

2. Halbjahr 2021

Neue Kurse  
ab 13. September

# Bildung jetzt! Vor Ort und im Netz!

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





Landrat Winfried Becker



## In eigener Sache

Sehr geehrte Mitbürgerinnen und Mitbürger!

Es freut mich sehr, dass wir im Schwalm-Eder-Kreis durch Ihre Mithilfe bisher ein niedriges Inzidenzgeschehen erreichen konnten. Damit dies im Herbst und Winter so bleibt, braucht es auf dem Weg zur Normalität Ihre Unterstützung: Nutzen und werben Sie für das Impfangebot und helfen Sie so, sich selbst und andere vor einer Corona Erkrankung und möglichen Folgen zu schützen.

### Bildung jetzt!

Die Bildungsangebote der Volkshochschule sind ab sofort wieder vielfältig und in Präsenz verfügbar. Da sich jedoch zum jetzigen

Zeitpunkt noch nicht absehen lässt, in welcher Form Bildung durchgeführt werden kann, hat sich die vhs darauf eingestellt, sowohl Angebote vor Ort als auch im Netz digital anbieten zu können.

### Vor Ort

Ihre und unsere Gesundheit ist uns sehr wichtig und die Corona-Pandemie zwingt uns weiterhin zur Umsicht. In den Schulen, den Sporthallen, den Schwimmbädern, den Dorfgemeinschaftshäusern, den Familienzentren und an vielen anderen Orten, sind unsere Kursangebote, wie von Ihnen gewünscht, gepulst und stehen wieder zum Abruf bereit. Vor Ort finden Sie uns auch mit den üblichen Dienstleistungen der Volkshochschule neu in den Außenstellen in Frittlar und Melungen. Selbstverständlich können Sie dieses Angebot auch weiterhin in unseren Büroräumen in Homberg in Anspruch nehmen. Achten Sie auf

die Fahnen im Außenbereich: „Wir sind für Sie da!“ dann und immer mittwochs ist ein Mitarbeiter der Volkshochschule für Sie persönlich vor Ort.

### Und im Netz

Je nach Entwicklung der Pandemie-Lage ist auch eine kurzfristige Umstellung des Kursangebotes auf ein rein digitales Format oder ein Hybrid-Angebot möglich. Wir möchten, dass Sie gesund und aktiv bleiben.

Um Ihnen eine unkomplizierte Teilnahme am digitalen Kursangebot zu ermöglichen, bieten wir regelmäßig kurze, kostenfreie Technik-Schulungen an. Sprechen Sie uns an oder buchen Sie das Angebot über unsere Homepage.

Denn seit über 100 Jahren gilt: Den Kurs bestimmen Sie - vor Ort und im Netz!

[www.rbborken.de](http://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 Frühaufsteher, 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, Prüfungen  
Tel. 05681 775-405



Susanne Shera  
Allgemeine und berufs-  
bezogene Deutschkurse  
Tel. 05681 775-399



Annika Mattheis  
Kindertagespflege  
Tel. 05681 775-414



#### 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, Widerrufsrecht, 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 Wochentag finden **Sprechtage** in unseren Außenstellen in **Fritzlar** und **Melsungen** statt. Achten Sie auf die Öffnungshinweise vor Ort.

### Verwaltungsteam

Anika Geißler  
Integrationskurse  
Tel. 05681 775-417



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



Vanessa Thiel  
Gesundheitsbildung  
Integrationskurse  
Tel. 05681 775-397



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



**A**

Achtsamkeit 10, 24  
Acrylmalerei 20  
Affinity 12, 61  
Afrikan. Trommeln 23  
AGB 71  
Ägypten 19  
Alfa-Telefon 37, 38  
Android-Geräte 58  
Aqua-Fitness 31  
Aqua-Jogging 31  
Aquarellmalerei 20  
Arabisch 51  
Aschenberg 8  
Auftrittskompetenz 9  
Ausbilderlehrg. 67, 69  
AutoCAD 66  
Autogenes Training 24  
Ayurveda 33  
Ayurved. Ernährung 33

**B**

Backen 54  
Basenfasten 32  
Bauchtanz 28  
Berufsbez. Deutsch 37  
Betriebswirt 67  
Beweglichkeit 10  
Bezusch. Kurse 27  
Bierbrauen 54  
Bildbearbeitung 60  
Bildungsberatung 69  
Bildungsprämie 69  
Bildungssystem 7  
Bildungsurlaub 12-14  
Body-Percussion 23  
Bodytraining 25, 28  
Boxfitness 28  
Brotbacken 54  
Bücher 17, 34  
Business Engl. 13, 44

**C**

CAD-Anwendungen 66  
Callanetics 30  
Camping 8  
Computer 58-59  
CorelDRAW 60  
Cybercrimeprävent. 15

**D**

Deutsch 36-39  
Deutsche Geschichte 6  
Deutschtest 36  
Digitale Fotografie 16  
Discofox 18  
Diskriminierung 7

**E**

EDV-Zertifikat 56  
Einbürgerungstest 36  
Einstufungstest 36  
Englisch 13, 34, 40-44  
Entspannung 24-25  
Entwicklungsförd. 34  
Ermutigungstrain. 10  
Ernährung 32-33  
Europ. Computerpass 56  
Excel 12, 56, 62-65

**F**

Familienzentrum 35  
Farbberatung 11  
Faszientraining 29-30  
Faszien-Yoga 26  
Fotografie 16  
Fotovoltaik-Anlagen 65  
Französisch 13, 45-46  
Frauen 11

**G**

Gebärdensprache 51  
Gepr. Industriem. 67  
Gepr. techn. Betr. 67  
Geschichte 6-7  
Goldschmieden 19  
Gymnastik 29

**H**

Handwerkskunst 54  
Hauptschulabschl. 68  
Heiligenberg 6  
Heimwerken 66-67  
Hess. Landesgesch. 6  
Holzarbeiten 54  
Holzbildhauerei 19  
Holzkohle 55  
Holzlöffelschnitzen 54  
Homeoffice 10  
Homepage 59

**I**

Industriemeister 67  
Integrationskurse 36  
Internetsicherh. 8, 15, 35, 59  
Italienisch 14, 46-48

**J**

Jonglieren 16  
Jüdisches Leben 7  
Junge vhs 34-35

**K**

Kalligraphie 20  
Kinästhetik 28  
Kinder 34-35  
Kindertagespflege 69  
Kleinbahn 7  
Kochen 32  
Köhlern 55  
Kommunikation 9  
Kommunik.-training 9  
Konfliktfähigkeit 9  
Königr. Westfalen 7  
Krankenkassen 27  
Kulturgeschichte 18  
Kunstgeschichte 18  
Kurssyst. Sprachen 37

**L**

Lala-Dance 29  
Landschaftsmalerei 21  
Lateintänze 18  
Latin Aerobic 29  
Layout 60  
Lebensbalance 10  
Lehmbau 55  
Lesen 17  
Literatur 17

**M**

Malen 20, 21  
Mathe Prüf.-vorb. 34, 68  
Meditation 24  
Metalza® 29  
Mobile Geräte 58  
Museen 70  
Musikschulen 23  
Musizieren 23

**N**

Nähen 22  
Niederländisch 52  
Niveaustufen 37

**O**

OneNote 65  
Outfitberatung 11  
Outlook 12, 57, 64-65  
Oxymel 32

**P**

Papiergestaltung 21  
Permakultur 18  
Philosophie 8  
Photoshop 60  
Pilates 25, 28-29  
Pivot-Tabellen 63  
Poetry Slam 11  
Politik 7  
Polnisch 52  
Portraitzeichnen 21  
Porzellanmalerei 20  
PowerPoint 12, 57, 63-65  
Power-Workout 30  
Progr. Muskel. 24, 26, 34

**Q**

Qigong 25

**R**

Realschulabschl. 68  
Reden halten 9  
Rheinwiesenlager 7  
Rückentraining 30  
Russisch 52

**S**

Schärfen 55  
Schmieden 55  
Schmuckstücke 19  
Schönschrift 20  
Schreiben 17  
Schulabschlüsse 68  
Schwälm. Weißstick. 22  
Schwedisch 52  
Schweißen 67  
Selbstmanagement 9  
Selbstsicherheit 9  
Singen 23  
Smartphones 58  
Spanisch 14, 48-50  
Standardtänze 18  
Steinarbeiten 55  
Step-Aerobic 30  
Steuererklärung 65  
Stimmbildung 23  
Stricken 22  
Super Callanetics 30

**T**

Tablets 58-59  
Tabel.-kalk. 12, 56, 62-65  
Tai Chi 25  
Tanzen 18, 28-30  
Tastschreiben 35, 60  
Techn. Betriebsw. 67  
Textverarb. 12, 56, 61, 64-65  
Thai-Fit 30  
Trommeln 23  
Türkisch 53  
Tuschemalerei 20  
Typberatung 11

**U**

Übersäuerung 32

**V**

Vermiet. u. Verpacht. 65  
Visual Basic 12, 63  
Vorsorgevollmacht 8

**W**

Wanderung 8  
Webseiten 12, 59  
Wechseljahre 11  
Weihnachtskarten 21  
Weißstickerei 22  
Wellness Mix 25  
Widerrufsbelehr. 70  
Wildkräuter 32-33  
Windows 65  
Windows 10 58-59  
Word 12, 56, 61, 64-65  
WordPress 12, 59

**X**

Xpert 56-57, 61-63, 65

**Y**

Yoga 25-27

**Z**

Zauberkunststücke 16  
Zeichnen 20-21  
Zeitmanagement 9  
Zumba Fitness® 30  
Zuschuss Krankenk. 27

**Gesellschaft & Leben**

6-11



Geschichte	6
Politik	7
Verbraucherfragen	8
Philosophie	8
Selbst-, Zeitmanagement, Kommunikation	9
Frauenbildung	11

**Kultur & Kreativität**

16-23



Künstlerische Techniken	16
Fotografie	16
Literatur	17
Tanzen	18
Kunst- u. Kulturgeschichte	18
Plastisches Gestalten	19
Malerei, Grafik, Gestaltung	20
Textiles Gestalten	22
Singen u. Musizieren	23

**Gesundheit & Fitness**

24-33



Entspannung	24
Qigong und Tai Chi	25
Yoga	26
Bewegung und Fitness	28
Aqua-Kurse	31
Ernährung	32

**Bitte beachten Sie, dass je nach Pandemiegeschehen ein Wechsel von Präsenzkursen zu Onlinekursen möglich ist.**

**Sprachen & Kommunikation**

36-53



Deutsch	36
Englisch	40
Business English	44
Französisch	45
Italienisch	46
Spanisch	48
Sprachen spezial	51

**Beruf & Computer**

56-69



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

**Und sonst**

Bildungsurlaube	12
Cybercrimeprävention	15
Musikschulen	21
Junge vhs	34
Familienzentrum	35
Einbürgerungstest	36
Handwerk Kunst	54
Museen	70
Widerrufsrecht	70
AGB, Anmeldungen	71

## Geschichte und Heimatkunde

**Hessische Landesgeschichte im digitalen Zeitalter**

Ein Kurs für geschichtsinteressierte Vereine oder Einzelpersonen

Die digitale Bereitstellung von Informationen und Wissen gehört heute zu den unverzichtbaren Standards von Kulturinstitutionen. Archive, Bibliotheken oder Museen stellen seit vielen Jahren einer interessierten Öffentlichkeit digitalisierte Inhalte und die Möglichkeit der Online-Recherche zur Verfügung (z.B. das Landesgeschichtliche Informationssystem LAGIS, die Archivdatenbank Arcisyns etc.). Das sogenannte „digitale Zeitalter“ hat also auch die historische Recherche verändert. Doch was nützen die ganzen digitalen Angebote, wenn der Nutzer sich in dem virtuellen Dschungel nicht mehr zurechtfindet? Hier soll der Kurs Abhilfe schaffen. Ziel ist es, das vielfältige Angebot und deren Möglichkeiten auch im Einzelnen vorzustellen und Interessierte anhand von praktischen Beispielen an die Nutzung heranzuführen.

**HOMBERG:** Wochenendkurs Nr. 101053V12

**TERMINE:** Fr 19.11., 16 bis 19 Uhr, Sa 20.11., 10 bis 15 Uhr  
• **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 6,00 Euro für 11 U-Std., ab 7 Teiln. • **LEITUNG:** Marion Jäckel • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Hessische Landesgeschichte**

Orte Hessischer Geschichte

Seit einiger Zeit werden in der Öffentlichkeit zwei Diskussionen geführt: Was ist hessisch und wo wird Hessen geografisch verortet? Zur Beantwortung gerade der letzten Frage bietet sich die Nordhessische Landschaft an. Was ist der hessische Ort? Ist es die Mader Heide mit Matticum? Ist es die Büraburg mit Fritzlar und Geismar? Oder doch erst Marburg mit Schloss und Elisabethkirche? Und wo bleiben Kassel, Frankfurt, Wiesbaden, Fulda und Waldeck - um nur einige zu nennen? Das Seminar untersucht die Orte und prüft diese, ergebnisoffen, auf ihre Wirkung in der hessischen Geschichte.

**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 101055V12

**BEGINN:** Mo 27.09.2021, 18.00 bis 19.30 Uhr, 7 Termine, 14-täglich • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 42,00 Euro für 14 U-Std., ab 4 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Dirk Richhardt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Deutsche Geschichte**

Personen der Geschichte vom Mittelalter bis zur frühen Neuzeit

In der Geschichte treffen wir immer wieder auf Personen, weibliche wie männliche, die durch ihre Vita oder andere Umstände unser Interesse wecken. Dazu gehören die Heilige Elisabeth und Hildegard von Bingen, Maria Theresia oder Auguste Victoria, Friedrich Barbarossa und Friedrich der Große, Albrecht von Wallenstein und Paul von Hindenburg, Rainald von Dassel oder Otto von Bismarck. Von allen hat man schon mal gehört, aber es ist sicherlich interessant, mehr über diese Personen zu erfahren. Das Seminar bietet also eine lockere Reihe von Gesprächen an, deren Inhalte im Vorfeld von den Teilnehmern selbst bestimmt werden können oder es werden Vorschläge aus vorangegangenen Sitzungen aufgegriffen und aufgearbeitet.

**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 101056V12

**BEGINN:** Mo 27.09.2021, 19.30 bis 21.00 Uhr, 7 Termine, 14-täglich • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 42,00 Euro für 14 U-Std., ab 4 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Dirk Richhardt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Der Heiligenberg in der NS-Zeit**

Ein Burgberg zwischen Propaganda und Politik

➔ **Vortrag**

Auf einem knapp 400 Meter hohem Basaltkegel liegt östlich oberhalb des Felsberger Ortsteils Gensungen an der Eder die Burgruine Heiligenberg. Der Vortrag schildert, wie ein mittelalterliches Baudenkmal zum Objekt nationalsozialistischer Weltanschauung und Ideologie wurde.

**KASSEL:** Vortrag Nr. 101060V12

**TERMIN:** Do 07.10.2021, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 03.10.21 • **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**

Die Exkursion zur Burgruine Heiligenberg verdeutlicht vor Ort das, was im Vortrag am Donnerstag, 07.10., erläutert wurde. Interessierte, die nicht bei dem Vortrag waren, können selbstverständlich trotzdem an der Exkursion teilnehmen. Treffpunkt ist der Parkplatz unterhalb der Ruine.

**FELSBERG:** Exkursion Nr. 101061V12

**TERMIN:** Sa 09.10.2021, 10.00 bis 12.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 29.09.21 • **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. 101054V12

**INFO:** Do 4.11. 19 Uhr, **BEGINN:** Do 11.11.2021, 19.00 bis 20.30 Uhr, 6 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 48,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Wilfried Bernhardt • **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 Burschen - 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.

**HOMBERG:** Vortrag Nr. 101057V12

**TERMIN:** Mi 06.10.2021, 18.00 bis 19.15 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.

## Die Kleinbahn Grifte-Gudensberg 1897-1979

Die Rolle einer Nebenbahn in Nordhessen bei der Anbindung des ländlichen Raumes

In der Stadt Gudensberg erinnern das Straßenschild „Bahnhofstraße“ und ein in die Jahre gekommenes Bahnhofsgebäude daran, dass auch in der ländlichen Region des Chattengaus einstmalig Eisenbahnzüge fuhren. Bekannt ist zudem, dass Grifte bis heute an der wichtigen Eisenbahnstrecke der Main-Weser-Bahn liegt. Als Ausgangspunkt einer Stichstrecke nach Gudensberg ist Grifte hingegen wenig bekannt. Der drei-teilige Vortrag soll den Fragen nach der Entstehung, den Besitzverhältnissen, der Streckenführung, den Bauwerken und Gleisanlagen, aber auch den Höhen und Tiefen der 80-jährigen Existenz der Kleinbahn nachgehen und abschließend Relikte aus dieser Ära der Kleinbahn aufspüren. Die Vortragsreihe richtet sich an alle Geschichtsinteressierten und Eisenbahnfreund\*innen.

**GUDENSBERG:** Abendkurs Nr. 101062V12

**BEGINN:** Di 02.11.2021, 19.00 bis 20.30 Uhr, 3 Termine • **ORT:** Dr.-G.-A.-Zinn-Schule, Schwimmbadweg 30 • **KOSTEN:** 24,00 Euro für 6 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Wilfried Bernhardt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## Politik und Gesellschaft

### 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. 102051V12

**TERMIN:** Di 16.11.2021, 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.

### Was bedeutet es heute, jüdisch zu sein?

Ein Kursangebot aus Smart Democracy – Online-Veranstaltungsreihe zu aktuellen gesellschaftspolitischen Fragen

Die jüdische Gemeinschaft begeht 2021 ein besonderes Jubiläum: In diesem Jahr leben Jüdinnen und Juden nachweislich seit 1.700 Jahren auf dem Gebiet des heutigen Deutschlands. Im Rahmen des Festjahres wurde das lebendige, vielfältige jüdische Leben in Deutschland gefeiert und sein Beitrag zur Kultur präsentiert. Wir ziehen Bilanz und blicken nach vorn: Was bedeutet es heute, jüdisch zu sein? Weitere Informationen auf unserer Webseite.

**ONLINE:** Vortrag Nr. 104054V12

**TERMIN:** Mi 24.11.2021, 19.00 bis 20.15 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 22.11.21 • **ORT:** Livestream • **KOSTEN:** kostenfrei, 2 U-Std., ab 1 Teiln. • **LEITUNG:** Kooperation mit dem Deutschen Volkshochschul-Verband • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### Hurra, Hurra, die Schule brennt - eine Lesung

„Hurra ,hurra die Schule brennt“ - ein Hit der Musikgruppe Extrabreit. Viele von uns, die damals den Song mitgegrölt haben, sind heute Eltern und/oder Lehrer und stellen fest: „Die Schule brennt“ tatsächlich. Politik und Gesellschaft versuchen verzweifelt, den Brand zu löschen, doch tatsächlich ist vieles nur Flickwerk und das Bildungssystem muss grundsätzlich überdacht und reformiert werden. Die Pandemie hat dabei wie ein Brennglas deutlich gemacht, an welchen Stellen im System es besonders knirscht.

Der **Journalist Carsten Tergast**, selbst ehemaliger Lehrer und Vater zweier Kinder, zeigt in seinem neuen Buch Wege für Lehrer, Schüler und Eltern auf, Schule neu zu denken.

**Termin:** 15.09.2021 19.00 Uhr

**Ort:** Hotel am Stadtpark, Borken, Europa-platz 3, Großer Saal

**Kosten:** Eintritt frei

**Veranstalter:** Buchhandlung Bücherwurm und Stadtbücherei Borken

**Anmeldung:** erwünscht bei Buchhandlung Bücherwurm, Tel. 05682 5560



## Verbraucherfragen

**Sicherheit im Internet**

Eine Vortragsreihe des Polizeipräsidiums Nordhessen

Vom vernetzten Spielzeug über den Sprachassistenten bis hin zum digitalen Nachlass: Das alltägliche Leben wird zunehmend smarter. Eine Fülle von digitalen Daten entstehen so im Laufe eines Lebens. Inzwischen hat sich der Begriff der digitalen Identität etabliert. Der Begriff bezeichnet die Summe aller Möglichkeiten und Rechte des einzelnen Nutzers sowie seiner personenbezogenen Daten und Aktivitäten innerhalb der Gesamtstruktur des Internets. Diese digitale Identität ist auf vielfältige Weise ein Angriffsziel für Betrüger. In einigen Fällen zielen die Täter darauf ab, finanziellen Schaden zu verursachen. In anderen Deliktbereichen werden nach Identitätsdiebstahl die persönlichen Daten für weitere kriminelle Aktivitäten verwendet. Nicht selten gerät so ein Opfer in den Fokus der polizeilichen Ermittlungen, denn vermeintlich handelt es sich um den Täter. Die Vortragsreihe will über vielfältigen Methoden der Täter informieren und Verhaltenstipps vermitteln.

**ONLINE:** Vortrag Nr. 102056V12

**BEGINN:** Mo 25.10.2021, 18.00 bis 20.00 Uhr, 7 Termine  
 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** kostenfrei, 21 U.-Std., ab 5 Teiln.  
 • **LEITUNG:** Aniane Emde in Kooperation mit Polizeipräsidium Nordhessen • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Informationen zu Vorsorgevollmachten**

Fortbildung des AWO-Betreuungsvereins Homberg (Efze) und des Betreuungsverein Schwalm und Eder e.V.

Was geschieht eigentlich im Falle einer schweren Erkrankung oder eines Unfalls? Was passiert, wenn man selbst nicht mehr eigenverantwortlich handeln kann? Wer entscheidet über medizinische Behandlung? Wer kümmert sich um die Vermögensangelegenheiten? Können die Angehörigen notwendige Anträge bei Behörden stellen oder sind sie gar nicht dazu befugt? Wenn Bürger\*innen Angelegenheiten aufgrund Krankheit oder Behinderung dauerhaft nicht selbst regeln können und auch keine sinnvollen Entscheidungen mehr treffen können, dann muss normalerweise durch ein gerichtliches Verfahren ein\*e Betreuer\*in als rechtlicher Vertreter bestellt werden. Die Einrichtung einer Betreuung wird in den meisten Fällen überflüssig, wenn die Betroffenen rechtzeitig – also schon in gesunden Tagen – Vorsorge treffen. Dazu steht unter anderem das Instrument der Vorsorgevollmacht zur Verfügung. Das Abfassen einer Vorsorgevollmacht ist eine wichtige Angelegenheit, bei der es einiges zu beachten gibt, damit später tatsächlich im Sinne des Verfassers gehandelt werden kann. Der AWO Betreuungsverein in Homberg und der Betreuungsverein Schwalm und Eder e.V. bieten Ihnen an diesem Informationsabend Informationen zum Thema „Vorsorgevollmacht“. Formulare werden kostenlos zur Verfügung gestellt.

