

2. Halbjahr 2022
Neue Kurse
ab 12. September



FÜR UNSERE ZUKUNFT
gemeinsam. vielfältig. nachhaltig.

www.vhs-schwalm-eder.de





Landrat Winfried Becker



In eigener Sache

Sehr geehrte Mitbürgerinnen und Mitbürger!

Die zahlreichen gesellschaftlichen und ökologischen Herausforderungen unserer Zeit führen uns tagtäglich die Notwendigkeit für eine **gemeinsame, nachhaltige und vielfältige** Lebensweise vor Augen. Allein können keine Krisen bewältigt oder ökologische Wenden herbeigeführt werden. Mit einer kurzsichtigen Verhaltensweise wird nicht nur unser Klima nachdrücklich negativ beeinflusst, sie wirkt darüber hinaus in viele andere Bereiche unserer Gesellschaft und ein uniformes Zusammenleben sorgt eher für Tristesse und Monotonie. Daher braucht es **Vielfalt, Nachhaltigkeit und eine verlässliche Gemeinschaft**.

Gemeinsam

Bildung trägt maßgeblich zum gesellschaftlichen Zusammenhalt und zur Integration bei.

Beides sind wichtige Bestandteile für ein gemeinsames Auftreten und zielgerichtetes Handeln. Weiterbildung leistet zudem einen wichtigen Beitrag zu mehr Chancengerechtigkeit und Teilhabe. Sich zu begegnen, unterschiedliche Positionen und Meinungen kennen zu lernen und voneinander zu lernen – das schafft Vertrauen und stärkt Gemeinsamkeit.

Vielfältig

Unserer Gesellschaft ist ebenso vielfältig, wie die Formen unseres gesellschaftlichen Zusammenlebens. Überall wo Menschen zusammenkommen, birgt die Vielfältigkeit Herausforderungen und Chancen gleichermaßen. In der Arbeitswelt trägt Vielfalt beispielsweise dazu bei, dem Fachkräftemangel entgegenzuwirken oder neue kreative Ideen, Lösungen und innovative Produkte zu entwickeln, um den heutigen Anforderungen begegnen zu können.

Nachhaltig

Ressourcenknappheit, Klimaschutz, internationale Wanderungsbewegungen und die Gleichstellung der Geschlechter bestimmen unseren Alltag mehr denn je. Wir müssen Antworten auf die Frage finden, wie wir – und nachfolgende Generationen – zukünftig leben wollen und können. Dafür sollte Bildung so ausgerichtet sein, dass sie Lehrende wie Lernende zu zukunftsfähigem Denken und Handeln befähigt. Bildung ermöglicht, die Auswirkungen des eigenen Handelns auf die Gemeinschaft zu erkennen und die Fähigkeiten und das Wissen zu erwerben oder zu erweitern, die es für die Lösung dieser Fragestellungen braucht. Die Volkshochschulen möchten mit ihren Bildungsangeboten dazu beitragen, kreative und mutige Strategien zur Gestaltung einer nachhaltigen Entwicklung für jedes Individuum selbst und die vielfältige Gemeinschaft zu entwickeln.

Gemeinsam - vielfältig – nachhaltig!
Den (Dis-)Kurs bestimmen Sie.



Raiffeisenbank

Borken Nordhessen

Zweigniederlassung der VR-Bank Bad Salzungen Schmalkalden eG



Genießen Sie die Vorteile Ihrer VR-Mitgliedschaft



Werden auch Sie Mitglied!

Wir kümmern uns!

Das Team der Volkshochschule

Pädagogisches Team

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



Anika Wolf
Gesellschaft, Kultur
Schulabschlüsse,
Erzieher-Fortbildung
Tel. 05681 775-411



Hannah Beier
Gesundheitsbildung
Tel. 05681 775-402



Gertraud Mergner-Wudy
Sprachen, Prüfungen
Tel. 05681 775-405



Susanne Shera
Integrations- und berufs-
bezogene Deutschkurse,
Prüfungen
Tel. 05681 775-399



Angelika Tuchel
Aus- und Weiterbildung
v. Tagespflegepersonen
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

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

► Außenstellen:

Mittwochs sowie an einem
weiteren Wochentag
finden **Sprechtage** in
unseren Außenstellen in
Fritzlar und **Melsungen**
statt. Achten Sie auf die
Öffnungshinweise vor
Ort.

Verwaltungsteam

Mario Wissemann
Verwaltungsleitung
Tel. 05681 775-406



Betina Berg
Sprachen
Tel. 05681 775-407



Sabine Breidenstein
Kultur
Tel. 05681 775-905



Tanja Freund
Gesundheitsbildung
Tel. 05681 775-397



Ramona Stückradt
Schulabschlüsse, Kinder-
tagespflege, Gesellschaft
Tel. 05681 775-410



Martina Wagner
Berufliche Bildung, Schul-
abschlüsse, BAMF-Kurse
Tel. 05681 775-400



Katrin Ellenberger
BAMF-Kurse
Tel. 05681 775-398



Anika Geißler
BAMF-Kurse
Tel. 05681 775-417



Jessica Kurz
BAMF-Kurse
Tel. 05681 775-409



A

Affinity Software 16, 50
 Afrikan. Trommeln 23
 Ägypten 18
 Alfa-Telefon 33
 Aqua-Fitness 30
 Aqua-Jogging 31
 Arabisch 17, 42
 Atemübung 11, 22
 Ausbilderlehrg. 55, 56
 AutoCAD 52

B

Basenfasten 31
 Bauchtanz 27
 BBP-Training 24, 28
 Beckenbodentrain. 27
 Berufsbez. Deutsch 33
 Bewegung 27 - 29
 Bierbrauen 44
 Bildbearbeitung 49
 Bildungsurlaub 14 - 16
 Biodanza® 24
 Body-Forming 27
 Body-Percussion 23
 Boogie Woogie 20
 Book Club 18
 Boxfitness 28
 Bridge 56
 Brotbacken 44
 Bücherei 12

C

CAD-Anwendungen 52
 Callanetics 29
 Camper-Umbau 8
 Chinesisch 42
 Computerwissen 48
 Country Line Dance 19
 Cybercrime 10

D

Dance-Workout 28
 Deutsch 32 - 34
 Deutsche Geschichte 7
 Deutschtest 32
 Digit. Bildbearbeit. 49
 Digitale Fotografie 49
 Discofox 19

E

EDV-Zertifikat 46, 47
 Ehrenamt 12
 Einbürgerungstest 32
 Einstufungstest 32
 Eisenbahn 7
 Englisch 14, 35 - 37
 Entspannung 11, 24, 50
 Entwicklungsförd. 17
 EOK 34
 Ernährung 31
 Excel 16, 50, 51, 54

F

Fake Love 10
 Familienzentrum 17
 Fasten 31
 Faszien-Yoga 25
 Fitness 24 - 31
 Fotografie 49
 Französisch 14, 37 - 38
 Frauen 11
 Friedenslieder 23
 Fundraising 12

G

Ganzkörpertraining 29
 Garten 9, 19
 Gebärdensprache 42
 Gedächtnis 31, 56
 Geschichte 6 - 7
 Gestaltung 20
 Gewürze 31
 Gitarrenunterricht 23
 Goldschmieden 22
 Grafik 20

H

Handwerkskunst 44
 Hauptschulabschl. 56
 Heilfasten 31
 Heimatkunde 6 - 7
 Heimwerken 54, 55
 Hess. Landesgesch. 7
 HIT Fitness 28
 Holzbildhauerei 22
 Holzkohle 45

I

Immobilien 9
 Industriemeister 55
 Integrationskurse 32
 Internetsicherheit 10
 Italienisch 15, 38 - 39

J

Jonglieren 18
 Junge vhs 17

K

Kalligraphie 20
 Kinästhetik 28
 Kinder-Kurse 17, 42
 Kindertagespflege 57
 Kleinbahn 7
 Köhlern 45
 Kommunikation 11
 Königr. Westfalen 6
 Konvent. Drehen 54
 Kurssyst. Sprachen 33

L

Lateintanz 19
 Layout 49
 Legasthenie 34
 Lernstufen 33
 Letzte Hilfe 8
 Literatur 18

M

Malerei 20
 Meditation 11, 24, 25
 Metalldrehen 54
 Metalza® 28
 Mobile Geräte 11, 49, 53
 Museen 58
 Musikschulen 23
 Musizieren 22, 23

N

Nähen 21
 Natur 18
 Naturheilkunde 31
 Naturkosmetik 8
 Niederländisch 43
 Niveaustufen 33

O

Obstbaum 8
 Office-Anwend. 54
 OneNote 54
 Outlook 16, 54

P

Philosophie 9
 Photoshop 49
 Pilates 24, 28, 29
 Pivot-Tabellen 51
 Plastisch. Gestalten 22
 Poesie 18
 Polnisch 43
 Porzellanmalerei 20
 PowerPoint 16, 54
 Power-Yoga 25
 Progr. Muskelent. 24

Q

Qigong 26

R

Radtour 7
 Realschulabschl. 56
 Rückentraining 29
 Russisch 43

S

Schärfen 45
 Schmieden 44
 Schreibwerkstatt 18
 Schulabschlüsse 56
 Schwäl. Weißstick. 22
 Schwedisch 43
 Schweißen 55
 Selbstmanagement 11
 SimA® 13
 Singen 22, 23
 Smart Living 10
 Smartphones 11, 53
 Social Media 12, 48
 Spanisch 15, 40, 41
 Standardtanz 19
 Steinarbeiten 44
 Step-Aerobic 29
 Stimmbildung 22
 Stricken 21
 Sudetenland 6
 Super Callanetics 29

T

Tabellenkalkul. 47, 50
 Tai Chi 24, 27
 Tanzen 19, 20
 Tastschreiben 53
 Techn. Betriebswirt 55
 Textiles Gestalten 21
 Textverarbeit. 46, 52
 Trommeln 23
 Türkisch 43

V

Verbraucherfragen 8
 Versail. Friedensver. 6
 Visual Basic 16, 51
 Vorsorgevollmacht 8

W

Wanderung 9
 Wechseljahre 11
 Weihnachtskarten 20
 Weißstickerei 22
 Wellness Mix 24
 Widerrufsrecht 58
 Windows 54
 Word 16, 52, 54
 WordPress 16, 49

X

Xpert 46, 51, 52

Y

Yoga 24 - 26

Z

Zauberei 18
 Zeichnen 17, 20, 50

Gesellschaft & Leben 6-11



Geschichte und Heimatkunde	6
Verbraucherfragen	8
Haus und Garten	8
Philosophie	9
Internetsicherheit	10
Frauenbildung	11
Selbstmanag. und Kommunikation	11

Kultur & Kreativität 18-23



Literatur	18
Kunst, Kulturgeschichte und Kleinkunst	18
Tanzen	19
Malerei, Grafik und Gestaltung	20
Textiles Gestalten	21
Plastisches Gestalten	22
Singen und Musizieren	22

Gesundheit & Fitness 24-31



Entspannung	24
Yoga	25
Yoga-Workshops	26
Tai Chi, Qigong	26
Bewegung und Fitness	27
Aqua-Kurse	30
Ernährung	31

Sprachen & Kommunikation 32-43



Deutsch	32
Englisch	35
Französisch	37
Italienisch	38
Spanisch	40
Sprachen spezial	42

Beruf & Computer 46-57



Xpert-Kurssystem	46
Computer Basiswissen	48
Internet	48
Layout u. Bildbearbeit.	49
Kreativ am PC	50
Tabellenkalkulation	50
Textverarbeitung	52
CAD-Anwendungen	52
Tastschreiben	53
Mobile Geräte	53
Office-Anwendungen	54
Heimwerken	54
Ausbildung, Schule & Gedächtnistraining	56
Kindertagespflege	57

Und sonst

Ehrenamt	12
SimA®- Qualifikation	13
Bildungsurlaube	14
Junge vhs	17
Familienzentrum	17
Musikschulen	23
Einbürgerungstest	32
Handwerkskunst	44
Museen	58
Widerrufsrecht	58
AGB, Anmeldungen	59

Bitte beachten Sie, dass je nach Pandemiegeschehen ein Wechsel von Präsenzkursen zu Online-Kursen möglich ist.

Geschichte und Heimatkunde

Triologie Sudetenland



Vertreibung aus dem Sudetenland Aufnahme in Hessen 1945 + 1946

Das schreckliche Geschehen der Vertreibung von mehr als 3 Mill. Sudetendeutscher – 1945 in „wilder Vertreibung“ und 1946 in „ordnungsgemäßer und humaner Vertreibung“ in Güterwaggons – wird mit zahlreichen Dokumenten und Fotos dargestellt. Die Probleme der Aufnahme und Integration werden anhand von Zeitungs- und Zeitzeugenberichten von Vertriebenen und Aufnehmenden authentisch erläutert.

HOMBERG: Vortrag Nr. 101057V22

TERMIN: Mi 02.11.2022, 16.00 bis 17.15 Uhr, 1 Termin
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 6,00 Euro für 2 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Horst W. Gömpel und Marlene Gömpel • LEHRMATERIAL: <http://www.mittleeuropa.de/angekommen/#Buchvorstellung> • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Aufarbeitung der Geschichte der Vertreibung

Es wird dargestellt, wie man in beiden Ländern die Geschichte der Vertreibung verarbeitet hat. Zunächst gab es in den ersten Jahren auf beiden Seiten eine Tabuisierung des wahren Geschehens bzw. einseitige Darstellungen. Hier ist in den letzten Jahren ein deutlicher Wandel zu einer realistischen Darstellung der Geschichte erkennbar.

HOMBERG: Vortrag Nr. 101058V22

TERMIN: Mi 09.11.2022, 16.00 bis 17.15 Uhr, 1 Termin
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 6,00 Euro für 2 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Horst W. Gömpel und Marlene Gömpel • LEHRMATERIAL: <http://www.mittleeuropa.de/angekommen/#Buchvorstellung> • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Fotoreise in's Sudetenland

Böhmen - Mähren - Sudetenschlesien

Durch viele eigene Reisen, begonnen mit einer Reise in die Heimat von Frau Gömpel im Jahr 1986, folgten durch die Mitgliedschaft im Bund der Vertriebenen (BdV) und der Sudetendeutschen Landsmannschaft (SL) die Teilnahme an Informationsreisen nach Tschechien und in andere Ostgebiete. Dadurch kann das Autorenpaar umfassend über die drei Regionen des Sudetenlandes berichten und viele eigene und historische Fotos zeigen.

HOMBERG: Vortrag Nr. 101059V22

TERMIN: Mi 16.11.2022, 16.00 bis 17.15 Uhr, 1 Termin
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 6,00 Euro für 2 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Horst W. Gömpel und Marlene Gömpel • LEHRMATERIAL: <http://www.mittleeuropa.de/angekommen/#Buchvorstellung> • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Sympathisanten und Gegner des Königreichs Westphalen und ihres Königs Jérôme

Motivanalyse der Sympathisanten und Gegner des Königreichs

Zunächst sollen die zentralen Neuerungen, mit denen das Königreich Westphalen gegründet wurde, thematisiert werden. Daran schließen sich die folgenden Themen an: Die Förderer und Sympathisanten der „neuen Politik“; die Verweigerer und ihre Gründe für Protest, Unruhen und Aufstände; der Vergleich zwischen regionalen Sympathisanten und Verweigerer; das Ende des Modellstaats und die Bewertung von Sympathisanten und Gegnern aus heutiger Sicht.

GUDENSBERG: Vortrag Nr. 101050V22

BEGINN: Di 08.11.2022, 19.00 bis 20.30 Uhr, 2 Termine • ORT: Dr.-G.-A.-Zinn-Schule, Schwimmbadweg 30 • KOSTEN: 20,00 Euro für 4 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Wilfried Bernhardt • AUSKUNFT: Tel. 05665 5839 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Vor 100 Jahren - Analyse des Friedensvertrags von Versailles

Von der Kriegsschuldfrage bis zu den Folgen für die junge Republik von Weimar

Im Rahmen des Kurses werden die folgenden Themenbereiche behandelt: Die Militär- und Außenpolitik der europäischen Mächte vor dem 1. Weltkrieg einschließlich der Juli-Krise 1914; die Kriegszielpolitik der europäischen Mächte während des Krieges; die Revolution und Waffenstillstandsbedingungen des deutschen Militärs; die Analyse der inhaltlichen Bestimmungen des Versailler Vertrags; der Vergleich des Versailler Vertrags mit anderen Friedensverträgen (z.B. Brest-Litowsk oder Potsdamer Abkommen) und die Folgen des Versailler Vertrags für die neue Republik von Weimar.

GUDENSBERG: Vortrag Nr. 101052V22

BEGINN: Do 03.11.2022, 19.00 bis 20.30 Uhr, 3 Termine • ORT: Dr.-G.-A.-Zinn-Schule, Schwimmbadweg 30 • KOSTEN: 30,00 Euro für 6 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Wilfried Bernhardt • AUSKUNFT: Tel. 05665 5839 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Vor 90 Jahren - Die Krisenjahre der Weimarer Republik und ihr Untergang 1929 bis 1933

Analyse der Krise mit regionalgeschichtlichen Aspekten

In der Veranstaltungsreihe sollen die allgemeinen Grundlagen für die Krise der Weimarer Republik sowie regionalgeschichtliche Aspekte thematisiert werden. Dazu gehören: Die Wirtschaftskrise von 1929 und ihre Folgen; die politische Krise ab 1930 inkl. der Wahlanalyse und Analyse der Politik der Präsidialkabinette; der Aufstieg der NSDAP und die lokalgeschichtliche Entwicklung von Wirtschaft und Politik im Raum Gudensberg.

GUDENSBERG: Vortrag Nr. 101053V22

BEGINN: Di 22.11.2022, 19.00 bis 20.30 Uhr, 3 Termine • ORT: Dr.-G.-A.-Zinn-Schule, Schwimmbadweg 30 • KOSTEN: 30,00 Euro für 6 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Wilfried Bernhardt • AUSKUNFT: Tel. 05665 5839 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Geführte Radtour auf den Spuren der Grifte-Gudensberger Kleinbahn

Vortrag mit Erläuterungen zu Gebäuden und umfangreiches Bildmaterial

Bei der geführten Radtour entlang der ehemaligen Kleinbahn soll zunächst auf die noch vorhandenen Spuren der Bahngeschichte hingewiesen werden. Außerdem wird auf die Beweggründe zur Errichtung der Kleinbahn, die entlang der Strecke errichteten Bauwerke und Gleisanlagen, die auf der Strecke verkehrenden Lokomotiven und Triebwagen, die unterschiedlichen Phasen ihrer Existenz und letztlich auf die Gründe des Niedergangs eingegangen.

GUDENSBERG: Exkursion Nr. 101056V22

TERMIN: Sa 24.09.2022, 14.00 bis 16.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Ehemaliges Bahnhofsgebäude, Bahnhofsstraße • **KOSTEN:** 9,00 Euro für 3 U-Std., ab 5 Teiln., Treffpunkt vor dem ehemaligen Bahnhofsgebäude Gudensberg, Stadtseite • **LEITUNG:** Studiendirektor Wilfried Bernhardt • **AUSKUNFT:** Tel. 05665 5839 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Deutsche Geschichte: Die Disziplinen der Geschichte

Für Geschichtsinteressierte und Ehrenamtliche

Geschichte tritt uns heute nicht mehr als monolithischer Block entgegen, sondern zerfällt in zahlreiche Epochen und Fächer. Sicherlich kennt man die Zeiten der Antike, des Mittelalters und der Neuzeit, ja vielleicht sogar der Zeitgeschichte. Wie aber grenzen sich diese Epochen voneinander ab? Was zeichnet sie aus und was ist mit den anderen Disziplinen? Der Heraldik, der Diplomatie oder gar der Sprachistik? Und gibt es noch mehr Spezialgebiete der Geschichte? Etwa die Wirtschafts-, und Sozialgeschichte, die Militär-, und Kirchengeschichte, die Kunst-, und Kulturgeschichte. Bei so vielen Fragen und interessierten Teilnehmenden kann das Seminar nur eine Erfolgsgeschichte werden.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 101055V22

BEGINN: Mo 12.09.2022, 19.30 bis 21.00 Uhr, 10 Termine, 14-täglich • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 44,00 Euro für 20 U-Std., ab 7 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Dirk Richhardt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Hessische Landesgeschichte

Für Geschichtsinteressierte und Ehrenamtliche

Das Seminar greift in loser Reihenfolge Themen der hessischen Geschichte auf. Das können Städte und Dörfer sein, ebenso Burgen, Schlösser und Festungen, Straßen und Kanäle aber auch Kapellen, Kirchen und Klöster, Orden, Zünfte, Bruderschaften und Konfessionen, vielleicht auch Sagen und Märchen. Das Seminar soll Anreiz geben, in Hessen auf Entdeckung zu gehen - mit den Erkenntnissen aus dem Seminar, eben nach dem Motto „das Auge sieht nur das, was das Herz kennt“.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 101054V22

BEGINN: Mo 12.09.2022, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine, 14-täglich • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 44,00 Euro für 20 U-Std., ab 7 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Dirk Richhardt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



EIGENBETRIEB
Jugend- und Freizeiteinrichtungen
des Schwalm-Eder-Kreises

ideal für Gruppen



Buchenhaus
SCHÖNAU AM
KÖNIGSSEE

familiär + strandnah



Haus Schwalm-Eder
WESTER-
LAND SYLT

Ferienstpaß + Meer



Jugendcamp
Schwalm-Eder
DAHME OST
SEE

Natur hautnah erleben



Wildpark
NATURZENTRUM
KNÜLL

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



WILLKOMMEN



Verbraucherfragen

Letzte Hilfe Kurs

Am Ende wissen wie es geht

Letzte Hilfe Kurse vermitteln Basiswissen und Orientierung sowie einfache Handgriffe für die letzte Hilfe. Sterbebegleitung ist keine Wissenschaft, sondern praktizierte Mitmenschlichkeit, die auch in der Familie, in der Nachbarschaft und unter Freunden möglich ist. Wir möchten Grundwissen an die Hand geben und ermutigen, sich Sterbenden zuzuwenden. Denn Zuwendung ist das, was wir alle am Ende des Lebens am meisten brauchen. Im Kurs sprechen wir über das Sterben als Teil des Lebens. Wir betrachten den Sterbeprozess in seinem Ablauf und seinen verschiedenen Facetten.

