löschen, Verschieben und Kopieren von Dateien und Ordnern; Umgang mit Datenträgern (Disketten, CD, DVD). Vorkenntnisse: der Besuch des Kurses „PC – Basiswissen“ bzw. vergleichbare Kenntnisse.

Jörg Raiber

8 U.Std. (2 Termine), € 56,50 (bei 4 – 5 TN)*

Freitag 18.00 – 20.15 Uhr, 29. Oktober

Samstag 9.00 – 13.15 Uhr, 30. Oktober

Anmeldeschluss 22. Oktober

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06

P5104

Online bewerben und sich einen Vorsprung verschaffen

Die Onlinebewerbung liegt voll im Trend. Immer mehr Firmen bevorzugen eine Bewerbung per E-Mail oder stellen ein Online-Formular zur Verfügung. Auch bei dieser Bewerbungsform ist der erste Eindruck entscheidend.

Welche Vorteile diese Art der Bewerbung bringt und worauf Sie im Besonderen achten sollten, das vermittelt dieser Kurs.

Sie erfahren den Aufbau einer gelungenen E-Mail-Bewerbung und den Umgang mit Anlagen/-Anhängen unter Berücksichtigung der üblichen Standards, damit Ihre digitale Bewerbungsmappe Aufmerksamkeit gewinnt und der Türöffner zum Vorstellungsgespräch wird. Ebenso zeigt Ihnen der Kurs auf, was sie bei einem Onlineformular unbedingt beachten sollten. Der Kurs findet in der online-Lernplattform vhs.cloud statt.

Technische Voraussetzungen: Tablet, PC oder Laptop mit Lautsprecher oder Headset, Kamera (Webcam), gute Internetverbindung.

Empfohlene Browser: Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt. Wir beginnen den Kursstart mit einem kurzen Systemcheck, um die Verbindungen – Ton und Bild – zu testen.

Ursula Kruck-Hantschel

5 U.Std. (2 Termine), 27,00 (bei 4 – 5 TN)*

Dienstag 16.45 – 18.30 Uhr, 23. November

Dienstag 16.45 – 18.30 Uhr, 30. November

Anmeldeschluss 16. November

Cloud – virtueller Klassenraum





P5106 am Wochenende

Windows am eigenen Gerät

Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse. Sie besitzen ein Notebook oder Tablet und möchten Ihr Gerät optimal nutzen? In diesem Workshop lernen Sie direkt an Ihrem eigenen Gerät die vielfältigen Möglichkeiten und Funktionen kennen und machen sich mit den wichtigsten Einstellungen von Windows vertraut. Es werden die gängigsten Anwenderprogramme besprochen und Grundlagen im Umgang mit Internet und E-Mail vermittelt. Antivirenprogramme und weitere Sicherheitsvorkehrungen, sowie das Arbeiten mit mobilen Datenträgern und in der Cloud werden ebenso angesprochen. Bitte bringen Sie Ihr Notebook oder Tablet mit Windows ab Version 10 und das Ladegerät mit.

Ulrich Stahl

6 U.Std. (1 Termin), € 36,50 (bei 4 – 5 TN)*

Samstag 10.00 – 14.45 Uhr, 18. September

Anmeldeschluss 10. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.07

Uli Stahl

Seit nunmehr über 30 Jahren bin ich als Dozent an Volkshochschulen tätig. Dort und insbesondere im Rahmen meiner hauptberuflichen Tätigkeit als Lehrer und zuletzt als Medienpädagoge in der Leitung des Medienzentrums IMeNS des Lahn-Dill-Kreises war ich sehr eng mit den Auswirkungen der fortschreitenden Digitalisierung im Bildungsbereich befasst.

Ich selbst lerne sehr viel und gebe mein Wissen auch gerne weiter. In den letzten Jahren waren dies vorwiegend Themen wie Nutzung von und Umgang mit Smartphones und Tablets, Fotografieren und Filmen mit diesen Geräten aber auch Softwareseminare z.B. zu Windows, PowerPoint und Outlook. Mir liegt sehr viel daran alle Altersgruppen, besonders aber auch Seniorinnen und Senioren, mit den Chancen und Vorteilen aber auch den Risiken des Internets und der digitalen Welt vertraut zu machen.

Herzlich willkommen in meinen Kursen.



P5110 vormittags

PC für aktive Ältere

Computer bieten auch für ältere Menschen viele Möglichkeiten, den Alltag zu erleichtern. E-Mails an die Kinder und Enkel schicken, Bestellungen im Internet aufgeben, Briefe für die Vereinsarbeit schreiben u. v. m. In diesem Grundlagenkurs erlernen Sie die Bedienung eines PCs sowie Kenntnisse im Umgang mit den verschiedenen Programmen. Alle Fragen rund um den Computer und das Internet können in diesem Kurs erarbeitet werden.

Dagmar Beyer

12 U.Std. (4 Termine), € 68,00 (bei 4 – 5 TN)*

donnerstags 9.45 – 12.00 Uhr, 16., 23. u. 30. September, 7. Oktober

Anmeldeschluss 9. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06

MS-Office-Anwendungen

P5200 am Wochenende

Office – Wunschkonzert –

„Ihre Fragen“ stehen im Mittelpunkt!

Ihre Wünsche stehen hier im Vordergrund. Der Kurs bietet Ihnen in kleinem Raum die Möglichkeit, genau Ihre Probleme und Aufgaben zu besprechen. Mit Ihrer Anmeldung erhalten Sie einen Fragebogen, den Sie bitte an den Kursleiter/vhs schicken. Die Kursinhalte werden entsprechend Ihrer Wünsche vorbereitet, Sie erhalten Übungs- und Lösungsbeispiele sowie ein kleines „How To“ für genau Ihre Auf-

gaben/Fragen. Ihre Fragestellungen können allgemeiner Natur sein (Windows, Dateisystem) oder konkret ein Office-Produkt (Word, Excel, PowerPoint, OneNote, Outlook oder Access) oder deren Zusammenspiel betreffen. Aufgrund der individuellen Zusammenstellung der Kursinhalte ist der Anmeldeschluss in diesem Kursformat zwei Wochen vor dem Kurstermin, da Ihre Frage-/Aufgabenstellungen vorab individuell erarbeitet werden müssen.

Teilnahmevoraussetzungen: Gute PC-Kenntnisse.

Manfred Tessin

4 U.Std. (1 Termin), € 29,50 (bei 4 – 5 TN)*

Montag 17.00 – 20.15 Uhr, 20. September

Anmeldeschluss 13. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.04

Word

P5201

Word 2016 – Best Practice

Sie wenden MS Word bereits ausgiebig an, haben aber immer wieder bestimmte Schwierigkeiten: Uneinheitliche Ausrichtung von Texten, unterschiedliche Schriften und -größen, „Formatierung“ durch mehrfache Tabs, Leerzeichen und Zeilenumbrüche, unterschiedliche und überschriebene Vorlagen im Netzwerk. Erlernen Sie in diesem Kompaktkurs, wie Sie professioneller mit Word arbeiten: Vorlagenverwaltung, Erstellung und Verwendung von Formatvorlagen, Formulare mit Tabellen, Einfügen von Grafiken, Beschriftungen, Querverweisen, Verzeichnissen, Bearbeiten von Dokumenten im Team, Serienbriefe, Schnellbausteine. Teilnahmevoraussetzungen: Gute Word-Kenntnisse.

Manfred Tessin

10 U.Std. (2 Termine), € 69,50 (bei 4 – 5 TN)*

Freitag 16.00 – 20.00 Uhr, 17. September

Freitag 16.00 – 20.00 Uhr, 24. September

Anmeldeschluss 10. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.04

P5202 am Wochenende

NEU

Word – Wissenschaftliche Arbeiten

Sie wollen eine wissenschaftliche Arbeit, wie z. B. eine Hausarbeit oder eine Bachelor-Arbeit mit Word erstellen und überarbeiten? Sie haben in Ihrem Beruf oft mit großen Dokumenten zu tun? Für diese Arbeiten hält Word wertvolle Gestaltungs- und Automatisierungsmöglichkeiten bereit, die in diesem Online-Kurs vorgestellt und trainiert werden:

- Überschriftenformatierung
- Inhaltsverzeichnis
- Fußnoten und Querverweise
- Literaturverzeichnis
- Abbildungsverzeichnis
- Dokumentenstruktur

- ggf. Kommentare und Nachverfolgung von Änderungen

ACHTUNG: Dies ist kein Anfängerseminar! Voraussetzung: Gute Word-Kenntnisse.