**ONLINE:** Abendkurs Nr. 104010V12

**TERMIN:** Di 30.11.2021, 18.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 28.11.21 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** kostenfrei, 3 U.-Std., ab 2 Teiln. • **LEITUNG:** Stephan Urbanek in Kooperation mit AWO-Betreuungsverein Homberg (Efze) und Betreuungsverein Schwalm und Eder e.V. • **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. 104053V12

**TERMINE:** Sa 18.9. und So 19.9., jeweils von 9 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 76,00 Euro für 19 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Olaf Normann • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



## Philosophie

**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.

**MELDUNGEN:** Vormittagskurs Nr. 108052V12

**BEGINN:** Sa 11.09.2021, 10.00 bis 13.00 Uhr, 4 Termine, immer am 2. Sa. d. Monats (außer in den Ferien) • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** kostenfrei, 16 U.-Std., ab 1 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Bernd Handschuch • **LEHRMATERIAL:** Identität erlangen - aber wie? Download unter <https://2orb.de/w1H8g> • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Wanderung vor dem Aschenberg mit philosophischen Gesprächen**

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

Diese Wanderung setzt die Reihe von philosophischen Wanderungen fort, die uns aus dem alltäglichen Denken herausheben und zu lebendigem Philosophieren führen, zur Offenhaltung unseres Geistes. Wir nähern uns diesmal dem Denken des systematischen und idealistischen Philosophen Georg Wilhelm Friedrich Hegel, dessen 250igster Geburtstag im vergangenen Jahr gefeiert wurde. Beim Wandern werden wir auch ein Auge für die Landschaft und die Pflanzen am Wege haben. Die Wanderung findet bei fast jedem Wetter statt. Reine Gehzeit: Maximal 3 Stunden. Nach dem Ende der Wanderung besteht die Möglichkeit, die Gespräche bei einer Einkehr in die „Knüllwaldschänke“ privat fortzusetzen.

**KNÜLLWALD:** Tageskurs Nr. 108050V12

**TERMIN:** Sa 25.09.2021, 12.00 bis 17.15 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Parkplatz vor dem DGH Knüllwaldschänke, Am Bornrain 4 • **KOSTEN:** 10,00 Euro für 7 U.-Std., ab 5 Teiln., Treffpunkt vor dem DGH „Knüllwaldschänke“ Oberbeisheim • **LEITUNG:** Dr. Thomas Brandt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Selbst- und Zeitmanagement, Kommunikation

**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. 106052V12

**TERMIN:** Mi 15.09.2021, 15.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 13.09.21 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 12,00 Euro für 4 U-Std., ab 7 Teiln. • **LEITUNG:** Jutta Blumenauer • **AUSKUNFT:** Tel. 0173 3647347 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**SCHWALMSTADT:** Tageskurs Nr. 106053V12

**TERMIN:** Sa 18.09.2021, 10.00 bis 14.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** CoWorking Space Treysa, Bahnhofstr. 12-14 • **KOSTEN:** 15,00 Euro für 5 U-Std., ab 7 Teiln. • **LEITUNG:** Jutta Blumenauer • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



**Auftrittskompetenz**

Überzeugend und authentisch kommunizieren

Fachliches Wissen reicht nicht aus, um Zuhörende oder Gesprächspartner\*innen zu überzeugen. In der Kommunikation hängt der Erfolg zu 93% davon ab, wie etwas gesagt wird. Der Kurs bietet interessante Impulse, für all diejenigen, die mehr Sicherheit und Kompetenz in Alltagsgesprächen, Präsentationen vor Gruppen oder Einzelgesprächen erlangen möchten.

**SCHWALMSTADT:** Nachmittagskurs Nr. 106058V12

**TERMINE:** Fr 12.11., 14.30 bis 17.30 Uhr, Sa 13.11., 13 bis 16 Uhr • **ORT:** CoWorking Space Treysa, Bahnhofstr. 12-14 • **KOSTEN:** 32,00 Euro für 8 U-Std., ab 3 Teiln. • **LEITUNG:** Jutta Blumenauer • **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. 500063A12

**TERMINE:** Sa 6.11. und So 7.11., 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.

**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 & 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.




**FRITZLAR:** Wochenendkurs Nr. 500061A12




**TERMINE:** Sa 11.12. und So 12.12., 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.

**HOMBERG:** Wochenendkurs Nr. 500060A12


**TERMINE:** Sa 27.11. und So 28.11., 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.

► Fortsetzung **Selbst- und Zeitmanagement, Kommunikation** auf der nächsten Seite

 **EIGENBETRIEB**  
Jugend- und Freizeiteinrichtungen  
des Schwalm-Eder-Kreises

<p><i>ideal für Gruppen</i></p> 	<p><i>familiär + strandnah</i></p> 
<p><i>Ferienstpaß + Meer</i></p> 	<p><i>Natur hautnah erleben</i></p> 

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

 **WILLKOMMEN**



## Encouraging Training nach dem Schoenaker Konzept®

Online Ermutigungstraining für Erwachsene: Mut tut gut!

Ermutigungstraining kann das Gefühl von Selbstachtung erhöhen und den Glauben an die eigenen Fähigkeiten stärken. Ermutigung spielt auch aus gesundheitlichen Aspekt eine wichtige Rolle. Sie kann bei der Wiederherstellung der körperlichen Gesundheit unterstützen. Das Ermutigungstraining kann bewirken, dass die eigenen Stärken und Fähigkeiten bewusster werden, Minderwertigkeitsgefühle beseitigt werden und Mut zur Unvollkommenheit und Lebensfreude entwickelt wird.

**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 106057V12

**BEGINN:** Mo 04.10.2021, 19.00 bis 21.00 Uhr, 10 Termine  
• **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 108,00 Euro für 27 U-Std., ab 7 Teiln. • **LEITUNG:** Elvira Boger • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



## Techniken für die Beweglichkeit von Körper und Geist

Für Vielsitzer\*innen und Homeofficeler\*innen

Leichtigkeit und Positivität trotz Lockdown und den Schwierigkeiten dieser Zeit. In diesem Kurs zeigen wir euch einen bunten Mix aus Techniken für die "Beweglichkeit" von Körper und Geist. Der Fokus liegt auf der Steigerung des mentalen und körperlichen Wohlbefindens mit kleinen praktischen und kreativen Übungen, ohne viel Theorie. Ganz nach dem Motto: "Einfach mal ausprobieren!".

**ONLINE:** Vormittagskurs Nr. 106056V12

**TERMIN:** Sa 06.11.2021, 10.00 bis 12.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 04.11.21 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 12,00 Euro für 3 U-Std., ab 4 Teiln. • **LEITUNG:** Miriam Kraus und Charlotte Bodenstern • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**FRITZLAR:** Vormittagskurs Nr. 106062V12

**TERMIN:** Sa 13.11.2021, 10.00 bis 12.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 12,00 Euro für 3 U-Std., ab 4 Teiln. • **LEITUNG:** Miriam Kraus und Charlotte Bodenstern • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## Lebensbalance

Veränderungen annehmen und nutzen

In 2020 und auch dieses Jahr hat uns Covid-19 zu Veränderungen gezwungen. Das Privatleben ist durch Einschränkungen geprägt, die Digitalisierung im Arbeitsleben schreitet mit großen Schritten voran. Existenzängste kommen zu den vielen Unsicherheiten hinzu. Wie gehen wir mit den Veränderungen um? Lassen wir uns „aus der Bahn“ werfen? Was können wir tun, um gestärkt durch die Krise zu gehen? „Gleichgewicht halten ist die erfolgreichste Bewegung im Leben“ (Schriftstellerin Friedl Beutelrock 1889 – 1958). Wir können unsere Balance bzw. das Gleichgewicht halten, indem wir genau hinschauen, was zu viel ist und wovon zu wenig da ist. Wir machen die Lebensbalance „sichtbar“. Weiterhin schauen wir, wie wir unsere zur Verfügung stehende Zeit sinnvoll – ohne Stress – nutzen. Dieser Kurs dient als Anregung und gibt Ihnen einen Einblick in das Work-Life-Balance-Modell nach Lothar Seiwert und zeigt Ihnen Techniken der Priorisierung und des Zeitmanagements.

**ONLINE:** Nachmittagskurs Nr. 106059V12

**TERMIN:** Mi 06.10.2021, 15.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 04.10.21 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 18,00 Euro für 4 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Jutta Blumenauer • **AUSKUNFT:** Tel. 0173 3647347 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**SCHWALMSTADT:** Tageskurs Nr. 106060V12

**TERMIN:** Sa 09.10.2021, 10.00 bis 15.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 07.10.21 • **ORT:** CoWorking Space Treysa, Bahnhofstr. 12-14 • **KOSTEN:** 31,50 Euro für 7 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Jutta Blumenauer • **AUSKUNFT:** Tel. 0173 3647347 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## Achtsamkeit im Alltag

Einfache und kurze Übungen für zwischendurch

Manchmal kann uns ein stressiger Alltag ganz schön überfordern, sodass wir uns wünschen, eine Auszeit nehmen zu können. Hier kann es hilfreich sein „achtsam“ mit sich selbst umzugehen. Achtsamkeit ist das bewusste Lenken der Aufmerksamkeit und kann über z.B. Atemübungen oder Meditation umgesetzt werden. Welche Achtsamkeitsübungen sind so alltagstauglich, dass sie auch mal „zwischendurch“ möglich sind? Diese Frage klären wir in diesem Kurs.



**FRITZLAR:** Vormittagskurs Nr. 106061V12

**TERMIN:** Sa 27.11.2021, 10.00 bis 12.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 15,00 Euro für 3 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Miriam Kraus • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**ONLINE:** Vormittagskurs Nr. 106055V12

**TERMIN:** Sa 20.11.2021, 10.00 bis 12.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 18.11.21 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 15,00 Euro für 3 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Miriam Kraus • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

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

Frauenbildung

**Fit durch die Wechseljahre**

Alternativen zu Soja, Leinsamen und Co

Die Wechseljahre sind für viele Frauen ein Anlass, ihr Leben neu zu strukturieren. Da mit dem Östrogen auch der weibliche Gesundheitsschutz zurückgeht, ist jetzt der richtige Moment, sich für einen gesundheitsbewussteren Lebensstil zu entscheiden. Was kann ich jetzt in dieser Lebensphase tun? Fragen wie „Was braucht mein Körper jetzt“? „Wie halte ich mein Gewicht“? Und „Welche Lebensmittel können mir in den Wechseljahren helfen“? werden in diesem Workshop erarbeitet. Kleine Entspannungsübungen und Rezepte zum Nachkochen runden den Workshop ab.

**ONLINE:** Abendkurs Nr. 170153V12

**TERMIN:** Fr 05.11.2021, 17.00 bis 19.30 Uhr, 1 Termin, Anmeldeabschluss am 03.11.21 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 12,00 Euro für 3 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Inge Wertgen • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**ONLINE:** Abendkurs Nr. 170154V12

**TERMIN:** Di 14.12.2021, 19.00 bis 21.30 Uhr, 1 Termin, Anmeldeabschluss am 12.12.21 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 12,00 Euro für 3 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Inge Wertgen • **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. 170150V12

**BEGINN:** Mi 22.09.2021, 19.00 bis 22.00 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.



**Frauen\*Sprechen - Die Abendveranstaltung**

Poetry Slam mit Leticia Wahl und Performance

Frauen\*Stimmen mit theater 3 hasen oben

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

**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 170402V11

**TERMIN:** Sa 06.11.2021, 16.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Stadthalle, Ziegenhainer Str. 19 a • **KOSTEN:** 10,00 Euro für 7 U-Std., ab 12 Teiln., Programmablauf wird noch bekannt gegeben • **LEITUNG:** Leticia Wahl in Kooperation mit dem Frauenbüro und mit Arbeit und Leben • **AUSKUNFT:** Tel. 05681 775411 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

► Die Rubrik Eltern und Kinder bzw. Kurse für Kinder finden Sie auf Seite 34 / 35



**Beruf & Computer****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. 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.

**Vom Entwurf zur Druckerei  
Affinity Publisher, Photo und Designer**

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.

**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.

**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.

**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.

**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.

Sprachen

**Französisch - Anfangskenntnisse erweitern**  
Niveau A1.2

Teilnehmende können Ihre Vorkenntnisse ausbauen und rasch verwertbare Französischkenntnisse für die mündliche und schriftliche Kommunikation im Alltag und insbesondere am Arbeitsplatz auf dem Niveau A1 erwerben. 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.

**HOMBERG:** Bildungsurlaub Nr. 408112X21

**TERMINE:** Mo 18.4. bis Fr 22.4.22 jeweils 9 bis 16.30 Uhr  
• **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • **LEITUNG:** Brigitte Wagner • **LEHRMATERIAL:** Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Englisch - Anfangskenntnisse erweitern**  
Niveau A1.2

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.

**HOMBERG:** Bildungsurlaub Nr. 406116X12

**TERMINE:** Mo 17.1. bis Fr 21.1., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • **LEITUNG:** Ilona Kroeger • **LEHRMATERIAL:** Klett Verlag: Great! A1 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Englisch - Grundlagen**  
Niveau A2

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 in vorangegangenen Semestern 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.

**HOMBERG:** Bildungsurlaub Nr. 406202X12

**TERMINE:** Mo 27.09. bis Fr 1.10., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • **LEITUNG:** Ilona Kroeger • **LEHRMATERIAL:** Klett: Great! A2 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Business English**  
Niveau B1

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.

**HOMBERG:** Bildungsurlaub Nr. 406341X12

**TERMINE:** Mo 25.10. bis Fr 29.10., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • **LEITUNG:** Ilona Kroeger • **LEHRMATERIAL:** Klett: Real Business English B1 Studentbook+CD; ISBN 978-3-12-501670-5 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

► Fortsetzung Bildungsurlaube auf der nächsten Seite



**Italienisch in der Toskana oder in Casina/  
Emilia Romagna - Sprache intensiv**

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 Tourismus, Olivenanbau und -verarbeitung sowie den Themen Weinanbau und Weinernte (Toskana) bzw. Herstellung von Spezialitäten, z.B. Aceto Balsamico und Pasta (Casina). Wirtschaftspolitische und kulturorientierte Aspekte werden im Unterricht erörtert. Der Bildungsurlaub ist ideal für Personen, die in die italienische Sprache einsteigen oder Grundkenntnisse auffrischen wollen. Er ist besonders geeignet für die Berufsbereiche Gastronomie, Tourismus, Handel und Soziales. Die Organisation der An- und Abreise sowie die Buchung der vorgesehenen Unterkunft in der Umgebung von Florenz (Toskana) bzw. in Casina ist mit organisatorischer Hilfe der Kursleitung von den Teilnehmenden selbstverantwortlich und verbindlich zu buchen. Es gelten die AGB der jeweiligen Vertragspartner für die Anreise bzw. für die Unterkunft und Verpflegung. Information zur Tagungsstätte und Unterkunft ist bei der Kursleitung zu erhalten. Ein Infogespräch für die Teilnehmenden wird nach Anmeldung von der Kursleiterin angeboten. Eine kostenfreie Abmeldung ist möglich bis zum 05.8.22. (Toskana) bzw. bis zum 02.05.22 (Casina). Danach entsteht die Verpflichtung zur Zahlung des vollen Entgelts. Der Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung wird empfohlen. Der Termin für den Bildungsurlaub nach Casina kann sich noch verschieben (auf Juni oder Juli 2022). Im Januar 2022 kann der verbindliche Termin angefragt werden. Kursdurchführung unter Vorbehalt der aktuellen Lage zur Corona-Pandemie. Aktenzeichen auf Nachfrage.

**➔ Bildungsurlaub A1****TOSKANA/ITALIEN:** Bildungsurlaub Nr. 409105X22

TERMINE: Mo 26.9. bis Fr 30.9.22, jeweils 9.30 bis 17 Uhr, Anmeldeschluss am 5.8.22 • ORT: N.N. • KOSTEN: 411,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**CASINA/ITALIEN:** Bildungsurlaub Nr. 409104X21

TERMINE: voraus. Mo 20.6. bis Fr 24.6.22, jeweils 9.30 bis 17 Uhr, Anmeldeschluss 2.5.22 • ORT: N.N. • KOSTEN: 389,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**Spanisch - von Anfang an  
Niveau A1**

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.

**HOMBERG:** Bildungsurlaub Nr. 422102X12

TERMINE: Mo 6.9. bis Fr 10.9.21, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**Spanisch intensiv - Anfangskenntnisse erweitern  
Niveau A1.2**

Anfangskenntnisse auf Niveau A1.2 erweitern zur Kommunikation in Europa und der Welt mit gesellschaftlichen Bezügen. Teilnehmende können hier ihre Vorkenntnisse ausbauen und rasch verwertbare Spanischkenntnisse für die mündliche und schriftliche Kommunikation im Alltag und am Arbeitsplatz auf dem Niveau A1 erwerben. 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.

**HOMBERG:** Bildungsurlaub Nr. 422119X12

TERMINE: Mo 24.1. bis Fr 28.1.22, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**Spanisch intensiv - Grundkenntnisse  
Niveau A2**

Grundkenntnisse auf Niveau A2 ausbauen zur Kommunikation in Europa und der Welt mit gesellschaftlichen Bezügen. Teilnehmende können hier ihre Vorkenntnisse auf Niveau A1 erweitern und rasch verwertbare Spanischkenntnisse für die mündliche und schriftliche Kommunikation im Alltag und am Arbeitsplatz erwerben. Ein Sprachkurs mit Informationen zu gesellschafts- und wirtschaftspolitischen Themen spanischsprachiger Länder und einer Einführung in spanischsprachige Kulturen. Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung zur Verbesserung der Kommunikation in Europa mit mehrsprachigen Bürgerinnen und Bürgern.

**HOMBERG:** Bildungsurlaub Nr. 422201X12

TERMINE: Mo 1.11. bis Fr 5.11.21, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Kursmaterial wird im Kurs ausgegeben. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



## Sicherheit im Internet

Eine Vortragsreihe des Polizeipräsidiums Nordhessen

### Inhalt:

Vom vernetzten Spielzeug über den Sprachassistenten bis hin zum digitalen Nachlass: Das alltägliche Leben wird zunehmend smarter. Eine Fülle von digitalen Daten entstehen so im Laufe eines Lebens. Inzwischen hat sich der Begriff der digitalen Identität etabliert. Der Begriff bezeichnet die Summe aller Möglichkeiten und Rechte des einzelnen Nutzers sowie seiner personenbezogenen Daten und Aktivitäten innerhalb der Gesamtstruktur des Internets. Diese digitale Identität ist auf vielfältige Weise ein Angriffsziel für Betrüger. In einigen Fällen zielen die Täter darauf ab, finanziellen Schaden zu verursachen. In anderen Deliktsbereichen werden nach Identitätsdiebstahl die persönlichen Daten für weitere kriminelle Aktivitäten verwendet. Nicht selten gerät so ein Opfer in den Fokus der polizeilichen Ermittlungen, denn vermeintlich handelt es sich um den Täter. Die Vortragsreihe will über die vielfältigen Methoden der Täter informieren und Verhaltenstipps vermitteln.

### Unsere Partner:

- Präventionsrat der Hansestadt Korbach
- Verbraucherberatung im DHB - Netzwerk Haushalt Hessen e.V.
- Verbraucherzentrale Kassel
- vhs Region Kassel
- vhs Waldeck-Frankenberg
- vhs Werra-Meißner

### Über die Referentin:

Aniane Emde (Kriminalhauptkommissarin) ist Fachberaterin für Internetprävention beim Polizeipräsidium Nordhessen.



### Anmeldung:

Sie können sowohl an der gesamten Vortragsreihe als auch an ausgewählten Terminen teilnehmen. Informationen zu den einzelnen Vorträgen finden Sie unter:

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

### Kosten:

Die Teilnahme an den Vorträgen ist kostenfrei

### Ort:

Online in der vhs cloud



### Termine der Vortragsreihe:

#### Datendiebstahl - Darknet - Digitaler Nachlass

**ONLINE:** Kurs-Nr. 102052V12

TERMIN: Mo 25.10.21, 18 bis 20 Uhr • Patenschaft: vhs Kassel

#### Sicherheit für mobile Endgeräte

**ONLINE:** Kurs-Nr. 102053V12

TERMIN: Mo 08.11.21, 18 bis 20 Uhr • Patenschaft: vhs Kassel

#### Smarte Geräte sicher nutzen

**ONLINE:** Kurs-Nr. 102054V12

TERMIN: Mo 22.11.21, 18 bis 20 Uhr • Patenschaft: vhs Kassel

#### Fallstricke, Fettnäpfchen – Kriminalität im Netz

**ONLINE:** Kurs-Nr. 102055V12

TERMIN: Mo 06.12.21, 18 bis 20 Uhr • Patenschaft: vhs Waldeck-Frankenberg

#### Gute Vorsätze für das neue digitale Jahr

**ONLINE:** Kurs-Nr. 102057V12

TERMIN: Mo 10.01.22, 18 bis 20 Uhr • Patenschaft: vhs Waldeck-Frankenberg

#### Zwischen talken und stalken

**ONLINE:** Kurs-Nr. 102058V12

TERMIN: Mo 24.01.22, 18 bis 20 Uhr • Patenschaft: vhs Schwalm-Eder und Frauenbüro Schwalm-Eder. Details siehe unten

#### Sicherheit im Internet

**ONLINE:** Kurs-Nr. 102059V12

TERMIN: Mo 07.02.22, 18 bis 20 Uhr • Patenschaft: vhs Werra-Meißner

### Aus der Vortragsreihe:

#### Zwischen talken und stalken

Mit dem Frauenbüro Schwalm-Eder



Smartphones und Tablets sind unsere ständigen Begleiter geworden. Viele Informationen und sensible Daten werden auf diesen Geräten gespeichert und darüber veröffentlicht. Mal mehr, mal weniger wissentlich hinterlassen wir jede Menge digitalen Spuren (dauerhaft) im Internet. Immer häufiger werden Frauen Opfer von digitaler Gewalt. Im Vortrag nähern wir uns schrittweise dem Spannungsfeld zwischen der Selbstoffenbarung und einer Daten-Spionage an: • Basis-Schutz für mobile Endgeräte • Schutz privater Daten in der digitalen Welt • Warnzeichen für eine Spyware-Infizierung • Sonstige Präventionstipps zum Schutz der digitalen Identität

**ONLINE:** Kurs-Nr. 102058V12

TERMIN: Mo 24.01.22, 18 bis 20 Uhr • ORT: vhs cloud • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 1 Teiln. • LEITUNG: Aniane Emde • 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 Gehirnttraining 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:** Vormittagskurs Nr. 204050L12

**TERMIN:** Sa 30.10.2021, 10.00 bis 13.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Mehrzweckhalle, Reiherwaldweg 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 & 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. 500062A12

**TERMINE:** Sa 9.10. und So 10.10., 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.



## Fotografie

**Grundlagen der Fotografie**

Meine Digitalkamera verstehen in Theorie &amp; 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. 211050L12

**TERMINE:** Do. 23.9., 19 bis 21.30 Uhr, Sa. 25.9., 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 • Bedienungskonzepte • 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. 501454A12

**BEGINN:** Mo 06.12.2021, 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.





## Literatur

### „Ich schreibe für mein Leben gern“ Schreibwerkstatt für kreatives Schreiben



Die Schreibwerkstatt bietet Gelegenheit, sich dem Umgang mit Sprache lesend und schreibend zu nähern. Mit eigenen Gedanken konfrontiert, gestalten Sie Gedicht- und Prosatexte (Tagebuch, Reiseskizzen, Traumnotizen, Gedanken von unterwegs, Zettelworte), um diese zusammen zu lesen, zu besprechen und evt. für einen Sammelband vorzubereiten. Mitmachen können sowohl Neulinge, als auch bereits

Schreibende, die erste Erfahrungen mit eigenen Zeilen gemacht haben.