Wir besprechen unsere Möglichkeiten und Grenzen und überlegen gemeinsam, wie man Abschied nehmen kann. Themenschwerpunkte: Sterben als ein Teil des Lebens; Praktische Pflegehandgriffe; Leiden lindern; Abschied nehmen.

MALSFELD: Vormittagskurs Nr. 104068V22

TERMIN: Sa 03.09.2022, 9.00 bis 13.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 25.08.2022 • ORT: Gemeindezentrum Malsfeld, Kirchstrasse 9 • KOSTEN: kostenfrei, 4 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Bärbel Hamenstädt Hospizdienst Melsunger Land und Petra Hochschorner und Ina Gärtner • AUSKUNFT: Tel. 05661 9261933 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

KÖRLE: Vormittagskurs Nr. 104067V22

TERMIN: Sa 10.09.2022, 9.00 bis 13.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 01.09.2022 • ORT: Kindertagesstätte Pfiffikus, Am Eselspfade 2 • KOSTEN: kostenfrei, 4 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Bärbel Hamenstädt Hospizdienst Melsunger Land und Petra Hochschorner und Ina Gärtner • AUSKUNFT: Tel. 05661 9261933 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Informationen zu Vorsorgevollmachten

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? Diese und andere Fragen sollen an diesem Abend geklärt werden. Der AWO Betreuungsverein in Homberg (Efze) und der Betreuungsverein Schwalm und Eder e.V. bieten Ihnen an diesem Abend weitreichende Informationen zum Thema „Vorsorgevollmacht“. Formulare werden kostenlos zur Verfügung gestellt.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104051V22

TERMIN: Di 29.11.2022, 18.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 28.11.2022 • 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.

Naturkosmetik selbst herstellen

Natürlich - Nachhaltig - Plastikfrei

Ob geschmeidige Handlotion-Bars für unterwegs, sprudelnde Badekugeln oder Heilpflanzencremes für müde Beine. Für jede/n ist etwas dabei. Und nicht nur das: Wir wollen es uns auch mit frischen Kräuterbädern, Gesichtsmasken und Fußmassagen richtig gut gehen lassen. Der Herbst kann kommen!

JESBERG: Kompaktkurs Nr. 104052V22

BEGINN: Sa 24.09.2022, 11.00 bis 17.00 Uhr, 3 Termine • ORT: Alte Mühle Densberg, Mühlenweg 2 • KOSTEN: 84,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 15 Euro Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Saskia Kießling • 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 und Tricks, auch für ungeübte Bastler. Alles praxiserprobt und sogar mit TÜV-Segen.

HOMBERG: Tageskurs Nr. 104066V22

TERMIN: Sa 29.10.2022, 9.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 30,00 Euro für 10 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Olaf Normann • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Haus und Garten

**Einen Obstbaum fürs Leben**

Der Geburtsbaum, der Taufbaum, der Hochzeitsbaum...

Dieser Abend gibt einen Überblick: Im Kurs werden die verschiedenen Kaufgrößen und die zu erwartenden Endgrößen des Baumes erörtert. Welche Sorten wachsen bei uns in der Region gut? Welche sind krankheitsanfällig und deshalb besser nicht zu pflanzen? Welche Bäume brauchen einen zweiten Baum zur Befruchtung in ihrer Nähe? Wie pflanze ich einen Obstbaum richtig? Das kommende Frühjahr ist dann der perfekte Zeitpunkt den richtigen Obstbaum zu pflanzen.

JESBERG: Abendkurs Nr. 104057V22

TERMIN: Di 29.11.2022, 18.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Grünland-Akademie Carola Drüsedau, Bahnhof Densberg; Nähe OT Schönstein • KOSTEN: 15,00 Euro für 3 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. 2 Euro für Skript (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Dipl.Ing. Carola Drüsedau • AUSKUNFT: Tel. 06695 911912 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Du altes Haus...

Wie Sie den Wert Ihrer Immobilie bewahren

Sie sind im Eigentum eines historischen Objektes, oder spielen mit dem Gedanken eines zu erwerben? Interessieren Sie sich sogar für den Denkmalschutz oder möchten dem Denkmalschutz auf den Grund gehen? In diesem Kurs erhalten Sie das nötige Rüstzeug dafür. Locker und leicht nähern wir uns in geselliger Runde dem Themenfeld „Historische Substanz“ und finden anhand Ihrer persönlichen Beispiele und Problemstellungen heraus, was die Objekte uns über die Vergangenheit verraten und wie wir sie am besten in die Zukunft führen können. Am Ende des Seminars verfügen die Kursteilnehmenden über kunstgeschichtliches, materialspezifisches sowie bauphysikalisches Grundwissen und sind in der Lage, jegliche Objekte zeitlich und stilistisch einzuordnen. Weiterhin wird Wissen vermittelt, wie Schäden frühzeitig erkannt und vermieden werden können und wie man bei der Renovierung oder Sanierung den einen oder anderen Euro einsparen kann.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 104050V22

BEGINN: Do 06.10.2022, 18.00 bis 19.30 Uhr, 6 Termine • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 48,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Philipp Alexander Sojka • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Projekt: Garten

Biodiversität bedeutet biologische Vielfalt. Genau diese gerät durch unser Leben immer mehr in Gefahr. Gleichsam sind es wir Menschen, die genau diese Biodiversität benötigen. Gesunde und funktionierende Ökosysteme sorgen für sauberes Trinkwasser, klare Luft und fruchtbare Böden. Im Kurs nähern wir uns diesem sehr großen Thema auf ganz konkrete Art und Weise. Am Beispiel des Gartens wird das Thema Biodiversität und Klima sichtbar und greifbar. Schon mit ein wenig Zeit und etwas mehr Interesse kann jede/r von uns auf wenigen Quadratmetern sowohl etwas für den eigenen Küchentisch als auch für die Artenvielfalt tun. Der Kurs widmet sich der Frage wie ein Garten angelegt werden kann. Es werden Ideen für den eigenen Garten oder ein gemeinsames Gartenprojekt entwickelt. Die Gruppe erfährt Beratung aus den Reihen der Landfrauen und andere Expertise.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104053V22

TERMIN: Sa 08.10.2022, 18.00 bis 19.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 8,00 Euro für 2 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 104054V22

TERMIN: Sa 22.10.2022, 18.00 bis 19.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** N.N. • **KOSTEN:** 8,00 Euro für 2 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104055V22

TERMIN: Sa 05.11.2022, 18.00 bis 19.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 8,00 Euro für 2 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 104056V22

TERMIN: Sa 19.11.2022, 18.00 bis 19.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 8,00 Euro für 2 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** N.N. • **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.

MELDUNGEN: Vormittagskurs Nr. 108052V22

BEGINN: Sa 08.10.2022, 10.00 bis 13.00 Uhr, 3 Termine, immer am 2. Sa. d. Monats [außer in den Ferien] • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** kostenfrei, 12 U-Std., ab 1 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Bernd Handschuch • **LEHR-MATERIAL:** Identität erlangen - aber wie? und Identisch bleiben - aber wie? • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Philosophie aufgrund Natur

Denken und Handeln ohne Rücksicht auf unsere natürliche Basis haben die Menschheit an den Rand der globalen Katastrophe gebracht. Auf diesem Freitags-Rundgang wollen wir uns auf Philosophien besinnen, die den Menschen als Lebewesen innerhalb der Ganzheit der Natur zu begreifen wussten und grundlegende Ansätze zu naturverträglichem Leben erbracht haben: U. a. werden Demokrit, Diogenes, Epikur, Schelling, Nietzsche und Albert Schweizer zu Gehör kommen.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 108050V22

TERMIN: Fr 30.09.2022, 13.30 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Freibad, Lorientstr. 2 • **KOSTEN:** kostenfrei, 3 U-Std., ab 2 Teiln., Treffpunkt Pforte des Freibad Ziegenhain • **LEITUNG:** Frank Rutz • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Wanderung vor dem Aschenberg mit philosophischen Gesprächen

Philosophie und Theologie am Beispiel des Thomas von Aquin und seiner Nachwirkung bis heute

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 fragen heute: Was lernen die Theologen von den Philosophen? Und wie beeinflusst heute die Theologie noch das philosophische Denken? Beim Wandern werden wir auch ein Auge für die Landschaft und die Pflanzen am Wege haben.

KNÜLLWALD: Tageskurs Nr. 108051V22

TERMIN: Sa 01.10.2022, 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.

Internetsicherheit

► **Aus der Vortragsreihe des Polizeipräsidiums Nordhessen**

Gefahren im Internet sicher begegnen

Ob mit PC, Tablet oder Smartphone: Immer häufiger sind wir im Internet unterwegs. Das wissen auch Betrüger und versuchen mit unterschiedlichen Methoden an Geld oder sensible Daten zu gelangen. Einige Betrugsmaschen halten sich hartnäckig, führen aber leider immer wieder zum Erfolg. Daneben gibt es immer wieder neue Ideen der Täter: Inzwischen gibt es z.B. den Enkeltrick schon über Messenger-Dienste. Derzeit werden auch diverse Maschen über SMS eingeleitet. Im Rahmen des Vortrags werden aktuelle Phänomene vorgestellt und wie man am besten darauf reagiert.

KASSEL: Vortrag Nr. 104065V22

TERMIN: Di 13.09.2022, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 08.09.2022 • **ORT:** DGH Habichtswald-Ehlen, Warmetalstraße 13 • **KOSTEN:** kostenfrei, 3 U-Std., ab 1 Teiln. • **LEITUNG:** Aniane Emde mit Polizeipräsidium Nordhessen • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Vortrag Nr. 104058V22

TERMIN: Di 18.10.2022, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 17.10.2022 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** kostenfrei, 3 U-Std., ab 1 Teiln. • **LEITUNG:** Aniane Emde mit Polizeipräsidium Nordhessen • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Fake Love – Liebesbetrug im Internet

Es fühlt sich wie die große Liebe an: Monatelang wird über das Internet die gemeinsame Zukunft geschmiedet. Mehrmals täglich gehen Liebesbekundungen ein. Sehnsucht und Vertrauen wachsen, auch wenn man die Internetbekanntschaft noch nie persönlich getroffen hat. Als Liebesbeweis wird dieser in einer vermeintlichen Notlage mit hohen Geldbeträgen ausgeholfen. Am Ende bleiben oft nur Schulden, Schuldgefühle und Scham, denn die Liebe war nur vorgetäuscht. Im Vortrag wird insbesondere das Phänomen Love-Scamming, eine Art digitaler Heiratsschwindel, beleuchtet. Ergänzend werden weiteren Maschen, bei denen die Gefühle nur vorgetäuscht werden, dargestellt.



ONLINE: Vortrag Nr. 104059V22

TERMIN: Di 08.11.2022, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 07.11.2022 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** kostenfrei, 3 U-Std., ab 1 Teiln. • **LEITUNG:** Aniane Emde mit Polizeipräsidium Nordhessen • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Bankkunden im Visier von Betrügern

Viele Cybertäter haben sich auf die Erbeutung sensibler Bankdaten spezialisiert. Für ihren digitalen Beutezug nutzen sie alle modernen Kommunikationsmittel: Die Täuschungsmanöver werden über E-Mail, Telefon und SMS/Messenger kombiniert. Im Vortrag werden die aktuelle Phänomene vorgestellt und Handlungsempfehlungen vermittelt.

ONLINE: Vortrag Nr. 104060V22

TERMIN: Di 22.11.2022, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 21.11.2022 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** kostenfrei, 3 U-Std., ab 1 Teiln. • **LEITUNG:** Aniane Emde mit Polizeipräsidium Nordhessen • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Gute Vorsätze für das neue digitale Jahr

In den letzten Jahren hat der Trend zu smarten Geräte unter dem Weihnachtsbaum stetig zugenommen. Im Vortrag erhalten Sie zahlreiche Tipps, welche guten Vorsätze Sie für Ihre digitalen Geräte Schritt-für-Schritt umsetzen sollten: Welche Empfehlungen gibt es für den Basis-Schutz, mit welchen Maßnahmen kann die Datensicherheit erhöht werden? Was gibt es bei der Installation von Software und Apps zu beachten? Welche Angriffsszenarien nutzen Cyberkriminelle? Im Rahmen des Vortrages werden aktuelle Phänomene vorgestellt und wie man am besten darauf reagiert.

ONLINE: Vortrag Nr. 104062V22

TERMIN: Di 10.01.2023, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 09.01.2023 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** kostenfrei, 3 U-Std., ab 1 Teiln. • **LEITUNG:** Aniane Emde mit Polizeipräsidium Nordhessen • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Smart Living

Neben Notebook, Tablet und Smartphone ziehen immer mehr internetfähige Haushaltsgeräte in unser Zuhause ein: Inzwischen sind auch Fernseher, Waschmaschine oder Saugroboter mit dem Internet verbunden. Bei allem Komfort, den das „Smart Living“ bietet, sollten aber auch Sicherheitsempfehlungen berücksichtigt werden. Andernfalls ist es Tätern über verschieden Methoden möglich, Accounts und/oder die Geräte zu übernehmen und für fremde Zwecke einzusetzen. Im Vortrag erhalten Sie einen Einblick über Angriffsmethoden und wie sich die missbräuchliche Einbindung in sogenannten Botnetzen darstellt. Zum Abschluss werfen wir noch einen Blick auf die Wearables. Auch für die am Körper getragenen Mini-Computer gilt es, entsprechende Sicherheitsempfehlungen zum Schutz der Daten zu berücksichtigen.

ONLINE: Vortrag Nr. 104063V22

TERMIN: Di 24.01.2023, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 23.01.2023 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** kostenfrei, 3 U-Std., ab 1 Teiln. • **LEITUNG:** Aniane Emde mit Polizeipräsidium Nordhessen • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Sicherheit für mobile Endgeräte

Smartphones und Tablets sind inzwischen –auch im Urlaubsständige Begleiter geworden. In diesem Vortrag erfahren Sie, welchen Basis-Schutz auch mobile Endgeräte benötigen und mit welchen Empfehlungen die IT-Sicherheit auch im Urlaub erhöht werden kann. Sie erhalten Tipps für die Urlaubsvorbereitungen, die Reisezeit wie auch für die Rückkehr aus dem Urlaub. Die Themenblöcke „Sicherer Umgang mit Apps“ und öffentliche WLAN-Nutzung beleuchten insbesondere die Datensicherheit. Auch das bargeldlose/kontaktlose Bezahlen über Smartphone wird immer beliebter. Im Vortrag erhalten Sie auch hier entsprechende Sicherheitsempfehlungen.

ONLINE: Vortrag Nr. 104064V22

TERMIN: Di 07.02.2023, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 06.02.2023 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** kostenfrei, 3 U-Std., ab 1 Teiln., In der vhs cloud • **LEITUNG:** Aniane Emde mit Polizeipräsident Nordhessen • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Sicher durch die Weihnachtszeit

Die Vorweihnachtszeit kann zuweilen ziemlich stressig sein. Eine kurze Unachtsamkeit und ein Klick an der falschen Stelle können beim Einkauf im Internet unangenehme Folgen haben. Der Vortrag möchte einen kleinen Beitrag dazu leisten, dass Sie auch in dieser Zeit einen kühlen Kopf bewahren: Sie erhalten Empfehlungen, welche Aspekte Sie bereits beim Kauf von smarten Geräte berücksichtigen sollten. Weiter erhalten Sie Tipps, wie Sie einen betrügerischen Fake-Shop erkennen können. Was ist beim bargeldlosen Bezahlen im Internet und im Geschäft zu beachten? Welchen Schutz gibt es vor Abofallen? Auch bei den digitalen Grüßen lauern jede Menge Gefahren. Im Vortrag werden Ihnen populäre Maschen der Cybertäter vorgestellt.

ONLINE: Vortrag Nr. 104061V22

TERMIN: Di 06.12.2022, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 05.12.2022 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** kostenfrei, 3 U-Std., ab 1 Teiln., In der vhs cloud • **LEITUNG:** Aniane Emde mit Polizeipräsident Nordhessen • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Frauenbildung

Erlebnistag für die Sinne Für Frauen

Durchatmen und fallen lassen. Ankommen und berühren lassen. Geben und Nehmen. Wir öffnen einen Raum für Begegnung und Berührung. Wir verwöhnen uns mit Massagen, Klängen, Meditationen, Gesängen und duftenden Ölen und teilen in einem achtsamen Kreis unsere Sorgen, Wünsche und Bedürfnisse und genießen anschließend die Stille. Es wird neben einigen Programmpunkten viel Raum für euch und eure Wünsche geben. Ob Fußbad oder ein kleiner Spaziergang in der Natur. Wir schauen einfach was entsteht und worauf wir Lust haben.

JESBERG: Tageskurs Nr. 170151V22

TERMIN: Sa 03.12.2022, 10.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Alte Mühle Densberg, Mühlenweg 2 • **KOSTEN:** 38,50 Euro für 11 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Saskia Kießling • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Wechseljahre - Mut zum Wandeln

Ein Kurs für Frauen ab Mitte 40



In den Wechseljahren durchlaufen wir Frauen einen natürlichen Prozess des Wandels. Bei allen Herausforderungen birgt diese Zeit auch die Chance einer Neuorientierung. Wir entdecken ungeahnte Kräfte und Potentiale, die uns einen positiven und wertschätzenden Umgang mit uns selbst ermöglichen. In diesem Kurs wollen wir uns darüber austauschen. Atem- und Entspannungsübungen, kreatives

Gestalten und Übungen zur körperlichen Wahrnehmung sollen uns dabei unterstützen. Das alles eröffnet uns neue Möglichkeiten unser Gleichgewicht in dieser wichtigen Lebensphase zu finden und zu bewahren.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 170150V22

BEGINN: Do 29.09.2022, 18.00 bis 19.30 Uhr, 6 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 48,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Elena Huber • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Selbstmanagement und Kommunikation

Lustig mit Schluss

Humor und Pointen mit Witz

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

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 111050V22

TERMINE: Sa 5.11. und So 6.11., jeweils 9 bis 16:30 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Olaf Normann • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Selbst? Aber sicher!

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

FRITZLAR: Wochenendkurs Nr. 111051V22

TERMINE: Sa 26.11. und So 27.11., jeweils 9 bis 16 Uhr • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 54,00 Euro für 18 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Olaf Normann • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

► Ausführlichere Kursbeschreibungen finden Sie auf unserer Webseite.

Ehrenamts-Kurse

Fundraising und Spendergewinnung

In Vereinen und aus Initiativen entstehen viele tolle Ideen. Die Umsetzung ist ohne ausreichend finanzielle Mittel oft schwierig. Wie kann man Spenden gewinnen, was ist Sponsoring und welche anderen Drittmittel könnten interessant sein? Diesen und weiteren Fragen widmet sich die Fortbildung „Fundraising und Spendergewinnung“. Sie erhalten einen Einblick, was Fundraising ist und wie Sie im Ehrenamt Ihre finanziellen Ziele erreichen können.

ONLINE: Abendkurs Nr. 102057V22

TERMIN: Mi 14.09.2022, 17.30 bis 19.30 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 13.09.2022 • **ORT:** Livestream • **KOSTEN:** kostenfrei, 3 U-Std., ab 5 Teiln., Teilnahme vor Ort nach Absprache möglich • **LEITUNG:** Karin Buchner in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Ehrenamt Schwalm-Eder • **AUSKUNFT:** Tel. 05681 775-850 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Social-Media für Vereine und Initiativen

➔ Teil 1 (Einsteiger)

Im Einsteiger-Kurs besprechen wir die Grundlagen erfolgreicher Social-Media-Arbeit. Wir schauen uns die aktuell wichtigsten Plattformen an (Facebook, Twitter, Instagram, TikTok), lernen anhand von Fallbeispielen großer Marken Content Creation kennen und schauen auf eigene Beispiele und Themen, die wir gemeinsam optimieren.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 102054V22

TERMIN: Do 13.10.2022, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 12.10.2022 • **ORT:** Livestream • **KOSTEN:** kostenfrei, 3 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Matthias Fejes in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Ehrenamt Schwalm-Eder • **AUSKUNFT:** Tel. 05681 775850 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ Teil 2 (Aufbaukurs)

In diesem Kurs lernen wir die Grundlagen einer strategischen Online-Kommunikation kennen. Wir besprechen die einzelnen Schritte auf dem Weg zu einer Kommunikationsstrategie, schauen uns verschiedene Online-Kanäle sowie deren Vor- und Nachteile an und analysieren eingängige Beispiele.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 102055V22

TERMIN: Do 20.10.2022, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 19.10.2022 • **ORT:** Livestream • **KOSTEN:** kostenfrei, 3 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Matthias Fejes in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Ehrenamt Schwalm-Eder • **AUSKUNFT:** Tel. 05681 775-850 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Die 10 größten Vereins-Mythen Irrtümer, die sich hartnäckig halten

Das Vereinsleben bietet nicht nur Traditionen, die über Generationen erhalten und weitergetragen werden, leider halten sich auch einige Irrtümer ebenso hartnäckig. Hierzu zählen z.B. Aussagen wie: „Wir sind gemeinnützig und deshalb zahlen wir keine Steuern“ oder „Zuschüsse sind wie Spenden zu behandeln“. In diesem Seminar werden wir uns einige „Mythen“ genauer anschauen und auf Wahrheitsgehalt prüfen.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 102056V22

BEGINN: Do 10.11.2022, 18.30 bis 20.00 Uhr, 3 Termine, Anmeldeschluss am 09.11.2022 • **ORT:** Livestream • **KOSTEN:** kostenfrei, 6 U-Std., ab 5 Teiln., Teilnahme vor Ort nach Absprache möglich • **LEITUNG:** Sandra Oechler in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Ehrenamt Schwalm-Eder • **AUSKUNFT:** Tel. 05681 775-850 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Innovationswerkstatt Ehrenamt - Interaktiv Probleme der Mitgliedergewinnung

Die Innovationswerkstatt Ehrenamt bietet eine lockere und kreative Atmosphäre, um Lösungsansätze für aktuelle Probleme im Ehrenamt zu finden. Das gebündelte Wissen der Teilnehmenden wird gesammelt und gemeinsam werden Lösungsstrategien entwickelt. In drei Stunden widmen wir uns, angelehnt an die Methode des Design Thinkings, dem Problem der Mitgliedergewinnung. Der Workshop ist interaktiv und erfordert die Mitarbeit der Teilnehmenden, die wesentlicher Bestandteil dieses Konzeptes ist.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 102052V22

TERMIN: Mo 10.10.2022, 17.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** kostenfrei, 4 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Daniela Landgrebe in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Ehrenamt Schwalm-Eder • **AUSKUNFT:** Tel. 05681 775-850 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 102051V22

TERMIN: Mo 26.09.2022, 17.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** kostenfrei, 4 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Daniela Landgrebe in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Ehrenamt Schwalm-Eder • **AUSKUNFT:** Tel. 05681 775-850 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 102053V22

TERMIN: Mo 17.10.2022, 17.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** kostenfrei, 4 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Daniela Landgrebe in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Ehrenamt Schwalm-Eder • **AUSKUNFT:** Tel. 05681 775-850 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Ehrenamtliche rechtliche Betreuungen Schulung nach dem hessischen Curriculum

Mit diesem Schulungsprogramm des hessischen Sozialministeriums werden sowohl rechtliche als auch medizinische und psychosoziale Themenbereiche behandelt. Egal ob Sie bereits als ehrenamtliche Betreuende arbeiten oder ob Sie sich in diesem Bereich engagieren möchten, hier werden Sie bestens informiert und vorbereitet.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 102050V22

BEGINN: Di 27.09.2022, 18.00 bis 21.00 Uhr, 7 Termine • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** kostenfrei, 28 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Ute Karwatzki in Kooperation mit Betreuungsverein Schwalm und Eder e.V. und AWO- Betreuungsverein • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Büchereileitungstreffen

Für ehren- und hauptamtliche
Bibliotheksmitarbeitende

Im Rahmen eines Seminars erwartet die Mitarbeitende aus Bibliotheken im Schwalm-Eder-Kreis ein spannender Impulsvortrag. Auch aktuelle Informationen aus der Hessischen Fachstelle und interaktive Elemente für den fachlichen Erfahrungsaustausch finden im Programm ihren Platz.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 102061V22

TERMIN: Sa 19.11.2022, 10.00 bis 14.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** kostenfrei, 5 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Alexander Weber in Kooperation mit der Hessischen Fachstelle für Öffentliche Bibliotheken • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

► **Inhaber der Ehrenamts-Card erhalten pro Jahr
25 % Ermäßigung auf das Entgelt eines vhs-Kurses**



SimA® - Selbständig und kompetent im Alter



Der demografische Wandel geht uns alle an!

