

1. Halbjahr 2021

Neue Kurse
ab 08. Februar

Voneinander. Miteinander. Füreinander.

www.vhs-schwalm-eder.de





Landrat Winfried Becker

In eigener Sache

Sehr geehrte Mitbürgerinnen und Mitbürger!

Leider hat uns die Corona-Pandemie weiterhin fest im Griff, und die Auswirkungen sind in allen Bereichen des öffentlichen und privaten Lebens deutlich spürbar. So hat sich nicht nur die Bildungslandschaft verändert, sondern auch das persönliche Umfeld. Die vhs hat sich für die Einschränkung der Bildungsangebote eingerichtet, indem sie auch im kommenden Semester vermehrt digitalisierte Angebote und Schulungen ermöglicht.

Voneinander

Gerade bei steigenden Infektionszahlen, können wir auch - oder gerade während der Corona-Krise voneinander lernen. So lässt sich lernen aufeinander Rücksicht zu nehmen, wertschätzend und respektvoll miteinander umzugehen, z.B. durch

das Tragen der Mund-Nasen-Bedeckung und durch das Einhalten der Hygiene- und Abstandsregeln an der Kasse im Supermarkt oder im Volkshochschulkurs genauso wie überall sonst.

Miteinander

Miteinander lernen oder miteinander in Kontakt zu bleiben ist in der aktuellen Situation nicht einfach. Und auch wenn der persönliche Kontakt fehlt, wird durch das Angebot zahlreicher Online-Kurse, -Beratungen oder -Konferenzen auch das „Miteinander“ weiterhin eingeschränkt ermöglicht. Im vhs Programm finden Sie ebenfalls wieder digitalisierte Angebote, um mit Anderen in Kontakt zu bleiben.

Füreinander

Füreinander da zu sein und füreinander einzustehen ist in Krisenzeiten wichtiger denn je. Durch das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung, das Einhalten von Abständen zu seinen Mitmenschen und den Verzicht auf einen Handschlag steht jeder für den Anderen ein. Denn dadurch wird gezeigt „Ich schütze Dich“. Aber auch durch die Unterstützung in Form

von Einkaufsangeboten für Ältere und besonders gefährdete Personen kann gezeigt werden, füreinander da zu sein.

So lassen sich auch im Frühjahrsprogramm der vhs Schwalm-Eder Fähigkeiten und Kompetenzen erwerben. Angefangen von Fremdsprachen über IT-Kenntnissen im Umgang mit Tablets und Smartphones oder gesundheitsfördernder Bildung, um füreinander und miteinander den Alltag ein klein wenig besser bewältigen zu können. Wenn dann noch Platz ist, voneinander auch Angebote zur kulturellen Bildung wahrzunehmen oder die Diskussion gesellschaftlicher Themen konstruktiv bereichern zu können, haben wir gemeinsam bereits viele kleine Schritte geschafft.

Das vorliegende Frühjahrsprogramm der Volkshochschule bietet Anregungen, Neues voneinander und miteinander zu lernen sowie füreinander einzustehen.

Denn seit über 100 Jahren gilt: Den Kurs bestimmen Sie!

www.rbborken.de

Unser wichtigstes Investment: die nächste Generation.

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Wir finden, die Welt braucht mehr Zuversicht. Deshalb unterstützen wir alle, die den Mut haben, ihre Zukunft selbst in die Hand zu nehmen. Anpacker und Fröhhaufsteher, Familien oder Start-ups, Hausbauer, Pläneschmieder... – gemeinsam schauen wir nach vorn und sagen: Morgen kann kommen. Wir machen den Weg frei.

Das Team der Volkshochschule

Pädagogisches Team

Franz Drescher
vhs-Leitung
IT-Kompetenz
Berufliche Bildung
Tel. 05681 775-404



Anika Wolf
Gesellschaft und Leben
Schulabschlüsse
Tel. 05681 775-411



Hannah Beier
Gesundheitsbildung
Tel. 05681 775-402



Gertraud Mergner-Wudy
Sprachen
Tel. 05681 775-405



Oliver Gombert
Deutsch Projekte
Tel. 05681 775-406



Susanne Shera
Berufsbezogene
Deutschkurse
Tel. 05681 775-399



Annika Mattheis
Kindertagespflege
Tel. 05681 775-414



Verwaltungsteam

N.N.
Verwaltungsleitung
Tel. 05681 775-775



Anika Geißler
Integrationskurse
Tel. 05681 775-417



Martina Wagner
Berufliche Bild., Schul-
abschl., Integrationsk.
Tel. 05681 775-400



Bärbel Backhaus
Gesundheitsbildung
Tel. 05681 775-407



Sabine Breidenstein
Kulturelle Bildung
Tel. 05681 775-775



Ramona Stückradt
Schulabschl., Kindertages-
pfl. Gesellsch. u. Leben
Tel. 05681 775-410



Betina Berg
Sprachen
Tel. 05681 775-407



Katrin Ellenberger
Integrationskurse
Tel. 05681 775-398



Geschäftszeiten:

Montag bis Mittwoch

8.00 bis 16.00 Uhr

Donnerstag

8.00 bis 17.30 Uhr

Freitag

8.00 bis 13.00 Uhr

Volkshochschule des Schwalm-Eder-Kreises

Parkstraße 6,
34576 Homberg (Efze)
Telefon: 05681 775-775,
Fax: -408

E-Mail:

vhs@schwalm-eder-kreis.de

Internet:

www.vhs-schwalm-eder.de

DEUTSCH

**Beratung, Einstufung,
Anmeldung**

Sprechzeiten:

Montag: 13.30 bis 16 Uhr

Mittwoch: 10 bis 12 Uhr

Donnerstag: 10 bis 12 Uhr

Das vhs-Team informiert Sie
gern über Kurse, Termine,
Kurs-Entgelte, An- und
Abmeldungen, Widerrufs-
recht, Bescheinigungen
u.v.m.
Hinweise zur Anmeldung
sowie einen Auszug aus
unseren allgemeinen
Geschäftsbedingungen
finden Sie auf der vorletzten
Seite.

► Neu:

Mittwochs sowie an einem
weiteren Tag finden
Sprechtage in unseren
Außenstellen in **Fritzlar**
und **Melsungen** statt.

A

Achtsamkeitstrain. 24
Acrobat 12, 60
Afrikan. Trommeln 21
AGB 71
Ägypten 17
Alfa-Telefon 39
Android-Geräte 58
Apple-Geräte 58
Aqua-Fitness 32
Aqua-Jogging 32
Arabisch 53
Ausbilderlehrgang 65
AutoCAD 66
Autogenes Training 24

B

Backen 22, 36
Bärlauch 33
Basenfasten 33
Bauchtanz 28
Berufsbez. Deutsch 39
Betriebswirt 65
Bierbrauen 22
Bildbearbeitung 60
Bildungsberatung 69
Bildungsprämie 69
Bildungsreise 10
Bildungsurlaub 12 - 15
Biodanza® 24
Body-Percussion 21
Body-Training 28, 29
Brotbacken 22
Bulgarisch 53
Business Engl. 14, 46

C

CAD-Anwendungen 66
Camper 7
Chinesisch 36, 54
Computer 59
Computereinstieg 37

D

Deutsch 38 - 41
Deutschtest 38, 41
Dialekt 6
Digitale Bildbearb. 60
Digitale Fotogr. 21, 61
Digitalisierung 7
Digitalkamera 20
Discofox 17
Diskriminierung 7
Dresden 10

E

EDV-Zertifikat 56
Einbürgerungstest 38
Einstufungstest 38
Englisch 14, 42 - 46
Entspannung 24, 36
Europ. Computerp. 56
Excel 13, 62 - 64
Extremismuspräev. 6

F

Familienzentrum 11
Farbberatung 10
Fasten 33
Faszientraining 31
Faszien-Yoga 27
Finanzen 65
Fotografie 20
Fotovoltaik-Anlagen 65
Fotowanderung 20
Französisch 14, 46 - 48
Frauenbildung 10

G

Gebärdensprache 54
Gelenkbeschwerd. 35
Gepr. Techn. Fachw. 65
Gepr. Industriem. 65
Geschichte 6
Gestaltung 18
Goldschmieden 17
Grafik 18
Grundbild.-kompet. 40
Gymnastik 29

H

Handwerkskunst 22
Hauptschulabschl. 69
Heilfasten 33
Heimatkunde 6
Heimwerken 68
Holzarbeiten 22
Holzbildhauerei 17
Holzkohle 23
Homöopathie 35

I

Illustrator 12, 60
Impressum 70
Indesign 12, 60
Integrationskurse 38
Internat. Frauentag 11
Internet 37
Italienisch 15, 48 - 50

J

Japanisch 54
Jonglieren 16
Junge vhs 36

K

Kalligraphie 18
Kindertagespflege 68
Kochen 33
Köhlern 23
Kommunikation 67
Königr. Westfalen 6
Krankenkasse 25
Kulturgeschichte 17
Kurse für Kinder 36
Kurssyst. Sprachen 39

L

Lala-Dance 29
Landschaftsmalerei 19
Lateintänze 16
Layout 60
Lehmbau 23
Lesen 40
Letzte Hilfe 34
Literatur 16

M

Malerei 18, 19
MBSR® Programm 24
Meditation 25, 27
Messer schärfen 23
Metalza® 29
Mobile Geräte 58
Mobilität 7
Museen 70
Musikschulen 21
Musizieren 21

N

Nähen 20, 36
Naturheilkunde 35
Niederländisch 54
Niveaustufen 39
NLP Practit. Zertif. 67
NS-Zeit 6

O

OneNote 64
Outfitberatung 10
Outlook 13, 57, 64

P

Patientenverfügung 7
Philosophie 8, 9
Photoshop 12, 60
Pilates 28, 29
Pivot-Tabellen 63
Plastisches Gestalt. 17
Politik 6
Polnisch 54
Portraitzeichnen 19
Porzellanmalerei 18
PowerPoint 13, 37, 57, 63, 64
Power-Workout 30
Progr. Muskelent. 24, 37

Q

Qigong 28

R

Krankenkassen 25
Realschulabschl. 69
Reden halten 8
Rheinwiesenlager 6
Rückenbeschwerd. 35
Rückenfitness 31
Russisch 55

S

Schärfen 23
Schlafstörungen 35
Schmieden 23
Schmuckstücke 17
Schnitzen 22
Schreiben 40
Schreibwerkstatt 16
Schulabschlüsse 69
Schwedisch 55
Schweißen 68
Smart Democracy 7
Smoothies 33
Spanisch 15, 36, 50-53
Spielen 37
Standardtänze 16
Steinarbeiten 23
Step-Aerobic 30
Steuererklärung 65
Stimmbildung 21
Stressbewältig. 12, 27
Stricken 19
Super Callanetics 30

T

Tabel.-kalk. 13, 56, 62-64
Tai Chi 28
Tanzen 16, 17
Tastschreiben 37, 61
Techn. Betriebsw. 65
Textiles Gestalten 19
Textverarbeit. 56, 61
Thai-Fit 30
Tierfotografie 20
Trommeln 21
Türkisch 55
Tuschemalerei 18
Typberatung 10

V

Visual Basic 13, 63
Vorsorgevollmacht 7

W

Waldbaden 24
Wanderungen 9, 20
Webseiten 12, 59
Wellness Mix 30
Widerrufsbelehr. 70
Wilde Smoothies 33
Wildkräuter 33
Windows 10 59
Word 13, 56, 61, 62, 64
WordPress 12, 59, 60

X

Xpert 56, 57, 61, 63, 64


Y

Yoga 12, 26, 27


Z

Zaubertricks 16
Zeichnen 18, 19
Zeitmanagement 8
Zuschuss Krankenk. 25
Zumba Fitness® 30


Gesellschaft & Leben 6-11

	Geschichte, Politik	6
	Verbraucherfragen	7
	Selbst-, Zeitmanag., Kommunikation	8
	Philosophie	8
	Frauenbildung	10


Kultur & Kreativität 16-21

	Literatur	16
	Künstler. Techniken	16
	Tanzen	16
	Kunst- u. Kulturgesch.	17
	Plastisches Gestalten	17
	Malerei, Grafik, Gestalt.	18
	Textiles Gestalten	19
	Fotografie	20
	Singen u. Musizieren	21


Gesundheit & Fitness 24-35

	Entspannung	24
	Meditation	25
	Yoga	26
	Yoga-Workshops	27
	Qigong und Tai Chi	28
	Bewegung und Fitness	28
	Rückentraining	31
	Aqua-Kurse	32
	Ernährung	33
	Letzte Hilfe	34
	Naturheilkunde	35

Sprachen & Kommunikation 38-55

	Deutsch	38
	Englisch	42
	Business English	46
	Französisch	46
	Italienisch	48
	Spanisch	50
	Sprachen spezial	53

Beruf & Computer 56-69

	Xpert-Kurssystem	56
	Mobile Geräte	58
	Computer Basiswissen	59
	Internet	59
	Layout u. Bildbearb.	60
	Tastschreiben	61
	Textverarbeitung	61
	Tabellenkalkulation	62
	Office-Anwendungen	63
	Finanzen	65
	CAD-Anwendungen	66
	NLP-Ausbildung	67
	Heimwerken	68
	Kindertagespflege	68
	Schulabschlüsse	69

Und sonst

Familienzentrum	11
Bildungsurlaube	12
Musikschulen	21
Handwerkskunst	22
Junge vhs	36
Einbürgerungstest	38
Museen	70
Widerrufsrecht	70
AGB, Anmeldungen	71

Geschichte und Heimatkunde

Der Heiligenberg in der NS-Zeit

Ein Burgberg zwischen Propaganda und Politik

Auf einem knapp 400 Meter hohem Basaltkegel liegt östlich oberhalb des Felsberger Ortsteils Gensungen an der Eder die Burgruine Heiligenberg.

➔ **Vortrag**

Der Vortrag schildert, wie ein mittelalterliches Baudenkmal zum Objekt nationalsozialistischer Weltanschauung und Ideologie wurde.

KASSEL: Vortrag Nr. 101007V11

TERMIN: Do 22.04.21, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs Kassel, Wilhelmshöher Allee 21 • **KOSTEN:** 5,00 Euro für 3 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Caroline Sohl in Kooperation mit Arbeit und Leben, vhs Region Kassel uvm. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ **Exkursion zur Burgruine Heiligenberg**

Die Exkursion verdeutlicht vor Ort das, was im Vortrag erläutert wurde. Interessenten, die nicht bei dem Vortrag waren, können selbstverständlich trotzdem an der Exkursion teilnehmen. Treffpunkt ist der Parkplatz unterhalb der Ruine.

FELSBERG: Exkursion Nr. 101008V11

TERMIN: Sa 24.04.21, 10.00 bis 12.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Burgruine Heiligenberg • **KOSTEN:** 10,00 Euro für 3 U-Std., ab 8 Teiln., Treffpunkt Parkplatz unterhalb der Ruine • **LEITUNG:** Caroline Sohl in Kooperation mit Arbeit und Leben, vhs Region Kassel uvm. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Der Modellstaat „Königreich Westphalen“ von 1807-1813
Nordhessen zwischen Fortschritt und Bevormundung!?

Das Königreich als Modellstaat existierte nur 6 Jahre. Im Eiltempo wurden Reformen vorgenommen, die weitreichend, tiefgreifend und fortschrittlich, aber auch mit Widersprüchen verbunden waren. Sein Herrscher wurde nach dem Ende des Modellstaats als „König Lustig“ verhöhnt. Gleichwohl hat diese kurze Phase der Geschichte Auswirkungen auf die nordhessische Bevölkerung des Kurfürstentums Hessen-Kassel gehabt, die aus damaliger und heutiger Sicht Gegenstand der Betrachtung sein sollen.

HOMBERG: Vortrag Nr. 101001V11

INFO: Do 20.5., 19.30, **BEGINN:** Do 20.05.21, 19.30 bis 21.00 Uhr, 6 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 48,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Wilfried Bernhardt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Und wir haben doch noch einen Dialekt

Viele Nordhessen sind der Meinung, wir haben keinen Dialekt mehr. Man schaut etwas neidisch auf andere Gegenden in unserem Land. Unbewusst (oder mit Absicht?) benutzen aber viele von uns noch typische nordhessische Begriffe oder solche, die uns sprachlich zum Nordhessen machen. In diesem Kurs wollen wir diese Begriffe wiederbeleben oder auch neu erlernen. Wir können mit Recht stolz sein auf diese Wörter und sie mit Freuden wiederverwenden im Alltag.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 109001V11

TERMIN: Mi 19.05.21, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 7,50 Euro für 3 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Eike Herwig in Kooperation mit Gesellschaft für Nordhessische Mundart e.V. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Rheinwiesenerlager 1945-1948
Ein Trauerspiel in Deutschland

Ein Vortrag über das Geschehen von 1945 bis 1948 am Rhein und Neckar. In den berüchtigten 23 Rheinwiesenerlagern waren nicht nur aktive Soldaten inhaftiert. Dazu kamen weibliche Personen, die in Armee oder Partei Funktionen hatten, das letzte Aufgebot alter Männer und junger Bur-schen - als Wehrwölfe - zu den Waffen gerufen, um das Vaterland zu retten. Diese Personen wurden in Auffanglagern in Wohnortnähe gesammelt und stehend in Lastwagen in die Rheinwiesenerlager transportiert. Dort wurden sie auf Äckern und Wiesen bis zu drei Monaten unter freiem Himmel hinter Stacheldraht gefangen gehalten - nur für Frauen und Offiziere gab es Zelte. Ausführlich wird berichtet, durch Zeitzeugenberichte dargelegt und mit vielen Fotos, Bildern und Dokumenten gezeigt, welche Tragödien sich damals ereigneten.

FRITZLAR: Vortrag Nr. 101006V11

TERMIN: Mi 05.05.21, 17.00 bis 18.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 6,00 Euro für 2 U-Std., ab 4 Teiln. • **LEITUNG:** Horst W. Gömpel • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Vortrag Nr. 101004V11

TERMIN: Mi 21.04.21, 17.00 bis 18.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 6,00 Euro für 2 U-Std., ab 4 Teiln. • **LEITUNG:** Horst W. Gömpel • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Vortrag Nr. 101005V11

TERMIN: Mi 28.04.21, 17.00 bis 18.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 6,00 Euro für 2 U-Std., ab 4 Teiln. • **LEITUNG:** Horst W. Gömpel • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Politik und Gesellschaft

**Werkzeugkasten Extremismusprävention**

Online Lernbausteine zur eigenständigen Nutzung

Der Online-Kurs vermittelt Einblicke in den Arbeitsbereich der Extremismusprävention. Zentrale Themenfelder werden beleuchtet. Dank unterschiedlicher Wissensbausteine und Praxiseinheiten kann das eigene Wissen ausgebaut und getestet werden. Der Kurs basiert auf der Arbeit des DVV-Projekts Prävention und Gesellschaftlicher Zusammenhalt (PGZ). Zur Verwendung in freier Zeiteinteilung zu Hause, auf dem Balkon, im Garten oder im Freien. Nutzen Sie den Online-Kurs, wenn Sie Zeit haben. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Die Kurs-ID erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 102003V11

TERMIN: Einstieg jederzeit möglich • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** kostenfrei, ab 1 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Diskriminierung geht uns alle an

Ein Angebot der Bildungsstätte Anne Frank e.V.

Diskriminierung bestimmt den Alltag vieler Menschen - etwa dann, wenn sie aufgrund negativer Zuschreibungen und Vorurteilen ausgegrenzt und abgewertet werden. Oft ist es schwer zu erkennen, wo Diskriminierung anfängt und wie man dagegen vorgehen kann. Wir werden unterschiedliche Formen und Ebenen von Alltagsdiskriminierung betrachten und die Perspektive von Betroffenen in den Fokus nehmen.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 102002V11

TERMIN: Di 23.03.21, 17.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 5,20 Euro für 4 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Maria Seip in Kooperation mit Gewalt geht nicht! • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

#hatebreach – Hass im Netz befragen

Ein Angebot des Vereins Kopiloten e.V. Kassel

Hasskommentare und Hetze sind in den sozialen Netzwerken mittlerweile zum Teil des digitalen Alltags geworden. Im Workshop lernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer den Phänomenkomplex Hate Speech in den sozialen Netzwerken genauer kennen. Dieser wird sowohl mit politischen Zielsetzungen (Agendasetting) als auch mit dem Syndrom Gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit (GMF) verknüpft. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sollen sensibilisiert werden und Möglichkeiten der Gegenrede kennenlernen. Sie sollen ermutigt und befähigt werden, aktiver Teil demokratischer Netzkultur zu werden, die vom Beitrag aller lebt.

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 102001V11

TERMIN: Do 06.05.21, 16.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs Fritzlär, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** kostenfrei, 5 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Ann-Kathrin Mogge in Kooperation mit Gewalt geht nicht! • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Verbraucherfragen

Smart Democracy

Smarte Mobilität für Alle – Wie gestalten wir die Verkehrswende?

Ob E-Autos, autonomes Fahren oder Flugtaxis – die Ansätze sind vielfältig. Klar ist: Ein Wandel unserer Mobilität ist unausweichlich. Wollen wir unsere Klimaziele einhalten, müssen wir unsere Mobilitätssysteme verändern. Aber wie gelingt dieser Wandel sozial, ökologisch und ökonomisch nachhaltig und gerecht? Diese und weitere Fragen wollen wir mit unseren Expert/innen diskutieren und laden Sie herzlich ein, dabei zu sein. Weitere Informationen unter: www.vhs-schwalm-eder.de

ONLINE: Vortrag Nr. 104006V11

TERMIN: folgt • **ORT:** Online • **KOSTEN:** kostenfrei, ab 1 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Smart Democracy

Die Digitalisierung der Gesellschaft – Beitrag zu einer nachhaltigen Transformation?

Die digitale Vernetzung nimmt in unserem Alltag permanent zu. Cloudsysteme und Videokonferenzen prägen zunehmend die Arbeitswelt, das „Smart Home“ gilt als Vision und Alptraum zugleich. Aber was bedeutet diese Entwicklung für die sozial-ökologische Transformation unserer Gesellschaft? Diese und weitere Fragen werden wir mit unseren Expert/innen diskutieren und laden Sie herzlich ein, dabei zu sein. Weitere Informationen unter: www.vhs-schwalm-eder.de

ONLINE: Vortrag Nr. 104005V11

TERMIN: folgt • **ORT:** Online • **KOSTEN:** kostenfrei, ab 1 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

My Tiny Camper

Selbstumbau eines Transporters

My Tiny Camper: Selbstumbau eines kleinen Transporters zu einem gemütlichen Reisemobil für den kleinen Geldbeutel. Mit vielen Tipps & Tricks, auch für ungeübte Bastler. Alles praxiserprobt und sogar mit TÜV-Segen.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 104004V11

TERMINE: Sa 24.4 und So 25.4. je 9 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 72,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Olaf Normann • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

Vorsorgen für den Ernstfall

Wer regelt meine Angelegenheiten, wenn ich von jetzt auf gleich aufgrund plötzlicher Krankheit oder eines Unfalles selbst nicht mehr dazu in der Lage bin? Wie kann ich dafür sorgen, dass trotzdem weiterhin in meinem Sinne entschieden wird, auch in Bezug auf die gewünschte medizinische Versorgung? Niemanden im Familienverbund zur Last fallen und Streit in der Familie vermeiden? Der Vortrag zeigt, wie in „guten Zeiten“ festgelegt werden kann, wer im Fall der Fälle helfen darf, denn selbst Ehegatten, Kinder oder Lebenspartner dürfen Sie ohne Vollmacht nicht vertreten. In der Informationsveranstaltung wird eine kurze Anleitung gegeben, wie die Materialien zur Erstellung einer Verfügung genutzt werden können und welche Möglichkeiten zur Umsetzung am Markt bestehen.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 104002V11

TERMIN: Di 23.03.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 10,00 Euro für 2 U-Std., ab 2 Teiln. • **LEITUNG:** Enrico Flötting in Kooperation mit Deutsche-GenerationenBeratung • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 104001V11

TERMIN: Di 23.02.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 10,00 Euro für 2 U-Std., ab 2 Teiln. • **LEITUNG:** Enrico Flötting in Kooperation mit Deutsche-GenerationenBeratung • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 104003V11

TERMIN: Di 13.04.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 10,00 Euro für 2 U-Std., ab 2 Teiln. • **LEITUNG:** Enrico Flötting in Kooperation mit Deutsche-GenerationenBeratung • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Selbst- und Zeitmanagement, Kommunikation

Zeitmanagement

Oder: Wie priorisieren wir richtig?

Zeit, die wir uns nehmen, ist Zeit, die uns was gibt – Im Workshop werden wir gemeinsam „Zeitdiebe“ identifizieren und Arbeitstechniken kennenlernen, mit denen Sie Aufgaben richtig abschätzen und priorisieren können. Sie lernen Methoden zur Selbstorganisation kennen, die sowohl privat als auch im Arbeitsleben leicht umsetzbar sind und schnell zu einem erfolgreichen Zeitmanagement führen.

ONLINE: Nachmittagskurs Nr. 106001V11

TERMIN: Fr 12.02.21, 15.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 12,00 Euro für 4 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Jutta Blumenauer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 106002V11

TERMIN: Sa 13.02.21, 10.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • ORT: CoWorking Space Treysa, Bahnhofstr. 12-14 • KOSTEN: 24,00 Euro für 8 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Jutta Blumenauer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**Kommunikationstraining: Konfliktfähigkeit**

Kommunikation ist der Schlüssel zum Erfolg. Doch warum kommt es so oft zu Missverständnissen und Konflikten? Bei näherem Hinsehen können Konflikte sogar etwas Positives haben. In diesem Workshop geht es darum, Konflikte zu erkennen, zu nutzen und auch zu lösen. Mit Praxisübungen testen wir die konstruktive und lösungsorientierte Kommunikation und Sie beschäftigen sich mit Ihrem persönlichen Konfliktprofil.

ONLINE: Nachmittagskurs Nr. 106003V11

TERMIN: Fr 05.03.21, 15.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 12,00 Euro für 4 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Jutta Blumenauer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 106004V11

TERMIN: Sa 06.03.21, 10.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • ORT: CoWorking Space Treysa, Bahnhofstr. 12-14 • KOSTEN: 33,00 Euro für 11 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Jutta Blumenauer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Lustig mit Schluss

Humor und Pointen mit Witz

Wer kennt es nicht? Der Jubilar wird 70, die Begrüßungsrede auf dem Sommerfest, der Heiratsantrag vor der Angebeteten – eine Rede muss her, aber bitte humorvoll. In diesem Kurs werden Witz und Humor etwas genauer unter die Lupe genommen und das Setzen einer guten Pointe anhand von Kurz-Videos anschaulich erklärt. Im Anschluss werden Techniken vermittelt und geübt, wie man z.B. eine Rede selber humoristisch schreibt und auch vorträgt. Als krönender Abschluss ist ein gemeinsamer Auftritt vor Publikum (Poetry-Slam, o.Ä.) geplant.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 500012A11

TERMINE: Sa 8.5. und So 9.5., jeweils 9 bis 16.30 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 48,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Olaf Normann • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Selbst? Aber sicher!

Sie wollen sich beruflich verändern, Sie wollen für Ihre Dienstleistung mehr Aufmerksamkeit erreichen, Sie wollen mehr/neue Kunden erreichen? In diesem Kurs erlernen Sie alle benötigten „Tools“, um sich oder Ihre Fähigkeiten besser präsentieren zu können. Dazu gehört zunächst das reale Erkennen und Einschätzen der eigenen Qualitäten sowie später das freie Reden und der Umgang mit Auftrittsangst und Lampenfieber.

FRITZLAR: Wochenendkurs Nr. 500014A11

TERMINE: Sa 19.6. und So 20.6., jeweils 9 bis 16.30 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 48,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Olaf Normann • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Philosophie

Ich bin ich und Du bist Du

Stellenwert als eigenständige Persönlichkeit - ein literarischer Zugang

Ich bin ich heißt auch immer Ich bin Ich und Du bist Du. Wir wollen darüber sprechen, uns austauschen und Gedanken festhalten. Wie nehme ich als mein Ich meine Umwelt wahr und wie nehmen mich Außenstehende wahr? Ich hinterfrage meine Persönlichkeit, mein Verhalten, meine Gefühle, mein Aussehen. Ich mache mir Gedanken über mein derzeitiges Leben und wie ich es für mich gestalten kann, um ihm eine erfüllende Zielsetzung und Richtung zu geben. Ich mache mir bewusst, wie ich das Nachdenken über mich im Umgang mit Partner, Bekannten und mir Nahestehenden behaupten kann, um anerkannt und respektiert zu werden. Mein Sagen und Denken, Handeln und Tun soll im Einklang mit meiner Seele stattfinden, sodass ich mich wohlfühle. In den zwei Abendveranstaltungen wollen wir unseren Stellenwert als eigenständige Persönlichkeit begreifen, darüber sprechen, uns austauschen und neue Erkenntnisse, Wünsche und Erwartungen für uns im Alltag umsetzen.

GUDENSBERG: Tageskurs Nr. 106005V11

BEGINN: Sa 29.05.21, 10.00 bis 15.00 Uhr, 2 Termine • ORT: Rosenhaus-Literatur-Kunst, Auf dem Bürgel 1 • KOSTEN: 35,00 Euro für 14 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Dr. Werner Seibel • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Philosophischer Stammtisch

Information, Bildung, Persönlichkeitstraining

“Wir wachsen stets aus einer Kindheit heraus, so alt wir auch sein mögen und sind nie Menschen geworden, bis wir zu Ende gelebt haben“ (G. Herder). Zu diesem philosophischen Stammtisch sind alle herzlich eingeladen. Die Themen werden gemeinsam festgelegt. Treffen finden jeweils am 2. Samstag des Monats (außer in den Ferien) statt.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 108003V11

BEGINN: Sa 13.02.21, 10.00 bis 13.00 Uhr, 5 Termine, immer am 2. Sa. d. Monats (außer in den Ferien) • **ORT:** vhs im Bildungsbhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** kostenfrei, 20 U.-Std., ab 1 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Bernd Handschuch • **LEHRMATERIAL:** Identität erlangen - aber wie? Download unter https://www.xinxii.com/index.php?route=product/product&product_id=362079 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Philosophie Schritt für Schritt

Rundwanderung mit Reflexionen über Grundbefindlichkeiten menschlichen Daseins

Auf dem Weg zum und im Schützenwald und bei einer längeren Pause in einer Schutzhütte werden sich über das Dasein anhand von Begriffen und Kategorien, wie sie von Philosophen seit jeher immer wiederverwendet wurden, Gedanken gemacht.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 108004V11

TERMIN: Fr 28.05.21, 15.00 bis 19.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Freibad, Loriolstr. 2. Treffpunkt Pforte des Freibad Ziegenhain • **KOSTEN:** kostenfrei, 5 U.-Std., ab 2 Teiln • **LEITUNG:** Frank Rutz • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 108005V11

TERMIN: Fr 25.06.21, 15.00 bis 19.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Freibad, Loriolstr. 2. Treffpunkt Pforte des Freibad Ziegenhain • **KOSTEN:** kostenfrei, 5 U.-Std., ab 2 Teiln • **LEITUNG:** Frank Rutz • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 108006V11

TERMIN: Fr 30.07.21, 15.00 bis 19.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Freibad, Loriolstr. 2. Treffpunkt Pforte des Freibad Ziegenhain • **KOSTEN:** kostenfrei, 5 U.-Std., ab 2 Teiln • **LEITUNG:** Frank Rutz • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Wanderungen vor dem Aschenberg mit philosophischen Gesprächen

Diese Wanderungen setzen die Reihe von philosophischen Wanderungen fort, die uns aus dem alltäglichen Denken herausheben und zu lebendigem Philosophieren führen, zur Offenhaltung unseres Geistes. Die Wanderungen finden bei fast jedem Wetter statt. Reine Gehzeit: Jeweils maximal 3 Stunden. Beim Wandern werden wir auch ein Auge für die Landschaft und die Pflanzen am Wege haben. Nach dem Ende der Wanderungen besteht die Möglichkeit, die Gespräche bei einer Einkehr in die Knüllwaldschänke“ privat fortzusetzen.



➔ G.W.F. Hegel - Ein einflussreicher Idealist und Systematiker

Wir nähern uns diesmal dem Denken des systematischen und idealistischen Philosophen Georg Wilhelm Friedrich Hegel, dessen 250igster Geburtstag im vergangenen Jahr gefeiert wurde.

KNÜLLWALD: Tageskurs Nr. 108001V11

TERMIN: Sa 24.04.21, 12.00 bis 17.15 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Parkplatz vor dem DGH Knüllwaldschänke, Am Bornrain 4 . Treffpunkt vor dem DGH „Knüllwaldschänke“ Oberbeisheim • **KOSTEN:** 10,00 Euro für 7 U.-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Thomas Brandt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ Advaita Vedanta - Quelle der inneren Freiheit oder Dogma?

Diesmal soll uns das alte indische Denken beschäftigen, das sich in den letzten Jahrzehnten fortentwickelt hat und auch in den „westlichen“ Ländern bekannt und einflussreich geworden ist - wir sind ihm sogar schon bei Schopenhauer begegnet. Haben wir es hier mit einem hinduistischen Dogma oder mit einer Bereicherung unseres Weltverständnisses zu tun?

KNÜLLWALD: Tageskurs Nr. 108002V11

TERMIN: Sa 26.06.21, 12.00 bis 17.15 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Parkplatz vor dem DGH Knüllwaldschänke, Am Bornrain 4 . Treffpunkt vor dem DGH „Knüllwaldschänke“ Oberbeisheim • **KOSTEN:** 10,00 Euro für 7 U.-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Thomas Brandt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Eltern und Kinder

▶ Die Kursangebote für Kinder finden Sie auf den Seiten 36 und 37.

Wir punkten für Melsungen



Punkten Sie mit!

Förderverein für ein zukunfts-fähiges Melsungen e.V.
Stiftung für ein kinder- und familienfreundliches Melsungen



Kontaktadresse: Karin Plötz-Hesse, Schriftführerin · Am Huberg 4 · 34212 Melsungen · Tel. (0 56 61) 9 26 19 31
E-Mail: kinderundfamilienbuero@melsungen-foerdert.de · www.melsungen-foerdert.de





Frauenbildung



FrauenLeben in Dresden

Frauen-Bildungsreise nach Dresden

Wie leben und arbeiten Frauen in Dresden früher und heute? Im Rahmen der Frauenbildungsreise erkunden wir unter geschichtlichen, politischen und kulturellen Aspekten die sächsische Landeshauptstadt. Wir besuchen aktuelle und historische Schauplätze des Wirkens von Frauen und erfahren mehr über die frauentypische Tätigkeit der Porzellanmalerin in der Porzellan-Manufaktur Meissen. Reisepreis ist inklusive Fahrt mit einem Reisebus, Übernachtung im Einzelzimmer mit Frühstück im zentral gelegenen Hotel, ein gemeinsames Abendessen und Führungen in der Stadt und an ausgewählten Orten. Anmeldeschluss ist der 07.06.2021. Abmeldungen nach dem Anmeldeschluss können zu Kosten für externe Leistungen (z.B. Hotel) führen. Kostenfreie Abmeldung bis zum 07.06.2021 möglich.

DRESDEN: Studienfahrt Nr. 170001R11

TERMINE: So 26.9., 7.30 Uhr bis Di 28.9., 21 Uhr, Anmeldeschluss 7.6. • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 54 U-Std., ab 35 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. in Kooperation mit dem Frauenbüro und mit Arbeit und Leben Hessen • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Beschwerden des FrauSeins natürlich behandeln

Im Kurs werden die wichtigsten Hormone des weiblichen Körpers in den Blick genommen. Mögliche Ursachen und Behandlungsansätzen bei hormonellen Dysbalancen werden thematisiert. Ziel des Kurses ist es, den eigenen Körper und mögliche Beschwerden besser einzuschätzen zu lernen. Dazu gibt die Referentin Einblick in ihre Praxiserfahrung und wertvolle Tipps, wie auf natürliche Weise der Körper unterstützt werden kann.

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 170102V11

TERMIN: Sa 24.04.21, 9.00 bis 13.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 20,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Vanessa Sommer • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Farb-Typ-Outfitberatung

Machen Sie das Beste aus Ihrem Typ!

Unter ganzheitlicher Sichtweise werden Fragen zu Farbe, Typ, Stil und Outfit behandelt. Beim ersten Termin steht die Farbtypbestimmung mit Warm-Harmonie und Kühl-Harmonie im Vordergrund. Am zweiten Abend lernen Sie die Verbindung von Typfragen mit Frisur, Make-Up und Brille kennen. Stil- und Outfit-Themen runden das Angebot ab. Sie erfahren welche Stilarten es gibt und wie mit Modetrends umzugehen ist.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 170101V11

BEGINN: Mo 19.04.21, 18.00 bis 21.30 Uhr, 3 Termine • **ORT:** Treffpunkt Wagnergasse, Wagnergasse 4-6 • **KOSTEN:** 54,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. 25 Euro Farbkarte (vor Ort zu zahlen). Bitte ungeschminkt zum Kurs kommen • **LEITUNG:** Ute Nees-Thiedemann • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.





Frauensprechen

Eine Veranstaltung anlässlich des Internationalen Frauentages

Wahlrecht, Arbeitsrecht, Menschenrecht, kein Sonderrecht! Am Internationalen Frauentag stehen Frauen seit mehr als 100 Jahren für ihre Rechte ein und sprechen an, was es politisch und gesellschaftlich zu ändern gilt. An diesem Tag des Ansprechens, des Darüber-Sprechens, des Sprechens wollen wir verschiedene Kunstformen sprechen lassen, denn was bietet einen besseren Ausdruck und wer hört besser zu als die Kunst (und die beste Freundin)?



Workshop

Im Rahmen eines Workshops experimentieren wir mit Sprache und Worten. Und bringen Themen, die uns bewegen, auf kreative Art und Weise zum Ausdruck.

HOMBERG: Tageskurs Nr. 170401V11

TERMIN: So 07.03.21, 11.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Stadthalle, Ziegenhainer Str. 19 a • KOSTEN: 20,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln., inkl. Eintritt für die Abendveranstaltung, Programmablauf wird noch bekannt gegeben • LEITUNG: In Kooperation mit dem Frauenbüro • AUSKUNFT: Anika.Wolf@schwalm-eder-kreis.de • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Abendveranstaltung

Die Abendveranstaltung bringt Laien und Profis, Anfängerinnen und Fortgeschrittene, Ergebnisse des Tages und künstlerisch Vorbereitetes auf die Bühne.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 170402V11

TERMIN: So 07.03.21, 18.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Stadthalle, Ziegenhainer Str. 19 a • KOSTEN: 10,00 Euro für 4 U-Std., ab 12 Teiln., Programmablauf wird noch bekannt gegeben • LEITUNG: In Kooperation mit dem Frauenbüro • AUSKUNFT: Anika.Wolf@schwalm-eder-kreis.de • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► Umfangreichere Kursbeschreibungen gesucht? Weitere Infos finden Sie auf unserer Homepage!



Wir bieten Bildung und Beratung, ermöglichen Begegnung und Miteinander, unterstützen und stärken Familien und möchten den Zusammenhalt der Generationen fördern. Neben unserer Hauptstelle in Homberg, finden Sie Zweigstellen in Schwalmstadt und Felsberg, außerdem unsere Angebote bei den Kooperationspartnern in Fritzlar und Gudensberg. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Homberg

Obertorstr. 5, Tel. 05681 9364631
Sprechzeiten: Mo-Fr 9-12 Uhr
E-Mail: info@elternschule-schwalm-eder.de

Felsberg

Mehrgenerationenhaus, Untere Birkenallee 19
Tel. 05662 4080853

Schwalmstadt (Ziegenhain)

Steinweg 33
Tel. 06691 9158831

Kooperationspartner: Fritzlar FaFritz, Hellenweg 12, Tel. 05622 918971 & Gudensberg, Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7, Tel. 05603 91695910

Angebote

Café Klapperstorch: Bei einem gemütlichen Frühstück treffen sich Eltern mit Baby, bekommen Informationen, können sich untereinander austauschen und Kontakte knüpfen. Kommen Sie einfach vorbei!

Jede Woche von 10 bis 11:30 Uhr: MO in Felsberg, DI in Homberg, MI in Gudensberg und DO in Schwalmstadt und Fritzlar.

Eltern-Kind-Gruppen: Pädagogisch angeleitete Eltern-Kind-Gruppen in Zusammenarbeit mit dem DRK Roten Kreuz

Wellcome: Praktische Hilfe nach der Geburt. Das Baby ist da, die Freude ist riesig – und nichts geht mehr. Gut, wenn Familie, Freunde und Nachbarn helfen, den Baby-Stress zu bewältigen. Wer keine Hilfe hat, bekommt sie von Wellcome. Kontakt: 05681-9382301 mittwochs 9 bis 11 Uhr und nach Vereinbarung



Weitere Angebote

Elterncafé • Gesprächskreis für Alleinerziehende • Gesprächskreis für Mütter im Teenie-Alter • Informationsveranstaltungen • Babysitter-Kurse • Inklusive Babyspielgruppe • Outdoor Spielgruppe • Bewegungsangebot für Eltern mit Kleinkindern • Erste Hilfe am Kleinkind • Freizeitangebote für alle Generationen • Geburtsvorbereitungskurse • Rückbildungsgymnastik • Fit für Mütter • sozialpädagogische Beratung für Eltern mit Babys und Kleinkindern

Mütternotdienst Vermittlung: Andrea Dietzel, donnerstags 9-12 Uhr im Familienzentrum und Mo, Di, Mi, Fr unter 05661-925171

Mehr Informationen erhalten Sie unter:
www.familienzentrum-schwalm-eder.de



Gesundheit**Stressbewältigung**

Prävention und Balance in Beruf und Alltag mit Yoga

Zunehmend viele Aufgaben und immer weniger Menschen, die diese Anforderungen erfüllen müssen, bestimmen mehr und mehr unseren Arbeitsalltag. Hinzu kommen Termindruck, eine rasant voranschreitende Digitalisierung sowie eine Vielzahl an Social Media-Kanälen, die unsere Aufmerksamkeit fordern. Wenn wir dem daraus resultierenden Stress nichts entgegensetzen, führt dieser uns unweigerlich in einen Zustand chronischer Überlastung und wir werden früher oder später krank. Yoga kann helfen, diese körperlichen und geistigen Dysbalancen wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Mithilfe von Körper- (Asanas), Atem- (Pranayama) und Achtsamkeitsübungen (Meditation) praktizieren die Teilnehmenden während des Seminars Yoga sowohl auf körperlicher als auch auf mentaler Ebene. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite.