**GUDENSBERG:** Abendkurs Nr. 202056L12

**BEGINN:** Di 02.11.2021, 19.30 bis 21.00 Uhr, 3 Termine • **ORT:** Rosenhaus-Literatur-Kunst, Auf dem Bürgel 1 • **KOSTEN:** 30,00 Euro für 6 U-Std., ab 5 Teiln., Bitte vor dem Kursbeginn bei Kursleitung melden • **LEITUNG:** Dr. Werner Seibel • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### Bestiarium der wundersamen Lieblingsmonster und (un)zählbaren Fabelwesen Für Kinder von 10 bis 13 Jahren

Entdeckt mit uns die vielen Welten der Fabelwesen, egal ob Drachen, Tierwesen, Monster, Elfen oder Einhörner. Es gibt unglaublich viele Fabelwesen. Gemeinsam wollen wir einige von ihnen besser kennenlernen und erforschen. Im Online-Kurs legen wir dazu gemeinsam ein „Bestiarium“ an. „Bestiarium“ ist lateinisch und heißt so viel wie „Die Tiere betreffend“. Um ein eigenes „Bestiarium“ anzulegen, recherchiert ihr im Kurs Informationen zu fantastischen Kreaturen, ihr spezialisiert euch auf ein Monster oder Fabelwesen und erstellt – analog oder digital – einen Steckbrief mit Lebenslauf, Fotos und eigenen Illustrationen. So entsteht euer ganz individuelles „Bestiarium“, ein Buch der Fabelwesen.

**ONLINE:** Vormittagskurs Nr. 202052L12

**TERMINE:** Di 19.10. bis Do 21.10.21, jeweils 10.30 bis 12.00 Uhr, Anmeldeschluss am 17.10.21 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** kostenfrei, 6 U-Std., ab 2 Teiln., alle Teilnehmenden erhalten einen einmalige Nutzungsgutschein für die Stadtbücherei Borken (Hessen) • **LEITUNG:** Veronika Bruckner in Kooperation mit der Stadtbücherei Borken (Hessen) • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### Book Club

Ein Literarischer Stammtisch mit  
Buchvorstellungen und Gesprächen

Beim Stammtisch wird in gemütlicher Atmosphäre über Literatur diskutiert. Die Bücher, die gemeinsam gelesen werden, können zuvor in der Gruppe besprochen und ausgewählt werden. An ausgesuchten Terminen finden zudem Buchvorstellungen statt. Der Stammtisch wird moderiert von der Leiterin der Stadtbücherei Borken (Hessen) Veronika Bruckner.

**BORKEN:** Abendkurs Nr. 202051K12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 18.00 bis 20.00 Uhr, 4 Termine, immer am 2. Mo. d. Monats • **ORT:** Kulturzentrum Altes Amtsgericht, Am Amtsgericht 4 • **KOSTEN:** kostenfrei, 11 U-Std., ab 3 Teiln., Bitte vor dem Kursbeginn bei Kursleitung melden • **LEITUNG:** Veronika Bruckner in Kooperation mit Stadtbücherei Borken (Hessen) • **AUSKUNFT:** Tel. 05682 5737 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

### Ich bin ich und Du bist Du - Stellenwert als eigenständige Persönlichkeit

Ein literarischer und selbst schreibender 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. 202054L12

**TERMIN:** Sa 06.11.2021, 11.00 bis 15.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Rosenhaus-Literatur-Kunst, Auf dem Bürgel 1 • **KOSTEN:** 25,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Werner Seibel • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**GUDENSBERG:** Tageskurs Nr. 202055L12

**TERMIN:** Sa 13.11.2021, 11.00 bis 15.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Rosenhaus-Literatur-Kunst, Auf dem Bürgel 1 • **KOSTEN:** 25,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Werner Seibel • **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 halten.

#### ➔ Ohne bis geringe Vorkenntnisse - Stufe 1

**WABERN:** Abendkurs Nr. 205054L12

**BEGINN:** Fr 17.09.2021, 18.45 bis 20.15 Uhr, 10 Termine • **ORT:** DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • **KOSTEN:** 95,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Iris Plasberg • **AUSKUNFT:** Tel. 0171 2132084 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

#### ➔ Mit geringen Vorkenntnissen - Stufe 2

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 halten.

**WABERN:** Abendkurs Nr. 205057L12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 20.15 bis 21.45 Uhr, 10 Termine • **ORT:** DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • **KOSTEN:** 95,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Iris Plasberg • **AUSKUNFT:** Tel. 0171 2132084 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

#### ➔ Mit geringen Vorkenntnissen - Stufen 1,2,3

**HOMBERG:** Vormittagskurs Nr. 205050L12

**BEGINN:** So 19.09.2021, 11.00 bis 12.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Stellbergsschule, Rudolf-Harbig-Str. 2 • **KOSTEN:** 95,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Iris Plasberg und Tanzpartner • **AUSKUNFT:** Tel. 0171 2132084 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

#### ➔ Mit geringen bis guten Vorkenntnissen - Stufe 3

**WABERN:** Abendkurs Nr. 205052L12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 19.30 bis 21.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • **KOSTEN:** 95,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Iris Plasberg • **AUSKUNFT:** Tel. 0171 2132084 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

#### ➔ Mit guten Vorkenntnissen - Stufe 4

**WABERN:** Abendkurs Nr. 205053L12

**BEGINN:** Do 16.09.2021, 20.00 bis 21.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • **KOSTEN:** 95,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Iris Plasberg • **AUSKUNFT:** Tel. 0171 2132084 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**WABERN:** Abendkurs Nr. 205055L12

**BEGINN:** Fr 17.09.2021, 20.30 bis 22.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • **KOSTEN:** 95,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Iris Plasberg • **AUSKUNFT:** Tel. 0171 2132084 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### 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 halten.

**HOMBERG:** Nachmittagskurs Nr. 205051L12

**BEGINN:** So 19.09.2021, 13.00 bis 14.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Stellbergsschule, Rudolf-Harbig-Str. 2 • **KOSTEN:** 95,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Iris Plasberg und Tanzpartner • **AUSKUNFT:** Tel. 0171 2132084 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**WABERN:** Abendkurs Nr. 205056L12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • **KOSTEN:** 95,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Iris Plasberg • **AUSKUNFT:** Tel. 0171 2132084 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### Kunst- und Kulturgeschichte

#### Kunst und Kommunikation

Dieses außergewöhnliche und abwechslungsreiche Kursangebot einer Führung durch den ART GARTEN in Niederurff, möchte Sie zu nicht alltäglichen Betrachtungen einladen. Neben dem Erleben unterschiedlichster Farbnuancen und Stimmungen der Kunstwerke in der Galerie Natur werden Ihnen praxisrelevante Kommunikationsmodelle vermittelt. Die Lebensgeschichten und Gedanken der Künstler\*innen auch zu ihren Werken bieten eine erweiternde Perspektive. In angeleiteten Übungen haben Sie die Möglichkeit den Transfer zwischen Kunst, Kommunikation und Natur einmal anders zu erfahren und zu gestalten.

**BAD ZWESTEN:** Exkursion Nr. 206054L12

**TERMIN:** Sa 02.10.2021, 13.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Alte Pfarrei Niederurff, Parkstr. 3 • **KOSTEN:** 15,00 Euro für 5 U-Std., ab 4 Teiln., Treffpunkt Parkplatz Ev. Kirche in Niederurff • **LEITUNG:** Michaela Spellerberg in Kooperation mit Alte Pfarrei Niederurff • **AUSKUNFT:** Tel. 06693 1619 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

#### Perma-Kultur und Kunst

##### Eine Führung durch den Gemeinschaftsgarten und den ART GARTEN Niederurff

Diese außergewöhnliche und abwechslungsreiche Exkursion durch die beiden Gärten, den GEMEINSCHAFTSGARTEN und den ART GARTEN in Niederurff, möchte Sie zu nicht alltäglichen Betrachtungen einladen. Zunächst erleben Sie, wie mehrere Familien im GEMEINSCHAFTSGARTEN unter Berücksichtigung der Permakultur Prinzipien einen ökologischen Lebensraum für Mensch, Tier und Pflanze geschaffen haben. Im ARTGARTEN entdecken Sie die unterschiedlichsten Farbnuancen und Stimmungen der Kunstwerke in der Galerie Natur. Lebensgeschichten und Gedanken der Künstler\*innen auch zu ihren Werken werden diesen Nachmittag abrunden.

**BAD ZWESTEN:** Exkursion Nr. 206053L12

**TERMIN:** Sa 09.10.2021, 13.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Alte Pfarrei Niederurff, Parkstr. 3 • **KOSTEN:** 15,00 Euro für 5 U-Std., ab 4 Teiln., Treffpunkt Parkplatz Ev. Kirche in Niederurff • **LEITUNG:** Dr. Alexandra Urbas und Michaela Spellerberg, in Kooperation mit Alte Pfarrei Niederurff • **AUSKUNFT:** Tel. 06693 1619 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## 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. 206050L12

**TERMIN:** Di 14.09.2021, 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. 206051L12

**TERMIN:** Di 21.09.2021, 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 sind 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. 206052L12

**TERMIN:** Di 28.09.2021, 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. Wir werden dazu die derzeit sehr beliebten Polarisperlen, aber auch Metall- und Glasperlen nutzen. 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. 208050L12

**TERMIN:** Sa 04.12.2021, 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. Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Sandra Ebener-Riebeling • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### Holz ist Kunst-Stoff

#### Holzbildhauerei Kompaktkurs

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

**SCHWALMSTADT:** Kompaktkurs Nr. 210052L12

**TERMINE:** Do 21.10., 14 bis 17 Uhr, Fr 22.10. bis So 24.10., jeweils 10 bis 17 Uhr • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 144,00 Euro für 32 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,...) wird direkt im Kurs nach Verbrauch abgerechnet.

**MELSUNGEN:** Tageskurs Nr. 210050L12

**TERMIN:** Sa 06.11.2021, 10.00 bis 18.30 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.



**Malerei, Grafik, Gestaltung**
**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. 207050L12**

INFO: Di 2.11., 18 Uhr, **BEGINN:** Di 09.11.2021, 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 Werkstatt**
**Schönschrift mit der Feder**

Kalligraphie ist das ausdrucksvolle langsame Schreiben der eigenen Handschrift. Neben allgemeinen kalligraphischen Übungen lernen Sie Schriftarten aus unsrer Historie kennen. Sie lernen die Feder richtig zu halten, das Schreiben mit der Bandzugfeder schult die Hand. Texte und Flächen wollen wir experimentierend und farbig gestalten. Das meditative Schreiben mit Feder und Tinte bringt Ruhe in unseren hektischen Alltag. Für alle Kenntnisstufen geeignet.

**SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 207065L12**

TERMIN: Sa 20.11.2021, 11.00 bis 17.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Haus f. Gemeinschaftspflege Treysa, Burggasse 7 • **KOSTEN:** 42,00 Euro für 9 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. 4 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Hortense Habermann • **AUSKUNFT:** Tel. 06421 63788 • **LEHRMATERIAL:** Federn und Pinsel im Kurs erhältlich • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**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. 207051L12**

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 17.00 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. 207056L12**

**BEGINN:** Mo 20.09.2021, 16.30 bis 18.30 Uhr, 4 Termine • **ORT:** Atelier Farbenhaus, Wagnergasse 1 • **KOSTEN:** 40,00 Euro für 11 U-Std., ab 1 Teiln., inklusive 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. 207053L12**

**BEGINN:** Mo 01.11.2021, 16.00 bis 18.30 Uhr, 5 Termine • **ORT:** Atelier Farbenhaus, Wagnergasse 1 • **KOSTEN:** 40,00 Euro für 17 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. 207055L12**

TERMIN: Sa 13.11.2021, 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 (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. 207054L12**

TERMIN: Sa 06.11.2021, 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.

**Kalligraphie und chinesische Tuschemalerei**
**Ein Kurs des Künstlers Xiaoming Song**

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. 207059L12**

TERMINE: Fr 19.11. und Sa 20.11., jeweils von 16 bis 19 Uhr • **ORT:** Laden K unst, Zum Kurpark 2 • **KOSTEN:** 30,80 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 5 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Xiaoming Song • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## Landschaftsmalerei - Malen in der freien Natur

Ein Kurs des Künstlers Xiaoming Song

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 und malerischen Vorkenntnisse.

**BAD ZWESTEN:** Wochenendkurs Nr. 207062L12

TERMINE: Sa 18.9., 10 bis 18 Uhr und So 19.9., 10 bis 16 Uhr  
• ORT: Laden Kunst, Zum Kurpark 2 • KOSTEN: 58,90 Euro für 19 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 5 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Xiaoming Song  
• ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

## Gegenständliches Zeichnen - Für Anfänger und Fortgeschrittene

Ein Kurs des Künstlers Xiaoming Song

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. 207061L12

TERMINE: Fr 24.9., 16 bis 19 Uhr, Sa 25.9., 10 bis 18 Uhr  
• ORT: Laden Kunst, Zum Kurpark 2 • KOSTEN: 50,00 Euro für 15 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 5 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Xiaoming Song  
• ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

## 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. 207052L12

TERMINE: Fr 5.11., 14 bis 18 Uhr, Sa 6.11., 10 bis 18 Uhr  
• ORT: Steinwaldschule, Reißmannweg 7 • KOSTEN: 64,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Materialkosten ca. 5 Euro nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Astrid Schlemmer  
• ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

## Kunstwerke aus Papier gestalten

Schnupper-Workshop: Weihnachtskarten

Endlich ein wirklich persönlicher Weihnachtsgruß! Im Workshop werden gemeinsam kreative und ganz individuelle Weihnachtskarten hergestellt. Dabei kommen interessante Materialien und Utensilien zum Einsatz und es können unter professioneller Anleitung moderne Gestaltungstechniken wie die Embossing-Technik oder Stanz- und Stempeltechniken ausprobiert werden. Der Workshop ist geeignet für Kinder und Erwachsene.

**BORKEN:** Abendkurs Nr. 207063L12

TERMIN: Mi 08.12.2021, 19.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Werkstatt Ina Walter, Waldblickstraße 11 • KOSTEN: 21,00 Euro für 3 U-Std., ab 3 Teiln., inklusive Materialkosten • LEITUNG: Ina Walter • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**BORKEN:** Vormittagskurs Nr. 207064L12

TERMIN: Sa 11.12.2021, 10.00 bis 12.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Werkstatt Ina Walter, Waldblickstraße 11 • KOSTEN: 21,00 Euro für 3 U-Std., ab 3 Teiln., inklusive Materialkosten • LEITUNG: Ina Walter • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

## Portraitzeichnen

Ein Kurs des Künstlers Xiaoming Song

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 Vorlage näher gebracht. Der Kurs ist für Menschen mit und ohne zeichnerische Vorkenntnisse.

**BAD ZWESTEN:** Wochenendkurs Nr. 207060L12

TERMINE: Sa 27.11., 10 bis 18 Uhr und So 28.11., 10 bis 16 Uhr  
• ORT: Werkstattgalerie, Hardtstraße 3 • KOSTEN: 62,90 Euro für 19 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 5 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Xiaoming Song  
• ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



## Textiles Gestalten

**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. 209051L12

**INFO:** Di 14.9, 18 Uhr, **BEGINN:** Di 21.09.2021, 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. 209052L12

**INFO:** Do 16.9, 18 Uhr, **BEGINN:** Do 23.09.2021, 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.

**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, Farbkompositionen von handgefärbter Wolle, neue & 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.

Bündchen bis zur Spitze. Das Material kann am Kursabend erworben oder selbst mitgebracht werden.

**EDERMÜNDE:** Abendkurs Nr. 209053L12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 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 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. 209054L12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 18.00 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** DGH Schlierbach, Rosengasse 5 • **KOSTEN:** 54,60 Euro für 21 U-Std., ab 4 Teiln., Nähmaschine, Stoffe und Nähzubehör müssen mitgebracht werden • **LEITUNG:** N.N. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Schwälmer Weißstickerei**

Die Weißstickerei ist eine seit vielen Jahrhunderten in ganz Europa verbreitete Volkskunst, die in der Schwalm zu besonderer Kunstfertigkeit entwickelt wurde und bis heute in den vielfältigen Techniken als eine Spezialität der Region erhalten ist. Die bäuerliche Schmuckornamentik beruht auf wenigen, immer wiederkehrenden Motiven wie Herz, Sechsstern, Sonnenrad, Tulpe und Taube. Noch Anfang des 20. Jahrhunderts wurden komplette Aussteuern wie Trachtenkleidung und Wäschestücke mit der Weiß-in-Weiß-Stickerei verziert. Heute werden überwiegend Tischdecken, Zierkissen und Wohndeko aber auch Blusen und Taufkleider aus edlem Leinen oder feinem Baumwollstoff in kunstvoller Fleißarbeit hergestellt.

**FRIELENDORF:** Abendkurs Nr. 209050L12

**INFO:** Do 28.10, 19.30 Uhr, **BEGINN:** Do 11.11.2021, 19.30 bis 21.30 Uhr, 7 Termine, 14-tägig • **ORT:** Grundschule Obergrenzebach, An der Schule 5 • **KOSTEN:** 47,50 Euro für 19 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Irene Horn • **AUSKUNFT:** Tel. 06691 5974 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**HOMBERG:** Vormittagskurs Nr. 209063L12

**BEGINN:** Di 02.11.2021, 10.00 bis 12.30 Uhr, 6 Termine • **ORT:** DGH Lützelwig, Ohestr. 14 • **KOSTEN:** 50,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Anna Elisabeth Grein • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**SCHWALMSTADT:** Abendkurs Nr. 209062K12

**INFO:** Mo 6.9, 18 Uhr, **BEGINN:** Mo 13.09.2021, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine, 14-tägig • **ORT:** DGH Niedergrenzebach, Knüllstr. 21 / Kirchplatz • **KOSTEN:** 50,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Elisabeth Stübing • **AUSKUNFT:** Tel. 06691 3809 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.



**Singen und Musizieren**

**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.

**FRIEENDORF:** Nachmittagskurs Nr. 213051K12

**INFO:** Do 2.9., 17.15 Uhr, **BEGINN:** Do 09.09.2021, 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 oder 06692 1836 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

**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. 213050L12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 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.

**Afrikanisches Trommeln**

Schnell eingestiegen, einfach gelernt - mit effektiver Wirkung gegen Kopfflastigkeit, 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. 213052L12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 18.30 bis 20.00 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.

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

**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 zu erlernen und umzusetzen.

**FRITZLAR:** Wochenendkurs Nr. 213053L12

**TERMINE:** Sa 30.10. und So 31.10., jeweils von 9 bis 16.30 Uhr  
• **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 90,00 Euro für 20 U-Std., ab 7 Teiln. • **LEITUNG:** Olaf Normann • **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





## Entspannung

### Entspannung zum Ausprobieren und Reinschnuppern

In diesem Kurs werden verschiedene Entspannungsmethoden vorgestellt und ausprobiert. Beugen Sie körperlichen und seelischen Anspannungen vor, indem Sie Ihrem negativen Stress eine tiefe körperliche und geistige Ruhe entgegenzusetzen. Bringen Sie sich wieder in ein positives Gleichgewicht, sodass Verspannungen, Müdigkeit, Antriebschwäche, Schlaflosigkeit oder gar Bluthochdruck und Herzkrankheiten erst gar nicht entstehen.

#### **HOMBERG:** Nachmittagskurs Nr. 301050112

**BEGINN:** Mi 08.09.2021, 16.00 bis 17.00 Uhr, 4 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 20,00 Euro für 5 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Dorothea Dithmar • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### Entspannung mit Autogenem Training Outdoor

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. Dieses Erlebnis „outdoor“ kennenzulernen, die Entspannung im Freien zu erleben und so vielleicht auch neue Aspekte des Entspannens zu entdecken, ist Inhalt des Kurses.

#### **HOMBERG:** Abendkurs Nr. 301080H12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 18.30 bis 19.30 Uhr, 4 Termine • **ORT:** N.N. • **KOSTEN:** 17,50 Euro für 5 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Dorothea Dithmar • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### Entspannung pur

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

#### **FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 301062H12

**BEGINN:** Do 07.10.2021, 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. 301054H12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 19.30 bis 21.00 Uhr, 12 Termine • **ORT:** DGH Weißenborn, Schulweg 5 a • **KOSTEN:** 81,60 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Birgit Balzer • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

#### **OTTRAU:** Abendkurs Nr. 301051H12

**BEGINN:** Fr 17.09.2021, 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.

#### **SCHWALMSTADT:** Abendkurs Nr. 301052H12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Birgit Balzer • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

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

Sie lernen Körper-, Atem- und Bewegungsübungen aus dem umfangreichen MBSR®-Programm (Stressbewältigung durch Achtsamkeit) kennen. Geleitete Meditationen helfen Ihnen, Ruhe zu finden und aus der Erschöpfungsspirale herauszutreten.



#### **BAD ZWESTEN:** Tageskurs Nr. 301064H12

**TERMIN:** So 24.10.2021, 10.00 bis 17.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Freiraum, Wildunger Str. 1b • **KOSTEN:** 41,10 Euro für 9 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Cornelia Gaußmann • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### 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. 301058H12

**TERMINE:** Sa 18.9. und So 26.9., jeweils 10 bis 12 Uhr • **ORT:** Freiraum, Wildunger Str. 1b • **KOSTEN:** 28,50 Euro für 5 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Dorothee Basselli • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



## Progressive Muskelentspannung (PME)

Die progressive Muskelentspannung ist eine wirksame Entspannungsmethode zum gezielten Stressabbau. Durch systematische An- und Entspannung einzelner Muskelgruppen können Sie lernen, verspannte Muskeln zu lockern, Ihr Körpergefühl zu verbessern, mehr Gelassenheit zu erreichen und die innere Balance wieder herzustellen und zu halten. Das Verfahren gilt als leicht erlernbar und bringt im Vergleich mit anderen Methoden oft schnellere Erfolge. Ideal auch für Menschen, die eher durch Aktivität in die Entspannung finden.

### ➔ Nach Jacobson

**FRITZLAR:** Nachmittagskurs Nr. 301065H12

**BEGINN:** Di 21.09.2021, 16.30 bis 17.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 45,50 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Helga Haase • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### ➔ Für Anfänger

**FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 301059H12

**BEGINN:** Mo 25.10.2021, 18.00 bis 19.15 Uhr, 6 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 37,50 Euro für 10 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Sandra Brandebusemeyer • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### ➔ Für Kinder ab 8 Jahren

Elemente aus der Progressiven Muskelentspannung (PME), aus Phantasie Reisen und Bewegungsspielen werden kombiniert und auf die Bedürfnisse der Kinder abgestimmt. PME für Kinder ist eine Methode, die auch zur Steigerung der Motivation, bei Lern- und Konzentrationsstörungen, Schulstress, zur Stärkung des Selbstbewusstseins, bei Spannungskopfschmerzen, Bauchschmerzen, Schlafstörungen und vielem mehr angewendet wird. Ziel des Kurses ist es, den Kindern eine leicht erlernbare Entspannungsmethode nahe zu bringen, auf die sie bei schwierigen Situationen in Schule, Stress- oder Angstsituationen gern und selbstständig zurückgreifen können. Bewegungsspiele zum Auspowern, Lachen, den Körper spüren, Stille-Phasen und das Anlegen eines Entspannungs-Tagebuches kommen außerdem zum Einsatz. Dieser Kurs kann bei Bedarf auch online durchgeführt werden.