Im Rahmen der Bevölkerungsvorausberechnung wird davon ausgegangen, dass in 20 Jahren 20.000 Menschen weniger im Schwalm-Eder-Kreis leben werden. Das Durchschnittsalter im Schwalm-Eder-Kreis liegt derzeit bei 45,9 Jahren und wird laut der Vorausberechnung im Jahr 2040 höher liegen. Auch im Schwalm-Eder-Kreis wird folglich der demografische Wandel in den kommenden Jahren mehr als sichtbar werden.

Zeit etwas zu tun

Als kommunales Weiterbildungszentrum will die Volkshochschule Schwalm-Eder einen Beitrag zur Zukunftsfähigkeit unserer Gesellschaft leisten, deswegen startet ab dem Jahr 2022, gefördert durch das Hessische Kultusministerium im Rahmen des Weiterbildungspaktes 2 und in Zusammenarbeit mit der Volkshochschule der Region Kassel das Projekt „Verstetigung und Weiterentwicklung von Qualifizierungsangeboten für Bewegung, Gedächtnis- und Kompetenztraining“. Im Rahmen des Projektes sollen in erster Linie nach SimA® qualifizierte Kursleitungen ausgebildete und SimA®-Kurse angeboten werden.

Was ist SimA®?

SimA® steht für „selbständig und kompetent im Alter“. Das SimA®-Trainingsprogramm ist ein an der Universität Erlangen-Nürnberg entwickeltes multimodales Angebot, welches Maßnahmen der geistigen und körperlichen Aktivierung in Gruppen sowie das gemeinsame Bearbeiten alltagsrelevanter Themen vereint. Die Wirksamkeit des SimA®-Präventionsprogramms wurde in Bundesforschungsprojekten am Institut für Psychogerontologie der Universität Erlangen-Nürnberg untersucht (www.sima-akademie.de).

Lassen Sie sich zur SimA®-Kursleitung ausbilden

In den Jahren 2022 und 2023 werden an der vhs Schwalm-Eder und vhs Region Kassel insgesamt vier SimA®-Qualifizierungen durchgeführt. Das heißt Sie haben die Möglichkeit sich ab sofort für die SimA®-Qualifizierung anzumelden. Angeboten wird die SimA®-Qualifizierung bestehend aus den beiden Modulen SimA®-Basic (3 Ausbildungstage im Umfang 24UE) und SimA®-Kompetenztraining (2 Ausbildungstage im Umfang von 16UE). Durch diese Grundqualifizierung können Sie sich als SimA®-Kursleitung qualifizieren und im Anschluss selbst SimA®-Kurse anbieten. So sollen im Schwalm-Eder-Kreis nach und nach SimA®-Kurse etabliert werden.

Gemeinsam geht's besser

Im Rahmen Ihrer Qualifizierung erhalten Sie sofort Zugang zu einem großen Netzwerk aus anderen Kursleitungen und Interessierten. Im Netzwerk können Sie Erfahrungen austauschen, voneinander lernen und gemeinsam Aufbauschulungen besuchen.



SimA®-Basic

Dauer: 3 Tage, 24 Unterrichtseinheiten

Im SimA®-Basic-Modul erhalten Sie alle theoretischen und praktischen Grundlagen zu den Themen Psychomotorik und Gedächtnistraining. Darüber hinaus werden in diesem Modul die Grundlagen zur SimA®-Idee, dem SimA®-Programm und der SimA®-Gruppenleitung vermittelt.

- Grundlagen des Alter(n)s
- Methodik und Didaktik einer SimA®-Gruppenleitung
- Theorie & Praxis zum Gedächtnis
- Grundlagen & praktische Übungen zur Psychomotorik

SimA®-Kompetenztraining

Dauer: 2 Tage, 16 Unterrichtseinheiten

Das SimA®-Kompetenztraining konzentriert sich auf die Frage, wie eine Passung zwischen den individuellen Ressourcen einer Person und den Anforderungen, die das Lebensumfeld an sie richtet, hergestellt werden kann. In Theorie und Praxis werden dabei exemplarische Themen besprochen und Ihre Rolle als Gruppenleiter reflektiert.

- Grundlagen zum Kompetenzbegriff
- Theorie und Praxis zum Kompetenztraining

Weitere Informationen oder Aktuelles:

Anika Wolf

Tel: 05681 775-411

Anika.Wolf@schwalm-eder-kreis.de

www.vhs-schwalm-eder.de

Quellen:
SimA®-Akademie [2020]. SimA® aktiv das Alter gestalten. Zugriff am 14.12.2021. Verfügbar unter https://www.sima-akademie.de/fileadmin/user_upload/sima/pdf/SimA-Imagebroschuere_web_final.pdf

Sprachen**Englischintensivkurs**

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.

➔ **Niveau A1.1 - Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse**

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406106X31

TERMINE: Mo 23.1. bis Fr 27.1, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
 • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen zur Anerkennung als Bildungsurlaub beim Arbeitgeber nach § 14 Abs. 2 HBUG: III1A-55n-4145-0213-21-1138 • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau A1.2 - Für Teilnehmende mit geringen Anfangskenntnissen**

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406116X31

TERMINE: Mo 13.03. bis Fr 17.03.23, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
 • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen zur Anerkennung als Bildungsurlaub beim Arbeitgeber nach § 14 Abs. 2 HBUG: III1A-55n-4145-0213-21-1137 • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: 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, working, 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. 406201X22

TERMINE: Mo 17.10. bis Fr 21.10., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
 • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen zur Anerkennung als Bildungsurlaub beim Arbeitgeber nach § 14 Abs. 2 HBUG: III1A-55n-4145-0213-21-1183 • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406202X31

TERMINE: Mo 8.5. bis Fr 12.5., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
 • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen zur Anerkennung als Bildungsurlaub beim Arbeitgeber nach § 14 Abs. 2 HBUG: III1A-55n-4145-0213-21-1184 • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Französisch - von Anfang an**Niveau A1.1**

Teilnehmende können ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen 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 und die interkulturelle Kompetenz stärken. Dazu kommen verständliche Informationen zu gesellschafts- und kulturpolitischen Themen französischsprachiger Länder und eine Einführung in die Bildungs- und Kulturpolitik von Frankreich. Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung für ein Europa mit mehrsprachigen Bürgerinnen und Bürgern zur Verbesserung der Kommunikation in Europa.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 408102X31

TERMINE: Mo bis Fr, 8.30 bis 16 Uhr, auf Nachfrage wird ein Kurs mit Termin ab Februar 2023 eingerichtet. • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen zur Anerkennung als Bildungsurlaub beim Arbeitgeber wird auf Nachfrage mitgeteilt • LEITUNG: N.N. • LEHRMATERIAL: Langenscheidt: Komplett-Paket Französisch A1, ISBN: 978-3-12-563333-9 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► **Ausführlichere Kursbeschreibungen finden Sie auf unserer Webseite.**

Spanisch intensiv

Sie erwerben rasch verwertbare Spanischkenntnisse für die mündliche und schriftliche Kommunikation im Alltag und am Arbeitsplatz. Der Kurs „Von Anfang an“ ist für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, der Kurs „Anfangskenntnisse erweitern“ erfordert Wissen auf dem Niveau A1.1. Die Kurse umfassen Themen, die auf einen Aufenthalt im spanischsprachigen Ausland vorbereiten. Die Sprachkurse enthalten Informationen zu gesellschafts- und wirtschaftspolitischen Themen spanischsprachiger Länder und eine Einführung in die spanischen und lateinamerikanischen Kulturen. Zwei aufeinander aufbauende Bildungsurlaube der politischen Bildung zur Verbesserung der Kommunikation in Europa mit mehrsprachigen Bürgerinnen und Bürgern.“

➔ Niveau A1.1 - von Anfang an

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 422101X22

TERMINE: Mo 7.11. bis Fr 11.11.22, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen zur Anerkennung als Bildungsurlaub beim Arbeitgeber nach § 14 Abs. 2 HBUG auf Nachfrage • **LEITUNG:** Galya Constanza Velasco Uribe • **LEHRMATERIAL:** Kursmaterial wird im Kurs ausgegeben • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.2 - Anfangskenntnisse erweitern

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 422119X31

TERMINE: Mo 6.2. bis Fr 10.2.23, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen zur Anerkennung als Bildungsurlaub beim Arbeitgeber nach § 14 Abs. 2 HBUG: III1A-55n-4145-0213-21-1136 • **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. 422202X22

TERMINE: Mo 10.10. bis Fr 14.10.22, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen zur Anerkennung als Bildungsurlaub beim Arbeitgeber nach § 14 Abs. 2 HBUG: auf Nachfrage • **LEITUNG:** Galya Constanza Velasco Uribe • **LEHRMATERIAL:** wird im Kurs ausgegeben • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Italienisch intensiv in Casina oder in der Toskana

Ein anerkannter Bildungsurlaub der politischen Bildung mit Themen aus Politik und Wirtschaft für ein Europa mit mehrsprachigen Bürgerinnen und Bürgern. Ein Sprachkurs in Italien mit sprachlicher Qualifizierung in authentischen Situationen und Themen aus Politik und

Wirtschaft an Beispielen vor Ort sowie der Erweiterung persönlicher und beruflicher Kompetenzen. Vermittelt werden Grundkenntnisse der italienischen Sprache, ausgerichtet an Themen und Kommunikationssituationen im italienischsprachigen Alltags- und Berufsleben. Das Sprachtraining erfolgt auch in realer Kommunikation mit Einheimischen in Casina / in der Toskana. Die Themenschwerpunkte zur Landeskunde sind ausgerichtet an den lokalen Besonderheiten der Region wie die Herstellung von Spezialitäten, z.B. Aceto Balsamico und Pasta (Casina) bzw. Tourismus, Olivenanbau und -verarbeitung sowie den Themen Weinbau und Weinerte (Toskana). Wirtschaftspolitische und kulturorientierte Aspekte werden im Unterricht und vor Ort erschlossen. Der Bildungsurlaub ist ideal für Personen zum ersten Einstieg in die italienische Sprache oder für solche mit wenigen Grundkenntnissen und besonders geeignet für die Berufsbereiche Gastronomie, Tourismus, Handel und Soziales. Die Organisation der An- und Abreise sowie die Buchung der vorgesehenen Unterkunft in Casina bzw. in der Umgebung von Florenz ist mit organisatorischer Hilfe der Kursleitung von den Teilnehmenden selbstverantwortlich und verbindlich zu buchen. Es gelten die AGB der jeweiligen Vertragspartner. Informationen zur Tagungsstätte und zur Unterkunft ist bei der Kursleitung zu erhalten. Ein Infogespräch für die Teilnehmenden wird nach Anmeldung von der Kursleiterin angeboten. Eine kostenfreie schriftliche Abmeldung ist möglich bis zum 05.05.2023 (Casina) bzw. bis zum 28.07.2023 (Toskana). Danach entsteht die Verpflichtung zur Zahlung des vollen Entgelts. Der Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung wird empfohlen. Aktenzeichen des anerkannten Bildungsurlaubs auf Nachfrage. Kursdurchführung unter Vorbehalt der aktuellen Lage zur Corona-Pandemie.

CASINA/ITALIEN: Bildungsurlaub Nr. 409104X31

TERMINE: Mo 26.6. bis Fr 30.6.23, jeweils 9.30 bis 17 Uhr, Anmeldeschluss: 05.05.2023 • **ORT:** Casina, Italien • **KOSTEN:** 398,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung, Aktenzeichen zur Anerkennung als Bildungsurlaub beim Arbeitgeber nach § 14 Abs. 2 HBUG: III7-55n-4145-0213-21-1262 vom 11.01.2022 • **LEITUNG:** Andrea Morra-Hehenkamp • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

TOSKANA /ITALIEN: Bildungsurlaub Nr. 409105X32

TERMINE: Mo 18.9. bis Fr 22.9.23, jeweils 9.30 bis 17 Uhr
• ORT: Florenz, Italien • **KOSTEN:** 420,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung., Aktenzeichen zur Anerkennung als Bildungsurlaub beim Arbeitgeber nach § 14 Abs. 2 HBUG: III1A-55n-4145-0213-22-0074 vom 11.01.2022 • **LEITUNG:** Andrea Morra-Hehenkamp • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

► Fortsetzung **Bildungsurlaube** auf der nächsten Seite

Beruf & Computer**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. 501551X22

TERMINE: Mo 31.10. bis Fr 04.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-22-0424 vom 19.04.2022 • **LEITUNG:** Thilo Hadamovsky • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Von der Idee zur professionellen Website
Mit WordPress**

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

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 501351X22

TERMINE: Mo 7.11. bis Fr 11.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-22-0267 vom 21.02.2022 • **LEITUNG:** Christian Schreiber • **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. 504850X22

TERMINE: Mo 24.10. bis Fr 28.10., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-22-0425 vom 19.04.2022 • **LEITUNG:** Sonia Komnick • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

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 Diagrammart 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. 502051X22

TERMINE: Mo 7.11. bis Fr 11.11., 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 III7-55n-4145-0213-21-0933 vom 06.10.2021 • **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. 502351X22

TERMINE: Mo 9.1. bis Fr 13.1., 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 III7-55n-4145-0213-22-0265 vom 21.02.2022 • **LEITUNG:** Katja Schirakowski • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Junge vhs

Arabisch - Anfangskenntnisse

Für Kinder von 7 bis 12 Jahren

Für Schülerinnen und Schüler, die gerne das arabische Alphabet lernen, schreiben und lesen und auch sprechen lernen wollen. Assalamu aalaykum!

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 401101T22

BEGINN: Mo 19.09.2022, 16.00 bis 17.30 Uhr, 10 Termine
 • ORT: Erich-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • KOSTEN: 63,00 Euro für 20 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Arej Alraja • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Cool - Zeichnen kann jede/r

Für Kids ab der 5. Klasse

Jede/r kann zeichnen lernen. Und das ohne (Schul-)Noten - in lockerer, entspannter Atmosphäre. Von einem Profi lernen und Spaß dabei haben. Individuell auf die jeweiligen Wünsche abgestimmt: ob kritzeln, skizzieren, zeichnen, Comics entwerfen, Manga-Heldinnen erschaffen - alles ist möglich. Wir haben die Auswahl zwischen Papier und iPad.

FRITZLAR: Wochenkurs Nr. 501453A22

TERMINE: Mo 24.10. bis Fr 28.10., jeweils 9 bis 12.15 Uhr, In den Ferien • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 70,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Thilo Hadamovsky • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Klettern, Schwingen, Spielen

Entwicklungsförderung für Kinder

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

➔ **Für Kinder von 4 bis 6 Jahren**

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 180150P22

INFO: Fr 9.9., 15.15 Uhr • BEGINN: Fr 16.09.2022, 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: 06691 24881 ab 20.30 Uhr • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

➔ **Für Kinder von 7 bis 10 Jahren**

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 180151P22

INFO: Fr 9.9., 15.15 Uhr • BEGINN: Fr 16.09.2022, 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: 06691 24881 ab 20.30 Uhr • 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



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 Kooperationspartnern.

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: 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.

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

Gesellschaft & Leben



Kultur & Kreativität



Gesundheit & Fitness



Sprachen & Integration



Beruf & Computer



Literatur

**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. 202051K22

BEGINN: Mo 12.09.2022, 18.00 bis 20.00 Uhr, 5 Termine, immer am 2. Mo. d. Monats und nach Absprache • **ORT:** Kulturzentrum Altes Amtsgericht, Am Amtsgericht 4 • **KOSTEN:** kostenfrei, 15 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.

Natur und Poesie
Lausche der Stille

Wir sind an diesem Tag ganz viel in der Natur und lauschen den Geräuschen, der Stille, dem Rauschen der Bäume. Wir machen uns empfänglich für die Botschaften der Natur und setzen diese dann als Gedicht oder Text um. Später treffen wir uns im Kreis und tauschen uns aus und teilen unsere Erkenntnisse in Form einer Lesung.

JESBERG: Tageskurs Nr. 202051L22

TERMIN: Sa 10.09.2022, 10.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Alte Mühle Densberg, Mühlenweg 2 • **KOSTEN:** 31,50 Euro für 9 U-Std., ab 6 Teiln., Bei schlechtem Wetter findet der Kurs im Seminarraum statt. • **LEITUNG:** Saskia Kießling • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Kreative Schreibwerkstatt

Erwecke deine Kreativität - Komm und schreib mit!

Dieser Kurs bietet Raum und Möglichkeit die eigene Kreativität zu entfalten. Es können eigene Projekte oder Konzepte mitgebracht werden. Im Kurs gibt es Unterstützung durch die Kursleitung und die Gruppe. So kann neue Motivation für die eigenen Schreibprojekte gewonnen werden. Ziel ist es die Kreativität (wieder) zu erwecken und am Ende des Kurses erste Schreibegebnisse und einen Plan für das weitere Vorgehen in der Hand zu halten.

JESBERG: Nachmittagskurs Nr. 202050L22

BEGINN: Mi 14.09.2022, 15.00 bis 18.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Alte Mühle Densberg, Mühlenweg 2 • **KOSTEN:** 140,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Saskia Kießling • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Kunst, Kulturgeschichte und Kleinkunst

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 das Jonglieren als ausgezeichnetes Gehirntraining bereits nach kurzer Zeit zur deutlichen Verbesserung der Motorik führt. Dieser Kurs führt in das klassische Drei-Ball-Jonglagemuster Kaskade mit zahlreichen Tricks bis hin zum Spiel mit einem oder mehreren Partnern (Passing) ein. Ferner gibt es einen Einblick in das Spiel mit Ringen sowie in die Grundlagen der Keuljonglage. Teilnehmen können Menschen jeden Alters gleichermaßen wie Neulinge und Fortgeschrittene.

EDERMÜNDE: Vormittagskurs Nr. 204050L22

TERMIN: Sa 24.09.2022, 10.00 bis 13.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Ernst-Reuter-Schule Grifte, An der Ernst-Reuter-Schule 4 • **KOSTEN:** 20,00 Euro für 4 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Isabel Döring • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

EDERMÜNDE: Vormittagskurs Nr. 204051L22

TERMIN: Sa 26.11.2022, 10.00 bis 13.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Ernst-Reuter-Schule Grifte, An der Ernst-Reuter-Schule 4 • **KOSTEN:** 20,00 Euro für 4 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Isabel Döring • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Die Magie der Illusion

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

**FRITZLAR:** Wochenendkurs Nr. 204052L22

TERMINE: Sa 10.12. und So 11.12., jeweils 9 bis 16.30 Uhr • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Olaf Normann • **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. 206051L22

TERMIN: Di 11.10.2022, 18.00 bis 19.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 9,00 Euro für 2 U-Std., ab 7 Teiln. • **LEITUNG:** Ahmed Sibak • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Sonderführung durch die Gärten in Niederurff: ART GARTEN und GEMEINSCHAFTS GARTEN

Für Blinde oder Sehbeeinträchtigte geeignet

Der Weg dieser Sonderführung geht durch beide Gärten in Bad Zwesten - Niederurff.

Die Galerie Natur mit ihren Lufträumen, ihren Kunst-Werken, den Pflanzen und Ruheplätzen, dem Spiel von Licht, Schatten, Wärme und Kälte wird für die Teilnehmenden erlebbar. Ein Berühren und Ertasten der Materialien unterstützt das sinnliche Erleben.

Der Geruchssinn wird durch die Düfte der Pflanzen, der Hörsinn durch die Geräusche der Natur, Kunst und Tierwelt, der Geschmackssinn durch das Probieren von Kräutern und Pflanzen im Gemüsegarten unterstützt. Die Führung soll Blinde oder Sehbeeinträchtigte und alle weiteren Interessierten ansprechen.