WASMUTHHAUSEN: Bildungsurlaub Nr. 301306X11

TERMINE: Mo 17.5. bis Fr 21.5., jeweils 9 bis 16.30 Uhr (außer Fr. bis 13.15 Uhr), Anreise am So., 16.5 bis 17 Uhr. Abreise am Fr., 21.5 bis 14 Uhr • **ORT:** Seminarzentrum Schloss Wasmuthhausen, Schlossberg 18 • **KOSTEN:** 264,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 340 Euro oder 415 Euro für 5x Übernacht. im Standard-EZ / Komfort-EZ, vegetarische VP, Seminarzentrum Schloss Wasmuthhausen, Maroldsweisach (direkt an die Unterkunft zu zahlen). zzgl. ggf. Kosten für die individuell zu organisierende Anreise. Kostenfreie Abmeldung bis 15.04.2021 möglich • **LEITUNG:** Petra Rothe

**Beruf & Computer****Vom Entwurf zur Druckerei**

Sauberer Textsatz und die Integration anderer Standardprogramme sind die Werkzeugvoraussetzung für ein exklusives Ergebnis. In diesem Seminar lernen Sie, bestehende Texte, Fotos und Illustrationen, z.B. zu Broschüren, Prospekten, Texten oder Faltkarten zu setzen oder auch Briefbögen und Visitenkarten zu entwerfen. Die über DTP hinaus genannten Programme werden in Grundzügen mit angesprochen und die wesentlichen Programmfunktionen vorgestellt. Teilnahmevoraussetzungen: Für dieses Seminar benötigen Sie sichere Grundkenntnisse in der Bedienung von Windows, insbesondere im Umgang mit der Tastatur und Maus. Grundkenntnisse in einer Textverarbeitung und in einem Grafikprogramm sind vorteilhaft.



➤ **Photoshop, Indesign, Acrobat und Illustrator CS**

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 501501X11

TERMINE: Mo 28.6. bis Fr 2.7., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-20-0837 vom 20.05.2020 • **LEITUNG:** Thilo Hadamovsky • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➤ **Affinity Publisher, Photo und Designer**

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 501551X12

TERMINE: Mo 8.11. bis Fr 12.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-20-0497 vom 09.03.2020 • **LEITUNG:** Thilo Hadamovsky • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Von der Idee zur professionellen Website
Mit WordPress

Jeder Teilnehmende entwickelt eine Website, die auch professionellen Ansprüchen genügt. Von der Idee über die Planung und Strukturierung bis hin zur Umsetzung, durchlaufen Sie alle Phasen der Website-Entwicklung. Sie installieren das CM- bzw. Blog-System WordPress, suchen ein passendes Theme, binden die benötigten Plug-Ins ein. Alle Teile der WordPress-Installation, die für das Verstehen und die Handhabung des Systems nötig sind, werden praxisnah und verständlich erläutert. Danach werden die Websites mit Inhalten gefüllt und Sie arbeiten bereits an der Umsetzung Ihres eigenen Projektes. Im Nachgang wird die Pflege „Ihrer“ Website kein Problem mehr sein.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 501303X11

TERMINE: Mo 7.6. bis Fr 11.6., 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-20-0457 vom 10.03.2020 • **LEITUNG:** Christian Schreiber

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 501350X12

TERMINE: Mo 22.11. bis Fr 26.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-20-0638 vom 10.03.2020 • **LEITUNG:** Christian Schreiber



Excel 2016/2019 Grundkurs

Ziel des Bildungsurlaubes ist es, den Teilnehmenden die Tabellenkalkulation am Beispiel von MS-Excel darzustellen. So ist es möglich, umfangreiche Rechenoperationen wie z. B. Statistiken, Abrechnungen, Kostenanalysen schneller und genauer durchzuführen. Darüber hinaus können die Kalkulationsdaten grafisch in den diversen Diagrammarten dargestellt werden. Der Kurs vermittelt Kenntnisse über den Aufbau, die Arbeitsweise, die Funktionen und die Leistungsmerkmale des Tabellenkalkulationsprogramms Excel an praktischen Beispielen. Daneben sollen die Auswirkungen des IT-Einsatzes auf die Arbeitsabläufe und die ergonomischen Anforderungen herausgearbeitet werden. Voraussetzung: Windowskenntnisse.

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 502051X12

TERMINE: Mo 22.11. bis Fr 26.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
 • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-20-0635 vom 10.03.2020 • LEITUNG: Katja Schirakowski

Fit im Büro ab Office 2016 Word, Excel, PowerPoint, Outlook

Zusätzlich zu aufbauenden Textverarbeitungskenntnissen lernen Sie die Grundlagen von Tabellenkalkulation, Präsentation und Terminverwaltung kennen. Mit dem Austausch von Daten zwischen den einzelnen Programmen vervollkommen Sie Ihre Kenntnisse. Inhalt: • Geschäftsbriefe, Protokolle und Berichte • Korrespondenz in Word automatisieren • Dokumentverwaltung mit Windows • Nachrichten mit Outlook senden und empfangen • Kontakte und Adressen in Outlook verwalten • Termine in Outlook planen • Daten kalkulieren und grafisch darstellen mit Excel • Präsentation mit PowerPoint. Voraussetzung Grundkenntnisse Windows und Word.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 504850X12

TERMINE: Mo 18.10. bis Fr 22.10., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
 • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 235,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-20-0622 vom 09.03.2020 • LEITUNG: Sonia Komnick

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 504805X11

TERMINE: Mo 7.6. bis Fr 11.6., 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 235,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-20-0498 vom 09.03.2020 • LEITUNG: Katja Schirakowski

► Infos und Anmeldung:
siehe Infozeilen unten

Visual Basic for Applications

Office-Automatisierung mit Excel 2016

Mit dieser im Office-Paket enthaltenen Programmiersprache lassen sich Routineaufgaben automatisieren oder Lösungen realisieren, die mit den Standardfunktionen der Office-Programme nicht möglich sind. Sie erhalten eine praxisnahe Einführung in die Logik des Programmierens mit VBA und lernen, eigene Programme zu erstellen. Kursinhalt: • Grundlagen der Programmiersprache VBA • die Objektmodelle der MS-Office-Programme • Variablen und Datentypen • Kontrollstrukturen • Subroutinen und Funktionen • Werkzeuge für die Fehlerbeseitigung • Erstellen einfacher VBA-Anwendungen. Voraussetzung: Gute Kenntnisse in mindestens einem der Office Programme Excel, Access oder Word.

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 502351X12

TERMINE: Mo 15.11. bis Fr 19.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
 • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-20-0634 vom März 2020 • LEITUNG: Katja Schirakowski

► Weitere Bildungsurlaube auf der nächsten Seite



EIGENBETRIEB
Jugend- und Freizeiteinrichtungen
des Schwalm-Eder-Kreises

ideal für Gruppen



Buchenhaus
SCHÖNAU AM KÖNIGSSEE

familiär + strandnah



Haus Schwalm-Eder
WESTERLAND SYLT

Ferienstpaß + Meer



Jugendcamp
Schwalm-Eder
DAHME OST

Natur hautnah erleben



Wildpark
NATURZENTRUM
KNÜLL

Tel.: (05681) 775-492 oder -493
 info@freizeit-schwalm-eder.de
 www.freizeit-schwalm-eder.de



WILLKOMMEN

Sprachen**Englisch - Anfangskenntnisse erweitern**

Englischintensivkurs - geeignet für Teilnehmende mit geringen Anfangskenntnissen. Ob für unterwegs, auf Reisen, geschäftlich oder im Urlaub, es gibt Situationen, die auch mit wenigen Sprachkenntnissen gut zu meistern sind. Der Kurs vermittelt ein „Survival English“, das mit wenig Einsatz große Wirkung erzielen kann. Hier die Schwerpunkte: meeting people, getting information, small talk, travelling, shopping, eating out, health and illness. Gut geeignet für Lebenskünstler und alle, die endlich mal Englisch lernen wollen. Ein Sprachkurs zur Erleichterung der Kommunikation in Europa mit Informationen zu gesellschafts- und wirtschaftspolitischen Fragen englischsprachiger Länder. „Welcome!“ Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung mit Themen aus Politik und Wirtschaft für ein Europa mit mehrsprachigen Bürgerinnen und Bürgern.

➔ **Niveaustufe A1.2**

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406118X02

TERMINE: Mo 25.1 bis Fr 29.1., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-20-0900 vom 18.06.2020 • **LEITUNG:** Ilona Kroeger • **LEHRMATERIAL:** Klett: Great! A1

**Englisch - Grundlagen**

Englischintensivkurs - geeignet für Teilnehmende mit geringen Anfangskenntnissen. Ob für unterwegs, auf Reisen, geschäftlich oder im Urlaub, es gibt Situationen, die auch mit wenigen Sprachkenntnissen gut zu meistern sind. Der Kurs vermittelt ein „Survival English“, das mit wenig Einsatz große Wirkung erzielen kann. Hier die Schwerpunkte: meeting people, getting information, small talk, travelling, shopping, eating out, health and illness. Gut geeignet für Lebenskünstler und alle, die endlich mal Englisch lernen wollen. Ein Sprachkurs zur Erleichterung der Kommunikation in Europa mit Informationen zu gesellschafts- und wirtschaftspolitischen Fragen englischsprachiger Länder. „Welcome!“ Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung mit Themen aus Politik und Wirtschaft für ein Europa mit mehrsprachigen Bürgerinnen und Bürgern.

➔ **Niveaustufe A2**

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406118X11

TERMINE: Mo 28.6. bis Fr 2.7., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-20-0900 vom 18.06.2020 • **LEITUNG:** Ilona Kroeger • **LEHRMATERIAL:** Klett: Great! A1

► **Infos und Anmeldung:**
siehe Infozeilen unten

Business English

Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung mit Themen aus Politik und Wirtschaft für ein Europa mit mehrsprachigen Bürgerinnen und Bürgern zur Verbesserung der Kommunikation in Europa. Sie erwerben rasch verwertbare Englischkenntnisse im Bereich Business English für die mündliche und schriftliche Kommunikation am Arbeitsplatz. Der Kurs umfasst Themen, die auf den englischsprachigen Berufsalltag vorbereiten. Inhalte: Unternehmensstrukturen, Produktbeschreibungen, Arbeitsabläufe, Kundenkontakte, mündliches und schriftliches Kommunikationstraining, Präsentationen, Meetings, Tradefare. Grundlegende Vorkenntnisse auf der allgemeinsprachlichen Niveaustufe B1 werden vorausgesetzt. Fragen zu gesellschafts- und wirtschaftspolitischen Themen englischsprachiger Länder stehen im Fokus.

➔ **Niveaustufe B1**

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406341X02

TERMINE: Mo 18.1. bis Fr 22.1., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-19-1070 • **LEITUNG:** Ilona Kroeger • **LEHRMATERIAL:** Klett: Real Business English B1 Studentbook+CD; ISBN 978-3-12-501670-5

Französisch - Anfangskenntnisse erweitern

Sie erwerben rasch verwertbare Französischkenntnisse für die mündliche und schriftliche Kommunikation im Alltag und insbesondere am Arbeitsplatz. Der Kurs umfasst Themen, die auf einen Aufenthalt in Frankreich oder im französischsprachigen Ausland vorbereiten. Ein Sprachkurs mit Informationen zu gesellschafts- und wirtschaftspolitischen Themen französischsprachiger Länder und einer Einführung in die Wirtschaft und Bildungspolitik von Frankreich. Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung mit Themen aus Politik und Wirtschaft für ein Europa mit mehrsprachigen Bürgerinnen und Bürgern zur Verbesserung der Kommunikation in Europa. Eine kostenfreie Abmeldung ist möglich bis zum 18.01.2021

➔ **Niveaustufe A1.2**

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 408111X02

TERMINE: Mo 12.04. bis Fr 16.04., jeweils 9 bis 16.30 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen folgt • **LEITUNG:** Brigitte Wagner • **LEHRMATERIAL:** Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben





Italienisch intensiv in Casina bzw. in der Toskana

Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung mit Themen aus Politik und Wirtschaft für ein Europa mit mehrsprachigen Bürgerinnen und Bürgern. Ein Sprachkurs in Italien mit sprachlicher Qualifizierung in authentischen Situationen und Themen aus Politik und Wirtschaft an Beispielen vor Ort sowie der Erweiterung persönlicher und beruflicher Kompetenzen. Vermittelt werden Grundkenntnisse der italienischen Sprache, ausgerichtet an Themen und Kommunikationssituationen im italienischsprachigen Alltags- und Berufsleben. Das Sprachtraining erfolgt auch in realer Kommunikation mit Einheimischen in Casina bzw. in der Toskana. Die Themenschwerpunkte zur Landeskunde sind ausgerichtet an den lokalen Besonderheiten der Region wie die Herstellung von Spezialitäten, z.B. Aceto Balsamico und Pasta (Casina) bzw. Tourismus, Olivenanbau und -verarbeitung sowie Weinanbau und Weinernte (Toskana). Wirtschaftspolitische und kulturorientierte Aspekte werden im Unterricht und vor Ort erschlossen. Der Bildungsurlaub ist ideal für Personen zum ersten Einstieg in die italienische Sprache oder solche mit wenigen Grundkenntnissen bzw. für Personen, die Grundkenntnisse auffrischen wollen und besonders geeignet für die Berufsbereiche Gastronomie, Tourismus, Handel und Soziales. Die Organisation der An- und Abreise sowie die Buchung der vorgesehenen Unterkunft in Casina bzw. Florenz ist mit organisatorischer Hilfe der Kursleitung von den Teilnehmenden selbstverantwortlich und verbindlich zu buchen. Es gelten die AGB der jeweiligen Vertragspartner. Informationen zur Tagungsstätte und zur Unterkunft ist bei der Kursleitung zu erhalten. Eine kostenfreie Abmeldung ist möglich bis zum 15.05.2021 (Casina) bzw. 20.08.2021 (Toskana). Danach entsteht die Verpflichtung zur Zahlung des vollen Entgelts. Der Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung wird empfohlen.

➔ Niveaustufe A1

CASINA/ITALIEN: Bildungsurlaub Nr. 409103X11

TERMINE: Mo 21.6. bis Fr 25.6., jeweils 9.30 bis 17 Uhr, Kurs unter Vorbehalt der aktuellen Lage zur Corona-Pandemie
 • **KOSTEN:** 341,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung, AZ. III1A-55n-4145-0213-19-1062 vom 14.05.2020 • **LEITUNG:** Andrea Morra-Hehenkamp

TOSKANA /ITALIEN: Bildungsurlaub Nr. 409104X12

TERMINE: Mo 4.10. bis Fr 8.10., jeweils 9.30 bis 17 Uhr, Kurs unter Vorbehalt der aktuellen Lage zur Corona-Pandemie
 • **KOSTEN:** 346,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung., AZ. III1A-55n-4145-0213-19-1064 vom 14.05.2020 • **LEITUNG:** Andrea Morra-Hehenkamp

Spanisch intensiv - von Anfang an

Sie erwerben rasch verwertbare Spanischkenntnisse für die mündliche und schriftliche Kommunikation im Alltag und am Arbeitsplatz. Der Kurs umfasst Themen, die auf einen Aufenthalt im spanischsprachigen Ausland vorbereiten. Ein Sprachkurs mit Informationen zu gesellschafts- und wirtschaftspolitischen Themen spanischsprachiger Länder und einer Einführung in die Kulturen. Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung zur Verbesserung der Kommunikation in Europa mit mehrsprachigen Bürgerinnen und Bürgern.

➔ Niveaustufe A1.1

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 422102X11

TERMINE: Mo 22. bis Fr 26.2.21 jeweils 9 bis 16.30 Uhr
 • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen folgt • **LEITUNG:** Galya Constanza Velasco Uribe • **LEHRMATERIAL:** Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 422101X12

TERMINE: Mo 12.7. bis Fr 16.7., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145.0213-20-0441 vom 28.02.2020 • **LEITUNG:** Galya Constanza Velasco Uribe • **LEHRMATERIAL:** Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben



Spanisch intensiv - Anfangskenntnisse erweitern

Sie erwerben rasch verwertbare Spanischkenntnisse für die mündliche und schriftliche Kommunikation im Alltag und am Arbeitsplatz. Der Kurs umfasst Themen, die auf einen Aufenthalt im spanischsprachigen Ausland vorbereiten. Ein Sprachkurs mit Informationen zu gesellschafts- und wirtschaftspolitischen Themen spanischsprachiger Länder und einer Einführung in die Kulturen. Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung zur Verbesserung der Kommunikation in Europa mit mehrsprachigen Bürgerinnen und Bürgern.

➔ Niveaustufe A1.2

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 422101X11

TERMINE: Mo 12.04. bis Fr 16.04.21., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
 • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Galya Constanza Velasco Uribe • **LEHRMATERIAL:** Klett: Spanisch für den Urlaub A1, ISBN: 978-3-12-514265-7



Literatur

Schreib deine Geschichte

Werkstatt für (angehende) Autoren

Den Kopf voller Ideen, aber keine Zeit zu schreiben? Oder andersherum: Große Schreiblust, aber noch nicht die richtige Idee? In diesem Kurs schaffen wir uns nicht nur Raum und Zeit fürs Schreiben, wir entwickeln außerdem Ideen (weiter), suchen nach dem eigenen Stil und probieren unterschiedliche Formen und Inspirationsquellen aus. Das Ziel: Jede und jeder soll auf lange Sicht dabei unterstützt werden, seine Geschichte zu Papier zu bringen. Egal, ob es sich dabei um eine Kurzgeschichte oder einen Roman handelt. Die Schriftstellerin Rebekka Knoll bringt dafür nicht nur viel Fachwissen und Erfahrungen aus der Verlagswelt mit, sondern auch Musikstücke, Düfte und eine kleine Traumreise.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 202002L11

BEGINN: Mo 08.02.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 6 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 48,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Rebekka Knoll • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Künstlerische Techniken

Schnupperkurs Jonglieren

Jonglieren für die ganze Familie

Jonglage mit ihren zahlreichen Varianten fasziniert immer wieder und es ist schon beeindruckend, wenn die kleinen Bälle wie selbstverständlich aus der Luft gegriffen werden. Nur wenige aber wissen, dass Jonglieren als ausgezeichnetes Gehirntraining bereits nach kurzer Zeit zur deutlichen Verbesserung der Motorik führt. Dieser Kurs führt ein, in das klassische Drei-Ball-Jonglagemuster Kaskade mit zahlreichen Tricks, bis hin zum Spiel mit einem oder mehreren Partnern (Passing). Ferner gibt es einen Einblick in das Spiel mit Ringen sowie in die Grundlagen der Keulenjonglage. Teilnehmen können Menschen jeden Alters gleichermaßen wie Neulinge und Fortgeschrittene.

WABERN: Tageskurs Nr. 200002L11

TERMIN: Sa 15.05.21, 10.00 bis 13.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Mehrzweckhalle, Reihewaldweg 1 • **KOSTEN:** 18,80 Euro für 4 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Dieter Schmidtchen • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Die Magie der Illusion

Wenn Sie diesen oder ähnlichen Fragen bzw. den dazugehörigen Zaubertricks auf den Grund gehen wollen, sind Sie in diesem Kurs genau richtig! Anschaulich und mit vielen Beispielen aus der Praxis der großen Magier wird Ihnen gezeigt, dass auch Sie mit zum Teil sehr einfachen aber wirkungsvollen Tricks, nicht nur Familienangehörige, Nachbarn und Arbeitskollegen zum Staunen bringen können. Aber auch das Ausdenken, Planen und Üben neuer, eigener Zaubertricks macht eine Menge Spass und ist „a kind of Magic“!

FRITZLAR: Wochenendkurs Nr. 500013A11

TERMINE: Sa 29.5. und So 30.5., jeweils 9 bis 16.30 Uhr • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 48,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Olaf Normann • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Tanzen

Let's dance - Lust auf Tanzen

Standard- und Lateintänze für Paare

Wir begeben uns auf eine Reise durch die Welt der Tänze. Die Tänze werden nach Absprache mit den Teilnehmenden ausgewählt. Vor der Kursbuchung bitte Rücksprache mit der Kursleitung nehmen.

➤ **Ohne bis geringe Vorkenntnisse - Stufe 1****WABERN:** Abendkurs Nr. 205009K11

INFO: Di 9.2, 20 Uhr, **BEGINN:** Fr 12.02.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Iris Plasberg • **AUSKUNFT:** Tel. 0171 2132084 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurs-termin.

➤ **Mit geringen Vorkenntnissen - Stufen 1,2,3**

Die Reise durch die Welt der Tänze geht weiter. Die bisher erlernten Tänze und Figuren werden vertieft und erweitert. Neue Tänze und Figuren kommen hinzu. Vor der Kursbuchung bitte Rücksprache mit der Kursleitung nehmen.

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 205005K11

INFO: Di 9.2, 20 Uhr, DGH Wabern-Niedermöllrich, Ederweg 16, **BEGINN:** So 14.02.21, 11.00 bis 12.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Stellbergsschule, Rudolf-Harbig-Str. 2 • **KOSTEN:** 95,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Iris Plasberg und Tanzpartner • **AUSKUNFT:** Tel. 0171 2132084 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

➤ **Mit geringen Vorkenntnissen - Stufe 2****WABERN:** Abendkurs Nr. 205015K11

INFO: Di 9.2, 20 Uhr, **BEGINN:** Mi 10.02.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Iris Plasberg • **AUSKUNFT:** Tel. 0171 2132084 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurs-termin.

➤ **Mit geringen bis guten Vorkenntnissen - Stufe 3****WABERN:** Abendkurs Nr. 205007K11

INFO: Di 9.2, 20 Uhr, **BEGINN:** Di 16.02.21, 19.30 bis 21.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Iris Plasberg • **AUSKUNFT:** Tel. 0171 2132084 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurs-termin.

➤ **Mit guten Vorkenntnissen - Stufe 4****WABERN:** Abendkurs Nr. 205008K11

INFO: Di 9.2, 20 Uhr, **BEGINN:** Do 11.02.21, 20.00 bis 21.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Iris Plasberg • **AUSKUNFT:** Tel. 0171 2132084 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurs-termin.

WABERN: Abendkurs Nr. 205010K11

INFO: Di 9.2, 20 Uhr, **BEGINN:** Fr 12.02.21, 20.15 bis 21.45 Uhr, 10 Termine • **ORT:** DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Iris Plasberg • **AUSKUNFT:** Tel. 0171 2132084 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurs-termin.

Let's dance - Lust auf Tanzen

Discofox

Der Tanz für alle Gelegenheiten, ob Hochzeit, Kirmes oder Disco. Sie erlernen neben den Basisfiguren interessante Variationen und bekommen Tipps zur Führung. Anfänger und Fortgeschrittene sind willkommen. Vor der Kursbuchung bitte Rücksprache mit der Kursleitung nehmen.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 205006K11

INFO: Di 9.2., 20 Uhr, DGH Wabern-Niedermöllrich, Ederweg 16, **BEGINN:** So 14.02.21, 13.00 bis 14.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Stellbergsschule, Rudolf-Harbig-Str. 2 • **KOSTEN:** 95,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Iris Plasberg und Tanzpartner • **AUSKUNFT:** Tel. 0171 2132084 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

WABERN: Abendkurs Nr. 205014K11

INFO: Di 9.2, 20 Uhr, **BEGINN:** Mi 10.02.21, 20.15 bis 21.45 Uhr, 10 Termine • **ORT:** DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Iris Plasberg • **AUSKUNFT:** Tel. 0171 2132084 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Kunst- und Kulturgeschichte

Ägypten - das Land der Pharaonen

➔ Hatschepsut-Tempel, das Millionenjahrhaus

Hatschepsut ist die Frau, die das Gesicht der Geschichte verschönert hat. Erfahren Sie in diesem Vortrag mehr über die Königin, die das Land der Männer über 20 Jahre friedlich regiert hat und ihren einzigartigen Terrasentempel.



HOMBERG: Vortrag Nr. 206003K11

TERMIN: Di 09.03.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 9,00 Euro für 2 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Ahmed Sibak • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ Tal der Könige - eine Reise in die Ewigkeit

In dem Tal sind über 64 Ruhestätten, darunter das Grab des goldenen Pharaos Tutanchamun. Erfahren Sie in diesem Vortrag mehr über die Vorstellung der alten Ägypter, über Mumifizierung und das Jenseits.

HOMBERG: Vortrag Nr. 206001K11

TERMIN: Di 23.03.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 9,00 Euro für 2 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Ahmed Sibak • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ Karnak-Tempel

Die Karnak-Tempel ist die größte Tempelanlage Ägyptens. Zu den bedeutendsten Bereichen des Tempels zählt der große Säulensaal, der einen Raum von der Größe des Kölner Doms umfasst. In dieser Veranstaltung erfahren Sie die Geheimnisse des größten Heiligtums des Landes.

HOMBERG: Vortrag Nr. 206002K11

TERMIN: Di 20.04.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 9,00 Euro für 2 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Ahmed Sibak • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Plastisches Gestalten

Schmuckstücke aus Perlen

In diesem 3-stündigen Kurs fertigen wir Schmuckstücke wie z.B. Halsketten, Armbänder und Ohrringe. Nutzen werden wir dazu die derzeit sehr beliebten Polarisperlen, aber auch Metall- und Glasperlen. Perlen, Verschlüsse und Zubehör können bei der Kursleitung erstanden werden. Entwerfen Sie Ihren Schmuck nach eigenen Vorstellungen und in Ihren Wunschfarben. Vorhandene Perlen, Zubehör, defekte Schmuckstücke und Vorlagen oder Ideen können gerne mitgebracht werden.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 208001L11

TERMIN: Sa 06.03.21, 14.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Haus f. Gemeinschaftspflege Treysa, Burggasse 7 • **KOSTEN:** 14,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für Perlen, Verschlüsse und Zubehör nach Verbrauch • **LEITUNG:** Sandra Ebener-Riebeling • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Holzbildhauerei

Inspiziert von den dynamischen Qualitäten des Naturmaterials Holz kann in der schönen Werkstatt der Kreisberufsschule in Ziegenhain/Schwalmstadt der dreidimensionalen Entdeckerlust nachgegangen werden. Die Bildhauerin Christine Ermer unterstützt Sie in der Umsetzung Ihrer eigenen Ideen und es entstehen abstrakte oder naturalistische Formen, Gesichter oder Reliefs. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Stammstücke und Arbeitsgeräte sind ausreichend vorhanden. Sie lernen das Arbeiten mit verschiedenen Bildhauerwerkzeugen und erfahren Wissenswertes über den Wert-Stoff Holz und die Werkzeuge.

SCHWALMSTADT: Kompaktkurs Nr. 210003L11

TERMINE: Fr 16.7., 14 bis 17 Uhr, Sa 17.7. bis Mi 21.7., jeweils 10 bis 17 Uhr • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 220,50 Euro für 49 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 15 Euro für Material- und Werkzeugleihgebühr vor Ort zu zahlen • **LEITUNG:** Christine Ermer • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Goldschmieden

Wenn Sie sich ein Schmuckstück selber entwerfen und herstellen möchten oder vielleicht ein altes Schätzchen verändern möchten, dann sind Sie hier richtig. Ein wenig handwerkliches Geschick wäre gut, ist aber keine Voraussetzung für diesen Kurs. Das Material (Silber, Kleinteile, Perlen, Steine usw.) wird direkt im Kurs nach Verbrauch abgerechnet.



MELSUNGEN: Tageskurs Nr. 210001L11

TERMIN: Sa 13.03.21, 10.00 bis 18.15 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Werkstatt Vonhof, Terrassenweg 6 • **KOSTEN:** 49,00 Euro für 11 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Sandra Vonhof • **AUSKUNFT:** Tel. 05661 53654 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 210002L11

BEGINN: Di 20.04.21, 19.15 bis 21.30 Uhr, 4 Termine • **ORT:** Werkstatt Vonhof, Terrassenweg 6 • **KOSTEN:** 49,00 Euro für 11 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Sandra Vonhof • **AUSKUNFT:** Tel. 05661 53654 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Malerei, Grafik und Gestaltung

Porzellanmalerei

Der Kurs vermittelt Grundkenntnisse der Porzellanmalerei, sowie die Einführung in die Geschichte und Herstellung. Jeder hat die Möglichkeit nach Skizzen, Vorlagen oder eigenen Entwürfen mit Pinsel oder Schwamm auf Kacheln und Porzellan zu malen. Für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse.

BAD ZWESTEN: Abendkurs Nr. 207002L11

TERMINE: Di 16.3.21, 17.00 bis 19.15 Uhr, außer am letzten Kurstag: 17 bis 18.30 Uhr, 7 Termine • **ORT:** Altenburgschule, Kasseler Str. 12 • **KOSTEN:** 66,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Edelgard Opfer • **AUSKUNFT:** Tel. 05626 669 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Atelier Schnupperkurs

Im Atelier finden Sie Raum und Zeit, verschiedene Materialien kennenzulernen und auszuprobieren. Wir werden uns mit Aquarell- und Acrylfarben, Öl- und Pastellkreiden beschäftigen. Dieser Kurs ist für Menschen mit und ohne Vorkenntnisse geeignet.



SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 207009L11

BEGINN: Mo 07.06.21, 16.30 bis 18.30 Uhr, 4 Termine • **ORT:** Atelier Farbenhaus, Wagnergasse 1 • **KOSTEN:** 40,00 Euro für 10 U-Std., ab 1 Teiln., inkl. Materialkosten • **LEITUNG:** Sabine Brusius in Kooperation mit Hephata • **AUSKUNFT:** Tel. 06691 9110396 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Malen mit Acryl

Der Kurs vermittelt Grundkenntnisse der Acrylmalerei. Zum Einstimmen beginnen wir jeweils mit kleinen Malübungen. Danach hat jede/r die Möglichkeit nach Vorlagen, Skizzen oder frei nach Fantasie zu malen. Der Kurs ist für Menschen mit und ohne Vorkenntnisse geeignet.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 207004L11

BEGINN: Mo 01.03.21, 16.30 bis 19.00 Uhr, 5 Termine • **ORT:** Atelier Farbenhaus, Wagnergasse 1 • **KOSTEN:** 40,00 Euro für 15 U-Std., ab 1 Teiln., zzgl. 15 Euro für Material (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Sabine Brusius in Kooperation mit Hephata • **AUSKUNFT:** Tel. 06691 9110396 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Ein Tag im Atelier
Workshop

Zum Einstieg werden in einfachen Schritten verschiedene Zeichen- und Malübungen gemacht. Unterschiedliche Formen werden durch das genaue Anschauen von Gegenständen geübt. Danach entwickeln sich Ideen und Motive, die mit Pinsel und Farben auf Papier oder Leinwand gebracht werden. Dieser Tag richtet sich an Anfänger und Fortgeschrittene, die Freude am kreativen Arbeiten steht im Vordergrund.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 207006L11

TERMIN: Sa 27.02.21, 10.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Atelier Farbenhaus, Wagnergasse 1 • **KOSTEN:** 30,00 Euro für 8 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. ca. 5 bis 15 Euro Kosten nach Verbrauch für Leinwand (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Sabine Brusius in Kooperation mit Hephata • **AUSKUNFT:** Tel. 06691 9110396 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Farbenwelt

Neue Wege in die Malerei

Die Kraft der Farbe entdecken und ihre Wirkung steigern. Mit speziellen Übungen neue Wege in die Malerei finden. Besprochen werden die Grundlagen der Farbenlehre und Komposition. Die Acrylfarben bieten dafür ein breites Spektrum an Möglichkeiten.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 207005L11

TERMIN: Sa 13.03.21, 9.30 bis 16.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Atelier Farbenhaus, Wagnergasse 1 • **KOSTEN:** 40,50 Euro für 9 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. ca. 5 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Gerlinde Vestweber in Kooperation mit Hephata • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Jeder kann Zeichnen lernen

Klassische Zeichenschule

Bleistift-, Kohle- oder Tuschezeichnungen haben einen besonderen Reiz, egal ob es sich um abstrakte oder figurliche Motive handelt. Sie erhalten eine Einführung in die Grundlagen der Zeichentechnik nach der klassischen Schule für technisches und künstlerisches Zeichnen. Licht und Schatten spielen dabei eine wichtige Rolle.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 207001L11

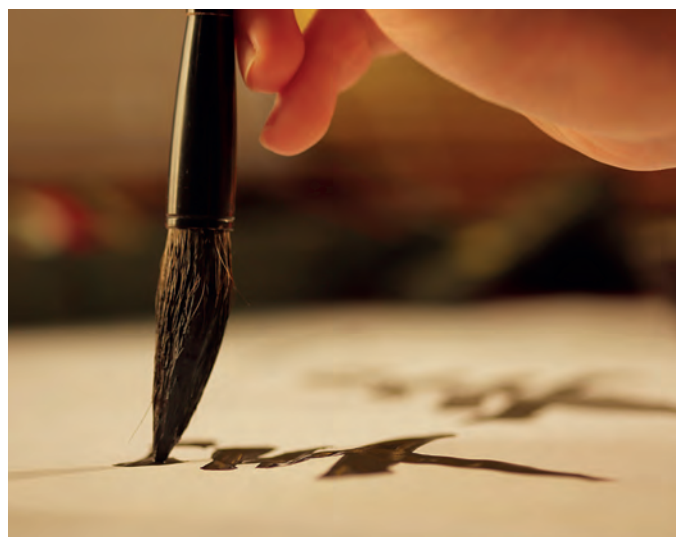
INFO: Di 9.2, 18 Uhr, **BEGINN:** Di 16.02.21, 18.00 bis 20.15 Uhr, 6 Termine • **ORT:** König-Heinrich-Schule, Schladenweg 43 • **KOSTEN:** 72,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Ilona Kuosman • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Kalligraphie und chinesische Tuschemalerei

Die chinesische Schrift übt auf viele Menschen eine große Faszination aus. Sie ist die älteste und einzige Schrift, die bis heute lebendig geblieben ist. In diesem Kurs lernen Sie den Ursprung der Zeichen und ihre Entwicklung aus der Knochenschrift kennen und erfahren einen Einstieg in die traditionelle wie moderne chinesische Tuschemalerei.

BAD ZWESTEN: Wochenendkurs Nr. 207012L11

TERMINE: Fr 26.3., 16 bis 19 Uhr und Sa 27.3., 10 bis 18 Uhr • **ORT:** Laden Kunst, Zum Kurpark 2 • **KOSTEN:** 49,40 Euro für 14 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 5 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch • **LEITUNG:** Xiaoming Song • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Malen mit Erden, Öl und Acryl

Ein Workshop in der Scheune

Im besonderen Ambiente wird mit Mischtechniken gemalt. Dabei können Erden, Ölfarben und Acryl zum Einsatz kommen. Nehmen Sie sich eine Auszeit am Wochenende, um sich ganz der Malerei mit verschiedenen Experimentiermöglichkeiten hinzugeben. Die Scheune bietet viel Raum für großformatiges Arbeiten.

GILSERBERG: Wochenendkurs Nr. 207010L11

TERMINE: Fr 25.6., 16 bis 20 Uhr, Sa 26.6., 9 bis 18 Uhr und So 27.6., 10 bis 14 Uhr • **ORT:** Malscheune Winterscheid, Denkmalstr. 6 • **KOSTEN:** 85,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch • **LEITUNG:** Gerlinde Vestweber • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

GILSERBERG: Wochenendkurs Nr. 207011L11

TERMINE: Fr 20.8., 16 bis 20 Uhr, Sa 21.8., 9 bis 18 Uhr und So 22.8., 10 bis 14 Uhr • **ORT:** Malscheune Winterscheid, Denkmalstr. 6 • **KOSTEN:** 85,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch • **LEITUNG:** Gerlinde Vestweber • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Landschaftsmalerei

Malen in der freien Natur

Mit Staffelei, Pinsel und Palette, so wie die Impressionisten die Natur aufs Bild brachten, wird in diesem Kurs in der Natur gemalt. Verschiedene Techniken stehen zur Verfügung. Material kann gerne mitgebracht werden, sind aber keine Voraussetzung ebenso wie die zeichnerischen Vorkenntnisse.

BAD ZWESTEN: Wochenendkurs Nr. 207015L11

TERMINE: Sa 29.5, 10 bis 18 Uhr und So 30.5, 10 bis 16 Uhr • **ORT:** Laden Kunst, Zum Kurpark 2 • **KOSTEN:** 55,80 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Xiaoming Song • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Gegenständliches Zeichnen

Für Anfänger und Fortgeschrittene

In diesem Kurs wird eine Grundlage der klassischen Zeichenlehre vermittelt und mit Übungen das genaue Hinsehen und Skizzieren eines Objektes trainiert. Das Skizzieren übt die Fähigkeit, Form, Struktur, Dynamik und räumliche Beziehungen, Perspektive, Licht und Schatten zu beobachten und auszudrücken. Der Freitag dient dem Kennenlernen, der Orientierung und dem ersten Zeichnen und am Samstag können dann auch eigene Vorstellungen und Ideen realisiert werden. Hierfür können zum Beispiel Fotovorlagen mitgebracht werden. Je nach Interesse, Wetterlage und aktueller Coronasituation, kann der Kurs innen oder draußen stattfinden. Dieser Kurs ist für Anfänger und fortgeschrittene Zeichner geeignet.

BAD ZWESTEN: Wochenendkurs Nr. 207014L11

TERMINE: Fr 23.4., 16 bis 19 Uhr und Sa 24.4., 10 bis 18 Uhr • **ORT:** Laden Kunst, Zum Kurpark 2 • **KOSTEN:** 46,90 Euro für 14 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Xiaoming Song • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

► Umfangreichere Kursbeschreibungen gesucht? Weitere Infos finden Sie auf unserer Homepage!

Malen nach Herzenslust

Farben und Formen sind Werkzeuge der Kunst. Wir können unsere Gefühle und unsere Lebensfreude sichtbar werden lassen. Die Malerei ist ein Medium, unsere Selbstheilungskräfte zu aktivieren. In diesem Kurs geht es um Farbempfindungen und darum, mit sich selbst in Kontakt zu treten. Die Freude am Tun steht im Vordergrund. Die Gruppe gibt Inspiration und bietet die Möglichkeit zum Austausch. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

NEUKIRCHEN: Wochenendkurs Nr. 207003L11

TERMINE: Fr 5.3. 14 bis 18 Uhr und Sa 6.3. 10 bis 18 Uhr • **ORT:** Steinwaldschule, Reißmannweg 7 • **KOSTEN:** 57,00 Euro für 15 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Astrid Schlemmer • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Portraitzeichnen

Das Portrait ist ein besonderes Genre in der gegenständlichen Malerei, da nicht nur die Ähnlichkeit, sondern auch die Individualität des Modells zum Ausdruck gebracht werden. In diesem Kurs wird Ihnen das klassische Zeichnen nach Modell und das Zeichnen nach fotografischer Lage näher gebracht. Der Kurs ist für Menschen mit und ohne zeichnerische Vorkenntnisse geeignet.

BAD ZWESTEN: Wochenendkurs Nr. 207013L11

TERMINE: Sa 15.5, 10 bis 18 Uhr und So 16.5, 10 bis 16 Uhr • **ORT:** Werkstattgalerie, Hardtstraße 3 • **KOSTEN:** 53,60 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Xiaoming Song • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Textiles Gestalten

Auf die Socken, fertig, los!

Stricken für Einsteiger und Fortgeschrittene

Sockenstricken liegt wieder voll im Trend. Ob als modisches Statement, für das perfekte „Fuß-Klima“ oder einfach für kuschelig-warme Füße. Eine vielfältige Auswahl an Garnmischungen für Socken, ein großes Farbspektrum, tolle Muster, Farbkombinationen von handgefärbter Wolle, neue und abwechslungsreiche Stricktechniken für alle Schwierigkeitsgrade, aber auch für Anfänger. Mit dem Nadelspiel spielend Socken stricken. Schrittweise Anleitung – leicht verständlich vom Bündchen bis zur Spitze. Das Material kann am Kursabend erworben oder selbst mitgebracht werden.

EDERMÜNDE: Abendkurs Nr. 209001L11

BEGINN: Mo 01.03.21, 18.00 bis 20.00 Uhr, 5 Termine • **ORT:** Die Wollmanufaktur, Kirchgasse 2 • **KOSTEN:** 47,00 Euro für 10 U-Std., ab 4 Teiln., Nadelspiel und Strumpfwolle kann auch bei der Kursleitung erworben werden • **LEITUNG:** Katja Stein • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

EDERMÜNDE: Abendkurs Nr. 209014L11

BEGINN: Mo 19.04.21, 18.00 bis 20.00 Uhr, 5 Termine • **ORT:** Die Wollmanufaktur, Kirchgasse 2 • **KOSTEN:** 47,00 Euro für 10 U-Std., ab 4 Teiln., Nadelspiel und Strumpfwolle kann auch bei der Kursleitung erworben werden • **LEITUNG:** Katja Stein • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

EDERMÜNDE: Abendkurs Nr. 209015L11

BEGINN: Mo 07.06.21, 18.00 bis 20.00 Uhr, 5 Termine • **ORT:** Die Wollmanufaktur, Kirchgasse 2 • **KOSTEN:** 47,00 Euro für 10 U-Std., ab 4 Teiln., Nadelspiel und Strumpfwolle kann auch bei der Kursleitung erworben werden • **LEITUNG:** Katja Stein • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Nähen leicht gemacht

Ob lang, ob kurz, ob dick, ob dünn – für jeden Typ ist hier was drin! Sie lernen das Zuschneiden nach einem Schnittmuster, den Umgang mit der Nähmaschine und erhalten viele Tipps und Tricks rund ums Schneidern. Vorkenntnisse spielen keine Rolle.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 209007L11

INFO: Di 16.2., 18 Uhr, BEGINN: Di 23.02.21, 18.00 bis 20.15 Uhr, 10 Termine • ORT: Starthilfe Ausbildungsverbund, Bindeweg 32 • KOSTEN: 87,00 Euro für 30 U-Std., ab 8 Teiln., Nähmaschine, Stoffe und Nähzubehör müssen mitgebracht werden • LEITUNG: Sabine Scharffenberg • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 209008L11

INFO: Do 18.2., 18 Uhr, BEGINN: Do 25.02.21, 18.00 bis 20.15 Uhr, 10 Termine • ORT: Kinder- und Familienbüro, Huberg 4 • KOSTEN: 87,00 Euro für 30 U-Std., ab 8 Teiln., Nähmaschine, Stoffe und Nähzubehör müssen mitgebracht werden • LEITUNG: Sabine Scharffenberg • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 209013L11

INFO: Di 9.2., 19.30 Uhr, BEGINN: Di 16.02.21, 19.30 bis 21.40 Uhr, 7 Termine • ORT: Schwalmgymnasium Treysa, Ascheröder Str. 30 • KOSTEN: 48,00 Euro für 20 U-Std., ab 9 Teiln., Nähmaschine, Stoffe und Nähzubehör müssen mitgebracht werden • LEITUNG: Ingrid Jäckel • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Nähen für Fortgeschrittene und Anfänger

Der nächste Frühling kommt bestimmt! Sie wollen ein neues Kleidungsstück nähen?! Egal ob Hose, Bluse, Rock oder Jacke, Sie bestimmen was genäht wird. Mit wertvollen Tipps und Tricks werden Sie in der Fertigung Ihres Lieblingsstückes unterstützt.