**FRITZLAR:** Nachmittagskurs Nr. 301060H12

**BEGINN:** Mo 25.10.2021, 16.30 bis 18.00 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.

## 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. 301090H12

**BEGINN:** Do 16.09.2021, 17.45 bis 19.15 Uhr, 12 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 77,00 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Kerstin Krombholz • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## Qigong und Tai Chi

### Qigong

Qigong ist Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Es wird als Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform zur Kultivierung von Körper und Geist geübt. Die spezielle Wirkung von Qigong liegt in der Verbindung von Bewegung, Atmung, Vorstellungskraft und innerer Aufmerksamkeit. Seine sanft und langsam fließenden Bewegungen sind geeignet, positiv auf das Herz-Kreislauf-System und alle Organe zu wirken. Zudem fördert es die Beweglichkeit, kann die Wirbelsäule entlasten sowie die Atmung vertiefen und beruhigen. Die stille und bewusste Aufmerksamkeit und Fokussierung kann zu großer innerer Ruhe führen und die Konzentrationsfähigkeit erhöhen. Die Übungen werden im Stehen oder Sitzen ausgeführt. Qigong empfiehlt sich für Menschen in jedem Lebensalter. Besondere Voraussetzungen sind nicht erforderlich.

**FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 301460H12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 17.30 bis 18.30 Uhr, 12 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 65,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Frank Barnack • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### ➔ Die 18 Bewegungen des Taiji-Qigong

**BAD ZWESTEN:** Vormittagskurs Nr. 301451H12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 10.30 bis 12.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Freiraum, Wildunger Str. 1b • **KOSTEN:** 88,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Cornelia Gaußmann • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



### 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.

**FRIEENDORF:** Abendkurs Nr. 301450H12

**BEGINN:** Do 16.09.2021, 18.30 bis 20.00 Uhr, 4 Termine • **ORT:** DGH Leimfeld, Zur Kirche 15 • **KOSTEN:** 23,20 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Gudrun Schneider-Zörnig • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**FRIEENDORF:** Abendkurs Nr. 301455H12

**BEGINN:** Do 28.10.2021, 18.30 bis 20.00 Uhr, 7 Termine • **ORT:** DGH Leimfeld, Zur Kirche 15 • **KOSTEN:** 40,60 Euro für 14 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Gudrun Schneider-Zörnig • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



## Yoga

### Yoga

#### Hatha-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 Yogastile entstanden. Das Spektrum reicht von einfachen, statischen Körperhaltungen (Asanas) mit einem meditativen Schwerpunkt bis hin zu einer körperlich fordernden Aneinanderreihung der Asanas.

#### ➔ Für Einsteiger bis Mittelstufe

##### **GUDENSBERG:** Abendkurs Nr. 301190H12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine  
 • **ORT:** Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • **KOSTEN:** 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Sonja Fuhrmann • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

##### **HOMBERG:** Vormittagskurs Nr. 301163H12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 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. 301171H12

**BEGINN:** Do 23.09.2021, 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. 301172H12

**BEGINN:** Do 23.09.2021, 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.

##### **KNÜLLWALD:** Abendkurs Nr. 301158H12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Yoga-Studio Brandt, An der Lehmkaute 8 • **KOSTEN:** 82,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Heidrun Brandt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

##### **OTTRAU:** Abendkurs Nr. 301174H12

**BEGINN:** Do 16.09.2021, 19.00 bis 20.15 Uhr, 12 Termine • **ORT:** Brüder-Grimm-Schule, Das Hohe Feld 2 • **KOSTEN:** 65,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Andreas Hölscher • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

##### **WABERN:** Abendkurs Nr. 301173H12

**BEGINN:** Mo 06.09.2021, 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.

#### ➔ Onlinekurs in der vhs-cloud

##### **ONLINE:** Onlinekurs Nr. 301350H12

**BEGINN:** Mi 08.09.2021, 19.00 bis 20.15 Uhr, 6 Termine, Anmeldeschluss am 06.09.21 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 29,00 Euro für 10 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Sandra Hesse • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

#### ➔ Für Einsteiger und Fortgeschrittene

##### **FRIELENDORF:** Abendkurs Nr. 301165H12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Hinter den Höfen 6 • **KOSTEN:** 73,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Petra Rothe • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

##### **GUDENSBERG:** Nachmittagskurs Nr. 301155H12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 15.00 bis 16.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • **KOSTEN:** 64,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Petra Rothe • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

##### **HOMBERG:** Nachmittagskurs Nr. 301180H12

**BEGINN:** Do 09.09.2021, 14.30 bis 16.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 65,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Petra Rothe • **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. 301352H12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 16.30 bis 17.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Yogastudio Berg, Bachstr. 20 • **KOSTEN:** 59,00 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Ulrike Berg • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### Harmonie für Körper und Geist

Mit Entspannungstechniken aus Yoga und PME Stress entgegenwirken

Yoga ist die ideale Möglichkeit, durch die Verbindung von Bewegung und Atmung, Körper und Geist wieder in Einklang und Harmonie zu bringen und insbesondere Stress abzubauen. Mit einfachen Körperübungen (Asanas) und Atemübungen aus dem klassischen Hatha Yoga, aber auch Entspannungstechniken, aus anderen Bereichen, z.B. Progressiver Muskelentspannung, wird diese Stunde auf angenehme Weise Entspannung auf verschiedenen Ebenen bereithalten. Am letzten Kurstermin findet eine abendliche Fackelwanderung mit anschließender Einkehr und Feed-backrunde statt.

##### **GUDENSBERG:** Abendkurs Nr. 301191H12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 20.15 bis 21.15 Uhr, 9 Termine, Fackelwanderung am letzten Kurstermin von 18.30 bis 21.30 Uhr • **ORT:** Odenbergschule, Große Binde 18 • **KOSTEN:** 46,50 Euro für 12 U-Std., ab 6 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.

## Yoga Workshops

### Yoga Triyoga-Workshop

Mit TRIYOGA®-Flows

TRIYOGA® nach Kali Ray umfasst die klassischen Yogapraktiken und beinhaltet zusätzlich anmutige, wellenförmige Bewegungen der Wirbelsäule, die mit dem Atem verbunden werden, um immer wieder in Yogastellungen zu verweilen. Durch Meditation in der Bewegung gewinnt die Yogapraxis Leichtigkeit und Flexibilität, gepaart mit Kraft. Das Übungsprogramm beginnt sanft von „Basic“ bis „Level 1“.

**KNÜLLWALD:** Nachmittagskurs Nr. 301162H12

**TERMIN:** Sa 02.10.2021, 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 gegen Ängste

Im Workshop werden Übungen vorgestellt, die helfen können, mit Ängsten umzugehen. Atemübungen, Körperhaltungen (Asanas) 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. 301159H12

**TERMIN:** Sa 23.10.2021, 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. 301160H12

**TERMIN:** Sa 06.11.2021, 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. 301161H12

**TERMIN:** Sa 27.11.2021, 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.



### 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  
Vanessa Thiel, Tel. 05681 775-397

**Bewegung und Fitness****Bauchtanz**

Indoor, Outdoor oder Online

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. 302859H12

**BEGINN:** Fr 17.09.2021, 18.30 bis 19.15 Uhr, 10 Termine, auch i.d. Ferien, je nach Wetter- und Pandemielage Indoor, Outdoor oder Online (Olympic informiert Sie hierzu vorab) • **ORT:** Sport- und Gesundheitszentrum „Olympic“, Mittelweg 13 • **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 / in den Feierabend**

Pilates, Kinästhetik, Stretching



Ein Faszien-Training mit Übungen aus Kinästhetik, Rückenschule, 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. Ein aufbauendes Ganzkörpertraining für alle, die Lust an Bewegung haben. Das „Warm-up“ zu Beginn dient der Dynamisierung der Bewegung und fördert Koordination, Kraft, Ausdauer und Kondition. Es folgen Übungen aus Pilates, Kinästhetik und Stretching als Basis für gesunde Muskelarbeit. Übungen der Achtsamkeit sowie Atem- und Entspannungsübungen runden die Stunde für das „Cool-down“ ab.

**➔ Bewegend in den Tag****BAD ZWESTEN:** Vormittagskurs Nr. 302051H12

**BEGINN:** Do 16.09.2021, 10.00 bis 11.15 Uhr, 8 Termine • **ORT:** Freiraum, Wildunger Str. 1b • **KOSTEN:** 57,70 Euro für 13 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Dorothee Basselli • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**➔ Bewegend in den Feierabend****HOMBERG:** Nachmittagskurs Nr. 302050I12

**BEGINN:** Do 30.09.2021, 16.00 bis 17.00 Uhr, 6 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 39,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Dorothee Basselli • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Body-Forming**

Indoor, Outdoor oder Online

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/innen werden integriert.

**BORKEN:** Abendkurs Nr. 302860H12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 18.45 bis 19.45 Uhr, 10 Termine, auch i.d. Ferien, je nach Wetter- und Pandemielage Indoor, Outdoor oder Online (Olympic informiert Sie hierzu vorab) • **ORT:** Sport- und Gesundheitszentrum „Olympic“, Mittelweg 13 • **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.

**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. 302078H12

**BEGINN:** Mo 27.09.2021, 16.00 bis 16.45 Uhr, 12 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 34,80 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Wera Weller • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Boxfitness**

Boxfitness ist ein hochintensives Ganzkörper-Fitness Workout für alle. Elemente aus dem Kampfsport werden eingebunden. Trainiert werden Koordination, Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit in verschiedenen Schwierigkeitsstufen und Schnellegraden. Schwitzen und Spaß sind nicht ausgeschlossen.

**FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 302066H12

**BEGINN:** Do 16.09.2021, 19.00 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Fitclub13, Haddamar Weg 13 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 13 U-Std., ab 1 Teiln., Kooperationsveranstaltung - keine Entgeltermäßigung möglich • **LEITUNG:** Fitclub 13 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## Faszientraining

Allgemeine Fitness, Kräftigung der Muskulatur und Entspannung sind die drei Ziele dieses Kurses. Verspannungen im Hals-, Nacken-, Schulterbereich und Rücken gehen zumeist auf einseitige Belastungen oder Fehlhaltungen zurück und sind keine Frage des Alters. Mit einem ausgewogenen Fitness- und Kräftigungsprogramm, unterstützt durch Elemente des Faszientrainings, werden wir versuchen, dem dauerhaft entgegenzuwirken. Unser ganzheitliches Faszientraining löst Verklebungen im Gewebe durch Stretching, Selbstmassage, gezielte Übungen, die Faszienrolle und viele weitere Hilfsmittel. Außerdem werden Beweglichkeit und Wohlbefinden gesteigert.

### FRITZLAR: Abendkurs Nr. 302068H12

BEGINN: Mi 15.09.2021, 17.30 bis 18.30 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.

## 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. 302053H12

BEGINN: Mo 06.09.2021, 15.10 bis 16.10 Uhr, 13 Termine • ORT: Grundschule, Schöne Aussicht 13-25 • KOSTEN: 45,90 Euro für 17 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. 302077H12

BEGINN: Di 28.09.2021, 18.00 bis 19.00 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 46,40 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Wera Weller • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

## Latin Aerobic

Latin Aerobic ist ein Tanzworkout und besteht aus lateinamerikanischen Rhythmen und Tanzbewegungen. Dadurch wird mit viel Spaß die Kondition verbessert, jede Menge Kalorien verbrannt, Muskeln aufgebaut und gleichzeitig definiert.

### FRITZLAR: Abendkurs Nr. 302067H12

BEGINN: Fr 17.09.2021, 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 Entgeltmäßigung möglich • LEITUNG: Fitclub 13 • 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. 302070H12

BEGINN: Di 14.09.2021, 19.15 bis 20.15 Uhr, 8 Termine • ORT: Altenburgschule, Kasseler Str. 12 • KOSTEN: 41,80 Euro für 11 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Gina Lück • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

### HOMBERG: Abendkurs Nr. 302063H12

BEGINN: Di 28.09.2021, 19.00 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Osterbachschule, August-Vilmar-Str. 4 • KOSTEN: 52,00 Euro für 13 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Sara Moteka • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

### SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 302080H12

BEGINN: Do 16.09.2021, 17.30 bis 18.30 Uhr, 12 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 60,80 Euro für 16 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Susanne Koller • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

### SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 302085H12

BEGINN: Do 16.09.2021, 18.45 bis 19.45 Uhr, 12 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 60,80 Euro für 16 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Susanne Koller • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

## Pilates

Pilates ist ein Ganzkörpertraining, das Geist und Körper vereint und sich für jeden Leistungsstand und jedes Alter eignet. Ihre Muskeln werden gestärkt, geformt und Ihre Haltung verbessert. Das Hauptaugenmerk liegt auf der Anwendung spezieller Atemrhythmen und der Kräftigung und Stärkung Ihrer Körpermitte (Powerhouse). Die gleichmäßigen, fließenden Bewegungen stabilisieren und formen Ihren Körper und entspannen Ihren Rücken. Da langsam und intensiv gearbeitet wird, können sich Blockaden lösen. Ihr Körper wird mit mehr Energie versorgt. Ihre gesamte Haltung und Körperform profitieren. Pilates bringt Sie körperlich und geistig in Form.



### BAD ZWESTEN: Vormittagskurs Nr. 302082H12

BEGINN: Fr 17.09.2021, 9.00 bis 10.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Yogastudio Berg, Bachstr. 20 • KOSTEN: 59,00 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Ulrike Berg • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten..

### FRITZLAR: Abendkurs Nr. 302069H12

BEGINN: Mo 13.09.2021, 18.00 bis 19.00 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.



### **Power-Workout auf Weltmeister-Niveau** Indoor, Outdoor oder Online

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. Die Kursbuchung ist auch nach dem Beginnstermin noch möglich, da es sich um einen fortlaufenden Kurs handelt.

**BORKEN:** Abendkurs Nr. 302862H12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 19.30 bis 20.30 Uhr, 10 Termine, auch i.d. Ferien, je nach Wetter- und Pandemielage Indoor, Outdoor oder Online (Olympic informiert Sie hierzu vorab) • **ORT:** Sport- u. Gesundheitszentrum „Olympic“, Mittelweg 13 • **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.

### **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 Fackelwanderung mit anschließender Einkehr und Feedbackrunde statt.

**GUDENBERG:** Abendkurs Nr. 302153H12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 19.00 bis 20.15 Uhr, 9 Termine, Fackelwanderung am letzten Kurstermin von 18.30 bis 21.30 Uhr • **ORT:** Odenbergschule, Große Binde 18 • **KOSTEN:** 40,50 Euro für 15 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.

### **Step-Aerobic** Indoor, Outdoor oder Online

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/innen werden integriert.

**BORKEN:** Abendkurs Nr. 302870H12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 18.30 bis 19.30 Uhr, 10 Termine, auch i.d. Ferien, je nach Wetter- und Pandemielage Indoor, Outdoor oder Online (Olympic informiert Sie hierzu vorab) • **ORT:** Sport- u. Gesundheitszentrum „Olympic“, Mittelweg 13 • **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.

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

### **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/innen und Wiedereinsteiger/innen geeignet.

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 302074H12

**BEGINN:** Mo 25.10.2021, 17.00 bis 18.30 Uhr, 9 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 52,20 Euro für 18 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Monika Charlet • **AUSKUNFT:** Tel. 05661 8010 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 302075H12

**BEGINN:** Mo 25.10.2021, 18.30 bis 20.00 Uhr, 9 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 52,20 Euro für 18 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. 302079H12

**BEGINN:** Di 28.09.2021, 17.00 bis 18.00 Uhr, 12 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 46,40 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Wera Weller • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### **ZUMBA FITNESS®** Indoor, Outdoor oder Online

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 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/innen werden gleich integriert, da die Schrittfolgen leicht erlernbar sind. Der Einstieg ist jederzeit möglich, Jung und Alt, Anfänger/innen und Fortgeschrittene bewegen sich gemeinsam.

**BORKEN:** Abendkurs Nr. 302871H12

**BEGINN:** Do 16.09.2021, 19.00 bis 20.00 Uhr, 10 Termine, auch i.d. Ferien, je nach Wetter- und Pandemielage Indoor, Outdoor oder Online (Olympic informiert Sie hierzu vorab) • **ORT:** Sport- und Gesundheitszentrum „Olympic“, Mittelweg 13 • **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.

**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**

**FRIELENDORF:** Abendkurs Nr. 302350H12

**BEGINN:** Di 07.09.2021, 19.00 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Wellness-Paradies am Silbersee • **KOSTEN:** 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 4 Euro Schwimmbadgebühr (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Ulrike Spuling • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**FRIELENDORF:** Abendkurs Nr. 302351H12

**BEGINN:** Di 07.09.2021, 20.00 bis 21.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Wellness-Paradies am Silbersee • **KOSTEN:** 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 4 Euro Schwimmbadgebühr (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Ulrike Spuling • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**FRIELENDORF:** Vormittagskurs Nr. 302358H12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 10.30 bis 11.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Wellness-Paradies am Silbersee • **KOSTEN:** 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 4 Euro Schwimmbadgebühr (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Manuela Fritsch • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**FRIELENDORF:** Nachmittagskurs Nr. 302357H12

**BEGINN:** Do 16.09.2021, 15.00 bis 16.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Wellness-Paradies am Silbersee • **KOSTEN:** 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 4 Euro Schwimmbadgebühr (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Manuela Fritsch • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**HOMBERG:** Nachmittagskurs Nr. 302356H12

**BEGINN:** Mo 18.10.2021, 15.00 bis 15.45 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Bewegungsbad Hülsa, Spitzenweg 7 • **KOSTEN:** 42,00 Euro für 10 U-Std., ab 10 Teiln., inklusive Nutzungsgebühr für das Schwimmbad • **LEITUNG:** Petra Semmelroth • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 302355H12

**BEGINN:** Do 28.10.2021, 20.15 bis 21.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** Bewegungsbad Hülsa, Spitzenweg 7 • **KOSTEN:** 34,00 Euro für 8 U-Std., ab 10 Teiln., inklusive Nutzungsgebühr für das Schwimmbad • **LEITUNG:** Ulrike Spuling • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 302252H12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 18.30 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • **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. 302250H12

**BEGINN:** Mi 27.10.2021, 14.00 bis 15.00 Uhr, 9 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:** Susanne Bolz • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**MELSUNGEN:** Nachmittagskurs Nr. 302256H12

**BEGINN:** Do 28.10.2021, 16.15 bis 17.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** Hallenbad, Dreuxallee 33-35 • **KOSTEN:** 24,00 Euro für 8 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadgebühr, im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Kerstin Kromholz • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**MELSUNGEN:** Vormittagskurs Nr. 302254H12

**BEGINN:** Fr 29.10.2021, 8.10 bis 9.10 Uhr, 8 Termine • **ORT:** Hallenbad, Dreuxallee 33-35 • **KOSTEN:** 33,00 Euro für 11 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadgebühr, im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Claudia Witzmann • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**NEUKIRCHEN:** Abendkurs Nr. 302550H12

**BEGINN:** Do 07.10.2021, 18.00 bis 19.00 Uhr, 10 Termine, auch in den Ferien • **ORT:** Badewelt, Birkenallee • **KOSTEN:** 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadgebühr, im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** N.N. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**NEUKIRCHEN:** Abendkurs Nr. 302551H12

**BEGINN:** Do 07.10.2021, 19.00 bis 20.00 Uhr, 10 Termine, auch in den Ferien • **ORT:** Badewelt, Birkenallee • **KOSTEN:** 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadgebühr, im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** N.N. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ **Auch für Nichtschwimmer - Fortgeschrittene**

**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 302359H12

**BEGINN:** Mi 22.09.2021, 19.45 bis 20.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Bewegungsbad Hülsa, Spitzenweg 7 • **KOSTEN:** 42,00 Euro für 10 U-Std., ab 10 Teiln., inklusive Nutzungsgebühr für das Schwimmbad • **LEITUNG:** Petra Eckhardt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ **Für Schwimmer**

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 302253H12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 19.30 bis 20.30 Uhr, 10 Termine • **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. 302251H12

**BEGINN:** Mi 27.10.2021, 15.00 bis 16.00 Uhr, 9 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:** Susanne Bolz • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ **Aqua-Jogging-Mix**

**MELSUNGEN:** Nachmittagskurs Nr. 302255H12

**BEGINN:** Do 28.10.2021, 15.30 bis 16.15 Uhr, 8 Termine • **ORT:** Hallenbad, Dreuxallee 33-35 • **KOSTEN:** 24,00 Euro für 8 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadgebühr, im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Kerstin Kromholz • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



**Ernährung, Essen, Trinken****Das Gedächtnis naturheilkundlich stärken**

Unterstützung durch Teekuren, Ernährung und Bewegung

Im hektischen Alltag wird unser Gedächtnis oft sehr gefordert und gestresst. Mit Bewegung, gezielter Ernährung, mit vielfältigen natürlichen Methoden und vor allem mit Pflanzen können wir unserem Gehirn auf die Sprünge helfen. Grundlagenwissen und zahlreiche Inspirationen können uns optimistisch und gelassen dem Altern entgegensetzen lassen.



**BORKEN:** Nachmittagskurs Nr. 303050H12

**TERMIN:** Sa 20.11.2021, 15.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** DGH Kerstenhausen, Am Kindergarten 5 • **KOSTEN:** 16,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Ute-Rahel Baer • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Säure-Basen-Haushalt in Balance durch Basenfasten**

Onlinevortrag in der vhs-cloud

Übersäuerung ist oft die Ursache vieler Gesundheitsprobleme und steht häufig zu Beginn eines gesundheitlichen Leidensweges. Sich Zeit nehmen, sich wieder in den Mittelpunkt stellen und sich für eine begrenzte Zeit aus dem Alltag lösen - all das ist mit Basenfasten machbar. Mit der Methode des Basenfastens ist die Entsäuerung des Körpers nun auch für all diejenigen möglich, die nicht völlig auf feste Nahrung verzichten können oder möchten. Basenfasten ist eine für Jeden verträgliche Form des Fastens und lässt sich besonders gut berufsbegleitend durchführen. Erfahren Sie, wie Sie mit Basenfasten den Säure-Basen-Haushalt in Balance bringen und wie sich darüber hinaus der erreichte Erfolg erhalten lässt.

**ONLINE:** Onlinekurs Nr. 305058H12

**TERMIN:** Mo 18.10.2021, 18.30 bis 19.45 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 14.10.21 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 8,00 Euro für 2 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Inge Wertgen • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Kulinarische Reise online: Schnelle Falafel**

In Kooperation mit der vhs Eschweiler

Der mittlere Osten beschenkt uns mit seiner beliebten Fallafel. Köstlich, aromatisch durch seine verschiedenen Kräuter und Gewürze, warm oder kalt ein Genuss und einfach immer ein Hauch von Orient. Ein Gericht aus tausend und einer Nacht. Zeitgleich werden wir mit allen Teilnehmenden unsere Gerichte zubereiten und anschließend dann unsere Kreationen gemeinsam vor dem Bildschirm verkosten. Umfangreiche Informationen finden Sie auf unserer Webseite.