BAD ZWESTEN: Exkursion Nr. 206050L22

TERMIN: Sa 17.09.2022, 14.30 bis 16.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Alte Pfarrei Niederurff, Parkstr. 3 • **KOSTEN:** kostenfrei, 3 U-Std., ab 4 Teiln., Treffpunkt Parkplatz Ev. Kirche in Niederurff • **LEITUNG:** Dr. Alexandra Urbas und Michaela Spellerberg, eine Kooperation mit der Alte Pfarrei Niederurff • **AUSKUNFT:** Tel. 06693 1619 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Tanzen

Country Line Dance

Für Beginner

Line Dance ist eine Art Formationstanz in der Gruppe, für den man keinen Tanzpartner benötigt. Neben den Tänzen in „Line“ gibt es auch Couple-, Contra- und Kreistänze. Line Dance wird weltweit getanzt, und so kann jeder der eine Tanzchoreographie erlernt hat, unabhängig vom Ort auf den zahlreichen Line Dance Veranstaltungen mittanzen. Sie erlernen verschiedene Tänze mit ihrer jeweiligen Choreografie nach Countrysongs, Popmusik und aktuellen Musiktiteln. Dabei werden die Anforderungen nach einem einfachen Einstieg und in Absprachen mit den Teilnehmenden nach und nach gesteigert. Es gibt keine Altersbegrenzung und Kondition sowie Koordination werden automatisch gefördert. Die Teilnahme ist einzeln oder als Paar möglich.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 205061K22

INFO: Di 27.9., 18.30 Uhr, **BEGINN:** Di 04.10.2022, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** DGH Kleinenglis, Am Vogelsang 1 • **KOSTEN:** 56,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Andree Herzog und Nicole Herzog • **AUSKUNFT:** Tel. 0152 29661476 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Discofox für Einsteiger und Einsteigerinnen

Discofox ist weit mehr als ein stupides „1, 2, Tip“. Der Klassiker unter den Paartänzen, der in den 70er Jahren den Foxtrott ablöste und modernisierte, ist auch heute noch bei Jung und Alt beliebt und kommt nicht nur auf fast jeder Familienfeier zum Einsatz. Im Kurs lernen Sie Schritt für Schritt den Tanz kennen und lieben.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 205060L22

BEGINN: Mo 19.09.2022, 19.00 bis 20.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 73,60 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Viola Gäde und Peter Brandt • **AUSKUNFT:** Tel. 0151 59474029 • **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. Beginner und Fortgeschrittene sind willkommen. Vor der Kursbuchung bitte Rücksprache mit der Kursleitung halten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 205059L22

BEGINN: So 18.09.2022, 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. 205054L22

BEGINN: Mi 14.09.2022, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Iris Plasberg • **AUSKUNFT:** Tel. 0171 2132084 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

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. 205056L22

BEGINN: Do 15.09.2022, 18.45 bis 20.15 Uhr, 10 Termine • **ORT:** DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 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. 205055L22

BEGINN: Mi 14.09.2022, 20.15 bis 21.45 Uhr, 10 Termine • **ORT:** DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Iris Plasberg • **AUSKUNFT:** Tel. 0171 2132084 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ Mit geringen Vorkenntnissen - Stufen 1,2,3

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 205058L22

BEGINN: So 18.09.2022, 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 guten Vorkenntnissen - Stufe 4

WABERN: Abendkurs Nr. 205057L22

BEGINN: Do 15.09.2022, 20.30 bis 22.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Iris Plasberg • **AUSKUNFT:** Tel. 0171 2132084 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Tanzkurs Boogie Woogie

Fröhlich, sportlicher Paartanz für alle Altersgruppen für Beginner mit und ohne Tanzerfahrung. Der Kurs widmet sich den Themen: Tanzhaltung, Körperspannung, klassischer Grundschrift und Platzwechselvarianten. Optional üben wir auch die eine oder andere Figur oder Schrittfolge. Der Kurs in Fritzlar ist auch für Teilnehmende des Workshops geeignet.

Workshop

GUXHAGEN: Kompaktkurs Nr. 205050L22

TERMIN: Sa 17.09.2022, 10.00 bis 14.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Grundschule, Schöne Aussicht 13-25 • KOSTEN: 35,00 Euro für 5 U.-Std., ab 10 Teiln., nur paarweise Anmeldung möglich. • LEITUNG: Uwe Carl • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Kurse

GUXHAGEN: Abendkurs Nr. 205053L22

BEGINN: Do 15.09.2022, 19.45 bis 21.15 Uhr, 6 Termine • ORT: Grundschule, Schöne Aussicht 13-25 • KOSTEN: 60,00 Euro für 12 U.-Std., ab 8 Teiln., nur paarweise Anmeldung möglich. • LEITUNG: Uwe Carl • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 205052L22

BEGINN: Di 27.09.2022, 19.00 bis 20.30 Uhr, 8 Termine • ORT: Schule an den Türmen, Neustädter Str. 15 • KOSTEN: 80,00 Euro für 16 U.-Std., ab 6 Teiln., nur paarweise Anmeldung möglich. • LEITUNG: Uwe Carl • 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 figürliche 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. 207053L22

INFO: Di 13.9., 18 Uhr, BEGINN: Di 20.09.2022, 18.00 bis 20.15 Uhr, 6 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Schladenweg 43 • KOSTEN: 72,00 Euro für 18 U.-Std., ab 5 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 unserer 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, auch mit Lettering. Das meditative Schreiben mit Feder und Tinte bringt Ruhe in unseren hektischen Alltag. Für alle Kenntnisstufen geeignet.

SCHWALMSTADT: Wochenendkurs Nr. 207050L22

TERMINE: Fr 2.12., 17 bis 20 Uhr und Sa 3.12., 11 bis 17 Uhr • ORT: Haus f. Gemeinschaftspflege Treysa, Burggasse 7 • KOSTEN: 72,00 Euro für 12 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. 207054L22

BEGINN: Di 20.09.2022, 17.00 bis 18.30 Uhr, 7 Termine • ORT: Altenburgschule, Kasseler Str. 12 • KOSTEN: 70,00 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.

Weihnachtskarten selbst gestalten

Malen, drucken und kleben bieten eine Vielfalt an gestalterischen Möglichkeiten. Durch das Experimentieren mit verschiedenen Techniken entstehen Unikate, die einen besonderen Weihnachtsgruß versprechen. Dies ist ein inklusiver Kurs in Zusammenarbeit mit der Hephata Diakonie.



SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 207051L22

BEGINN: Mo 05.12.2022, 16.30 bis 18.30 Uhr, 3 Termine • ORT: Atelier Farbenhaus, Wagnergasse 1 • KOSTEN: 30,00 Euro für 5 U.-Std., ab 2 Teiln., inklusive Materialkosten • LEITUNG: Sabine Brusius in Kooperation mit Hephata • AUSKUNFT: Tel. 06691 9110396 • 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. Das Angebot ist für Menschen mit und ohne Vorkenntnisse geeignet. Dies ist ein inklusiver Kurs in Zusammenarbeit mit der Hephata Diakonie.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 207052L22

BEGINN: Mo 07.11.2022, 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 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. 207055L22

TERMINE: Fr 4.11., 14 bis 18 Uhr und Sa 5.11., 10 bis 18 Uhr • ORT: Steinwaldschule, Reißmannweg 7 • KOSTEN: 60,00 Euro für 15 U.-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 5 Euro Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Astrid Schlemmer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► Kurse zu „Zeichnen mit dem iPad“
finden Sie auf Seite 50

Textiles Gestalten

Nähen macht Spass

Für Beginner und Beginner Plus

Im Kurs wird zunächst das einfache Nähen auf Papier geübt, um ein Gefühl für das Fußpedal zu bekommen. Das erste Nähprojekt ist dann ein Patchworkschlüsselband. Die Stoffauswahl wird gemeinsam besprochen, dann folgt das Zuschneiden und das Zusammennähen der einzelnen Stoffstücke. Die fortgeschrittenen Beginner verfolgen ein eigenes Nähprojekt. Hier beraten wir gemeinsam welches Projekt sich eignet.

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 209053L22

BEGINN: Do 15.09.2022, 16.00 bis 18.00 Uhr, 4 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 44,00 Euro für 11 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 2 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch und ggf. 10 Euro Leihgebühr für Nähmaschine und weiteres Zubehör (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Judith Schwerdtfeger-Asbrand • **AUSKUNFT:** Tel. 0177 1695280 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 209054L22

BEGINN: Do 17.11.2022, 16.00 bis 18.00 Uhr, 4 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 44,00 Euro für 11 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 2 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch und ggf. 10 Euro Leihgebühr für Nähmaschine und weiteres Zubehör (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Judith Schwerdtfeger-Asbrand • **AUSKUNFT:** Tel. 0177 1695280 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ **Nähsprechstunde**

In der Nähsprechstunde sollen Fragen oder Probleme beim eigenen Nähprojekt gemeinsam angegangen werden.

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 209011K22

TERMIN: Do 22.09.2022, 16.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 5,00 Euro für 3 U-Std., ab 1 Teiln., zzgl. ca. 2 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch und ggf. 10 Euro Leihgebühr für Nähmaschine und weiteres Zubehör (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Judith Schwerdtfeger-Asbrand • **AUSKUNFT:** Tel. 0177 1695280 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 209058K22

TERMIN: Do 06.10.2022, 16.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 5,00 Euro für 3 U-Std., ab 1 Teiln., zzgl. ca. 2 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch und ggf. 10 Euro Leihgebühr für Nähmaschine und weiteres Zubehör (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Judith Schwerdtfeger-Asbrand • **AUSKUNFT:** Tel. 0177 1695280 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 209060K22

TERMIN: Do 24.11.2022, 16.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 5,00 Euro für 3 U-Std., ab 1 Teiln., zzgl. ca. 2 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch und ggf. 10 Euro Leihgebühr für Nähmaschine und weiteres Zubehör (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Judith Schwerdtfeger-Asbrand • **AUSKUNFT:** Tel. 0177 1695280 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 209059K22

TERMIN: Do 15.12.2022, 16.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 5,00 Euro für 3 U-Std., ab 1 Teiln., zzgl. ca. 2 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch und ggf. 10 Euro Leihgebühr für Nähmaschine und weiteres Zubehör (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Judith Schwerdtfeger-Asbrand • **AUSKUNFT:** Tel. 0177 1695280 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.



Auf die Socken, fertig, los!

Stricken für Beginner 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 und abwechslungsreiche Stricktechniken für alle Schwierigkeitsgrade, aber auch für Beginner. Mit dem Nadelspiel spielend Socken stricken. Schrittweise Anleitung – leicht verständlich vom Bündchen bis zur Spitze. Das Material kann am Kursabend erworben oder selbst mitgebracht werden.

EDERMÜNDE: Abendkurs Nr. 209061L22

BEGINN: Di 01.11.2022, 18.00 bis 20.00 Uhr, 5 Termine • **ORT:** Strickwerk34, Kirchgasse 2 • **KOSTEN:** 48,10 Euro für 13 U-Std., ab 5 Teiln., Nadelspiel und Strumpfwolle kann auch bei der Kursleitung erworben werden • **LEITUNG:** Katja Stein • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Nähen leicht gemacht

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

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 209052L22

INFO: Do 15.9., 18 Uhr, **BEGINN:** Do 22.09.2022, 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.



Selbstgenäht - Babys Winteroutfit aus Walk

Du möchtest dein Baby nicht einfach in irgendetwas kleiden, sondern in einem stylischen Winteroutfit aus 100% Naturmaterialien? Dann bist du in diesem Kurs genau richtig. Gemeinsam nähen wir einen Overall, oder eine Jacke aus Walk. Ich helfe dir dabei, deine Vorstellungen in die Realität umzusetzen. Du musst dich um nichts kümmern: Ich bringe die Schnittmuster mit, erkläre dir, welche Stoffe geeignet sind und helfe dir bei deinem (Wieder-)Einstieg an der Nähmaschine. Der Kurs ist für Beginner geeignet, eine eigene Nähmaschine ist Voraussetzung.



SCHWALMSTADT: Wochenendkurs Nr. 209056L22

TERMINE: Sa 22.10. und So 23.10., jeweils 9 bis 13.30 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 54,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Alisha Sojka • **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, Tischläufer, Zierkissen und Wohndeko aber auch Blusen und Taufkleider aus edlem Leinen oder feinem Baumwollstoff in kunstvoller Fleißarbeit hergestellt.

FRIELENDORF: Abendkurs Nr. 209051L22

BEGINN: Do 03.11.2022, 18.30 bis 20.30 Uhr, 8 Termine, 14-täglich • **ORT:** Grundschule Obergrenzebach, An der Schule 5 • **KOSTEN:** 52,50 Euro für 21 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Irene Horn • **AUSKUNFT:** Tel. 06691 5974 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 209062L22

BEGINN: Di 01.11.2022, 14.30 bis 17.00 Uhr, 6 Termine, jeden ersten Dienstag im Monat • **ORT:** DGH Cappel, Rosenstraße • **KOSTEN:** 50,00 Euro für 20 U-Std., ab 9 Teiln. • **LEITUNG:** Regina Wickert • **AUSKUNFT:** Tel. 05622 799113 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 209063L22

BEGINN: Di 01.11.2022, 10.00 bis 12.30 Uhr, 6 Termine • **ORT:** DGH Lützelwig, Ohestr. 14 • **KOSTEN:** 50,00 Euro für 20 U-Std., ab 9 Teiln. • **LEITUNG:** Anna Elisabeth Grein • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 209057K22

INFO: Mo 26.9., 18 Uhr, **BEGINN:** Mo 10.10.2022, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine, 14-täglich • **ORT:** DGH Niedergrenzebach, Knüllstr. 21 / Kirchplatz • **KOSTEN:** 50,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Elisabeth Stübing • **AUSKUNFT:** Tel. 06691 3809 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Plastisches Gestalten

Holz ist Kunst-Stoff

Holzbildhauerei Kompaktkurs

Inspiziert von den dynamischen Qualitäten des Naturmaterials Holz kann in der schönen Werkstatt der Kreisberufsschule in Ziegenhain/Schwalmstadt der dreidimensionalen Entdeckerlust nachgegangen werden. Die Bildhauerin Christine Ermer unterstützt Sie in der Umsetzung Ihrer eigenen Ideen und es entstehen abstrakte oder naturalistische Formen, Gesichter oder Reliefs. 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. 210050L22

TERMINE: Fr 21.10., 15 bis 19 Uhr und Sa 22.10. bis Mo 24.10., jeweils 10 bis 17 Uhr • **ORT:** Berufsschule Campus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 139,50 Euro für 31 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. 210051L22

TERMIN: Sa 12.11.2022, 9.00 bis 17.15 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Werkstatt Vönhof, Terrassenweg 6 • **KOSTEN:** 49,00 Euro für 11 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Sandra Vönhof • **AUSKUNFT:** Tel. 05661 53654 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Singen und Musizieren

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. 213054L22

INFO: Mi 28.9., 18 Uhr, **BEGINN:** Mi 05.10.2022, 18.00 bis 19.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • **KOSTEN:** 44,00 Euro für 11 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Elena Huber • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Friedenslieder aus aller Welt

Die Kraft und Wirkungsweisen von Liedern und Gebeten sind in der Kultur seit jeher bekannt. Wir wollen uns treffen und singen, um wieder eine tiefere Verbindung zu uns herzustellen und den Frieden in unser Herz einladen, damit wir ihn anschließend in die Welt senden können.

JESBERG: Abendkurs Nr. 213055L22

BEGINN: Mi 14.09.2022, 19.00 bis 21.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Alte Mühle Densberg, Mühlenweg 2 • **KOSTEN:** 67,50 Euro für 27 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Saskia Kießling • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Ensemble 50 plus

Gemeinsames Musizieren für Erwachsene

Zusammen zu musizieren macht viel Freude, auch wenn Sie Ihr Instrument vielleicht längere Zeit nicht in der Hand hatten. Folgende Inhalte werden vermittelt: Zusammenspiel in der Gruppe und musikalische Gestaltung; 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 geeignet, aber auch Gitarre, Kontrabass und Akkordeon sowie Rhythmusinstrumente. Im Vordergrund steht immer die Freude am Tun. Abschluss und Höhepunkt ist ein kleiner Auftritt zum Ende eines jeden Kurses, natürlich immer unter Einhaltung der aktuell gültigen Pandemie-Regeln. Voraussetzungen sind lediglich Grundkenntnisse auf dem eigenen Musikinstrument und im Notenlesen.

FRIELENDORF: Nachmittagskurs Nr. 213052K22

BEGINN: Do 15.09.2022, 16.30 bis 18.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Hinter den Höfen 6 • **KOSTEN:** 58,50 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Brigitte-Barbara Michelbach in Kooperation mit dem Seniorenbüro der Gemeinde Frielendorf • **AUSKUNFT:** Tel. 05684 8938 oder 06692 1836 • **ANMELDUNG:** Am 1. Kurstermin.

Afrikanisches Trommeln

Für Beginner und Fortgeschrittene

Schnell einsteigen und leicht Neues lernen - zum Entspannen und Energieschöpfen. Der Kurs vermittelt die Grundkenntnisse des Trommelns auf Djembe, Basstrommeln und verschiedenen Percussioninstrumenten. Stimme und Körper werden mit einbezogen. Ziel ist es, einen einfachen traditionellen Rhythmus mehrstimmig zu spielen. Im Mittelpunkt steht die Freude am gemeinsamen Grooven. Trommeln ist Lebensfreude pur! Instrumente stehen gegen eine Gebühr zur Verfügung oder die eigene Trommel kann mitgebracht werden.

FELSBURG: Abendkurs Nr. 213053L22

BEGINN: Mi 14.09.2022, 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.

FRIELENDORF: Abendkurs Nr. 213051L22

BEGINN: Do 13.10.2022, 19.00 bis 20.30 Uhr, 6 Termine • **ORT:** Palmbergschule, Nelkenstr. 23 • **KOSTEN:** 48,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 10 Euro für Arbeitsmaterial und Instrumentennutzung (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Heinz Moeller • **AUSKUNFT:** Tel. 05682 2178 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

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. 213056L22

TERMINE: Fr 3.12. und Sa 4.12, jeweils von 9 bis 16.30 Uhr • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Olaf Normann • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Gitarre für Fortgeschrittene

Von Volks- bis Rockmusik

Gitarrenunterricht für Fortgeschrittene. Im Kurs werden Anleitungen zu Zupftechniken und Rhythmusbegleitung sowie Gesang und das Solospielen vermittelt.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 213050L22

INFO: Mo 26.9., 18 Uhr, **BEGINN:** Mo 10.10.2022, 18.00 bis 20.00 Uhr, 7 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 76,00 Euro für 19 U-Std., ab 7 Teiln. • **LEITUNG:** Wolfgang Wiese • **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**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, wird 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. 301051H22

BEGINN: Mi 14.09.2022, 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. 301052H22

BEGINN: Fr 07.10.2022, 18.30 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** DGH Weißenborn, Schulweg 5 a • **KOSTEN:** 54,40 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Birgit Balzer • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 301053H22

BEGINN: Mo 12.09.2022, 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.

Entspannung pur - finde deine Balance

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

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 301055H22

BEGINN: Di 04.10.2022, 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:** Brigitta Leitherer • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Bewegende 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 Beginner.

**BAD ZWESTEN:** Vormittagskurs Nr. 301551H22

TERMINE: Sa 24.9 und Sa 08.10, 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.

Biodanza® für Vitalität und Wohlbefinden**Tanzen neu erleben**

Sie haben Spaß an Rhythmus und Bewegung? Mit Biodanza® erleben Sie eine Möglichkeit, Ihre ureigene Lebensfreude und Vitalität kreativ auszuleben und dem Alltag zu entfliehen. Begleitet durch die zarte und auch kraftvolle ausgesuchte Musik aus verschiedenen Kulturen, wirken die Übungen alleine, zu zweit und innerhalb der Gruppe anregend und belebend zugleich. Ziel ist dabei, über die eigenen Bewegungen, Begegnungen und Lebendigkeit den Zugang zur Kreativität, Affektivität und Lebensfreude zu ermöglichen bzw. zu stärken. Die Bewegungen nach dieser Methode tragen zur Mobilisierung und Entspannung bei. Die Teilnahme ist für Menschen jeden Alters geeignet. Ein Tanzpartner und Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 301063H22

BEGINN: Mi 14.09.2022, 18.30 bis 20.00 Uhr, 3 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 30,00 Euro für 6 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Angela Pooch • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Progressive Muskelentspannung (PME)**Nach Jacobson**

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 wiederherzustellen 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.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 301061H22

BEGINN: Do 20.10.2022, 17.00 bis 18.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 38,50 Euro für 11 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Helga Haase • **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. 301058H22

BEGINN: Do 08.09.2022, 17.45 bis 19.15 Uhr, 13 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 86,00 Euro für 26 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Kerstin Kromholz • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ **Onlinekurs in der vhs cloud zum Start in den Tag (sanftes BBP)**

ONLINE: Onlinekurs Nr. 301059H22

BEGINN: So 09.10.2022, 9.30 bis 11.00 Uhr, 11 Termine, Anmeldeschluss am 06.10.2022 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 92,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Kerstin Kromholz • **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**

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 301150H22

BEGINN: Mi 14.09.2022, 15.30 bis 17.00 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 82,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elke Klee • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 301154H22

BEGINN: Do 15.09.2022, 19.30 bis 21.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Stellbergsschule, Rudolf-Harbig-Str. 2 • KOSTEN: 58,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Sandra Hesse • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 301153H22

BEGINN: Di 27.09.2022, 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.

KNÜLLWALD: Abendkurs Nr. 301155H22

BEGINN: Mi 21.09.2022, 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.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 301156H22

BEGINN: Mi 14.09.2022, 9.30 bis 11.00 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 72,00 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Dominika Fischer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

WABERN: Abendkurs Nr. 301158H22

BEGINN: Mo 12.09.2022, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • KOSTEN: 58,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Sandra Hesse • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Für Einsteiger und Fortgeschrittene**

FRIELENDORF: Abendkurs Nr. 301251H22

BEGINN: Mo 26.09.2022, 18.00 bis 19.30 Uhr, 9 Termine • ORT: Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Hinter den Höfen 6 • KOSTEN: 65,70 Euro für 18 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Petra Rothe • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

GUDENSBERG: Nachmittagskurs Nr. 301252H22

BEGINN: Di 27.09.2022, 16.30 bis 18.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • KOSTEN: 63,50 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Petra Rothe • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 301254H22

BEGINN: Fr 16.09.2022, 11.30 bis 13.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 82,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Manuela Fritsch • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Onlinekurs**

ONLINE: Onlinekurs Nr. 301350H22

BEGINN: Mi 14.09.2022, 19.00 bis 20.15 Uhr, 10 Termine, Anmeldeschluss am 12.09.2022 • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 49,30 Euro für 17 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Sandra Hesse • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Yoga und Meditation

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

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 301354H22

BEGINN: Fr 30.09.2022, 18.00 bis 19.30 Uhr, 11 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 63,80 Euro für 22 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Jessica Schmitz • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Power-Yoga

Dieser ganzheitliche Yoga-Stil ist fitnessorientiert, dynamisch und kraftvoll gestaltet. Auf Meditation und Mantra wird verzichtet. Einzelne Yogapositionen (Asanas) werden zu fließenden Übungssequenzen (Flows) und auch durch Sprünge verbunden. Atemsynchronisiertes, bewusstes Halten einzelner Yogapositionen fördern Muskelaufbau und Flexibilität und können zu einer Stärkung und Mobilisierung der Muskulatur verhelfen.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 301351H22

BEGINN: Di 13.09.2022, 19.30 bis 20.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Osterbachschule, August-Vilmar-Str. 4 • KOSTEN: 59,00 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Manuela Fritsch • 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. 301353H22

BEGINN: Mi 14.09.2022, 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.