NEUENTAL: Abendkurs Nr. 209004L11

BEGINN: Di 23.02.21, 18.00 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • ORT: DGH Schlierbach, Rosengasse 5 • KOSTEN: 52,00 Euro für 20 U-Std., ab 4 Teiln., Nähmaschine, Stoffe und Nähzubehör müssen mitgebracht werden • LEITUNG: Gerda Klehm-Engelbrecht • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

NEUENTAL: Abendkurs Nr. 209005L11

BEGINN: Fr 26.02.21, 18.00 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • ORT: DGH Schlierbach, Rosengasse 5 • KOSTEN: 52,00 Euro für 20 U-Std., ab 4 Teiln., Nähmaschine, Stoffe und Nähzubehör müssen mitgebracht werden • LEITUNG: Gerda Klehm-Engelbrecht • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

▶ Das Kursangebot **Nähworkshop für Kinder** finden Sie auf Seite 36 / 37.

Fotografie

Tierfotografie im Wildpark

Der Wildpark Knüll bietet im Frühjahr häufig die Möglichkeit, zu beeindruckenden Tierfotos zu kommen. Luchs-, Rot-, Dam- und Sikawild sowie die Braunbären sind nur einige der Traumotive. Unter Beachtung der gestalterischen Möglichkeiten in der Tierfotografie entstehen gute Frühlingsfotos: Tierporträts, Tiere in der Gruppe, Tiere in Bewegung. Dazu gibt es für Einsteiger und Hobbyfotografen viele Tipps für die als Schwerpunkt behandelten tierfotografischen Grundlagen. Kenntnisse der grundsätzlichen Bedienung der eigenen Kamera werden vorausgesetzt. Der Einsatz eines Teleobjektivs mit ca. 300mm Brennweite wird empfohlen.



KNÜLLWALD: Tageskurs Nr. 211004L11

TERMIN: Sa 27.03.21, 10.00 bis 13.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Wildpark Knüll Schulungszentrum, Im Seckenhain 10 • KOSTEN: 125,00 Euro für 4 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. 7 Euro Eintritt in den Wildpark (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Stephan Rech • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Fotowanderung durch die Lochbachklamm

Bei der nur ca. 3 km kurzen Fotowanderung durch die Lochbachklamm sind der Bach und der umgebende Wald die zentralen Motive. Die Vielzahl der vor allem landschaftlichen Motive gilt es auf der fotografisch begleiteten Wanderung mit der Kamera zu entdecken und auf den Speicherchip zu bannen. Wenn noch genügend Zeit übrig bleibt wandern wir zur Burg Wallenstein, wo wir uns ein wenig in der Architekturfotografie üben wollen. Geeignet für Einsteiger mit geringen Kenntnissen der Fotografie und allen, die gerne in einer Gruppe Gleichinteressierter fotografieren und wandern möchten.

KNÜLLWALD: Tageskurs Nr. 211003L11

TERMIN: Sa 17.04.21, 10.00 bis 13.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Lochbachklamm • KOSTEN: 125,00 Euro für 4 U-Std., ab 4 Teiln. • LEITUNG: Stephan Rech • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Grundlagen der Fotografie

Meine Digitalkamera verstehen in Theorie & Praxis

Dieser Kurs gibt einen Einblick in die Fotografie für Anfänger und Interessierte. Sie lernen die Handhabung, Funktionen und Einstellungen einer Kamera kennen, bekommen einen Einblick in das RAW Format und Informationen über die Brennweite. Sie werden in die Bildgestaltung eingeführt. Es findet ein Fotospaziergang statt, um das Gelernte in die Praxis umzusetzen.

SCHWALMSTADT: Kompaktkurs Nr. 211001L11

TERMINE: Do. 18.3., 19 bis 21.30 Uhr und Sa. 20.3., 11 bis 13.30 Uhr • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 21,00 Euro für 6 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Horst Schultheis • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Einführung Digitale Fotografie

Fototechnik und Fotopraxis

Der Kurs zeigt die Möglichkeiten der digitalen Fotografie auf und liefert theoretisches Wissen zur Kameraausrüstung und den Kameraeinstellungen. Anhand gemeinsamer praktischer Fotoübungen werden die unterschiedlichen Bedienkonzepte dargestellt. Anschließend werden die Bilder auf den PC übertragen und verarbeitet. Inhalt: Konzepte digitaler Kameras • Objektiv, Sucher, Monitor • Speichermedien • Auflösung digitaler Bilder • Licht- und Schattenseiten • Aufnahmen ohne Farbstich • Panoramafotografie • Bedienkonzepte • Grundeinstellung der Kamera • Objektbetrachtung • Motivauswahl • manuelle-, halbautomatische- und Programm-Bedienung • Bilder zum Computer übertragen • Bilder am Computer verarbeiten. Teilnehmende bringen bitte ihre Digitalkamera, volle Akkus, leere Speicherkarten und die Handbücher (wenn gewünscht auch eigenes Notebook) zum Kurs mit. Voraussetzung: Grundkenntnisse Betriebssystem Windows.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 501404A11

BEGINN: Mo 17.05.21, 18.15 bis 21.30 Uhr, 3 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Lothar Graupner • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Singen und Musizieren

Rhythmus schreibt man mit 2 „h“

Body-Percussion

Mein Körper ist Musik. Mein Körper ist Klang. Mein Körper ist Rhythmus. Diese 3 Aussagen werden im Kurs „Body-Percussion“ von der Theorie in die Praxis umgesetzt. Und zwar: OHNE Musikinstrumente! Der eigene Körper wird zum „Klang-Körper“ wenn gemeinsam geklatscht, gestampft, geklopft und marschiert wird. Man selbst wird Teil eines gemeinsamen Grooves und erzeugt selbst die dafür benötigten Sounds. Body-Percussion macht einfach Spass, erweckt die Lebensgeister und ist spielend leicht umzusetzen.

FRITZLAR: Wochenendkurs Nr. 213005A11

TERMINE: Sa 20.3. und So 21.3., jeweils 9 bis 16.30 Uhr • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 48,00 Euro für 16 U-Std., ab 7 Teiln. • **LEITUNG:** Olaf Normann • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 213006A11

TERMINE: Sa 26.6. und So 27.6., jeweils 9 bis 16.30 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 48,00 Euro für 16 U-Std., ab 7 Teiln. • **LEITUNG:** Olaf Normann • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Die Stimme trainieren

Stimmbildung mit Atemübungen

In diesem Kurs wird mit Hilfe von speziellen Atemübungen aus dem russischen Operngesang und der Schauspielschule Ihrer Stimme mehr Stärke, Freiheit und Klang verliehen. Regelmäßig angewendet, trainieren diese Übungen Ihre Stimmbänder, schützen vor schnellem Ermüden, wirken gegen Heiserkeit, die nach langem Reden auftreten kann und stärken das Potenzial Ihrer Stimme. Ein Kurs besonders für Menschen, die Ihre Stimme stark in Anspruch nehmen oder gerne singen.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 213001L11

BEGINN: Mi 24.02.21, 18.00 bis 19.00 Uhr, 6 Termine • **ORT:** König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • **KOSTEN:** 32,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Elena Huber • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Ensemble 50 plus

Gemeinsames Musizieren für Erwachsene

Zusammen zu musizieren macht viel Freude, auch wenn Sie Ihr Instrument vielleicht längere Zeit nicht in der Hand hatten. Folgende Inhalte werden vermittelt: Zusammenspiel in der Gruppe; Einfache einstimmige Sätze mit Begleitung; Zwei- und dreistimmiges Spiel. Schwierigkeitsgrad und Repertoire werden auf die Teilnehmenden abgestimmt, z.B. Kanon, Tänze aus alter Zeit, Volkslieder und -tänze aus aller Welt. Besonders sind Melodie-Instrumente wie Flöte oder Geige, aber auch Gitarre und Akkordeon geeignet. Im Vordergrund steht immer die Freude am Tun. Abschluss und Höhepunkt ist ein kleiner Auftritt. Voraussetzungen: Grundkenntnisse auf einem eigenen Musikinstrument und im Notenlesen.

FRIELENDORF: Nachmittagskurs Nr. 213002K11

INFO: Do 4.2, 17.15 Uhr, **BEGINN:** Do 11.02.21, 16.30 bis 18.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Hinter den Höfen 6 • **KOSTEN:** 58,00 Euro für 20 U-Std., ab 15 Teiln. • **LEITUNG:** Brigitte-Barbara Michelbach in Kooperation mit dem Seniorenbüro der Gemeinde Frielendorf. • **AUSKUNFT:** Tel. 05684 8938 o. 06692 1836 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Afrikanisches Trommeln

Schnell eingestiegen, einfach gelernt - mit effektiver Wirkung gegen Kopffastigkeit, zum Entspannen und zum Energieschöpfen. Sie lernen die Grundkenntnisse des afrikanischen Trommelns auf Djembe, Basstrommeln und verschiedenen Percussionsinstrumenten unter Einbezug von Stimme und Körper. Ziel ist es, einen einfachen traditionellen Rhythmus mehrstimmig zu spielen. Im Mittelpunkt steht die Freude am gemeinsamen Grooven. Trommeln ist Lebensfreude pur!

FELSBERG: Abendkurs Nr. 213004L11

BEGINN: Mi 10.02.21, 19.00 bis 20.30 Uhr, 6 Termine • **ORT:** Privatraum, Ostpreußenstr. 4 • **KOSTEN:** 48,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 10 Euro für Instrumentennutzung (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Birgit Schließer • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Musikschulen im Schwalm-Eder-Kreis

im Verband deutscher Musikschulen VdM

Unterricht für Kinder ab 2 Jahren • Jugendliche

- Erwachsene • Frühförderung • alle Instrumente • Gesang • Bands
- Ensemblespiel • Kinderchor • Orchester

Musikschule Schwalm-Eder Nord

im Bildungsbahnhof
34212 Melsungen

Sprechzeiten:
Mo - Fr 9 - 12 Uhr,
Do 15 - 17 Uhr
Telefon: 05661 2050
info@musikschule-
schwalm-eder-nord.de

Musikschule Schwalm-Eder

Untergasse 25
34576 Homberg (Efze)

Sprechzeiten:
Mo - Fr 9 - 12 Uhr,
Mo 14 - 16 Uhr
Telefon: 05681 2947
info@musikschule-
schwalm-eder.de



Handwerkskunst
Brotbacken-nach alter Tradition

Lernen Sie die traditionelle Art des Brotbackens kennen. Alle erforderlichen Schritte von der richtigen Auswahl des Mehls über den erforderlichen Sauerteig, dem Einsatz von Hefe und Salz bis hin zum Backen des Brotes werden praxisnah und anschaulich erläutert. Am ersten Kurstag werden zunächst die notwendigen Arbeitsschritte und Ablauf besprochen sowie der Teig zum säuern angesetzt. Der zweite Kurstag dient dem Fertigstellen des Teiges, ausformen der Brotläufe und Backen des Brotes im traditionellen Backhaus. Außerdem besteht die Möglichkeit die „Obermühle“ in Kerstenhausen der Familie Lux zu besichtigen und mehr über die Erzeugung und Herstellung des Rohstoffes Mehl für das Backerlebnis zu Hause zu erfahren.

BORKEN: Wochenendkurs Nr. 100003A11

TERMINE: Fr 19.3., 18 bis 20.15 Uhr und Sa 20.3., 8 bis 15 Uhr
 • ORT: DGH Arnsbach, Schulstr. 3 • KOSTEN: 45,00 Euro für 11 U-Std., ab 8 Teiln., inkl. 12 Euro Lebensmittelumlage und Nebenkosten • LEITUNG: Margit Kessler • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

BORKEN: Wochenendkurs Nr. 100004A11

TERMINE: Fr 23.4., 18 bis 20.15 Uhr und Sa 24.4., 8 bis 15 Uhr
 • ORT: DGH Arnsbach, Schulstr. 3 • KOSTEN: 45,00 Euro für 11 U-Std., ab 8 Teiln., inkl. 12 Euro Lebensmittelumlage und Nebenkosten • LEITUNG: Margit Kessler • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

BORKEN: Wochenendkurs Nr. 100005A11

TERMINE: Fr 7.5., 18 bis 20.15 Uhr und Sa 8.5., 8 bis 15 Uhr
 • ORT: DGH Arnsbach, Schulstr. 3 • KOSTEN: 45,00 Euro für 11 U-Std., ab 8 Teiln., inkl. 12 Euro Lebensmittelumlage und Nebenkosten • LEITUNG: Margit Kessler • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**Bierbrauen
ab 18 Jahren**

Neben der Theorie werden Sie aktiv Hand anlegen und so alle Schritte der Bierherstellung kennenlernen. Schroten Sie Ihr Malz, maischen Sie den Sud ein, läutern Sie ihn ab, kochen Sie Ihre Würze und kühlen Sie Ihren Sud. In den folgenden sechs bis sieben Stunden werden Sie alle Arbeiten eines Brauers übernehmen und Einblicke in die Rohstoffauswahl und das Brauhandwerk erhalten. Entwickeln Sie Ihre Biermarke und gestalten Sie Ihr eigenes Etikett. Bei einer zünftigen Brauerversper können Sie verschiedene regionale Biere verkosten sowie wertvolle Erfahrung in der Bier-Sensorik erwerben. Im Kursverlauf erhalten Sie Einblicke in die Geschichte der (regionalen) Bierherstellung. Nach ca. zwei Wochen steht Ihr Bier zur Abholung bereit.

BORKEN: Tageskurs Nr. 100009A11

TERMIN: Sa 17.04.21, 10.00 bis 16.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Mach's Bierkeller, Bommerweg 18 • KOSTEN: 89,00 Euro für 8 U-Std., ab 9 Teiln., inkl. Getränke und Verpflegung, Ermäßigung nicht möglich • LEITUNG: Markus Mach von Getränkehandel Mach • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

BORKEN: Tageskurs Nr. 100010A11

TERMIN: Sa 29.05.21, 10.00 bis 16.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Mach's Bierkeller, Bommerweg 18 • KOSTEN: 89,00 Euro für 8 U-Std., ab 9 Teiln., inkl. Getränke und Verpflegung, Ermäßigung nicht möglich • LEITUNG: Markus Mach von Getränkehandel Mach • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Backen-ein sinnliches Erlebnis

Biskuitteig, Rührteig, Hefeteig und Knetteig

Es werden 4 Grundteige (Hefeteig, Knetteig, Rührteig und Biskuitteig) vorgestellt und zu deren Herstellung angeleitet sowie Besonderheiten besprochen. Rezeptchinesisch und die Verarbeitung der Materialien werden verständlich erläutert. Angereichert mit Ideen zur Dekoration kann zu jeder Gelegenheit, sei es der Kindergeburtstag, ein einfacher Kaffeeklatsch oder eine aufwändige Familienfeier, eine herrliche Kaffeetafel gezaubert werden. Genuss ist garantiert.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 100020A11

TERMINE: Fr 23.4., 18 bis 21.15 Uhr und Sa 24.4., 9 bis 14 Uhr
 • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12
 • KOSTEN: 30,00 Euro für 10 U-Std., ab 8 Teiln., Die Zutatenliste wird nach Anmeldung per E-Mail versendet • LEITUNG: Volker Karger • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 100021A11

TERMINE: Fr 11.6., 18 bis 21.15 Uhr und Sa 12.6., 9 bis 14 Uhr
 • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12
 • KOSTEN: 30,00 Euro für 10 U-Std., ab 8 Teiln., Die Zutatenliste wird nach Anmeldung per E-Mail versendet • LEITUNG: Volker Karger • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Holzlöffel selber schnitzen

Einführung in die Kunst des Holzlöffelschnitzens

In diesem Kurs wird es eine Einführung in die Kunst des Holzlöffelschnitzens geben. Dabei werden Sie mit selbstgeschmiedeten Schnitz- und Aushölmessern Ihren eigenen Löffel schnitzen und gleichzeitig etwas über geeignete Holzarten, die Geschichte des Holzschnitzens, Werkzeuge und Schnitztechniken erfahren. Weiterhin wird es Tips geben, wie man herkömmliche Beile in gute Schnitzwerkzeuge verwandeln kann und seine Schnitzmesser wieder scharf bekommt.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 100013A11

TERMIN: Sa 27.03.21, 8.30 bis 15.30 Uhr, 1 Termin • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • KOSTEN: 28,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 12 Euro Materialkosten an Kursleiter zu zahlen • LEITUNG: Frederic Besier • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 100014A11

TERMIN: Sa 26.06.21, 8.30 bis 15.30 Uhr, 1 Termin • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • KOSTEN: 28,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 12 Euro Materialkosten an Kursleiter zu zahlen • LEITUNG: Frederic Besier • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Holzarbeiten

Holzverbindungen

Lernen Sie verschiedene Möglichkeiten von Holzarbeiten und -verbindungen kennen. Dies werden u.a. sein: Zinken, Überblatten und Keilverbindung. Die erforderlichen Holzverbindungen werden praxisnah und anschaulich bei der Herstellung einer Werkzeugkiste erläutert. Am 2. Termin kann aus einer Auswahl von drei Vorschlägen eine weiteres Werkstück angefertigt werden.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 100008A11

BEGINN: Sa 13.03.21, 9.00 bis 17.00 Uhr, 2 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • KOSTEN: 48,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 12 Euro Materialkosten an Kursleiter zu zahlen • LEITUNG: Achim Lingner • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Köhlern - Holzkohle selber herstellen

Wer beim Grillen sicher sein will, das keine gesundheitsgefährdenden Stoffe zum Einsatz kommen, stellt seine Holzkohle einfach selber her. Erlernen Sie die unkomplizierte Herstellung von Holzkohle nach einer uralten Handwerkstradition.

GILSERBERG: Tageskurs Nr. 100017A11

TERMIN: Sa 20.02.21, 9.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Spännenparadies Wölfel, Kartoffelgasse 11 • **KOSTEN:** 25,00 Euro für 9 U-Std., ab 1 Teiln., inkl. aller Materialkosten und Mittagessen • **LEITUNG:** Reinhard Wölfel • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

GILSERBERG: Tageskurs Nr. 100018A11

TERMIN: Sa 24.04.21, 9.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Spännenparadies Wölfel, Kartoffelgasse 11 • **KOSTEN:** 25,00 Euro für 9 U-Std., ab 1 Teiln., inkl. aller Materialkosten und Mittagessen • **LEITUNG:** Reinhard Wölfel • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

GILSERBERG: Tageskurs Nr. 100019A11

TERMIN: Sa 12.06.21, 9.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Spännenparadies Wölfel, Kartoffelgasse 11 • **KOSTEN:** 25,00 Euro für 9 U-Std., ab 1 Teiln., inkl. aller Materialkosten und Mittagessen • **LEITUNG:** Reinhard Wölfel • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Arbeiten mit Stein

Unter professioneller Anleitung mit eigenen Händen und unter Einsatz geeigneter Werkzeuge erarbeiten Sie sich das vielseitige und vielfältige Material Stein. Wissenswertes über Steine, deren Bearbeitungsmöglichkeiten und Einsatzzwecke runden den Kurs ab.

FRITZLAR: Wochenendkurs Nr. 100015A11

TERMINE: Fr 5.3./Sa 6.3., jeweils 9 bis 16.30 Uhr und So 7.3., 11 bis 14 Uhr • **ORT:** Bächts Scheune, Von-Hund-Gasse 1 • **KOSTEN:** 88,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 50 Euro Material- und Werkzeugkosten an Kursleiter zu zahlen • **LEITUNG:** Uwe Bächt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Wochenendkurs Nr. 100016A11

TERMINE: Fr 11.6./Sa 12.6., jeweils 9 bis 16.30 Uhr und So 13.6., 11 bis 14 Uhr • **ORT:** Bächts Scheune, Von-Hund-Gasse 1 • **KOSTEN:** 88,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 50 Euro Material- und Werkzeugkosten an Kursleiter zu zahlen • **LEITUNG:** Uwe Bächt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Bauen mit Lehm

Lehm – alter Baustoff neu verwendet

Lernen Sie an diesen beiden Tagen mehr über den Baustoff Lehm. Welche Möglichkeiten der Ausgestaltung eröffnen sich für die Innenwand, welche für die Außenwand. Am ersten Kurstag setzen wir uns zunächst mit den Eigenschaften und Beispielen für Anwendungsmöglichkeiten des Baustoffes Lehm auseinander. Es wird ein Bezug zum „modernen Holzbau“ hergestellt. Am Praxistag werden Gefache mit Geflecht „so wie früher“ hergestellt, eine Stampflehmwand angeschaut, die Produktion von Lehmsteinen besprochen und einige Putzmöglichkeiten ausprobiert.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 100007A11

TERMINE: Fr 28.5., 17 bis 20 Uhr und Sa 29.5., 9 bis 17 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 65,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. 5 Euro Materialkosten an Kursleiter zu zahlen, 2. Termin findet in der Grube Mardorf statt • **LEITUNG:** Achim Lingner • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Schärfen

Endlich scharfe Messer, Scheren und Werkzeuge

Ziel des Kurses ist die Vermittlung von Grundlagenwissen und Erlangung von Grundfertigkeiten des Messer- und Scherenschärfens mit dem Bankstein. Er wendet sich gleichermaßen an ambitionierte Köche und Köchinnen wie auch an alle, die ein Taschenmesser oder eine Schere schärfen möchten. Themen sind u.a.: Kleine Materialkunde - was ist scharf, was ist stumpf; Werkstoffe und Wärmebehandlungen und ihre Auswirkungen auf das Schärfen; Klingen und Schneidegeometrie. Bitte fünf/sechs oder mehr (stumpfe) Messer und Scheren mitbringen, evtl. auch genutzte Schärfmittel.

HOMBERG: Tageskurs Nr. 100001A11

TERMIN: Sa 27.03.21, 11.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 27,00 Euro für 6 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. Materialkosten 10 Euro • **LEITUNG:** Burkhard B. Wittig • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Tageskurs Nr. 100002A11

TERMIN: Sa 03.07.21, 11.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 27,00 Euro für 6 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. Materialkosten 10 Euro • **LEITUNG:** Burkhard B. Wittig • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Schmieden

Einführung

Man soll das Eisen schmieden solange es heiß ist. Unter diesem Motto werden Sie mit dem alten Schmiedehandwerk einfache, nützliche und hübsch verzierte Gegenstände aus Eisen des damals täglichen Gebrauchs herstellen. Ein wenig Fachkunde und Wissenswertes zum Thema schmieden und Metallbearbeitung runden den Kurs ab. Hergestellt werden können z.B.: Haken, Splinte Gabeln, Griffe usw. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

WILLINGSHAUSEN: Tageskurs Nr. 100011A11

TERMIN: Sa 08.05.21, 10.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Deisenroth, Holger, Raiffeisenstr. 3 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 8 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. Materialkosten ca. 20 Euro, Schmiedewerkstatt Willingshausen-Loshausen • **LEITUNG:** Holger Deisenroth • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

WILLINGSHAUSEN: Tageskurs Nr. 100012A11

TERMIN: Sa 19.06.21, 10.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Deisenroth, Holger, Raiffeisenstr. 3 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 8 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. Materialkosten ca. 20 Euro, Schmiedewerkstatt Willingshausen-Loshausen • **LEITUNG:** Holger Deisenroth • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Entspannung**Autogenes Training**

Autogenes Training ist ein bewährtes und leicht durchführbares Verfahren, mit dem Sie bei regelmäßiger Anwendung lernen können, sich gezielt zu entspannen, Ihre körperliche und seelische Belastbarkeit zu verbessern und die Konzentrationsfähigkeit zu steigern. Festgelegte Übungsabläufe unter Anleitung können Ihnen auf diesem Weg helfen. Autogenes Training kann durch Selbstsuggestion in Stresssituationen zu rascher Entspannung führen. Des Weiteren wird es z.B. auch bei Nervosität, Schlafstörungen, psychosomatischen Beschwerden, Kopfschmerzen, Verdauungsstörungen und Bluthochdruck häufig von Ärzten empfohlen.



HOMBERG: Abendkurs Nr. 301018H11

BEGINN: Di 23.02.21, 19.30 bis 21.00 Uhr, 6 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 42,00 Euro für 12 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Dorothea Dithmar • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Biodanza® zum Entspannen
 Tanz des Lebens

Die Biodanza®-Erlebnismethode regt dazu an, die Lebendigkeit, Gefühle und Fähigkeiten neu zu entdecken und in eigenen Bewegungen auszudrücken. Sie unterstützt Menschen bei dem Zugang zu mehr Lebensfreude, Widerstandskraft, Leichtigkeit, Entspannung und Achtsamkeit. Musik aus aller Welt ist die Brücke zu einem inneren Gleichgewicht. Die gleichermaßen vitalisierende und entspannende Methode führt zum Abbau von Stress und zur Stärkung der Gesundheit. Ohne Leistungsanspruch und ohne Vorerfahrung können hier Männer und Frauen jeden Alters auf spielerische Weise und im eigenen Tempo ihre individuelle Art von Bewegung allein und in Begegnung mit anderen entstehen lassen. Ein/e Tanzpartner/in ist nicht erforderlich.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 301020H11

BEGINN: Mi 10.02.21, 19.00 bis 20.30 Uhr, 4 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 38,00 Euro für 8 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Angela Pooch • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Einführung in die Praxis der Achtsamkeit
 Mit Übungen aus dem MBSR® -Programm

Die Praxis der Achtsamkeit macht es möglich, den Blick weiten zu können, freundlicher mit sich umzugehen und sich innerlich von schwierigen Situationen, Gedanken oder Gefühlen distanzieren zu lernen. Damit werden Belastungsgrenzen früher wahrgenommen. An diesem Seminartag lernen sie Körper-, Atem- und Bewegungsübungen aus dem umfangreichen MBSR® -Programm kennen. Geleitete Meditationen helfen Ihnen, Ruhe zu finden und aus der Erschöpfungsspirale herauszutreten.

BAD ZWESTEN: Tageskurs Nr. 301014H11

TERMIN: So 25.04.21, 10.00 bis 17.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Freiraum, Wildunger Str. 1 b • **KOSTEN:** 39,00 Euro für 8 U.-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Cornelia Gaußmann • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Entspannung pur**Mit Progressiver Muskel-Entspannung (PME)**

Sie lernen verschiedene Entspannungstechniken wie Atemübungen, Progressive Muskelentspannung (PME), Autogenes Training, Body Scan, Traumreisen und Meditation kennen.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 301012H11

BEGINN: Do 18.02.21, 18.00 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 58,50 Euro für 13 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Brigitte Leitherer • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Entspannungstraining

Ruhe und Entspannung finden, Stress bewältigen, den Körper stärken. Durch das Zusammenspiel von sanften Körperübungen, Elementen aus dem Autogenen Training, der Progressiven Muskelentspannung (PME), sowie Wahrnehmungs- und Bewusstseinsübungen, verbunden mit einer tiefen Atmung, werden das Immunsystem aktiviert und die Selbstheilungskräfte angeregt. Sie kommen aus dem Stress zu einer Haltung der Ruhe und Gelassenheit und tanken Kraft für den Alltag. Das Dehnen und Strecken des Körpers beugt Verspannungen vor und lässt Sie das Gleichgewicht zwischen Anspannung und der notwendigen Entspannung wiederfinden. Geführte Fantasiereisen und Entspannungsphasen bilden den Abschluss jeder Unterrichtseinheit.

OTTRAU: Abendkurs Nr. 301002H11

BEGINN: Mo 08.02.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** DGH Weißenborn, Schulweg 5 a • **KOSTEN:** 68,00 Euro für 20 U.-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Birgit Balzer • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

OTTRAU: Abendkurs Nr. 301006H11

BEGINN: Mi 10.02.21, 19.30 bis 21.00 Uhr, 13 Termine • **ORT:** DGH Weißenborn, Schulweg 5 a • **KOSTEN:** 88,40 Euro für 26 U.-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Birgit Balzer • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

OTTRAU: Abendkurs Nr. 301007H11

BEGINN: Fr 12.02.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** DGH Weißenborn, Schulweg 5 a • **KOSTEN:** 68,00 Euro für 20 U.-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Birgit Balzer • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Waldbaden**In den Ederauen**

Beim Waldbaden taucht man gemächlich und in Stille in die wohltuende Atmosphäre des Waldes und der Natur ein. An verschiedenen Stationen werden durch Achtsamkeitsübungen die Sinne aktiviert und trainiert. Gönnen Sie sich eine kleine Auszeit vom Alltag, entspannen Sie an der frischen Luft und fördern Sie dabei Ihre Gesundheit. Erleben Sie Ihre Umwelt mit anderen Augen. Genießen Sie mit allen Sinnen. Nutzen Sie die wohltuenden Effekte der Natur auf Körper, Geist und Seele.

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 301013H11

TERMIN: Fr 19.03.21, 15.00 bis 17.15 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Ederauen • **KOSTEN:** 15,00 Euro für 3 U.-Std., ab 6 Teiln., Ab 18 Jahre. Das Mitführen von Hunden ist leider nicht möglich • **LEITUNG:** Rita Schön-Bachmann • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

► Das Kursangebot **Progressive Muskelentspannung für Kinder** finden Sie auf Seite 36 / 37.

Meditation

Bewegende Meditation

Meditation der 4 Himmelsrichtungen

Meditieren ist die bewusste Durchführung von Konzentrationsübungen und Atemtechnik. In diesem Zustand können sich belastende Ereignisse lösen, um aus der inneren Ruhe neue Energien zu schöpfen. Es werden verschiedene Meditationen in Bewegung und Übungen der Achtsamkeit angeboten. Gut geeignet für Anfänger/innen.

BAD ZWESTEN: Wochenendkurs Nr. 301009H11

TERMINE: Fr 26.2., 18 bis 19.30 Uhr und So 7.3., 10.30 bis 12 Uhr
• ORT: Freiraum, Wildunger Str. 1 b • **KOSTEN:** 22,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Dorothee Basselli • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Meditation erleben - Anleitung, Praxis, Theorie Workshop mit Training

Menschen, die regelmäßig meditieren, können ihre Gesundheit und Wohlbefinden steigern, freundlich und friedvoll mit sich selbst und Mitmenschen umgehen, Konzentrations- und Leistungsfähigkeit steigern und vieles mehr. Unter Anderem erwarten Sie die folgenden Übungen: Entspannungstechniken, sicher und angenehm sitzen lernen, Atemübungen, Meditation, Chakren, Erfahrungsaustausch, Ethik und Ernährung im Yoga, Umgang mit Emotionen. Gedanken, Tipps für die regelmäßige Praxis zu Hause, klassisches Yoga nach Patanjali und Zen-Tradition. Am Workshoptag erfolgen Aufbau und intensive Praxis (120 Minuten). An den Trainingstagen beträgt die Kursdauer 60 Minuten.

BORKEN: Wochenendkurs Nr. 301504H11

TERMINE: Sa 20.3., 15 bis 17 Uhr, So 21.3 und So 28.3, jeweils 11 bis 12 Uhr • **KOSTEN:** 30,00 Euro für 5 U-Std., ab 3 Teiln., zzgl. ggf. Ausleihgebühr für Yoga-Material, wenn gewünscht (vor Ort zu zahlen), je nach Bedarf zwischen 20Euro und 40Euro. Kooperationsveranstaltung. Keine Entgeltermäßigung möglich.
• LEITUNG: Oliver Salzmann • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

BORKEN: Wochenendkurs Nr. 301506H11

TERMINE: Sa 24.4., 15 bis 17 Uhr, So 25.4 und So 2.5 jeweils 11 bis 12 Uhr • **KOSTEN:** 30,00 Euro für 5 U-Std., ab 3 Teiln., zzgl. ggf. Ausleihgebühr für Yoga-Material, wenn gewünscht (vor Ort zu zahlen), je nach Bedarf zwischen 20Euro und 40Euro. Kooperationsveranstaltung. Keine Entgeltermäßigung möglich.
• LEITUNG: Oliver Salzmann • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

► **Umfangreichere Kursbeschreibungen gesucht? Weitere Infos finden Sie auf unserer Homepage!**



Meditation

Erleben Sie die wohltuende Wirkung von geführten Meditationen in einer positiven Atmosphäre begleitet von sanfter Stimme und den ausgleichenden Schwingungen von Klangschalen. Regeneration geschieht in Phasen von Entspannung. Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit tiefe Entspannung zu erfahren.

FRIELENDORF: Abendkurs Nr. 301502H11

BEGINN: Mi 17.02.21, 19.00 bis 20.30 Uhr, 8 Termine • **ORT:** Praxis Möller, Hainstr. 3, Gebersdorf • **KOSTEN:** 70,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Ulrike Möller • **AUSKUNFT:** Tel. 05684 7722 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

► **Angebote zu Yoga und Meditation finden Sie auf Seite 26**



Bezuschussung von Gesundheitskursen der Primärprävention gemäß § 20 SGB V durch die Krankenkassen

Seit 2014 müssen Gesundheitskurse bei der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) zertifiziert sein, damit eine Zuschussung durch die Krankenkassen geprüft werden kann.

Nach ausführlichen Recherchen, dem Austausch mit anderen Volkshochschulen, dem Deutschen und Hessischen Volkshochschulverband sowie einer Aufwandseinschätzung haben wir Anfang 2017 entschieden, unsere Gesundheitskurse nicht mehr zur Zertifizierung nach § 20 SGB V bei der ZPP einzureichen.

Welche Gründe zu dieser Entscheidung geführt haben, ist in einer detaillierten Beschreibung dokumentiert, die wir Ihnen auf Anfrage gerne zur Verfügung stellen.

Zudem finden Sie diese Dokumentation auch auf unseren Seiten im Internet (<https://www.vhs-schwalm-eder.de/programm/gesundheit/krankenkassen-foerderung.html>).

Es ist uns wichtig, dass Sie unseren Schritt nachvollziehen können, deshalb dürfen Sie unsere Mitarbeiterinnen im Programmbereich Gesundheit gern darauf ansprechen:

Hannah Beier, Tel. 05681 775-402 und
 Bärbel Backhaus, Tel. 05681 775-407



Yoga**Yoga**

Yoga hat seinen Ursprung in Indien und zeichnet sich durch eine Kombination aus Körper-, Atem-, Entspannungs- und Meditationsübungen aus. Ziel ist eine Balance zwischen Aktivität und Ruhe, Kraft und Flexibilität, Konzentration und Entspannung. Im Laufe seiner Entwicklung sind zahlreiche unterschiedliche Yoga-Stile entstanden. Das Spektrum reicht von einfachen, statischen Körperhaltungen (Asanas) mit einem meditativen Schwerpunkt bis hin zu einer körperlich fordernden Aneinanderreihung der Asanas.

**Hatha-Yoga****Für Einsteiger bis Mittelstufe****FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 301122H11

BEGINN: Di 26.01.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 15 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 97,00 Euro für 30 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Sonja Fuhrmann • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 301126H11

BEGINN: Mo 01.03.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 8 Termine • **ORT:** Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • **KOSTEN:** 67,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Sonja Fuhrmann • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 301120H11

BEGINN: Do 21.01.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Stadtteilzentrum Alte Sparkasse, Birkenweg 2 • **KOSTEN:** 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Sandra Hesse • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 301119H11

BEGINN: Do 21.01.21, 19.30 bis 21.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Stadtteilzentrum Alte Sparkasse, Birkenweg 2 • **KOSTEN:** 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Sandra Hesse • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 301113H11

BEGINN: Di 23.02.21, 9.30 bis 11.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 65,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Heidrun Brandt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 301147H11

BEGINN: Di 23.02.21, 18.00 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 44,00 Euro für 13 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Stefanie Albrecht • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

KNÜLLWALD-OBEBEISHEIM: Abendkurs Nr. 301108H11

BEGINN: Mi 24.02.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Knüllwaldschänke Oberbeisheim, Am Bornrain 4 • **KOSTEN:** 85,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Heidrun Brandt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

WABERN: Abendkurs Nr. 301121H11

BEGINN: Mo 01.02.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Mehrzweckhalle, Reiherwaldweg 1 • **KOSTEN:** 58,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Sandra Hesse • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Für Einsteiger und Fortgeschrittene**FRIELENDORF:** Abendkurs Nr. 301115H11

BEGINN: Mo 18.01.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 14 Termine • **ORT:** Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Hinter den Höfen 6 • **KOSTEN:** 102,20 Euro für 28 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Petra Rothe • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

GUDENSBERG: Nachmittagskurs Nr. 301107H11

BEGINN: Di 19.01.21, 15.00 bis 16.30 Uhr, 14 Termine • **ORT:** Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • **KOSTEN:** 89,00 Euro für 28 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Petra Rothe • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 301105H11

BEGINN: Do 21.01.21, 14.30 bis 16.00 Uhr, 14 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 91,00 Euro für 28 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Petra Rothe • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Raja-Yoga**Für Einsteiger und Fortgeschrittene****BORKEN:** Abendkurs Nr. 301123H11

BEGINN: Mi 17.02.21, 19.00 bis 20.30 Uhr, 10 Termine • **KOSTEN:** 99,00 Euro für 20 U-Std., ab 1 Teiln., zzgl. ggf. Ausleihgebühr für Yoga-Material, wenn gewünscht (vor Ort zu zahlen), je nach Bedarf zwischen 50Euro und 110Euro., Kooperationsveranstaltung. Keine Entgeltermäßigung möglich. • **LEITUNG:** Oliver Salzmann • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Yoga und Meditation

Der Nutzen von Yoga und Meditation ist sehr vielfältig. Da alle physischen und psychischen Eindrücke Auswirkungen auf unser inneres Gleichgewicht haben, können wir durch regelmäßiges Praktizieren auf allen Ebenen (körperlich, geistig und seelisch) viel erreichen. Yoga kann helfen, fitter und gesünder zu werden. Mit Meditation kann man sein inneres Gleichgewicht finden und erhalten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 301201H11

BEGINN: Mo 25.01.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 7 Termine • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 40,60 Euro für 14 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Alexander Schenk • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 301204H11

BEGINN: Mo 19.04.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 7 Termine • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 40,60 Euro für 14 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Alexander Schenk • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Faszien-Yoga

Yoga ist schon lange ein Trendsport, der in unterschiedlichen Varianten gelehrt und unterrichtet wird. In Verbindung mit den Faszien, die im gesamten Körper eine wichtige Rolle spielen, bekommt diese Form des Yogas eine neue Richtung. Durch das effektive Training wird die Kraft der Muskeln auf die Bewegung übertragen, die dehnbaren Faszien ermöglichen einen sogenannten „Rebound-Effekt“. Schmerzen und Verspannungen werden gelöst, der Körper wird kräftiger und beweglicher.

BAD ZWESTEN: Nachmittagskurs Nr. 301303H11

BEGINN: Mi 10.02.21, 16.30 bis 18.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Yogastudio Berg, Bachstr. 20 • **KOSTEN:** 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Ulrike Berg • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

BAD ZWESTEN: Nachmittagskurs Nr. 301305H11

BEGINN: Mi 21.04.21, 16.30 bis 18.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Yogastudio Berg, Bachstr. 20 • **KOSTEN:** 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Ulrike Berg • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Stressbewältigung

Prävention und Balance in Beruf und Alltag mit Yoga

Zunehmend viele Aufgaben und immer weniger Menschen, die diese Anforderungen erfüllen müssen, bestimmen mehr und mehr unseren Arbeitsalltag. Hinzu kommen Termin-

druck, eine rasant voranschreitende Digitalisierung sowie eine Vielzahl an Social Media-Kanälen, die unsere Aufmerksamkeit fordern. Wenn wir dem daraus resultierenden Stress nichts entgegensetzen, führt dieser uns unweigerlich in einen Zustand chronischer Überlastung und wir werden früher oder später krank. Yoga kann helfen, diese körperlichen und geistigen Dysbalancen wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Mit-

hilfe von Körper- (Asanas), Atem- (Pranayama) und Achtsamkeitsübungen (Meditation) praktizieren die Teilnehmenden während des Seminars Yoga sowohl auf körperlicher als auch auf mentaler Ebene. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite.



WASMUTHHAUSEN IN BAYERN: Bildungsurlaub Nr. 301306X11

TERMINE: Mo 17.5. bis Fr 21.5., jeweils 9 bis 16.30 Uhr (außer Fr. bis 13.15 Uhr), Anreise am So., 16.5 bis 17 Uhr. Abreise am Fr., 21.5 bis 14 Uhr • **ORT:** Seminarzentrum Schloss Wasmuthhausen, Schlossberg 18 • **KOSTEN:** 264,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 340 Euro oder 415 Euro für 5x Übernacht. im Standard-EZ / Komfort-EZ, vegetarische VP, Seminarzentrum Schloss Wasmuthhausen, Maroldsweisach (direkt an die Unterkunft zu zahlen). zzgl. ggf. Kosten für die individuell zu organisierende Anreise, Kostenfreie Abmeldung bis 15.04.2021 möglich • **LEITUNG:** Petra Rothe • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Yoga-Workshops

Yoga gegen Ängste

Im Workshop werden Übungen vorgestellt, die helfen können, mit Ängsten umzugehen. Atemübungen, Asanas (Körperhaltungen) und Meditationsübungen, die sich nach dem heutigen Stand der Forschung nachweislich im Umgang mit Sorgen und belastenden Ängsten als hilfreich erwiesen haben, werden erarbeitet. Die Übungen tragen dazu bei, das Nervensystem zu stabilisieren und damit Körper und Geist zu beruhigen.

KNÜLLWALD: Nachmittagskurs Nr. 301109H11

TERMIN: Sa 10.04.21, 13.00 bis 16.45 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Yoga-Studio Brandt, An der Lehmkaute 8 • **KOSTEN:** 30,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Heidrun Brandt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Yoga fürs Herz

Ein Yogaprogramm zur Öffnung des Herzens auf körperlicher und seelischer Ebene; Vorstellung des Ornish-Herzprogramms mit Ernährungsempfehlungen. Es werden Yogaübungen (Asanas), Atemübungen, Entspannung, Visualisierung und Meditation eingeführt, die speziell auf Herzpatienten abgestimmt sind und sich daher sowohl zur Primär- als auch zur Sekundärprävention eignen.

KNÜLLWALD: Nachmittagskurs Nr. 301110H11

TERMIN: Sa 08.05.21, 13.00 bis 16.45 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Yoga-Studio Brandt, An der Lehmkaute 8 • **KOSTEN:** 30,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Heidrun Brandt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Yoga für den Bauch

Blockaden im Bauchraum stören das Wohlbefinden und den Energiefluss. Oft manifestieren sie sich als körperliche Beschwerden in Verdauungsproblemen. In diesem Workshop werden Yogaübungen vorgestellt, die den Bauchraum aktivieren, entspannen und kräftigen. Bauchmassage und Ganzkörperentspannung sowie Hinweise zur Ernährung bei verschiedenen Störungen runden das Programm ab.