**ONLINE:** Onlinekurs Nr. 305056H12

**TERMIN:** Mi 29.09.2021, 18.00 bis 19.30 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 23.09.21 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 15,00 Euro für 2 U-Std., ab 1 Teiln., zzgl. Kosten für den Lebensmitteleinkauf • **LEITUNG:** vhs Eschweiler und Monika Fahlbusch • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Kulinarische Reise online: Nussbällchen in Tomatensugo**

In Kooperation mit der vhs Eschweiler

Der Reiz dieser Deutsch-Italienischen Freundschaft liegt in seiner Schlichtheit und seinem fantastischen Geschmack. Hier werden verschiedenen Nusskerne in Form gerollt und mit herrlich fruchtigen Tomaten und Kräutern zu einem Gericht gezaubert. Eine köstliche Alternative zu Hackbällchen in Tomatensugo. Zeitgleich werden wir mit allen Teilnehmenden unsere Gerichte zubereiten und anschließend dann unsere Kreationen gemeinsam vor dem Bildschirm verkosten. Umfangreiche Informationen finden Sie auf unserer Webseite.

**ONLINE:** Onlinekurs Nr. 305057H12

**TERMIN:** Mi 03.11.2021, 18.00 bis 19.30 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 28.10.21 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 15,00 Euro für 2 U-Std., ab 1 Teiln., zzgl. Kosten für den Lebensmitteleinkauf • **LEITUNG:** vhs Eschweiler und Monika Fahlbusch • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Oxymel aus Wildkräutern**

Während schon viele wilde Beeren reifen (Weißdorn als Herzbeere; Vogelbeere als lymphbewegende, leberheilende Kraft; Schlehen zur Linderung von Erschöpfung) bieten sich uns immer noch eine Fülle von heilenden Grünkräutern dar. Auf einem entspannten Kräuterspaziergang wird den Pflanzen begegnet, einiges gesammelt und nach alter Weise in Essig und Honig angesetzt. Dieses Oxymel mit seinem Reichtum an Mineralien und sekundären Pflanzeninhaltsstoffen ist nicht nur als Hausmittel zu verwenden, sondern kann auch prophylaktisch in die Ernährung eingebaut werden. Es können damit Erfrischungsgetränke; Salatdressing oder Süßspeisen zubereitet werden. Es stellt ein Detoxmittel dar sowie ein isotonisches Getränk für Sportler. Eine angenehme und alkoholfreie Möglichkeit das Immunsystem zu stärken.

**BORKEN:** Tageskurs Nr. 305055H12

**TERMIN:** Sa 16.10.2021, 10.30 bis 15.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** DGH Kerstenhausen, Am Kindergarten 5 • **KOSTEN:** 28,00 Euro für 6 U-Std., ab 6 Teiln., inklusive 4 Euro Lebensmittelumlage • **LEITUNG:** Ute-Rahel Baer • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Kochkurs**

Für Einsteiger

Basiswissen für alle, die Spaß am Kochen haben und einmal etwas anspruchsvollere Rezepte umsetzen möchten. Pro Abend wird ein Drei-Gänge-Menü zubereitet, dessen Speisenfolge am vorausgegangenen Kurstermin gemeinsam festgelegt wird. Die Warenkosten werden separat abgerechnet.



**MORSCHEN:** Abendkurs Nr. 305053H12

**BEGINN:** Do 28.10.2021, 17.30 bis 20.30 Uhr, 5 Termine • **ORT:** G.-A.-Zinn-Schule, Jägerpfad 7 • **KOSTEN:** 80,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 10 bis 15 Euro pro Abend Lebensmittelumlage nach Verbrauch und Art des Menüs, vor Ort zu zahlen • **LEITUNG:** Matthias Blackert • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



### Öle und Essig aus Wildkräutern

Von den letzten Heilkräutern des Sommers können wir uns etwas für den Winter konservieren: entspannende Massageöle, delikate heilkräftige Salatöle und würzigen gesunden Essig. Beim gemeinsamen Sammeln von Storchschnabel, Mädesüß, wilden Kressearten u.v.m. lernen wir die Kräuter kennen und setzen daraus diverse Köstlichkeiten an. Sie bekommen Informationen zu Heilwirkungen und Anwendung.

**BORKEN:** Nachmittagskurs Nr. 305054H12

**TERMIN:** So 26.09.2021, 15.00 bis 18.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** DGH Kerstenhausen, Am Kindergarten 5 • **KOSTEN:** 23,00 Euro für 5 U-Std., ab 6 Teiln., inklusive 3 Euro Lebensmittelumlage • **LEITUNG:** Ute-Rahel Baer • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### Gesund mit ayurvedischer Ernährung

Der Workshop unterstützt Sie dabei, neue Ernährungsgewohnheiten auszuprobieren, in Ihren Alltag zu integrieren, ungesunde Verhaltensweisen zu verändern und Ihre Intuition zu stärken, um die passenden Lebensmittel auswählen zu können. Es wird Schritt für Schritt vorgegangen und individuell auf die Bedürfnisse und Herausforderungen jedes Einzelnen (entsprechend Ihrer Konstitution) eingegangen. Das Besondere an der Ayurvedischen Ernährungslehre ist, dass der Mensch und nicht das Essen im Fokus steht. Im Workshop wird außerdem auf die Grundprinzipien von Ayurveda, die Ayurvedische Ernährungslehre, die Ayurveda-Küche, Kräuter und Gewürze, Alltag und Routinen sowie Umsetzung in der Familie und im Berufsalltag eingegangen. Jede Woche erhalten Sie neue Aufgaben, Ideen, Rezepte oder Anregungen, die Sie für sich ausprobieren und aktiv werden können. Die Devise lautet: Leicht und umsetzbar! Im Falle von geltenden Kontaktbeschränkungen ist es möglich, den Kurs online durchzuführen. In diesem Fall würden wir Sie zu gegebener Zeit informieren und anfragen, ob Sie auch an einem Online-Angebot teilnehmen möchten. Der Online-Kurs würde im angegebenen Zeitraum von 19:30 bis 21:00 Uhr durchgeführt werden.

**FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 305052H12

**BEGINN:** Mi 29.09.2021, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 80,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Corinna Thamke • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



### Gesund mit Ayurveda

Der Vortrag behandelt die Bedeutung von Gesundheit aus ayurvedischer Sicht, die Entstehung von Krankheiten und wie diese u.U. verhindert werden können. Es wird auf die Herausforderungen des Gesundbleibens in der heutigen modernen Gesellschaft eingegangen. Präventive Maßnahmen zur Vorbeugung werden ebenso vorgestellt. Ayurveda bietet eine große Auswahl an einfachen Tricks, die jeder umsetzen kann, um seinen Körper und Geist gesünder und vitaler werden zu lassen. Außerdem werden im Vortrag Regeln und Routinen vorgestellt, mit deren Integration in den Alltag, Sie spürbare positive Effekte und neue Energie bewirken können. Im Falle von geltenden Kontaktbeschränkungen ist es möglich, den Kurs online durchzuführen. In diesem Fall würden wir Sie zu gegebener Zeit informieren und anfragen, ob Sie auch an einem Online-Angebot teilnehmen möchten.

**FRITZLAR:** Vortrag Nr. 305051H12

**TERMIN:** Di 21.09.2021, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 9,00 Euro für 2 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Corinna Thamke • **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](http://www.fit-aktiv-rehasport.de)

**Fit in Borken**

## Bewegung &amp; Entspannung

**Klettern, Schwingen, Spielen**  
Entwicklungsförderung für Kinder

Kinder machen in der Gruppe bei Spiel und Spaß neue Bewegungs- und Wahrnehmungserfahrungen, die ihrer Entwicklung Impulse geben.

➔ **Für Kinder von 4 bis 6 Jahren**

**SCHWALMSTADT:** Nachmittagskurs Nr. 180150P12

INFO: Fr 10.9., 15.15 Uhr, **BEGINN:** Fr 17.09.2021, 14.30 bis 15.30 Uhr, 12 Termine • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 40,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln., Bitte vor dem Infotermin bei Kursleitung melden • **LEITUNG:** Jürgen Hamborg • **AUSKUNFT:** Tel. 06691 24881 ab 20.30 Uhr • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

**SCHWALMSTADT:** Nachmittagskurs Nr. 180151P12

INFO: Fr 10.9., 15.15 Uhr, **BEGINN:** Fr 17.09.2021, 15.30 bis 16.30 Uhr, 12 Termine • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 40,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln., Bitte vor dem Infotermin bei Kursleitung melden • **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. 180152P12

INFO: Fr 10.9., 15.15 Uhr, **BEGINN:** Fr 17.09.2021, 16.30 bis 17.30 Uhr, 12 Termine • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 40,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln., Bitte vor dem Infotermin bei Kursleitung melden • **LEITUNG:** Jürgen Hamborg • **AUSKUNFT:** Tel. 06691 24881 ab 20.30 Uhr • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

**Progressive Muskelentspannung (PME)**

Elemente aus der Progressiven Muskelentspannung (PME), aus Phantasie Reisen und Bewegungsspielen werden kombiniert und auf die Bedürfnisse der Kinder abgestimmt. PME für Kinder ist eine Methode, die auch zur Steigerung der Motivation, bei Lern- und Konzentrationsstörungen, Schulstress, zur Stärkung des Selbstbewusstseins, bei Spannungskopfschmerzen, Bauchschmerzen, Schlafstörungen und vielem mehr angewendet wird. Ziel des Kurses ist es, den Kindern eine leicht erlernbare Entspannungsmethode nahe zu bringen, auf die sie bei schwierigen Situationen in Schule, Stress- oder Angstsituationen gern und selbstständig zurückgreifen können. Bewegungsspiele zum Auspowern, Lachen, den Körper spüren, Stille-Phasen und das Anlegen eines Entspannungs-Tagebuches kommen außerdem zum Einsatz. Dieser Kurs kann bei Bedarf auch Online durchgeführt werden.



➔ **Für Kinder ab 8 Jahren**

**FRITZLAR:** Nachmittagskurs Nr. 301060H12

**BEGINN:** Mo 25.10.2021, 16.30 bis 18.00 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.

## Bücher &amp; Basteln

**Bestiarium der wundersamen Lieblingsmonster und (un)zählbaren Fabelwesen**

Entdeckt mit uns die vielen Welten der Fabelwesen, egal ob Drachen, Tierwesen, Monster, Elfen oder Einhörner. Es gibt unglaublich viele Fabelwesen. Gemeinsam wollen wir einige von ihnen besser kennenlernen und erforschen. Im Online-Kurs legen wir dazu gemeinsam ein „Bestiarium“ an. „Bestiarium“ ist lateinisch und heißt so viel wie „Die Tiere betreffend“. Um ein eigenes „Bestiarium“ anzulegen, recherchiert ihr im Kurs Informationen zu fantastischen Kreaturen, ihr spezialisiert euch auf ein Monster oder Fabelwesen und erstellt – analog oder digital – einen Steckbrief mit Lebenslauf, Fotos und eigenen Illustrationen. So entsteht euer ganz individuelles „Bestiarium“, ein Buch der Fabelwesen.



➔ **Für Kinder von 10 bis 13 Jahren**

**ONLINE:** Vormittagskurs Nr. 202052L12

**TERMINE:** Di 19.10. bis Do 21.10.21, jeweils 10.30 bis 12.00 Uhr, Anmeldeschluss am 17.10.21 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** kostenfrei, 6 U-Std., ab 2 Teiln., alle Teilnehmenden erhalten einen einmalige Nutzungsgutschein für die Stadtbücherei Borken (Hessen) • **LEITUNG:** Veronika Bruckner in Kooperation mit der Stadtbücherei Borken (Hessen) • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## Schule &amp; Lernen

**Mathematik / Englisch Prüfungsvorbereitung**

Info-Termin für Schülerinnen und Schüler, die sich in diesem Schuljahr für die Abschlussprüfung in Mathematik bzw. Englisch für den Hauptschulabschluss oder den Realschulabschluss vorbereiten wollen.

➔ **Für Schülerinnen und Schüler**

**GDENSBERG:** Nachmittagskurs Nr. 602101S12i

**TERMIN:** Mi 06.10.2021, 14.45 bis 15.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • **KOSTEN:** kostenfrei, 1 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Svetlana Atroshenko • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

**GDENSBERG:** Nachmittagskurs Nr. 406210S12i

**TERMIN:** Do 07.10.2021, 14.30 bis 15.15 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • **KOSTEN:** kostenfrei, 1 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Svetlana Atroshenko • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

## 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. (05661) 9261931  
E-Mail: kinderundfamilienbuero@melsungen-foerdert.de · [www.melsungen-foerdert.de](http://www.melsungen-foerdert.de)

Computer & Internet

**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.

➔ **Für Kinder ab der Klasse 5**

**HOMBERG:** Vormittagskurs Nr. 504056A12

TERMINE: Mo 11.10., Mi 13.10. und Fr 15.10., 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 Lernmaterial • **LEITUNG:** Sonia Komnick • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**HOMBERG:** Vormittagskurs Nr. 504055A12

TERMINE: Mo 3.1., Mi 5.1. und Fr 7.1., 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 Lernmaterial • **LEITUNG:** Sonia Komnick • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**MELSUNGEN:** Nachmittagskurs Nr. 504053A12

TERMINE: Mo 18.10., Mi 20.10. und Fr 22.10., jeweils 13 bis 16.15 Uhr, in den Ferien • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lernmaterial • **LEITUNG:** Elvira Boger • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**MELSUNGEN:** Nachmittagskurs Nr. 504054A12

TERMINE: Mo 3.1., Mi 5.1. und Fr 7.1., jeweils 13 bis 16.15 Uhr, in den Ferien • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lernmaterial • **LEITUNG:** Elvira Boger • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Sicher und clever im Internet - ab Klasse 5**  
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.



**HOMBERG:** Nachmittagskurs Nr. 501069A12

TERMINE: Mo 11.10., Mi 13.10. und Fr 15.10., 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. 501068A12

TERMINE: Mo 3.1., Mi 5.1. und Fr 7.1., 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.



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](http://www.familienzentrum-schwalm-eder.de)

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)

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](http://www.telc.net)  
[www.integration-in-deutschland.de](http://www.integration-in-deutschland.de)

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.

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](http://www.integration-in-deutschland.de)
- [www.vhs-nordhessen.de](http://www.vhs-nordhessen.de)

**Wann ist der Test?**

Jeweils 16.30 bis 18.00 Uhr an folgenden Donnerstagen:  
02.09, 30.09, 28.10, 25.11 und 16.12.2021 sowie 13.01.2022

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](http://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](mailto: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](http://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](http://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. 405101T12

**BEGINN:** Fr 03.09.2021, 17.00 bis 18.30 Uhr, 5 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 63,00 Euro für 10 U-Std., ab 4 Teiln., Teilzahlungen des Entgelts möglich • **LEITUNG:** Mascha Günther • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

#### HOMBERG: Abendkurs Nr. 405106T12

**BEGINN:** Di 07.09.2021, 18.00 bis 19.30 Uhr, 5 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 63,00 Euro für 10 U-Std., ab 4 Teiln., Teilzahlungen des Entgelts möglich • **LEITUNG:** Gabi Trümper-Blos • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

#### MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 405105T12

**BEGINN:** Mi 08.09.2021, 17.00 bis 18.30 Uhr, 5 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 63,00 Euro für 10 U-Std., ab 4 Teiln., Teilzahlungen des Entgelts möglich • **LEITUNG:** Gertrud-Cornelia Wasko • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

#### SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 405102T12

**BEGINN:** Do 09.09.2021, 18.00 bis 19.30 Uhr, 5 Termine • **ORT:** Haus f. Gemeinschaftspflege Treysa, Burggasse 7 • **KOSTEN:** 63,00 Euro für 10 U-Std., ab 4 Teiln., Teilzahlungen des Entgelts möglich • **LEITUNG:** N.N. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## Niveaustufe A1

### A1-Deutschkurs am Abend intensiv

Einstieg in das Lernen der deutschen Sprache / zügig Deutsch lernen mit Vorkenntnissen auf Niveau A1.1 in 100 Unterrichtsstunden. Vermittlung der wichtigsten Kenntnisse in Lesen, Schreiben, Hören, Sprechen und Grammatik. Ziel des Kurses ist die Niveaustufe A1.1 / A1.2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen. Bei ausreichenden Kenntnissen kann auch eine Vorbereitung auf die optionale telc-Deutsch A1-Zertifikatsprüfung (nach Modul A1.2) erfolgen. Für die Zertifikatsprüfung A1 ist eine separate Anmeldung erforderlich.

#### ➔ Niveau A1.1

#### FRITZLAR: Abendkurs Nr. 404102T12

**BEGINN:** Mo 06.09.2021, 18.00 bis 21.05 Uhr, 25 Termine, immer montags und mittwochs • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • **KOSTEN:** 445,00 Euro für 100 U-Std., ab 6 Teiln., Teilzahlungen des Entgelts möglich • **LEITUNG:** Krasimira Dimova-Dunkel • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

#### ➔ Niveau A1.2

#### HOMBERG: Abendkurs Nr. 404103T12

**BEGINN:** Di 07.09.2021, 18.00 bis 21.05 Uhr, 25 Termine, immer dienstags und donnerstags • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • **KOSTEN:** 445,00 Euro für 100 U-Std., ab 6 Teiln., Teilzahlungen des Entgelts möglich • **LEITUNG:** Elvira Boger • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

#### SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 404111T12

**BEGINN:** Mo 06.09.2021, 18.00 bis 21.15 Uhr, 25 Termine, immer montags und donnerstags • **ORT:** C.-Bantzer-Schule ZIG, Fünftenweg 30 • **KOSTEN:** 445,00 Euro für 100 U-Std., ab 6 Teiln., Teilzahlungen des Entgelts möglich • **LEITUNG:** Regina Liebertz • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## Niveaustufe A2

### A2-Deutschkurs am Abend intensiv

Aufbau von Grundkenntnissen der deutschen Sprache in 100 Unterrichtsstunden (UE) auf der Grundlage von Vorkenntnissen auf Niveau A1 des Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen. Eine intensive Vorbereitung auf die telc-Deutsch Zertifikatsprüfung A2 (normalerweise nach Modul A2.1 und Modul A2.2 mit je 100 UE) ist möglich. Für die Zertifikatsprüfung A2 ist eine separate Anmeldung erforderlich.



#### ➔ Niveau A2.1

#### HOMBERG: Abendkurs Nr. 404203T12

**BEGINN:** Mo 06.09.2021, 18.00 bis 21.05 Uhr, 25 Termine, immer montags und mittwochs • **ORT:** E.-Kästner-Schule, Schleierweg 1 • **KOSTEN:** 445,00 Euro für 100 U-Std., ab 6 Teiln., Teilzahlungen des Entgelts möglich • **LEITUNG:** Mengxi Gu • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Niveaustufe B1**

**B1-Deutsch sprechen am Abend**

Aufbau von fortgeschrittenen Kenntnissen der deutschen Sprache auf der Grundlage von Vorkenntnissen auf Niveau A2 des Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen. Weil Sprache vor allem durch Sprechen gelernt werden kann, soll der Schwerpunkt in diesem Kurs auf der Konversation liegen. Grammatik ist als Grundlage für eine gute Verständigung notwendig. Sie soll hier nur soweit wie nötig in den Fokus rücken. Zu einer Zertifikatsprüfung B1 ist eine separate Anmeldung erforderlich.

➔ **Niveau B1.01**

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 404351T12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 99,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Evemarie Klein • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Prüfungsvorbereitung für DTZ-Zertifikat**

Sie möchten die Prüfung „Deutsch-Test für Zuwanderer“ (DTZ) Niveau B1 als extern teilnehmende Person machen, weil Sie keinen Kurs bei der vhs Schwalm-Eder besuchen? Diese Prüfung ist eine anerkannte Zertifikatsprüfung, die Deutschkenntnisse auf der Niveaustufe B1 bzw. A2 dokumentiert. Sie gilt auch als offizieller Nachweis des geforderten Sprachstands für die Einbürgerung. In diesem Seminar lernen Sie das Prüfungsformat, den Prüfungsablauf und die Inhalte kennen. Wir geben Ihnen ausführliche Informationen zu den verschiedenen Prüfungsteilen und ihren Anforderungen. Außerdem durchlaufen Sie ein Prüfungsstraining 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 für die Prüfung anmelden können. Die Anmeldung zur DTZ-Prüfung kann nur in diesem Seminar erfolgen.

➔ **Niveau B1**

**HOMBERG:** Nachmittagskurs Nr. 404275T12

**TERMIN:** Fr 10.12.2021, 14.00 bis 17.15 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 16,00 Euro für 4 U-Std., ab 10 Teiln., inklusive Lernmaterialien, Vorbereitung zum Prüfungstermin DTZ für Externe im Januar 2022 • **LEITUNG:** Dr. Ahmed El-Cherid • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Wir setzen auf  
Schulungsunterlagen von

**HERDT**

www.herdt.com

**B1-Deutschkurs am Abend intensiv**

Aufbau von fortgeschrittenen Kenntnissen der deutschen Sprache in 100 Unterrichtsstunden auf der Grundlage von Vorkenntnissen auf Niveau B1.1 des Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen. 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.

➔ **Niveau B1.1**

**ONLINE:** Abendkurs Nr. 404390T12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 18.00 bis 21.05 Uhr, 25 Termine, immer montags und donnerstags • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 445,00 Euro für 100 U-Std., ab 6 Teiln., Teilzahlungen des Entgelts möglich • **LEITUNG:** N.N. • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau B1.2**

**FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 404302T12

**BEGINN:** Di 07.09.2021, 18.00 bis 21.05 Uhr, 25 Termine, immer dienstags und donnerstags • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 445,00 Euro für 100 U-Std., ab 6 Teiln., Teilzahlungen des Entgelts möglich • **LEITUNG:** N.N. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



**Niveaustufe B2**

**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.

➔ **Niveau B2.1**

**ONLINE:** Abendkurs Nr. 404402T12

**BEGINN:** Di 07.09.2021, 19.00 bis 21.15 Uhr, 33 Termine, immer dienstags und mittwochs • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 445,00 Euro für 100 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Ahmed El-Cherid • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## Englisch



## Niveaustufe A1

**Englisch - von Anfang an**

Es erwartet Sie ein Englischkurs, der den Einstieg in die Sprache, auch mit geringen Vorkenntnissen, 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 Englisch sprachige Länder runden den Kurs ab. Welcome!

↪ **Niveau A1.01**

**GUDENSBERG:** Nachmittagskurs Nr. 406103S12

**BEGINN:** Mi 29.09.2021, 13.00 bis 14.30 Uhr, 8 Termine • **ORT:** Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • **KOSTEN:** 73,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Svetlana Atroschenko • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

**MELSUNGEN:** Vormittagskurs Nr. 406104S12

**BEGINN:** Do 16.09.2021, 9.00 bis 10.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Elke Manshausen • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

**Englisch - Anfangskenntnisse erweitern**

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

↪ **Niveau A1.04**

**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 406107S12

**BEGINN:** Do 16.09.2021, 18.00 bis 19.30 Uhr, 12 Termine • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • **KOSTEN:** 100,00 Euro für 24 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.

↪ **Niveau A1.05**

**MELSUNGEN:** Vormittagskurs Nr. 406113T12

**BEGINN:** Mo 20.09.2021, 9.00 bis 10.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. • **LEHRMATERIAL:** Klett-Langenscheidt: English Network Now A1 Starter, ISBN 978 3 12 606585 6 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

↪ **Niveau A1.08**

**SCHWALMSTADT:** Abendkurs Nr. 406115S12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 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: English Network Now A1 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

**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. Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung mit Themen aus Politik und Wirtschaft für ein Europa mit mehrsprachigen Bürgerinnen und Bürgern. „Welcome!“

↪ **Bildungsurlaub A1.2**

**HOMBERG:** Bildungsurlaub Nr. 406116X12

**TERMINE:** Mo 17.1. bis Fr 21.1., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • **LEITUNG:** Ilona Kroeger • **LEHRMATERIAL:** Klett Verlag: Great! A1 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**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!