Yoga-Workshops**Yoga gegen Ängste**

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

KNÜLLWALD: Nachmittagskurs Nr. 301355H22

TERMIN: Sa 29.10.2022, 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. 301356H22

TERMIN: Sa 05.11.2022, 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. 301357H22

TERMIN: Sa 26.11.2022, 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 mit TRIYOGA®-Flows

TRIYOGA® nach Kali Ray umfasst die klassischen Yoga-Praktiken 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. 301358H22

TERMIN: Sa 03.12.2022, 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.

**Tai Chi und Qigong****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.

FRIELENDORF: Abendkurs Nr. 301455H22

BEGINN: Di 20.09.2022, 17.30 bis 18.45 Uhr, 13 Termine • **ORT:** Grundschule Großropperhausen, Schulstr. 17 • **KOSTEN:** 78,60 Euro für 22 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Frank Barnack • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 301456H22

BEGINN: Mi 21.09.2022, 17.30 bis 18.30 Uhr, 14 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 78,00 Euro für 19 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Frank Barnack • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Qigong zur Stressbewältigung
Für Rücken und Immunsystem**

Qigong ist ein Bestandteil der chinesischen Medizin und wirkt auf Körper, Geist und Seele gleichermaßen. Langsame, meditative Bewegungen mit sanfter und bewusster Atmung bewirken, dass der Körper bei regelmäßigem Üben geschmeidiger wird, die Durchblutung sich verbessert und sich ein Gefühl der Kraft und Ausgeglichenheit einstellt. Qigong ist eine einfache Möglichkeit, etwas für Gesundheit und Wohlbefinden zu tun und die ausgleichende Wirkung entspannter Bewegung zu erleben.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 301458H22

BEGINN: Mi 14.09.2022, 16.30 bis 17.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** DGH Rörshain, Reuters Ruh 2 • **KOSTEN:** 70,00 Euro für 13 U-Std., ab 1 Teiln., Kooperationsveranstaltung - keine Entgeltmäßigung möglich • **LEITUNG:** Jutta Pietsch • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Tai Chi

Wollen Sie Ihr Bewegungsbewusstsein fördern? Ihre Verbindung zwischen Körper und Geist verstärken? Ihre Kreativität entfalten? Einen Ausgleich zur täglichen Arbeit schaffen? Sich selbst und andere bewusster wahrnehmen? Dann nutzen Sie die Gelegenheit, die Bewegungssprache des Tai Chi kennenzulernen. Unabhängig von Vorkenntnissen und Alter kann jede/r daran teilnehmen.

NEUKIRCHEN: Abendkurs Nr. 301452H22

BEGINN: Do 22.09.2022, 19.00 bis 20.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Steinwaldschule, Reißmannweg 7 • **KOSTEN:** 77,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Frank Bernhardt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Tai Chi

Für Beginner und Fortgeschrittene

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

FRIELENDORF: Abendkurs Nr. 301450H22

BEGINN: Do 15.09.2022, 18.30 bis 20.00 Uhr, 6 Termine • **ORT:** Multifunktionshaus Todenhausen, Im Dorfe 22 • **KOSTEN:** 34,80 Euro für 12 U.-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Gudrun Schneider-Zörnig • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

FRIELENDORF: Abendkurs Nr. 301451H22

BEGINN: Do 03.11.2022, 18.30 bis 20.00 Uhr, 7 Termine • **ORT:** Multifunktionshaus Todenhausen, Im Dorfe 22 • **KOSTEN:** 40,60 Euro für 14 U.-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Gudrun Schneider-Zörnig • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Bewegung und Fitness

Beckenbodentraining

In diesem Kurs erfahren Sie Theorie und Praxis zur Kräftigung des Beckenbodens. Es werden alltagstaugliche Übungen vermittelt.

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 302054H22

BEGINN: Mi 21.09.2022, 9.30 bis 10.30 Uhr, 6 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 28,00 Euro für 8 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Heike Rudolph • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

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.

BORKEN: Abendkurs Nr. 302051H22

BEGINN: Fr 23.09.2022, 18.30 bis 19.15 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Sport- und Gesundheitszentrum „Olympic“, Mittelweg 13 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 10 U.-Std., ab 1 Teiln., Kooperationsveranstaltung - keine Entgeltermäßigung möglich. Der Kurs findet je nach Wetter- und Pandemielage Indoor, Outdoor oder Online statt (Olympic informiert Sie hierzu vorab) • **LEITUNG:** Gülcan Günes • **AUSKUNFT:** Tel. 05682 1234 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Body-Forming

Indoor, Outdoor oder Online

Unter Bodyforming versteht man verschiedene Fitness-Workouts, die besonders effektiv 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.

BORKEN: Abendkurs Nr. 302056H22

BEGINN: Mo 19.09.2022, 18.45 bis 19.45 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Sport- und Gesundheitszentrum „Olympic“, Mittelweg 13 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 13 U.-Std., ab 1 Teiln., Kooperationsveranstaltung - keine Entgeltermäßigung möglich. Der Kurs findet je nach Wetter- und Pandemielage Indoor, Outdoor oder Online statt (Olympic informiert Sie hierzu vorab) • **LEITUNG:** Rita Pospich • **AUSKUNFT:** Tel. 05682 1234 • **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, Power Workout**

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

Reha-Sprechstunde: montags 15:30 - 16:30 Uhr
Kursraum: Mittelweg 13, 34582 Borken
unter (0 56 82) 4089205
www.fit-aktiv-rehasport.de



Fit in Borken

Bauch-Beine-Po-Training

Die Figur verbessern und dabei auch noch etwas für die Gesundheit tun. Das 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.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 302052H22

BEGINN: Fr 16.09.2022, 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:** Nina Paulus • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 302053H22

BEGINN: Mo 12.09.2022, 16.00 bis 16.45 Uhr, 12 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 42,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Wera Weller • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Bewegend in den Tag**

Pilates, Kinästhetik, Stretching

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

BAD ZWESTEN: Vormittagskurs Nr. 302055H22

BEGINN: Do 15.09.2022, 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.

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 Schnellgraden. Schwitzen und Spaß sind nicht ausgeschlossen.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 302057H22

BEGINN: Do 15.09.2022, 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 Entgeltmäßigung möglich • **LEITUNG:** Tatjana Quandt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Dance-Workout

Fitness im Latino-Takt

Spaß an Rhythmus und Bewegung stehen im Mittelpunkt dieses Kurses, der 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. 302058H22

BEGINN: Di 04.10.2022, 17.00 bis 18.00 Uhr, 12 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 56,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Wera Weller • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302059H22

BEGINN: Di 04.10.2022, 18.00 bis 19.00 Uhr, 12 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 56,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Wera Weller • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HIT Fit ins Wochenende

Onlinekurs in der vhs cloud

Mit Energie ins Wochenende starten. Nach einem Warm-up startet das intensive Intervall-Training, das durch verschiedene Übungsvarianten für jedes Fitness-Level geeignet ist. Ein anstrengendes und abwechslungsreiches Training im Bereich Ausdauer und Muskelaufbautraining. Es werden verschiedene Modelle von HIT angewendet. Beendet wird jede Kurseinheit mit einem Cool-down.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 302062H22

BEGINN: Fr 07.10.2022, 14.00 bis 15.00 Uhr, 10 Termine, Anmeldeschluss am 05.10.2022 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 55,00 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Kerstin Kromholz • **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, einzigartigen 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. 302070H22

BEGINN: Di 13.09.2022, 19.15 bis 20.15 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Altenburgschule, Kasseler Str. 12 • **KOSTEN:** 49,40 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Gina Lisa Lück • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 302072H22

BEGINN: Do 15.09.2022, 17.30 bis 18.30 Uhr, 14 Termine • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 72,20 Euro für 19 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Susanne Koller • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ **Hybrid Kurs (Online und vor Ort)****SCHWALMSTADT:** Abendkurs Nr. 302073H22

BEGINN: Do 15.09.2022, 18.45 bis 19.45 Uhr, 14 Termine, Anmeldeschluss am 13.09.2022 • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • **KOSTEN:** 72,20 Euro für 19 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Susanne Koller • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Präventives Ganzkörper-Training

Schwerpunkt: Muskulatur - mit Theraband und Redondo-Ball

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.

GUXHAGEN: Abendkurs Nr. 302050H22

BEGINN: Do 08.09.2022, 18.30 bis 20.00 Uhr, 11 Termine • **ORT:** Gesundheitshaus, Untergasse 9 • **KOSTEN:** 70,40 Euro für 22 U-Std., ab 10 Teiln. • **LEITUNG:** Odette Schäfer • **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, 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. 302074H22

BEGINN: Fr 16.09.2022, 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. 302075H22

BEGINN: Mo 03.10.2022, 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 Entgeltermäßigung möglich • **LEITUNG:** Charlotte Brixius • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Rückentraining

Allgemeine Fitness, Kräftigung der Muskulatur und Entspannung sind die drei Hauptinhalte des Kurses. Verspannungen im Hals-, Nacken-, Schulterbereich und Rücken gehen zumeist auf einseitige Belastungen oder Fehlhaltungen zurück. Mit einem ausgewogenen Fitness- und Kräftigungsprogramm wird versucht, dem dauerhaft entgegenzuwirken.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 302350H22

BEGINN: Mo 12.09.2022, 15.30 bis 16.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 55,00 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Manuela Fritsch • **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.

BORKEN: Abendkurs Nr. 302076H22

BEGINN: Di 20.09.2022, 18.15 bis 19.15 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Sport- und Gesundheitszentrum „Olympic“, Mittelweg 13 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 13 U-Std., ab 1 Teiln., Kooperationsveranstaltung - keine Entgeltermäßigung möglich. Der Kurs findet je nach Wetter- und Pandemielage Indoor, Outdoor oder Online statt (Olympic informiert Sie hierzu vorab) • **LEITUNG:** Rita Pospich • **AUSKUNFT:** Tel. 05682 1234 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Super Callanetics

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

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302077H22

BEGINN: Mo 05.09.2022, 17.00 bis 18.30 Uhr, 6 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 34,80 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Monika Charlet • **AUSKUNFT:** Tel. 05661 8010 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302078H22

BEGINN: Di 06.09.2022, 19.15 bis 20.45 Uhr, 7 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 40,60 Euro für 14 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Monika Charlet • **AUSKUNFT:** Tel. 05661 8010 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302079H22

BEGINN: Mo 07.11.2022, 17.00 bis 18.30 Uhr, 7 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 40,60 Euro für 14 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Monika Charlet • **AUSKUNFT:** Tel. 05661 8010 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302080H22

BEGINN: Di 08.11.2022, 19.15 bis 20.45 Uhr, 7 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 40,60 Euro für 14 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Monika Charlet • **AUSKUNFT:** Tel. 05661 8010 • **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****FRIEENDORF:** Abendkurs Nr. 302450H22

BEGINN: Di 13.09.2022, 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:** Heike Rudolph • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

FRIEENDORF: Abendkurs Nr. 302451H22

BEGINN: Di 13.09.2022, 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:** Heike Rudolph • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

FRIEENDORF: Nachmittagskurs Nr. 302453H22

BEGINN: Do 15.09.2022, 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.

FRIEENDORF: Wochenendkurs Nr. 302454H22

BEGINN: Sa 17.09.2022, 8.15 bis 9.15 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:** Heike Rudolph • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 302456H22

BEGINN: Mi 05.10.2022, 14.00 bis 14.45 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:** Ulrike Spuling • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 302457H22

BEGINN: Mi 05.10.2022, 14.45 bis 15.30 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:** Ulrike Spuling • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 302459H22

BEGINN: Do 06.10.2022, 19.30 bis 20.15 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:** Ulrike Spuling • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 302460H22

BEGINN: Do 06.10.2022, 20.15 bis 21.00 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:** Ulrike Spuling • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 302455H22

BEGINN: Mo 10.10.2022, 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. 302458H22

BEGINN: Mi 12.10.2022, 20.15 bis 21.00 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.

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 302462H22

BEGINN: Do 06.10.2022, 16.15 bis 17.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Hallenbad, Dreuxallee 33-35 • **KOSTEN:** 30,00 Euro für 10 U-Std., ab 11 Teiln., zzgl. 3,50 bis 5,00 Euro Schwimmbadgebühr (je nach gewählten Tarif), im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Kerstin Krombholz • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 302461H22

BEGINN: Mi 02.11.2022, 14.00 bis 15.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** Hallenbad, Dreuxallee 33-35 • **KOSTEN:** 33,00 Euro für 11 U-Std., ab 13 Teiln., zzgl. 3,50 bis 5,00 Euro Schwimmbadgebühr (je nach gewählten Tarif), im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Dilja Blackert • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ **Auch für Nichtschwimmer - Einsteiger Level 1****NEUKIRCHEN:** Abendkurs Nr. 302470H22

BEGINN: Do 15.09.2022, 17.00 bis 18.00 Uhr, 14 Termine • **ORT:** Badewelt, Birkenallee • **KOSTEN:** 57,00 Euro für 19 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadgebühr, im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Dilja Blackert • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ **Auch für Nichtschwimmer - Mittelstufe Level 2****NEUKIRCHEN:** Abendkurs Nr. 302471H22

BEGINN: Do 15.09.2022, 18.00 bis 19.00 Uhr, 14 Termine • **ORT:** Badewelt, Birkenallee • **KOSTEN:** 57,00 Euro für 19 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadgebühr, im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Dilja Blackert • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ **Auch für Nichtschwimmer - Fortgeschrittene Level 3****NEUKIRCHEN:** Abendkurs Nr. 302472H22

BEGINN: Do 15.09.2022, 19.00 bis 20.00 Uhr, 14 Termine • **ORT:** Badewelt, Birkenallee • **KOSTEN:** 57,00 Euro für 19 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadgebühr, im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Dilja Blackert • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ **Für Schwimmer****MELSUNGEN:** Abendkurs Nr. 302550H22

BEGINN: Di 01.11.2022, 18.30 bis 19.30 Uhr, 7 Termine • **ORT:** Hallenbad, Dreuxallee 33-35 • **KOSTEN:** 27,00 Euro für 9 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 bis 5,00 Euro Schwimmbadgebühr (je nach gewählten Tarif), im Bad zu zahlen, Es werden Schwimmer- und Nichtschwimmerbecken genutzt • **LEITUNG:** Kerstin Theis • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302551H22

BEGINN: Di 01.11.2022, 19.30 bis 20.30 Uhr, 7 Termine • **ORT:** Hallenbad, Dreuxallee 33-35 • **KOSTEN:** 27,00 Euro für 9 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 bis 5,00 Euro Schwimmbadgebühr (je nach gewählten Tarif), 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. 302660H22

BEGINN: Mi 02.11.2022, 15.00 bis 16.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** Hallenbad, Dreuxallee 33-35 • **KOSTEN:** 33,00 Euro für 11 U-Std., ab 13 Teiln., zzgl. 3,50 bis 5,00 Euro Schwimmbadgebühr (je nach gewählten Tarif), im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Dilja Blackert • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ Aqua-Jogging-Mix

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 302661H22

BEGINN: Do 06.10.2022, 15.30 bis 16.15 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Hallenbad, Dreuxallee 33-35 • **KOSTEN:** 30,00 Euro für 10 U-Std., ab 11 Teiln., zzgl. 3,50 bis 5,00 Euro Schwimmbadgebühr (je nach gewählten Tarif), im Bad zu zahlen • **LEITUNG:** Kerstin Kromholz • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Ernährung

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. 303052H22

TERMIN: Sa 24.09.2022, 15.00 bis 18.45 Uhr, 1 Termin • **ORT:** DGH Kerstenhausen, Am Kindergarten 5 • **KOSTEN:** 20,00 Euro für 5 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Ute-Rahel Baer • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Ernährungskurs zum Einstieg

Unsere Ernährung hat einen großen Einfluss auf unsere Gesundheit, Fitness und Leistungsfähigkeit. Unseren Kindern sollten wir mit gutem Vorbild vorangehen, denn bereits in jungen Jahren entwickeln sich Geschmack und Vorlieben. In diesem Workshop geht es um Grundlagen der Ernährung, die einfach und mit viel Praxisbezogenheit vermittelt werden. Wir schauen uns gängige Erklärungsmodelle für eine gesunde Ernährung, wie zum Beispiel die Ernährungspyramide der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung) und das Tellermodell an. Ganz egal ob Sie abnehmen wollen oder einfach nur gesünder essen möchten, beim nächsten Einkauf werden Sie wissen, was Ihnen wirklich gut tut.

BORKEN: Abendkurs Nr. 305051H22

BEGINN: Di 01.11.2022, 18.00 bis 20.30 Uhr, 5 Termine • **ORT:** Vitamedis, Inselstrasse 5 • **KOSTEN:** 67,00 Euro für 17 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Sybille Kern • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Heil-/Basenfasten als ganzheitliche Erfahrung Fastenwoche in fachkundiger Begleitung

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

MELSUNGEN: Wochenkurs Nr. 305055H22

TERMINE: Do 3.11 (Infotermin), 19 bis 20.30 Uhr, So 6.11, 17 bis 18.30 Uhr, Di 8.11 und Do 10.11, je 19 bis 20.30 Uhr, Sa 12.11 (Fastenbrechen), 11 bis 12.30 Uhr • **ORT:** Seminarraum Rohde, Altstadt 20 • **KOSTEN:** 49,00 Euro für 10 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Kerstin Rohde • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Pfeffer - Ein Gewürz für besondere Gelegenheiten

Zeiten ändern sich, aber die Lust auf gutes Essen und Erlebnisse bleibt. Kennen Sie die verschiedenen Pfefferarten, deren Eigenschaften und Anwendungsmöglichkeiten? Diese Pflanzen sind geheimnisvoll, schon da sie weit entfernt, oft im Dschungel, wachsen und viele komplexe Aromen beinhalten, die nicht nur scharf sind. Lassen Sie sich auf eine Pfefferreise entführen - dahin, wo der Pfeffer wächst. Es erwarten Sie mehr als 10 Herkunftsländer, 17 Sorten Pfeffer und 3 Gewürzmischungen in der „Pfefferbox“. Die Pfefferbox ermöglicht die Teilnahme von 1 bis 4 Personen über einen Online-Zugang und einen Einkaufsgutschein im Wert von 10,- Euro. Ca. eine Woche vor Kursbeginn erhalten Sie alle erforderlichen Daten und Unterlagen zugesandt.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 305052H22

TERMIN: Do 13.10.2022, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs cloud, 45 Euro für 2 U-Std., ab 1 Teiln. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Curry - ganz individuell

Haben Sie schon einmal eine eigene Gewürzmischung kreiert? Das sollten Sie einmal ausprobieren! Mit diesem Erlebnispaket, mit 15 aromatischen und außergewöhnlichen Gewürzen haben Sie die Grundzutaten für Ihr perfektes Curry oder Masala, wie der Inder diese Gewürzmischungen nennt, zur Hand. Jedes Gewürz für sich ist schon ein Aromenerlebnis und diese Gewürze vereint, bringen jedes Mal noch zusätzliche Geschmacksexplosionen. Die Gewürzbox ermöglicht die Teilnahme von 1 bis 4 Personen über einen Online-Zugang und einen Einkaufsgutschein im Wert von 10,- Euro. Ca. eine Woche vor Kursbeginn erhalten Sie alle erforderlichen Daten und Unterlagen zugesandt.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 305053H22

TERMIN: Di 08.11.2022, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs cloud, 35 Euro für 2 U-Std., ab 1 Teiln. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



1

Einstufungstest Deutsch

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

Bitte beachten:

- ➔ Verbindlich vorgeschrieben ist der Einstufungstest für Personen, die eine Berechtigung zur Teilnahme über das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) haben oder zur Teilnahme durch die Ausländerbehörde oder das Jobcenter verpflichtet sind.
- ➔ Vor der Einstufung muss der Berechtigungs- bzw. Verpflichtungsschein der Ausländerbehörde/des Jobcenters oder des BAMF der vhs im **Original** 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 mit dem Deutsch-Test für Zuwanderer ab. Weitere Unterrichtsstunden können im Wiederholungsfall bewilligt werden.

Die DTZ-Prüfung 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 8 Wochen vor dem Prüfungstermin.

Beratung und Anmeldung:

Tel. 05681 775 -399 oder -405

Weitere Infos unter
www.telc.net
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
 - einen 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 das BAMF oder eine Verpflichtung durch die Ausländerbehörde oder das Jobcenter (Dokument muss der vhs als **Originalschein** vorliegen).
- ➔ Die Kosten der Kursteilnahme richten sich nach dem Status der teilnehmenden Person. Auf Grundlage des Zuwanderungsgesetzes: 100 Unterrichtsstunden / 220 Euro (ermäßigt: 0,00 Euro); ansonsten als Selbstzahler: 100 Unterrichtsstunden / 440 Euro (ermäßigt: 111 Euro); Änderungen möglich. Eine Ermäßigung des Kursentgelts ist auf Antrag möglich.
- ➔ Die Integrationskurse finden kreisweit statt. Aktuelle Informationen finden Sie auch auf unserer Webseite.

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 Multiple-Choice-Fragen, von denen mindestens 17 richtig zu beantworten sind.
- Sie haben dafür 60 Minuten Zeit.
- Der Test ist beliebig wiederholbar und kostet 25 Euro.

Mehr Informationen auch mit Angaben zu Modelltests:

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

Wann ist der Test?

Jeweils 16.30 bis 18.00 Uhr an folgenden Donnerstagen:
08.09, 06.10, 10.11, 08.12.2022 und 12.01, 09.02.2023

Anmeldeschluss: jeweils 5 Wochen vor dem Termin

Wo findet der Test statt?