Bärbel Schaust

8 U.Std. (1 Termin), € 56,50 (bei 4 – 5 TN)*

Samstag 9.30 – 16.00 Uhr, 9. Oktober

Anmeldeschluss 1. Oktober

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.04





P5203 vormittags

Word 2016 – Für Frauen

Sie haben bereits Grundkenntnisse im Umgang mit dem Computer und wollen Ihr Wissen weiter vertiefen und erweitern? Die praktische Anwendung des Textverarbeitungsprogramms Word für Windows steht im Mittelpunkt: Das Word-Fenster und seine Bedienung, Erstellen und Bearbeiten von Texten mit Zeichen- und Absatzformatierungen, Rahmen und Schattierungen, Grafiken einfügen, Kopf- und Fußzeilen, Effizient arbeiten mit Schnellbausteinen, einfache Tabellen und Tabulatoren. Ihre Wünsche und Fragen können Sie gerne einbringen. Ein informatives Lehrbuch wird Ihnen zur Verfügung gestellt und ist in der Kursgebühr enthalten.

Claudia Schäfer

16 U.Std. (4 Termine), € 126,62 (bei 4 – 5 TN) inkl. Lernmittelgebühr*
Montag – Donnerstag 9.00 – 12.15 Uhr, 25. bis 28. Oktober
Anmeldeschluss 18. Oktober
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06

Excel

P5211 am Wochenende

MS Excel 2016 – Einführung in die Tabellenkalkulation

(wie Kurs P5210, jedoch nicht alle Inhalte)

Für schnell lernende Excel-Anfänger/innen, aber auch für Interessierte geeignet, die ihr Wissen auffrischen wollen. Teilnahmevoraussetzung: EDV-Grundkenntnisse.

Vorab wird ein Fragebogen zugesandt, um individuell auf Fragen eingehen zu können.

Manfred Tessin

10 U.Std. (1 Termin), € 69,50 (bei 4 – 5 TN)*
Samstag 8.30 – 16.45 Uhr, 4. September
Anmeldeschluss 25. August
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06

P5210

MS Excel 2016 – Einführung in die Tabellenkalkulation

Mit einer Tabellenkalkulation überblicken Sie alles, was Sie tabellarisch erfassen und darauf aufbauend berechnen können. Dies können z. B. Ihre Haushalts-Ausgaben, ein Kredit-Tilgungsplan oder Ihre Arbeitszeiten sein. Die Daten lassen sich in Diagrammen visualisieren. Hier erlernen Sie die Excel-Grundlagen: Bildschirmaufbau, Arbeitsmappen und Tabellen, Eingabe und Formatieren von Daten, Bezugsarten, Berechnungen mit einfachen Formeln, Diagramme und einfache Statistiken, Verknüpfung von Tabellen. Dieser Kurs richtet sich an alle, die in das Thema Tabellenkalkulation einsteigen möchten. Teilnahmevoraussetzungen: Grundkenntnisse in der EDV und Windows.

Manfred Tessin

20 U.Std. (5 Termine), € 153,66 (bei 4 – 5 TN*, inkl. 17,16 € Lernmittelgebühr)
donnerstags 18.00 – 21.15 Uhr, Beginn 4. November
Anmeldeschluss 28. Oktober
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.04

P5213

Kompaktkurs – Excel 2016 – Für Frauen (Einführungskurs)

Excel ist ein komfortables Rechenprogramm, welches nicht nur im Bürobereich häufig eingesetzt wird, sondern auch privat genutzt werden kann. In diesem Kurs werden die Grundfunktionen des Programms an praktischen Beispielen vorgestellt – leicht verständlich und in angemessenem Tempo: Bildschirmaufbau, Eingeben von Daten, Zellen und deren Inhalte formatieren, Tabellen einrichten und optisch aufbereiten, arbeiten mit Formeln und Funktionen, Druckoptionen. Ein äußerst hilfreiches Lehrbuch ist in der Kursgebühr enthalten.

Claudia Schäfer

12 U.Std. (3 Termine), € 99,60 (bei 4 – 5 TN*, inkl. 17,10 € Lernmittelgebühr)
Mittwoch bis Freitag 9.00 – 12.15 Uhr
24. November – 26. November
Anmeldeschluss 17. November
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.04



© HVV

P5216 am Wochenende

MS Excel 2016 – Aufbaukurs

Sie lernen: Effizientes Arbeiten mit Excel, Erstellen von komplexen Tabellen und Kalkulationen, Umgang mit Listen und der Datenbank, Funktion der Datenbank, Arbeiten mit Funktionen, Diagrammen und statistischen Auswertungen, Pivot-Tabelle und Gliederungen, Darstellen und Formatieren von Daten und Diagrammen u. a. m. Der Kurs ist auch für Nutzer/innen von älteren Excel-Versionen und zum Wiedereinstieg in den Beruf geeignet. Excel-Übungsunterlagen werden im Kurs gegen eine geringe Gebühr bereitgestellt. Teilnahmevoraussetzung: Excel-Grundkenntnisse, z. B. aus einem Einführungskurs. Vorab wird ein Fragebogen verschickt, um auf individuelle Fragen eingehen zu können.

Manfred Tessin

8 U.Std. (1 Termin), € 58,50 (bei 4 – 5 TN)*
Samstag 8.30 – 15.15 Uhr, 13. November
Anmeldeschluss 3. November
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.04

P5225

Microsoft Excel in der professionellen Anwendung Interaktive Dashboards zur Datenanalyse – online

Dashboards dienen der Administration und Analyse von Daten. Auf der Basis etwa von Reportings oder speziell Balanced Scorecards dienen sie unter anderem proaktiven Entscheidungen in Unternehmen, etwa im Controlling. Microsoft Excel bietet umfangreiche Funktionen zur Entwicklung interaktiver Dashboards, die sich besonders in der Zusammenarbeit von Anwender*innen wohl als das effizientesten Analyse-Instrument darstellen. Ein systematischer Überblick, an den sich bei entsprechender Nachfrage außerplanmäßig ein vertiefendes Aufbau-Modul anschließen kann.

Aus dem Inhalt (Auszug):

- Begriffsklärungen – Business Intelligence und Analytics
- PivotTables, PowerPivot und Get&Abstract (PowerQuery) als Grundlage
- Pivot Charts als Basis
- PerformancePoint-Dashboards und Webparts
- Im Detail – Drillups oder -downs in Daten, Aktionen und Ausgabe (Druck und Web)
- Kollaboration über SharePoint
- Kompatibilität mit Microsoft Power BI

Dieser Digitalkurs bietet den Teilnehmer*innen die Möglichkeit, sich interaktiv zu beteiligen. Innerhalb kleinerer Gruppen können dazu neben dem Chat auch Mikrofone zum Einsatz kommen. Der Kurs findet online statt. Voraussetzung: PC oder Laptop mit Internetanschluss inkl. Kamera/Webcam und Mikrofon/Lautsprecher. Die Zugangsdaten werden Ihnen spätestens drei Tage vor Kursbeginn zugesandt. Dies ist ein Kooperationsangebot der vhs.suedost.

Thorsten Bradt

4 U.Std. (1 Termin), € 27,00
Donnerstag 18.30 – 21.30 Uhr, 30. September
Anmeldeschluss 27. September
VHS online





Outlook

P5241 am Wochenende

MS Outlook 2016 – Basiswissen

MS-Outlook ist eine zentrale PC-Schaltstelle für alle Kontakt- und Terminiendaten. Das Programm wird eingesetzt, um Emails zu senden und zu empfangen sowie den Büroalltag zu organisieren und überschaubarer zu gestalten. Sie erlernen die grundlegende Handhabung von Outlook mit seinen vielfältigen Möglichkeiten:

- Outlook-Benutzeroberfläche (individuelle Einstellungen der Outlook-Ansichten)
- Versenden und Empfangen von Emails
- Aufbau eines persönlichen Adressbuches
- Planung von (wiederkehrenden) Terminen und Ereignissen
- Erstellen von Kontakten, Gruppen und Verteilerlisten und Automatisieren von Outlook-Funktionen.

Teilnahmevoraussetzungen: gute Grundkenntnisse in Windows und Internet

Manfred Tessin

8 U.Std. (1 Termin), € 56,50 (bei 4 – 5 TN)*

Samstag 10.00 – 17.00 Uhr, 9. Oktober

Anmeldeschluss 1. Oktober

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06

P5242 am Wochenende

MS Outlook – Büropraxis und Zeitmanagement

Microsoft Outlook ist das Organisationstalent für den Computer und ein unverzichtbares Werkzeug in vielen Unternehmen. Mit Outlook lassen sich E-Mails senden und archivieren, Termine anlegen, Kontaktdaten pflegen, Aufgaben und Notizen schreiben und vieles mehr. In diesem Kurs lernen Sie viele Möglichkeiten der Outlook-Tools und das Anlegen von Organisationsstrukturen kennen, die Ihnen die tägliche Arbeit erleichtern werden.