↪ **Niveau A1.2**

**HOMBERG:** Vormittagskurs Nr. 406106S12

**BEGINN:** Do 16.09.2021, 9.00 bis 11.15 Uhr, 12 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 177,00 Euro für 36 U-Std., ab 5 Teiln., Teilzahlungen des Entgelts möglich • **LEITUNG:** Ilona Kroeger • **LEHRMATERIAL:** Klett: Great! A1 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

**Englisch - für den Urlaub**

Dieser Englischkurs ist für Angänger. 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!

↪ **Niveau A1**

**FRITZLAR:** Vormittagskurs Nr. 406102S12

**BEGINN:** Di 07.09.2021, 9.30 bis 11.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 67,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Doris Spiegel • **LEHRMATERIAL:** Langenscheidt: English PocketTraveller • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.



## Englisch - Anfangskenntnisse - Wiedereinstieg

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

### ↪ Niveau A1

**GUXHAGEN:** Abendkurs Nr. 406114T12

**BEGINN:** Di 21.09.2021, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Gesamtschule, Schöne Aussicht 13 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **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. 406117S12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 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.



## Englische Aussprache

Als native speaker kann Ihnen der Kursleiter sagen, auf was es bei der Aussprache des Englischen ankommt, damit man Sie gut versteht. Der typisch deutsche Akzent wird zwar thematisiert, aber im Fokus dieses Kurses stehen Tipps und Hilfen für eine klare Aussprache. Dies erleben und üben Sie ganz entspannt im Gespräch über Themen, die Sie zusammen mit dem Kursleiter auswählen. Den Auftakt macht das Britische Königshaus und seine Verbindung mit Hessen.

**SCHWALMSTADT:** Abendkurs Nr. 406209T12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 18.00 bis 19.30 Uhr, 3 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.

### Niveaustufe A2

## Englisch - Grundkenntnisse aufbauen

Ideal zum Weiterlernen nach vhs-Kursen auf der A1-Stufe oder mit vergleichbaren Vorkenntnissen. Sie lernen in entspannter Atmosphäre, können Grammatik wiederholen und haben viel Gelegenheit zum Sprechen und Üben.

### ↪ Niveau A2.01

**FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 406207S12

**BEGINN:** Mo 06.09.2021, 17.20 bis 18.50 Uhr, 12 Termine • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • **KOSTEN:** 100,00 Euro für 24 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Doris Spiegel • **LEHRMATERIAL:** Klett-Langenscheidt: English Network Now A2.1, ab Unit 1 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

**SCHWALMSTADT:** Abendkurs Nr. 406211S12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** C.-Bantzer-Schule ZIG, Fünftenweg 30 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Heino Günther • **LEHRMATERIAL:** Klett: Network Now A2.1; ISBN: 978-3-12-606591-7 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

**ONLINE:** Vormittagskurs Nr. 406210T12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 10.30 bis 12.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Ilona Kroeger • **LEHRMATERIAL:** Klett: Great! A1 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### ↪ Niveau A2.02

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 406214S12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 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:** Abendkurs Nr. 406216S12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 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:** Elke Manshausen • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

### ↪ Niveau A2.20

**BORKEN:** Abendkurs Nr. 406218S12

**BEGINN:** Di 07.09.2021, 18.00 bis 19.30 Uhr, 12 Termine • **ORT:** Gustav-Heinemann-Schule, Geysotr. 6 - 10 • **KOSTEN:** 100,00 Euro für 24 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Doris Spiegel • **LEHRMATERIAL:** Klett-Langenscheidt Verlag: English Network Now A2.2, ab Unit 1 • **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!“

#### ➔ Niveau A2

**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 406203S12

**BEGINN:** Di 21.09.2021, 17.30 bis 19.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 67,00 Euro für 16 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** James-David Crofts • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

### English - 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 in vorangegangenen Semestern 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. 406202X12

**TERMINE:** Mo 27.09. bis Fr 1.10., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U.-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • **LEITUNG:** Ilona Kroeger • **LEHRMATERIAL:** Klett: Great! A2 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### English - Grundkenntnisse Neustart

Wollen Sie Englisch einmal anders, abwechslungsreich und ganz bequem lernen, von ZU HAUSE aus? Dieser Kurs findet ONLINE in einem virtuellen Raum der vhs cloud statt. Sie können von Ihrem Schreibtisch aus vor Ihrem PC, Tablet oder Laptop aktiv sprechend, hörend und kommunikativ mit einer Gruppe an dem Kurs unseres bekannten und bewährten Kursleiters, Herrn Udo Grenzebach, teilnehmen. Und so planen Sie Ihren neuen Start in die englische Sprache: Der Kurs unterstützt Sie dabei, Inventur zu machen und aufzufrischen, was an Kenntnissen aus der Schulzeit oder früheren Englischkursen noch vorhanden ist. Wir bieten auf jeden Fall jede Menge an „practice and activities“ an. Da geht es um Wortschatz ebenso wie um Grammatik. „Step by step“ werden Sie sprachlich voran kommen und sicherer werden im Verstehen und selbständigen Sprechen der englischen Sprache. Grundkenntnisse werden vorausgesetzt. „Take your chance!“

#### ➔ Niveau A2

**ONLINE:** Abendkurs Nr. 406201T12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 17.30 bis 18.15 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 10 U.-Std., ab 3 Teiln. • **LEITUNG:** Udo Grenzebach • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

#### Niveaustufe A2 - B1

### Englisch Prüfungsvorbereitung

Info-Termin für Schülerinnen und Schüler, die sich auf die Abschlussprüfung in Englisch für den Hauptschulabschluss oder den Realschulabschluss vorbereiten wollen.



**GUDENSBERG:** Nachmittagskurs Nr. 406210S12i

**TERMIN:** Do 07.10.2021, 14.30 bis 15.15 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • **KOSTEN:** kostenfrei, 1 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Svetlana Atroshenko • **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.

**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 406352S12

**BEGINN:** Di 21.09.2021, 19.10 bis 20.40 Uhr, 8 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 67,00 Euro für 16 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** James-David Crofts • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 406250S12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 17.00 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Elke Manshausen • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.



### Enjoy speaking English

Mit guten Grundkenntnissen können Sie nun auf dem fortgeschrittenen Niveau die Sprachkenntnisse ausbauen und ein möglichst selbstständiges Anwenden der Fremdsprache erreichen. Der Schwerpunkt dieses Kurses liegt auf freiem Sprechen auf der Grundlage gelesener Texte.

**MELSUNGEN:** Vormittagskurs Nr. 406335S12

**BEGINN:** Do 16.09.2021, 10.45 bis 12.15 Uhr, 10 Termine  
 • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Elke Manshausen  
 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

### Niveaustufe A2 - B2

### Englische Aussprache üben

Wollen Sie Englisch einmal anders, abwechslungsreich und ganz bequem lernen, von ZU HAUSE aus? Dieser Kurs findet ONLINE in einem virtuellen Raum der vhs Schwalm-Eder statt. Sie können von Ihrem Schreibtisch aus vor Ihrem PC oder Laptop aktiv sprechend, hörend und kommunikativ an dem Kurs unseres bekannten muttersprachlichen Kursleiters, Herrn James-David Crofts, teilnehmen. Als native speaker kann er Ihnen sagen, auf was es bei der Aussprache des Englischen ankommt, damit man Sie versteht. Der typisch deutsche Akzent wird zwar thematisiert, aber im Fokus dieses Kurses stehen Tipps und Hilfen für eine klare Aussprache. Dies erleben und üben Sie ganz entspannt im Gespräch über Themen, die Sie zusammen mit dem Kursleiter auswählen. Den Auftakt macht das Britische Königshaus und seine Verbindung mit Hessen.

**ONLINE:** Abendkurs Nr. 406410T12

**BEGINN:** Mo 27.09.2021, 18.30 bis 20.00 Uhr, 4 Termine  
 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 42,00 Euro für 8 U-Std., ab 5 Teiln.  
 • **LEITUNG:** James-David Crofts • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### Niveaustufe B1

### 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 an „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!“

#### ↪ Niveau B1.01

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 406302S12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 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:** Elke Manshausen • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben  
 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

#### ↪ Niveau B1.05

**FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 406306S12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 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 Grenzbeach • **LEHRMATERIAL:** English Refresher B1: Easy English B1.2 ca. Unit 3 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

### Englisch - Lesen, Sprechen, Diskutieren

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

#### ↪ Niveau B1.05

**SCHWALMSTADT:** Abendkurs Nr. 406332S12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 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.

### 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.

#### ↪ Niveau B1

**FRITZLAR:** Vormittagskurs Nr. 406351S12

**BEGINN:** Fr 17.09.2021, 9.00 bis 10.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** FaFritz Frauen- und 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.

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

## Niveaustufe B1 - B2

**English in Conversation / 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.

**GUDENSBERG:** Vormittagskurs Nr. 406452S12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 10.00 bis 11.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • **KOSTEN:** 90,00 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. 406355S12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 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.

## 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. 406453S12

**BEGINN:** Mo 20.09.2021, 19.00 bis 20.30 Uhr, 6 Termine, 14-tägig, terminliche Abweichungen möglich. • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • **KOSTEN:** 51,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** James Antony 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, Tradefare. 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. 406341X12

**TERMINE:** Mo 25.10. bis Fr 29.10., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • **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 companies 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.

➔ **Niveau B1- B2****SCHWALMSTADT:** Abendkurs Nr. 406411T12

**BEGINN:** Mi 27.10.2021, 18.30 bis 20.45 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.

➔ **Niveau B1- B2****SCHWALMSTADT:** Abendkurs Nr. 406412T12

**BEGINN:** Mi 17.11.2021, 18.30 bis 20.45 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 - Wiedereinstieg**

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!

➔ Niveau A1.01

**GUDENSBERG:** Nachmittagskurs Nr. 408105S12

**BEGINN:** Do 30.09.2021, 15.30 bis 17.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • **KOSTEN:** 73,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Svetlana Atroshenko • **LEHRMATERIAL:** Pons: Langenscheidt Komplett-Paket Französisch, ISBN 978-3-12-563333-9 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 408102S12

**BEGINN:** Mi 08.09.2021, 18.15 bis 19.45 Uhr, 14 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 115,00 Euro für 28 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Brigitte Wagner • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

**SCHWALMSTADT:** Abendkurs Nr. 408101S12

**BEGINN:** Do 16.09.2021, 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:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

**Französisch - Anfangskenntnisse erweitern**

Es erwartet Sie ein Französischkurs, der das Erlernen der französischen Sprache rund um Wortschatz, kleine Dialoge und Kurztexte 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. Bienvenue!

➔ Niveau A1.02

**FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 408106S12

**BEGINN:** Mo 06.09.2021, 19.00 bis 20.30 Uhr, 12 Termine • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • **KOSTEN:** 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Doris Spiegel • **LEHRMATERIAL:** Hueber Verlag: On y va, A1, ca. leçon 3 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

➔ Niveau A1.07

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 408109S12

**BEGINN:** Do 09.09.2021, 19.30 bis 21.00 Uhr, 15 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 123,00 Euro für 30 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Brigitte Wagner • **LEHRMATERIAL:** Hueber Verlag: On y va, A1, ab Lektion 8 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

**Französisch - Anfangskenntnisse erweitern**

Teilnehmende können Ihre Vorkenntnisse ausbauen und rasch verwertbare Französischkenntnisse für die mündliche und schriftliche Kommunikation im Alltag und insbesondere am Arbeitsplatz auf dem Niveau A1 erwerben. 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.

➔ Bildungsurlaub A1.2

**HOMBERG:** Bildungsurlaub Nr. 408112X21

**TERMINE:** Mo 18.4. bis Fr 22.4.22 jeweils 9 bis 16.30 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • **LEITUNG:** Brigitte Wagner • **LEHRMATERIAL:** Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Niveaustufe A2

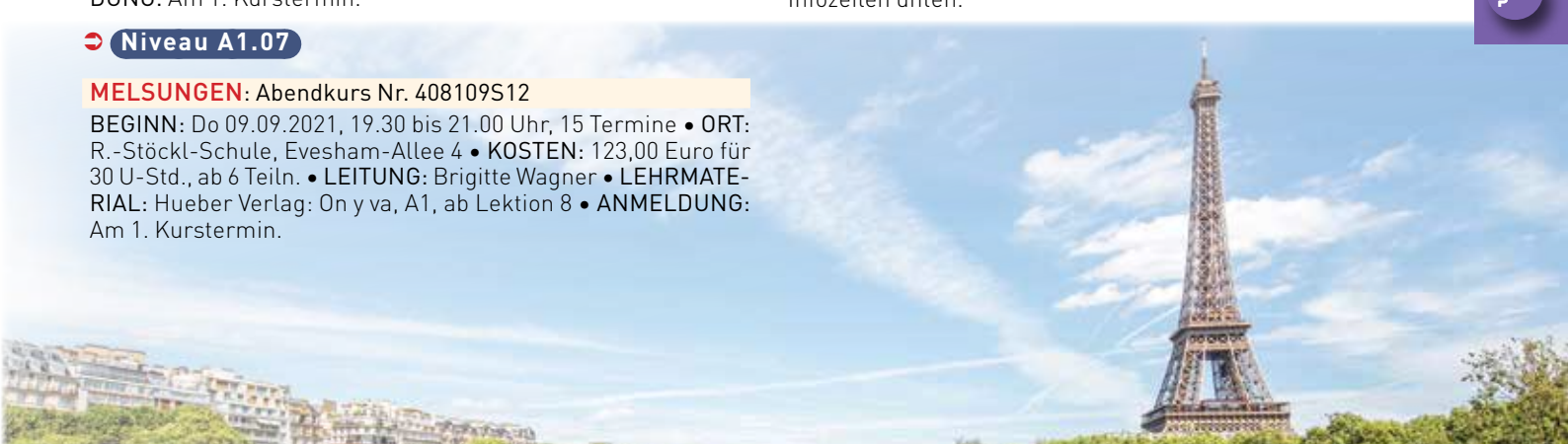
**Französisch - Grundkenntnisse aufbauen**

Wollen Sie Französisch einmal anders, abwechslungsreich und ganz bequem lernen, von ZU HAUSE aus? Dieser Kurs findet ONLINE in einem virtuellen Raum der vhs cloud statt. Sie können von Ihrem Schreibtisch aus vor Ihrem PC, Tablet oder Laptop aktiv sprechend, hörend und kommunikativ mit einer Gruppe an dem Kurs unseres bekannten und bewährten Kursleiters, Herrn Udo Grenzebach, teilnehmen. Dieser Kurs ist 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!

➔ Niveau A2.07

**ONLINE:** Abendkurs Nr. 408207T12

**BEGINN:** Mi 22.09.2021, 19.45 bis 20.45 Uhr, 6 Termine • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 66,00 Euro für 8 U-Std., ab 3 Teiln. • **LEITUNG:** Udo Grenzebach • **LEHRMATERIAL:** Französisch A2: Perspectives Aller-y A2, ca. Unité 7 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



## 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. 408204S12

**BEGINN:** Do 09.09.2021, 17.50 bis 19.20 Uhr, 15 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 123,00 Euro für 30 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Brigitte Wagner • **LEHRMATERIAL:** Hueber Verlag: Rebonjour- Auffrischkurs A2, ab Lektion 6 • **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 Grammatikkenntnisse ausbauen 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!

**SCHWALMSTADT:** Abendkurs Nr. 408308S12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 19.00 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** C.-Bantzer-Schule ZIG, Fünftenweg 30 • **KOSTEN:** 48,00 Euro für 11 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Gabriele Mollenhauer • **LEHRMATERIAL:** Cornelsen: Perspectives A2-B1 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.



## Italienisch

## Niveaustufe A1

**Italienisch in der Toskana oder in Casina/ Emilia Romagna - Sprache intensiv**

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 Tourismus, Olivenanbau und -verarbeitung sowie den Themen Weinanbau und Weinernte (Toskana) bzw. Herstellung von Spezialitäten, z.B. Aceto Balsamico und Pasta (Casina). Wirtschaftspolitische und kulturorientierte Aspekte werden im Unterricht erörtert. Der Bildungsurlaub ist ideal für Personen, die in die italienische Sprache einsteigen oder Grundkenntnisse auffrischen wollen. Er ist besonders geeignet für die Berufsbereiche Gastronomie, Tourismus, Handel und Soziales. Die Organisation der An- und Abreise sowie die Buchung der vorgesehenen Unterkunft in der Umgebung von Florenz (Toskana) bzw. in Casina ist mit organisatorischer Hilfe der Kursleitung von den Teilnehmenden selbstverantwortlich und verbindlich zu buchen. Es gelten die AGB der jeweiligen Vertragspartner für die Anreise bzw. für die Unterkunft und Verpflegung. Information zur Tagungsstätte und Unterkunft ist bei der Kursleitung zu erhalten. Ein Infogespräch für die Teilnehmenden wird nach Anmeldung von der Kursleiterin angeboten. Eine kostenfreie Abmeldung ist möglich bis zum 05.8.22. (Toskana) bzw. bis zum 02.05.22 (Casina). Danach entsteht die Verpflichtung zur Zahlung des vollen Entgelts. Der Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung wird empfohlen. Der Termin für den Bildungsurlaub nach Casina kann sich noch verschieben (auf Juni oder Juli 2022). Im Januar 2022 kann der verbindliche Termin angefragt werden. Kursdurchführung unter Vorbehalt der aktuellen Lage zur Corona-Pandemie. Aktenzeichen auf Nachfrage.



## ➔ Bildungsurlaub A1

**TOSKANA /ITALIEN:** Bildungsurlaub Nr. 409105X22

**TERMINE:** Mo 26.9. bis Fr 30.9.22, jeweils 9.30 bis 17 Uhr, Anmeldeschluss am 5.8.22 • **ORT:** N.N. • **KOSTEN:** 411,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung • **LEITUNG:** Andrea Morra-Hehenkamp • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**CASINA/ITALIEN:** Bildungsurlaub Nr. 409104X21

**TERMINE:** voraus. Mo 20.6. bis Fr 24.6.22, jeweils 9.30 bis 17 Uhr, Anmeldeschluss 2.5.22 • **ORT:** N.N. • **KOSTEN:** 389,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung • **LEITUNG:** Andrea Morra-Hehenkamp • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## Italienisch - von Anfang an

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!

### ↪ Niveau A1.01

**FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 409102S12

**BEGINN:** Di 26.10.2021, 18.30 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** vhs Fritzlär, Marktplatz 5 • **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.

**FRITZLAR:** Vormittagskurs Nr. 409101S12

**BEGINN:** Do 28.10.2021, 10.00 bis 11.30 Uhr, 8 Termine • **ORT:** vhs Fritzlär, Marktplatz 5 • **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.

## Italienisch - Anfangskenntnisse erweitern

Es erwartet Sie ein Italienischkurs, der den Einstieg oder Wiedereinstieg mit geringen Vorkenntnissen 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!

### ↪ Niveau A1.02

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 409106T12

**BEGINN:** Mo 20.09.2021, 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:** N.N. • **LEHRMATERIAL:** Hueber Verlag: Espresso neu A1 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### ↪ Niveau A1.05

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 409107T12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 16.30 bis 18.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. • **LEHRMATERIAL:** Hueber Verlag: Espresso neu A1 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**ONLINE:** Abendkurs Nr. 409108T12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 19.00 bis 20.30 Uhr, 13 Termine • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 92,00 Euro für 22 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Karin Casorati-Kerpen • **LEHRMATERIAL:** Hueber Verlag: Intermezzo, ISBN 978-3-19-209600-6 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### ↪ Niveau A1.07

**FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 409116S12

**BEGINN:** Do 28.10.2021, 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:** Hueber Verlag: LB Espresso A1, ab Lektion 11 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

**SCHWALMSTADT:** Abendkurs Nr. 409109T12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 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:** N.N. • **LEHRMATERIAL:** Cornelsen-Verlag: Insieme A1, Lektion 9 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



## 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. Benvenuto!

### ↪ Niveau A1.12

**FRITZLAR:** Vormittagskurs Nr. 409118S12

**BEGINN:** Di 26.10.2021, 9.30 bis 11.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** vhs Fritzlär, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 67,00 Euro für 16 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Andrea Morra-Hehenkamp • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

### Niveaustufe A1 - A2

## Italienisch - Wiedereinstieg kommunikativ

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. 409212T12

**BEGINN:** Di 21.09.2021, 17.30 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 56,00 Euro für 13 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## Niveaustufe A2

## Italienisch - Grundkenntnisse aufbauen

Wollen Sie Italienisch weiterlernen, einmal anders, abwechslungsreich und ganz bequem von ZU HAUSE aus? Dieser Kurs findet ONLINE in einem virtuellen Raum der vhs cloud statt. Sie können von Ihrem Schreibtisch aus vor Ihrem PC, Tablet oder Laptop aktiv sprechend, hörend und kommunikativ mit einer Gruppe an dem Kurs unserer bekannten und bewährten muttersprachlichen Kursleiterin teilnehmen. In der guten Mischung liegt der Erfolg zum Erreichen des A2- Niveaus: Treffender Wortschatz, passende Texte und Medien, hilfreiche Grammatik, gemischt mit Ihren eigenen Interessen. So lernen Sie eine selbstsichere und selbständige Anwendung Ihrer Italienischkenntnisse. Eine Vorbereitung auf das telc-Zertifikat kann auf Wunsch erfolgen.

## ➔ Niveau A2.01

**ONLINE:** Abendkurs Nr. 409201T12

**BEGINN:** Di 21.09.2021, 18.30 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 80,00 Euro für 16 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## 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.

## ➔ Niveau A2.08

**SCHWALMSTADT:** Abendkurs Nr. 409204T12

**BEGINN:** Mi 27.10.2021, 18.00 bis 19.30 Uhr, 8 Termine • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 67,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## Niveaustufe B1

## Italienisch - Sprechvergnügen

In der guten Mischung liegt der Erfolg: Treffender Wortschatz, passende Texte, hilfreiche Grammatik, gemischt mit Ihren eigenen Interessen. Mit guten Grundkenntnissen bauen Sie auf der Niveaustufe B1 die Sprachkenntnisse weiter aus. Sie gewinnen an Ausdrucksstärke und erreichen mehr Spielraum im selbstständigen Anwenden der Fremdsprache.

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 409305T12

**BEGINN:** Mi 22.09.2021, 19.10 bis 20.40 Uhr, 10 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. • **LEHRMATERIAL:** Bonacci editore: Che storia! • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 409332T12

**BEGINN:** Do 23.09.2021, 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:** N.N. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## 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. 409403T12

**BEGINN:** Mi 22.09.2021, 18.00 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 56,00 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## Spanisch

## Niveaustufe A1

## Spanisch - von Anfang an

Es erwartet Sie ein Spanischkurs, 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 Spanien rundet den Kurs ab. „Bienvenidos!“



## ➔ Niveau A1.01

**FRITZLAR:** Vormittagskurs Nr. 422105S12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 11.00 bis 12.30 Uhr, 11 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 92,00 Euro für 22 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. 422109S12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 19.10 bis 20.40 Uhr, 11 Termine • **ORT:** König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • **KOSTEN:** 92,00 Euro für 22 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.