Homberg, Kreisverwaltung, vhs, Parkstr. 6,

AUSKUNFT:

05681 775-775

Berufsbezogenes Deutsch lernen

Das Bundesministerium für Arbeit und Soziales bietet Berufssprachkurse für Menschen mit Migrationshintergrund an. Diese bauen unmittelbar auf den Integrationskursen auf, in denen die Zugewanderten die deutsche Alltagssprache erlernen. In daran anschließenden Berufssprachkursen 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 aktuell für die Herkunftsländer Syrien, Eritrea, Somalia und Afghanistan). Die Teilnahme setzt eine spezielle Aufenthaltsgestattung bzw. Duldung voraus.
 2. Bürgerinnen und Bürger der EU (inklusive Ukraine)
 3. Deutsche mit Migrationshintergrund
- Sie haben bereits einen Integrationskurs absolviert und/oder sprechen Deutsch auf A1, A2, B1 oder B2-Niveau nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER).

Wenn Sie sich in einem Beschäftigungsverhältnis befinden, können Sie an Berufssprachkursen teilnehmen, sofern Sie noch keine ausreichenden Sprachkenntnisse besitzen, um den (zukünftigen) Arbeitsalltag zu meistern. Ggf. entsteht für Sie ein Kostenbeitrag von 50%. 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. Ohne Teilnahmeberechtigung ist ein Besuch der Berufssprachkurse nicht möglich.

Inhalt und Ablauf:

Antworten auf weitere Fragen und zusätzliche Informationen erhalten Sie auf unserer Webseite und unter Tel. 05681 775-775 bzw. per E-Mail: vhs@schwalm-eder-kreis.de

Deutsch als Muttersprache

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

Das ALFA-TELEFON

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

Lernstufen und erreichbare Fähigkeiten (nach GER)

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.

Kurssystem Sprachen

Niveaustufe B1

Fortgeschrittene

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

Niveaustufe B2

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

Niveaustufe C1

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

Abschlussprüfungen

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

Wir beraten - Sie wählen

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

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





Deutsch

Prüfung: Deutsch DTZ für EXTERNE

Deutschtest für Zuwanderer

Telc-Deutschprüfung für Zuwanderer zum Nachweis von Deutschkenntnissen auf dem Niveau B1 in Orientierung an den Niveaustufen des Europäischen Referenzrahmens für Fremdsprachen (GER). Eine Interessentenanmeldung ist über die vhs-Homepage möglich. Verbindliche Anmeldeunterlagen werden zugesandt, sobald die Mindestteilnehmerzahl erreicht ist.

HOMBERG: Tageskurs Nr. 4042277TP22

BEGINN: Fr 09.12.2022, 10.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 130,00 Euro für 11 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Gertraud Mergner-Wudy • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Lesen und Schreiben für Alltag und Beruf

Grundbildungskompetenzen in aufbauenden Kursen

„Ich will endlich besser lesen und schreiben können.“ 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 oder große Schwierigkeiten beim korrekten Schreiben haben. Die Teilnehmenden starten vom eigenen Lernstand aus und üben individuell in kleinen Schritten und im eigenen 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. Kurse an weiteren Orten im Landkreis werden auf Nachfrage angeboten.

FRTZLAR: Abendkurs Nr. 405101T22

BEGINN: Mo 10.10.2022, 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, Kursstart verschiebung möglich. Zugang jederzeit möglich. • **LEITUNG:** Mascha Günther • **AUSKUNFT:** Tel. 05681 775-405. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Erstorientungskurse (EOK) und MitSprache Deutsch4U-Kurse (Deutsch4U)

Deutsche Sprache und Orientierung in Deutschland für Anfänger und auf Niveau A1 bis B2.

EOK-Kurse, gefördert durch das Bundesministerium des Innern, für Bau und Heimat auf Grund des Beschlusses des Deutschen Bundestages.

Deutsch4U-Kurse, gefördert durch das Hessische Ministerium für Soziales und Integration.

Wer kann sich beim EOK anmelden?

Teilnehmen können Asylbewerber/-innen mit unklarer Bleibeperspektive im Asylverfahren, Geduldete und alle Geflüchteten, die noch auf einen Integrationskurs warten.

Sind noch Plätze frei, können weitere Personen aufgenommen werden. Die Teilnahme an einem Integrationskurs hat Vorrang. Die Aufnahme kann auch im Laufe des Kurses erfolgen.

Die Teilnahme ist kostenfrei. Fahrtkosten werden nicht erstattet.

Wer kann sich beim Deutsch4U anmelden?

Teilnehmen können alle Personen mit Förderbedarf in Deutsch, wie Asylbewerber, Geflüchtete und Geduldete, EU-Bürger und Zugewanderte, die sich dauerhaft und rechtmäßig in Hessen aufhalten und die keinen Anspruch auf Förderung oder keinen Zugang zu Integrationskursen haben. Hierzu zählen z.B. auch Personen, die im Rahmen des Familiennachzuges nach Deutschland eingereist sind. Auch Berechtigte für Integrationskurse, die noch auf einen Integrationskurs warten, können bis zum Start eines solchen teilnehmen. Die Teilnahme am Integrationskurs hat Vorrang. Die Aufnahme kann auch im Laufe des Kurses erfolgen.

Die Teilnahme ist kostenfrei. Fahrtkosten werden nicht erstattet.

Die vhs bietet Erstorientierungskurse und Deutsch4U-Kurse an vielen Orten im Landkreis an. Sie finden alle Kurse auf der Homepage der vhs.

Informationen bei den Orientierungshelfern des Landkreises oder bei der vhs: Siehe Infozeilen unten.



Englisch

Niveau A1

Englisch - Anfangskenntnisse erweitern

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 teilnehmen. Es erwartet Sie ein Englischkurs, der mit geringen Vorkenntnissen den Einstieg in die Sprache rund um Wortschatz, erste Dialoge und Kurztex te einfach gestaltet. Die Themenfelder drehen sich ganz praktisch um Alltagssituationen. Die Aussprache kommt nicht zu kurz. Wissenswertes über englischsprachige Länder runden den Kurs ab. Welcome! Die Zugangsdaten für den Beitritt zum Online-Klassenraum erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung bei der vhs rechtzeitig vor der Veranstaltung per E-Mail. Wenn Sie erstmalig an einer Online-Veranstaltung teilnehmen und / oder die Technik vorab gerne testen möchten, bieten wir Ihnen dafür einen TechnikCheck an. Die Termine können Sie online einsehen. Anmeldungen zum TechnikCheck sind online, telefonisch oder per E-Mail möglich.

➔ Niveau A1.02

ONLINE: Abendkurs Nr. 406103T22

BEGINN: Do 22.09.2022, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine
• **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 99,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln.
• **LEITUNG:** Svetlana Atroshenko • **LEHRMATERIAL:** Langenscheidt: Komplettpaket Englisch A1-B1, 19,95Euro, ISBN 978 3 468 2662 94 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Englischintensivkurs

Englischintensivkurs - geeignet für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. 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.

➔ Niveau A1.1 - Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406106X31

TERMINE: Mo 23.1. bis Fr 27.1., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen zur Anerkennung als Bildungsurlaub beim Arbeitgeber nach § 14 Abs. 2 HBUG: III1A-55n-4145-0213-21-1137 • **LEITUNG:** Ilona Kroeger • **LEHRMATERIAL:** Klett: Great! A1 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.2 - Für Teilnehmende mit geringen Anfangskenntnissen

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406116X31

TERMINE: Mo 13.03. bis Fr 17.03.23, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen zur Anerkennung als Bildungsurlaub beim Arbeitgeber nach § 14 Abs. 2 HBUG: III1A-55n-4145-0213-21-1137 • **LEITUNG:** Ilona Kroeger • **LEHRMATERIAL:** Klett: Great! A1 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.





Niveau A2

Englisch - Grundkenntnisse aufbauen

Ideal zum Wiedereinstieg oder Weiterlernen nach vhs-Kursen auf A1-Niveau des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen oder vergleichbaren Kenntnissen. Erleben Sie ein lebhaftes kommunikatives Lernen in entspannter Atmosphäre. Sie haben viel Gelegenheit zum Sprechen und Üben. So können Sie bald alles Wesentliche sagen und sich in routinemäßigen Situationen in Englisch verständigen.

➔ Niveau A2.02

BORKEN: Abendkurs Nr. 406213T22

BEGINN: Di 13.09.2022, 18.00 bis 19.30 Uhr, 12 Termine • **ORT:** Gustav-Heinemann-Schule, Geysostr. 6 - 10 • **KOSTEN:** 100,00 Euro für 24 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Doris Spiegel • **LEHRMATERIAL:** Klett-Langenscheidt: English Network Now A2.2, ab Unit 2 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 406207T22

BEGINN: Mo 12.09.2022, 17.25 bis 18.55 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Doris Spiegel • **LEHRMATERIAL:** Klett-Langenscheidt: English Network Now A2.1, ab Unit 3 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A2.04

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406202T22

BEGINN: Mo 19.09.2022, 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:** Klett: Network Refresh Now A2, ab Lektion 5 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A2.1

HOMBERG: Abendkurs Nr. 406112T22

BEGINN: Do 15.09.2022, 17.30 bis 19.00 Uhr, 13 Termine • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • **KOSTEN:** 108,00 Euro für 26 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Dagmar Braun • **LEHRMATERIAL:** Klett: Enjoy English A2.1 Kursbuch, ISBN: 978-3-12-501638-5 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Englisch - 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 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!“. Die Zugangsdaten für den Beitritt zum Online-Klassenraum erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung bei der vhs rechtzeitig vor der Veranstaltung per E-Mail. Wenn Sie erstmalig an einer Online-Veranstaltung teilnehmen und / oder die Technik vorab gerne testen möchten, bieten wir Ihnen dafür einen TechnikCheck an. Die Termine können Sie online auf unserer Webseite einsehen. Anmeldungen zum TechnikCheck sind online, telefonisch oder per E-Mail möglich.

➔ Niveau A2

ONLINE: Onlinekurs Nr. 406204T22

BEGINN: Di 27.09.2022, 17.30 bis 18.15 Uhr, 9 Termine
• **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 46,00 Euro für 9 U.-Std., ab 5 Teiln.
• **LEITUNG:** Udo Grenzebach • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Englisch - Grundlagen

Englisch Grundlagen - ob für unterwegs, auf Reisen, geschäftlich oder im Urlaub, es gibt Situationen, die auch mit wenigen Sprachkenntnissen gut zu meistern sind. Der Kurs vermittelt ein „Survival English“ auf dem Niveau A2, das mit wenig Einsatz große Wirkung erzielen kann. Hier die Schwerpunkte: meeting people, getting information, small talk, travelling, working, shopping, eating out, health and illness. Gut geeignet als Fortsetzung des Bildungsurlaubs A1.2 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.

➔ Niveau A2

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406201X22

TERMINE: Mo 17.10. bis Fr 21.10.22, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U.-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen zur Anerkennung als Bildungsurlaub beim Arbeitgeber nach § 14 Abs. 2 HBUG: III1A-55n-4145-0213-21-1183 • **LEITUNG:** Ilona Kroeger • **LEHRMATERIAL:** Klett: Great! A2 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406202X31

TERMINE: Mo 8.5. bis Fr 12.5.23, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U.-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen zur Anerkennung als Bildungsurlaub beim Arbeitgeber nach § 14 Abs. 2 HBUG: III1A-55n-4145-0213-21-1184 • **LEITUNG:** Ilona Kroeger • **LEHRMATERIAL:** Klett: Great! A2 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Niveau A2 - B1

Enjoy speaking English

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

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406230T22

BEGINN: Mo 19.09.2022, 17.00 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 99,00 Euro für 20 U.-Std., ab 4 Teiln. • **LEITUNG:** Elke Manshausen • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Niveau B1

English - Refresher Course

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 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!“ Die Zugangsdaten für den Beitritt zum Online-Klassenraum erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung bei der vhs rechtzeitig vor der Veranstaltung per E-Mail. Wenn Sie erstmalig an einer Online-Veranstaltung teilnehmen und / oder die Technik vorab gerne testen möchten, bieten wir Ihnen dafür einen TechnikCheck an. Die Termine können Sie auf unserer Webseite einsehen. Anmeldungen zum TechnikCheck sind online, telefonisch oder per E-Mail möglich.

Niveau B1.06

ONLINE: Onlinekurs Nr. 406301T22

BEGINN: Mi 21.09.2022, 17.30 bis 19.00 Uhr, 9 Termine • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 18 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Udo Grenzbach • **LEHRMATERIAL:** Cornelsen: Easy English B 1.2 ca. Unit 3 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Englisch - Lesen, Sprechen, Diskutieren

Mit guten Grundkenntnissen können Sie nun auf das fortgeschrittenere Niveau Ihre Sprachkenntnisse ausbauen und ein möglichst selbstständiges Anwenden der Fremdsprache erreichen.

Niveau B1.08

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 406312T22

BEGINN: Di 20.09.2022, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Regina Liebertz • **LEHRMATERIAL:** Cornelsen: Easy English B1, ab Unit 12 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Französisch

Niveau A1

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 A1.07

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 408108T22

BEGINN: Do 15.09.2022, 19.30 bis 21.00 Uhr, 12 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 100,00 Euro für 24 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Brigitte Wagner • **LEHRMATERIAL:** Hueber: On y va, A1, ab Lektion 6 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Französisch - von Anfang an

Teilnehmende können ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen 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 und die interkulturelle Kompetenz stärken. Dazu kommen verständliche Informationen zu gesellschafts- und kulturpolitischen Themen französischsprachiger Länder und eine Einführung in die Bildungs- und Kulturpolitik von Frankreich. Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung für ein Europa mit mehrsprachigen Bürgerinnen und Bürgern zur Verbesserung der Kommunikation in Europa.

Niveau A1.1

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 408102X31

TERMINE: Mo bis Fr, 8.30 bis 16 Uhr, auf Nachfrage wird ein Kurs mit Termin ab Februar 2023 eingerichtet. • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U.-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen zur Anerkennung als Bildungsurlaub beim Arbeitgeber wird auf Nachfrage mitgeteilt • **LEITUNG:** N.N. • **LEHRMATERIAL:** Langenscheidt: Komplett-Paket Französisch A1, ISBN: 978-3-12-563333-9 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Wir setzen auf Schulungsunterlagen von

HERDT

www.herdt.com

Niveau 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 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 verständigen. Wissenswertes über Frankreich und die französischen Nachbarn runden den Kurs ab. Bienvenue!

➔ Niveau A2.08

ONLINE: Onlinekurs Nr. 408208T22

BEGINN: Mi 14.09.2022, 20.00 bis 21.00 Uhr, 6 Termine
 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 51,00 Euro für 8 U-Std., ab 4 Teiln.
 • **LEITUNG:** Udo Grenzebach • **LEHRMATERIAL:** Französisch A2: Perspectives Allez-y A2, ca. Unité 8 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Niveau 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. 408201T22

BEGINN: Do 15.09.2022, 17.50 bis 19.20 Uhr, 12 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Brigitte Wagner • **LEHRMATERIAL:** Hueber: Rebonjour- Auffrischkurs A2, ab Lektion 6 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

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 verständigen. Wissenswertes über Frankreich und die französischen Nachbarn runden den Kurs ab. Bienvenue!

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 408308T22

BEGINN: Mi 05.10.2022, 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:** Siehe Infozeilen unten.

Italienisch

Niveau A1

Italienisch intensiv in Casina/ in der Toskana

Ein anerkannter Bildungsurlaub der politischen Bildung mit Themen aus Politik und Wirtschaft für ein Europa mit mehrsprachigen Bürgerinnen und Bürgern. Ein Sprachkurs in Italien mit sprachlicher Qualifizierung in authentischen Situationen und Themen aus Politik und Wirtschaft an Beispielen vor Ort sowie der Erweiterung persönlicher und beruflicher Kompetenzen. Vermittelt werden Grundkenntnisse der italienischen Sprache, ausgerichtet an Themen und Kommunikationssituationen im italienischsprachigen Alltags- und Berufsleben. Das Sprachtraining erfolgt auch in realer Kommunikation mit Einheimischen in Casina / in der Toskana. Die Themenschwerpunkte zur Landeskunde sind ausgerichtet an den lokalen Besonderheiten der Region wie die Herstellung von Spezialitäten, z.B. Aceto Balsamico und Pasta (Casina) bzw. Tourismus, Olivenanbau und -verarbeitung sowie den Themen Weinbau und Weinernte (Toskana). Wirtschaftspolitische und kulturorientierte Aspekte werden im Unterricht und vor Ort erschlossen. Der Bildungsurlaub ist ideal für Personen zum ersten Einstieg in die italienische Sprache oder für solche mit wenigen Grundkenntnissen und besonders geeignet für die Berufsbereiche Gastronomie, Tourismus, Handel und Soziales. Die Organisation der An- und Abreise sowie die Buchung der vorgesehenen Unterkunft in Casina bzw. in der Umgebung von Florenz ist mit organisatorischer Hilfe der Kursleitung von den Teilnehmenden selbstverantwortlich und verbindlich zu buchen. Es gelten die AGB der jeweiligen Vertragspartner. Informationen zur Tagungsstätte und zur Unterkunft ist bei der Kursleitung zu erhalten. Ein Infogespräch für die Teilnehmenden wird nach Anmeldung von der Kursleiterin angeboten. Eine kostenfreie schriftliche Abmeldung ist möglich bis zum 05.05.2023 (Casina) bzw. bis zum 28.07.2023 (Toskana). Danach entsteht die Verpflichtung zur Zahlung des vollen Entgelts. Der Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung wird empfohlen. Kursdurchführung unter Vorbehalt der aktuellen Lage zur Corona-Pandemie.

CASINA/ITALIEN: Bildungsurlaub Nr. 409104X31

TERMINE: Mo 26.6. bis Fr 30.6.23, jeweils 9.30 bis 17 Uhr, Anmeldeschluss: 05.05.2023 • **ORT:** Casina, Italien • **KOSTEN:** 398,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung, Aktenzeichen zur Anerkennung als Bildungsurlaub beim Arbeitgeber nach § 14 Abs. 2 HBUG: III7-55n-4145-0213-21-1262 vom 11.01.2022 • **LEITUNG:** Andrea Morra-Hehenkamp • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

TOSKANA /ITALIEN: Bildungsurlaub Nr. 409105X32

TERMINE: Mo 18.9. bis Fr 22.9.23, jeweils 9.30 bis 17 Uhr • **ORT:** Florenz, Italien • **KOSTEN:** 420,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung., Aktenzeichen zur Anerkennung als Bildungsurlaub beim Arbeitgeber nach § 14 Abs. 2 HBUG: III1A-55n-4145-0213-22-0074 vom 11.01.2022 • **LEITUNG:** Andrea Morra-Hehenkamp • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

▶ **Sie haben Ihren gewünschten Kurs nicht gefunden? Melden Sie sich gerne bei uns und wir versuchen, Ihren Kurswunsch umzusetzen.**

Italienisch - von Anfang an / Anfangskenntnisse erweitern

Es erwartet Sie ein Italienischkurs, der den Einstieg oder Wiedereinstieg (bei A1.04: mit geringen Anfangskenntnissen) 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

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409101T22

BEGINN: Mo 12.09.2022, 17.30 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Karin Casorati-Kerpen • **LEHRMATERIAL:** Hueber: Espresso Nuovo 1, bei Ende der Lektion 1 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.04

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409116T22

BEGINN: Mo 10.10.2022, 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:** Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • **LEHRMATERIAL:** Hueber: Espresso neu A1; ab Lektion 9 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409112T22

BEGINN: Di 11.10.2022, 18.30 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • **KOSTEN:** 67,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Andrea Morra-Hehenkamp • **LEHRMATERIAL:** Hueber: Nuovo Espresso A1, ca. ab Lektion 6 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Niveau 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. 409212T22

BEGINN: Di 27.09.2022, 18.00 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 14 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Niveau A2

Italienisch - Grundkenntnisse aufbauen

Ideal zum Wiedereinstieg oder Weiterlernen nach vhs-Kursen mit Vorkenntnissen des A1-Niveaus des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen oder vergleichbaren Kenntnissen. Erleben Sie ein lebhaftes, kommunikatives Lernen in entspannter Atmosphäre. Sie haben viel Gelegenheit zum Sprechen und Üben. So können Sie bald alles Wesentliche sagen und sich in routinemäßigen Situationen in Italienisch verständigen.

➔ Niveau A2.01

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409226T22

BEGINN: Do 13.10.2022, 18.30 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 67,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Andrea Morra-Hehenkamp • **LEHRMATERIAL:** Hueber: LB Espresso A2, ab Lektion 1 • **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 A2

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 409228T22

BEGINN: Di 11.10.2022, 10.00 bis 11.30 Uhr, 8 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 67,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Andrea Morra-Hehenkamp • **LEHRMATERIAL:** Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Niveau B1

Italienisch - Sprechvergnügen

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

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409342T22

BEGINN: Do 29.09.2022, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409341T22

BEGINN: Mi 12.10.2022, 19.00 bis 20.30 Uhr, 9 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • **LEHRMATERIAL:** Bonacci editore: Che storia! • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Niveau 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. 409401T22

BEGINN: Mi 12.10.2022, 18.00 bis 19.00 Uhr, 9 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 52,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Spanisch

Niveau A1

Spanisch - von Anfang an

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

➔ Niveau A1.01

ONLINE: Abendkurs Nr. 422105T22

BEGINN: Mi 14.09.2022, 20.00 bis 21.30 Uhr, 8 Termine • **ORT:** vhs CLOUD • **KOSTEN:** 67,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Estefanía Valera de Heuser • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con Gusto Nuevo A1 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Nachmittagskurs Nr. 422104T22

BEGINN: Do 22.09.2022, 16.00 bis 17.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Cristina Mata Rodriguez • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con Gusto Nuevo A1 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Spanisch nicht nur für Urlaub und Reise

Mußstunden für entspanntes Lernen für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen. Gelassen den Feierabend angehen und Spanisch lernen in kleinen Schritten, konzentriert und mit Freude an der Sprache. Durch Wiederholen Sicherheit im Sprechen erwerben und das Erlernte festigen. Wir wünschen angenehmes Lernen.