KNÜLLWALD: Nachmittagskurs Nr. 301111H11

TERMIN: Sa 13.03.21, 13.00 bis 16.45 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Yoga-Studio Brandt, An der Lehmkaute 8 • **KOSTEN:** 30,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Heidrun Brandt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Yoga und Meditation Einführung

Erfahren Sie Yoga und Meditation in allen Aspekten. Erlernen Sie 12 Grundstellungen statisch und als Flow, Reinigungsatmung, Entspannung und Meditation. Besonders geeignet für Anfänger.

KNÜLLWALD: Nachmittagskurs Nr. 301207H11

TERMIN: Sa 12.06.21, 13.00 bis 16.45 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Yoga-Studio Brandt, An der Lehmkaute 8 • **KOSTEN:** 30,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Heidrun Brandt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

▶ **Passenden Kurs nicht gefunden? Weitere Kurse finden Sie auf unserer Homepage!**



Qigong und Tai Chi**Tai Chi****Für Anfänger und Fortgeschrittene**

Sanfte fließende Bewegungen schaffen einen neuen Zugang zu Wohlbefinden und Beweglichkeit. Basierend auf Jahrtausende altem Wissen werden Übungen individuell auf Befindlichkeit und Konstitution fein abgestimmt.

FRIELENDORF: Abendkurs Nr. 301405H11

BEGINN: Do 22.04.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 9 Termine • **KOSTEN:** 52,20 Euro für 18 U.-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Gudrun Schneider-Zörnig • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Qigong****Die 18 Bewegungen des Tai Chi-Qigong**

Der Kurs beinhaltet Lockerungsübungen mit unterschiedlichen Schwerpunkten, z.B. der Gelenke oder der Muskulatur. Ausgewählte Übungen aus den 18 Bewegungen des Tai Chi-Qigong ermöglichen einen einfachen Zugang zur Bewegung. Sie sind leicht erlernbar und gut in den Alltag zu integrieren. Regelmäßig praktiziert können sich Qigong-Übungen positiv auf das Allgemeinbefinden auswirken. Sie können das Immunsystem stabilisieren und die Wahrnehmung von Körpersignalen fördern sowie entspannend, beruhigend und vitalisierend wirken. Die Aufmerksamkeit wird bewusst auf die Bewegungen gelenkt.

BAD ZWESTEN: Vormittagskurs Nr. 301402H11

BEGINN: Mo 08.02.21, 10.30 bis 12.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Freiraum, Wildunger Str. 1 b • **KOSTEN:** 88,00 Euro für 20 U.-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Cornelia Gaußmann • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Im Einklang sein**Mit Qi Gong und Klangschalen**

Finden Sie innere Ruhe und Stabilität. Mit Übungen aus dem Zhineng Qi Gong, basierend auf der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), erleben Sie die wohltuende Wirkung eines starken positiven Energiefelds. Die Schwingungen der Klangschalen dienen Ihnen zur nachhaltigen Entspannung und Regeneration - für Gesundheit und Lebensqualität.

FRIELENDORF: Abendkurs Nr. 301406H11

BEGINN: Do 25.02.21, 19.00 bis 20.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Praxis Möller, Hainstr. 3, Gebersdorf • **KOSTEN:** 87,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Ulrike Möller • **AUSKUNFT:** Tel. 05684 7722 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Bewegung und Fitness**Bauchtanz**

Zu mitreißender moderner und traditioneller Musik aus dem Orient tanzen Sie die Grundfiguren und Basisschritte des orientalischen Tanzes. Unterstützt durch Warm-up und leichtes Stretching fühlen Sie sich in die typischen, oft fließenden Bewegungen ein und werden mit der Natürlichkeit, der Anmut und mit dem Humor des orientalischen Tanzes vertraut. Frauen jeden Alters sind herzlich willkommen. Die Kursbuchung ist auch nach dem Beginnstermin noch möglich, da es sich um einen fortlaufenden Kurs handelt - Anfängerinnen werden integriert.

BORKEN: Abendkurs Nr. 302803H11

BEGINN: Fr 12.02.21, 18.30 bis 19.15 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Sport- und Gesundheitszentrum „Olympic“, Bahnhofstr. 55 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 10 U.-Std., ab 1 Teiln., Kooperationsveranstaltung - keine Entgeltermäßigung möglich • **LEITUNG:** Gülcan Günes • **AUSKUNFT:** Tel. 05682 1234 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Bewegend in den Tag**Pilates, Kinästhetik, Stretching**

Ein Faszien-Training mit Übungen aus Kinästhetik, Rückenschule, Stretching, Achtsamkeit und Meditation. Dehnen, Spüren, Federn, Beleben sind die vier Bausteine für: Erhöhung der Belastbarkeit von Sehnen und Bändern, Schutz der Muskulatur vor Verletzungen und Vermeidung schmerzhafter Reibungen in Gelenken und Bandscheiben. Für die Altersgruppe 40+ und alle, die Lust an Bewegung haben. Ein aufbauendes Ganzkörpertraining für Frauen und Männer.

BAD ZWESTEN: Vormittagskurs Nr. 302018H11

BEGINN: Do 11.02.21, 10.00 bis 11.15 Uhr, 8 Termine • **ORT:** Freiraum, Wildunger Str. 1 b • **KOSTEN:** 57,70 Euro für 13 U.-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Dorothee Basselli • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Body-Training****Bauch, Beine, Po**

Die Figur verbessern und dabei auch noch etwas für die Gesundheit tun: Das Body-Training stärkt die untere Rückenmuskulatur, stützt die Wirbelsäule und beugt damit Rückenbeschwerden und Fehlhaltungen vor. Die Beinmuskulatur wird besser durchblutet und gewinnt an Kontur und Straffheit. Auch das Bindegewebe kommt nicht zu kurz, ebenso wie der Stoffwechsel, der durch den Wechsel von Spannung und Anspannung angekurbelt wird.

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 302025H11

BEGINN: Mo 08.02.21, 16.00 bis 16.45 Uhr, 11 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 38,50 Euro für 11 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Wera Weller • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Body-Forming

Unter Bodyforming versteht man verschiedene Fitness-Workouts, die besonders effektiv für eine wohlgeformte Figur sorgen bzw. helfen können, den Körper durch Fitness zu gestalten. Dabei geht es nicht nur um Gewichtsreduktion, sondern auch darum, die Muskeln zu straffen. Das erreicht man durch eine Mischung aus Kraft- und Ausdauertraining, bei der der ganze Körper beansprucht wird. Bewegungselemente aus Gymnastik, Aerobic, Pilates und Langhanteltraining werden miteinander kombiniert, die Muskulatur wird sanft gestärkt, die Fettverbrennung angekurbelt und das Herz-/Kreislaufsystem in Schwung gebracht. Das Training bei passender Musik kann das Wohlbefinden steigern. Die Kursbuchung ist auch nach dem Beginnstermin noch möglich, da es sich um einen fortlaufenden Kurs handelt - Anfänger werden integriert.

BORKEN: Abendkurs Nr. 302804H11

BEGINN: Mo 08.02.21, 18.45 bis 19.45 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Sport- und Gesundheitszentrum „Olympic“, Bahnhofstr. 55 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 13 U-Std., ab 1 Teiln., Kooperationsveranstaltung - keine Entgeltermäßigung möglich • **LEITUNG:** Rita Pospich • **AUSKUNFT:** Tel. 05682 1234 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 302027H11

BEGINN: Di 09.02.21, 17.00 bis 18.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Fitclub13, Haddamar Weg 13 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 13 U-Std., ab 1 Teiln., Kooperationsveranstaltung - keine Entgeltermäßigung möglich • **LEITUNG:** Fitclub13 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Gymnastik für Seniorinnen

Egal wie alt Sie sind - es ist nie zu spät, etwas für sich zu tun. Durch Stärkung der Muskeln und des Bindegewebes entlasten Sie das Skelett und fördern Gesundheit und Wohlbefinden. Koordinationsübungen helfen, die Konzentration zu verbessern, außerdem werden Ausdauer und Leistungsfähigkeit gestärkt.

GUXHAGEN: Nachmittagskurs Nr. 302033H11

BEGINN: Mo 19.04.21, 15.10 bis 16.10 Uhr, 11 Termine • **ORT:** Grundschule, Schöne Aussicht 13-25 • **KOSTEN:** 40,50 Euro für 15 U-Std., ab 10 Teiln., Kursanmeldung nur nach Rücksprache mit der Kursleiterin • **LEITUNG:** Gabriele Jäger • **AUSKUNFT:** Tel. 05665 1697 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Lala-Dance

Fitness im Latino-Takt

Spaß an Rhythmus und Bewegung steht im Mittelpunkt dieses Kurses, der - ganz nebenbei - ein dynamisches Workout für alle relevanten Muskelgruppen darstellt. Besonders die Körpermitte mit Bauch- und Rückenmuskulatur wird gestrafft und gestärkt, der Kreislauf kommt in Schwung und die hohe Kalorienverbrennung hilft beim Abnehmen. Musik aus verschiedenen lateinamerikanischen Tanzstilen bringt fließende Bewegungsabläufe und sorgt für Abwechslung und gute Laune.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302024H11

BEGINN: Di 09.02.21, 18.00 bis 19.00 Uhr, 12 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 56,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Wera Weller • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



METALZA® - Power-Fitness-Dance

Für alle, die es musikalisch etwas härter lieben: Power-Moves im Mix mit Tanz- und Kampfsportelementen verbinden sich zu einem dynamischen, einzigartigem Workout. Die Kombination zu rockigen Rhythmen trainiert Kondition, Koordination und Beweglichkeit und ist außerdem ein effektiver Fatburner. Spaß an tänzerischer Bewegung steht im Vordergrund, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Let's rock!

BAD ZWESTEN: Abendkurs Nr. 302020H11

BEGINN: Di 09.02.21, 19.25 bis 20.05 Uhr, 12 Termine • **ORT:** Altenburgschule, Kasseler Str. 12 • **KOSTEN:** 42,00 Euro für 11 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Gina Lück • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 302012H11

BEGINN: Di 12.01.21, 19.10 bis 19.50 Uhr, 12 Termine • **ORT:** Osterbachschule, August-Vilmar-Str. 4 • **KOSTEN:** 42,00 Euro für 11 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Sara Moteka • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 302001H11

BEGINN: Do 21.01.21, 17.30 bis 18.30 Uhr, 11 Termine • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 57,00 Euro für 15 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Susanne Koller • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 302031H11

BEGINN: Do 21.01.21, 18.45 bis 19.45 Uhr, 11 Termine • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 57,00 Euro für 15 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Susanne Koller • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 302002H11

BEGINN: Do 22.04.21, 17.30 bis 18.30 Uhr, 8 Termine • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 42,00 Euro für 11 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Susanne Koller • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 302032H11

BEGINN: Do 22.04.21, 18.45 bis 19.45 Uhr, 8 Termine • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 42,00 Euro für 11 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Susanne Koller • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Pilates

Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining, bei dem vor allem die tief liegenden Muskelgruppen in der Körpermitte angesprochen werden, die für eine korrekte und gesunde Körperhaltung sorgen. Das Training beinhaltet Kraftübungen, Stretching und bewusste Atmung bei fließenden Bewegungen.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 302019H11

BEGINN: Do 11.02.21, 17.00 bis 18.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Fitclub13, Haddamar Weg 13 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 13 U-Std., ab 1 Teiln., Kooperationsveranstaltung - keine Entgeltermäßigung möglich • **LEITUNG:** Fitclub13 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Power-Workout**Auf Weltmeister-Niveau**

Dieser High-Level-Kurs ist eine reine Fitness-Gymnastik, die Elemente aus verschiedenen Kampfsportarten mit Aerobic verbindet und zu motivierender Musik praktiziert wird. Durch das sehr intensive Workout werden Herz- und Kreislauf, Muskelausdauer und -stärke und die Beweglichkeit verbessert. Sie sollten sich gesund fühlen und belastbar sein, denn Sie werden nach der Stunde ausgepowert aber glücklich sein. Die Kursbuchung ist auch nach dem Beginnstermin noch möglich, da es sich um einen fortlaufenden Kurs handelt. Anfänger werden integriert

**BORKEN:** Abendkurs Nr. 302805H11

BEGINN: Di 09.02.21, 19.30 bis 20.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Sport- und Gesundheitszentrum „Olympic“, Bahnhofstr. 55 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 13 U-Std., ab 1 Teiln., Kooperationsveranstaltung - keine Entgeltermäßigung möglich • **LEITUNG:** Regiane Da Silva • **AUSKUNFT:** Tel. 05682 1234 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Step-Aerobic

Menschen mit Spaß an der rhythmischen Bewegung erlernen hier Übungen mit Schrittkombinationen und erhalten gezielte Belastungsvarianten. Eine weitere Möglichkeit des Herz-Kreislauftrainings, ein Ausgleich zu Stress, Anspannung und Hektik im Alltag. Die Kursbuchung ist auch nach dem Beginnstermin noch möglich, da es sich um einen fortlaufenden Kurs handelt - Anfänger werden integriert.

BORKEN: Abendkurs Nr. 302802H11

BEGINN: Di 09.02.21, 18.30 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Sport- und Gesundheitszentrum „Olympic“, Bahnhofstr. 55 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 13 U-Std., ab 1 Teiln., Kooperationsveranstaltung - keine Entgeltermäßigung möglich • **LEITUNG:** Rita Pospich • **AUSKUNFT:** Tel. 05682 1234 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Super Callanetics

Callanetics ist ein ausgewogenes und schonendes Ganzkörpertraining, bestehend aus gezielten Übungen für Bauch, Beine, Po, Hüfte und Oberarme sowie dem Training aller Muskelgruppen durch statische und dynamische, sich oft wiederholende Bewegungen und Dehnungen. Ziel ist die Verbesserung der Kraftausdauer und Beweglichkeit, ebenso wie der Aufbau der Tiefenmuskulatur zur Stabilisierung der Wirbelsäule. Der Kurs ist für Anfänger und Wiedereinsteiger geeignet.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302022H11

BEGINN: Mo 12.04.21, 17.00 bis 18.30 Uhr, 12 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 69,60 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Monika Charlet • **AUSKUNFT:** Tel. 05661 8010 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302023H11

BEGINN: Mo 12.04.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 12 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 69,60 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Monika Charlet • **AUSKUNFT:** Tel. 05661 8010 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Thai-Fit**Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer**

Ein intensives Workout für Kreislauf, Muskulatur und allgemeine Ausdauer. Auf Basis von acht Kampfsportübungen wird die Körperspannung erhöht sowie Beweglichkeit und Koordination verbessert. Abhängig von der Konstitution der Teilnehmenden können die Trainingseinheiten von leicht bis hoch intensiv angepasst werden.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302026H11

BEGINN: Di 09.02.21, 17.00 bis 18.00 Uhr, 12 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 56,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Wera Weller • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Wellness Mix**Mit Elementen aus Yoga, Pilates, Tai Chi und BBP**

In diesem Kurs erwarten Sie mobilisierende, vitalisierende und kräftigende Übungen mit Elementen aus Yoga, Pilates, Tai Chi und BBP. Ruhige fließende Bewegungen, Stabilisation und Dehnungen stehen hier im Vordergrund. Abgerundet wird das Programm mit einer ausgiebigen Entspannungseinheit.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 301015H11

BEGINN: Do 14.01.21, 17.45 bis 19.15 Uhr, 12 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 78,00 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Kerstin Krombholz • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 301017H11

BEGINN: Do 22.04.21, 17.45 bis 19.15 Uhr, 11 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 71,50 Euro für 22 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Kerstin Krombholz • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**ZUMBA FITNESS®****Für Jugendliche und Erwachsene**

Für ZUMBA FITNESS® muss man nicht tanzen können - das Wichtigste ist, sich zur Musik zu bewegen, den Rhythmus zu fühlen und so spielerisch Moves und Schritte zu lernen. Die lateinamerikanischen und exotischen Lieder sowie die Mischung aus Salsa, Merengue, Calypso und Flamenco wirken motivierend. Dieses Workout mit Elementen aus Aerobic und Intervalltraining für Herz und Kreislauf kann die Kondition sehr effektiv steigern, ist spannend, mitreißend und für jeden geeignet. Neueinsteiger werden gleich integriert, da die Schrittfolgen leicht erlernbar sind. Der Einstieg ist jederzeit möglich, Jung und Alt, Anfänger und Fortgeschrittene bewegen sich gemeinsam.

BORKEN: Abendkurs Nr. 302801H11

BEGINN: Do 11.02.21, 19.00 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Sport- und Gesundheitszentrum „Olympic“, Bahnhofstr. 55 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 13 U-Std., ab 1 Teiln., Kooperationsveranstaltung - keine Entgeltermäßigung möglich • **LEITUNG:** Gülcan Günes • **AUSKUNFT:** Tel. 05682 1234 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Rückentraining

Rückenfitness

In diesem Kurs liegt der Fokus auf der Rumpf- und Rückenmuskulatur. Durch Kräftigungs-, Dehnungs- und Mobilisationsübungen beugen Sie Verspannungen, Dysbalancen, Haltungs- und Rückenproblemen vor. Der perfekte Ausgleich für Ihren Rücken.

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 302107H11

BEGINN: Do 11.02.21, 9.30 bis 10.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Fitclub13, Haddamar Weg 13 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 13 U-Std., ab 1 Teiln., Kooperationsveranstaltung - keine Entgeltmäßigung möglich • **LEITUNG:** Fitclub 13 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Fitness für Männer ab 40

Rückenfitness und muskuläre Entspannung für Männer

In dieser Stunde wird die gesamte Rumpfmuskulatur gekräftigt und die Beweglichkeit gefördert. Eine gezielte Entspannung am Ende der Stunde rundet das Training ab. Das Ziel: Leistungsfähiger, schmerzfreier und stressfreier durch ein maßgeschneidertes Trainingsprogramm für Männer, die etwas für ihre Gesundheit tun möchten. Am letzten Kurstermin findet eine Wanderung mit anschließender Einkehr und Feedbackrunde statt.

GUDENSBURG: Abendkurs Nr. 302104H11

BEGINN: Mi 20.01.21, 20.35 bis 21.35 Uhr, 16 Termine, Wanderung am letzten Kurstermin: 18 bis 21.30 Uhr • **ORT:** Odenberg-schule, Große Binde 18 • **KOSTEN:** 60,90 Euro für 21 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. ggf. Kosten für die Verpflegung, die bei der Einkehr auf der Wanderung anfallen können • **LEITUNG:** Sonja Fuhrmann • **AUSKUNFT:** Tel. 0160 8727608 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Rücken- und Faszientraining

Rückenfitness und muskuläre Entspannung

Allgemeine Fitness, Kräftigung der Muskulatur und Entspannung sind die drei Hauptinhalte dieses Kurses. Verspannungen im Hals-, Nacken-, Schulterbereich und Rücken gehen zumeist auf einseitige Belastungen oder Fehlhaltungen zurück. Mit einem ausgewogenen Fitness- und Kräftigungsprogramm, unterstützt durch Elemente des Faszientrainings, wird versucht, dem dauerhaft entgegenzuwirken. Am letzten Kurstermin findet eine abendliche Wanderung mit anschließender Einkehr und Feedbackrunde statt.

GUDENSBURG: Abendkurs Nr. 302103H11

BEGINN: Mi 20.01.21, 19.10 bis 20.20 Uhr, 16 Termine, Wanderung am letzten Kurstermin: 18 bis 21.30 Uhr • **ORT:** Odenberg-schule, Große Binde 18 • **KOSTEN:** 67,50 Euro für 25 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. ggf. Kosten für die Verpflegung, die bei der Einkehr auf der Wanderung anfallen können • **LEITUNG:** Sonja Fuhrmann • **AUSKUNFT:** Tel. 0160 8727608 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

365 Tage

FITNESS

von 7:00 bis 1:00 Uhr

für nur **6,90 €** pro Woche

*bei Abschluss einer Mitgliedschaft

incl. Mineralgetränke, Zumba, Bauchtanz, Step-Aerobic, Bodyforming

Sport- u. Gesundheitszentrum

OLYMPIC

Bahnhofstr. 55 - 34582 Borken

Tel. (0 56 82) 12 34

Fit-Aktiv

Rehasport Borken e.V.

- ✓ vom Arzt verordnet
- ✓ 100%ige Kostenübernahme der Krankenkasse
- ✓ bis zu 18 Monate Gesundheitssport
- ✓ wöchentliche Teilnahme
- ✓ Sie können wieder schmerzfrei, belastbar und beweglich werden
- ✓ informieren Sie sich jetzt

unter (0 56 82) 12 34

www.fit-aktiv-rehasport.de

Fit in Borken



Bewegung im Wasser**Aqua-Fitness**

Beim Aqua-Fitness findet das Training im stehetiefen oder tiefen Wasser statt. Der Wasserwiderstand trägt dazu bei, die Muskelbeanspruchung zu intensivieren. Es wird mit oder ohne Auftriebsmittel und mit verschiedenen Kleingeräten gearbeitet, um den Reibungs- und Formwiderstand zu variieren. Ein abwechslungsreiches Training ist durch die Vielfalt von wechselnden Übungen garantiert. Besonderer Wert wird auf einen sanften und gelenkschonenden Bewegungsablauf gelegt.

➔ **Auch für Nichtschwimmer****FRIELEDORF:** Vormittagskurs Nr. 302303H11

BEGINN: So 07.03.21, 08.25 bis 09.10 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Wellness-Paradies am Silbersee • **KOSTEN:** 40,00 Euro für 10 U-Std., ab 12 Teiln., zzgl. 4 Euro Schwimmbadgebühr, im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Manuela Fritsch • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 302308H11

BEGINN: Mi 13.01.21, 14.00 bis 15.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Bewegungsbad Hülsa, Spitzenweg 7 • **KOSTEN:** 51,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., inkl. Nutzungsgebühr für das Schwimmbad • **LEITUNG:** Ulrike Spuling • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 302305H11

BEGINN: Do 14.01.21, 19.30 bis 20.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Bewegungsbad Hülsa, Spitzenweg 7 • **KOSTEN:** 51,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., inkl. Nutzungsgebühr für das Schwimmbad • **LEITUNG:** Ulrike Spuling • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302203H11

BEGINN: Di 12.01.21, 18.30 bis 19.30 Uhr, 10 Termine. Mit Intervalltraining in jeder 2. Stunde • **ORT:** Hallenbad, Dreuxallee 33-35 • **KOSTEN:** 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadgebühr, im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Kerstin Theis • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 302207H11

BEGINN: Do 14.01.21, 16.15 bis 17.00 Uhr, 12 Termine • **ORT:** Hallenbad, Dreuxallee 33-35 • **KOSTEN:** 36,00 Euro für 12 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadgebühr, im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Kerstin Krombholz • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

NEUKIRCHEN: Abendkurs Nr. 302503H11

BEGINN: Do 28.01.21, 17.00 bis 18.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Badewelt, Birkenallee • **KOSTEN:** 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadgebühr, im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Susanne Lachnitt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

NEUKIRCHEN: Abendkurs Nr. 302501H11

BEGINN: Do 28.01.21, 18.00 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Badewelt, Birkenallee • **KOSTEN:** 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadgebühr, im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Susanne Lachnitt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

NEUKIRCHEN: Abendkurs Nr. 302502H11

BEGINN: Do 28.01.21, 19.00 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Badewelt, Birkenallee • **KOSTEN:** 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadgebühr, im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Susanne Lachnitt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ **Für Schwimmer****MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 302204H11

BEGINN: Di 12.01.21, 19.30 bis 20.30 Uhr, 10 Termine. Mit Intervalltraining in jeder 2. Stunde • **ORT:** Hallenbad, Dreuxallee 33-35 • **KOSTEN:** 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadgebühr, im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Kerstin Theis • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Aqua-Jogging
Für Schwimmer

Aqua-Jogging ist eine Kombination aus Schwimmen und Laufen im Wasser. Das ganzheitliche Training findet überwiegend im tiefen Wasser ohne Bodenkontakt statt. Ein Tiefwassergürtel unterstützt Sie bei dem Training und sorgt für Auftrieb. Abwechslung ist durch eine Variation der Gangarten und durch die Ergänzung verschiedener Übungen garantiert. Besonderer Wert wird auf einen sanften und gelenkschonenden Bewegungsablauf gelegt.

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 302202H11

BEGINN: Mi 13.01.21, 15.00 bis 16.00 Uhr, 12 Termine • **ORT:** Hallenbad, Dreuxallee 33-35 • **KOSTEN:** 48,00 Euro für 16 U-Std., ab 11 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadgebühr, im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Susanne Bolz • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ **Aqua-Jogging-Mix****MELSUNGEN:** Nachmittagskurs Nr. 302206H11

BEGINN: Do 14.01.21, 15.30 bis 16.15 Uhr, 12 Termine • **ORT:** Hallenbad, Dreuxallee 33-35 • **KOSTEN:** 36,00 Euro für 12 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadgebühr, im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Kerstin Krombholz • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Ernährung, Essen und Trinken

Heil-/Basenfasten als ganzheitliche Erfahrung
Fastenwoche in fachkundiger Begleitung

Eine Fastenwoche ist wie ein Hausputz für Körper, Seele und Geist. Durch den vorübergehenden freiwilligen Verzicht auf feste Nahrung (Heilfasten) bzw. auf säurebildende Nahrungsmittel wie z. B. Zucker, Kaffee, Weißmehlprodukte u.v.m. (Basenfasten) findet eine Regeneration, Entgiftung sowie Gewichtsreduktion statt. Fasten kann Zivilisationskrankheiten wie Allergien, Migräne, erhöhten Blutfett- oder Blutzuckerwerten, Neigung zu Rheuma, Gicht und Arteriosklerose vorbeugen und hilft, die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Außerdem ist es ein optimaler Einstieg für eine längerfristige Ernährungsumstellung. Das erste Treffen ist als Infoabend zum Ablauf der Fastenwoche gedacht. Im Verlauf der Woche treffen Sie sich alle zwei Tage mit der Kursleiterin zum Erfahrungsaustausch.

MELSUNGEN: Wochenkurs Nr. 305007H11

TERMINE: Do 18.2. (Infotermin), So 21.2., Di 23.2. und Do 25.2., jeweils 19 bis 20.30 Uhr. Sa 27.2. (Fastenbrechen), 11 bis 13.15 Uhr • **ORT:** Seminarraum Rohde, Altstadt 20 • **KOSTEN:** 53,00 Euro für 11 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Kerstin Rohde • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Kochkurs
Für Einsteiger

Kreatives aus dem Kühlschrank! Was koche ich denn heute? Hier lernen Sie Grundkenntnisse in der kreativen Zubereitung frischer und selbstgemachter Speisen. Als Grundlage dient bei der Speisenauswahl der Ernährungskompass von Bast Kast. Es werden aus einem buntgemischten Warenkorb verschiedene leckere Gerichte zu einem kleinen Menü gezaubert. Wünsche der Teilnehmenden werden selbstverständlich berücksichtigt.

MORSCHEN: Abendkurs Nr. 305003H11

BEGINN: Do 11.02.21, 18.00 bis 21.00 Uhr, 5 Termine • **ORT:** G.-A.-Zinn-Schule, Jägerpfad 7 • **KOSTEN:** 80,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Lebensmittelumlage: ca. 5 bis 8 Euro pro Abend nach Verbrauch und Art des Menüs, vor Ort zu zahlen • **LEITUNG:** Matthias Blackert • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Bärlauch - heilsam und köstlich
Sammeln und zubereiten

An diesem Tag lernen Sie mit allen Sinnen eine alte und wieder modern gewordene Heilpflanze kennen: den „Lauch des Bären“. Wir werden ihn im Frühjahrswald sachgerecht sammeln und bereiten daraus leckere Gerichte zu. Beim entspannten Genießen gibt es „nebenbei“ viele Informationen über seine Heilwirkungen an Haut, Darm, Arterien und zur Ausscheidung von Umweltschadstoffen. Wir laden Sie dazu ein, seine erneuernde, reinigende und erwärmende Wirkung am eigenen Leib und Gemüt zu testen.

BAD ZWESTEN: Tageskurs Nr. 305008H11

TERMIN: So 11.04.21, 10.30 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** DGH Oberurff, Mühlstr. 15 • **KOSTEN:** 44,50 Euro für 7 U-Std., ab 6 Teiln., inkl. 4 Euro Materialkosten • **LEITUNG:** Ute-Rahel Baer • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

► Einen **Brotbackkurs** für Kinder finden Sie auf Seite 36 / 37.

Frischer Frühling für fitte Frauen
Mit Wildkräutern entschlacken

Sie sammeln und bestimmen erste zarte Brennesseln und Taubnesseln, Veilchen und Gänseblümchen, Gundelreben und Klettenlabkraut und bereiten daraus leckere und einfache Gerichte zu. Durch die Grünkraft der wilden Heilpflanzen wird der Säure-Basen-Haushalt ausgeglichen, der im Winter oft mit zuviel Zucker, Weißmehl, Fleisch und Kaffee belastet wurde. Hochkonzentrierte Vitalstoffe entschlacken und bringen mächtig auf Trab. Das alles ohne Verzicht und Mangel, sondern mit Genuss und Entspannung.

BORKEN: Tageskurs Nr. 305002H11

TERMIN: Sa 13.03.21, 10.30 bis 15.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** DGH Kerstenhausen, Am Kindergarten 5 • **KOSTEN:** 35,50 Euro für 7 U-Std., ab 6 Teiln., inkl. 4 Euro Materialkosten • **LEITUNG:** Ute-Rahel Baer • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Frühjahrskur mit Wildkräutern

Das Frühjahr kommt und damit steht der Frühjahrsputz an - nicht nur im Haus sondern auch in uns. Zwar hat sich in uns über den Winter kein Staub angesammelt, aber Stoffwechselprodukte, die der Körper nicht ausscheiden kann und die im Körper Probleme verursachen könnten. Mit den frischen grünen Wildkräutern können Sie dem wunderbar entgegenwirken und sich „innerlich reinigen“. Löwenzahn und Co - egal ob innerlich oder äußerlich - bieten wertvolle Energie für das neue Jahr. Lassen Sie sich durch eine Frühjahrskur mit Wildkräutern inspirieren.

MELSUNGEN: Vortrag Nr. 305009H11

TERMIN: Mi 17.03.21, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 9,00 Euro für 2 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Angela Alter • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Wilde Smoothies

Wilde Kräuter mit ihrem Basenreichtum an Mineralien, Spurenelementen und sekundären Pflanzeninhaltsstoffen sind regionales Superfood und bieten sich uns überall in verschwenderischer Fülle an: Brennessel, Löwenzahn, Vogelmiere, Giersch, Klettenlabkraut, Gänseblümchen, Gundelrebe, Storchschnabel usw. Mit den wilden Blättern und Blüten lassen sich im Handumdrehen gehaltvolle Drinks mixen - wenn man weiß, wie und wo man die Pflanzen findet. Es stimmt schon: Die normale Wiese ist essbar. Im Tageskurs lernen Sie die genannten Kräuter kennen bzw. erkennen und Sie erfahren „mit Zunge und Hand“ vieles über die Zubereitung und die Wirkungen leckerer wilder Smoothies.



BORKEN: Nachmittagskurs Nr. 305004H11

TERMIN: So 28.02.21, 15.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** DGH Kerstenhausen, Am Kindergarten 5 • **KOSTEN:** 21,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln., inkl. 3 Euro Lebensmittelumlage • **LEITUNG:** Ute-Rahel Baer • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

► Kurse zu den Themen **Backen, Brotbacken** und **Bierbrauen** finden Sie auf Seite 22 / 23.



Letzte Hilfe**Letzte Hilfe Kurs**

Am Ende wissen wie es geht

Das Lebensende und das Sterben machen uns als Mitmenschen oft hilflos. Der Kurs „Letzte Hilfe“ richtet sich an alle Menschen, die sich über Themen rund um das Sterben, den Tod und Versorgungsmöglichkeiten informieren wollen. Wir bieten Angehörigen und Interessierten eine Vorstellung, wie eine Fürsorge für kranke Menschen in dieser Lebensphase gestaltet werden kann und wollen sie ermutigen, sich Menschen auf ihrem letzten Weg zuzuwenden. Der Kurs besteht aus vier Modulen zu jeweils 45 Minuten und beschäftigt sich mit dem Sterben als einem Teil des Lebens, Vorsorgen und Entscheiden, Leiden lindern und Abschied nehmen.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 306001H11

TERMIN: Sa 13.03.21, 9.00 bis 13.00 Uhr, 1 Termin • ORT: folgt
 • KOSTEN: kostenfrei, 5 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Ina Gärtner und Bärbel Hamenstädt Hospizgruppe Felsberg/Melsungen
 • AUSKUNFT: Tel. 05661 9261933 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 306002H11

TERMIN: Sa 27.03.21, 9.00 bis 13.00 Uhr, 1 Termin • ORT: folgt
 • KOSTEN: kostenfrei, 5 U-Std., ab 5 Teiln. LEITUNG: Ina Gärtner und Bärbel Hamenstädt Hospizgruppe Felsberg/Melsungen
 • AUSKUNFT: Tel. 05661 9261933 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Bildung am Puls der Zeit

Aus-, Fort- und Weiterbildungen in den Bereichen

- Pflege (ambulant und stationär)
- Führungskräfteentwicklung
- Therapeutische Berufe
- Psychologie
- Logopädie

- Autorisiertes Bildungszentrum für Pflegepunkte gemäß "Deutscher Pflegerat e.V. Bundesgemeinschaft Pflege- und Hebammenwesen"
- Weiterbildungen mit Ärztepunkten
- Inhouse-Schulungen im Sozial- und Gesundheitswesen

Wir, das Asklepios Bildungszentrum für Gesundheitsfachberufe in Bad Wildungen, freuen uns weiter mit der Kreisvolkshochschule des Schwalm-Eder-Kreises kooperieren zu dürfen. Diese enge Zusammenarbeit bietet, dank des großen Umfangs und einer großen Menge an Vielfalt, eine Reihe von Vorteilen für die Menschen in unserer Region.

Unser breit gefächertes Angebot spricht nicht nur notwendige Fort- und Weiterbildungen im Gesundheitswesen an. Deshalb können auch Interessierte aller Bereiche in unserem Fort- und Weiterbildungsprogramm fündig werden. Ebenfalls bieten wir ein großes Spektrum an Inhouse-Schulungen im Bereich des Sozial- und Gesundheitswesens an.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Bei Rückfragen sind wir gerne persönlich für Sie da.

Asklepios Bildungszentrum für Gesundheitsfachberufe Nordhessen
 Laustraße 37

34537 Bad Wildungen

Tel.: (0 56 21) 795 2410 | Fax: (0 56 21) 795 2411

Für persönliche Informationen und Fragen sind wir für Sie in der Zeit von Montag bis Donnerstag von 07:30-15.00 Uhr und Freitag von 07:30-14:00 Uhr unter der oben angegebene Telefonnummer erreichbar.

**Informationen sowie die Möglichkeit
 sich Online anzumelden finden Sie unter:
<https://www.asklepios-fuw-nordhessen.de/>**



Bildungszentrum für Gesundheitsfachberufe Nordhessen

Naturheilkunde

Homöopathie bei Schlafstörungen

In diesem Vortrag werden praxisbewährte homöopathische Medikamente zur Verwendung bei Schlafstörungen vorgestellt, die bei der Behandlung von Einschlaf- und Durchschlafstörungen besonders erfolgreich sein können. Wir laden Sie dazu ein, herauszufinden, ob die Homöopathie auch für Sie eine Linderung von Schlafstörungen sein kann.

HOMBERG: Vortrag Nr. 303002H11

TERMIN: Mo 15.03.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 9,00 Euro für 2 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Maik Aschenbrenner • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Homöopathie bei Rücken- und Gelenksbeschwerden

Homöopathie ist eine Naturheilmethode. In diesem Vortrag werden praxisbewährte homöopathische Medikamente vorgestellt, die Rücken- und Gelenksbeschwerden in vielen Fällen wirksam behandelt haben. Wir laden dazu ein, herauszufinden, ob Homöopathie auch für Sie eine Linderung bedeuten kann. Es besteht die Möglichkeit, auf Wunsch, einen akuten Fall eines Teilnehmenden während des Vortrages zu besprechen.

HOMBERG: Vortrag Nr. 303003H11

TERMIN: Mo 29.03.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 9,00 Euro für 2 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Maik Aschenbrenner • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Online-Vortrag: Schlafen ist das neue Joggen

In Kooperation mit der vhs Eschweiler

Die angesprochenen Themenbereiche sind: Was ist guter Schlaf? Welche Schlaftypen gibt es? Wann spricht man von Schlafstörungen? Wodurch können Sie Ein- und Durchschlafen fördern? Was ist Schlafhygiene? Sie bekommen Anregungen aus dem Bereich der Naturheilkunde und Entspannungstherapie.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 303004H11

TERMIN: Do 10.06.21, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 17,00 Euro für 2 U-Std., ab 4 Teiln. • **LEITUNG:** vhs Eschweiler und Ursula Maschke • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Spiel & Spaß

Die Welt ist Klang

Entspannung mit Klang, Spiel und Tanz

Gehen Sie auf Klangentdeckung mit Ihrem Kind, Sie erleben Neues, haben eine entspannte Zeit, gehen mit neuer Kraft in den Alltag. Für (Groß-)eltern mit Kleinkindern.

➔ **Für Kleinkinder von 1,5 bis 3 Jahren**

BAD ZWESTEN: Abendkurs Nr. 180106P11

INFO: Di 09.02, 17 Uhr, BEGINN: Di 16.02.21, 17.00 bis 18.00 Uhr, 5 Termine • ORT: Allton, Bad Wildunger Str. 7 • KOSTEN: 53,00 Euro für 7 U-Std., ab 5 Teiln., Bitte vor dem Infotermin bei Kursleitung melden • LEITUNG: Annette Schelberger in Kooperation mit Allton Klang-Möbel-Galerie • AUSKUNFT: schelberger@allton.de • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

Nähworkshop in den Osterferien

Wollt ihr anders sein, euch abheben? Shirt und Hose, selbst gemacht aus einem Stoff, der euch echt gefällt. Hier könnt ihr coole Klamotten selbst nähen, lernen, wie man Schnittmuster in individuelle Kleidungsstücke umsetzt und eigene Ideen verwirklicht. Anschließend habt ihr ein Kleidungsstück nach euren Wünschen und vielleicht ein neues Hobby. Der Besuch des Infos ist verbindlich, weil dort die Auswahl der Schnitte und der Stoffeinkauf besprochen werden.

➔ **Für Kinder ab 10 Jahren**

FRIELENDORF: Wochenkurs Nr. 209002L11

INFO: Fr 26.3, 17 Uhr, TERMINE: Di 6.4. bis Fr 9.4., jeweils von 14 bis 16.40 Uhr • ORT: DGH Obergrenzebach, Am Wasser 20 • KOSTEN: 46,20 Euro für 14 U-Std., ab 6 Teiln., Nähmaschine, Stoffe und Nähzubehör müssen mitgebracht werden • LEITUNG: Ingrid Jäckel • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Vom Korn zum Brot

Kinder lernen das Backen von Brot nach traditioneller Art unter Einbeziehung von regionalen und gesundheitlichen Aspekten. Brot, Brötchen, Butter und Dips werden zusammen hergestellt, probiert und das Ein- oder Andere gibt es zum Mitnehmen mit nach Hause. Zusätzlich wird die Obermühle Kerstenhausen besichtigt.

➔ **Für Kinder zwischen 8 und 12 Jahren**

BORKEN: Vormittagskurs Nr. 305001A11

TERMIN: Sa 20.03.21, 9.30 bis 14.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Posthof Kerstenhausen, Frankfurter Str. 4 • KOSTEN: 34,00 Euro für 6 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 7 Euro Materialkosten vor Ort zu zahlen • LEITUNG: Katrin Lux und Simone Rosenberg • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

BORKEN: Vormittagskurs Nr. 305005A11

TERMIN: Do 15.04.21, 8.30 bis 13.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Posthof Kerstenhausen, Frankfurter Str. 4 • KOSTEN: 34,00 Euro für 6 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 7 Euro Materialkosten vor Ort zu zahlen • LEITUNG: Katrin Lux und Simone Rosenberg • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

BORKEN: Vormittagskurs Nr. 305006A11

TERMIN: Fr 16.04.21, 8.30 bis 13.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Posthof Kerstenhausen, Frankfurter Str. 4 • KOSTEN: 34,00 Euro für 6 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 7 Euro Materialkosten vor Ort zu zahlen • LEITUNG: Katrin Lux und Simone Rosenberg • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Sprachen

Spanisch - von Anfang an (Ferienkurs)

Niveaustufe A1

Ay Caramba – Ich lerne Spanisch. Wir wollen uns gemeinsam dem Erlernen der Sprache in entspannter Atmosphäre widmen. Mit viel Praxis im Sprechen und der nötigen Theorie werden wir einen Zugang finden. Ob Vokabeln oder kleine Dialoge, wir werden uns unser persönliches Nachschlagewerk in dieser Woche gemeinsam erarbeiten. Nach Möglichkeit sollen hier auch persönliche Wünsche Berücksichtigung finden.

➔ **Für junge und junggebliebene Menschen**

FRITZLAR: Wochenkurs Nr. 422102T11

TERMINE: Mo 12.04. bis Fr 16.04., jeweils 10 bis 15 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 108,00 Euro für 26 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: N.N. • LEHRMATERIAL: Klett. Spanisch für den Urlaub A1, ISBN: 978-3-12-514265-7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Chinesisch von Anfang an

Ein Kurs rund um die chinesische Sprache für alle, die einen einfachen Zugang in die Sprache wünschen und alltägliches Chinesisch erlernen wollen, lebensnah, ohne Erfolgsdruck und mit Freude an der klangvollen Sprache. Überschaubare Alltagsthemen liefern interessanten Wortschatz. Lebendige Kurz-Dialoge geben Unterstützung im Sprechen und Üben der Aussprache. Hinzu kommen wertvolle kulturelle und landeskundliche Informationen. Auch für SchülerInnen mit Familiensprache Chinesisch.

➔ **Für Jugendliche von 7 bis 15 Jahren**

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 402101T11

BEGINN: Sa 24.04.21, 9.30 bis 11.00 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 61,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Hongying Li • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstag festgelegt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Bewegung

Bewegungsspaß für Mini-Kids

Nach Lust und Laune hüpfen, springen, klettern können und damit dem Bewegungsdrang freien Lauf lassen und mit anderen zusammen spielerisch die verschiedenen „Dinge dieser Welt“ erkunden. Die dabei gesammelten Bewegungs- und Sozialerfahrungen wirken sich nachweislich positiv auf die körperliche, emotionale und soziale Entwicklung aus. Für Kinder in Begleitung eines Erwachsenen.