**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 422106S12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 19.40 bis 21.10 Uhr, 10 Termine • **ORT:** E.-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Werner Müller-Klevinghaus • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

**MELSUNGEN:** Vormittagskurs Nr. 422103S12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 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.

**ONLINE:** Vormittagskurs Nr. 422107T12

**BEGINN:** Fr 17.09.2021, 10.30 bis 12.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 99,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Adela Davila-Nienhaus • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con Gusto Nuevo A1, ISBN: 978-3-12-514671-6, ab Lektion 1 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



## Spanisch - Was heißt online auf spanisch?

Möchten Sie auch wissen, wie man auf Spanisch „online“ geht? An diesem vergnüglichen Abend lernen Sie über das „word wide web“, wie man sich auf Spanisch in der digitale Welt bewegt. Denn dort gibt es nicht so viele Anglizismen wie im Deutschen. Und schon können Sie mit Ihren Freunden auf Spanisch chatten. - Ups! „Bienvenidos!“

### ➔ Niveau A1.01

**ONLINE:** Abendkurs Nr. 422150T12

**TERMIN:** Do 16.09.2021, 18.30 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 13,00 Euro für 2 U.-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## Spanisch - Anfangskenntnisse erweitern

Es erwartet Sie ein Spanischkurs, der den Einstieg in die Sprache mit sehr geringen Vorkenntnissen 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 Spanien rundet den Kurs ab. „Bienvenidos!“

### ➔ Niveau A1.02

**FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 422111S12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 17.30 bis 19.00 Uhr, 11 Termine • **ORT:** König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • **KOSTEN:** 92,00 Euro für 22 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Estefanía Valera de Heuser • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con Gusto Nuevo A1. ISBN: 978-3-12-514671-6, ab Lektion 2 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurs-termin.

### ➔ Niveau A1.02

**ONLINE:** Abendkurs Nr. 422110T12

**BEGINN:** Do 16.09.2021, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Adela Davila-Nienhaus • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con Gusto Nuevo A1, ISBN: 978-3-12-514671-6, ab Lektion 3 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### ➔ Niveau A1.03

**ONLINE:** Nachmittagskurs Nr. 422112T12

**BEGINN:** Do 16.09.2021, 14.30 bis 16.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 99,00 Euro für 20 U.-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Adela Davila-Nienhaus • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con Gusto Nuevo A1, ISBN: 978-3-12-514671-6, ab Lektion 7 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

### ➔ Niveau A1.06

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 422114S12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 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 ab Lektion ca. 7 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

### ➔ Niveau A1.07

**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 422116S12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 18.30 bis 19.35 Uhr, 10 Termine • **ORT:** E.-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 14 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Werner Müller-Klevinghaus • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con Gusto, Bd.1 A1 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

### ➔ Niveau A1.08

**FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 422117S12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 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:** N.N. • **LEHRMATERIAL:** Klett: Caminos Hoy A1, ca. Lektion 8 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

### ➔ Niveau A1.09

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 422118S12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 18.55 bis 20.25 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, ab Lektion 9 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

## Spanisch intensiv - Anfangskenntnisse erweitern

Anfangskenntnisse auf Niveau A1.2 erweitern zur Kommunikation in Europa und der Welt mit gesellschaftlichen Bezügen. Teilnehmende können hier ihre Vorkenntnisse ausbauen und rasch verwertbare Spanischkenntnisse für die mündliche und schriftliche Kommunikation im Alltag und am Arbeitsplatz auf dem Niveau A1 erwerben. 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.

### ➔ Bildungsurlaub A1.2

**HOMBERG:** Bildungsurlaub Nr. 422119X12

**TERMINE:** Mo 24.1. bis Fr 28.1.22, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U.-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • **LEITUNG:** Galya Constanza Velasco Uribe • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## Spanisch - 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.



### ➔ Bildungsurlaub A1

**HOMBERG:** Bildungsurlaub Nr. 422102X12

**TERMINE:** Mo 6.9. bis Fr 10.9.21, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U.-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • **LEITUNG:** Galya Constanza Velasco Uribe • **LEHRMATERIAL:** Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## Niveaustufe A2

## Spanisch - Grundkenntnisse aufbauen

Viel sprechen, wiederholen und dazulernen in entspannter Lernatmosphäre. So vervollkommen Sie Ihre Grundkenntnisse auf der Grundlage von Vorkenntnissen auf Niveau A1 des Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen und bleiben sprachlich am Ball.

## ➔ Niveau A2.02

**ONLINE:** Abendkurs Nr. 422203T12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 19.00 bis 20.30 Uhr, 10 Termine  
 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 99,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln.  
 • **LEITUNG:** Adela Davila-Nienhaus • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con Gusto nuevo A2, ISBN 978-3-12-514677-8, ab Lektion 2  
 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 422202S12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 17.00 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Estefanía Valera de Heuser  
 • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con Gusto nuevo A2, ISBN 978-3-12-514677-8, ab Lektion 2 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

## ➔ Niveau A2.03

**ONLINE:** Abendkurs Nr. 422204T12

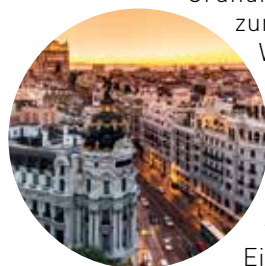
**BEGINN:** Di 14.09.2021, 17.00 bis 18.30 Uhr, 10 Termine  
 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 99,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln.  
 • **LEITUNG:** Adela Davila-Nienhaus • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con Gusto nuevo A2, ISBN 978-3-12-514677-8, ab Lektion 3  
 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## ➔ Niveau A2.08

**SCHWALMSTADT:** Abendkurs Nr. 422206S12

**BEGINN:** Do 16.09.2021, 17.30 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Schwalmgymnasium Treysa, Ascheröder Str. 30 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Christian Pfaff  
 • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con gusto A2 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

## Spanisch intensiv - Grundkenntnisse



Grundkenntnisse auf Niveau A2 ausbauen zur Kommunikation in Europa und der Welt mit gesellschaftlichen Bezügen. Teilnehmende können hier ihre Vorkenntnisse auf Niveau A1 erweitern und rasch verwertbare Spanischkenntnisse für die mündliche und schriftliche Kommunikation im Alltag und am Arbeitsplatz erwerben. Ein Sprachkurs mit Informationen zu gesellschafts- und wirtschaftspolitischen

Themen spanischsprachiger Länder und einer Einführung in spanischsprachige Kulturen. Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung zur Verbesserung der Kommunikation in Europa mit mehrsprachigen Bürgerinnen und Bürgern.

## ➔ Bildungsurlaub A2

**HOMBERG:** Bildungsurlaub Nr. 422201X12

**TERMINE:** Mo 1.11. bis Fr 5.11.21, jeweils 8.30 bis 16 Uhr  
 • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • **LEITUNG:** Galya Constanza Velasco Uribe • **LEHRMATERIAL:** Kursmaterial wird im Kurs ausgegeben. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## Niveaustufe A2 - B1

## Spanisch - Sprechvergnügen

In diesem Kurs finden Sie viele Gelegenheiten zum Sprechen und Anwenden der spanischen Sprache in alltäglichen Gesprächssituationen.

So erweitern Sie Ihren Wortschatz, entwickeln ein Gefühl für angewandte Grammatik und gewinnen Erfolgserlebnisse, die Sie sprachlich weiter bringen und Ihnen Selbstbewusstsein geben. Der Kurs ist ideal zum Weiterlernen, Vertiefen von Grundkenntnissen oder Wiedereinsteigen ab der Niveaustufe A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen. „Bienvenidos!“



**FRITZLAR:** Vormittagskurs Nr. 422353S12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 9.20 bis 10.50 Uhr, 11 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 109,00 Euro für 22 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Estefanía Valera de Heuser • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

**MELSUNGEN:** Vormittagskurs Nr. 422221S12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 11.20 bis 12.50 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  
 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 422251S12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 19.40 bis 21.10 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. 422357S12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 18.40 bis 20.10 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Estefanía Valera de Heuser  
 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

## Niveaustufe B2

## Spanisch - Sprechvergnügen

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. 422451S12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 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

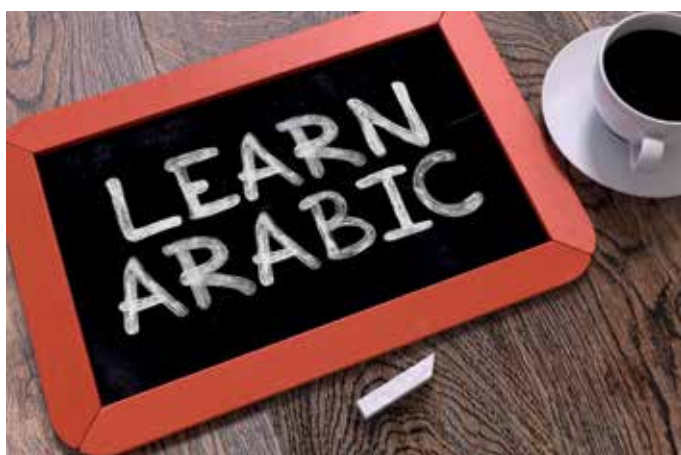
Arabisch

**Arabisch - 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. Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen. Diese Veranstaltung wird vom Hessischen Ministerium für Soziales und Integration für Bürgerinnen und Bürger mit Wohnsitz in Hessen gefördert.

**ONLINE:** Onlinekurs Nr. 401103T12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 20.00 bis 21.30 Uhr, 15 Termine, auch in den Ferien • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 10,00 Euro (Teiln. aus Hessen) bzw. 122,00 Euro (Teiln. außerhalb Hessen) für 30 U-Std., ab 7 Teiln. • **LEITUNG:** Nicolas Khoury • **LEHRMATERIAL:** Klett: Salam! A1 neu, ab Lektion 3 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



**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 für Bürgerinnen und Bürger mit Wohnsitz in Hessen gefördert.

➔ **Niveau A1**

**MELDUNGEN:** Vormittagskurs Nr. 401101T12

**TERMIN:** Sa 25.09.2021, 9.30 bis 12.45 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 4,00 Euro (Teiln. aus Hessen) bzw. 19,00 Euro (Teiln. außerhalb Hessen) für 4 U-Std., ab 7 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Maha El Nady • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Arabisch - von Anfang an**

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 für Bürgerinnen und Bürger mit Wohnsitz in Hessen gefördert..

➔ **Niveau A1**

**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 401102T12

**BEGINN:** Di 28.09.2021, 18.00 bis 19.30 Uhr, 9 Termine • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • **KOSTEN:** 10,00 Euro (Teiln. aus Hessen) bzw. 75,00 Euro (Teiln. außerhalb Hessen) für 18 U-Std., ab 7 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Gebärdensprache

**Gebärdensprache (DGS)**

Einführung in die Sprache der Gehörlosen

Die Gebärdensprache zeigt viele Handbewegungen und Bewegungsabläufe, die die Gehörlosen und Hörbehinderten (auch Taubblinde) verstehen. Mit der Gebärdensprache lernen Sie sich auszudrücken und zu verständigen, mit Wörtern 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 Integration zu leben.

**SCHWALMSTADT:** Abendkurs Nr. 400001T12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Hephata, Akademie f. Soziale Berufe, Elisabeth-Seitz-Str. 12 • **KOSTEN:** 81,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 8,40 Euro für Handbuch • **LEITUNG:** Dietrich Dahmen • **LEHRMATERIAL:** Handbuch des Kursleiters • **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!“

➔ **Niveau A1.05**

**SCHWALMSTADT:** Abendkurs Nr. 414102S12

**BEGINN:** Mi 29.09.2021, 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.

## 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.

➔ **Niveau A1.04**

**FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 417102S12

**BEGINN:** Do 16.09.2021, 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 ab Lektion 4 • **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(n) 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.

➔ **Niveau A1.01**

**FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 419101S12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 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.

➔ **Niveau A1.04**

**FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 419102S12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 18.00 bis 19.30 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, 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.

➔ **Niveau A2.04**

**FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 419201S12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 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:** Elena Huber • **LEHRMATERIAL:** Klett Verlag: Mocht 1, A1-A2, ab Lektion 15 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

## Schwedisch

**Schwedisch - von Anfang an**

Von der Sprache zum Fest der Santa Lucia

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. 420101S12

**BEGINN:** Mo 20.09.2021, 19.30 bis 21.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 99,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Heike Reis • **LEHRMATERIAL:** Das Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **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 viel Einblick in landestypische Besonderheiten. Zum Abschluss winkt als fröhlicher Abschluss das Lichterfest Santa Lucia. „Välkomna!“

➔ **Niveau A1.08**

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 420102S12

**BEGINN:** Mo 20.09.2021, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Heike Reis • **LEHRMATERIAL:** Groa Verlag: Tala svenska, Lektion 8 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

## Türkisch

### Türkisch - von Anfang an

Es erwartet Sie ein Sprachkurs, der den Einstieg in die türkische 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 die türkische Kultur runden den Kurs ab.

#### ➔ Niveau A1.01

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 424101S12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 17.30 bis 19.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 67,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Aliye König • **LEHRMATERIAL:** Reichert Verlag: Günaydin, Teil1, ab Lektion 1 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

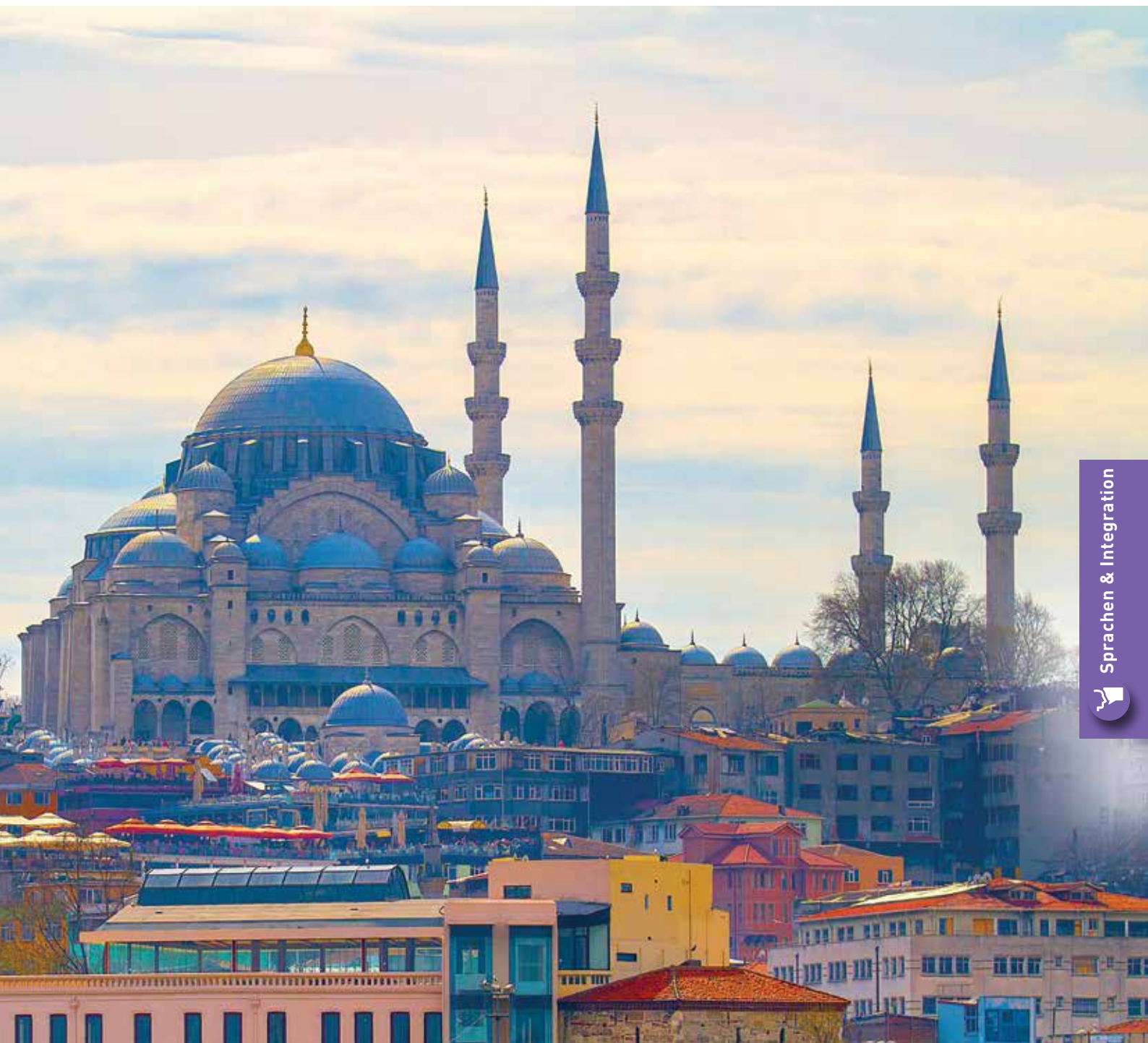
### Türkisch - Grundkenntnisse aufbauen

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.

#### ➔ Niveau A2

**SCHWALMSTADT:** Abendkurs Nr. 424201S12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 18.30 bis 20.00 Uhr, 7 Termine • **ORT:** Schwalmgymnasium Treysa, Ascheröder Str. 30 • **KOSTEN:** 176,00 Euro für 14 U-Std., ab 2 Teiln. • **LEITUNG:** Haydar Toptas • **LEHRMATERIAL:** Klett Verlag: Kolay gelsin! Thema 12 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.



**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 der Ablauf besprochen sowie der Teig zum säuern angesetzt. Der zweite Kurstag dient dem Fertigstellen des Teiges, ausformen der Brotläibe 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. 100053A12**

TERMINE: Fr 22.10., 18 bis 20.15 Uhr und Sa 23.10., 8 bis 15 Uhr  
• ORT: DGH Arnsbach, Schulstr. 3 • KOSTEN: 50,00 Euro für 11 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive 12 Euro Lebensmittelumlage und Nebenkosten • LEITUNG: Margit Kessler • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**BORKEN: Wochenendkurs Nr. 100054A12**

TERMINE: Fr 12.11., 18 bis 20.15 Uhr und Sa 13.11., 8 bis 15 Uhr  
• ORT: DGH Arnsbach, Schulstr. 3 • KOSTEN: 50,00 Euro für 11 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive 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. Schroteten 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. 100059A12**

TERMIN: Sa 23.10.2021, 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., inklusive Getränke und Verpflegung, Ermäßigung nicht möglich • LEITUNG: Markus Mach, Getränkehandel Mach • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**BORKEN: Tageskurs Nr. 100060A12**

TERMIN: Sa 20.11.2021, 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., inklusive Getränke und Verpflegung, Ermäßigung nicht möglich • LEITUNG: Markus Mach, 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. 100055A12**

TERMINE: Fr 8.10., 18 bis 21.15 Uhr und Sa 9.10., 9 bis 14 Uhr  
• ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12  
• KOSTEN: 33,00 Euro für 11 U-Std., ab 8 Teiln., die Zutatenliste wird nach Anmeldung per E-Mail versendet • LEITUNG: Volker Karger • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 100056A12**

TERMINE: Fr 12.11., 18 bis 21.15 Uhr und Sa 13.11., 9 bis 14 Uhr  
• ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12  
• KOSTEN: 33,00 Euro für 11 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 Holzschneidens, Werkzeuge und Schnitztechniken erfahren. Weiterhin wird es Tipps geben, wie man herkömmliche Beile in gute Schnitzwerkzeuge verwandeln kann und seine Schnitzmesser wieder scharf bekommt.

**SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 100063A12**

TERMIN: Sa 09.10.2021, 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. 100064A12**

TERMIN: Sa 27.11.2021, 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 ein weiteres Werkstück angefertigt werden.

**SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 100058A12**

BEGINN: Sa 30.10.2021, 9.00 bis 15.30 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, dass 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. 100067A12

**TERMIN:** Sa 09.10.2021, 9.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Spähnchenparadies Wölfel, Kartoffelgasse 11 • **KOSTEN:** 25,00 Euro für 9 U-Std., ab 1 Teiln., inklusive aller Materialkosten und Mittagessen • **LEITUNG:** Reinhard Wölfel • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**GILSERBERG:** Tageskurs Nr. 100068A12

**TERMIN:** Sa 06.11.2021, 9.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Spähnchenparadies Wölfel, Kartoffelgasse 11 • **KOSTEN:** 25,00 Euro für 9 U-Std., ab 1 Teiln., inklusive aller Materialkosten und Mittagessen • **LEITUNG:** Reinhard Wölfel • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**GILSERBERG:** Tageskurs Nr. 100069A12

**TERMIN:** Sa 04.12.2021, 9.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Spähnchenparadies Wölfel, Kartoffelgasse 11 • **KOSTEN:** 25,00 Euro für 9 U-Std., ab 1 Teiln., inklusive 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. 100065A12

**TERMINE:** Fr 8.10./Sa 9.10., jeweils 9 bis 16.30 Uhr und So 10.10., 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. 100066A12

**TERMINE:** Fr 14.1./Sa 15.1., jeweils 9 bis 16.30 Uhr und So 16.1., 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 – neuer-alter Baustoff

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. 100057A12

**TERMINE:** Fr 24.9., 17 bis 20 Uhr und Sa 25.9., 9 bis 17 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 65,00 Euro für 14 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. 100051A12

**TERMIN:** Sa 20.11.2021, 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. 100052A12

**TERMIN:** Sa 22.01.2022, 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.

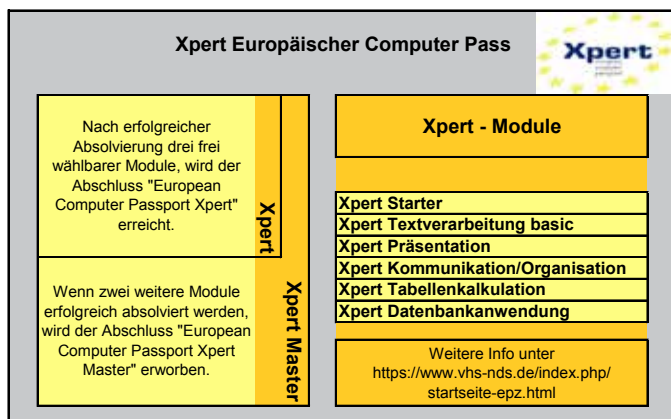
**WILLINGSHAUSEN:** Tageskurs Nr. 100061A12

**TERMIN:** Sa 09.10.2021, 10.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Schmiedewerkstatt Willingshausen-Loshausen, Raiffeisenstr. 3 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 8 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. Materialkosten ca. 20 Euro • **LEITUNG:** Holger Deisenroth • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**WILLINGSHAUSEN:** Tageskurs Nr. 100062A12

**TERMIN:** Sa 06.11.2021, 10.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Schmiedewerkstatt Willingshausen-Loshausen, Raiffeisenstr. 3 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 8 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. Materialkosten ca. 20 Euro • **LEITUNG:** Holger Deisenroth • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.





## 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 niedrighschwelligem 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](http://www.Bildungspraemie.info) möglich.