➔ Niveau A1.01

HOMBERG: Abendkurs Nr. 422101T22

BEGINN: Mo 07.11.2022, 17.30 bis 18.30 Uhr, 9 Termine • **ORT:** Erich-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • **KOSTEN:** 52,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Werner Müller-Klevinghaus • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con Gusto, Bd.1 A1 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Spanisch - Anfangskenntnisse erweitern

Mitmachen können alle, die geringe Vorkenntnisse haben oder nach langer Lernpause neu in die Sprache einsteigen wollen. Im Anfängerkurs geht es in kleinen Schritten voran. Die Themen handeln ganz praktisch von Alltagssituationen. Wir sorgen für eine angenehme, kommunikative Kursatmosphäre und sagen allen zum Auftakt ein herzliches Willkommen auf Spanisch: „Bienvenidos“!

➔ Niveau A1.02

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 422109T22

BEGINN: Mo 05.09.2022, 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, ab Lektion 2 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Abendkurs Nr. 422115T22

BEGINN: Mi 21.09.2022, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Estefanía Valera de Heuser • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con Gusto Nuevo A1, ab Lektion 5 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422102T22

BEGINN: Mi 14.09.2022, 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, ab Lektion 4 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.03

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422110T22

BEGINN: Do 15.09.2022, 18:30 bis 20:00 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, ab Lektion 8 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Spanisch intensiv

Sie erwerben rasch verwertbare Spanischkenntnisse für die mündliche und schriftliche Kommunikation im Alltag und am Arbeitsplatz. Der Kurs „Von Anfang an“ ist für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, der Kurs „Anfangskenntnisse erweitern“ erfordert Wissen auf dem Niveau A1.1. Die Kurse umfassen Themen, die auf einen Aufenthalt im spanischsprachigen Ausland vorbereiten. Die Sprachkurse enthalten Informationen zu gesellschafts- und wirtschaftspolitischen Themen spanischsprachiger Länder und eine Einführung in die spanischen und lateinamerikanischen Kulturen. Zwei aufeinander aufbauende Bildungsurlaube der politischen Bildung zur Verbesserung der Kommunikation in Europa mit mehrsprachigen Bürgerinnen und Bürgern.“

➔ Niveau A1.1 - von Anfang an

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 422101X22

TERMINE: Mo 7.11. bis Fr 11.11.22, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen zur Anerkennung als Bildungsurlaub beim Arbeitgeber nach § 14 Abs. 2 HBUG auf Nachfrage • **LEITUNG:** Galya Constanza Velasco Uribe • **LEHRMATERIAL:** Kursmaterial wird im Kurs ausgegeben • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.2 - Anfangskenntnisse erweitern

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 422119X31

TERMINE: Mo 6.2. bis Fr 10.2.23, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen zur Anerkennung als Bildungsurlaub beim Arbeitgeber nach § 14 Abs. 2 HBUG: III1A-55n-4145-0213-21-1136 • **LEITUNG:** Galya Constanza Velasco Uribe • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Niveau A2

Spanisch - Grundkenntnisse aufbauen

„Ideal zum Weiterlernen oder Wiedereinsteigen nach vhs-Kursen auf dem A1-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. So können Sie bald Wesentliches sagen und sich in routinemäßigen Situationen in Spanisch verständigen. Wissenswertes über die spanisch-sprachigen Länder runden den Kurs ab. Bienvenidos!“

➔ **Niveau A2.01**

HOMBERG: Abendkurs Nr. 422207T22

BEGINN: Mo 07.11.2022, 18.45 bis 19.45 Uhr, 9 Termine • **ORT:** Erich-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • **KOSTEN:** 52,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Werner Müller-Klevinghaus • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con Gusto A2, Bd.2 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau A2.05**

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 422213T22

BEGINN: Di 06.09.2022, 16.45 bis 18.15 Uhr, 12 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Estefanía Valera de Heuser • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con Gusto Nuevo A2, ISBN 978-3-12-514677-8, ab Lektion 4 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422205T22

BEGINN: Di 13.09.2022, 17:30 bis 19:00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 80,00 Euro für 16 U-Std., ab 5 Teiln. • **LEITUNG:** Adela Davila-Nienhaus • **Lehrmaterial:** Klett: Con Gusto Nuevo A2, ISBN 978-3-12-514677-8, ab Lektion 9 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

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.

➔ **Niveau A2**

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 422202X22

TERMINE: Mo 10.10. bis Fr 14.10.22, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen zur Anerkennung als Bildungsurlaub beim Arbeitgeber nach § 14 Abs. 2 HBUG beantragt • **LEITUNG:** Galya Constanza Velasco Uribe • **LEHRMATERIAL:** Kursmaterial wird im Kurs ausgegeben • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

▶ **Einstieg in laufende Sprachkurse bei entsprechenden Vorkenntnissen immer möglich.**

Niveau 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.



FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 422354T22

BEGINN: Mo 05.09.2022, 9.30 bis 11.00 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:** Siehe Infozeilen unten.

Niveau B1

Spanisch - Fortgeschrittene

Hier 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.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 422357T22

BEGINN: Di 06.09.2022, 18.15 bis 19.45 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 B1, ab Lektion 4 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Niveau 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. 422452T22

BEGINN: Mo 19.09.2022, 19.00 bis 20.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Ralf Ohm • **LEHRMATERIAL:** Klett: Gente hoy 3, Libro del alumno, ISBN 9783125157200 plus Libro de trabajo, ISBN 9783125157217 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Sprachen spezial

Arabisch

Arabisch - Anfangskenntnisse erweitern

Für Ehrenamtliche und Interessierte mit Vorkenntnissen im arabischen Alphabet. 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. Teilnehmende (TN) aus anderen Bundesländern müssen das volle Entgelt über 100 Euro ab mindestens 7 TN für 24 UE (Homburg) bzw. 114 Euro ab mindestens 7 TN für 28 UE (Online) entrichten. Achtung: der Onlinekurs findet auch in den Ferien statt.

↪ Niveau A1.02

HOMBERG: Abendkurs Nr. 401102T22

BEGINN: Di 13.09.2022, 18.00 bis 19.30 Uhr, 12 Termine • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • **KOSTEN:** 12,00 Euro für 24 U.-Std., ab 7 Teiln. • **LEITUNG:** Arej Alraja • **LEHRMATERIAL:** Pons: Arabisch - Schreiben üben! ISBN: 978-3-12-562148-0 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

↪ Niveau A1.04

ONLINE: Onlinekurs Nr. 401103T22

BEGINN: Mo 12.09.2022, 20.00 bis 21.30 Uhr, 14 Termine, Auch in den Ferien • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 15,00 Euro für 28 U.-Std., ab 7 Teiln. • **LEITUNG:** Nicolas Khoury • **LEHRMATERIAL:** Klett: Salam! neu A1-A2, ab ca. Lektion 6 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

**Arabisch - Anfangskenntnisse**

Für Schülerinnen und Schüler, die gerne das arabische Alphabet lernen, schreiben und lesen und auch sprechen lernen wollen. Assalamu aalaykum!

↪ Für Kinder von 7 bis 12 Jahren

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 401101T22

BEGINN: Mo 19.09.2022, 16.00 bis 17.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Erich-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • **KOSTEN:** 63,00 Euro für 20 U.-Std., ab 7 Teiln. • **LEITUNG:** Arej Alraja • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

▶ Ausführlichere Kursbeschreibungen finden Sie auf unserer Webseite.

Chinesisch

Chinesisch - von Anfang an

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

↪ Niveau A1

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 402101T22

BEGINN: Do 15.09.2022, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Fengjuan Greiner • **LEHRMATERIAL:** Klett: Chinesisch f. Anfänger A1-A2, ISBN: 978-3-12-528960-4 • **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 mit 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. Dieser Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Der Kursleiter erweitert für Fortgeschrittene die Themenauswahl des letzten Kurses.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 400001T22

BEGINN: Mi 14.09.2022, 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, beim Kursleiter zu zahlen • **LEITUNG:** Dietrich Dahmen • **LEHRMATERIAL:** Handbuch des Kursleiters • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

↪ Fortsetzung / Erweiterung der Sprache der Gehörlosen

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 400002T22

BEGINN: Do 22.09.2022, 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, beim Kursleiter zu zahlen • **LEITUNG:** Dietrich Dahmen • **LEHRMATERIAL:** Handbuch des Kursleiters • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

▶ Sie haben Ihren gewünschten Kurs nicht gefunden? Melden Sie sich gerne bei uns und wir versuchen, Ihren Kurswunsch umzusetzen.

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 A1.06**

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 414102T22

BEGINN: Mi 21.09.2022, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** C.-Bantzer-Schule ZIG, Fünftenweg 30 • **Kosten:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Aukje Teichert • **LEHRMATERIAL:** Hueber: Wat leuk! A1, ab Lektion 10 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



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 sehr geringen Anfangskenntnissen einsteigen oder weiterlernen wollen.

➔ **Niveau A1.08**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 417103T22

BEGINN: Do 15.09.2022, 17.00 bis 18.30 Uhr, 11 Termine • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • **KOSTEN:** 92,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Anna Schubert • **LEHRMATERIAL:** Klett: Razem, ISBN 978-3-12-528641-2 ab Lektion ca.9 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Russisch

Russisch - von Anfang an / Anfangskenntnisse erweitern

Es erwartet Sie ein Sprachkurs, der den Einstieg in die russische Sprache / das Lernen der russischen Sprache rund um die Schrift und 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. Beim Kurs auf dem Niveau A1.05 sind geringe Vorkenntnisse, auch zum Alphabet erforderlich.

➔ **Niveau A1.01**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 419101T22

BEGINN: Mi 28.09.2022, 19.00 bis 20.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • **KOSTEN:** 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Elena Huber • **LEHRMATERIAL:** Klett Verlag: Mocht 1 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau A1.05**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 419102T22

BEGINN: Di 13.09.2022, 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: Mocht 1, A1-A2, ab Lektion 11 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Schwedisch

Schwedisch - Anfangskenntnisse erweitern

Der Kurs bietet abwechslungsreich eine Menge an Informationen und Lernaktivitäten rund um die schwedische Sprache und das Leben in Schweden. Alltagsdialoge stehen im Vordergrund, verknüpft mit Einblick in landestypische Besonderheiten. Zum Abschluss winkt ein fröhliches Feiern zum Lichterfest der Santa Lucia.

➔ **Niveau A1.3**

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 420102T22

BEGINN: Mo 26.09.2022, 18.00 bis 19.30 Uhr, 11 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 92,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Heike Reis • **LEHRMATERIAL:** Groa Verlag: Tala svenska A1, ca. ab Lektion 3 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Türkisch

Türkisch - Grundkenntnisse vertiefen

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

➔ **Niveau B1**

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 424201T22

BEGINN: Di 20.09.2022, 18.30 bis 20.00 Uhr, 7 Termine, 14-tägig • **ORT:** Schwalmgymnasium Treysa, Ascheröder Str. 30 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 14 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Haydar Toptas • **LEHRMATERIAL:** Klett: Kolay gelsin! • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Handwerkskunst**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. 500060A22

TERMINE: Sa 8.10., 9 bis 16.30 Uhr und So 9.10., 11 bis 14 Uhr • **ORT:** Bächts Scheune, Von-Hund-Gasse 1 • **KOSTEN:** 52,00 Euro für 13 U.-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 50 Euro Material- und Werkzeugkosten an Kursleiter zu zahlen • **LEITUNG:** Uwe Bächt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Brotbacken-nach alter Tradition

Lernen Sie die traditionelle Art des Brotbackens kennen. Alle erforderlichen Schritte von der richtigen Auswahl des Mehls über den erforderlichen Sauerteig, dem Einsatz von Hefe und Salz bis hin zum Backen des Brotes werden praxisnah und anschaulich erläutert. Am ersten Kurstag werden zunächst die notwendigen Arbeitsschritte und Ablauf besprochen sowie der Teig zum säuern angesetzt. Der zweite Kurstag dient dem Fertigstellen des Teiges, ausformen der Brotlaibe 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. 500054A22

TERMINE: Fr 11.11., 18 bis 20.15 Uhr und Sa 12.11., 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.

BORKEN: Wochenendkurs Nr. 500053A22

TERMINE: Fr 21.10., 18 bis 20.15 Uhr und Sa 22.10., 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.

**Bierbrauen**

Ab 18 Jahren

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

BORKEN: Tageskurs Nr. 500056A22

TERMIN: Sa 17.09.2022, 10.00 bis 16.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Mach's Bierkeller, Bommerweg 18 • **KOSTEN:** 109,00 Euro für 8 U.-Std., ab 9 Teiln., inklusive Getränke und Verpflegung, Ermäßigung nicht möglich • **LEITUNG:** Markus Mach von Getränkehandel Mach • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

BORKEN: Tageskurs Nr. 500057A22

TERMIN: Sa 22.10.2022, 10.00 bis 16.30 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Mach's Bierkeller, Bommerweg 18 • **KOSTEN:** 109,00 Euro für 8 U.-Std., ab 9 Teiln., inklusive Getränke und Verpflegung, Ermäßigung nicht möglich • **LEITUNG:** Markus Mach von Getränkehandel Mach • **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. 500058A22

TERMIN: Sa 08.10.2022, 10.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Schmiede-Werkstatt Holger Deisenroth, Raiffeisenstr. 3 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 8 U.-Std., ab 4 Teiln., zzgl. Materialkosten ca. 20 Euro an Kursleiter zu zahlen, Schmiedewerkstatt Willingshausen-Loshausen • **LEITUNG:** Holger Deisenroth • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

WILLINGSHAUSEN: Tageskurs Nr. 500059A22

TERMIN: Sa 05.11.2022, 10.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Schmiede-Werkstatt Holger Deisenroth, Raiffeisenstr. 3 • **KOSTEN:** 60,00 Euro für 8 U.-Std., ab 4 Teiln., zzgl. Materialkosten ca. 20 Euro an Kursleiter zu zahlen, Schmiedewerkstatt Willingshausen-Loshausen • **LEITUNG:** Holger Deisenroth • **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 Handwerks-tradition.

GILSERBERG: Tageskurs Nr. 500061A22

TERMIN: Sa 15.10.2022, 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. 500062A22

TERMIN: Sa 05.11.2022, 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. 500063A22

TERMIN: Sa 03.12.2022, 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.



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.


FRITZLAR: Tageskurs Nr. 500051A22

TERMIN: Sa 29.10.2022, 11.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 27,00 Euro für 6 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. Materialkosten 10 Euro an Kursleiter zu zahlen • **LEITUNG:** Burkhard B. Wittig • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Tageskurs Nr. 500052A22

TERMIN: Sa 21.01.2023, 11.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 27,00 Euro für 6 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. Materialkosten 10 Euro an Kursleiter zu zahlen • **LEITUNG:** Burkhard B. Wittig • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Xpert Europäischer Computer Pass



Nach erfolgreicher Absolvierung drei frei wählbarer Module, wird der Abschluss "European Computer Passport Xpert" erreicht.

Wenn zwei weitere Module erfolgreich absolviert werden, wird der Abschluss "European Computer Passport Xpert Master" erworben.

Xpert

Xpert Master

Xpert - Module

Xpert Starter

Xpert Textverarbeitung basic

Xpert Präsentation

Xpert Kommunikation/Organisation

Xpert Tabellenkalkulation

Xpert Datenbankanwendung

Weitere Info unter
<https://www.vhs-nds.de/index.php/startseite-epz.html>

Xpert - IT Kenntnisse mit Wirkung

Für Alltag und Beruf

Ein europataugliches EDV-Zertifikat bildet heute eine entscheidende Voraussetzung für ein erfolgreiches Arbeitsleben. Denn Mitarbeitende eines Betriebes benötigen für einen Großteil der Arbeitsabläufe IT-Kenntnisse, und Stellenbewerberinnen und -bewerber sind auf die breite Anerkennung ihrer erlernten Kenntnisse angewiesen. Der anerkannte Abschluss beruht auf einer Weiterentwicklung der bewährten Zertifikate „EDV-Anwender-Pass Wirtschaft und Verwaltung“ und „Computer-Pass Büro und Verwaltung“. Das Lehrgangssystem „Xpert“ vermittelt umfassende Kenntnisse und praktische Fertigkeiten mit gängigen Anwenderprogrammen im Office-Bereich. Es besteht aus acht Modulen, von denen folgende fünf Module für den „Xpert Master“ empfohlen werden: Starter, Textverarbeitung, Kommunikation, Präsentation und Tabellenkalkulation. Jedes Modul schließt mit einer europaweit einheitlichen Prüfung ab. Im Mittelpunkt des Einsteigerlehrgangs stehen praxisorientierte Lernmodule, die einen niedrigschwelligen Einstieg ermöglichen. Mit Xpert machen Sie sich fit! Es können sich noch Terminverschiebungen/-anpassungen ergeben.

➔ Xpert - 3 Module

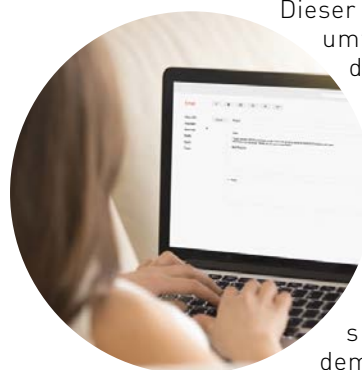
Empfohlene Module für den „Xpert“: Starter, Textverarbeitung, Kommunikation. 41 Termine; KOSTEN: 711,00 Euro für 126 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterialien und Prüfungsgebühren 3x 48 Euro.

➔ 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 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. 504050A22

BEGINN: Mo 26.09.2022, 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:** Jutta Stöcker • **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 www.vhs-nds.de/startseite-epz.html abrufbar.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 502052A22

BEGINN: Mo 26.09.2022, 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: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Xpert Starter

Im Alltag und Beruf - auch für Neueinsteiger

Praxisorientiertes Arbeiten mit typischen Anwendungssituationen stehen im Mittelpunkt des Kurses. Kursinhalte: Aufbau eines typischen PC-Systems, Bedienung und individuelle Konfiguration der Windows-Benutzeroberfläche, wichtige Standard- und Zubehörprogramme, Dateiverwaltung mit Windows-Explorer und Arbeitsplatz (Dateien und Ordner erstellen, umbenennen, verschieben, kopieren, löschen), Einblick in die Nutzung des Internets (Bedienung eines Browsers, Navigieren im WWW), Suchfunktionen, Systemeinstellungen, Wartung und Pflege, Datensicherung, Installation und Deinstallation von Programmen und Geräten, E-Mails senden und empfangen, Sicherheit im Internet. Der Kurs orientiert sich am Rahmenplan des Zertifikatssystems „Xpert - Europäischer ComputerPass“, Modul „Starter“. Die Teilnahme an der Prüfung ist freiwillig. Weitere Infos auch unter https://www.volkshochschule.de/verbandswelt/programmgebiete/arbeit_und_beruf/xpert.php abrufbar.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 501050A22

BEGINN: Mo 31.10.2022, 18.00 bis 20.15 Uhr, 15 Termine, immer montags und mittwochs • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 202,50 Euro für 45 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial, zzgl. Prüfungsgebühren 48 Euro • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Follow us: hospital_fritzlar_karriere

Komm ins #teamhospi!

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

www.hospital-karriere.de

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. 501052A22

BEGINN: Mo 10.10.2022, 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.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 501053A22

BEGINN: Do 01.12.2022, 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. 501051A22

BEGINN: Di 13.09.2022, 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. 501054A22

BEGINN: Mi 14.09.2022, 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.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 501055A22

BEGINN: Mi 09.11.2022, 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.

Erste Hilfe am PC

Sie kennen das? Der Drucker druckt nicht, Maus oder Tastatur bleiben ohne Reaktion, die Datei ist weg und das Bild ist für die Mail zu groß. Das sind nur einige Fallstricke im EDV-Alltag. Sie lernen wichtige Grundbegriffe und erstellen eine „Erstdiagnose“, um häufige Probleme selbst lösen zu können. Außerdem erfahren Sie, wie Sie Fehler dokumentieren und ab wann der Admin zur Problemlösung „ran muss“.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 501059A22

BEGINN: Di 18.10.2022, 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.

**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. 501058A22

TERMINE: Fr 16.9., 17.45 bis 21 Uhr und Sa 17.9., 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. 501057A22

BEGINN: Di 01.11.2022, 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. 501056A22

TERMIN: Sa 21.01.2023, 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.

Internet

Social media für Unternehmen

Sie möchten Ihr Unternehmen in den sozialen Netzwerken präsentieren, wissen aber nicht, wo Sie anfangen sollen? Oder Sie sind bereits im Netz aktiv, möchten sich aber weiter professionalisieren? Kein Problem! In diesem Workshop gelingt Ihnen der perfekte Einstieg in die Welt der sozialen Medien. Gemeinsam erstellen wir ein ansprechendes Profil, entwickeln Ideen für die nächsten Beiträge, oder erörtern die neusten Trends im Netz.

**SCHWALMSTADT:** Tageskurs Nr. 503054A22

TERMIN: Sa 08.10.2022, 8.30 bis 15.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • **KOSTEN:** 36,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Alisha Sojka • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 503055A22

TERMIN: Sa 12.11.2022, 8.30 bis 15.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • **KOSTEN:** 36,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Alisha Sojka • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Abendkurs Nr. 503056A22

BEGINN: Di 08.11.2022, 18.00 bis 20.15 Uhr, 3 Termine • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 40,50 Euro für 9 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Alisha Sojka • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Vormittagskurs Nr. 503057A22

BEGINN: Mo 05.12.2022, 9.00 bis 11.15 Uhr, 3 Termine • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 40,50 Euro für 9 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Alisha Sojka • **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. 501351X22

TERMINE: Mo 7.11. bis Fr 11.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-22-0267 vom 21.02.2022 • **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 Plugins. Abschließend wird alles Nötige für die Veröffentlichung im Internet aufgezeigt. Voraussetzungen: Sichere Windows- und Internet-Kenntnisse.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 501352A22

TERMINE: Do 6.10. und Do 13.10., 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: Wochenendkurs Nr. 501353A22

TERMINE: Fr 27.1., 17.45 bis 21 Uhr und Sa 28.1., 9 bis 13 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.

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 dem 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. 501354A22

TERMINE: Fr 4.11., 17.45 bis 21 Uhr und Sa 5.11., 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.

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. 501456A22

TERMINE: Mo 10.10., Fr 14.10. und Mo 17.10., jeweils 17.45 bis 21.15 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.

MELSUNGEN: Wochenendkurs Nr. 501457A22

TERMINE: Fr 18.11., 17 bis 21 Uhr und Sa 19.11., 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.