Bärbel Schaust

8 U.Std. (1 Termin), € 56,50 (bei 4 – 5 TN)*

Samstag 9.30 – 16.00 Uhr, 30. Oktober

Anmeldeschluss 22. Oktober

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.04

PowerPoint

P5250

Präsentieren mit PowerPoint 2016

Microsoft PowerPoint ist das weltweit meist genutzte Präsentationsprogramm. Beim Einführungskurs werden folgende Aspekte thematisiert:

- Die Arbeitsoberfläche
- Einfügen und Formatieren von Textfeldern
- Bedeutung von Schriftarten und Farben
- Einfügen und Verändern von Bildern und Grafiken
- Einsatz von Triggern
- Verlinken von Folien untereinander
- Integration von Videos und Sounds
- Hintergrund und Folienübergänge gestalten
- Animation von Objekten
- Erstellen von Handzetteln und Notizseiten
- KISS – Keep it straight and simple

Teilnahmevoraussetzungen: Kenntnisse in Windows und Word wären von Vorteil.

Ulrich Stahl

8 U.Std. (2 Termine), € 56,50 (bei 4 – 5 TN)*

montags 17.00 – 20.30 Uhr, 20. u. 27. September

Anmeldeschluss 13. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06

P5251

Präsentieren mit PowerPoint 2016 – Aufbaukurs

Dieser Aufbaukurs ergänzt das Einführungsseminar u.a. mit folgenden Themen:

- Nutzen des Folienmasters und der Vorlagen
- Einfügen und Animieren von EXCEL-Tabellen und Diagrammen
- Tipps zur gelungenen Präsentation
- Die Rolle des / der Vortragenden
- Bearbeitung von Bildern und Videos in PowerPoint

Teilnahmevoraussetzungen: EDV-Grundkenntnisse und die Teilnahme am Kurs P5250 oder vergleichbare Kenntnisse.

Ulrich Stahl

4 U.Std. (1 Termin), € 25,00 (bei 4 – 5 TN)*

Montag 17.00 – 20.30 Uhr, 25. Oktober

Anmeldeschluss 18. Oktober

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06

P5260

Word und Excel 2019 – Grundlagen – online

Dieses Online-Seminar läuft über das Konferenzmodul der vhs.cloud. Sie lernen gemeinsam und synchron mit den Teilnehmer/innen des Seminars. Konkret bedeutet das, Sie sitzen daheim vor Ihrem PC und treffen sich mit Ihrem Moderator/Trainer in einem virtuellen Klassenraum, über den Sie ihn sprechen hören und sehen können. Sie sehen, wie er auf seinem Bildschirm mit den Tools des zu schulenden Programmes arbeitet und es Ihnen erklärt. Dafür schickt ihr Trainer seinen Bildschirm auf Ihren heimischen PC. Das Teilen des Bildschirms mit den Seminarteilnehmer/innen ersetzt die Funktion des Beamer im wirklichen EDV-Raum. Ihr Trainer erklärt Ihnen die Kursinhalte wie oben beschrieben, anschließend bearbeiten Sie Übungsdateien und trainieren die zuvor besprochenen und erklärten Programminhalte. Fragen oder Probleme während der Bearbeitung können Sie über Ihr Headset an Ihren Trainer richten.

Kursbeschreibung:

Word: Menüband verwenden/Text eingeben und ändern/Text verschieben und kopieren/Markierungstechniken/Zeichen-/Absatzformatierungen/Absätze mit Einzügen versehen/Seitenränder, Umbrücke und weitere Elemente des Seitenlayouts

Excel: Menüband verwenden/Daten im Tabellenblatt eingeben und verändern/Spaltenbreite und Zeilenhöhe ändern/Zellen markieren/Aufbau und Eingabe von Formeln/Formeln kopieren/Aufbau und Eingabe einfacher Funktionen/Zellen formatieren

Teilnahmevoraussetzungen: PC oder Laptop mit MS Word und Excel, Headset, gute Internetverbindung. Als Browser wird Mozilla Firefox oder Google Chrome empfohlen. PC Kenntnisse – Sichere Bedienung Ihres Webbrowsers und bei Windows sicherer Umgang mit Ordner und Dateien.

Jens Ziegenhardt

22 U.Std. (6 Termine), € 127,50 (bei 4 – 5 TN)*

Kursbeginn: Dienstag 18.00 – 21.00 Uhr, 31. August

weitere Kurstage freitags 18.00 – 21.00 Uhr, 3., 10., 17., 24. September und 1. Oktober

Anmeldeschluss 26. August

Cloud – virtueller Klassenraum

P5262 am Wochenende

Kompaktkurs: Schnelles und effizientes Arbeiten im und mit Office

Die Grundlagen von MS Office wenden Sie bereits an. Aber viele versteckte Funktionen können Ihre Arbeit enorm erleichtern. Hier erhalten Sie Einblick in ausgewählte Stärken der Office-Familie im Zusammenspiel: Serienbriefe, Verknüpfen, Hyperlinks, Navigation in und zwischen Dokumenten, Excel-Objekte in Word und PowerPoint, Dokumente in Outlook. Weiterhin erhalten Sie Tipps und Anregungen für eine effiziente (Büro-)Organisation: Vorlagenmanagement, Dateiablage, Teamarbeit an Dokumenten, Überblick im Mail-Postfach. Der Kurs richtet sich an Bürokräfte und alle, die mit den Office-Produkten arbeiten müssen oder wollen. Teilnahmevoraussetzungen: Grundkenntnisse in Word und Excel.

Manfred Tessin

12 U.Std. (2 Termine), € 82,50 (bei 4 – 5 TN)*

Samstag 10.00 – 14.45 Uhr, 18. September

Samstag 10.00 – 14.45 Uhr, 25. September

Anmeldeschluss 10. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.04



P5263 am Wochenende

Kompaktkurs:

Word und Excel 2016 für Einsteiger/innen

Sie haben bereits erste PC-Grundkenntnisse und möchten nun Sicherheit im Umgang mit den gängigen MS-Office-Programmen Word und Excel 2016 gewinnen oder Ihre Kenntnisse auffrischen? In diesem praxisorientierten Grundlagenkurs lernen Sie wie man in Word Dokumente erstellt und diese formatiert sowie die grundlegenden Befehle von Excel kennen und erhalten hilfreiche Tipps für die einfache Anwendung. Teilnahmevoraussetzung: einfache PC-Grundkenntnisse.

Jörg Raiber

9 U.Std. (1 Termin), € 59,50 (bei 4 – 5 TN)*

Samstag 9.00 – 16.15 Uhr, 27. November

Anmeldeschluss 19. November

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.04

Tablet-PCs und Smartphones

Bitte bringen Sie zu allen nachfolgenden Kursen Ihr Smartphone oder Tablet mit aktuellem Betriebssystem und das Ladegerät mit. Sie benötigen außerdem Ihre Zugangsdaten zum Herunterladen von Apps.

P5310 am Wochenende

Und plötzlich ist ein Smartphone da

Ein Kurs für absolute Anfänger/innen, die noch nie ein Gerät bedient haben.

Sprachnachrichten verschicken, Bilder und Videos teilen, evtl. mit den Kindern und Enkeln in Verbindung bleiben, diese und noch viele andere Funktionen und Anwendungen sind mit dem Smartphone oder Tablett möglich. Wir schauen uns die eigenen Einstellungen an, welche Grundeinstellungen sind notwendig, wie kann ich mich mit einem öffentlichen Netzwerk (z. B. bei der Bahn) verbinden und dieses kostenfrei nutzen. Eigene Fragestellungen rund ums Handy können beantwortet werden. Bitte bringen Sie Ihr Android-Handy oder Smartphone mit (inkl. Ladekabel).