➔ **Für Kinder von 1 bis 2 Jahren**

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 180104V11

BEGINN: Mo 22.02.21, 15.50 bis 16.50 Uhr, 10 Termine • ORT: Schule an den Türmen, Neustädter Str. 15 • KOSTEN: 35,00 Euro für 14 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Ursula Nießner • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Für Kinder von 3 bis 4 Jahren**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 180105V11

BEGINN: Mo 22.02.21, 17.00 bis 18.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Schule an den Türmen, Neustädter Str. 15 • KOSTEN: 35,00 Euro für 14 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Ursula Nießner • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Klettern, Schwingen, Spielen

Entwicklungsförderung für Kinder

Kinder machen in der Gruppe bei Spiel und Spaß neue Bewegungs- und Wahrnehmungserfahrungen, die ihrer Entwicklung Impulse geben. Bitte vor dem Infotermin bei der Kursleitung melden.

➔ Für Kinder von 4 bis 6 Jahren

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 180101P11

INFO: Fr 22.1, 16.30 Uhr, BEGINN: Fr 22.01.21, 14.30 bis 15.30 Uhr, 16 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 52,50 Euro für 21 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jürgen Hamborg • AUSKUNFT: Tel. 06691 24881 ab 20.30 Uhr • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 180102P11

INFO: Fr 22.1, 16.30 Uhr, BEGINN: Fr 22.01.21, 15.30 bis 16.30 Uhr, 16 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 52,50 Euro für 21 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jürgen Hamborg • AUSKUNFT: Tel. 06691 24881 ab 20.30 Uhr • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

➔ Für Kinder von 7 bis 10 Jahren

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 180103P11

INFO: Fr 22.1, 16.30 Uhr, BEGINN: Fr 22.01.21, 16.30 bis 17.30 Uhr, 16 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 52,50 Euro für 21 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jürgen Hamborg • AUSKUNFT: Tel. 06691 24881 ab 20.30 Uhr • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

Progressive Muskelentspannung (PME)

Elemente aus der PME, aus Phantasieren und Bewegungsspielen werden kombiniert und auf die Bedürfnisse der Kinder abgestimmt. U.a. angewandt zur Steigerung der Motivation, bei Lern- und Konzentrationsstörungen, Schulstress, zur Stärkung des Selbstbewusstseins, bei Spannungskopfschmerzen, Bauchschmerzen, Schlafstörungen.

➔ Für Kinder ab 8 Jahren

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 301011H11

BEGINN: Mo 22.02.21, 16.00 bis 17.30 Uhr, 4 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 30,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Sandra Brandebusemeyer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Computer & Internet

Computereinstieg für Kids

In neuen Kernlehrplänen vieler Bundesländer werden Basiskompetenzen mit dem Computer bereits ab der Schuleingangsstufe gefordert. Aus diesem Grund ist es wichtig im Rahmen der Medienbildung Kinder und Jugendliche an den systematischen Umgang mit dem Computer heranzuführen. Der Kurs basiert auf sieben Themen, die alle für Schüler/innen dieser Altersstufe geeigneten Computerkenntnisse vermitteln: 1. Computer & Co 2. Text gestalten 3. Unterwegs im Internet 4. Informationen suchen 5. Bilder bearbeiten 6. Text und Bild zusammenbringen 7. Präsentieren am Computer.

➔ Für Kinder der 3. und 4. Klassen

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 501021A11

TERMINE: Di 13. bis Fr 16.4., jeweils 12.30 bis 15 Uhr, in den Ferien • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 60,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Helga Bettenhausen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Sicher und clever im Internet

Das Netz vergisst nichts!

Der Kurs zeigt die unterschiedlichsten Möglichkeiten und Regeln auf, sich umsichtig und nicht zu ungeschützt im Netz zu bewegen. Inhalt: • Finde-Strategien entwickeln • Kommunikationsplattformen • Soziale Netzwerke wie Facebook & Co. • Persönlichkeitsrechte • Urheberrecht • Viren und Trojaner • Jugendschutz und Kriminalität.

➔ Für Kinder ab der Klasse 5

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 501007A11

TERMINE: Mo 12.4., Mi 14.4. und Fr 16.4., jeweils 13 bis 16.15 Uhr, in den Ferien • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 62,50 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Sonia Komnick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 501004A11

TERMINE: Mo 16.8., Mi 18.8. und Fr 20.8., jeweils 13 bis 16.15 Uhr, in den Ferien • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 62,50 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Sonia Komnick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Tastatzen am PC in 4 Stunden

Ob im Studium, im Beruf oder privat – ohne PC geht nichts mehr. Mit multisensorischen Lernmethoden ist es nun möglich, die Tastatur eines Computers in nur 4 Stunden blind bedienen zu lernen. Klingt unglaublich, ist aber wahr. Erkenntnisse aus Pädagogik, Hirnforschung, Assoziations- und Visualisierungstechniken etc. werden kombiniert, um ein effektives und schnelles Lernen zu ermöglichen.

➔ Für Kinder ab der Klasse 5

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 504005A11

TERMINE: Mo 12.4., Mi 14.4. und Fr 16.4., jeweils 9 bis 12.15 Uhr, in den Ferien • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial • LEITUNG: Sonia Komnick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 504004A11

TERMINE: Mo 16.8., Mi 18.8. und Fr 20.8., jeweils 9 bis 12.15 Uhr, in den Ferien • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial • LEITUNG: Sonia Komnick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 504003A11

TERMINE: Di 13. bis Fr 16.4., jeweils 9.30 bis 12 Uhr, in den Ferien • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial • LEITUNG: Helga Bettenhausen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

PowerPoint

Inhalt: • Professionelle Vorbereitung einer Präsentation • Layoutgestaltung • Designgestaltung • Animieren einer Präsentation • Texteffekte, Bilder, Videos und weitere Spezialeffekte einsetzen • Folienübergänge.

➔ Für Schüler

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 504502A11

BEGINN: Fr 19.03.21, 14.00 bis 17.15 Uhr, 2 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 40,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Helga Bettenhausen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

1

Einstufungstest Deutsch

Die Einstufung der Vorkenntnisse ist eine Grundvoraussetzung zur Teilnahme am Integrationskurs. Der Kenntnisstand ist entscheidend für die Anmeldung zum richtigen Modul. Der Test umfasst einen schriftlichen Teil (30 Minuten) und ein mündliches Interview.

Bitte beachten:

- ➔ Verbindlich vorgeschrieben ist der Einstufungstest für Personen, die eine Berechtigung zur Teilnahme über das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) haben oder zur Teilnahme durch die Ausländerbehörde oder das Kreis-Jobcenter verpflichtet sind.
- ➔ Vor der Einstufung muss der Berechtigungsschein von BAMF bzw. der Verpflichtungsschein der Ausländerbehörde/des Jobcenters im Original der vhs vorliegen.
- ➔ Nur dann kann der Termin für den kostenfreien Einstufungstest vergeben werden.
- ➔ Zum Einstufungstermin bitte mitbringen: Ausweis bzw. Pass; ggf. aktueller Leistungsbescheid des Jobcenters über die monatlichen Bezüge.

ORT: Homberg, Kreisverwaltung, Parkstr. 6, Räume der vhs

ZEIT: dienstags, 13.30 bis 16.00 Uhr
(Änderungen möglich)

2

Integrationskurse

Die vhs Schwalm-Eder ist nach den Richtlinien des Zuwanderungsgesetzes als offizieller Kursträger anerkannt und bietet in Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) Integrationskurse an.

- ➔ Ein Standard-Integrationskurs umfasst insgesamt 700 Unterrichtsstunden:
 - 6 Sprachmodule in aufbauenden Stufen 6-mal 100 Unterrichtsstunden
 - ein Orientierungskurs als Abschluss-Modul 7 (Vermittlung von Grundwissen über Politik, Geschichte und Gesellschaft in Deutschland) 100 Unterrichtsstunden
 - Ein Integrationskurs zur Alphabetisierung umfasst mindestens 900 Unterrichtsstunden
- ➔ Die Teilnahme am Integrationskurs ist durch das Zuwanderungsgesetz geregelt. Notwendig für die Zulassung zur Anmeldung ist eine offizielle Berechtigung durch BAMF oder eine Verpflichtung durch die Ausländerbehörde oder das Kreis-Jobcenter (Dokument muss im Original als Schein der vhs vorliegen).
- ➔ Die Kosten der Kursteilnahme richten sich nach dem Status der teilnehmenden Person. Auf Grundlage des Zuwanderungsgesetzes: 100 Unterrichtsstunden / 195 Euro (ermäßigt: 0,00 Euro); ansonsten als Selbstzahler: 100 Unterrichtsstunden / 390 Euro (ermäßigt: 97,50 Euro) Änderungen möglich. Eine Ermäßigung des Kursentgelts ist auf Antrag möglich.
- ➔ Die Integrationskurse finden kreisweit statt. Bei großer Nachfrage werden zusätzliche Kurse vor Ort eingerichtet.

3

Abschlussprüfung**Deutschtest für Zuwanderer (DTZ)**

Der Integrationskurs schließt in der Regel mit dem Deutsch-Test für Zuwanderer ab. Weitere Unterrichtsstunden können im Wiederholungsfall bewilligt werden.

Die DTZ-Prüfung nach TELC ist ausgerichtet am Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Fremdsprachen und dient als Nachweis von Deutschkenntnissen auf der Niveaustufe A2/B1. Das erreichte Sprachniveau B1 gilt als Voraussetzung zum Erwerb der deutschen Staatsbürgerschaft.

Die Anmeldefrist zur Prüfung beträgt 7 Wochen.

B2-Sprachprüfung

Sprachkurse im Anschluss an die B1-Qualifizierung schließen in der Regel mit der Deutschprüfung B2 nach TELC oder Goethe ab. Das erreichte Sprachniveau B2 gilt als anerkannter Kompetenznachweis für den Eintritt in diverse Studien- bzw. Berufsausbildungslehrgänge.

Beratung und Anmeldung:

Tel. 05681 775-400/-405

Weitere Infos unter
www.telc.net
www.integration-in-deutschland.de

4

Einbürgerungstest

Wer die deutsche Staatsbürgerschaft beantragen möchte, muss den Einbürgerungstest bestehen. Dieser Test dient dem Nachweis von staatsbürgerlichen Kenntnissen über die Politik, Geschichte und Kultur Deutschlands.

Wie sieht der Test aus?

- Der Test besteht aus 33 Fragen, von denen mindestens 17 richtig zu beantworten sind.
- Zu jeder Frage werden vier Antwortmöglichkeiten angeboten, von denen eine anzukreuzen ist.
- Sie haben dafür 60 Minuten Zeit.
- Der Test ist beliebig wiederholbar und kostet 25 Euro.

Mehr Informationen auch mit Angaben zu Modelltests:

- www.integration-in-deutschland.de
- www.vhs-nordhessen.de

Wann ist der Test?

Jeweils 16.30 bis 18.00 Uhr an folgenden Donnerstagen:
21.01, 18.02, 18.03, 15.04, 20.05, 17.06 und 15.07.2021

Anmeldeschluss: 5 Wochen vorher

Wo findet der Test statt?

Homberg, Kreisverwaltung, vhs, Parkstr. 6,

AUSKUNFT:

05681 775-775

Berufsbezogenes Deutsch lernen

Das Bundesministerium für Arbeit und Soziales bietet die berufsbezogene Deutschsprachförderung für Menschen mit Migrationshintergrund an. Diese baut unmittelbar auf den Integrationskursen auf, in denen die Zugewanderten die deutsche Alltagssprache erlernen. In daran anschließenden berufsbezogenen Sprach- und Weiterqualifizierungsmodulen werden arbeitssuchende Migranten und Flüchtlinge kontinuierlich auf den Arbeitsmarkt vorbereitet.

Wer kann teilnehmen?

- Sie müssen arbeitsuchend gemeldet sein und/oder beziehen in der Regel Leistungen nach SGB II (Hartz IV) oder SGB III (Arbeitslosengeld); Sie suchen eine Ausbildungsstelle, befinden sich bereits in der Ausbildung oder Sie durchlaufen gerade das Anerkennungsverfahren für Ihren Berufs- bzw. Ausbildungsabschluss.
- Sie haben einen Migrationshintergrund und einen Bedarf an sprachlicher Weiterqualifizierung. D.h. Sie gehören zu einer der folgenden Gruppen:
 1. Zugewanderte, einschließlich der Geflüchteten, die sich im Anerkennungsverfahren befinden und eine gute Bleibeperspektive haben (letzteres gilt ab 01.08.2019 für die Herkunftsländer Syrien und Eritrea). Die Teilnahme setzt eine spezielle Aufenthaltsgestattung bzw. Duldung voraus.
 2. Bürgerinnen und Bürger der EU,
 3. Deutsche mit Migrationshintergrund
- Sie haben bereits einen Integrationskurs absolviert und/oder sprechen bereits Deutsch auf A1, A2, B1 oder B2 -Niveau nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER).

Wenn Sie sich in einem Beschäftigungsverhältnis befinden können Sie an Spezialmodulen der nationalen berufsbezogenen Sprachförderung teilnehmen, sofern Sie noch keine ausreichenden Sprachkenntnisse besitzen, um den (zukünftigen) Arbeitsalltag zu meistern. Es besteht für Sie ein Kostenbeitrag von 50% pro Unterrichtseinheit. Die Zahlung des Kostenbeitrags kann auch durch den Arbeitgeber erfolgen. Ob Sie an einem Kurs teilnehmen können, erfragen Sie bitte bei Ihrem Berater / Ihrer Beraterin der Arbeitsagentur oder des Jobcenters. Dort werden auch die erforderlichen Berechtigungsscheine ausgestellt.

Inhalt und Ablauf:

Antworten auf weitere Fragen und zusätzliche Informationen erhalten Sie auf unserer Webseite www.vhs-schwalm-eder.de/deutsch-lernen und bei der Mitarbeiterin Frau Susanne Shera, Tel. 05681 775-399 E-Mail: susanne.shera@schwalm-eder-kreis.de

Deutsch als Muttersprache

Ohne Schriftsprache ist der Alltag nicht leicht zu meistern, beruflich nicht und auch nicht im privaten Bereich. In Deutschland leben etwa 7,5 Millionen Menschen, die mit der geschriebenen Sprache im täglichen Leben nicht zurechtkommen (funktionale Analphabeten). Die Grundkurse der vhs bieten gezielte Unterstützung an und vermitteln das Lesen und Schreiben mit speziellen Methoden und Materialien. Machen Sie bitte Betroffene auf unsere Lernangebote aufmerksam.

Das ALFA-TELEFON

vom Bundesverband Alphabetisierung bietet Information und Beratung für Betroffene und Angehörige an, bundesweit und anonym: 0800 53 33 44 55 oder online: www.alfa-telefon.de

Lernstufen

und erreichbare Fähigkeiten

Niveaustufe A1

Ohne bzw. geringe Kenntnisse

Vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden; sich und andere vorstellen, Fragen zur eigenen Person stellen und beantworten; sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und helfen.

Niveaustufe A2

Grundkenntnisse

Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke/Wörter verstehen, wenn es z.B. um einfache Informationen zur Person, zu Familie, Einkaufen oder Arbeit geht; mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und alltägliche Dinge beschreiben.

Niveaustufe B1

Fortgeschrittene

Gesprächen über Arbeit, Schule oder Freizeit folgen; die meisten alltäglichen Situationen sprachlich bewältigen und sich zu vertrauten Themen wie Familie, Hobbys und Beruf äußern; über Erfahrungen und Ereignisse berichten und Meinungen und Ansichten begründen.

Niveaustufe B2

Längeren Redebeiträgen und komplexer Argumentation in der Standardsprache sowie den meisten Nachrichtensendungen folgen; sich privat und beruflich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern möglich ist; sich an Diskussionen beteiligen; klare detaillierte Texte über eine Vielzahl von Themen schreiben, Aufsätze verfassen, persönliche und formelle Briefe schreiben.

Niveaustufe C1

Kompetente Sprachverwendung in allen Bereichen, auch bei komplexen Themen; Beurteilen und Anwenden verschiedener Register; implizite und explizite Äußerungen und Haltungen verstehen und darstellen; Wortschatz fließend, flexibel und kreativ nutzen.

Abschlussprüfungen

Europäische Sprachenzertifikate TELC A1-A2; A2/B1; B1; B2; C1

Wir beraten - Sie wählen

Einstufungstests sind online möglich. Links finden Sie auf der Homepage der vhs Schwalm-Eder:

www.vhs-schwalm-eder.de
Tel. 05681 775-405





Deutsch

Lesen und Schreiben für Alltag und Beruf

Grundbildungskompetenzen in aufbauenden Kursen

„Ich will endlich besser lesen und schreiben lernen.“ Kennen Sie Menschen, die dieses Ziel erreichen wollen? Wir richten uns mit diesem Deutschkurs an Erwachsene, die ihre Muttersprache oder ihre Zweitsprache Deutsch nicht oder nur mit Mühe lesen können bzw. große Schwierigkeiten beim korrekten Schreiben haben. Die Teilnehmenden starten vom eigenen Lernstand aus und üben individuell in kleinen Schritten und in eigenem Tempo. So bauen sie Sicherheit im Umgang mit der Schriftsprache auf. Unterstützung für das Lernen zu Hause (auch online) wird ermöglicht. Der Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich. Ein Folgekurs findet in der Regel statt. Machen Sie bitte Freunde, Bekannte und Verwandte auf dieses Lernangebot zur funktionalen Alphabetisierung aufmerksam. Für eine Anfrage ist es nie zu spät. Wir beraten Sie individuell. Diskretion sichern wir Ihnen zu: Tel. vhs 05681 775-405.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 405101T11

BEGINN: Mi 10.02.21, 17.00 bis 18.30 Uhr, 5 Termine, Start noch unklar. Bitte melden Sie sich für weitere Info bei der vhs: 05681-775-405 • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 63,00 Euro für 10 U-Std., ab 4 Teiln., Teilzahlung des Entgelts möglich • **LEITUNG:** N.N. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 405106T11

BEGINN: Di 09.02.21, 17.00 bis 18.30 Uhr, 5 Termine, Start noch unklar. Bitte melden Sie sich für weitere Info bei der vhs: 05681-775-405 • **KOSTEN:** 63,00 Euro für 10 U-Std., ab 5 Teiln., Teilzahlung des Entgelts möglich • **LEITUNG:** N.N. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 405105T11

BEGINN: Mi 10.02.21, 17.00 bis 18.30 Uhr, 5 Termine, Start noch unklar. Bitte melden Sie sich für weitere Info bei der vhs: 05681-775-405 • **KOSTEN:** 63,00 Euro für 10 U-Std., ab 4 Teiln., Teilzahlung des Entgelts möglich • **LEITUNG:** N.N. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 405102T11

BEGINN: Do 11.02.21, 17.00 bis 18.30 Uhr, 5 Termine, Start noch unklar. Bitte melden Sie sich für weitere Info bei der vhs: 05681-775-405 • **ORT:** Haus f. Gemeinschaftspflege Treysa, Burggasse 7 • **KOSTEN:** 63,00 Euro für 10 U-Std., ab 4 Teiln., Teilzahlung des Entgelts möglich • **LEITUNG:** Linda Heynmöller • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Niveaustufe A1

A1-Deutschkurs am Abend - intensiv

Einstieg in das Lernen der deutschen Sprache in 100 Unterrichtsstunden. Vermittlung der wichtigsten Kenntnisse in Lesen, Schreiben, Hören, Sprechen und Grammatik. Ziel des Kurses ist die Niveaustufe A1.1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER). Bei ausreichenden Kenntnissen kann auch eine Vorbereitung auf die optionale A1-Zertifikatsprüfung (nach Modul A1.2) erfolgen.

➔ Niveaustufe A1.1

HOMBERG: Abendkurs Nr. 404101T11

BEGINN: Mo 25.01.21, 18.00 bis 21.15 Uhr, 25 Termine, immer montags und mittwochs • **ORT:** E.-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • **KOSTEN:** 425,00 Euro für 100 U-Std., ab 6 Teiln., Teilzahlung des Entgelts möglich • **LEITUNG:** N.N. • **LEHRMATERIAL:** Lehrbuch wird am 1. Kurstag festgelegt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

A1-Deutschkurs am Abend - intensiv

Fortsetzung des Lernens der deutschen Sprache in 100 Unterrichtsstunden mit Vorkenntnissen auf Niveau A1.1. Vermittlung der wichtigsten Kennt-

nisse in Lesen, Schreiben, Hören, Sprechen und Grammatik. Ziel des Kurses ist die Niveaustufe A1.2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER). Bei ausreichenden Kenntnissen kann auch eine Vorbereitung auf die optionale A1-Zertifikatsprüfung (nach Modul A1.2) erfolgen. Für die Zertifikatsprüfung A1 zu einem noch zu bestimmenden Termin ist eine separate Anmeldung erforderlich.

➔ Niveaustufe A1.2

HOMBERG: Abendkurs Nr. 404102T11

BEGINN: Di 12.01.21, 18.00 bis 21.15 Uhr, 25 Termine, immer dienstags und donnerstags • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • **KOSTEN:** 425,00 Euro für 100 U-Std., ab 6 Teiln., Teilzahlung des Entgelts möglich • **LEITUNG:** Krasi-mira Dimova • **LEHRMATERIAL:** Lehrbuch wird am 1. Kurstag festgelegt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Wir setzen auf
Schulungsunterlagen von

HERDT

www.herdt.com

Niveaustufe A2

A2-Deutschkurs am Abend - intensiv

Aufbau von Grundkenntnissen der deutschen Sprache in 100 Unterrichtsstunden auf der Grundlage von Vorkenntnissen auf Niveaustufe A1. Intensive Vorbereitung auf die telc-Deutsch Zertifikatsprüfung A2 ist möglich. Die Zertifikatsprüfung wird zu einem nachfolgenden Termin angeboten. Separate Anmeldung zur Zertifikatsprüfung erforderlich.

➔ **Niveaustufe A2.1**

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 404201T11

BEGINN: Do 11.02.21, 18.00 bis 21.15 Uhr, 25 Termine, immer montags und donnerstags • **ORT:** C.-Bantzer-Schule ZIG, Fünftenweg 30 • **KOSTEN:** 425,00 Euro für 100 U-Std., ab 6 Teiln., Teilzahlung des Entgelts möglich • **LEITUNG:** Regina Liebertz • **LEHRMATERIAL:** Lehrbuch wird am 1. Kurstag festgelegt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Niveaustufe B1

Prüfungsvorbereitung für DTZ-Zertifikat

Sie möchten das Prüfungsformat, den Prüfungsablauf und die Inhalte der Prüfung „Deutsch-Test für Zuwanderer“ (DTZ) kennenlernen? Diese Prüfung ist eine anerkannte Zertifikatsprüfung, die Deutschkenntnisse auf der Niveaustufe B1 dokumentiert. Sie gilt auch als offizieller Nachweis des geforderten Sprachstands für die Einbürgerung. In diesem Kurs geben wir Ihnen ausführliche Informationen über die Anforderungen und Inhalte dieser Prüfung. Außerdem durchlaufen Sie ein Prüfungstraining von A bis Z, machen sich anhand eines Modelltests mit den Aufgabenstellungen vertraut und üben die einzelnen Schritte im Ablauf der schriftlichen und mündlichen Prüfungsteile. Sie bekommen Tipps zum Üben, damit Sie sich gut vorbereitet bei der Prüfung anmelden können.

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 404272T11

TERMIN: Fr 15.01.21, 14.45 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 25,00 Euro für 4 U-Std., ab 5 Teiln., inkl. Lernmaterialien, Prüfungstermin DTZ für Externe: Fr 05.02.2021 • **LEITUNG:** Dr. Ahmed El-Cherid • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Prüfung: Deutsch DTZ für EXTERNE
Deutschtest für Zuwanderer

Telc-Deutschprüfung für Zuwanderer zum Nachweis von Deutschkenntnissen auf der Niveaustufe B1 bzw. A2 in Orientierung an den Niveaustufen des Europäischen Referenzrahmens für Fremdsprachen (GER). Zur Information und zur Einführung in den Ablauf der Prüfung weisen wir auf das Seminar zur Prüfungsvorbereitung am 29.01.2021 in Homberg hin.

Weitere geplante DTZ-Prüfungstermine für Externe werden auf Anfrage mitgeteilt. Auf Nachfrage werden weitere Termine zu Seminaren zur Prüfungsvorbereitung angeboten.

HOMBERG: Tageskurs Nr. 404272TP11

BEGINN: Fr 05.02.21, 9.30 bis 18.00 Uhr, 2 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 130,00 Euro für 10 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Deutsch sprechen am Abend

Aufbau von fortgeschrittenen Kenntnissen der deutschen Sprache auf der Grundlage von Vorkenntnissen auf Niveaustufe A2 des Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen. Weil Sprache vor allem durch Sprechen gelernt werden kann, soll der Schwerpunkt in der Konversation liegen. Grammatik ist als Grundlage für eine gute Verständigung notwendig. Sie soll hier nur soweit wie nötig in den Fokus rücken. Bei Bedarf kann eine Vorbereitung auf die B1-Zertifikatsprüfung zusätzlich angeboten werden.



➔ **Niveaustufe B1.01**

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 404351T11

BEGINN: Mi 24.02.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 5 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 51,00 Euro für 10 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Evemarie Klein • **LEHRMATERIAL:** Lehrbuch wird am 1. Kurstag festgelegt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Deutschkurs am Abend - intensiv

Aufbau von fortgeschrittenen Kenntnissen der deutschen Sprache in 100 Unterrichtsstunden auf der Grundlage von Vorkenntnissen auf Niveaustufe B1.1 des Europäischen Referenzrahmens (GER). Die Vorbereitung auf die telc-Deutsch Zertifikatsprüfung B1 wird in 200 UE angestrebt (B1.1 + B1.2). Die Zertifikatsprüfung wird zu einem nachfolgenden Termin angeboten. Separate Anmeldung zur Zertifikatsprüfung erforderlich.

➔ **Niveaustufe B1.2**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 404302T11

BEGINN: Do 04.02.21, 18.15 bis 21.15 Uhr, 27 Termine, immer montags und donnerstags • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • **KOSTEN:** 425,00 Euro für 100 U-Std., ab 6 Teiln., Teilzahlung des Entgelts möglich • **LEITUNG:** Dr. Ahmed El-Cherid • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Niveaustufe B2

Deutschkurs am Abend - intensiv

Aufbau von fortgeschrittenen Kenntnissen der deutschen Sprache in 100 Unterrichtsstunden (UE) auf der Grundlage von Vorkenntnissen auf Niveaustufe B1 des Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen. Sie erwerben die Fähigkeit, das Deutsche selbstständig und kompetent in Wort und Schrift in allen Situationen zu verwenden. Die Vorbereitung auf die telc-Deutsch Zertifikatsprüfung B2 wird in einem nachfolgenden Modul B2.2 in weiteren 100 UE angestrebt (Modul B2.1 + Modul B2.2). Separate Anmeldung zur Zertifikatsprüfung erforderlich.

➔ **Niveaustufe B2.1**

HOMBERG: Abendkurs Nr. 404401T11

BEGINN: Mo 22.02.21, 18.15 bis 21.30 Uhr, 25 Termine, immer montags und mittwochs • **ORT:** E.-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • **KOSTEN:** 445,00 Euro für 100 U-Std., ab 6 Teiln., Teilzahlung des Entgelts möglich • **LEITUNG:** N.N. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Englisch

Niveaustufe A1

Englisch für den Urlaub

Dieser Englischkurs ist für Anfänger. Er ist rund um Wortschatz, erste Dialoge und Kurztexte einfach gestaltet. Die Themenfelder drehen sich ganz praktisch um Situationen, die im Urlaub vorkommen können: im Restaurant, am Flughafen, beim Arzt, auf der Bank. Die Aussprache kommt nicht zu kurz. Wissenswertes über englischsprachige Länder runden den Kurs ab. Welcome!

Niveaustufe A1.01

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 406107S11

BEGINN: Di 20.04.21, 9.30 bis 11.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 99,00 Euro für 16 U-Std., ab 4 Teiln. • **LEITUNG:** Doris Spegel • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Englisch - von Anfang an

Es erwartet Sie ein Englischkurs, der den Einstieg in die Sprache rund um Wortschatz, erste Dialoge und Kurztexte einfach gestaltet. Die Themenfelder drehen sich ganz praktisch um Alltagssituationen. Die Aussprache kommt nicht zu kurz. Wissenswertes über englischsprachige Länder runden den Kurs ab. Welcome!

Niveaustufe A1.01

GUDENSBERG: Vormittagskurs Nr. 406105S11

BEGINN: Fr 26.02.21, 9.00 bis 10.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Svetlana Atroshenko • **LEHRMATERIAL:** Lehrbuch wird am 1. Kurstag festgelegt • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 406101S11

BEGINN: Do 11.02.21, 19.30 bis 21.00 Uhr, 7 Termine • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • **KOSTEN:** 59,00 Euro für 14 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Dagmar Braun • **LEHRMATERIAL:** Langenscheidt: Network Now English A1, ISBN 978 3 12 606588 7 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 406106S11

BEGINN: Do 22.04.21, 10.00 bis 11.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Evemarie Klein • **LEHRMATERIAL:** Cornelsen Verlag: Easy English A1.1 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Englisch - Anfangskenntnisse erweitern

Ideal zum Weiterlernen oder Wiedereinsteigen nach vhs-Kursen auf Niveau A1 des Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen oder mit vergleichbaren Vorkenntnissen. Sie lernen in entspannter Atmosphäre, können Grammatik wiederholen und haben viel Gelegenheit zum Sprechen und Üben.

Niveaustufe A1.02

HOMBERG: Abendkurs Nr. 406112S11

BEGINN: Do 22.04.21, 19.30 bis 21.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Dagmar Braun • **LEHRMATERIAL:** Langenscheidt: Network Now English A1, ISBN 978 3 12 606588 7 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Niveaustufe A1.03

HOMBERG: Abendkurs Nr. 406103S11

BEGINN: Do 11.02.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 7 Termine • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • **KOSTEN:** 59,00 Euro für 14 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Dagmar Braun • **LEHRMATERIAL:** Klett: Let`s Enjoy English A1.1. ISBN: 978-3-12-501630-9 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Niveaustufe A1.04

HOMBERG: Abendkurs Nr. 406104S11

BEGINN: Do 22.04.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Dagmar Braun • **LEHRMATERIAL:** Klett: Let`s Enjoy English A1.1. ISBN: 978-3-12-501630-9 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Niveaustufe A1.05

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 406113S11

BEGINN: Mo 19.04.21, 9.00 bis 10.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 99,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. • **LEHRMATERIAL:** Langenscheidt: Network Now English A1 Starter, ISBN 978 3 12 6065856 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Niveaustufe A1.08

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 406115S11

BEGINN: Mi 20.01.21, 17.30 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Regina Liebertz • **LEHRMATERIAL:** Klett-Langenscheidt Verlag: English Network Now A1 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Niveaustufe A1.09

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 406116S11

BEGINN: Mi 21.04.21, 17.30 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Regina Liebertz • **LEHRMATERIAL:** Klett-Langenscheidt Verlag: English Network Now A1 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Englisch - intensiv am Vormittag

Dieser Englischkurs baut Ihre geringen Vorkenntnisse intensiv auf. Kenntnisse in der Sprech- und Hörfertigkeit werden ebenso gründlich vermittelt wie Leseverstehen und Schreiben. Ziel ist die Bewältigung einfacher Situationen in Alltag und Beruf in der englischen Sprache. Landeskundliche Themen runden dabei die sprachlichen Themen ab. Geeignet für Teilnehmende, die in kurzer Zeit Kenntnisse vorweisen wollen. Eine Fortsetzung wird geplant und eine separate Zertifikatsprüfung wird auf Wunsch angeboten. Welcome!

Niveaustufe A1.2

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 406102S11

BEGINN: Do 25.02.21, 9.00 bis 11.15 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 148,00 Euro für 30 U-Std., ab 5 Teiln., Teilzahlung des Entgelts möglich • **LEITUNG:** Ilona Kroeger • **LEHRMATERIAL:** Klett: Great! A1 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

► Bei allen Kursen gilt: vorbehaltlich Änderungen - aktuelle Infos auf unserer Webseite!

Niveaustufe A2

Englisch - Anfangskenntnisse erweitern

Englischintensivkurs - geeignet für Teilnehmende mit geringen Anfangskenntnissen. Ob für unterwegs, auf Reisen, geschäftlich oder im Urlaub, es gibt Situationen, die auch mit wenigen Sprachkenntnissen gut zu meistern sind. Der Kurs vermittelt ein „Survival English“, das mit wenig Einsatz große Wirkung erzielen kann. Hier die Schwerpunkte: meeting people, getting information, small talk, travelling, shopping, eating out, health and illness. Gut geeignet für Lebenskünstler und alle, die endlich mal Englisch lernen wollen. Ein Sprachkurs zur Erleichterung der Kommunikation in Europa mit Informationen zu gesellschafts- und wirtschaftspolitischen Fragen englischsprachiger Länder. „Welcome!“ Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung mit Themen aus Politik und Wirtschaft für ein Europa mit mehrsprachigen Bürgerinnen und Bürgern.

➔ **Bildungsurlaub A1.2**

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406118X02

TERMINE: Mo 25.1 bis Fr 29.1., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U.-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-20-0900 vom 18.06.2020 • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveaustufe A1 - A2

Englisch - Survival English Compact

How to survive in an English-speaking country. Survival English - ob unterwegs, auf Reisen, geschäftlich oder im Urlaub, es gibt Situationen, die auch mit wenigen Sprachkenntnissen gut zu meistern sind. Der Kurs vermittelt ein „Survival English“, das mit wenig Einsatz große Wirkung erzielen kann. Hier die Schwerpunkte: meeting people, getting information, travelling, shopping, eating out, health and illness. Gut geeignet für Lebenskünstler und alle anderen. Welcome!

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406108S11

BEGINN: Di 09.02.21, 17.00 bis 18.30 Uhr, 8 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 67,00 Euro für 16 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elke Manshausen • LEHRMATERIAL: Klett: Great Survival English, ISBN: 978-3-12-501495-4 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

Niveaustufe A1 - B1

Englische Aussprache

Ein native speaker kann Ihnen sagen, auf was es bei der Aussprache des Englischen ankommt, damit man Sie versteht. Der typisch deutsche Akzent wird zwar auch thematisiert, aber im Fokus dieses Kursabends stehen Tipps und Hilfen, damit Sie eine klare Aussprache erreichen.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 406409T11

TERMIN: Mi 24.02.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 1 Termin • ORT: C.-Bantzer-Schule ZIG, Fünftenweg 30 • KOSTEN: 13,00 Euro für 2 U.-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: James-David Crofts • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► Umfangreichere Kursbeschreibungen gesucht? Weitere Infos finden Sie auf unserer Homepage!

Englisch - Grundkenntnisse aufbauen / erweitern

Ideal zum Wiedereinstieg oder Weiterlernen nach vhs-Kursen auf A1-Niveau des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen oder vergleichbaren Kenntnissen. Erleben Sie ein lebhaftes kommunikatives Lernen in entspannter Atmosphäre. Sie haben viel Gelegenheit zum Sprechen und Üben und bauen so Ihre Grundkenntnisse auf.

➔ **Niveaustufe A2.01**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 406207S11

BEGINN: Mo 08.02.21, 17.30 bis 19.00 Uhr, 12 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Doris Spiegel • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 406256S02

BEGINN: Di 26.01.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 9 Termine • ORT: C.-Bantzer-Schule ZIG, Fünftenweg 30 • KOSTEN: 75,00 Euro für 18 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Heino Günther • LEHRMATERIAL: Klett: Network Now A2.1; ISBN: 978-3-12-606591-7 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

➔ **Niveaustufe A2.02**

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406216S11

BEGINN: Mo 25.01.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 9 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 75,00 Euro für 18 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elke Manshausen • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstag festgelegt • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406214S11

BEGINN: Mo 22.02.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 6 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 51,00 Euro für 12 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Evemarie Klein • LEHRMATERIAL: Cornelsen Verlag: Easy English A2.1 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406217S11

BEGINN: Mo 19.04.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 67,00 Euro für 16 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elke Manshausen • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstag festgelegt • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 406257S11

BEGINN: Di 20.04.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 8 Termine • ORT: C.-Bantzer-Schule ZIG, Fünftenweg 30 • KOSTEN: 67,00 Euro für 16 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Heino Günther • LEHRMATERIAL: Klett: Network Now A2.1; ISBN: 978-3-12-606591-7 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

➔ **Niveaustufe A2.03**

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406215S11

BEGINN: Mo 19.04.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Evemarie Klein • LEHRMATERIAL: Cornelsen Verlag: Easy English A2.1 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 406213S11

BEGINN: Mi 21.04.21, 9.00 bis 10.30 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 99,00 Euro für 20 U.-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: N.N. • LEHRMATERIAL: Klett: Let`s Enjoy English A2.1, Unit 7 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

► Fortsetzung A2 auf der nächsten Seite



⇒ Niveaustufe A2.04

BORKEN: Abendkurs Nr. 406211S11**BEGINN:** Di 09.02.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 12 Termine • **ORT:** Gustav-Heinemann-Schule, Geysostr. 6 – 10 • **KOSTEN:** 100,00 Euro für 24 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Doris Spegel • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

⇒ Niveaustufe A2.12

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 406212S11**BEGINN:** Mo 19.04.21, 10.45 bis 12.15 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 97,00 Euro für 20 U.-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.**English - Refresher Course**

So planen Sie Ihren neuen Start in die englische Sprache: Der Kurs unterstützt Sie dabei, Inventur zu machen und aufzufrischen, was an Kenntnissen auf Niveau A2 des Gemeinsamen Referenzrahmens (GER) für Sprachen aus der Schulzeit oder früheren Englischkursen noch vorhanden ist. Wir bieten jede Menge „practice and activities“ an. Da geht es um Wortschatz ebenso wie um Ausdruck und Grammatik. „Step by step“ werden Sie die Grundlagen der englischen Sprache wiederholen und anwenden. Anfangskenntnisse auf Niveau A1 werden vorausgesetzt. „Take your chance!“

⇒ Niveaustufe A2

HOMBERG: Abendkurs Nr. 406201S11**BEGINN:** Di 09.02.21, 17.30 bis 19.00 Uhr, 7 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 59,00 Euro für 14 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** James-David Crofts • **LEHRMATERIAL:** Lehrbuch wird am 1. Kurstag festgelegt • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 406202S11**BEGINN:** Di 20.04.21, 17.30 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** James-David Crofts • **LEHRMATERIAL:** Lehrbuch wird am 1. Kurstag festgelegt • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.**Englisch - Grundlagen**

Englisch Grundlagen - ob für unterwegs, auf Reisen, geschäftlich oder im Urlaub, es gibt Situationen, die auch mit wenigen Sprachkenntnissen gut zu meistern sind. Der Kurs vermittelt ein „Survival English“ auf dem Niveau A2, das mit wenig Einsatz große Wirkung erzielen kann. Hier die Schwerpunkte: meeting people, getting information, small talk, travelling, shopping, eating out, health and illness. Gut geeignet als Fortsetzung des Bildungsurlaubs A1.2 im vergangenen Semester und für alle, die endlich wieder Englisch lernen wollen. „Welcome!“. Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung mit Themen aus Politik und Wirtschaft für ein Europa mit mehrsprachigen Bürgerinnen und Bürgern.

⇒ Bildungsurlaub A2

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406118X11**TERMINE:** Mo 28.6. bis Fr 2.7., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U.-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-20-0900 vom 18.06.2020 • **LEITUNG:** Ilona Kroeger • **LEHRMATERIAL:** Klett: Great! A1 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Niveaustufe A2 - B1

Enjoy speaking English

You will have the opportunity to practise your English in different communicative situations. You make this course work by exchanging your opinions with others about different subjects. The course is designed to put more contents into your English. Let's get together and update your English.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406250S11**BEGINN:** Mo 25.01.21, 17.00 bis 18.30 Uhr, 9 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 18 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Elke Manshausen • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 406251S11**BEGINN:** Mo 19.04.21, 17.00 bis 18.30 Uhr, 8 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 67,00 Euro für 16 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Elke Manshausen • **LEHRMATERIAL:** Klett Verlag: Network Now English A2.1. ISBN: 978-3-12-606591-7 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Niveaustufe B1

Enjoy speaking English

You will have the opportunity to practise your English in different communicative situations. You make this course work by exchanging your opinions with others. The course is designed to put more contents into your English. Let's get together and update your English.

⇒ Niveaustufe B1

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 406351S11**BEGINN:** Mi 20.01.21, 9.00 bis 10.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** FaFritz Familienzentrum, Hellenweg 12 • **KOSTEN:** 90,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Evemarie Klein • **LEHRMATERIAL:** Klett Verlag: Fairway Refresher B1 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.**FRITZLAR:** Vormittagskurs Nr. 406354S11**BEGINN:** Mi 21.04.21, 9.00 bis 10.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** FaFritz Familienzentrum, Hellenweg 12 • **KOSTEN:** 90,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Evemarie Klein • **LEHRMATERIAL:** Klett Verlag: Fairway Refresher B1 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.**English - Conversation**

Topical issues - entertaining. You will have the opportunity to practise your English in different communicative situations. You make this course work by exchanging your opinions with others. The course is designed to put more content into your English. Let's get together and update your English.

⇒ Niveaustufe B1

HOMBERG: Abendkurs Nr. 406451T11**BEGINN:** Di 09.02.21, 19.10 bis 20.40 Uhr, 7 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 70,00 Euro für 14 U.-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** James-David Crofts • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 406453S11**BEGINN:** Di 20.04.21, 19.10 bis 20.40 Uhr, 8 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 80,00 Euro für 16 U.-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** James-David Crofts • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

English - Refresher Course

So planen Sie Ihren neuen Start in die englische Sprache: Der Kurs unterstützt Sie dabei, Inventur zu machen und aufzufrischen, was an Kenntnissen auf Niveau B1 des Gemeinsamen Referenzrahmens (GER) für Sprachen aus der Schulzeit oder früheren Englischkursen noch vorhanden ist. Wir bieten jede Menge „practice and activities“ an. Da geht es um Wortschatz ebenso wie um Ausdruck und Grammatik. „Step by step“ werden Sie sprachlich voran kommen und sicherer werden im selbständigen Sprechen, Verstehen und schriftlichen Anwenden der englischen Sprache. Grundkenntnisse auf Niveau A1-A2 werden vorausgesetzt. „Take your chance!“



➔ Niveaustufe B1

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406308S11

BEGINN: Di 09.02.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 67,00 Euro für 16 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Elke Manshausen • **LEHRMATERIAL:** Lehrbuch wird am 1. Kurstag festgelegt • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

➔ Niveaustufe B1.05

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 406304S11

BEGINN: Mi 13.01.21, 17.30 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Udo Grenz-bach • **LEHRMATERIAL:** English Refresher B1: Easy English B 1.2 ca. Unit 3 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Englisch - Lesen, Sprechen, Diskutieren

Mit guten Grundkenntnissen können Sie nun auf der fortgeschrittenen Niveaustufe die Sprachkenntnisse ausbauen und ein möglichst selbstständiges Anwenden der Fremdsprache erreichen.