#### ➔ Xpert - 3 Module

Empfohlene Module für den „Xpert“: Starter, Textverarbeitung, Kommunikation. 41 Termine; KOSTEN: 711,00 Euro für 126 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive 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: 999,00 Euro für 222 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterialien, zzgl. Prüfungsgebühren je Modul 48 Euro.



### Xpert Tabellenkalkulation Excel für Alltag und Beruf

Tabellenkalkulationsprogramme haben sich als Hilfsmittel zur effektiven Erstellung und Durchführung komplexer Berechnungen durchgesetzt. Angebotskalkulation, Preiskalkulation, Statistiken, Abschreibungstabellen und Kostenanalysen können einfach und schnell durchgeführt werden. Darüber hinaus stellen Tabellenkalkulationsprogramme Präsentationsmittel zur Verfügung, um Ergebnisse in Berichten darzustellen. Inhalt: • Aufbau und Bearbeitung von Tabellen • Benutzung des Hilfesystems • Gestalten von Tabellen • Arbeiten mit Funktionen • Ausdruck von Tabellen gestalten und steuern • Optimierung von Tabellenaufbau und -organisation • Kopieren von Tabellenblättern, Grafikobjekten (Textfeldern) • Bereichsnamen • Einsatz komplexer Formeln und Funktionen • Verknüpfung und Aktualisierung mehrerer Arbeitsblätter • Zielwertberechnung • Schutz von Daten am Arbeitsplatz. Die Teilnahme an der Xpert-Prüfung oder ECDL-Prüfung ist freiwillig. Voraussetzung: Gute Windowskenntnisse. Weitere Infos auch unter <https://www.vhs-nds.de/index.php/startseite-epz.html> abrufbar.



#### HOMBERG: Abendkurs Nr. 502052A12

BEGINN: Mo 13.09.2021, 18.00 bis 20.15 Uhr, 18 Termine, immer montags und mittwochs • ORT: Starthilfe Ausbildungsverbund, Bindeweg 32 • KOSTEN: 243,00 Euro für 54 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lernmaterial, zzgl. Prüfungsgebühren 48 Euro • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

### Xpert Textverarbeitung 2016/2019 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. 504050A12

BEGINN: Mo 25.10.2021, 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 Lernmaterial, zzgl. Prüfungsgebühren 48 Euro • LEITUNG: Sonia Kornick • 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. 504551A12

**BEGINN:** Mo 20.09.2021, 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 Lernmaterial, 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, Terminen, Aufgaben und Kontakten 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. 509051A12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 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 Lernmaterial, zzgl. Prüfungsgebühren 48 Euro • **LEITUNG:** Sonia Komnick • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



*Für Einsteiger und Durchstarter -  
unser Karriereportal!*

[www.hospital-karriere.de](http://www.hospital-karriere.de)



Hospital zum Heiligen Geist gGmbH  
Am Hospital 6 - 34560 Fritzlär  
personalwesen@hospital-fritzlar.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 selbsterklärend zu sein scheint, gibt es doch Etliches zu entdecken. Inhalt: Hilfe aus dem Internet, ein Google-Konto erstellen, Apps downloaden, Virenschutz aktivieren, Kontaktverwaltung, Musik und Bilder für unterwegs. Bitte bringen Sie ihr Android-Smartphone oder -Tablet zum Kurs mit.

**FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 501061A12

**BEGINN:** Do 16.09.2021, 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.

**FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 501062A12

**BEGINN:** Mo 10.01.2022, 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:** Tageskurs Nr. 501065A12

**TERMIN:** Sa 25.09.2021, 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.

**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 501064A12

**BEGINN:** Di 09.11.2021, 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. 501066A12

**BEGINN:** Di 11.01.2022, 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.

**SCHWALMSTADT:** Tageskurs Nr. 501060A12

**TERMIN:** Sa 04.12.2021, 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.

### ➔ Vertiefung

**FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 501063A12

**BEGINN:** Do 28.10.2021, 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.

### 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. 501067A12

**BEGINN:** Do 11.11.2021, 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.

**FRITZLAR:** Abendkurs Nr. 501055A12

**BEGINN:** Mo 25.10.2021, 18.15 bis 21.30 Uhr, 6 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 120,00 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Lothar Graupner • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 501053A12

**BEGINN:** Di 14.09.2021, 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. 501054A12

**BEGINN:** Di 23.11.2021, 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. 501052A12

**BEGINN:** Mi 15.09.2021, 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.



## 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, 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:** Wochenendkurs Nr. 501057A12

TERMINE: Fr 17.9., 17.45 bis 21 Uhr und Sa 18.9., 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.

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 501058A12

BEGINN: Mo 01.11.2021, 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:** Tageskurs Nr. 501056A12

TERMIN: Sa 22.01.2022, 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.

## 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 Etliches 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. 501059A12

BEGINN: Mo 13.09.2021, 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

### Sicher und clever im Internet - ab Klasse 5

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.

**HOMBERG:** Nachmittagskurs Nr. 501069A12

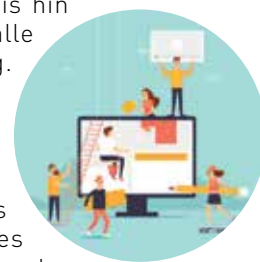
TERMINE: Mo 11.10., Mi 13.10. und Fr 15.10., jeweils 13 bis 16.15 Uhr, in den Ferien • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 62,50 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Sonia Kornick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**HOMBERG:** Nachmittagskurs Nr. 501068A12

TERMINE: Mo 3.1., Mi 5.1. und Fr 7.1., 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 Kornick • 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. 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. 501351A12

TERMINE: Mo 25.10. und Do 28.10., 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. 501353A12

TERMINE: Fr 28.1., 17.45 bis 21 Uhr und Sa 29.1., 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. 501352A12

TERMINE: Fr 10.12., 17.45 bis 21 Uhr und Sa 11.12., 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.



## Tastaturschreiben

**Tastaturschreiben 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.

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 504058A12

**BEGINN:** Di 07.09.2021, 17.45 bis 21.00 Uhr, 3 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 12 U.-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lernmaterial • **LEITUNG:** Katja Schirakowski • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 504057A12

**BEGINN:** Do 28.10.2021, 18.00 bis 21.15 Uhr, 3 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 12 U.-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lernmaterial • **LEITUNG:** Sonia Komnick • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ **Für Kinder ab der Klasse 5**

**HOMBERG:** Vormittagskurs Nr. 504056A12

**TERMINE:** Mo 11.10., Mi 13.10. und Fr 15.10., 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 Lernmaterial • **LEITUNG:** Sonia Komnick • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**HOMBERG:** Vormittagskurs Nr. 504055A12

**TERMINE:** Mo 3.1., Mi 5.1. und Fr 7.1., 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 Lernmaterial • **LEITUNG:** Sonia Komnick • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**MELSUNGEN:** Nachmittagskurs Nr. 504053A12

**TERMINE:** Mo 18.10., Mi 20.10. und Fr 22.10., jeweils 13 bis 16.15 Uhr, in den Ferien • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 12 U.-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lernmaterial • **LEITUNG:** Elvira Boger • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**MELSUNGEN:** Nachmittagskurs Nr. 504054A12

**TERMINE:** Mo 3.1., Mi 5.1. und Fr 7.1., jeweils 13 bis 16.15 Uhr, in den Ferien • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 12 U.-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lernmaterial • **LEITUNG:** Elvira Boger • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## Layout und Bildbearbeitung

**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 Effektfiltern • Kontrast und Helligkeit. Voraussetzung: Windows-Grundkenntnisse.

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 501452A12

**BEGINN:** Mo 20.09.2021, 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. • **LEITUNG:** Katja Schirakowski • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**MELSUNGEN:** Wochenendkurs Nr. 501451A12

**TERMINE:** Fr 24.9., 17 bis 21 Uhr und Sa 25.9., 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.

**Kreatives Layout mit CorelDRAW 2021**

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. 501453A12

**BEGINN:** Mi 10.11.2021, 19.00 bis 22.00 Uhr, 6 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 127,50 Euro für 24 U.-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Burkhard Appel • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

## Vom Entwurf zur Druckerei

Affinity Publisher, Photo und Designer



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.

**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.

### Textverarbeitung mit Word

## Word - Crashkurs

In diesem Seminar lernen Sie die wichtigsten Inhalte von Microsoft Word in der Version 2016/2019 kennen. Folgende Inhalte werden angeboten: Texterstellung und –formatierung • Shortcuts • Nummerierung und Aufzählung • Kopf- und Fußzeilen unterschiedlichster Art • Tabellenfunktion und Tabulator • Spaltenformatierung • Schnellbausteine • Serienbrief.

**HOMBERG:** Tageskurs Nr. 504051A12

**TERMIN:** Sa 11.12.2021, 9.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 40,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln. • **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. 504052A12

**TERMINE:** Fr 17.12., und Sa 18.12., 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.

## Xpert Textverarbeitung 2016/2019

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 Hilfsfunktionen 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. 504050A12

**BEGINN:** Mo 25.10.2021, 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 Lernmaterial, zzgl. Prüfungsgebühren 48 Euro • **LEITUNG:** Sonia Komnick • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

▶ Weitere Word-Kurse finden Sie auch in der Rubrik „Office-Anwendungen“ ab 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:** Wochenendkurs Nr. 502055A12

TERMINE: Sa 30.10. und So 31.10., jeweils 8.30 bis 15.30 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. 502053A12

TERMINE: Sa 18.9. und So 19.9., 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. 502054A12

TERMINE: Sa 22.1. und So 23.1., 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 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:** Wochenendkurs Nr. 502151A12

TERMINE: Sa 20.11. und So 21.11., 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. 502152A12

TERMINE: Sa 6.11. und So 7.11., 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:** Tageskurs Nr. 502056A12

TERMINE: Mi 15.12. und Do 16.12., 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.

**Xpert Tabellenkalkulation**

## Excel für Alltag und Beruf

Tabellenkalkulationsprogramme haben sich als Hilfsmittel zur effektiven Erstellung und Durchführung komplexer Berechnungen durchgesetzt. Angebotskalkulation, Preiskalkulation, Statistiken, Abschreibungstabellen und Kostenanalysen können einfach und schnell durchgeführt werden. Darüber hinaus stellen Tabellenkalkulationsprogramme Präsentationsmittel zur Verfügung, um Ergebnisse in Berichten darzustellen. Inhalt: • Aufbau und Bearbeitung von Tabellen • Benutzung des Hilfesystems • Gestalten von Tabellen • Arbeiten mit Funktionen • Ausdruck von Tabellen gestalten und steuern • Optimierung von Tabellenaufbau und -organisation • Kopieren von Tabellenblättern, Grafikobjekten (Textfeldern) • Bereichsnamen • Einsatz komplexer Formeln und Funktionen • Verknüpfung und Aktualisierung mehrerer Arbeitsblätter • Zielwertberechnung • Schutz von Daten am Arbeitsplatz. Die Teilnahme an der Xpert-Prüfung oder ECDL-Prüfung ist freiwillig. Voraussetzung: Gute Windowskenntnisse. Weitere Infos auch unter <https://www.vhs-nds.de/index.php/startseite-epz.html> abrufbar.

**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 502052A12

BEGINN: Mo 13.09.2021, 18.00 bis 20.15 Uhr, 18 Termine, immer montags und mittwochs • ORT: Starthilfe Ausbildungsverbund, Bindeweg 32 • KOSTEN: 243,00 Euro für 54 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lernmaterial, zzgl. Prüfungsgebühren 48 Euro • 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. 502454A12

TERMIN: Fr 01.10.2021, 17.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 39,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

## Visual Basic for Applications

### Office-Automatisierung mit Excel 2016

Bildungsurlaub: 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. 502451A12

**TERMIN:** Fr 24.09.2021, 17.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 39,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Jutta Stöcker • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 502452A12

**TERMIN:** Fr 03.12.2021, 17.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 39,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln. • **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. Schwerpunktmäßig 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. 502453A12

**TERMIN:** Fr 05.11.2021, 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 finden Sie auch in der nachfolgenden Rubrik „Office-Anwendungen“

## Office-Anwendungen

### PowerPoint - Crashkurs

Schwerpunkte dieses Seminars sind: Wichtige Richtlinien zum Erstellen von Präsentationen • Textfolien erstellen und formatieren • Vorlagen und Designs kennenlernen • Folienmaster verwenden • Grafiken und Bilder einbinden • Tabellen und SmartArts gezielt anwenden • Effekte und Animationen • Diagrammerstellung.

**HOMBERG:** Tageskurs Nr. 504552A12

**TERMIN:** Sa 27.11.2021, 9.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 40,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln. • **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:** Tageskurs Nr. 504553A12

**TERMINE:** Mo 13.12. und Di 14.12., 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.



### 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. 504551A12

**BEGINN:** Mo 20.09.2021, 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 Lernmaterial, zzgl. Prüfungsgebühren 48 Euro • **LEITUNG:** Sonia Komnick • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

► Fortsetzung Office-Anwendungen auf der nächsten Seite



## Word, Excel, PowerPoint ab Version 2016

### 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.

**HOMBERG:** Vormittagskurs Nr. 504854A12

TERMINE: Mo 15.11. bis Mi 17.11., jeweils 9 bis 12.15 Uhr  
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 60,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln., • LEITUNG: Sonia Komnick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**HOMBERG:** Abendkurs Nr. 504852A12

BEGINN: Do 02.12.2021, 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. Voraussetzungen: 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.

# Bildung am Puls der Zeit

## Aus-, Fort- und Weiterbildungen in den Bereichen

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

- Autorisiertes Bildungszentrum für Pflegepunkte gemäß "Deutscher Pflegerat e.V. Bundesgemeinschaft Pflege- und Hebammenwesen"
- 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.

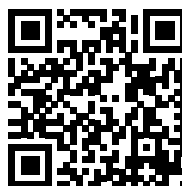
Asklepios Bildungszentrum für Gesundheitsfachberufe Nordhessen  
Laustraße 37

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:  
[www.asklepios-fuw-hessen.de](http://www.asklepios-fuw-hessen.de)



Bildungszentrum für Gesundheitsfachberufe Nordhessen



## OneNote - das digitale Notizbuch

Mit jedem Gerät, jederzeit und überall verfügbar

OneNote ist ein digitales Notizbuch zum zentralen Erfassen, Sammeln und Archivieren jeglicher Art von Informationen. 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. 509052A12

**BEGINN:** Di 25.01.2022, 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. 509053A12

**BEGINN:** Di 07.12.2021, 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. 509051A12

**BEGINN:** Mo 13.09.2021, 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 Lernmaterial, zzgl. Prüfungsgebühren 48 Euro • **LEITUNG:** Sonia Komnick • **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. 504853A12

**TERMINE:** Sa 27.11., 4.12. und 11.12., 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.

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

## 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. 505052A12

**TERMIN:** Sa 27.11.2021, 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. 505053A12

**TERMIN:** Sa 27.11.2021, 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 2018 vorgestellt.

**HOMBERG:** Tageskurs Nr. 505051A12

**TERMIN:** Sa 13.11.2021, 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.





## 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 202x

##### 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. 503051A12

**BEGINN:** Di 26.10.2021, 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 202x

##### 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. 503052A12

**BEGINN:** Di 26.10.2021, 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 202x

##### 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. 503053A12

**BEGINN:** Do 28.10.2021, 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.

### 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. 507053A12

**BEGINN:** Di 21.09.2021, 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. 507054A12

**BEGINN:** Di 30.11.2021, 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 Schweißprüfungen ist dieses Lehrgangsangebot erweiterbar, so dass eine Schweißprüfung nach DVS--Richtlinie oder EN 287-1 möglich wird.

**SCHWALMSTADT:** Abendkurs Nr. 507051A12

**TERMINE:** Di 7.9. und Do 9.9., jeweils 17.30 bis 21 Uhr und Sa 11.9., 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. 507052A12

**TERMINE:** Di 9.11. und Do 11.11., jeweils 17.30 bis 21 Uhr und Sa 13.11., 8 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.

## 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. 507055A12

**BEGINN:** Sa 25.09.2021, 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. 507056A12

**BEGINN:** Sa 30.10.2021, 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.



## QUALIFIZIERT WEITERKOMMEN!

### Gepr. Industriemeister/in 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](http://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/ausbilder-in/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 Betriebswirt/in IHK

#### Qualifizieren Sie sich für Führungsaufgaben im Management!

Die IHK-geprüfte Aufstiegsfortbildung qualifiziert zur Übernahme von Führungsaufgaben an der Schnittstelle von technischen und kaufmännischen Funktionsbereichen. Technische Betriebswirte/innen verknüpfen technisches Können mit betriebswirtschaftlichen Kenntnissen, Managementwissen und Führungskompetenz. Die Doppelqualifikation ist gegenüber rein technischen oder betriebswirtschaftlichen Abschlüssen ein klarer Vorteil, da sie viele neue und interessante Tätigkeitsfelder erschließt. Der Abschluss ist in der Bildungslandschaft hoch eingestuft und befindet sich im DQR auf Niveau 7 - gleichwertig mit dem akademischen Studiengrad Master.

Start (Standort Kassel): **Vollzeitlehrgang: 01.11.2021**  
**Wochenendlehrgang: 14.01.2022.** Infos und weitere Termine: [www.ftk-kassel.de](http://www.ftk-kassel.de)



### Schulabschlüsse

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 nachholen

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 + ONLINE:** Neuer Kurs in 2022.  
Anmeldungen ab sofort möglich

#### Hauptschulabschluss nachholen

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 2022

#### Hauptschulabschluss mit SPass

Sie interessieren sich für den Erwerb des Hauptschulabschlusses bei gleichzeitigem Erwerb des Zertifikates „Service- und Pflegeassistentenz“? 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 Oktober 2021

#### Mathematik Prüfungsvorbereitung Für Schülerinnen und Schüler

Info-Termin für Schülerinnen und Schüler, die sich in diesem Schuljahr für die Abschlussprüfung in Mathematik Hauptschulabschluss bzw. Realschulabschluss vorbereiten wollen.

**GUDENSBERG:** Nachmittagskurs Nr. 602101S12i

**TERMIN:** Mi 06.10.2021, 14.45 bis 15.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • **KOSTEN:** kostenfrei, 1 U.-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Svetlana Atroshenko • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.



**Berufsausbildung**

**Ausbilderlehrgang**

Vorbereitung auf die Prüfung der IHK

Wer in anerkannten Ausbildungsberufen nach dem BBiG ausbilden will, muss eine Prüfung als Ausbilder/in nach der AEVO absolvieren und den Erwerb der berufs- und arbeitspädagogischen Fertigkeiten, Kenntnisse und Fähigkeiten nach dieser Verordnung nachweisen. Handwerker/innen, die einen Meisterlehrgang besuchen wollen, bekommen die Ausbilderprüfung als Teil IV der Meisterprüfung anerkannt. Die Inhalte der vier Handlungsfelder: Ausbildungsvoraussetzungen prüfen und Ausbildung planen; Ausbildung vorbereiten und bei der Einstellung von Auszubildenden mitwirken; Ausbildung durchführen; Ausbildung abschließen. Hinweis: Die Prüfung findet nach der Prüfungsordnung der IHK Kassel statt. Wir setzen Ihre Bereitschaft zur regelmäßigen Vor- und Nachbereitung der Lerninhalte im Eigenstudium voraus.

**MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 500050A12

**BEGINN:** Mo 08.11.2021, 18.30 bis 21.45 Uhr, 27 Termine, immer montags und mittwochs, ggfs. 1 bis 2 mal samstags • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 475,00 Euro für 112 U.-Std., ab 8 Teiln., zzgl. derzeit 230 Euro Prüfungsgebühr IHK und ca. 35 Euro Lernmaterial, IHK-Prüfungstermin ist der erste Dienstag im März 2022 • **LEITUNG:** Holger Stiasny • **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

**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.

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](http://www.bildungspraemie.info)



Europäische Union

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium für Bildung und Forschung



## Museen im Schwalm-Eder-Kreis

**BAD ZWESTEN:** Heimatmuseum  
**BORKEN:** Hessisches Braunkohle Bergbaumuseum  
**FELSBERG:** Heimatmuseum (Gensungen);  
 Heimatmuseum u. Webstube (Hessler);  
 Heimatstuben (Wolfershausen)  
**FRIELENDORF:** Museumsladen  
**FRITZLAR:** Domschatz und Museum des St.  
 Petri Domes; Museum Hochzeitshaus  
**GUDENSBERG:** Kulturhaus Synagoge  
**GUXHAGEN:** Schmiedemuseum;  
 Gedenkstätte Breitenau (Breitenau)  
**HOMBERG:** Heimatmuseum;  
 HohenburgMuseum; Haus der Geschichte  
**KÖRLE:** Margret-Knoop-Schellbach-Museum  
**MALSFELD:** Brauereimuseum; Korbmachermuseum  
 (Beiseförth); Heimatmuseum (Dagobertshausen)  
**MELSUNGEN:** Heimatmuseum  
**NEUENTAL:** Dorfmuseum (Zimmersrode)  
**NEUKIRCHEN:** Heimatmuseum  
**NIEDENSTEIN:** Altenburg und Stadtmuseum;  
 Heimatmuseum (Wichdorf); Archiv  
 und Heimatstube (Metze)  
**OTTRAU:** Mühlenmuseum (Schorbach)  
**SCHRECKSBACH:** Schwälmer Dorfmuseum (Holzburg)  
**SCHWALMSTADT:** Museum der Schwalm  
 (Ziegenhain); Museum historischer  
 Schreibmaschinen (Treysa); Museumstöpferei  
 (Treysa); Gedenkstätte/Museum (Trutzhain)  
**SPANGENBERG:** Haus der Begegnung; Heimatmuseum  
**WILLINGSHAUSEN:** Malerstübchen

Weitere Informationen, wie Ansprechpartner, Öffnungszeiten, Kontaktadressen und Internetadressen finden Sie auf unserer Webseite:

<https://www.vhs-schwalm-eder.de/programm/kultur/museen.html>

Alle Angaben ohne Gewähr - bitte teilen Sie uns Änderungswünsche mit.

## 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; hessischer Volkshochschulverband, Polizeipräsidium Nordhessen

**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.

## Die vhs im Internet

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

Auf unserer Internetseite finden Sie das komplette Kursprogramm und zusätzliche Informationen, aktuelle Hinweise, Fotogalerien, Video- und Audiobeiträge

Wenn Sie den oder die Kurse Ihrer Wahl gefunden haben, können Sie sich gleich online anmelden. Bei bereits ausgebuchten Kursen können Sie sich in eine Warteliste eintragen lassen und werden benachrichtigt, sobald ein Platz für Sie frei wird.

### Programm im 2. Halbjahr 2021

Kursbeginn: Fortsetzungskurse nach den Sommerferien  
 Neue Kurse ab 13. September

### Schulferien 2021

Herbstferien: 11. Oktober bis 23. Oktober 2021  
 Weihnachtsferien: 23. Dezember 2021 bis 08. Januar 2022  
 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 versandter 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](mailto: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 zurückzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist.

Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet.

# Auszug aus den allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB)

## Anmeldemöglichkeiten

Internet: [www.vhs-schwalm-eder.de](http://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](http://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.*

# Planen Sie mit uns.

**Wir unterstützen Sie bei Ihrer  
Finanzplanung, damit Ihre Zukunft  
immer auf sicheren Beinen steht.**

Sprechen Sie mit uns.  
Telefon: 05661 7070.

Wenn's um Geld geht ...



Kreissparkasse  
Schwalm-Eder