Ulrich Stahl

7 U.Std. (1 Termin), € 40,00 (bei 4 – 5 TN)*

Samstag 9.00 – 14.30 Uhr, 4. September

Anmeldeschluss 27. August

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.04

P5311 am Wochenende

Und plötzlich ist ein Smartphone da

(wie Kurs P5310)

Ulrich Stahl

7 U.Std. (1 Termin), € 40,00 (bei 4 – 5 TN)*

Samstag 9.00 – 14.30 Uhr, 2. Oktober

Anmeldeschluss 24. September

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.04

P5315 am Wochenende

Android-Smartphones und -Tablets:

Leicht und verständlich – Aufbaukurs

Das Angebot richtet sich an Teilnehmende mit dem Grundwissen des Einführungskurses (P5310 oder P5311 oder vergleichbarem Kurs aus den Vorjahren). Auch in diesem Kurs wollen wir den Funktionen und Verwendungsweisen der Geräte unter einem praxisorientierten Aspekt näher kommen, d. h. wie können Sie diese Geräte in Ihrem Alltag nutzen. Im Aufbaukurs wird dieses Wissen gefestigt, die verschiedenen Funktionen (z. B. Homescreen, Kommunikations-Apps, WLAN, Store) trainiert und dem eigenen Bedarf angepasst. Ein wichtiger Bestandteil dieses Kurses ist das Thema Sicherheit. Bitte bringen Sie ihr Smartphone (inkl. Ladekabel) mit.

Ulrich Stahl

7 U.Std. (1 Termin), € 40,00 (bei 4 – 5 TN)*

Samstag 9.00 – 14.30 Uhr, 6. November

Anmeldeschluss 29. Oktober

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06

P5318 am Wochenende

Filmen mit dem Smartphone - Tablet - Videos sind die Zukunft des Internets

Filmen mit dem Smartphone

Videos sind die Zukunft des Internets – ob Katzenvideos, Erklärfilme, Urlaubsstreifen oder

Seien Sie DABE!

Videos mit dem Smartphone (Android oder iOS) aufzunehmen und die Filme anschließend direkt im Gerät zu schneiden wird immer beliebter und ist auch immer einfacher zu machen. In diesem Seminar erlernen Sie die Grundlagen der Videoproduktion mit Ihrem Gerät (Licht, Ton, Perspektiven, Tipps und Tricks), können nützliche Zubehör (Stativ, notwendige Apps (Kosten in Höhe von ca. 20,00 € – je nach verwendeter App/Software können noch hinzu kommen). Für Auskünfte zum Kurs stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Für die Veröffentlichung Ihrer Produktionen im Internet (z. B. YouTube) können wir bei Nachfrage einen Kurs einrichten.

Ulrich Stahl

7 U.Std. (1 Termin), € 40,00 (bei 4 – 5 TN)*

Samstag 9.00 – 14.30 Uhr, 27. November

Anmeldeschluss 19. November

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06

P5319

Online-Banking für Einsteiger/innen – Workshop

Füllen Sie Überweisungen noch per Hand aus? Bezahlen Sie mit Bargeld? Oft ist das sinnvoll und auch notwendig. Gerade in „Corona“-Zeiten, geht aber vieles auch schneller, einfacher und vor allem sicherer. Wir wollen Sie darüber informieren, welche Möglichkeiten es für den Zahlungsverkehr im Internet heute gibt und wie man diese beurteilen kann.

Worauf sollte man bei „Sofortüberweisung“ achten?, erhält man im Zweifel sein Geld zurück?, wie sicher ist Online-Banking?, wie funktioniert Online-Banking mit dem Smartphone oder Tablet?, wie kann ich mit meinem Smartphone im Geschäft bezahlen?

Welche Sicherheitsverfahren (TAN) gibt es?

Online-Banking beinhaltet viele Möglichkeiten, die Ihnen das Leben erleichtern können! Alle Informationen orientieren sich am momentan gängigen Angebot der meisten Banken. In kleiner Runde klären wir Ihre Fragen und probieren auf Wunsch auch gerne aktiv aus. Bitte bringen Sie Ihr Smartphone und das Ladekabel mit.

Tim Friedrich

2 U.Std. (1 Termin), € 11,00 (bei 4 – 5 TN)*

Freitag 18.00 – 19.30 Uhr, 8. Oktober

Anmeldeschluss 1. Oktober

VHS Spilburg, Geb. A23, Spilburgstraße 5, Raum 1

P5322

App in den Urlaub

Smartphones und Tablets sind äußerst praktische Helfer für Urlaub/Dienstreisen

Vor dem Urlaub:

- Inspirationen und Auskünfte über Reiseziele und Verkehrsmittel aus verschiedensten Quellen des Internets
- Preisvergleiche und Buchungen
- GOOGLE-Earth und Street View lassen uns durch Weltstädte schon am Wohnzimmerisch schlendern
- Bewertungen zu Hotels und anderen Unterkünften
- Filme bei YOUTUBE zu den verschiedensten Zielen
- Wikipedia-Artikel zur Vorbereitung
- Information über Einreisebestimmungen

Während der Reise:

- Navigation
- Städtetouren
- Apps der Verkehrsbetriebe für den ÖPNV
- Übersetzungen
- Wettervorhersage
- Währungsumrechnungen
- Restaurantsuche
- Fotografieren und Filmen

Ulrich Stahl

5 U.Std. (1 Termin), € 28,00 (bei 4 – 5 TN)*

Dienstag 17.00 – 21.00 Uhr, 7. Dezember

Anmeldeschluss 3.. Dezember

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06



P5327 am Wochenende

iPhone und iPad – die digitalen Schweizer Messer

Was kann ein iPhone außer telefonieren? Wir ergründen das Potenzial des iPhones und wir machen es zu einem Helfer im Alltag! Wir schauen uns u. a. an: Die Telefonfunktionen des Gerätes, Surfen im Internet, Herunterladen von Apps, Kalenderfunktionen, E-Mails versenden und verwalten, Fotografieren und Filmen sowie viele unterschiedliche Funktionen, die täglich nützlich sind. Wir testen auch APPS die Fotos und Dias digitalisieren können.

Bitte bringen Sie Ihr eigenes iPhone/iPad mit dem bereits aktuellen Betriebssystem (mit Apple-ID und Passwort) und das Ladegerät mit.

Ulrich Stahl

7 U.Std. (1 Termin), € 40,00 (bei 4 – 5 TN)*

Samstag 9.00 – 14.30 Uhr, 20. November

Anmeldeschluss 12. November

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06

Online Konferenzen

P5400

Videokonferenzen – Meetings und Online Treffen mit ZOOM

Videokonferenzen mit einer benutzerfreundlichen Plattform eignen sich für alle, die den Kontakt mit Familie, Kindern und Freunden in Coronazeiten aufrechterhalten wollen. Mittlerweile kommunizieren sehr viele Menschen mit Videokonferenzsystemen wie z.B. Skype, Viber oder Zoom. Vielleicht möchten Sie den Kontakt zu anderen privat oder beruflich über eine Videokonferenz aufrechterhalten und wissen noch nicht so recht, wie Sie das beginnen sollten. Sie lernen im Onlineseminar am Beispiel von Zoom die technischen Instrumente für ein Online-Meeting kennen. Sie lernen, wie Sie eine Konferenz starten, die Teilnehmer dazu einladen und einen Bildschirm freigeben können. Am Ende des Onlineseminars besteht die Gelegenheit mit dem Dozenten in Kontakt zu treten und eine erste Technikübung zu machen. An Technik benötigen Sie einen Rechner oder Tablet, ein Headset oder Smartphone- Kopfhörer. Spätestens drei Tage vor Kursbeginn erhalten Sie einen Link, mit dem Sie den Online-Konferenzraum betreten können.

Jürgen Jakob

6 U.Std. (2 Termine), € 36,50 (bei 4 – 5 TN)*

donnerstags 18.30 – 21.00 Uhr, Beginn 9. September

Anmeldeschluss 6. September

VHS ZOOM – virtueller Klassenraum

P5401

Videokonferenzen – Meetings und Online Treffen mit Web Ex oder Teams

Videokonferenzen mit einer benutzerfreundlichen Plattform eignen sich für alle, die den Kontakt mit Familie, Kindern und Freunden in Coronazeiten aufrechterhalten wollen. Mittlerweile kommunizieren sehr viele Menschen mit Videokonferenzsystemen wie z.B. Skype, Zoom, Teams oder webex. Vielleicht möchten Sie den Kontakt zu anderen privat oder beruflich über eine Videokonferenz aufrechterhalten und wissen noch nicht so recht, wie Sie das beginnen sollten. Sie lernen im Onlineseminar am Beispiel von Webex die technischen Instrumente für ein Online-Meeting kennen. Sie lernen, wie Sie eine Konferenz starten, die Teilnehmer dazu einladen und einen Bildschirm freigeben können. Am Ende des Onlineseminars besteht die Gelegenheit mit dem Dozenten in Kontakt zu treten und eine erste Technikübung zu machen. An Technik benötigen Sie einen Rechner oder Tablet, ein Headset oder Smartphone- Kopfhörer. Spätestens drei Tage vor Kursbeginn erhalten Sie einen Link, mit dem Sie den Online-Konferenzraum betreten können.