➔ Niveaustufe B1.05

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 406332S11

BEGINN: Di 19.01.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Regina Liebertz • **LEHRMATERIAL:** Cornelsen-Verlag: Easy English B1, ab Unit 11 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

➔ Niveaustufe B1.06

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 406333S11

BEGINN: Di 20.04.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Regina Liebertz • **LEHRMATERIAL:** Cornelsen-Verlag: Easy English B1 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

➔ Niveaustufe B1.08

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 406335S11

BEGINN: Mi 21.04.21, 10.45 bis 12.15 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 99,00 Euro für 20 U.-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Enjoy speaking English

Topical issues - entertaining. You will have the opportunity to practise your English in different communicative situations. You make this course work by exchanging your opinions with others. The course is designed to put more content into your English. Let's get together and update your English.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406353S11

BEGINN: Di 19.01.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Evemarie Klein • **LEHRMATERIAL:** Klett Verlag: In conversation, B1/B2 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406355S11

BEGINN: Di 20.04.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 11 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 92,00 Euro für 22 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Evemarie Klein • **LEHRMATERIAL:** Klett Verlag: In conversation, B1/B2 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

English in Conversation

Topical issues - entertaining. You will have the opportunity to practise your English in different communicative situations. You make this course work by exchanging your opinions with others. The course is designed to put more content into your English. Let's get together and update your English.

GUDENBERG: Vormittagskurs Nr. 406452S11

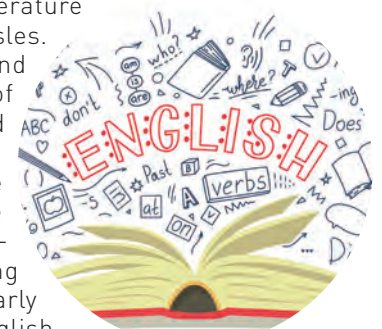
BEGINN: Di 20.04.21, 10.00 bis 11.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** DGH Gleichen, Am Burgfeld 3 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Evemarie Klein • **LEHRMATERIAL:** Klett Verlag: In conversation, B1/B2 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Niveaustufe B1 - C1

English - A Taste of Literature

We would love to spend a whole day enjoying the charm of literature from around the British Isles.

We plan to study texts and excerpts from a range of genres by both female and male writers of British and Irish background. Of course we shall actively exchange ideas, by reading out striking passages, discussing or just listening to the early works of literature in English, such as the Canterbury Tales up to modern writings. Will you join us on a Saturday in June in a historical setting to be inspired by English teachers and their beloved books, stories, poems and plays amidst valuable suggestions from local bookshops? Get a taste of English, Irish, Scottish and Welsh culture, life and language and enjoy this journey like a dip in the ocean.



SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 406455T11

TERMIN: Sa 19.06.21, 10.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Als Veranstaltungsort ist ein historischer Ort geplant (folgt) • **KOSTEN:** 49,00 Euro für 9 U.-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Verpflegung zum Selbstkostenpreis, Aktuelles Tagesprogramm auf Anfrage • **LEITUNG:** Heino Günther mit weiteren Englisch-Dozenten und -dozentinnen • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Niveaustufe B2

Enjoy speaking English

Topical issues - entertaining. You will have the opportunity to practise your English in different communicative situations. You make this course work by exchanging your opinions with others. The course is designed to put more content into your English. Let's get together and update your English.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 406451S11

BEGINN: Mo 08.02.21, 19.00 bis 20.30 Uhr, 11 Termine, 14-tägig, terminliche Abweichungen möglich. • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • **KOSTEN:** 92,00 Euro für 22 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Tony Baker • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Business English

Business English

Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung mit Themen aus Politik und Wirtschaft für ein Europa mit mehrsprachigen Bürgerinnen und Bürgern zur Verbesserung der Kommunikation in Europa. Sie erwerben rasch verwertbare Englischkenntnisse im Bereich Business English für die mündliche und schriftliche Kommunikation am Arbeitsplatz. Der Kurs umfasst Themen, die auf den englischsprachigen Berufsalltag vorbereiten. Inhalte: Unternehmensstrukturen, Produktbeschreibungen, Arbeitsabläufe, Kundenkontakte, mündliches und schriftliches Kommunikationstraining, Präsentationen, Meetings, Trädefare. Grundlegende Vorkenntnisse auf der allgemeinsprachlichen Niveaustufe B1 werden vorausgesetzt. Fragen zu gesellschafts- und wirtschaftspolitischen Themen englischsprachiger Länder stehen im Fokus.

➔ Bildungsurlaub B1

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406341X02

TERMINE: Mo 18.1. bis Fr 22.1., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U.-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-19-1070 • **LEITUNG:** Ilona Kroeger • **LEHRMATERIAL:** Klett: Real Business English B1 Studentbook+CD; ISBN 978-3-12-501670-5 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

English - effective presentation in business

Does giving a presentation make you feel a little nervous? Well, you're not alone. According to Forbes, giving a presentation makes 80 % of us feel nervous! The good news is that feeling nervous might be a good thing. This feeling pushes us to prepare ourselves better, and as long as you're well prepared, you'll do just fine. So then, we will look at how best to present ourselves and represent our company in English. We will focus on the business English phrases you can count on to make your presentation go more smoothly from start to finish. Within this course we will deal with different areas of business and sales representation.

➔ Niveaustufe B1

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 406411T11

BEGINN: Mi 03.03.21, 18.30 bis 21.00 Uhr, 2 Termine • **ORT:** C.-Bantzer-Schule ZIG, Fünftenweg 30 • **KOSTEN:** 33,00 Euro für 6 U.-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** James-David Crofts • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

English - socializing in business settings

Socializing in business is one of the imperative skills. Come and experience essential language in such situations with the help of an experienced native speaker.

➔ Niveaustufe B1

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 406412T11

BEGINN: Mi 17.03.21, 19.15 bis 21.30 Uhr, 2 Termine • **ORT:** C.-Bantzer-Schule ZIG, Fünftenweg 30 • **KOSTEN:** 33,00 Euro für 6 U.-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** James-David Crofts • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Französisch

Niveaustufe A1

Französisch - von Anfang an

Es erwartet Sie ein Französischkurs, der den Einstieg oder den Wiedereinstieg in die französische Sprache rund um Wortschatz, kleine Dialoge und Kurztexte sehr kurzweilig gestaltet. Die Themenfelder drehen sich ganz praktisch um Alltagssituationen. Die Aussprache kommt nicht zu kurz. Wissenswertes über Frankreich und die französischen Nachbarn runden den Kurs ab. Bienvenue!

➔ Niveaustufe A1.01

GDENSBERG: Vormittagskurs Nr. 408105S11

BEGINN: Fr 26.02.21, 10.45 bis 12.15 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Svetlana Atroschenko • **LEHRMATERIAL:** Pons: Langenscheidt Komplett-Paket Französisch, ISBN 978-3-12-563333-9 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 408101S11

BEGINN: Do 11.02.21, 19.10 bis 20.40 Uhr, 8 Termine • **ORT:** Schwalmgymnasium Treysa, Ascheröder Str. 30 • **KOSTEN:** 67,00 Euro für 16 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Christian Pfaff • **LEHRMATERIAL:** Lehrbuch wird am 1. Kursabend bekannt gegeben • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.



Französisch - geringe Anfangskenntnisse

Wenn Sie die französische Sprache für Begegnungen beruflicher Art oder im Rahmen von Städtepartnerschaftlichem Austausch erlernen wollen, sind Sie hier richtig. Das Lernen ist rund um den wichtigen Wortschatz, kleine Dialoge und Kurztexte effektiv gestaltet. Die Themenfelder drehen sich ganz praktisch um Alltagssituationen. Die Aussprache kommt nicht zu kurz. Wissenswertes über Frankreich und die französischsprachigen Länder weltweit runden den Kurs ab.

➔ Niveaustufe A1.01

HOMBERG: Abendkurs Nr. 408102S11

BEGINN: Mi 10.02.21, 18.20 bis 19.50 Uhr, 8 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 67,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Brigitte Wagner • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag festgelegt • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

➔ Niveaustufe A1.02

HOMBERG: Abendkurs Nr. 408103S11

BEGINN: Mi 21.04.21, 18.20 bis 19.50 Uhr, 11 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 92,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Brigitte Wagner • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag festgelegt • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Französisch - Anfangskenntnisse erweitern

Viel sprechen, wiederholen und dazulernen in entspannter Lernatmosphäre. So verbessern Sie Ihre Grundkenntnisse und bleiben sprachlich am Ball. Die Themenfelder drehen sich ganz praktisch um Alltagssituationen. Die Aussprache kommt nicht zu kurz. Wissenswertes über Frankreich und die französischen Nachbarn runden den Kurs ab. Bienvenue!

➔ Niveaustufe A1.02

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 408106S11

BEGINN: Mo 08.02.21, 19.00 bis 20.30 Uhr, 12 Termine • **ORT:** Reichspräsident-Friedrich-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • **KOSTEN:** 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Doris Spiegel • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 408104S11

BEGINN: Do 22.04.21, 19.10 bis 20.40 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Schwalmgymnasium Treysa, Ascheröder Str. 30 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Christian Pfaff • **LEHRMATERIAL:** Lehrbuch wird am 1. Kursabend bekannt gegeben • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

➔ Niveaustufe A1.06

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 408109S02

BEGINN: Do 21.01.21, 19.30 bis 21.00 Uhr, 11 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 92,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Brigitte Wagner • **LEHRMATERIAL:** Hueber Verlag: On y va, A1, ab Lektion 7 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

➔ Niveaustufe A1.07

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 408109S11

BEGINN: Do 22.04.21, 19.30 bis 21.00 Uhr, 9 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Brigitte Wagner • **LEHRMATERIAL:** Hueber Verlag: On y va, A1, ab Lektion 8 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

➔ Bildungsurlaub A1.2

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 14.

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 408111X02

TERMINE: Mo 12.04. bis Fr 16.04., jeweils 9 bis 16.30 Uhr • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen folgt • **LEITUNG:** Brigitte Wagner • **LEHRMATERIAL:** Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Niveaustufe A2

Französisch - Conversation

Vous êtes francophile, vous aimez parler français, vous avez appris le français à l'école ou chez nous à la VHS, alors vous êtes le bienvenu dans notre groupe de conversation pour parler de la vie courante, de voyages, de loisirs, etc...

HOMBERG: Abendkurs Nr. 408210S11

BEGINN: Mi 10.02.21, 17.15 bis 18.15 Uhr, 8 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 47,00 Euro für 11 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Brigitte Wagner • **LEHRMATERIAL:** Kursmaterial wird am 1. Kurstag festgelegt • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 408251S11

BEGINN: Mi 21.04.21, 17.15 bis 18.15 Uhr, 11 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 64,00 Euro für 15 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Brigitte Wagner • **LEHRMATERIAL:** Kursmaterial wird am 1. Kurstag festgelegt • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Französisch - Grundkenntnisse aufbauen

Ideal zum Weiterlernen oder Wiedereinsteigen nach vhs-Kursen auf A2-Niveau des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen oder mit vergleichbaren Vorkenntnissen. Sie lernen in entspannter Atmosphäre, können Grammatik wiederholen und haben viel Gelegenheit zum Sprechen und Üben. So können Sie bald Wesentliches sagen und sich in routinemäßigen Situationen in Französisch bewegen. Wissenswertes über Frankreich und die französischen Nachbarn runden den Kurs ab. Bienvenue!

➔ Niveaustufe A2.05

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 408206S11

BEGINN: Mi 24.02.21, 19.10 bis 20.40 Uhr, 5 Termine • **ORT:** König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • **KOSTEN:** 43,00 Euro für 10 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Udo Grenzbeach • **LEHRMATERIAL:** Französisch A2: Perspectives Allez-y A2, ca.Unité 5 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.



Niveaustufe A2 - B1

Französisch - Auffrischung - Rebonjour

Es erwartet Sie ein Französischkurs, der das Weiterlernen der französischen Sprache rund um Wortschatz, Dialoge und Texte einfach gestaltet. Die Themenfelder drehen sich ganz praktisch um Alltagssituationen. Die Aussprache kommt nicht zu kurz. Wissenswertes über Frankreich und die französischen Nachbarn runden den Kurs ab. Der Kurs ist ideal für Personen mit ehemals soliden Vorkenntnissen. Bienvenue!

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 408204S02

BEGINN: Do 21.01.21, 17.50 bis 19.20 Uhr, 11 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 92,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Brigitte Wagner • **LEHRMATERIAL:** Hueber Verlag: Rebonjour- Auffrischkurs A2, ab Lektion 5 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 408204S11

BEGINN: Do 22.04.21, 17.50 bis 19.20 Uhr, 9 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Brigitte Wagner • **LEHRMATERIAL:** Hueber Verlag: Rebonjour- Auffrischkurs A2, ab Lektion 6 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

**Französisch - Grundkenntnisse aufbauen**

Viel sprechen, wiederholen und dazulernen in entspannter Lernatmosphäre. So verbessern Sie Ihre Grundkenntnisse und bleiben sprachlich am Ball. Die Themenfelder drehen sich ganz praktisch um Alltagssituationen. Die Aussprache kommt nicht zu kurz. Wissenswertes über Frankreich und die französischen Nachbarn runden den Kurs ab. Bienvenue!

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 408308S11

BEGINN: Mi 10.02.21, 19.00 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** C.-Bantzer-Schule ZIG, Fünftenweg 30 • **KOSTEN:** 49,00 Euro für 11 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Gabriele Mollenhauer • **LEHRMATERIAL:** Cornelsen: Perspectives A2-B1 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 408309S11

BEGINN: Mi 21.04.21, 19.00 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** C.-Bantzer-Schule ZIG, Fünftenweg 30 • **KOSTEN:** 49,00 Euro für 11 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Gabriele Mollenhauer • **LEHRMATERIAL:** Cornelsen: Perspectives A2-B1 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Italienisch

Niveaustufe A1

Italienisch intensiv in Casina bzw. in der Toskana

Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung mit Themen aus Politik und Wirtschaft für ein Europa mit mehrsprachigen Bürgerinnen und Bürgern. Ein Sprachkurs in Italien mit sprachlicher Qualifizierung in authentischen Situationen und Themen aus Politik und Wirtschaft an Beispielen vor Ort sowie der Erweiterung persönlicher und beruflicher Kompetenzen.



Vermittelt werden Grundkenntnisse der italienischen Sprache, ausgerichtet an Themen und Kommunikationssituationen im italienischsprachigen Alltags- und Berufsleben. Das Sprachtraining erfolgt auch in realer Kommunikation mit Einheimischen in Casina / in der Toskana. Die Themenschwerpunkte zur Landeskunde sind ausgerichtet an den lokalen Besonderheiten der Region wie die Herstellung von Spezialitäten, z.B. Aceto Balsamico und Pasta (Casina) bzw. Tourismus, Olivenanbau und -verarbeitung sowie den Themen Weinanbau und Weinernte (Toskana). Wirtschaftspolitische und kulturorientierte Aspekte werden im Unterricht und vor Ort erschlossen. Der Bildungsurlaub ist ideal für Personen zum ersten Einstieg in die italienische Sprache oder solche mit wenigen Grundkenntnissen (Casina) bzw. die in die italienische Sprache einsteigen oder Grundkenntnisse auffrischen wollen (Toskana) und besonders geeignet für die Berufsbereiche Gastronomie, Tourismus, Handel und Soziales. Die Organisation der An- und Abreise sowie die Buchung der vorgesehenen Unterkunft in Casina bzw. Florenz ist mit organisatorischer Hilfe der Kursleitung von den Teilnehmenden selbstverantwortlich und verbindlich zu buchen. Es gelten die AGB der jeweiligen Vertragspartner. Informationen zur Tagungsstätte und zur Unterkunft ist bei der Kursleitung zu erhalten. Eine kostenfreie Abmeldung ist möglich bis zum 15.05.2021 (Casina) bzw. 20.08.2021 (Toskana). Danach entsteht die Verpflichtung zur Zahlung des vollen Entgelts. Der Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung wird empfohlen.

➔ **Bildungsurlaube A1**

CASINA/ITALIEN: Bildungsurlaub Nr. 409103X11

TERMINE: Mo 21.6. bis Fr 25.6., jeweils 9.30 bis 17 Uhr, Kurs unter Vorbehalt der aktuellen Lage zur Corona-Pandemie • **KOSTEN:** 341,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung, AZ. III1A-55n-4145-0213-19-1062 vom 14.05.2020 • **LEITUNG:** Andrea Morra-Hehenkamp • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

TOSKANA /ITALIEN: Bildungsurlaub Nr. 409104X12

TERMINE: Mo 4.10. bis Fr 8.10., jeweils 9.30 bis 17 Uhr, Kurs unter Vorbehalt der aktuellen Lage zur Corona-Pandemie • **KOSTEN:** 346,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung., AZ. III1A-55n-4145-0213-19-1064 vom 14.05.2020 • **LEITUNG:** Andrea Morra-Hehenkamp • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Italienisch - Anfänger mit Vorkenntnissen

Es erwartet Sie ein Italienischkurs, der den Einstieg in die Sprache rund um Wortschatz, erste Dialoge und Kurztexte einfach gestaltet. Die Themenfelder drehen sich ganz praktisch um Alltagssituationen. Die Aussprache kommt nicht zu kurz. Wissenswertes über Italien rundet den Kurs ab. Benvenuto!

↪ Niveaustufe A1.02

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409101S11

BEGINN: Mo 25.01.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 8 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 67,00 Euro für 16 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • LEHRMATERIAL: Hueber Verlag: Espresso neu A1 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409121S11

BEGINN: Mo 19.04.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • LEHRMATERIAL: Hueber Verlag: Espresso neu A1 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

Italienisch - Anfangskenntnisse erweitern

Für Lernende mit Kenntnissen aus einem vorangegangenen Anfängerkurs und auch für alle, die mit zurückliegenden Anfangskenntnissen nach langer Lernpause neu starten möchten.

↪ Niveaustufe A1.02

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409102S11

BEGINN: Di 02.02.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 8 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 67,00 Euro für 16 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHRMATERIAL: Hueber Verlag: Nuovo Espresso A1, Lektion 3 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

↪ Niveaustufe A1.03

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409111S02

BEGINN: Mo 18.01.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 8 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 67,00 Euro für 16 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Karin Casorati-Kerpen • LEHRMATERIAL: Hueber Verlag: Intermezzo, ISBN 978-3-19-209600-6 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409103S11

BEGINN: Di 20.04.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 8 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 67,00 Euro für 16 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHRMATERIAL: Hueber Verlag: Nuovo Espresso A1 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

↪ Niveaustufe A1.04

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409111S11

BEGINN: Mo 19.04.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Karin Casorati-Kerpen • LEHRMATERIAL: Hueber Verlag: Intermezzo, ISBN 978-3-19-209600-6 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409114S02

BEGINN: Mo 18.01.21, 16.30 bis 18.00 Uhr, 9 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 75,00 Euro für 18 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • LEHRMATERIAL: Hueber Verlag: Espresso neu A1 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

↪ Niveaustufe A1.07

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409116S11

BEGINN: Do 04.02.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 9 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 75,00 Euro für 18 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHRMATERIAL: Hueber Verlag: LB Espresso A1, ab Lektion 11 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 409107S11

BEGINN: Mi 21.04.21, 19.00 bis 20.30 Uhr, 9 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 75,00 Euro für 18 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHRMATERIAL: Cornelsen-Verlag: Insieme A1, Lektion 9 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

↪ Niveaustufe A1.08

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409119S11

BEGINN: Do 22.04.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 8 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 67,00 Euro für 16 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstag festgelegt • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

Italienisch macht munter

Aufgeweckt und motiviert erweitern Sie Ihre Grundkenntnisse in der italienischen Sprache. Praktische Schritte im Anwenden von Wortschatz üben Sie vor allem in kleinen Dialogen. Die Sprachpraxis steht im Vordergrund. Die Themen kreisen um Situationen im Alltagsleben. Dazu gehört auch das Lesen von Kurztexten. Nutzen Sie auch die wertvollen Informationen über Land, Leute und italienische Lebensart.

↪ Niveaustufe A1.12

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 409118S11

BEGINN: Di 20.04.21, 9.30 bis 11.00 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHRMATERIAL: Kursbuch wird am 1. Kurstag festgelegt • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.



Niveaustufe A1 - A2

Italienisch - Wiederholen, Kommunizieren, Dranbleiben

Ideal zum Weiterlernen oder Wiedereinsteigen nach vhs-Kursen auf der A1/A2-Stufe oder mit vergleichbaren Vorkenntnissen aus der Schulzeit. Sie lernen in entspannter Atmosphäre, wiederholen Wortschatz und Grammatik und erhalten reichlich Gelegenheit zum Sprechen.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409212S02

BEGINN: Do 21.01.21, 17.30 bis 18.30 Uhr, 9 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 51,00 Euro für 12 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.



Niveaustufe A2

Italienisch - Grundkenntnisse aufbauen

Ideal zum Weiterlernen oder Wiedereinsteigen nach vhs-Kursen auf der A2-Stufe oder mit vergleichbaren Vorkenntnissen. Sie lernen in entspannter Atmosphäre, können Grammatik wiederholen und haben viel Gelegenheit zum Sprechen und Üben.

➔ Niveaustufe A2.08

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 409204S11

BEGINN: Mi 21.04.21, 17.30 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Andrea Morra-Hehenkamp • **LEHRMATERIAL:** Kursbuch wird am 1. Kurstag festgelegt • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Niveaustufe B1

Italienisch: Kommunikativ mit Kopf und Herz

In der guten Mischung liegt der Erfolg: Treffender Wortschatz, passende Texte, Trainieren auch der Fertigkeiten von Lesen und Verstehen, gemischt mit Ihren eigenen Interessen. Einfach probieren und mitmachen!

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409305S02

BEGINN: Mi 20.01.21, 19.00 bis 20.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • **LEHRMATERIAL:** Bonacci editore: Che storia! • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Italienisch - Sprechvergnügen auf Italienisch

Mit guten Grundkenntnissen bauen Sie auf der Niveaustufe B1 die Sprachkenntnisse weiter aus. Sie gewinnen an Ausdruckstärke und erreichen mehr Spielraum im selbstständigen Anwenden der Fremdsprache.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409332S02

BEGINN: Do 21.01.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Niveaustufe B2

Italienisch in guter Mischung

In der guten Mischung liegt der Erfolg für Fortgeschrittene. Gespräche auf Italienisch, treffender Wortschatz, passende Texte, aktuelle Landeskunde, gemischt mit Ihren eigenen Interessen. Einfach probieren und mitmachen!

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409403S02

BEGINN: Mi 20.01.21, 18.00 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 14 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409403S11

BEGINN: Do 22.04.21, 18.00 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 14 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

▶ Bei allen Kursen gilt: vorbehaltlich Änderungen - aktuelle Infos auf unserer Webseite!

Spanisch

Niveaustufe A1

Spanisch - von Anfang an / Anfangskenntnisse erweitern

Es erwartet Sie ein Spanischkurs, der den Einstieg in die Sprache rund um Wortschatz, erste Dialoge und Kurztex te einfach gestaltet. Die Themenfelder drehen sich ganz praktisch um Alltagssituationen. Die Aussprache kommt nicht zu kurz. Wissenswertes über Spanien rundet den Kurs ab. „Bienvenidos!“

➔ Niveaustufe A1.01

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 422106S11

BEGINN: Mo 08.02.21, 9.30 bis 11.00 Uhr, 7 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 59,00 Euro für 14 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Estefanía Valera de Heuser • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con Gusto Nuevo A1. ISBN: 978-3-12-514671-6 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 422102S11

BEGINN: Mi 10.02.21, 19.10 bis 20.40 Uhr, 8 Termine • **ORT:** König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • **KOSTEN:** 67,00 Euro für 16 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Estefanía Valera de Heuser • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con Gusto Nuevo A1. ISBN: 978-3-12-514671-6 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 422101S11

BEGINN: Mo 08.02.21, 9.45 bis 11.15 Uhr, 8 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 80,00 Euro für 16 U.-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Cristina Mata Rodriguez • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con Gusto Nuevo A1 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 422111S11

BEGINN: Mo 08.02.21, 19.00 bis 20.30 Uhr, 8 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 51,00 Euro für 16 U.-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Victor Alvarez Guzman • **LEHRMATERIAL:** Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

➔ Niveaustufe A1.02

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 422104S11

BEGINN: Mi 03.02.21, 17.30 bis 19.00 Uhr, 9 Termine • **ORT:** König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 18 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Estefanía Valera de Heuser • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con Gusto Nuevo A1. ISBN: 978-3-12-514671-6 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 422109S11

BEGINN: Mo 19.04.21, 9.30 bis 11.00 Uhr, 12 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 100,00 Euro für 24 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Estefanía Valera de Heuser • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con Gusto Nuevo A1. ISBN: 978-3-12-514671-6 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 422103S11

BEGINN: Mi 21.04.21, 19.10 bis 20.40 Uhr, 12 Termine • **ORT:** König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • **KOSTEN:** 100,00 Euro für 24 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Estefanía Valera de Heuser • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con Gusto Nuevo A1. ISBN: 978-3-12-514671-6 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 422113S11

BEGINN: Mo 19.04.21, 9.45 bis 11.15 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 99,00 Euro für 20 U.-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Cristina Mata Rodriguez • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con Gusto Nuevo A1 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 422119S11

BEGINN: Mo 19.04.21, 19.00 bis 20.30 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 76,00 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Victor Alvarez Guzman • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

↪ **Niveaustufe A1.03**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 422105S11

BEGINN: Mi 21.04.21, 17.30 bis 19.00 Uhr, 12 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1. ISBN: 978-3-12-514671-6 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 422107S11

BEGINN: Mo 01.02.21, 17.15 bis 18.45 Uhr, 8 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 67,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Victor Alvarez Guzman • LEHRMATERIAL: Klett: Caminos Neu A1 ab Lektion 4 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

↪ **Niveaustufe A1.04**

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 422108S11

BEGINN: Mo 19.04.21, 17.15 bis 18.45 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Victor Alvarez Guzman • LEHRMATERIAL: Klett: Caminos Neu A1 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.



Spanisch intensiv - von Anfang an / Anfangskenntnisse erweitern

Sie erwerben rasch verwertbare Spanischkenntnisse für die mündliche und schriftliche Kommunikation im Alltag und am Arbeitsplatz. Der Kurs umfasst Themen, die auf einen Aufenthalt im spanischsprachigen Ausland vorbereiten. Ein Sprachkurs mit Informationen zu gesellschafts- und wirtschaftspolitischen Themen spanischsprachiger Länder und einer Einführung in die Kulturen. Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung zur Verbesserung der Kommunikation in Europa mit mehrsprachigen Bürgerinnen und Bürgern.

↪ **Bildungsurlaube A1.1**

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 422102X11

TERMINE: Mo 22. bis Fr 26.2.21 jeweils 9 bis 16.30 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen folgt • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 422101X12

TERMINE: Mo 12.7. bis Fr 16.7., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145.0213-20-0441 vom 28.02.2020 • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

↪ **Bildungsurlaub A1.2**

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 422101X11

TERMINE: Mo 12.04. bis Fr 16.04.21., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Klett: Spanisch für den Urlaub A1, ISBN: 978-3-12-514265-7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



↪ **Niveaustufe A1.07**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 422112S11

BEGINN: Mo 19.04.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Rita Schön-Bachmann • LEHRMATERIAL: Klett: Caminos Hoy A1, ca. Lektion 8 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 422115S11

BEGINN: Mo 08.02.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 6 Termine • ORT: E.-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • KOSTEN: 51,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Werner Müller-Klevinghaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto, Bd.1 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

↪ **Niveaustufe A1.08**

HOMBERG: Abendkurs Nr. 422116S11

BEGINN: Mo 19.04.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 6 Termine • ORT: E.-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • KOSTEN: 51,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Werner Müller-Klevinghaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con gusto A1 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

► Das Kursangebot **Spanisch Ferienkurs - für Kinder** finden Sie auf Seite 36 / 37.



Niveaustufe A2

Spanisch - Grundkenntnisse aufbauen

Für Lernende mit Kenntnissen aus einem vorangegangenen Anfängerkurs und auch für alle, die mit zurückliegenden Anfangskenntnissen nach einer Lernpause neu starten möchten.

➔ Niveaustufe A2

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 422207S11

BEGINN: Di 02.02.21, 18.25 bis 19.55 Uhr, 9 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 75,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • LEHRMATERIAL: Klett: Con Custo Nuevo A2 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

➔ Niveaustufe A2.02

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 422202S11

BEGINN: Di 02.02.21, 16.50 bis 18.20 Uhr, 9 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 75,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto nuevo A2, ISBN 978-3-12-514677-8, ab Lektion 3 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 422208S11

BEGINN: Di 20.04.21, 18.25 bis 19.55 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • LEHRMATERIAL: Klett: Con Custo Nuevo A2 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

➔ Niveaustufe A2.03

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 422204S11

BEGINN: Di 20.04.21, 16.50 bis 18.20 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto nuevo A2, ISBN 978-3-12-514677-8 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

➔ Niveaustufe A2.08

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 422223S11

BEGINN: Do 04.02.21, 17.40 bis 19.10 Uhr, 15 Termine • ORT: Schwalmgymnasium Treysa, Ascheröder Str. 30 • KOSTEN: 122,00 Euro für 30 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Christian Pfaff • LEHRMATERIAL: Klett: Con gusto A2 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

▶ Bei allen Kursen gilt: vorbehaltlich Änderungen - aktuelle Infos auf unserer Webseite!

Niveaustufe A2 - B1

Spanisch macht munter

Aufgeweckt und motiviert erweitern Sie Ihre Anfangskenntnisse in der spanischen Sprache. Praktische Schritte im Anwenden von Wortschatz üben Sie vor allem in kleinen Dialogen. Sprechen und Verstehen stehen im Vordergrund. Die Themen kreisen um Situationen im Alltagsleben. Dazu gehört auch das Lesen von Kurztexten. Nutzen Sie auch die wertvollen Informationen über Land, Leute und spanische Lebensart. „Bienvenidos!“

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 422205S11

BEGINN: Mo 19.04.21, 9.30 bis 11.00 Uhr, 10 Termine • ORT: FaFritz Familienzentrum, Hellenweg 12 • KOSTEN: 90,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Rita Schön-Bachmann • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto A2 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

Spanisch - Sprechvergnügen auf Spanisch

Es erwarten Sie viele Gelegenheiten zum Sprechen und Anwenden der spanischen Sprache in alltäglichen Gesprächssituationen. So erweitern Sie den Wortschatz, entwickeln ein Gefühl für angewandte Grammatik und bewirken Erfolgserlebnisse, die Sie sprachlich weiter bringen und Selbstbewusstsein geben. Der Kurs ist ideal zum Weiterlernen oder Wiedereinsteigen ab der A2-Stufe.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 422221S11

BEGINN: Mo 08.02.21, 11.30 bis 13.00 Uhr, 8 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 99,00 Euro für 16 U-Std., ab 4 Teiln. • LEITUNG: Cristina Mata Rodriguez • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 422211S02

BEGINN: Mo 08.02.21, 19.30 bis 21.00 Uhr, 7 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 59,00 Euro für 14 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Ralf Ohm • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstag festgelegt • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 422307S11

BEGINN: Di 09.02.21, 20.00 bis 21.30 Uhr, 8 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 67,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 422252S11

BEGINN: Mo 19.04.21, 19.30 bis 21.00 Uhr, 10 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Ralf Ohm • LEHRMATERIAL: Perspectivas A2, Kursbuch, ISBN 9783464200575 und Arbeitsbuch, ISBN 9783464204580, Lektion 14 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 422308S11

BEGINN: Di 20.04.21, 20.00 bis 21.30 Uhr, 11 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 92,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 422306S11

BEGINN: Mo 08.02.21, 11.05 bis 12.35 Uhr, 7 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 59,00 Euro für 14 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 422309S11

BEGINN: Mo 19.04.21, 11.05 bis 12.35 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

Niveaustufe B2

Spanisch - Sprechvergnügen auf Spanisch

So bringen Sie Ihre Spanischkenntnisse in Bewegung. Sprachlich bietet der Kurs die einmalige Chance, vor allem mündlich zu trainieren und Wortschatz auch „interkontinental“ zu erweitern. Die Inhalte kreisen um landeskundliche und aktuelle Themen, insbesondere rund um Spanien und Lateinamerika. Los temas del curso se concentran en la situación social y económica de España y, sobre todo, de América Latina considerando especialmente los cambios en la política gubernamental.



MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 422402S02

BEGINN: Mo 08.02.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 7 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 59,00 Euro für 14 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Ralf Ohm • **LEHRMATERIAL:** Klett: Gente hoy 3, Libro del alumno, ISBN 9783125157200 plus Libro de trabajo, ISBN 9783125157217 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 422453S11

BEGINN: Mo 19.04.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Ralf Ohm • **LEHRMATERIAL:** Klett: Gente hoy 3, Libro del alumno, ISBN 9783125157200 plus Libro de trabajo, ISBN 9783125157217 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Sprachen spezial

Arabisch

Arabisch - von der Sprache zum Verständnis
Workshop für Ehrenamtliche und Interessierte

Das Arabische hat eine große Bedeutung für etwa 450 Millionen Menschen, die es als Erst- oder Zweitsprache oder auch als Fremdsprache sprechen. In Deutschland kommen zunehmend Menschen mit der Muttersprache Arabisch an. Sie zu integrieren fällt leichter, wenn jeder die Sprache des anderen lernt. Weil Sprache auch das Denken abbildet, wird Verständnis, Konfliktlösung, Deeskalation mit einem Sprachverständnis leichter. Ein Workshop mit Anregungen und Hilfestellungen zum besseren Verständnis untereinander. Diese Veranstaltung wird vom Hessischen Ministerium für Soziales und Integration gefördert.



MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 401103T02

TERMIN: Sa 30.01.21, 9.45 bis 13.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 4,00 Euro für 4 U.-Std., ab 7 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Maha El Nady • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Arabisch - von Anfang an / Anfangskenntnisse erweitern

Für Ehrenamtliche und Interessierte

Für Europäer sind die arabischen Schriftzeichen, die Schreibung von rechts nach links und die Aussprache äußerst ungewöhnlich. Die kulturellen Unterschiede spiegeln sich auch in der Bedeutung von Wortschatz und Redewendungen wider, da das Lernen der Sprache stets auch die Beschäftigung mit der arabischen Kultur einfordert. Im Mittelpunkt des Kurses steht die Vermittlung des modernen Standard-Arabisch und des arabischen Alphabets. Diese Veranstaltung wird vom Hessischen Ministerium für Soziales und Integration gefördert.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 401101T11

BEGINN: Fr 12.02.21, 17.30 bis 19.00 Uhr, 7 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 10,00 Euro für 14 U.-Std., ab 7 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Maha El Nady • **LEHRMATERIAL:** Lehrbuch wird am 1. Kurstag festgelegt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 401102T11

BEGINN: Di 12.01.21, 19.00 bis 20.30 Uhr, 15 Termine • **ORT:** König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • **KOSTEN:** 10,00 Euro für 30 U.-Std., ab 7 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Ahmed El-Cherid • **LEHRMATERIAL:** Lehrbuch wird am 1. Kurstag festgelegt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Bulgarisch



Bulgarisch für die Reise

Bulgarien ist Ziel von Outdoor-Urlaubern ebenso wie von Reisenden mit beruflichen Gründen. Hier erhalten Sie die nötige sprachliche Ausrüstung, um alle wichtigen Situationen in unserem europäischen Partnerland zu meistern, ob auf der Trekkingtour oder auf Kultur- oder Dienstfahrt. Nutzen Sie auch die wertvollen Informationen über Land, Leute und bulgarische Lebensart. Mit dem kleinen Mittagssnack werden Sie sicher auf den Geschmack kommen.

Niveaustufe A1

FRITZLAR: Tageskurs Nr. 426101T11

TERMIN: Fr 28.05.21, 10.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 40,00 Euro für 7 U.-Std., ab 5 Teiln., zzgl. ca. 6 Euro für Snacks (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Krasimira Dimova • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Chinesisch

Chinesisch - von Anfang an

Kommunikativ und informativ. Ein Kurs rund um die chinesische Sprache, lebensnah, ohne Erfolgsdruck und mit Freude an der klangvollen Sprache. Überschaubare Alltagsthemen liefern interessanten Wortschatz. Lebendige Dialoge geben Unterstützung im Sprechen und Üben der Aussprache. Hinzu kommen wertvolle kulturelle und landeskundliche Informationen. Für Schüler*innen und Erwachsene geeignet.

➔ **Niveaustufe A1**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 402101S11

BEGINN: Do 22.04.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • **KOSTEN:** 67,00 Euro für 16 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Fengjuan Greiner • **LEHRMATERIAL:** Klett: Chinesisch f. Anfänger A1-A2, ISBN: 978-3-12-528960-4 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

► Das Kursangebot **Chinesisch für Kinder und Jugendliche** finden Sie auf Seite 36 / 37.

Gebärdensprache

**Gebärdensprache (DGS)**

Einführung in die Sprache der Gehörlosen

Die Deutsche Gebärdensprache (DGS) zeigt viele Handbewegungen und Bewegungsabläufe, die die Gehörlosen und Hörbehinderten (auch Taubblinde) verstehen. Mit der Gebärdensprache lernen Sie sich auszudrücken und zu verständigen, mit Wörter und Sätzen. Im Kurs gibt es Übungen zu Mimik und Gestik, zu Fingeralphabet, Verbgebärden, Namensgebärden sowie Fachgebärden in den unterschiedlichen Themenbereichen: Familie, Zeit, Verkehr, Berufe, Natur und Kultur. Die Gebärden werden mit Mund-, Hand- und Fingerbewegungen gebildet. Hörende können durch die Gebärdensprache mit gehörlosen und hörbehinderten KollegInnen kommunizieren, z.B. in Arbeitssituationen: Maße, Protokolle, Arbeitspläne usw. Für unsere Zukunft ist es wichtig sich mit Gebärdensprache bekannt zu machen, um Inklusion und Integration zu leben. Für Gehörlose und für Menschen mit Gehör.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 400001T11

BEGINN: Di 20.04.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 8 Termine • **ORT:** Hephata, Akademie f. Soziale Berufe, Elisabeth-Seitz-Str. 12 • **KOSTEN:** 66,00 Euro für 16 U.-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 8,40 Euro für Handbuch • **LEITUNG:** Dietrich Dahmen • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Japanisch

Japan - Land der aufgehenden Sonne

Eine Begegnung mit Japan und seiner Sprache. Erfahren Sie Interessantes über Japan, die Menschen, ihre Lebensweise und ihre Sprache. Sie planen eine Reise nach Japan? Jetzt haben Sie beste Chancen für Informationen aus erster Hand: Sie erleben Japanisch pur mit einer Muttersprachlerin. Sie gehen mit ihr erste Schritte in die japanische Sprache und hören Faszinierendes über die japanische Kultur.

➔ **Niveaustufe A1**

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 410101T11

BEGINN: Mo 26.04.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 5 Termine • **ORT:** C.-Bantzer-Schule ZIG, Fünftenweg 30 • **KOSTEN:** 51,00 Euro für 10 U.-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Mizue Kishimoto-Angres • **LEHRMATERIAL:** Klett: Japanisch bitte! • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Niederländisch

Niederländisch - Anfangskenntnisse erweitern

Ein Kurs rund um die Niederlande und die niederländische Sprache für Urlauber und Interessierte. Einfache Dialoge und Themen für die Kommunikation im Alltag können Sie hier leicht erlernen. Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen. „Hartelijk welkom!“

➔ **Niveaustufe A1.05**

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 414102S11

BEGINN: Mi 10.02.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** C.-Bantzer-Schule ZIG, Fünftenweg 30 • **KOSTEN:** 67,00 Euro für 16 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Aukje Teichert • **LEHRMATERIAL:** Hueber Verlag: Wat leuk! A1, ab Lektion 9 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

➔ **Niveaustufe A1.06**

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 414103S11

BEGINN: Mi 21.04.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** C.-Bantzer-Schule ZIG, Fünftenweg 30 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Aukje Teichert • **LEHRMATERIAL:** Hueber Verlag: Wat leuk! A1 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Polnisch

Polnisch - Anfangskenntnisse erweitern

Ein Sprachkurs für die ersten Schritte in die polnische Sprache, kommunikativ und entspannt, mit einer Menge an Sprachpraxis und hilfreichen Informationen z.B. für den beruflichen Austausch oder eine Reise ins Nachbarland. Für alle, die mit geringen Anfangskenntnissen weiterlernen wollen.

➔ **Niveaustufe A1.03**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 417102S11

BEGINN: Do 14.01.21, 17.00 bis 18.30 Uhr, 11 Termine • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • **KOSTEN:** 92,00 Euro für 22 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Anna Schubert • **LEHRMATERIAL:** Klett: Razem, ISBN 978-3-12-528641-2, ab Lektion 7 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

➔ **Niveaustufe A1.04**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 417103S11

BEGINN: Do 22.04.21, 17.00 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Anna Schubert • **LEHRMATERIAL:** Klett: Razem, ISBN 978-3-12-528641-2 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Russisch



Russisch - von Anfang an / Anfangskenntnisse erweitern

Es erwartet Sie ein Sprachkurs, der den Einstieg in die / das Lernen der russische Sprache rund um die Schrift, den Wortschatz, erste Dialoge und Kurztexte einfach und aufbauend gestaltet. Alles dreht sich um die elementare Verständigung im Alltag. Übungen zur Aussprache kommen nicht zu kurz. Wissenswertes über russischsprachige Kulturen runden den Kurs ab. Bei der Niveaustufe A1.04 sind geringe Vorkenntnisse auch zum Alphabet erforderlich.