Jürgen Jakob

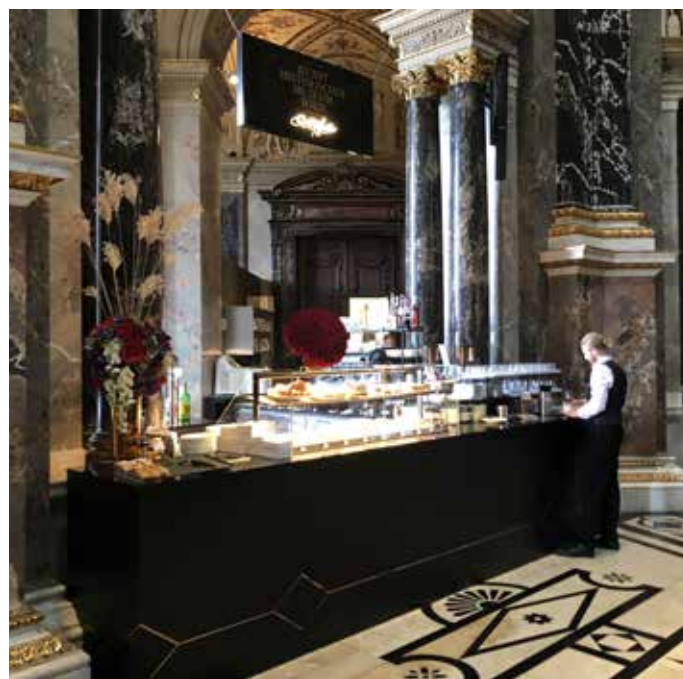
6 U.Std. (2 Termine), € 34,00 (bei 4 – 5 TN)*

Donnerstag 18.30 – 21.00 Uhr, 23. September

Donnerstag 18.30 – 21.00 Uhr, 30. September

Anmeldeschluss 20. September

VHS ZOOM – virtueller Klassenraum



© Ulrich Stahl

P5410

Einführung in die vhs.cloud für Teilnehmende

Sie wollen an einem Onlinekurs bei der vhs teilnehmen und sind sich nicht ganz sicher, was Sie dafür benötigen. Um Ihnen die Ängste zu nehmen – bieten wir Ihnen in dieser Veranstaltung einen Einstieg an. Sie lernen die wichtigsten Funktionen sowie alles Notwendige kennen, um mit dem vhs-eigenen Lern-Management-System (LMS) vhs.cloud umgehen zu können. Bei Bedarf wird es weitere Veranstaltungen geben.

Bärbel Schaust

2 U.Std. (1 Termin), gebührenfrei

Dienstag 17.00 – 18.30 Uhr, 31. August

Anmeldeschluss 27. August

Cloud – virtueller Klassenraum

P5411

Einführung in die vhs.cloud für Teilnehmende

Sie wollen an einem Onlinekurs bei der vhs teilnehmen und sind sich nicht ganz sicher, was Sie dafür benötigen. Um Ihnen die Ängste zu nehmen – bieten wir Ihnen in dieser Veranstaltung einen Einstieg an. Sie lernen die wichtigsten Funktionen sowie alles Notwendige kennen, um mit dem vhs-eigenen Lern-Management-System (LMS) vhs.cloud umgehen zu können. Bei Bedarf wird es weitere Veranstaltungen geben.

Bärbel Schaust

2 U.Std. (1 Termin), gebührenfrei

Montag 17.00 – 18.30 Uhr, 6. September

Anmeldeschluss 3. September

Cloud – virtueller Klassenraum

Grafische Gestaltung

P5500

Adobe Photoshop Elements – Einführung

Adobe Photoshop Elements ist viel mehr als ein Bildbearbeitungsprogramm. Komponieren, montieren, malen und Skizzen anfertigen – alles ist möglich! Der Kurs zeigt die kreativen Möglichkeiten der bekannten Software auf. Dabei werden die Grundlagen des Programms und der Umgang mit den wichtigsten Werkzeugen Schritt für Schritt vermittelt. Teilnahmevoraussetzung: EDV-Kenntnisse

Eckhard Muser

10 U.Std. (2 Termine), € 69,50 (bei 4 – 5 TN)*

freitags 9.00 – 14.00 Uhr, Beginn 10. Dezember

Anmeldeschluss 3. Dezember

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06



P5710

WordPress – Websites einfach gestalten (Grundkurs)

WordPress ist ein leicht bedienbares Programm und als Open-Source-Software sogar kostenfrei. Es ist weiterhin das beliebteste Content Management System der Welt. Sie erhalten hier einen Einstieg und lernen die ersten Schritte auf dem Weg zu Ihrer eigenen Website. Teilnahmevoraussetzungen: Grundkenntnisse in Windows und Internet-Browsern. Bitte bringen Sie, falls vorhanden, Zugangsdaten zu eigenem Server/Webspace mit.

Eckhard Muser

10 U.Std. (2 Termine), € 69,50 (bei 4 – 5 TN)*
freitags 9.00 – 14.00 Uhr, Beginn 24. September
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06

P5708 am Wochenende

Online – sicher einkaufen

Für Anfänger/innen, Einsteiger/innen und Senioren. Möchten auch Sie ganz gerne bequem vom Sofa aus etwas bestellen, wissen aber nicht, auf was Sie achten sollten? Amazon, ebay oder andere Online-Plattformen/-Anbieter ... es gibt unzählige Händler im Internet. Gerade in „Corona“-Zeiten kann „online-Shopping“ eine wertvolle Ergänzung sein.

Aber woran erkenne ich sichere Shops? Welche Bezahlmethoden gibt es und was steckt dahinter?

Auf was muss ich beim Käuferschutz achten, wer trägt die Versandkosten, kann ich die Ware zurückgeben? Was tun, wenn es Probleme gibt?

Viele Fragen rund um das Einkaufen im Internet können gestellt und in kleiner Runde behandelt werden. Bitte bringen Sie Ihr Smartphone und das Ladekabel mit.

Tim Friedrich

2 U.Std. (1 Termin), € 11,00 (bei 4 – 5 TN)*
Freitag 18.00 – 19.30 Uhr, 5. November
Anmeldeschluss 29. Oktober
VHS Spilburg, Geb. A23, Spilburgstraße 5, Raum 1

Tastschreib-Kurse

P5906 am Wochenende

NEU

Tastschreiben in fünf Stunden – mit zehn Fingern!

Ohne PC geht fast nichts mehr, deshalb ist die Beherrschung der Tastatur umso wichtiger. Aus den Erkenntnissen der Pädagogik, Hirnforschung, Assoziations- und Visualisierungstechniken in Kombination wurde ein Kurskonzept entwickelt, um ein effektives und schnelles Lernen zu ermöglichen. Das klingt unglaublich, aber in fünf



© StockSnap auf Pixabay

Stunden lernen Sie die Tastatur des PCs blind zu bedienen. Mit Spaß wird Ihnen die Bedienung der Tastatur beigebracht – der Erfolg stellt sich schnell ein.

Dagmar Beyer

8 U.Std. (2 Termine), € 71,50 (bei 4 – 5 TN*, einschl. 15,00 € Lernmittelgebühr)
samstags 9.30 – 12.30 Uhr, 11. u. 18. September
Anmeldeschluss 3. September
VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.06

P5909

Tastschreib-Kurs „online“

Hallo liebe Interessent/innen/en, Ihre VHS Wetzlar bietet auch Online-Tastschreibkurse – in unserer vhs.cloud an. Im kurzweiligen Unterricht legen wir den Grundstein zum Blindschreiben und erlernen die Buchstaben und Zeichen der Tastatur. Sie können von zuhause aus, an Ihrem eigenen Gerät, am Online-Unterricht teilnehmen. Wir arbeiten mit dem Buch „schneller am Computer“.

Es finden 4 Termine zu je 1,5 Stunden statt. Im Anschluss können die erlernten Fähigkeiten – in einem für Sie geplanten Fortgeschrittenen-Kurse – gerne erweitert und gefestigt werden. Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann freuen wir uns auf Ihre Anmeldung, es lohnt sich.

Ein Tastschreibbuch mit CD zum Üben ist in der Kursgebühr enthalten und wird Ihnen vor Kursbeginn zugeschickt. Den Zugangscode zum virtuellen Klassenraum bekommen Sie spätestens drei Tage vor Kursbeginn per Email zugesandt.

Dagmar Beyer

8 U.Std. (4 Termine), € 63,50 (bei 4 – 5 TN*, einschl. 15,00 € Lernmittelgebühr)
donnerstags 17.00 – 18.30 Uhr, Beginn 9. September
Anmeldeschluss 1. September
Cloud – virtueller Klassenraum

vhs | cloud

Digitales Fundament für starke Weiterbildung

vielseitig und modular
www.vhs.cloud

5



Informationen und Service

Mitarbeiter/innen-Fortbildung	70
Stadtführungen vhs	70
Kursleiterinnen und Kursleiter	71
Impressum	72
Stichwortverzeichnis	74



© freepik.com

Mitarbeiter/innen-Fortbildung

P6100

Modul I – VHS als Lernort und Aufgabenfeld

Einführungsveranstaltung für neue Kursleiter/innen. Kursabläufe, Organisatorisches, Online Lernplattform vhs.cloud werden Themen sein.

Nicole Peter, Stephanie Diana Plachta

1 U.Std. (1 Termin), gebührenfrei

Donnerstag 18.00 – 19.00 Uhr, 2. September

Anmeldeschluss 26. August

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.04

P6101

Cloud – Online Schulung

In dieser Veranstaltung lernen Sie die wesentlichen Tools und Funktionalitäten der vhs.cloud kennen (Startseiteneinrichtung, Datei-Upload, Umfragen.... Die verfügbaren Möglichkeiten in der Konferenz und die ihrer Teilnehmer/innen...), so dass Sie danach selbst Ihre Kurse auf „Online-Tauglichkeit“ ausrichten, umstellen, erweitern oder zumindest überprüfen können. Während einer nachgeschalteten Selbstlernphase besteht die Möglichkeit sich mit den vorgestellten Tools und Funktionalitäten auseinander zu setzen. Als Ergänzung zu Edudip als Konferenzmodul wird auch BigBlueButton näher vorgestellt und die Möglichkeit der Breakout-Räume erklärt. Nähere Infos erfahren Sie von Nicole Peter.

Bärbel Schaust

4 U.Std. (2 Termine), gebührenfrei

Termine werden noch bekannt gegeben

Cloud – virtueller Klassenraum

Stadtführungen

Individuelle Gruppenführungen sind auf Anfrage auch in verschiedenen Fremdsprachen buchbar, z. B. in Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch, Portugiesisch und Niederländisch.

Preis: für eine 1,5 stündige Führung 75,00 Euro.

Infos unter: www.wetzlar-tourismus.de oder telefonisch unter Tourist-Information Wetzlar 06441 – 99 – 7755

Öffentliche Altstadtführungen 1,5 Stunden

TÄGLICH – 14.00 Uhr

Treffpunkt: Brunnen am Domplatz

Preis: 4,00 Euro / ermäßigt 2,00 Euro

Maximal 15 Teilnehmer/innen

Voranmeldung online!

Samstag, 03. Juli 2021

16.00 Uhr

Spanische Altstadtführung 1,5 Std.

Treffpunkt: Brunnen am Domplatz

Preis: 4,00 Euro / ermäßigt 2,00 Euro

Maximal 15 Teilnehmer/innen

Voranmeldung online!

Samstag, 31. Juli 2021

16.00 Uhr

Englische Altstadtführung 1,5 Std.

Treffpunkt: Brunnen am Domplatz

Preis: 4,00 Euro / ermäßigt 2,00 Euro

Maximal 15 Teilnehmer/innen

Voranmeldung online!

Samstag, 7. August 2021

16.00 Uhr

Spaziergang in russischer Sprache „Goethe und Puschkina – Treffpunkt Wetzlar“ 2 Std.

Treffpunkt: Brunnen am Domplatz

Preis: 6,00 Euro / ermäßigt 3,00 Euro

Maximal 15 Teilnehmer/innen

Voranmeldung online!

Samstag, 9. Oktober 2021

16.00 Uhr

Französische Altstadtführung 1,5 Std.

Treffpunkt: Brunnen am Domplatz

Preis: 4,00 Euro / ermäßigt 2,00 Euro

Maximal 15 Teilnehmer/innen

Voranmeldung online!

Samstag, 30. Oktober 2021

14.30 Uhr

Spanische Altstadtführung 1,5 Std.

Treffpunkt: Brunnen am Domplatz

Preis: 4,00 Euro / ermäßigt 2,00 Euro

Maximal 15 Teilnehmer/innen

Voranmeldung online!

www.pixabay.com



Kursleiterinnen und Kursleiter

- Aiméblanc, Sylvie (P4422, P4423, P4443, P4471)
 Akgün, Nesiba (P4935)
 Assmann, Prof. Dr. Aleida (P1208)
 Avadhut, Dr. Yamini (P3902, P3908)
 Backes, Laura (P1210)
 Bakro, Amina (P4805)
 Balandrano-Plachter, Maria de los Angeles (P4701, P4705, P4721, P4730)
 Bartsch, Bernd (P3105, P3106, P3107)
 Bartsch, Irmgard (P3056, P3064, P3065, P3075, P3091, P3092)
 Baum, Eva-Lucia (N4137-8)
 Bettoni, Margherita (P1210)
 Beyer, Dagmar (P5005, P5006, P5110, P5906, P5909, P6506, P6507)
 Bill, Elke (P6210)
 Blütgen-Walther, Leonore (N4120-2)
 Bock-Dickmann, Jutta (P2201, P2202, P2206, P2207)
 Bodem, Angela (P3810, P3811, P3816)
 Boegel, Thea (P4875, P4880)
 Bornè, Maria Rosa (P3914)
 Bradt, Thorsten (P5225, P5245, P5703)
 Braun, Olga (P2807)
 Bröhmer, Larissa (P3814)
 Brück, Silvana (P3229)
 Büchner, Marion (P3027, P3029)
 Buivydaitė-Thiel, Daiva (P4010-1, P4120-1, N4020-0, N4138-8)
 Burzel, Heike (P3520, P3540, P3701, P4421)
 Busch, Almut (P1705, P3103)
 Cameron-Keller, Suzanne (P4301, P4303, P4322, P4339, P4347, P4369)
 Cano Martínez, Juan (P4704, P4723)
 Carlson, Angelika (P4307, P4331)
 Cartocci, Fabrizio (P4501, P4504, P4505, P4508, P4522, P4541, P4570, P4574)
 Clausnitzer, Dr. Ivana (P4930)
 Coletta, Sandro (P5711, P6102)
 Debus, Cordula (P3501, P3546, P3547, P3805)
 Dimosthenous, Aristodimos (P4835)
 Dolfen, Holger (P2605, P2609, P2612, P2615)
 Drescher, Ursula (P3018, P3020, P3021, P3023)
 Ebeid, Ahmed (N4015-7, N4128-6)
 Ebeid, Pia (P4122-1)
 Eckert, Prof. Dr. Claudia (P1202)
 Eckhardt, Victoria (P6502)
 Edenhofer, Prof. Dr. Ottmar (P1408)
 Endres, Sina (P1420, P1422)
 Erghedj, Nina (P2236, P6220)
 Ferguson, Prof. Dr. Niall (P1200)
 Feth, Tamara (P3522)
 Friedrich, Holger (P2220, P2221, P2222, P2224, P2225)
 Friedrich, Tim (P5319, P5708)
 Fröhlich, Walter (P1501)
 Garcia Prol, Juan Antonio (P2626, P2628)
 Garcia-Neth, Jenny Eliana (P3819)
 Gerber, Viktoria (P4250, P4252, N4137-8)
 Götz-Steinrücken, Barbara (N4019-11)
 Gottaut, Michael (P1700, P1701, P1702, P1703)
 Grima Kuemmel, Angela (P4371, P4372)
 Gründler, Beate (P1500)
 Guerra, Lourdes (P4702)
 Habermann, Hortense (P2005)
 Hagelgans, Christa (N4125-5)
 Hartrampf, Ingrid (P2812, P2813)
 Heidenreich, Elba (P4722, P4741)
 Hoffmann, Arnd (P2501, P2502)
 Inderthal, Yuliya (P1704, P2322, P2808)
 Jakob, Jürgen (P5034, P5400, P5401)
 James, Domingo (P4304, P4325, P6403)
 Jia, Fei (P4815, P4820)
 Jung, Caroline (P1802, P1809)
 Kaak, Dr. Joachim (P2110)
 Kaiser, Elke (P2714)
 Kamlage, Dr. Maike (P4544)
 Kasper, Ina (P4010-1, N4019-11, N4020-0)
 Kaufmann, Erika (P4252)
 Kauß, Hermann (N4120-2)
 Keller, Luise (P4120-1, N4126-4, N4138-8)
 Kerder, Rita (P3052, P3053, P3053A)
 Kirstätter, Marion (P3061, P3062)
 Klein, Dr. Manfred (P1800, P1801)
 Klepp, Andrea (P2233, P2234, P6225)
 Koelschitzky, Monika (P2302, P2303)
 Köhlinger, Gabriele (P2230, P2231)
 Krause-Blassl, Michael (P2008)
 Kruck-Hantschel, Ursula (P5001, P5004, P5102, P5104)
 Launhardt, Christin (P2709, P2710)
 Leyer, Emanuel (P3104)
 Lonkwitz, Katja (P3095)
 Mainberger, Kirsten (P2300)
 Meinhardt, Dr. Birgitta (P1203, P1207)
 Merouania-Rauch, Adriana (P3541, P3543, P3806)
 Mortan, Olaf (P3050, P3051)
 Mulch-Leidich, Martina (P1706, P1707)
 Müllich, Christina (P3015, P3030, P3093)
 Müller, Henrike (P3205)
 Müller, Joachim (P4950)
 Münkler, Prof. Dr. Herfried (P1208)
 Muser, Eckhard (P5500, P5710)
 Naval Santos, Taimy (P4703, P4724)
 Nebgen, Heike (P3096, P3097)
 Neitzel, Cornelia (P4850, P4851, P4855)
 Netz, Gabi (P1403)
 Neumeister, Dr. Mirjam (P2112)
 Nida-Rümelin, Prof. Dr. Julian (P1803)
 Niemöller, Lisa (P2630, P2631, P2632)
 Ottway, Peter (P4373, P4380)
 Peter, Oda (P2103)
 Petralia, Alfio Salvatore (P4503)
 Petry, Anja (P2006, P2200, P2243)
 Philippi, Claudia (P4250)
 Pietragalla, Anna-Maria (P4521, P4542)
 Ptasinski, Martin (P4895)
 Puerzer, Eva (P4885)
 Raabe, Susanne (P3113, P3114)
 Raiber, Jörg (P5100, P5101, P5103, P5263)
 Rättig, Leif (P1401)
 Raulff, Prof. Dr. Ulrich (P1206)
 Rech, Björn (P1808)
 Reinstädler, Annedore (P2801)
 Renn, Prof. Dr. Ortwin (P1805)
 Reuschling, Carina (P3521)
 Richter, Franziska (P4543)
 Rosenkranz-Bach, Anne (P3002)
 Rother, Alla (N4126-4)
 Sanchez-Astacio, Joanna (P3910)
 Sander, Thomas (P2520, P2522, P2524, P2526)
 Schaal, Dr. Francis (P4774)
 Schäfer, Benjamin (P1504, P1505)
 Schäfer, Claudia (P5203, P5213)
 Scharff, Peter (P3904, P3918)
 Schaust, Bärbel (P5202, P5242, P5410, P5411, P6101)
 Schmidt, Peter (P1420)
 Schneider, Doris (P3803)
 Schneider, Ramona (P2238, P2239)
 Schneider-Cartocci, Rita (P4572)
 Schnellling, Hildegard (P2001, P2002)
 Schulz, Gloria (P2316, P2317)
 Schulz, Svetlana (P3807, P3809, P3812)
 Shehu, Vera (P4321, P4323, P4333, P4341, P4342, P4346, P4350, P4374)
 Shim, Eun Joo (P4860)
 Siegmund, Wibke (P3010)
 Sinning, Doris (N4010-2, N4125-5)
 Soulier, Manon (P4441, P4442)
 Speith, Johanna (P1405, P1406)
 Sprenger, Tom (P1201)
 Stahl, Ulrich (P5106, P5250, P5251, P5310, P5311, P5315, P5318, P5322, P5327)
 Steinbach, Hiltrud (P2235)
 Stenik, Boguslaw (P3055, P3068)
 Strack, Liliana (P4725, P4772)
 Taborelli-Ruther, Giancarla (P4506)
 Tessin, Manfred (P5200, P5201, P5210, P5211, P5216, P5241, P5262)
 Thien, Beate (P2312)