➔ **Niveaustufe A1.01**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 419101S11

BEGINN: Di 02.03.21, 19.30 bis 21.00 Uhr, 12 Termine • **ORT:** König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • **KOSTEN:** 100,00 Euro für 24 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Elena Huber • **LEHRMATERIAL:** Klett Verlag: Mocht 1 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

➔ **Niveaustufe A1.04**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 419102S11

BEGINN: Di 09.02.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 16 Termine • **ORT:** König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • **KOSTEN:** 130,00 Euro für 32 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Elena Huber • **LEHRMATERIAL:** Klett Verlag: Mocht 1, A1-A2, ab Lektion 8 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Russisch - Grundkenntnisse erweitern

Sie erwerben rasch verwertbare Russischkenntnisse für die mündliche und schriftliche Kommunikation für Reisezwecke oder für berufliche Ziele. Grundlegende Vorkenntnisse auf der allgemeinsprachlichen Niveaustufe A1 werden vorausgesetzt. Eine kostenfreie Einstufung vor Kursbeginn ist möglich.

➔ **Niveaustufe A2.04**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 419201S11

BEGINN: Mi 24.02.21, 19.00 bis 20.30 Uhr, 14 Termine • **ORT:** König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • **KOSTEN:** 116,00 Euro für 28 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Elena Huber • **LEHRMATERIAL:** Klett Verlag: Mocht 1, A1-A2, ab Lektion 15 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Schwedisch

Schwedisch - von Anfang an
Von der Sprache zur Mitsommernacht

Wie das Land so die Sprache. Es erwartet Sie ein Schwedischkurs, der freundlich ist in der Ansprache, zur Kommunikation anregt und einfach ist in der Handhabung. Der Kurs dreht sich ganz praktisch um Kommunikation in Alltagssituationen. Wissenswertes über Schweden und seine Landsleute runden den Kurs ab. Välkomna!

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 420101S11

BEGINN: Mo 08.02.21, 19.30 bis 21.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 67,00 Euro für 16 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Heike Reis • **LEHRMATERIAL:** Kursbuch wird zum 1. Kurstag angegeben • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Schwedisch - Anfangskenntnisse erweitern

Der Kurs bietet abwechslungsreich eine Menge an Informationen und Lernaktivitäten rund um die schwedische Sprache und das Leben in Schweden. Alltagsdialoge stehen im Vordergrund, verknüpft mit Einblick in landestypische Besonderheiten. Im Sommer winkt dann ein fröhliches Mitsommernachtsfest.

➔ **Niveaustufe A1.08**

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 420102S11

BEGINN: Mo 25.01.21, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Heike Reis • **LEHRMATERIAL:** Groa Verlag: Tala svenska, Lektion 8 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Türkisch

Türkisch - Grundkenntnisse aufbauen

Viel sprechen, wiederholen und dazulernen in entspannter Lernatmosphäre. So verbessern Sie Ihre Grundkenntnisse und bleiben sprachlich am Ball. Das Lerntempo ist angepasst. Sie lernen in entspannter Atmosphäre, wiederholen Grammatik und haben viel Gelegenheit zum Sprechen und Üben.



➔ **Niveaustufe A2**

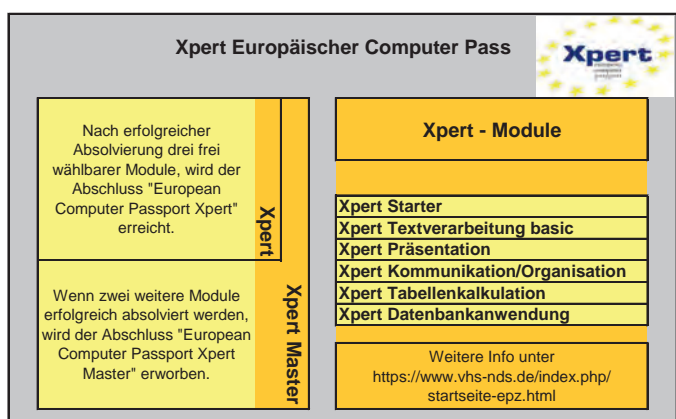
SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 424201S11

BEGINN: Di 02.03.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 5 Termine • **ORT:** Schwalmgymnasium Treysa, Ascheröder Str. 30 • **KOSTEN:** 127,00 Euro für 10 U.-Std., ab 2 Teiln. • **LEITUNG:** Haydar Toptas • **LEHRMATERIAL:** Klett Verlag: Kolay gelsin! Thema 12 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 424202S11

BEGINN: Di 25.05.21, 18.30 bis 20.00 Uhr, 4 Termine • **ORT:** Schwalmgymnasium Treysa, Ascheröder Str. 30 • **KOSTEN:** 102,00 Euro für 8 U.-Std., ab 2 Teiln. • **LEITUNG:** Haydar Toptas • **LEHRMATERIAL:** Klett Verlag: Kolay gelsin! Thema 13 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Xpert



Xpert - IT Kenntnisse mit Wirkung

Für Alltag und Beruf

Ein europataugliches EDV-Zertifikat bildet heute eine entscheidende Voraussetzung für ein erfolgreiches Arbeitsleben. Denn Mitarbeitende eines Betriebes benötigen für einen Großteil der Arbeitsabläufe IT-Kenntnisse, und Stellenbewerberinnen und -bewerber sind auf die breite Anerkennung ihrer erlernten Kenntnisse angewiesen. Der anerkannte

Abschluss beruht auf einer Weiterentwicklung der bewährten Zertifikate „EDV-Anwender-Pass Wirtschaft und Verwaltung“ und „Computer-Pass Büro und Verwaltung“. Das Lehrgangssystem „Xpert“ vermittelt umfassende Kenntnisse und praktische Fertigkeiten mit gängigen Anwenderprogrammen im Office-Bereich. Es besteht aus acht Modulen, von denen folgende

fünf Module für den „Xpert Master“ empfohlen werden: Starter, Textverarbeitung, Kommunikation, Präsentation und Tabellenkalkulation. Jedes Modul schließt mit einer europaweit einheitlichen Prüfung ab. Im Mittelpunkt des Einsteigerlehrgangs stehen praxisorientierte Lernmodule, die einen niedrigschwelligen Einstieg ermöglichen. Mit Xpert machen Sie sich fit! Es können sich noch Terminverschiebungen / -anpassungen ergeben. Bei Vorliegen bestimmter Voraussetzungen ist eine Förderung über die www.Bildungspraemie.info möglich.

➔ Xpert - 3 Module

Empfohlene Module für den „Xpert“: Starter, Textverarbeitung, Kommunikation. 41 Termine; KOSTEN: 709,50 Euro für 123 U-Std., ab 8 Teiln., inkl. Lehrmaterialien und Prüfungsgebühren 3x 48 Euro.

➔ Xpert Master - 5 Module

Empfohlene Module für den „Xpert Master“: Starter, Textverarbeitung, Kommunikation, Präsentation und Tabellenkalkulation. 74 Termine; KOSTEN: 999 Euro für 222 U-Std., ab 8 Teiln., inkl. Lehrmaterialien, zzgl. Prüfungsgebühren je Modul 48 Euro.

Xpert Starter

Im Alltag und Beruf - auch für Neueinsteiger

Praxisorientiertes Arbeiten mit typischen Anwendungssituationen stehen im Mittelpunkt des Kurses. Inhalte:

- Aufbau eines typischen PC-Systems
- Bedienung und individuelle Konfiguration der Windows-Benutzeroberfläche
- wichtige Standard- und Zubehörprogramme
- Dateiverwaltung mit Windows-Explorer und Arbeitsplatz (Dateien und Ordner erstellen, umbenennen, verschieben, kopieren, löschen)
- Einblick in die Nutzung des Internets (Bedienung eines Browsers, Navigieren im WWW)
- Suchfunktionen
- Systemeinstellungen
- Wartung und Pflege
- Datensicherung, Installation und Deinstallation von Programmen und Geräten
- E-Mails senden und empfangen
- Sicherheit im Internet.

Der Kurs orientiert sich am Rahmenplan des Zertifikatssystems „Xpert - Europäischer ComputerPass“, Modul „Starter“. Die Teilnahme an der Prüfung ist freiwillig. Weitere Infos auch unter <https://www.vhs-nds.de/index.php/startseite-epz.html> abrufbar.

➔ Vorbereitung auf die Prüfung

HOMBERG: Abendkurs Nr. 501010A11

BEGINN: Mo 29.03.21, 18.00 bis 20.15 Uhr, 15 Termine, immer montags und mittwochs • ORT: Starthilfe Ausbildungsverbund, Bindeweg 32 • KOSTEN: 202,50 Euro für 45 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial, zzgl. Prüfungsgebühren 48 Euro • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Xpert Textverarbeitung

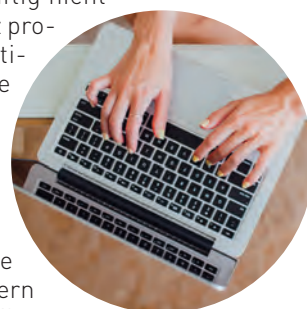
Word für Alltag und Beruf

Dieser Intensivkurs vermittelt eine umfassende Qualifikation für den Umgang mit dem Textverarbeitungsprogramm Word für Windows. Die erlernten Kenntnisse bedeuten für jeden eine Arbeitserleichterung im Alltag und Beruf, auf Wunsch mit Prüfung. Lernen Sie, zukünftig nicht nur Ihre tägliche Korrespondenz problemlos mit dem PC zu bewältigen, sondern auch mehrseitige Dokumente und Serienbriefe mit Textbausteinen auf Basis einer Dokumentenvorlage zu erstellen. Inhalt:

- Programmanpassungen vornehmen und die Hilfefunktionen nutzen
- Texte erfassen, korrigieren und speichern
- Einsatz von Markierungstechniken
- ausgewählte Elemente einfügen, bearbeiten, suchen und ersetzen
- Rechtschreibprüfung, AutoKorrektur und Silbentrennung
- verschiedene Formatierungsebenen nutzen
- Zeichen und Absätze formatieren
- Seitengestaltung, Kopf- und Fußzeilen, mehrspaltige Abschnitte, manuelle Umbrüche
- Tabellen erstellen und gestalten
- Standardbrief normgerecht nach DIN 5008 gestalten
- Organisation von AutoTexten, Textbausteinen
- Funktionsweise des Seriendrucks. Voraussetzung: Grundkenntnisse Windows.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504001A11

BEGINN: Mo 01.03.21, 18.00 bis 20.15 Uhr, 18 Termine, immer montags und mittwochs • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 243,00 Euro für 54 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial, zzgl. Prüfungsgebühren 48 Euro • LEITUNG: Sonia Komnick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Xpert Kommunikation

Outlook im Alltag und Beruf auch für Neueinsteiger

Die tägliche Arbeitsorganisation im Büro ist eine der mühevollsten Angelegenheiten: Kalender mit Terminen führen, an Termine erinnert werden, Besprechungen planen, E-Mails schreiben und organisieren, Kontakte mit Telefonnummern und E-Mail-Adressen erfassen, an Aufgaben denken und sie bis zu einem bestimmten Zeitpunkt erledigen. Mit Outlook lassen sich solche Aufgaben unter einer einzigen übersichtlichen Oberfläche zusammengefasst erledigen. Sie werden die Konzepte und die Bedienung von Outlook kennenlernen und in Situationen praktischer Büro­tätigkeit mit E-Mails, Termine, Aufgaben und Kontakte arbeiten. Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse. Die Teilnahme an der Prüfung ist freiwillig. Weitere Infos auch unter <https://www.vhs-nds.de/index.php/startseite-epz.html> abrufbar.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 509051A11

BEGINN: Mo 21.06.21, 18.00 bis 20.15 Uhr, 8 Termine, immer montags und mittwochs • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 120,00 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial, zzgl. Prüfungsgebühren 48 Euro • **LEITUNG:** Sonia Komnick • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Xpert PowerPoint Basics

Präsentationen für Alltag und Beruf

Erwerben Sie über die Grundlagen hinausgehende Kenntnisse für die Präsentationsentwicklung am PC und dokumentieren diese auf Wunsch mit der Xpert-Prüfung. Neben der Beherrschung der Software ist die Kenntnis wichtiger gestalterischer Prinzipien notwendig, um Informationen optimal zu transportieren und Betrachter zu überzeugen. Inhalt: • Ziele und Aufbau von Präsentationen und Konzeptentwicklung • Entwicklung von Folien und Bildschirmpräsentationen • Handzettel und Notizseiten • Übungen zum Einsatz von Farben • Effekte und Animationen • Erzeugung von Richtung, Bewegung sowie Dreidimensionalität und Kontraste • sowie Praxistipps aus dem gestalterischen Bereich für wirkungsvolle Texte, Zeichnungen, Grafiken, Diagramme und Organigramme. Voraussetzung: Kenntnisse Windows. Wordkenntnisse vorteilhaft.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504550A12

BEGINN: Mo 20.09.21, 18.00 bis 20.15 Uhr, 15 Termine, immer montags und mittwochs • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 202,50 Euro für 45 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial, zzgl. Prüfungsgebühren 48 Euro • **LEITUNG:** Sonia Komnick • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



*Für Einsteiger und Durchstarter -
unser Karriereportal!*

www.hospital-karriere.de



Hospital zum Heiligen Geist gGmbH
Am Hospital 6 - 34560 Frittlar
personalwesen@hospital-frittlar.de
Tel. 05622 997 646 01522 144 1559



Mobile Geräte

Android-Smartphones und Tablets richtig nutzen

Android-Geräte (Smartphones und Tablets) verfügen über einen enormen Funktionsumfang, und nicht jede Einstellung ist auf den ersten Blick zu erfahren. Auch wenn vieles selbst-erklärend zu sein scheint, gibt es doch Etliches zu entdecken. Inhalt: Vorbereitung • Erste Schritte • Kommunikation • Fotografie und Video • Dokumente und Medien • Unterwegs mit dem Smartphone • Organisation mit dem Smartphone • Im Internet surfen. Bitte bringen Sie Ihr Smartphone oder -Tablet ab der Androidversion 4.xx zum Kurs mit.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 501012A11

BEGINN: Do 11.02.21, 18.15 bis 21.30 Uhr, 3 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 54,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Lothar Graupner • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 501014A11

BEGINN: Di 23.03.21, 18.30 bis 21.45 Uhr, 2 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 36,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Harald Klug • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 501016A11

BEGINN: Di 15.06.21, 18.30 bis 21.45 Uhr, 2 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 36,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Harald Klug • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

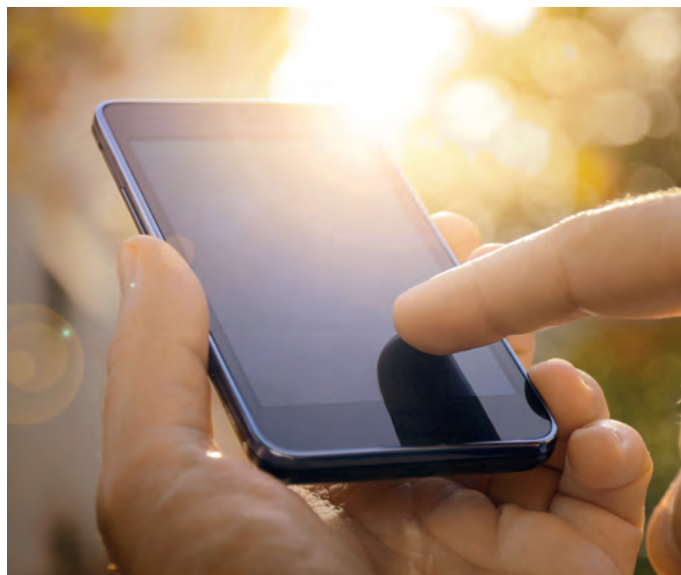
HOMBERG: Tageskurs Nr. 501015A11

TERMIN: Sa 19.06.21, 9.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 36,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Harald Klug • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 501011A11

TERMIN: Sa 06.03.21, 9.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • **KOSTEN:** 36,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Harald Klug • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

► Umfangreichere Kursbeschreibungen gesucht? Weitere Infos finden Sie auf unserer Homepage!

**Android-Smartphones und Tablets richtig nutzen**

Der aufbauende Android-Geräte-Kurs (Smartphones und Tablets) geht speziell auf weitergehende Fragestellung zur Bedienung, den Einstellungen, der App-Nutzung und App-Verwaltung als auch auf das Thema Sicherheit ein. Bitte bringen Sie Ihr Android-Smartphone oder -Tablet zum Kurs mit.

➔ **Vertiefung**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 501013A11

BEGINN: Do 04.03.21, 18.15 bis 21.30 Uhr, 2 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 36,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Lothar Graupner • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Apple-Geräte richtig nutzen

iPad und iPhone

Gerade die einfache Bedienung dieser Geräte macht es Einsteigern und ungeübten Nutzern sehr einfach, intuitiv die Welt der Computer zu erobern. Sie lernen die vielfältigen Nutzungsmöglichkeiten kennen, wie zum Beispiel: Verbindung zum WLAN herstellen • geeignete Programme / Apps finden, installieren und nutzen • E-Mail abrufen • Diktierfunktion praktisch einsetzen und vieles mehr. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Das eigene Gerät wird für die Kursteilnahme benötigt.

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 501018A11

TERMINE: Mo 25.1. und Di 26.1., jeweils 9 bis 12.15 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 36,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Sonia Komnick • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Sicherer Umgang mit Smartphones und Tablets

Smartphones und Tablets sind heutzutage kleine Alleskönner und erledigen die vielfältigsten Aufgaben. Bei der Benutzung der Geräte und ihren Apps ist aber einiges zu beachten, damit man keine bösen Überraschungen erlebt. Unachtsame und sorglose Nutzung kann zu großen Schäden führen. Cyberkriminalität und Datensammler, mittels Apps und Dienste, stellen eine sehr ernsthafte Bedrohung für den Nutzer dar. Wie sichert und schützt man das Gerät und die Privatsphäre vor diesen Bedrohungen? Der Kurs zeigt Gefahrenbereiche und mögliche Lösungen hierfür auf.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 501017A11

BEGINN: Do 18.03.21, 18.15 bis 21.30 Uhr, 3 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 54,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Lothar Graupner • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Computer-Basiswissen

Computer Basiswissen

Mit Windows 10

Sie werden systematisch an das Thema Computer herangeführt und mit den wichtigsten Grundbegriffen vertraut gemacht. Keine Voraussetzungen erforderlich. Kursziel: Sie lernen die Grundzüge und die Bedienung des Betriebssystems Windows kennen und erhalten eine Einführung in die Grundlagen der Textverarbeitung mit Word und das Internet. Zur weiteren Vertiefung empfehlen wir den Kurs „Computer Aufbauwissen“.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 501020A11

BEGINN: Mo 22.03.21, 18.15 bis 21.30 Uhr, 6 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 120,00 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Lothar Graupner • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 501005A11

BEGINN: Di 09.02.21, 18.00 bis 21.15 Uhr, 6 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 120,00 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Harald Klug • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 501019A11

BEGINN: Di 04.05.21, 18.00 bis 21.15 Uhr, 6 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 120,00 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Harald Klug • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 501003A11

BEGINN: Mi 10.02.21, 19.00 bis 22.00 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 120,00 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Burkhard Appel • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► Das Kursangebot **Computereinstieg für Kids der 3. und 4. Klassen** finden Sie auf Seite 36 / 37.

Einfach und schnell den PC nutzen

Mit wenigen Klicks oder Tastenschlägen schnell und sicher den gewünschten Arbeitsgang erledigen und ohne Umwege direkt zu meinen Daten - wer will das nicht? Wir zeigen Ihnen einige hilfreiche Methoden, um dieses Ziel zu erreichen. Inhalt: Schneller Zugriff auf Ordner und Dateien • Favoriten clever nutzen • Gekonnt suchen und finden • Snipping Tool sinnvoll einsetzen • Zügig arbeiten mit ShortCuts.

MELSUNGEN: Tageskurs Nr. 501008A11

TERMIN: Sa 13.03.21, 9.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 58,40 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 501022A11

BEGINN: Mo 19.04.21, 17.45 bis 21.00 Uhr, 2 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 58,40 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Wochenendkurs Nr. 501009A11

TERMINE: Fr 14.5., 17.45 bis 21 Uhr und Sa 15.5., 9 bis 12.15 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 58,40 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Windows 10

PC, Tablet oder Phone - egal!

Windows basierende Geräte (PC, Tablets und Smartphones) verfügen über einen enormen Funktionsumfang und bieten eine Fülle von Funktionen, Anschlussmöglichkeiten und Einstellungen. Auch wenn vieles selbsterklärend zu sein scheint, gibt es doch Etlliches zu entdecken. Dieser Kurs vermittelt das Grundwissen zum schnelleren und einfacheren Einstieg, einem besserem Verständnis und Umgang mit dem Betriebssystem Windows 10.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 501006A11

BEGINN: Mo 21.06.21, 18.15 bis 21.30 Uhr, 3 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 60,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., Bitte Netzteil und evtl. Zubehör nicht vergessen • LEITUNG: Lothar Graupner • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Internet

Von der Idee zur professionellen Website Mit WordPress

Jeder Teilnehmende entwickelt eine Website, die auch professionellen Ansprüchen genügt. Von der Idee über die Planung und Strukturierung bis hin zur Umsetzung, durchlaufen Sie alle Phasen der Website-Entwicklung. Sie installieren das CM- bzw. Blog-System WordPress, suchen ein passendes Theme, binden die benötigten Plug-Ins ein. Alle Teile der WordPress-Installation, die für das Verstehen und die Handhabung des Systems nötig sind, werden praxisnah und verständlich erläutert. Danach werden die Websites mit Inhalten gefüllt und Sie arbeiten bereits an der Umsetzung Ihres eigenen Projektes. Im Nachgang wird die Pflege „Ihrer“ Website kein Problem mehr sein.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 501303X11

TERMINE: Mo 7.6. bis Fr 11.6., 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-20-0457 vom 10.03.2020 • LEITUNG: Christian Schreiber • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 501350X12

TERMINE: Mo 22.11. bis Fr 26.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-20-0638 vom 10.03.2020 • LEITUNG: Christian Schreiber • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

WordPress - installieren und bloggen

Zunächst wird WordPress installiert und erste Texte und Bilder in die Homepage mit WordPress eingepflegt. Zur individuellen Anpassung des Systems, suchen und installieren wir Themes und Plug-Ins. Abschließend wird alles Nötige für die Veröffentlichung im Internet aufgezeigt. Voraussetzungen: Sichere Windows- und Internet-Kenntnisse.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 501301A11

TERMINE: Di 9.3. und Do 11.3., jeweils 17.45 bis 21 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 52,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln., Mobiler E-Mail Zugriff erforderlich • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 501304A11

TERMINE: Fr 11.6., 17.45 bis 21 Uhr und Sa 12.6., 9 bis 13 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 57,00 Euro für 9 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



WordPress - smart nutzen

Auch mobil

Mobile Endgeräte mit den smarten und zumeist einfach zu bedienenden Apps sind kaum noch wegzudenken. Nach der Installation von WordPress und einpflegen erster Texte und Bilder ihrer Homepage unter WordPress, lernen Sie hilfreiche Tools und die nutzbringende Einbindung mobiler Endgeräte kennen. Zur individuellen Anpassung des Systems, suchen und installieren wir Themes und Plug-Ins. Abschließend wird alles Nötige für die Veröffentlichung im Internet aufgezeigt. Voraussetzungen: Sichere Windows- und Internet-Kenntnisse.

MELSUNGEN: Wochenendkurs Nr. 501302A11

TERMINE: Fr 23.4., 17.45 bis 21 Uhr und Sa 24.4., 9 bis 16 Uhr
• ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 72,00 Euro für 12 U.-Std., ab 8 Teiln., Mobiler E-Mail Zugriff erforderlich • **LEITUNG:** Katja Schirakowski • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

► Das Kursangebot **Sicher und clever im Internet für Kinder ab der Klasse 5** finden Sie auf Seite 36 / 37.

Layout und Bildbearbeitung**Kreatives Layout mit CorelDRAW 2018**

Die Alternative für Bildbearbeitung, Illustration, Layout

Gleich ob Grafiken, Layouts, Bildbearbeitungen oder Print-designs: Mit der neuen Corel Draw Graphics Suite X7 haben Sie vielfältige Möglichkeiten der professionellen Print- oder digitalen Produktion von Medien. Inhalt: • Zeichen- und Designwerkzeuge • Bildbearbeitung • Layout. Der Kurs richtet sich an Umsteiger, Neulinge und Medieninteressierte. Er eignet sich auch zur Berufsorientierung bzw. zur Vorbereitung auf eine Ausbildung oder ein Studium im Medienbereich/ Corel-Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Sie sollten jedoch sicher im Umgang mit dem Computer und dem Betriebssystem Windows (Dateiablage) sein. Auch Nutzer älterer Corel-Versionen sind willkommen.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 501403A11

BEGINN: Mi 21.04.21, 19.00 bis 22.00 Uhr, 6 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 120,00 Euro für 24 U.-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Burkhard Appel • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Digitale Bildbearbeitung mit Photoshop CS 5/6 Einführung**

Zunächst für Profis entwickelt, hält Adobe Photoshop (nicht zuletzt wegen der günstigen Photoshop-Elements-Version) Einzug im Amateurbereich. Ziel ist es, Bilder gekonnt für die unterschiedlichen Verwendungszwecke aufzubereiten. Inhalt: Programmoberfläche und Grundeinstellungen inklusive Kalibrierung • Quelle des Originalbildes / Fotos • wichtige Werkzeuge und Paletten • Erstellen und Anpassen einer Auswahl • Umgang mit Ebenen • speichern unter verschiedenen Dateiformaten • Einsatz von Effektfilttern • Kontrast und Helligkeit. Voraussetzung: Windows-Grundkenntnisse.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 501402A11

BEGINN: Mo 15.02.21, 17.45 bis 21.00 Uhr, 3 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 85,00 Euro für 13 U.-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial • **LEITUNG:** Katja Schirakowski • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Wochenendkurs Nr. 501401A11

TERMINE: Fr 28.5., 17 bis 21 Uhr und Sa 29.5., 9 bis 16 Uhr
• ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 85,00 Euro für 13 U.-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Katja Schirakowski • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Vom Entwurf zur Druckerei**

Sauberer Textsatz und die Integration anderer Standardprogramme sind die Werkzeugvoraussetzung für ein exklusives Ergebnis. In diesem Seminar lernen Sie, bestehende Texte, Fotos und Illustrationen, z.B. zu Broschüren, Prospekten, Texten oder Faltkarten zu setzen oder auch Briefbögen und Visitenkarten zu entwerfen. Die über DTP hinaus genannten Programme werden in Grundzügen mit angesprochen und die wesentlichen Programmfunktionen vorgestellt. Teilnahmevoraussetzungen: Für dieses Seminar benötigen Sie sichere Grundkenntnisse in der Bedienung von Windows, insbesondere im Umgang mit der Tastatur und Maus. Grundkenntnisse in einer Textverarbeitung und in einem Grafikprogramm sind vorteilhaft.

➔ **Photoshop, Indesign, Acrobat und Illustrator CS****HOMBERG:** Bildungsurlaub Nr. 501501X11

TERMINE: Mo 28.6. bis Fr 2.7., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 245,00 Euro für 40 U.-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-20-0837 vom 20.05.2020 • **LEITUNG:** Thilo Hadamovsky • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ **Affinity Publisher, Photo und Designer****HOMBERG:** Bildungsurlaub Nr. 501551X12

TERMINE: Mo 8.11. bis Fr 12.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 245,00 Euro für 40 U.-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-20-0497 vom 09.03.2020 • **LEITUNG:** Thilo Hadamovsky • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Einführung Digitale Fotografie

Fototechnik und Fotopraxis

Der Kurs zeigt die Möglichkeiten der digitalen Fotografie auf und liefert theoretisches Wissen zur Kameraausrüstung und den Kameraeinstellungen. Anhand gemeinsamer praktischer Fotoübungen werden die unterschiedlichen Bedienkonzepte dargestellt. Anschließend werden die Bilder auf den PC übertragen und verarbeitet. Inhalt: Konzepte digitaler Kameras • Objektiv, Sucher, Monitor • Speichermedien • Auflösung digitaler Bilder • Licht- und Schattenseiten • Aufnahmen ohne Farbstich • Panoramafotografie • Bedienkonzepte • Grundeinstellung der Kamera • Objektbetrachtung • Motivauswahl • manuelle-, halbautomatische- und Programm-Bedienung • Bilder zum Computer übertragen • Bilder am Computer verarbeiten. Teilnehmende bringen bitte ihre Digitalkamera, volle Akkus, leere Speicherkarten und die Handbücher (wenn gewünscht auch eigenes Notebook) zum Kurs mit. Voraussetzung Grundkenntnisse Betriebssystem Windows.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 501404A11

BEGINN: Mo 17.05.21, 18.15 bis 21.30 Uhr, 3 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Lothar Graupner • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Tastschreiben

Schnupperkurs „10-Finger-Tastschreiben“

In der Schule, in Ausbildung und Beruf von Handwerk, freien Berufen, Wirtschaft und Verwaltung brauchen Sie den PC und eine entsprechende Schreibfertigkeit ist von Vorteil. In diesem Schnupperkurs erlernen Sie das 10-Finger-Tastschreiben an der PC-Tastatur als zeitökonomische Eingabemethode.



GILSERBERG: Abendkurs Nr. 504008A11

BEGINN: Mi 13.01.21, 17.30 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Hochlandsschule, Bahnhofsstr. 40 a • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 10 U-Std., ab 8 Teiln., inkl. Lernmaterial, Keine Entgeltermäßigung möglich • **LEITUNG:** Siegfried H. Groß in Kooperation mit Stenografenverein Treysa 1925 e.V. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

GILSERBERG: Abendkurs Nr. 504009A11

BEGINN: Mi 21.04.21, 17.30 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Hochlandsschule, Bahnhofsstr. 40 a • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 10 U-Std., ab 8 Teiln., inkl. Lernmaterial, Keine Entgeltermäßigung möglich • **LEITUNG:** Siegfried H. Groß in Kooperation mit Stenografenverein Treysa 1925 e.V. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Tastschreiben am PC in 4 Stunden

Ob im Studium, im Beruf oder privat – ohne PC geht nichts mehr. Mit multisensorischen Lernmethoden ist es nun möglich, die Tastatur eines Computers in nur 4 Stunden blind bedienen zu lernen. Klingt unglaublich, ist aber wahr. Erkenntnisse aus Pädagogik, Hirnforschung, Assoziations- und Visualisierungstechniken etc. werden kombiniert, um ein effektives und schnelles Lernen zu ermöglichen.



HOMBERG: Abendkurs Nr. 504006A11

BEGINN: Do 18.02.21, 18.00 bis 21.15 Uhr, 3 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial • **LEITUNG:** Sonia Komnick • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 504010A11

TERMINE: Di 16.2./Do 18.2. und Di 23.2., jeweils 17.45 bis 21 Uhr • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial • **LEITUNG:** Katja Schirakowski • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

▶ Das Kursangebot **Tastschreiben für Kinder ab der Klasse 5** finden Sie auf Seite 36 / 37.

Textverarbeitung mit Word

Xpert Textverarbeitung

Word für Alltag und Beruf

Dieser Intensivkurs vermittelt eine umfassende Qualifikation für den Umgang mit dem Textverarbeitungsprogramm Word für Windows. Die erlernten Kenntnisse bedeuten für jeden eine Arbeitserleichterung im Alltag und Beruf, auf Wunsch mit Prüfung. Lernen Sie, zukünftig nicht nur Ihre tägliche Korrespondenz problemlos mit dem PC zu bewältigen, sondern auch mehrseitige Dokumente und Serienbriefe mit Textbausteinen auf Basis einer Dokumentenvorlage zu erstellen. Inhalt: • Programmanpassungen vornehmen und die Hilfefunktionen nutzen • Texte erfassen, korrigieren und speichern • Einsatz von Markierungstechniken • ausgewählte Elemente einfügen, bearbeiten, suchen und ersetzen • Rechtschreibprüfung, AutoKorrektur und Silbentrennung • verschiedene Formatierungsebenen nutzen • Zeichen und Absätze formatieren • Seitengestaltung, Kopf- und Fußzeilen, mehrspaltige Abschnitte, manuelle Umbrüche • Tabellen erstellen und gestalten • Standardbrief normgerecht nach DIN 5008 gestalten • Organisation von AutoTexten / Textbausteinen • Funktionsweise des Seriendrucks. Voraussetzung: Grundkenntnisse Windows.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504001A11

BEGINN: Mo 01.03.21, 18.00 bis 20.15 Uhr, 18 Termine, immer montags und mittwochs • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 243,00 Euro für 54 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial, zzgl. Prüfungsgebühren 48 Euro • **LEITUNG:** Sonia Komnick • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Word-Kompakt

Inhalt: • Texte gestalten und bearbeiten • Kopf- und Fußzeile • Arbeiten mit Tabellen und Tabulator • Textbausteine erstellen • Formatvorlagen erstellen • Normgerechte Briefgestaltung nach DIN 5008 • Erstellen einer Briefmaske • Serienbrieffunktion.

MELSUNGEN: Wochenendkurs Nr. 504002A11

TERMINE: Fr 19.2., und Sa 20.2., jeweils 9 bis 16 Uhr • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 80,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Helga Bettenhausen • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

(Online-) Formularerstellung mit Word Workshop

Für die Benutzereingaben lernen Sie die funktionsweise von Textfeldern, Listefeldern und Kontrollkästchen kennen, Formulare schützen und mit Formularen arbeiten. Voraussetzung: Gute Wordkenntnisse.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504401A11

TERMIN: Fr 16.07.21, 17.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 39,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln., Intensives Lerntraining in Kleinstgruppen! • **LEITUNG:** Sonia Komnick • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

► Weitere **Word-Kurse** unter der Rubrik „Office-Anwendungen“ auf Seite 63

Tabellenkalkulation mit Excel**Excel 2016 Grundlagen**

Sie lernen und trainieren den sicheren Umgang mit folgenden Grundfunktionen: • Aufbau und Bedienung des Programms • Dateneingabe • Formeln und Funktionen • Zahlenformate • Gestalten und Layouten von Tabellen • Drucken • Erstellen von Diagrammen. Voraussetzung: Windowskenntnisse.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 502004A11

BEGINN: Di 23.02.21, 18.00 bis 20.15 Uhr, 6 Termine • **ORT:** Starthilfe Ausbildungsverbund, Bindeweg 32 • **KOSTEN:** 105,00 Euro für 18 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Jutta Stöcker • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 502006A11

TERMINE: Sa 24.4. und So 25.4., jeweils 8 bis 14.30 Uhr • **ORT:** Starthilfe Ausbildungsverbund, Bindeweg 32 • **KOSTEN:** 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Jutta Stöcker • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Wochenendkurs Nr. 502002A11

TERMINE: Sa 13.3. und So 14.3., jeweils 8.30 bis 15.30 Uhr • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Jutta Stöcker • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Wochenendkurs Nr. 502005A11

TERMINE: Sa 19.6. und So 20.6., jeweils 8 bis 14.30 Uhr • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Jutta Stöcker • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Excel 2016 Aufbaukurs

Für Teilnehmende, die bereits mit Excel arbeiten und weitergehende Techniken erlernen wollen. Inhalt: Arbeiten mit mehreren Tabellen und Arbeitsmappen • Zielwertsuche • Pivot-Tabellen und Pivot-Charts • Mehrfachoperationen • Filtern von Daten • Datenbankfunktionen • Zellen, Tabellen und Arbeitsmappen schützen • Arbeiten mit Bereichsnamen. Voraussetzung: Kenntnisse entsprechend dem Excel-Einführungskurs.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 502102A11

BEGINN: Di 20.04.21, 18.00 bis 20.15 Uhr, 6 Termine • **ORT:** Starthilfe Ausbildungsverbund, Bindeweg 32 • **KOSTEN:** 105,00 Euro für 18 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Jutta Stöcker • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 502101A11

TERMINE: Sa 26.6. und So 27.6., jeweils 8.30 bis 15.30 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Jutta Stöcker • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Wochenendkurs Nr. 502103A11

TERMINE: Sa 8.5. und So 9.5., jeweils 8.30 bis 15.30 Uhr • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Jutta Stöcker • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Excel-Kompakt

Inhalt: • Zellen und Tabellen gestalten und formatieren • Bearbeiten von Zellen, Zeilen und Spalten • Berechnungen mit verschiedenen Funktionen • Funktionsassistent • Adressierarten (relative und absolute Adressierung) • Logische Funktionen (WENN) • Erstellen und Bearbeiten von Diagrammen • Verweisfunktionen (VERWEIS) • Schützen von Zellen und Zellbereichen • Datenbank erstellen und bearbeiten.

MELSUNGEN: Wochenendkurs Nr. 502003A11

TERMINE: Fr 23.4. und Sa 24.4., jeweils 9 bis 16 Uhr • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Helga Bettenhausen • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Bildungsurlaub: Excel 2016/2019 Grundkurs

Ziel des Bildungsurlaubes ist es, den Teilnehmenden die Tabellenkalkulation am Beispiel von MS-Excel darzustellen. So ist es möglich, umfangreiche Rechenoperationen wie z. B. Statistiken, Abrechnungen, Kostenanalysen schneller und genauer durchzuführen. Darüber hinaus können die Kalkulationsdaten grafisch in den diversen Diagrammarten dargestellt werden. Der Kurs vermittelt Kenntnisse über den Aufbau, die Arbeitsweise, die Funktionen und die Leistungsmerkmale des Tabellenkalkulationsprogramms Excel an praktischen Beispielen. Daneben sollen die Auswirkungen des IT-Einsatzes auf die Arbeitsabläufe und die ergonomischen Anforderungen herausgearbeitet werden. Voraussetzung: Windowskenntnisse.

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 502051X12

TERMINE: Mo 22.11. bis Fr 26.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr #
• **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-20-0635 vom 10.03.2020 • **LEITUNG:** Katja Schirakowski • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Bildungsurlaub: Visual Basic for Applications Office-Automatisierung mit Excel 2016

Mit dieser im Office-Paket enthaltenen Programmiersprache lassen sich Routineaufgaben automatisieren oder Lösungen realisieren, die mit den Standardfunktionen der Office-Programme nicht möglich sind. Sie erhalten eine praxisnahe Einführung in die Logik des Programmierens mit VBA und lernen, eigene Programme zu erstellen. Kursinhalt:

- Grundlagen der Programmiersprache VBA
 - die Objektmodelle der MS-Office-Programme
 - Variablen und Datentypen
 - Kontrollstrukturen
 - Subroutinen und Funktionen
 - Werkzeuge für die Fehlerbeseitigung
 - Erstellen einfacher VBA-Anwendungen.
- Voraussetzung: Gute Kenntnisse in mindestens einem der Office Programme Excel, Access oder Word.



MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 502351X12

TERMINE: Mo 15.11. bis Fr 19.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
 • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-20-0634 vom März 2020 • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Pivot-Tabellen in Excel 2016 Workshop

Pivot-Tabellen in Excel helfen Ihnen bei der Analyse von Daten. Sie lernen Daten zusammenzufassen, flexibel anzuordnen und auszuwerten. Dabei werden die ursprünglichen Daten gebündelt und sortiert. Bei diesen speziellen Tabellen haben Sie zusätzlich verschiedene Filtermöglichkeiten, die das Auswerten der Daten erleichtert. Das ursprüngliche Datenmaterial bleibt dabei unverändert. Voraussetzung: Gute Excel-Kenntnisse.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 502401A11

TERMIN: Fr 26.03.21, 17.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 39,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln., Intensives Lerntraining in Kleinstgruppen! • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 502402A11

TERMIN: Fr 18.06.21, 17.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 39,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln., Intensives Lerntraining in Kleinstgruppen! • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Funktionen, S- und WVerweis in Excel 2016 Workshop

Inhalt: Verschachteln von Funktionen, Einsatz von Logischen Funktionen, SVERWEIS und WVERWEIS. Voraussetzung: Gute Excel-Kenntnisse.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 502404A11

TERMIN: Fr 11.06.21, 17.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 39,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln., Intensives Lerntraining in Kleinstgruppen! • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Excel - Formeln und Funktionen Workshop

Sie wollen Ihre Excel-Kenntnisse auffrischen oder vertiefen? Dann bietet Ihnen dieser Kompakt-Workshop eine gute Möglichkeit dazu. Schwerpunktartig dreht sich alles rund um das Thema Formeln und Funktionen. Von A wie ANZAHL bis Z wie ZÄHLENWENN werden Funktionen unterschiedlicher Themengebiete und deren Anwendungsmöglichkeiten vorgestellt.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 502403A11

TERMIN: Fr 26.02.21, 17.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 39,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Heidrun Rösler • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► Weitere **Excel-Kurse** unter der nachfolgenden Rubrik „Office-Anwendungen“

Office-Anwendungen

Xpert PowerPoint Basics

Präsentationen für Alltag und Beruf

Erwerben Sie über die Grundlagen hinausgehende Kenntnisse für die Präsentationsentwicklung am PC und dokumentieren diese auf Wunsch mit der Xpert-Prüfung. Neben der Beherrschung der Software ist die Kenntnis wichtiger gestalterischer Prinzipien notwendig, um Informationen optimal zu transportieren und Betrachter zu überzeugen. Inhalt: • Ziele und Aufbau von Präsentationen und Konzeptentwicklung • Entwicklung von Folien und Bildschirmpräsentationen • Handzettel und Notizseiten • Übungen zum Einsatz von Farben • Effekte und Animationen • Erzeugung von Richtung, Bewegung sowie Dreidimensionalität und Kontraste • sowie Praxistipps aus dem gestalterischen Bereich für wirkungsvolle Texte, Zeichnungen, Grafiken, Diagramme und Organigramme. Voraussetzung: Kenntnisse Windows. Wordkenntnisse vorteilhaft.



HOMBERG: Abendkurs Nr. 504550A12

BEGINN: Mo 20.09.21, 18.00 bis 20.15 Uhr, 15 Termine, immer montags und mittwochs • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 202,50 Euro für 45 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial, zzgl. Prüfungsgebühren 48 Euro • LEITUNG: Sonia Komnick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

PowerPoint-Kompakt

Inhalt: • Professionelle Vorbereitung einer Präsentation • Layoutgestaltung • Designgestaltung • Animieren einer Präsentation • Texteffekte, Bilder, Videos und weitere Spezialeffekte einsetzen • Folienübergänge.

MELSUNGEN: Wochenendkurs Nr. 504501A11

TERMINE: Fr 12.2. und Sa 13.2., jeweils 9 bis 16 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Helga Bettenhausen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► Das Kursangebot **PowerPoint für Schüler** finden Sie auf Seite 36 / 37.



Word, Excel, PowerPoint

Für Umsteiger (ambitionierte Einsteiger)

In dieser praktischen Einführung lernen Umsteiger bzw. ambitionierte Einsteiger die Office Programme Word, Excel und PowerPoint kennen. Kursinhalt: Texte in Word erfassen, korrigieren und Schriften formatieren • Absatzformatierungen • Einsatz von Formatvorlagen • Änderungen im Seitenlayout • Drucken und Speichern von Dokumenten • Excel-Zellen adressieren, Inhalte formatieren • Rechenzeichen in Excel • einfache Berechnungen mit absoluten und relativen Zelladressen • Editieren und Anpassen von Tabellen • erste einfache Funktionen • Einsatz der PowerPoint-Vorlagen und Designs • Texteingabe, -korrektur und Schriftformatierung • Einfügen von Grafikelementen • Umgang mit Folien • Präsentieren, Speichern und Drucken.

➔ **Version 2016****HOMBERG:** Vormittagskurs Nr. 504804A11

TERMINE: Mo 14.6. bis Mi 16.6., jeweils 9 bis 12.15 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 60,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln., Intensives Lerntraining in Kleinstgruppen! • LEITUNG: Sonia Komnick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Version 2016/2019****HOMBERG:** Abendkurs Nr. 504802A11

BEGINN: Do 10.06.21, 18.00 bis 21.15 Uhr, 3 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 60,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Sonia Komnick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Fit im Büro ab Office 2016

Word, Excel, PowerPoint, Outlook

Zusätzlich zu aufbauenden Textverarbeitungskenntnissen lernen Sie die Grundlagen von Tabellenkalkulation, Präsentation und Terminverwaltung kennen. Mit dem Austausch von Daten zwischen den einzelnen Programmen vervollkommen Sie Ihre Kenntnisse. Inhalt:

- Geschäftsbriefe, Protokolle und Berichte • Korrespondenz in Word automatisieren
- Dokumentverwaltung mit Windows • Nachrichten mit Outlook senden und empfangen
- Kontakte und Adressen in Outlook verwalten • Termine in Outlook planen • Daten kalkulieren und grafisch darstellen mit Excel • Präsentation mit PowerPoint. Voraussetzung Grundkenntnisse Windows und Word.

**HOMBERG:** Bildungsurlaub Nr. 504850X12

TERMINE: Mo 18.10. bis Fr 22.10., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 235,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-20-0622 vom 09.03.2020 • LEITUNG: Sonia Komnick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 504805X11

TERMINE: Mo 7.6. bis Fr 11.6., 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 235,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-20-0498 vom 09.03.2020 • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Windows, Word, Excel, PowerPoint ab 2016

In diesem Kurs erhalten Sie neben einer Windowseinführung einen ausführlichen Einblick in die Office-Programme Word, Excel und PowerPoint. Sie üben die Textgestaltung mit verschiedenen Layouts, Briefgestaltung, Serienbriefe, Bearbeiten und Berechnen von Tabellen und Diagrammen sowie Verknüpfungen sowie das Erstellen von Präsentationen mit verschiedenen Layouts und Designs sowie Animationen.

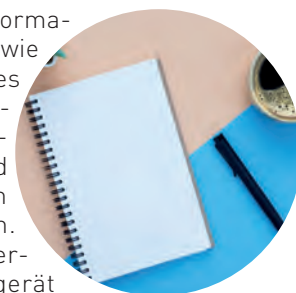
MELSUNGEN: Tageskurs Nr. 504803A11

TERMINE: Sa 12./19. und 26.6., jeweils 9 bis 16 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 120,00 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Helga Bettenhausen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

OneNote - das digitale Notizbuch

Mit jedem Gerät, jederzeit und überall verfügbar

OneNote ist ein digitales Notizbuch zum zentralen Erfassen, Sammeln und Archivieren von Informationen jeglicher Art. Erleben Sie, wie OneNote die Dokumentation eines Projektes im Team erledigt. Lernen Sie, wie Notizbücher strukturiert angelegt, Abschnitte und Seiten eingefügt sowie Inhalte in Notizbüchern integriert werden. Das Beste daran: Sie können jederzeit mit jedem beliebigen Endgerät von überall blitzschnell auf Ihre Notizen zugreifen und OneNote ist kostenlos verfügbar.

**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 509002A11

BEGINN: Di 20.04.21, 18.30 bis 21.45 Uhr, 2 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 40,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Harald Klug • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 509003A11

BEGINN: Mo 15.03.21, 17.45 bis 21.00 Uhr, 2 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 40,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Xpert Kommunikation

Outlook im Alltag und Beruf auch für Neueinsteiger

Die tägliche Arbeitsorganisation im Büro ist eine der mühevollsten Angelegenheiten: Kalender mit Terminen führen, an Termine erinnert werden, Besprechungen planen, E-Mails schreiben und organisieren, Kontakte mit Telefonnummern und E-Mail-Adressen erfassen, an Aufgaben denken und sie bis zu einem bestimmten Zeitpunkt erledigen. Mit Outlook lassen sich solche Aufgaben unter einer einzigen übersichtlichen Oberfläche zusammengefaßt erledigen. Sie werden die Konzepte und die Bedienung von Outlook kennenlernen und in Situationen praktischer Bürotätigkeit mit E-Mails, Termine, Aufgaben und Kontakte arbeiten. Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse. Die Teilnahme an der Prüfung ist freiwillig. Weitere Infos auch unter <https://www.vhs-nds.de/index.php.startseite-epz.html> abrufbar.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 509051A11

BEGINN: Mo 21.06.21, 18.00 bis 20.15 Uhr, 8 Termine, immer montags und mittwochs • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 120,00 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial, zzgl. Prüfungsgebühren 48 Euro • LEITUNG: Sonia Komnick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Finanzen

Einkünfte aus Vermietung und Verpachtung
Steuererklärung am PC

Der Kurs wendet sich an Vermieter von Wohneigentum und informiert über die Überschusseinkünfte der Einnahmen über die Werbungskosten in Zusammenhang mit der Vermietung. Neben der Bearbeitung der Anlage „V“ zur Einkommensteuer, wird der Umsatzsteuerproblematik bei der Vermietung von Ferienwohnungen Raum gegeben.

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 505002A11

TERMIN: Sa 19.06.21, 8.30 bis 12.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 30,00 Euro für 5 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: N.N. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Einkünfte aus Fotovoltaik-Anlagen
Steuererklärung am PC (ESt und USt)

Der Kurs wendet sich an Besitzer, Planer und Interessenten von Fotovoltaik-Anlagen und informiert über die Aufzeichnungen von Betriebseinnahmen und Betriebsausgaben und deren Umfang, die Erstellung der Einnahme-Überschuss-Rechnung mit dem Anlageverzeichnis, die Umsatzsteuererklärung (USt) und Umsatzsteuervoranmeldung und die Anlage „G“ zur Einkommensteuer (ESt).

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 505003A11

TERMIN: Sa 19.06.21, 13.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 30,00 Euro für 5 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: N.N. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Holen Sie sich Ihr Geld zurück!
Steuererklärung am PC

Lernen Sie, mit einer leicht verständlichen Software (WISO Sparbuch) am PC alle relevanten Daten für eine vollständige Einkommensteuer-Erklärung zu erfassen. Gleichzeitig werden wichtige steuerliche Begriffe erklärt. Ergänzend wird bei Interesse auf die Besonderheiten bei neben- oder hauptberuflicher Selbstständigkeit eingegangen. Links aus dem Internet für die Beantwortung von steuerlichen Fragen werden im Kurs vorgestellt und genutzt. Als Ausblick werden die steuerlich relevanten Änderungen ab 2021 vorgestellt.



HOMBERG: Tageskurs Nr. 505001A11

TERMIN: Sa 12.06.21, 8.30 bis 15.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 48,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: N.N. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► **Passenden Kurs nicht gefunden? Weitere Kurse finden Sie auf unserer Homepage!**

QUALIFIZIERT WEITERKOMMEN!

GEPRÜFTER INDUSTRIEMEISTER IHK

Praxisnahe Aufstiegsfortbildung

Am **28.08.2021** starten an der Fachschule für Technik Kassel (FTK), Standort Fritzlar, schichtbegleitende Industriemeister-Lehrgänge (IHK) der Fachrichtungen Elektrotechnik, Mechatronik und Metall sowie auch der Gepr. Logistikmeister. Der Lehrgang findet jeweils 14-tägig an zwei Wochentagen von 16:00 bis 19:15 Uhr sowie jeden Samstag von 08:00 bis 13:00 Uhr statt (Abweichungen möglich). Der Lehrgang endet am 30.10.2023. (siehe: WWW.FTK-KASSEL.DE).

Absolventen eignen sich mit der praxisnahen Fortbildung zum Industriemeister umfangreiches Wissen in den Bereichen Technik, Organisation (Rechnungswesen, Planung, Arbeits-, Umwelt- und Gesundheitsschutz) und Personal (Personalführung, Personalentwicklung) an und legen mit einem erfolgreichen Abschluss den Grundstein für einen beruflichen Aufstieg.



Die IHK-geprüfte Aufstiegsfortbildung umfasst:

- Fachrichtungsübergreifende Basisqualifikationen (1. Teil)
- Handlungsspezifische Qualifikationen (2. Teil)
- Berufs- u. arbeitspädagogische Qualifikation (AEVO) muss in einem gesonderten (AdA-)Lehrgang belegt werden, da sie nicht im FTK-Meisterlehrgang enthalten ist.

Ausbilderlehrgang: <https://www.ftk-kassel.de/leistungsangebot/fachkurse/ausbilderin/ausbildereignung-nach-aevo.html>



Schichtbegleitender Lehrgang

BEGINN: Sa 28.08.2021, 14-tägig an zwei Wochentagen und jeden Samstag. Jeweils 16 bis 19:15 Uhr und Sa 8 bis 13 Uhr (Abweichungen sind möglich). **ORT:** Reichspr.-Friedrich-Ebert-Schule, Schladenweg 41 **KOSTEN:** 5.250 Euro (exkl. Bücher, zzgl. aktuelle IHK-Prüfungskosten) inklusive QM-Beauftragter mit TQCert-Zertifikatsprüfung (exkl. Prüfungsgebühren). In Kooperation mit der RFES Fritzlar und Fachschule für Technik Kassel.

Gepr. Technische/r Fachwirt/in IHK

Attraktive Aufstiegsfortbildung

Technische Fachwirte*innen nehmen eine Schnittstellenfunktion ein und gelten als Brückenbauer zwischen den gewerblich-technischen und den kaufmännischen Unternehmensbereichen. Sie übernehmen organisierende, kaufmännische und produktionsüberwachende Aufgaben, in denen technische Anforderungen und betriebswirtschaftliche Voraussetzungen miteinander abgestimmt werden müssen.

Die attraktive Fortbildung Gepr. Techn. Fachwirt*in schließt mit einer anerkannten IHK-Prüfung ab. Im DQR wird der Abschluss Niveau 6 zugeordnet (Bachelor-Niveau).

Start (Standort Kassel): **Teilzeitlehrgang: 20.04.2021**
Infos und weitere Termine:

www.ftk-kassel.de





Qualifizieren Sie sich zu einem **Spezialisten** im **Qualitätsmanagement** und erhöhen Sie Ihre Karrierechancen!



- QM-Fachkraft
- QM-Beauftragter
- Interner Auditor
- Rezertifizierung
- Q-Manager
- Q-Auditor

Tel. 0561 - 58 50 76 | info@ftk-kassel.de | www.ftk-kassel.de

CAD-Anwendungen

CAD mit AutoCAD ab 2018

Grundkurs

Einführung in das computerunterstützte Konstruieren mit AutoCAD. Inhalt:

- Hardwarevoraussetzungen
- Bedienungselemente und Werkzeuge
- Zeichenhilfsmittel wie Raster, Fang und Objektfang
- Layertechnik
- Seitenlayout
- Herstellen von Zeichnungsvorlagen
- praktische Zeichen- und Konstruktionsübungen
- Bemaßen, Beschriften und Schraffieren der Zeichenobjekte
- Möglichkeiten der Druckerausgabe in verschiedenen Maßstäben.



Voraussetzung: Windows-Kenntnisse.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 503001A11

BEGINN: Di 23.03.21, 18.30 bis 21.45 Uhr, 10 Termine, immer dienstags und donnerstags • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • KOSTEN: 255,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Eike Voutz-Jesberg • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

CAD mit AutoCAD ab 2018

Grundlagen und Anwenderkurs

Einsteiger und Anwender früherer AutoCAD-Versionen aktualisieren ihre Kenntnisse. Inhalt: • Die neuen Funktionen von AutoCAD • die Benutzeroberfläche • Erstellen und Bearbeiten von 2D-Objekten • Erstellen von Text und Bemaßungen • Plotten des Zeichnungslayouts • Konvertieren von 2D-Objekten in 3D-Objekte • Lernstrategien • AutoCAD und Internet werden vorgestellt und angewendet.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 503002A11

BEGINN: Di 20.04.21, 17.00 bis 20.15 Uhr, 8 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • KOSTEN: 211,00 Euro für 32 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Ludwig Prinz • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

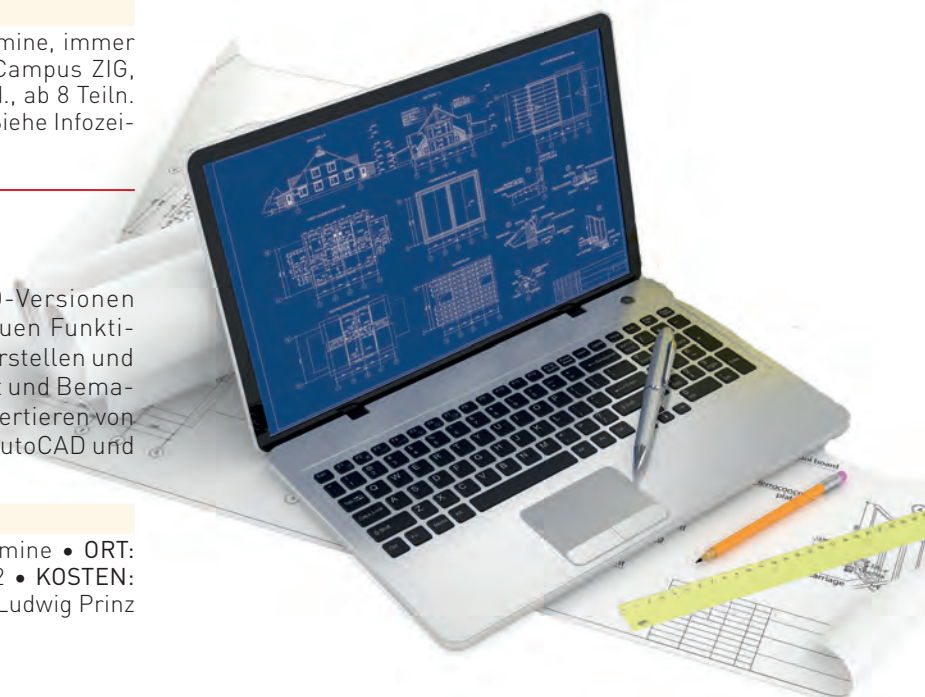
CAD mit AutoCAD 2018

Aufbaukurs 2D- und 3D-Konstruktionen

Dieser AutoCAD-Lehrgang baut auf dem Auto-CAD Grundkurs auf. Sie erlernen die Feinheiten der Erstellung von 2D-Zeichnungen mittels Polylinien, Feldern, Tabellen und Benutzerkoordinatensystemen (BKS) und kombinieren Ihre Zeichnungen in Plansätzen. Effizientes Plotten und ein Überblick über die Layouterstellung ermöglichen zukünftig eine sichere, effektive Arbeitsweise. Das Arbeiten im 3D-Bereich wird in diesem Kurs an vielen Beispielen geübt.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 503003A11

BEGINN: Do 22.04.21, 17.00 bis 20.15 Uhr, 8 Termine, Nach Absprache im Kurs, kann auch di, do oder sa der Unterricht stattfinden. • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • KOSTEN: 211,00 Euro für 32 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Ludwig Prinz • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



NLP Practitioner Zertifikat

Miteinander wirkungsvoll kommunizieren

Modul 1 (NLP)

Sie lernen durch Achtsamkeitstraining sich selbst und Ihr Gegenüber bewusster wahrzunehmen. Gesprächsführung: Den Kontakt zum Gesprächspartner gezielt herstellen, eine vertrauensvolle Beziehung aufbauen als Basis für eine wirkungsvolle Kommunikation. Gewünschte Nähe oder Distanz zum Gegenüber gezielt herbeiführen. Die Kommunikation mit NLP Techniken bewusst steuern.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 500002A11

TERMINE: Sa 13.2. und So 14.2., jeweils 9 bis 17 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 135,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Harald Klug • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Ziele setzen und erreichen

Modul 2 (NLP)

Ziele geben unserem Leben eine Richtung. Wer keine klaren Ziele hat, kann sich vor allem in turbulenten Zeiten ständiger Veränderung nur schwer orientieren. Das Leben wird dann eher als Kampf wahrgenommen und ist meistens wenig erfolgreich. Deshalb stehen wohldurchdachte Ziele regelmäßig am Anfang des Erfolges. Sie lernen mit Hilfe von NLP Methoden wie man sich sinnvolle Ziele setzt und geeignete Strategien, die Ziele auch zu verwirklichen.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 500003A11

TERMINE: Sa 13.3. und So 14.3., jeweils 9 bis 17 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 135,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Harald Klug • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Die Magie der Sprache (Meta-Modell der Sprache)

Modul 3 (NLP)

Sie lernen mit dem Meta-Modell der Sprache, wie Sie sich und anderen hilfreiche Fragen stellen können, um Missverständnisse aufzuklären bzw. zu verhindern. Sie lernen, gezielter zu fragen und präziser zu sprechen. Außerdem wird aufgezeigt, wie man klare Anweisungen formuliert und konstruktiv Feedback gibt, ohne andere zu verletzen.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 500004A11

TERMINE: Sa 24.4. und So 25.4., jeweils 9 bis 17 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 135,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Harald Klug • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Trance – Das Milton Modell der Sprache

Modul 4 (NLP)

Sie lernen, wie man Trance bei sich selbst und anderen anwenden kann, um eine hohe Aufmerksamkeitsfokussierung zu erreichen. Es wird gezeigt, wie man hypnotische Sprachmuster zielgerichtet einsetzt, um wirkungsvoller zu kommunizieren. Sie lernen außerdem eigene Trancen zu schreiben, richtig zu lesen und anzuwenden.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 500005A11

TERMINE: Sa 8.5. und So 9.5., jeweils 9 bis 17 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 135,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Harald Klug • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Ankern – jederzeit positive Gefühle auslösen

Modul 5 (NLP)

Sie lernen durch verschiedene NLP Techniken, wie man sich jederzeit in einen guten Zustand versetzen kann. Durch bewusstes Anknüpfen schaffen Sie sich Zugang zu Ihren inneren Stärken. Sie lernen außerdem, störende Verhaltensmuster zu beseitigen.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 500006A11

TERMINE: Sa 29.5. und So 30.5., jeweils 9 bis 17 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 135,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Harald Klug • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Unsere inneren Stimmen – das Teilemodell nach Robert Dilts

Modul 6 (NLP)

Sie lernen im Kurs, wie man bewusst mit seinen inneren Stimmen / Persönlichkeitsanteilen kommuniziert, um Blockaden zu beseitigen und sich konstruktive Verhaltensweisen anzueignen.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 500007A11

TERMINE: Sa 12.6. und So 13.6., jeweils 9 bis 17 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 135,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Harald Klug • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Reframing – Die Sichtweise ändern

Modul 8 (NLP)

Sie lernen, wie man die Wahrnehmung einer problematischen Situation verändert, um innere Blockaden aufzulösen. Dadurch ist es auch möglich, einschränkende Glaubenssätze abzulegen.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 500008A11

TERMINE: Sa 3.7. und So 4.7., jeweils 9 bis 17 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 135,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Harald Klug • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Unsere Lebenslinie – Arbeit mit der Timeline

Modul 9 (NLP)

Sie lernen verschiedene Methoden der Veränderung. Dadurch können Sie mit den belastenden Erlebnissen besser umgehen und sie in Ihr jetziges Leben integrieren.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 500009A11

TERMINE: Sa 4.9. und So 5.9., jeweils 9 bis 17 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 135,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Harald Klug • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Heimwerken

Konventionelles Drehen

Für Heimwerker und Selbermacher

Vermittelt werden die Grundfertigkeiten des konventionellen Drehens (Metall). Dazu gehören Schnitt- und Einstelldaten sowie Aufbau und Funktion der Drehmaschine, Längsrund- und Querplandrehen (Außen- und Innenbearbeitung), Schneiden von Außen- und Innengewinde. Ein Aufbaulehrgang mit Passungs- und Kegeldrehen ist möglich.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 507003A11

BEGINN: Di 16.02.21, 17.30 bis 21.00 Uhr, 6 Termine, immer dienstags und donnerstags • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • **KOSTEN:** 265,00 Euro für 24 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. Materialkosten 30 Euro • **LEITUNG:** Frank Wittenborn in Kooperation mit Berufliche Schulen Schwalmstadt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 507004A11

BEGINN: Di 18.05.21, 17.30 bis 21.00 Uhr, 6 Termine, immer dienstags und donnerstags • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • **KOSTEN:** 265,00 Euro für 24 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. Materialkosten 30 Euro • **LEITUNG:** Frank Wittenborn in Kooperation mit Berufliche Schulen Schwalmstadt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Schnupperlehrgang Schweißen

Schweißen für Heimwerker und Selbermacher

Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, in die Thematik des Schweißens „hineinzuschnuppern“. Vielleicht finden Sie den Einstieg in ein neues Berufsfeld. Dieser Lehrgang richtet sich an Heimwerker und Bastler mit und ohne Vorkenntnisse. Wir vermitteln elementare Grundkenntnisse im Schweißen auf die man aufbauen kann und die zur Ausführung einfacher Schweißarbeiten ausreichen werden. Für Teilnehmer mit umfangreichen Vorkenntnissen und nicht mehr gültigen Schweißerprüfungen ist dieses Lehrgangsangebot erweiterbar, so dass eine Schweißerprüfung nach DVS-Richtlinie oder EN 287-1 möglich wird.

**SCHWALMSTADT:** Abendkurs Nr. 507001A11

TERMINE: Di 6.4. und Do 8.4., jeweils 17.30 bis 21.15 Uhr und Sa 10.4., 8.30 bis 14 Uhr • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • **KOSTEN:** 225,00 Euro für 16 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. Materialkosten 25 Euro • **LEITUNG:** Frank Wittenborn in Kooperation mit Berufliche Schulen Schwalmstadt, BBZ Marburg und BZ Kassel • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 507002A11

TERMINE: Di 22.6. und Do 24.6., jeweils 17.30 bis 21.15 Uhr und Sa 26.6., 8 bis 14.30 Uhr • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • **KOSTEN:** 225,00 Euro für 16 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. Materialkosten 25 Euro • **LEITUNG:** Frank Wittenborn in Kooperation mit Berufliche Schulen Schwalmstadt, BBZ Marburg und BZ Kassel • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Kreatives Schweißen und Gestalten mit Stahl
Ederhuhn und Co

Bei der künstlerischen Herstellung von Metallobjekten aus Stahl erlernen Sie Scheren, Schweißen und Bohren. Es werden beispielsweise Ederhühner, Wappen oder Skulpturen aus Flacheisen, Blech und Rundmaterial hergestellt. Voraussetzungen: Sicherheitsschuhe, Arbeitskleidung.

**FRITZLAR:** Vormittagskurs Nr. 507005A11

BEGINN: Sa 20.03.21, 9.00 bis 12.00 Uhr, 2 Termine • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • **KOSTEN:** 45,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 50 Euro Materialkosten • **LEITUNG:** Jürgen Pfingst • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 507006A11

BEGINN: Sa 12.06.21, 9.00 bis 12.00 Uhr, 2 Termine • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • **KOSTEN:** 45,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 50 Euro Materialkosten • **LEITUNG:** Jürgen Pfingst • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Qualifizierung Kindertagespflege

Kindertagespflege – mehr als nur ein Job!

Kindertagespflege ist als familiennahe und flexible Betreuungsform eine wichtige Säule in der frühkindlichen Bildung. Besonders für Kinder unter drei Jahren bietet die Kindertagespflege Bildung, Erziehung und Betreuung in kleinen Gruppen und mit einer konstanten Bezugsperson an. Die Betreuung in kleinen, altershomogenen Gruppen mit stabilen Bezugspersonen erfüllt die entwicklungspsychologischen Ansprüche der Kleinkinder und unterstützt die Familien aufgrund der flexiblen Betreuungszeiten bei der Vereinbarung von Familie und Beruf.

Die Qualifizierung zur Kindertagespflegeperson erfolgt nach dem „Kompetenzorientierten Qualifizierungshandbuch Kindertagespflege“ (QHB) mit einem Stundenumfang von insgesamt 300 Unterrichtseinheiten und dauert ca. 1,5 Jahre. Die Qualifizierung findet tätigkeitsvorbereitend sowie tätigkeitsbegleitend statt. Dabei geht es unter anderem um die zu erwartenden Veränderungen Ihres Familienalltags, um Ihre neue Rolle im Bereich professioneller Erziehung und um pädagogisches und psychologisches Grundwissen für die Entwicklung von Kindern. Informationen über rechtliche Grundlagen und über den Betreuungsvertrag runden das Angebot ab. Nach erfolgreicher Absolvierung des tätigkeitsvorbereitenden Kurses und dem Erhalt der Pflegeerlaubnis ist die Betreuung von Kindern möglich.

Die Kosten der Qualifizierung trägt das Jugendamt des Kreises. Die Qualifizierung wird vom Amt für Jugend und Familie in Kooperation mit der Volkshochschule Schwalm-Eder angeboten.

Ansprechpartnerin vhs Schwalm-Eder:

Annika Mattheis,
Tel.: 05681 775-414

Ansprechpartnerinnen Fachberatung Kindertagespflege:

Heike Schottenhammer und Franziska Andrich,
Tel.: 05681 775-574

Schulabschlüsse nachholen

Ohne Schulabschluss keine Chance im Berufsleben! Es ist aber nie zu spät, einen verpassten Abschluss nachzuholen. In Abendkursen der Volkshochschule können Sie sich auf die Abschlussprüfung vorbereiten. Hunderte von Teilnehmenden haben diese Hürde erfolgreich genommen und damit ihre Startposition verbessert. Nutzen Sie Ihre Möglichkeiten! Informationen und Anmeldung unter 05681 775-775 und -404 bzw. -411.

Realschulabschluss

Dauer des Lehrgangs: ca. 1 3/4 Jahre mit je 18 Unterrichtsstunden pro Woche 4 Termine (außer in den hessischen Schulferien). Unterrichtsfächer: Deutsch, Englisch, Mathematik, Gesellschaftslehre, Biologie, Physik oder Chemie. Änderungen vorbehalten. Kosten: 92 € monatlich (ermäßigt 23 €). Die Abschlussprüfungen (schriftlich und mündlich) werden vor einem Prüfungsausschuss des Staatlichen Schulamtes abgelegt.

HOMBERG: Einstieg bis April 2021 möglich

Hauptschulabschluss

Dauer des Lehrgangs: ca 12 Monate mit 12 bis 16 Unterrichtsstunden pro Woche 3 - 4 Termine (außer in den hessischen Schulferien). Unterrichtsfächer: Deutsch, Mathematik, Gesellschaftslehre, Biologie. Änderungen können sich noch ergeben. Der Lehrgang ist kostenfrei, die Kosten einer Fahrkarte für den ÖPNV können übernommen werden.

MELSUNGEN: Geplanter Beginn im April 2021

Hauptschulabschluss mit SPass

Sie interessieren sich für den Erwerb des Hauptschulabschlusses bei gleichzeitigem Erwerb des Zertifikates „Service- und Pflegeassistent“? Dann setzen Sie sich bitte mit uns in Verbindung. Wir beraten Sie gern und klären die Teilnahmebedingungen mit Ihnen in einem persönlichen Gespräch. Die Teilnahme ist, bei Erfüllung der Zielvorgaben, für die Teilnehmenden kostenfrei möglich. Ebenso werden die Kosten für ein hessisches Schülerticket (bei regelmäßiger Teilnahme) erstattet.

FRITZLAR: Geplanter Beginn im September 2021



Bildungsberatung



Mit der Bildungsprämie des Bundes wird berufliche

Weiterbildung finanziell gefördert. Wenn Sie diese Förderung beantragen möchten, ist vor Ihrer Anmeldung zur Weiterbildung eine Beratung in unserer Beratungsstelle erforderlich.

Was ändert sich bei der Bildungsprämie?

Zum 1. Juli 2017 wurden die Förderkonditionen der Bildungsprämie vereinfacht. Hier finden Sie die neuen Regelungen im Überblick.

- Die Altersgrenzen wurden aufgehoben.
- Altersrentner und Pensionäre können jetzt die Bildungsprämie erhalten.
- Prämiegutscheine können jetzt jährlich ausgegeben werden.
- Weiterbildungen mit Kosten über 1.000 Euro sind jetzt förderfähig.
- Die Förderung von Prüfungen wurde vereinfacht.
- Ein Prämiegutschein kann für mehrere Weiterbildungen genutzt werden („Kursbündel“).
- Pflichtfortbildungen können unter bestimmten Bedingungen gefördert werden.
- Prämiegutscheine können bei Kursabbruch durch den Teilnehmer vom Anbieter abgerechnet werden.
- Prämiegutscheine können bei längeren Maßnahmen vorzeitig abgerechnet werden.
- Prämiegutscheine können jetzt bis Ende 2020 ausgegeben werden.

Die Bildungsprämie wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung und aus dem Europäischen Sozialfonds der Europäischen Union gefördert.



Beratung und Anmeldung:

Tel.: 05681 775-775

www.bildungspraemie.info

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium für Bildung und Forschung



Museen im Schwalm-Eder-Kreis**BAD ZWESTEN:** Heimatmuseum, Ringstr. 2

www.museumbadzwesten.de ☎ 05626 773

BORKEN: Hessisches Braunkohle Bergbaumuseum,
Am Rathaus 7 www.braunkohle-
bergbaumuseum.de ☎ 05682 808271**FELSBERG-GENSUNGEN:** Heimatmuseum, Bahnhofstr. 12

www.museum-gensungen.de ☎ 05662 2370

FELSBERG-HESSLAR: Heimatmuseum u.

Webstube, Gänsemarkt 7 ☎ 05662 4628

FELSBERG-WOLFRSHAUSEN: Heimatstuben,
Wäschepfad 27 ☎ 05665 800601**FRIELENDORF:** Museumsladen,

Hauptstr. 51 ☎ 05684 923458

FRTLZAR: Domschatz und Museum des St. Petri

Domes, Dr.-Jestädt-Platz 11 ☎ 05622 999921

FRTLZAR: Museum Hochzeitshaus, Am

Hochzeitshaus 6-8 ☎ 05622 798597

GUDENBERG: Kulturhaus Synagoge,

Hintergasse 23 ☎ 05603 933299

GUXHAGEN: Schmiedemuseum, Sellestraße**GUXHAGEN:** Gedenkstätte Breitenau, Brückenstr. 12

www.gedenkstaette-breitenau.de ☎ 05665 3533

HOMBERG: Heimatmuseum, Pfarrstr. 26 ☎ 05681 2470**KÖRLE:** Margret-Knoop-Schellbach-Museum,

Im Mülmischtal 2 ☎ 05665 94980

MALSFELD: Brauereimuseum, Brauereistraße www.

brauereimuseum-malsfeld.de ☎ 0152 55401089

MALSFELD-BEISEFÖRTH: Korbmachermuseum,

Mühlenstraße 18 ☎ 05664 448

MALSFELD-DAGOBERTSHAUSEN: Heimat-

museum, Höhenstr. 11 ☎ 05661 6152

MELSUNGEN: Heimatmuseum,

Bartenwetterbrücke ☎ 05661 3830

NEUMENTAL-ZIMMERSRODE: Dorfmuseum,

Hauptstraße 8 ☎ 06693 798

NEUKIRCHEN: Heimatmuseum, Marktplatz 5 - 6 ☎ 06694 440**NIEDENSTEIN:** Altenburg und Stadtmuseum,

Obertor 5 ☎ 05624 6619

NIEDENSTEIN-KIRCHBERG: Heimatmuseum,

Gutshof 5 ☎ 05603 2164

NIEDENSTEIN-METZE: Archiv und

Heimatstube, Besser Str. 1 ☎ 05603 1882

NIEDENSTEIN-WICHENDORF: Heimatmuseum,

Raiffeisenstr. 5 ☎ 05624 6855

OTTRAU-SCHORBACH: Mühlenmuseum, Steinmühle 3

☎ 06628 1018 www.muehlenmuseum-steinmuehle.de

SCHRECKSBACH-HOLZBURG: Schwälmer

Dorfmuseum, Hohlweg 2a www.dorfmuseum-

holzburg.de ☎ 06698 911696

SCHWALMSTADT-ZIEGENHAIN: Museum

der Schwalm, Paradeplatz 1 www.

museumderschwalm.de ☎ 06691 3893

SCHWALMSTADT-TREYSA: Museum historischer

Schreibmaschinen, Bahnhofstraße 28 www.

stv-treysa.de ☎ 06691 9116868

SCHWALMSTADT-TREYSA: Museumstöpferei

Dörrbecker, Töpferweg 18 ☎ 06691 2839

SCHWALMSTADT-TRUTZHAIN: Gedenkstätte/

Museum, Seilerweg 1 www.gedenkstaette-

trutzhain.de ☎ 06691 710662

SPANGENBERG: Haus der Begegnung,

Burgstr. 1, Tel. 05663 509040

SPANGENBERG: Heimatmuseum, Burgsitz 2-3 ☎ 05663 454**WILLINGSHAUSEN:** Malerstübchen, Merzhäuser

Str. 1 www.malerkolonie.de ☎ 06697 1418

**ALLE ANGABEN OHNE GEWÄHR - BITTE TEILEN
SIE UNS ÄNDERUNGSWÜNSCHE MIT.****Die vhs im Internet**www.vhs-schwalm-eder.deAuf unserer Internet-
seite finden Sie das
komplette Kurspro-
gramm und zusätz-
liche Informationen,
aktuelle Hinweise,
Fotogalerien, Video-
und AudiobeiträgeWenn Sie den oder die Kurse
Ihrer Wahl gefunden haben,
können Sie sich gleich online
anmelden. Bei bereits aus-
gebuchten Kursen können
Sie sich in eine Warteliste
eintragen lassen und werden
benachrichtigt, sobald ein
Platz für Sie frei wird.**Programm im 1. Halbjahr 2021**Kursbeginne: Fortsetzungskurse nach den Winterferien
Neue Kurse ab 08. Februar**Schulferien 2021**

Osterferien: 06. April bis 16. April 2021

Sommerferien: 19. Juli bis 27. August 2021

Während der Ferien finden in der Regel keine vhs-Kurse statt.
Ausnahmen nach Vereinbarung. Alle Angaben ohne Gewähr.**Widerrufsbelehrung****Widerrufsrecht**Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von
Gründen den mit der vhs geschlossenen Vertrag zu widerrufen.
Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des
Vertragsabschlusses.Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns mittels
einer eindeutigen Erklärung (z. B. ein mit der Post ver-
sandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss,
diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür
ein Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht
vorgeschrieben ist.Schicken Sie Ihre Erklärung an: Kreisausschuss des
Schwalm-Eder-Kreises / Volkshochschule, 34574 Homberg
(Efze) Tel: 05681 775-775, Fax: 05681 775-408, E-Mail: vhs@
schwalm-eder-kreis.de.Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die
Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf
der Widerrufsfrist absenden.**Folgen des Widerrufs**Wenn Sie Ihren Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle
Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, unverzüglich
und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurück-
zahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses
Vertrags bei uns eingegangen ist.Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungs-
mittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt
haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas
anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen
dieser Rückzahlung Entgelte berechnet.**Impressum**

Herausgeber

Kreisausschuss des Schwalm-Eder-Kreises

Parkstraße 6, 34576 Homberg (Efze)

Verantwortlich i. S. d. P.: Franz Drescher, vhs-Leiter

Redaktion, Gestaltung: Hannah Beier

Bildnachweise: Bildlizenzen von Shutterstock.com; hes-

sischer Volkshochschulverband; Jürgen Pfingst; Nadine

Weigel

Druck: Verlag + Druck Linus Wittich KG Fritzlar

Für Irrtümer und Druckfehler sowie abweichende Preisangaben in diesem
Heft sowie im Internet übernehmen wir keine Haftung. Im Zweifel rufen Sie
uns gerne an.

Auszug aus den allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB)

Anmeldemöglichkeiten

Internet: www.vhs-schwalm-eder.de

- Alle Kurse immer aktuell im Internet
- Anzeige der Kursbelegung
- Verbindliche Anmeldung online
- Abbuchung des Teilnahmeentgelts erst nach Kursbeginn
- Bankdatenabfrage bei Anmeldung
- Anmeldebestätigung per E-Mail

Telefonisch: 05681 775-775

- Persönliche Kursberatung am Telefon
- Verbindliche Anmeldung
- Abbuchung des Teilnahmeentgelts erst nach Kursbeginn
- Bankdatenabfrage bei Anmeldung
- Anmeldebestätigung: Post/E-Mail

Persönlich beim Info bzw. Kursbeginn

- Kostenlose und unverbindliche Schnupperstunde
- Beratung bei der Kursleitung
- Verbindliche Anmeldung per Vordruck

Schriftlich mit Karte (unten)

- Anmeldebestätigung per Post/E-Mail, sofern noch freie Plätze im Kurs verfügbar

Spätere Anmeldung

Ein späterer Einstieg in laufende Kurse ist nur nach Absprache mit der vhs möglich.

Abmeldung

Abmeldungen sind grundsätzlich schriftlich an die vhs zu richten. Mündliche Abmeldungen bei der Kursleitung reichen nicht aus. Evtl. zu zahlende anteilige Teilnahmeentgelte entfallen bei Anmeldung einer Ersatzperson oder Umbuchung in einen anderen, gleichwertigen Kurs.

Abmeldung vor Kursbeginn

Bis drei Arbeitstage vor Kursbeginn ist eine Abmeldung ohne Angabe von Gründen möglich. Eine spätere Abmeldung ist aus wichtigem Grund, z.B. Krankheit, möglich (Nachweis erforderlich). Liegt ein solcher Grund nicht vor, sind 25 % des Kursentgeltes zu zahlen.

Abmeldung nach Kursbeginn

Erfolgt die Abmeldung in der ersten Kurshälfte ohne Angabe von Gründen oder liegt ein wichtiger Grund nicht vor, sind 50 % des Kursentgeltes zu zahlen.

Erfolgt die Abmeldung in der zweiten Kurshälfte ohne Angabe von Gründen oder liegt ein wichtiger Grund nicht vor, ist das volle Teilnahmeentgelt zu zahlen.

Bei Abmeldung aus wichtigem, schriftlich belegtem Grund wird das Teilnahmeentgelt entsprechend der bis zum Eingang der Kündigung durchgeführten Kurstermine fällig.

Widerrufsbelehrung: s. Seite links

Teilnahmezahl

Die Mindest-Teilnahmezahl ist bei jedem Kurs angegeben und beträgt in der Regel acht bis zehn Personen. Soll ein Kurs auch mit weniger Teilnehmenden stattfinden, kann das Entgelt anteilig erhöht bzw. die Kursdauer gekürzt werden. Sollte ein Kurs mangels ausreichender Teilnahmezahl nicht stattfinden können, benachrichtigen wir die angemeldeten Personen.

Entgeltzahlung

Das Entgelt wird nach Kursbeginn von Ihrem Konto abgebucht bzw. durch Rechnung angefordert. Fragen zu Anmeldung, Entgeltzahlung, Abbuchung etc. beantwortet Ihnen das vhs-Verwaltungsteam gern (siehe Seite 3).

Datenschutz

Die Einhaltung der Bestimmungen der Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) und des Hessischen Datenschutz- und Informationsgesetzes (HDSIG) wird zugesichert. Die Erfassung, Speicherung und Weitergabe der Daten wird auf das für die Durchführung der vhs-Veranstaltungen notwendige Maß beschränkt und erfolgt unter Beachtung der Vorgaben. Die vollständige Datenschutzerklärung ist unter www.vhs-schwalm-eder.de einsehbar oder kann bei der Volkshochschule angefordert werden.

SEPA-Lastschriftverfahren

Es wird lediglich das zu entrichtende Entgelt für die von Ihnen belegten Kurse von Ihrem Konto abgebucht. Wenn das Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist, besteht keine Verpflichtung zur Einlösung. Teileinlösungen werden im Lastschriftverfahren nicht vorgenommen.

Die vollständigen AGB können Sie im Internet einsehen oder bei der vhs anfordern.

Bitte füllen Sie die untenstehende Kursanmeldung in Druckschrift aus und schicken Sie sie an: Kreisausschuss Schwalm-Eder / vhs, 34576 Homberg (Efze) oder faxen Sie an 05681 775-408

KURS-ANMELDUNG

Statistische Angaben (freiwillig)

Bitte kreuzen Sie Ihre Altersgruppe an:

- unter 18 18-24 25-34
 35-49 50-64 65-74
 75 und älter

Antrag auf Entgelt-Ermäßigung (75 %)

bitte fügen Sie dieser Anmeldung einen aktuellen Nachweis bei, wenn Folgendes auf Sie zutrifft:

- Ich erhalte Leistungen nach dem Sozialgesetzbuch II (Arbeitslosengeld II, Sozialgeld).
- Ich beziehe Leistungen nach dem Sozialgesetzbuch XII (Hilfe zum Lebensunterhalt, Grundsicherung).
- Es liegt ein begründeter Einzelfall vor, ich bitte um Übersendung eines Antragsvordruckes.

Nebenkosten sind von der Ermäßigung ausgeschlossen. Eine nachträgliche Erstattung ist nicht möglich.

Kursnummer, Kurstitel

Name, Vorname

Straße

PLZ/Ort

Tel. tagsüber

E-Mail:

Mobiltelefon (Ich bin einverstanden, dass ich kursbezogene Nachrichten per SMS erhalte)

Datum / Unterschrift (bei Minderjährigen Unterschrift d. Erziehungsberechtigten)

Ich erkenne die Teilnahmebedingungen der vhs an.

Die obenstehenden Hinweise zum Datenschutz habe ich zur Kenntnis genommen.



Kennen lernen ist einfach.



Mit unserem leistungsstarken Girokonto.

- Sechs Monate kostenfrei
- Kontowechsel-Service & Finanzcheck inklusive
- Per Onlineberatung flexibel für Sie erreichbar
- 24 h: App und Bargeld an 24.000 Automaten

Das für sechs Monate kostenfreie Konto (Gehaltseingang vorausgesetzt) ist für Neukunden abschließbar, die innerhalb der letzten zwei Jahre kein Girokonto bei der Kreissparkasse Schwalm-Eder führten und innerhalb der ersten sechs Monate einen kostenfreien Finanzcheck genießen.

Online eröffnen:
www.kskse.de/giro-kostenfrei

Oder Termin vereinbaren:
Telefon: 05661 7070



**Kreissparkasse
Schwalm-Eder**