Spezial-Information

Torres Prado, Sabine (P3906, P3916)
 Treichel, Susanne (P3086)
 Tupiassú-Deubler, Ana (P4900, P4905)
 Ungewiß, Evelyn (P3602)
 Velasco Uribe, Galya Constanza (P4745)
 Visby, Olivia (P4825)
 Voigtländer-Tetzner, Britt (P1502, P1503)
 Vorberger, Dr. Lars (P4915)
 Vorobyeva, Dr. Ksenia (P4601, P4602, P6460, P6465)
 Votendahl-Barth, Stacey (P4305, P4306, P4324, P4330, P4343,
 P4345, P6401, P6406)
 Wagner, Markus Maria (P3103)
 Waldrich, Dr. Helmut (P6501)
 Warneken, Prof. Dr. Felix (P1812)
 Wartini, Kerstin (P3090)

Waßmuth, Frank (P5032, Q5030)
 Weil, Angelika (P1400)
 Weisenburger, Antonia Maria (P4320, P4344, P4910, P6404, P6405,
 P6407, P6408)
 Werner, Dr. Katharina (P1211)
 Winklmeier, Christian (P1204, P1205, P1209, P1407, P1409)
 Wittig, Maryse (P4403, P4424)
 Wöhler, Heide (P3098, P3099)
 Zahrt, Daniela (P1804, P1806, P1807, P1810, P1811)
 Zeitlhöfler, Bianca (P3912)
 Zeitzschel, Natallia (P2802)
 Ziegenhardt, Jens (P5260)
 Zühlsdorf, Harald (P1402)
 Zutt, Josseline (P4401, P4402)

Wir suchen Sie!

Jetzt als Dozent/in bewerben!



Volkshochschule
Wetzlar

Unsere Fachbereiche Gesellschaft, Kultur, Gesundheit, Sprachen und Beruf bieten stets Platz für neue Kursleiterinnen und Kursleiter. Derzeit sind wir vor allem auf der Suche nach Dozentinnen und Dozenten für folgende Kurse bei der Volkshochschule der Stadt Wetzlar:

- Kreativität:** Wir freuen uns über Ihre Initiativbewerbung.
- Gesundheit:** Rückengymnastik, Yoga, Pilates sowie Aroha.
- Sprachen:** Deutsch als Fremdsprache, Integrationskurse, Alphabetisierung, berufsbezogener Deutschunterricht, Englisch, Italienisch, Spanisch, Schwedisch.
- Arbeit und Beruf:** Lohn und Gehalt, Kosten- und Leistungsrechnung, Programmieren von Apps für Android-Geräte, Social Networking.

Weitere Informationen finden Sie unter www.vhs-wetzlar.de oder scannen Sie einfach den nebenstehenden QR-Code mit Ihrem Smartphone.



Impressum

Herausgeber: Magistrat der Stadt Wetzlar, Volkshochschule
 Programmredaktion, Gestaltung: Das Team der Volkshochschule Wetzlar, linedesign

Satz: Eigensatz

Stadtplan: GIS Stadt Wetzlar, Büro des Baudezernates, 2015

Gesamtherstellung:

V.i.S.d.P.: vhs Wetzlar, Steinbühlstraße 5, 35578 Wetzlar

Titelbild: Frau Olga Krause aus dem Kurs „Mit Farbe und Form experimentieren“ (Kurs-Nr. 2222) bei Holger Friedrich

STADT WETZLAR



Anmeldung – Volkshochschule Wetzlar

Sie erhalten keine Anmeldebestätigung – nur bei Kursausfall werden Sie benachrichtigt!



Kurs-Nr. _____ Kursbezeichnung _____ Entgelt/Euro _____

Kurs-Nr. _____ Kursbezeichnung _____ Entgelt/Euro _____

Name, Vorname* _____

Straße, Haus-Nr.* _____

PLZ, Wohnort* _____

Geburtsjahr _____ männlich* weiblich*

Telefon (tagsüber) _____ Handy-Nr. (wichtig für Kursinformationen) _____

Email (bitte angeben – wichtig für Kursinformationen) _____ * Pflichtangaben

Ich erkenne die Geschäftsbedingungen der vhs an.

Ort, Datum, Unterschrift (bei Minderjährigen Unterschrift des Erziehungsberechtigten) _____

Die Volkshochschule Wetzlar verarbeitet meine Daten zur Vertragsanbahnung und -durchführung. Mit der Speicherung und Verarbeitung meiner freiwillig angegebenen Daten in der Volkshochschuldatenbank erkläre ich mich zum Zweck der Kursdurchführung einverstanden. Diese Einwilligung kann ich jederzeit für die Zukunft widerrufen, ohne dass dies einen Einfluss auf die Kursbuchung hat. Die gesetzlichen Regelungen des Datenschutzrechts werden bei der Verarbeitung meiner Daten beachtet. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule Wetzlar.

Ermäßigungsgrund (Nachweis vorlegen) _____

Zahlungsart:
(bitte ankreuzen)

Überweisung

SEPA-Lastschriftmandat

↓

SEPA-Lastschriftmandat:

Durch Ihre Erklärung ermächtigen Sie die Volkshochschule Wetzlar, Steinbühlstraße 5, 35578 Wetzlar, die jeweils fälligen Forderungen von Ihrem Girokonto abzubuchen. Füllen Sie das folgende Formular vollständig aus und geben Sie es bitte unterschrieben an die Volkshochschule Wetzlar zurück.

Ich ermächtige die Volkshochschule Wetzlar, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Volkshochschule Wetzlar auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Dieses Mandat wird für die o.g. Person

einmalig erteilt oder mehrmalig erteilt. Mehrfachmandat liegt bereits vor.

Ich bin mit der Reduzierung der Frist für die Pre-Notification (Vorabankündigung) auf 3 Tage einverstanden. Mir ist bekannt, dass innerhalb von 8 Wochen – beginnend mit dem Belastungsdatum – die Erstattung des belasteten Betrags verlangt werden kann. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Gläubiger-Identifikationsnummer: **DE88VHS00000055712**

Ihre Mandatsreferenznummer wird Ihnen mit der ersten Vorankündigung mitgeteilt.

Name und Vorname (Kontoinhaber) _____

Straße und Hausnummer _____

Postleitzahl und Ort _____

Name der Bank

IBAN
DE _____

Das Mandat hat solange Gültigkeit bis ich es gegenüber der Volkshochschule schriftlich widerrufe.

Ort, Datum, Unterschrift (Kontoinhaber) _____

Geschäftsbedingungen

Anmeldung

Kursanmeldungen können mit den vorgedruckten Anmeldekarten, formlos und online unter www.vhs-wetzlar.de erfolgen. Telefonisch Anmeldungen werden während der Geschäftszeiten unter (06441) 99-4301/4302 angenommen. Eine Bestätigung der schriftlichen Anmeldung erfolgt **nicht**. Ist in der Kursbeschreibung **kein** Anmeldeschluss genannt, findet der erste Termin immer statt.

Eine Anmeldung verpflichtet zur Gebührenzahlung.

Bei der Kursbelegung ist in der Regel die Reihenfolge der Anmeldungen entscheidend; Anmeldungen für einen bereits voll belegten Kurs werden in eine Warteliste aufgenommen.

Die Angabe Ihrer Email-Adresse ermöglicht uns eine schnellere Bearbeitung bzw. Teilnehmer/innen-Information. Bei Angabe Ihrer Handy-Nummer können Sie auch kurzfristig per SMS über evtl. Veränderungen wie z. B. Kursausfall oder Verlegung informiert werden. Auf den § 312d BGB „Widerrufs- und Rückgaberecht bei Fernabsatzverträgen“ wird hingewiesen. Die Teilnahme ohne Anmeldung an mehr als zwei Unterrichtsstunden desselben Kurses verpflichtet zur Anmeldung und damit zur Gebührenzahlung.

Abmeldung

Abmeldungen können nur vor Kursbeginn (bzw. vor Anmeldeschluss, wenn ein solcher Termin genannt ist) und nur schriftlich bei der Geschäftsstelle ohne Angabe von Gründen erfolgen. Danach ist keine kostenfreie Abmeldung möglich.

Gebühren (Bitte lesen Sie dazu die Hinweise auf Seite 4)

Ermäßigungen

Die Volkshochschule gewährt Schüler/innen, Auszubildenden, Student/innen und Arbeitslosen nach Vorlage eines Nachweises eine 20%ige Ermäßigung auf die Normalgebühr. Alle Kurse der „Jungen vhs“ werden zu einer ermäßigten Gebühr angeboten. Die Ermäßigung von 20% ist in der ausgewiesenen Kursgebühr bereits enthalten. Inhaber/innen der Ehrenamts-Card und der Juleica-Card erhalten einmal im Jahr eine 50%-Ermäßigung auf einen Kurs. WetzlarCard-Inhaber/innen erhalten 50 % Ermäßigung auf den gebuchten Kurs. In sozial und ökonomisch begründeten Fällen kann die Volkshochschule auf schriftlichen/persönlichen Antrag (mit Nachweisen) Ermäßigung oder Erlass gewähren. Die Ermäßigungen gelten nicht für Material-, Lebensmittel- und Lernmittelkosten.

Gebührenzahlung

Die Gebühren werden bei Vorliegen eines SEPA-Lastschriftmandats von Ihrem Konto abgebucht. Überweisungen tätigen Sie bitte auf unser Gebührenkonto bei der Sparkasse Wetzlar:

IBAN DE85515500350010027431, BIC HELADEF1WET.

Eine Gebührenanforderung erhalten Sie **nicht**, bitte überweisen Sie selbst! Die Kosten für fehlgeschlagene Abbuchungen sind von dem/der Gebührenschuldner/in zu tragen. Bareinzahlungen auf dieses Gebührenkonto sind bei jeder Bank oder Sparkasse möglich. Bareinzahlungen in der Geschäftsstelle der Volkshochschule sind nicht möglich. Die Kursgebühren bei länger dauernden Kursen werden spätestens drei Wochen nach Kursbeginn fällig, bei Tages-, Wochen- und Wochenendkursen unmittelbar nach Kursende. Für Prüfungen gelten andere Zahlungsbedingungen. Sofern nach Fälligkeitstermin (3 Wochen nach Kursbeginn) kein Geldeingang verbucht wurde, senden wir Ihnen eine Zahlungserinnerung. Dadurch entstehen Ihnen zusätzliche Kosten in Höhe von 2,50 Euro.

Mahngebühren

Die Volkshochschule erhebt aufgrund gesetzlicher Vorgaben seit 1. 9. 2007 Mahngebühren. Sie entstehen, wenn eine Woche nach Ablauf des Fälligkeitsdatums (siehe bei Gebührenzahlung, S. 4) die Zahlung der Kursgebühr schriftlich angemahnt werden muss. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Gutschrift/Rückerstattung

Wird ein Kurs von der Veranstalterin abgesagt, entsteht keine Gebührenpflicht. Bei unregelmäßiger Teilnahme oder Anmeldung ohne Teilnahme ist eine Gebührenrückerstattung nicht möglich. Bei längerer Krankheit oder in anderen Härtefällen kann nach Vorlage einer entsprechenden Bescheinigung eine anteilige Gebührenberechnung oder eine Gutschrift erfolgen.

Haftung

Die Volkshochschule übernimmt keinerlei Haftung bei Diebstahl, Sachschaden oder verloren gegangenen Gegenständen. Bei Unfall haftet die Volkshochschule nur, soweit sie ein Verschulden trifft.

Benutzung der Unterrichtsgebäude

Bitte behandeln Sie Räume und Einrichtungen schonend. Das Rauchen ist in den Unterrichtsgebäuden nicht gestattet. Das Mitbringen von Tieren ist nicht erlaubt.

Wichtige Informationen zur Umstellung des Zahlungsverkehrs auf SEPA

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer,

Seit dem 1. 2. 2014 gelten die Bestimmungen der SEPA-Verordnung. Das bedeutet für Sie: Für die Abbuchung der Teilnehmergebühren müssen Sie der vhs Wetzlar einmalig ein sogenanntes Lastschrift-Mandat erteilen. Dieses Mandat, das die bisherige Einzugsermächtigung ersetzt, muss der vhs Wetzlar schriftlich erteilt werden. Auf der Anmeldekarte geben sie bitte neben Ihrer Anschrift Ihre neuen IBAN- und BIC-Nummern an, diese ersetzen die bisherigen Konto- und BLZ-Nummern.

Sie erhalten **vor der Abbuchung** von der vhs Wetzlar eine schriftliche Benachrichtigung über die anstehende Abbuchung mit dem genauen Datum und dem Betrag sowie Ihrer persönlichen Mandatsreferenznummer. Bitte teilen Sie uns daher Ihre Email-Adresse und Handy-Nr. mit, dies erspart der vhs Wetzlar höhere Portokosten für einen Brief.

Dafür herzlichen Dank.

Mehr Informationen zum neuen SEPA-Verfahren finden Sie auch im Internet, z. B. auf www.sepadeutschland.de