Einführung Digitale Fotografie Fototechnik und Fotopraxis

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

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 501451A22

BEGINN: Do 15.09.2022, 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.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 501452A22

BEGINN: Mo 09.01.2023, 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.



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. 501551X22

TERMINE: Mo 31.10. bis Fr 04.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-22-0424 vom 19.04.2022 • **LEITUNG:** Thilo Hadamovsky • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Kreativ am PC**Cool – Zeichnen kann jede/r**

Jede/r kann zeichnen lernen. Und das ohne (Schul-)Noten - in lockerer, entspannter Atmosphäre. Von einem Profi lernen und Spaß dabei haben. Individuell auf die jeweiligen Wünsche abgestimmt: ob kritzeln, skizzieren, zeichnen, Comics entwerfen, Manga-Helden erschaffen - alles ist möglich. Wir haben die Auswahl zwischen Papier und iPad.

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 501454A22

BEGINN: Mi 05.10.2022, 16.30 bis 18.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 70,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Thilo Hadamovsky • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

➔ **Für Kids ab der 5. Klasse****FRITZLAR:** Wochenkurs Nr. 501453A22

TERMINE: Mo 24.10. bis Fr 28.10., jeweils 9 bis 12.15 Uhr, in den Ferien • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 70,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Thilo Hadamovsky • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Zeichnen und Malen

Als Mittel zur Entspannung

Sich „fallen lassen“ und ohne Leistungsdruck etwas Kreatives Schaffen. In entspannter Atmosphäre, individuell abgestimmt, unter fachkundiger Anleitung eines Illustrators, entstehen Zeichnungen und Malereien. Wir können einfach „kritzeln“, skizzieren, zeichnen, malen - ob auf Papier, oder mit dem iPad. In der Ruhe liegt die Kraft und setzt neue kreative Energie frei.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 501455A22

BEGINN: Mi 05.10.2022, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 70,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Thilo Hadamovsky • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

► **Ausführlichere Kursbeschreibungen finden Sie auf unserer Webseite.**

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 Layouts von Tabellen • Drucken • Erstellen von Diagrammen. Voraussetzung: Windowskenntnisse.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 502055A22

BEGINN: Di 11.10.2022, 18.00 bis 20.15 Uhr, 6 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 105,00 Euro für 18 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Holger Dilcher • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 502054A22

TERMINE: Sa 22.10. und So 23.10., 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. 502053A22

TERMINE: Sa 8.10. und So 9.10., 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.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 502152A22

BEGINN: Fr 14.10.2022, 18.00 bis 20.15 Uhr, 6 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 105,00 Euro für 18 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Holger Dilcher • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 502151A22

TERMINE: Sa 3.12. und So 4.12., 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.

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. 502056A22

TERMINE: Sa 22.10. und 29.10., 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.

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 Diagrammart 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. 502051X22

TERMINE: Mo 7.11. bis Fr 11.11., 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 III7-55n-4145-0213-21-0933 vom 06.10.2021 • **LEITUNG:** Katja Schirakowski • **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. 502351X22

TERMINE: Mo 9.1. bis Fr 13.1., 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 III7-55n-4145-0213-22-0265 vom 21.02.2022 • **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. 502451A22

TERMIN: Fr 04.11.2022, 17.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 39,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln., Intensives Lerntraining in Kleinstgruppen • **LEITUNG:** Jutta Stöcker • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Funktionen, S- und WVerweis in Excel 2016 Workshop

Inhalt: Verschachteln von Funktionen, Einsatz von Logischen Funktionen, SVERWEIS und WVERWEIS. Voraussetzung: Gute Excel-Kenntnisse.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 502452A22

TERMIN: Fr 16.12.2022, 17.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 39,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln., Intensives Lerntraining in Kleinstgruppen • **LEITUNG:** Jutta Stöcker • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Excel - Formeln und Funktionen Workshop

Sie wollen Ihre Excel-Kenntnisse auffrischen oder vertiefen? Dann bietet Ihnen dieser Kompakt-Workshop eine gute Möglichkeit dazu. 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. Dazu gibt es jede Menge Tipps und Tricks, die das Arbeiten mit dem Programm erleichtern.



MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 502453A22

TERMIN: Fr 07.10.2022, 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.

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. 502052A22

BEGINN: Mo 26.09.2022, 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:** Jutta Stöcker • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Textverarbeitung mit Word

Serienbriefe mit unterschiedlichen Datenquellen
Workshop

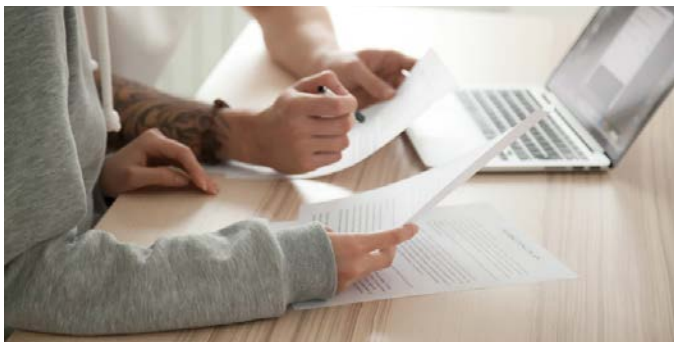
Der Workshop beschäftigt sich mit den vielfältigen Möglichkeiten des Seriendrucks: Serienbrief mit Abfrageoptionen und Abfragebedingungen oder auch dem Druck von Etiketten etc. sowie die Verknüpfung von Excel und Outlook. Voraussetzung: Gute Wordkenntnisse.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504451A22

TERMIN: Fr 14.10.2022, 17.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 39,00 Euro für 5 U-Std., ab 4 Teiln., Intensives Lerntraining in Kleinstgruppen
• **LEITUNG:** Jutta Stöcker • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504452A22

TERMIN: Fr 20.01.2023, 17.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • **ORT:** Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 39,00 Euro für 5 U-Std., ab 4 Teiln., Intensives Lerntraining in Kleinstgruppen
• **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 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. 504050A22

BEGINN: Mo 26.09.2022, 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:** Jutta Stöcker • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



CAD-Anwendungen

CAD mit AutoCAD ab 202x
Grundkurs

Einführung in das computerunterstützte Konstruieren mit AutoCAD. Inhalt: • Hardwarevoraussetzungen • Bedienelemente 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. 503051A22

BEGINN: Di 01.11.2022, 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. 503052A22

BEGINN: Di 01.11.2022, 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. 503053A22

BEGINN: Do 03.11.2022, 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.

Tastschreiben

Schnupperkurs „10-Finger-Tastschreiben“

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

GILSERBERG: Abendkurs Nr. 504051A22

BEGINN: Mi 02.11.2022, 17.30 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Hochlandschule, Bahnhofsstr. 40 a • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 10 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lernmaterial, Keine Entgeltermäßigung möglich • **LEITUNG:** Siegfried H. Groß in Kooperation mit Stenografenverein Treysa 1925 e.V. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 504052A22

BEGINN: Di 01.11.2022, 17.30 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • **ORT:** Schwalmgymnasium Treysa, Ascheröder Str. 30 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 10 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lernmaterial, Keine Entgeltermäßigung möglich • **LEITUNG:** Siegfried H. Groß in Kooperation mit Stenografenverein Treysa 1925 e.V. • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Mobile Geräte

Android-Smartphones und Tablets richtig nutzen

Android-Geräte (Smartphones und Tablets) verfügen über einen enormen Funktionsumfang, und nicht jede Einstellung ist auf den ersten Blick zu erfahren. Auch wenn vieles selbst-erklärend zu sein scheint, gibt es doch Etliches zu entdecken. Inhalt: 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. 501060A22

BEGINN: Mo 12.09.2022, 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.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 501061A22

BEGINN: Mo 05.12.2022, 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: Abendkurs Nr. 501064A22

BEGINN: Di 08.11.2022, 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.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 501063A22

BEGINN: Di 29.11.2022, 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.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 501065A22

BEGINN: Di 10.01.2023, 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.

➔ Vertiefung

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 501062A22

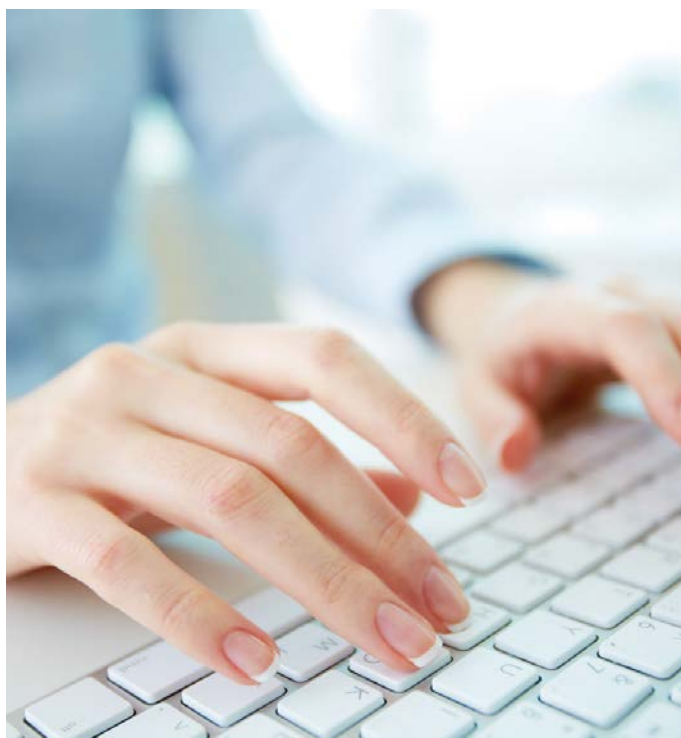
BEGINN: Do 13.10.2022, 18.15 bis 21.30 Uhr, 2 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** 36,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Lothar Graupner • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

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.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 504053A22

TERMINE: Do 15.9., Mo 19.9. und Do 22.9., jeweils 17.45 bis 21 Uhr • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lernmaterial • **LEITUNG:** Katja Schirakowski • **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

Office-Anwendungen

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. 504850X22

TERMINE: Mo 24.10. bis Fr 28.10., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • **KOSTEN:** 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-22-0425 vom 19.04.2022 • **LEITUNG:** Sonia Komnick • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Windows, Word, Excel, PowerPoint 2016/2019

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 und das Erstellen von Präsentationen mit verschiedenen Layouts und Designs sowie Animationen.

MELSUNGEN: Tageskurs Nr. 504852A22

TERMINE: Mo 10.10., Di 11.10. und Mi 12.10., jeweils 9 bis 16 Uhr
• ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 120,00 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Helga Bettenhausen • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

OneNote - das digitale Notizbuch

Mit jedem Gerät, jederzeit und überall verfügbar

OneNote ist ein digitales Notizbuch zum zentralen Erfassen, Sammeln und Archivieren 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.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 509051A22

BEGINN: Mo 05.12.2022, 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.

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. 507053A22

BEGINN: Di 20.09.2022, 17.30 bis 21.00 Uhr, 6 Termine, immer dienstags und donnerstags • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • **KOSTEN:** 156,00 Euro für 26 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. Materialkosten 30 Euro an Kursleiter zu zahlen • **LEITUNG:** Frank Wittenborn in Kooperation mit Berufliche Schulen Schwalmstadt • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 507054A22

BEGINN: Di 29.11.2022, 17.30 bis 21.00 Uhr, 6 Termine, immer dienstags und donnerstags • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • **KOSTEN:** 156,00 Euro für 26 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. Materialkosten 30 Euro an Kursleiter zu zahlen • **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 Teilnehmende mit umfangreichen Vorkenntnissen und nicht mehr gültigen Schweißerprüfungen ist dieses Lehrgangsangebot erweiterbar, so dass eine Schweißerprüfung nach DVS-Richtlinie oder EN 287-1 möglich wird.

SCHWALMSTADT: Wochenkurs Nr. 507051A22

TERMINE: Di 13.9. und Do 15.9., jeweils 17.30 bis 21 Uhr und Sa 17.9., 8 bis 14 Uhr • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • **KOSTEN:** 225,00 Euro für 16 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. Materialkosten 25 Euro an Kursleiter zu zahlen • **LEITUNG:** Frank Wittenborn in Kooperation mit Berufliche Schulen Schwalmstadt, BBZ Marburg und BZ Kassel • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Wochenkurs Nr. 507052A22

TERMINE: Di 8.11. und Do 10.11., jeweils 17.30 bis 21 Uhr und Sa 12.11., 8 bis 14 Uhr • **ORT:** BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • **KOSTEN:** 225,00 Euro für 16 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. Materialkosten 25 Euro an Kursleiter zu zahlen • **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. 507055A22

BEGINN: Sa 05.11.2022, 9.00 bis 12.00 Uhr, 2 Termine • **ORT:** Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • **KOSTEN:** 48,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 50 Euro Materialkosten • **LEITUNG:** Jürgen Pfigst • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



QUALIFIZIERT WEITERKOMMEN!

Gepr. Industriemeister/in IHK

Praxisnahe Aufstiegsfortbildung

Am **03.09.2022** 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 30.10.2024. (siehe: www.ftk-kassel.de).

Absolventen eignen sich mit der praxisnahen Fortbildung zum Industriemeister umfangreiches Wissen in den Bereichen Technik, Organisation (Rechnungswesen, Planung, Arbeits-, Umwelt- und Gesundheitsschutz) und Personal (Personalführung, Personalentwicklung) an und legen mit einem erfolgreichen Abschluss den Grundstein für einen beruflichen Aufstieg.



Die IHK-geprüfte Aufstiegsfortbildung umfasst:

- Fachrichtungsübergreifende Basisqualifikationen (1. Teil)
- Handlungsspezifische Qualifikationen (2. Teil)
- Berufs- u. arbeitspädagogische Qualifikation (AEVO) muss in einem gesonderten (AdA-)Lehrgang belegt werden, da sie nicht im FTK-Meisterlehrgang enthalten ist.

Ausbilderlehrgang:

Ausbildereignung (AEVO): AdA-Kurse in VZ (in Präsenz) sowie in der Online-Variante (MS-Teams) finden Sie unter: www.ftk-kassel.de



Schichtbegleitender Lehrgang

BEGINN: Sa 03.09.2022, 14-tägig an zwei Wochentagen und jeden Samstag. Jeweils 16:00 bis 19:15 Uhr und Sa 8:00 bis 13:00 Uhr (Abweichungen sind möglich). **ORT:** Reichspr.-Friedrich-Ebert-Schule, Schladenweg 41 **KOSTEN:** 5.500 Euro (exkl. Bücher, zzgl. aktuelle IHK-Prüfungskosten) inklusive QM-Beauftragter mit TQCert-Prüfung (exkl. Prüfungsgebühren). In Kooperation mit der RFES Fritzlar und Fachschule für Technik Kassel.

Gepr. Technische/r Betriebswirt/in IHK

Jetzt qualifizieren für Führungsaufgaben im Management!

Die IHK-geprüfte Aufstiegsfortbildung qualifiziert zur Übernahme von Führungsaufgaben an der Schnittstelle von technischen und kaufmännischen Funktionsbereichen. Techn. 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 Studiengang Master.

Start (Standort Kassel): **Vollzeitlehrgang 01.11.2022**
Wochenendlehrgang 14.01.2023. Infos und Termine:
www.ftk-kassel.de



Ausbildung, Schule und Gedächtnistraining

Ausbilderlehrgang

Vorbereitung auf die Prüfung der IHK

Wer in anerkannten Ausbildungsberufen nach dem BBiG ausbilden will, muss eine Prüfung als Ausbilder nach der AEVO absolvieren und den Erwerb der berufs- und arbeitspädagogischen Fertigkeiten, Kenntnisse und Fähigkeiten nach dieser Verordnung nachweisen. Handwerker, die einen Meisterlehrgang besuchen wollen, bekommen die Ausbildereignungsprüfung 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. Kann auch ggfs. als Online-Seminar stattfinden.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 500050A22

BEGINN: Mo 07.11.2022, 18.30 bis 21.45 Uhr, 27 Termine, 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 2023 • **LEITUNG:** Holger Stiasny • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Realschulabschluss

Vorbereitung auf die Prüfung

Dauer des Lehrgangs: ca 1 3/4 Jahre mit je 18 Unterrichtsstunden pro Woche 4-5 Termine (außer in den hessischen Schulferien). Unterrichtsfächer: Deutsch, Englisch, Mathematik, Politik, Geschichte, Erdkunde, Biologie, Physik oder Chemie. Änderungen vorbehalten. Kosten: 92 Euro monatlich (ermäßigt 23 Euro). Die Abschlussprüfungen (schriftlich und mündlich) werden vor einem Prüfungsausschuss des Staatlichen Schulamtes abgelegt. Information und Anmeldung unter 05681 775-775 und -404. Achtung: Nächster Kursbeginn erst wieder Sommer 2024 möglich!

ONLINE: Beginn 31.10.2022, Mo-Fr, jeweils von 18.00 bis 21.00 Uhr; Infotermin: Di, 4.10., 18 Uhr, vhs Homberg

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. In Kooperation mit der Asklepios Bildungsakademie und gefördert durch die Projektinitiative CAREful Integration des Schwalm-Eder-Kreises.

HOMBERG: Beginn 05.09.2022, Mo-Do, jeweils von 17.00 bis 20.15 Uhr

Bridge - Einstieg für Neulinge

Einführung in das weltweit bekannte Kartenspiel

Millionen von Menschen auf der Welt lieben Bridge und haben Freude daran, sich mit Gleichgesinnten im Spiel zu messen. Dabei treten in der Regel zwei Paare, die sich gegenüber sitzen, gegeneinander an. Wir bieten Beginnern Schritt um Schritt eine Einführung in das Spiel und üben zahlreiche Spielzüge sowie Spieltaktiken ein. Zur Erprobung des Gelernten dienen dann kleine Turniere. Vorkenntnisse aus dem Doppelkopf-Spiel oder dem Skat können den Einstieg erleichtern, sind aber nicht unbedingt erforderlich. Durch den Kurs leitet Sie ein spielerprobter Bridge-Trainer. Viel Vergnügen!

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 500065A22

BEGINN: Mo 17.10.2022, 19.00 bis 21.15 Uhr, 9 Termine • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** kostenfrei, 27 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Herr Torsten Skibbe • **AUSKUNFT:** Tel. 05622 916126 oder E-Mail: skibbe@t-online.de • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Qualifizierung zur Kindertagespflegeperson

Die Nachfrage nach guter Kinderbetreuung steigt im Schwalm-Eder-Kreis kontinuierlich. Die Qualifizierung von Kindertagespflegepersonen gilt dabei als zentraler Schlüssel, damit vor allem Kleinkinder und teilweise auch ältere Kinder adäquat in ihrer Persönlichkeit gefördert und betreut werden können. Wenn Sie die Selbständigkeit lieben, gerne Kleinkinder in ihrer Entwicklung begleiten und bei Ihnen zu Hause ausreichend Platz für spielende Kinder ist, ist die Tätigkeit als Kindertagespflegeperson genau das Richtige für Sie.

Anfang 2023 startet der neue Qualifizierungskurs für Kindertagespflegepersonen. Die Qualifizierung zur Kindertagespflegeperson erfolgt nach dem „Kompetenzorientierten Qualifizierungshandbuch Kindertagespflege“ (QHB) mit einem Stundenumfang von insgesamt 300 Unterrichtseinheiten und dauert ca. 1 Jahr. Nach erfolgreichem Kursabschluss erhalten Sie ein Zertifikat vom Bundesverband Kindertagespflege und könnten dann mit einer Pflegeerlaubnis als Kindertagespflegeperson tätig werden.

Kursleitungen gesucht

Wir sind immer auf der Suche nach qualifizierten Kursleitungen. Wenn Sie für Themen der Kindertagespflege in Frage kommen, melden Sie sich gerne bei uns. Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Anschlussqualifizierung „160+“

Für bereits tätige Kindertagespflegepersonen, die nach dem DJI ausgebildet wurden, bieten wir ab September 2022 die Möglichkeit, auf die QHB-Qualifizierung aufzuschließen. Der Stundenumfang beträgt 140 UE, die im Blended-Learning-Format, einer Mischung aus Präsenz- und Onlinekursen angeboten wird. Zusätzlich sind ca. 40 UE Selbstlerneinheiten zu leisten. Nach erfolgreichem Kursabschluss erhalten Sie ein Zertifikat vom Bundesverband für Kindertagespflege.

Fortbildungen für tätige Kindertagespflegepersonen

Mit unseren Kursangeboten unterstützen wir Kindertagespflegepersonen dabei, die durch den Gesetzgeber vorgeschriebenen Nachweise von regelmäßigen Fortbildungen zu erbringen. Das gesamte Fortbildungsprogramm finden Sie unter: <https://www.vhs-schwalm-eder.de/service/kindertagespflege.html>

Weitere Informationen erhalten Sie bei:

Qualifizierung von Kindertagespflegepersonen

Angelika Tüchel, Tel. 05681 775-414,

Angelika.Tuechel@schwalm-eder-kreis.de

Fachberatung Kindertagespflege

Heike Schottenhammer, Tel. 05681 775-574,

Heike.Schottenhammer@schwalm-eder-kreis.de

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.

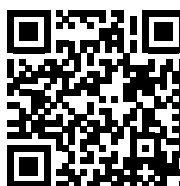
Asklepios Bildungszentrum für Gesundheitsfachberufe Nordhessen
Laustraße 37

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



Bildungszentrum für Gesundheitsfachberufe Nordhessen



Museen im Schwalm-Eder-Kreis

BAD ZWESTEN: Heimatmuseum
BORKEN: Hessisches Braunkohle Bergbaumuseum
FELSBERG: Heimatmuseum (Gensungen);
 Heimatmuseum u. Webstube (Hesslar);
 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 (S. 34 links); Horst W. Gömpel (S. 6 links); Hannah Beier (S. 14, links); Judith Schwerdtfeger-Asbrand (S. 21 rechts); Michaela Spellerberg (S. 19 links); Alisha Sojka (S. 22 links)

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

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 2022

Kursbeginn: Fortsetzungskurse nach den Sommerferien
 Neue Kurse ab 12. September

Schulferien 2022

Herbstferien: 24. Oktober bis 30. Oktober 2022
 Weihnachtsferien: 22. Dezember 2022 bis 08. Januar 2023
 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.

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

- Alle Kurse immer aktuell im Internet
- Anzeige der Kursbelegung
- Verbindliche Anmeldung online
- Abbuchung des Teilnahmeentgelts erst nach Kursbeginn
- Bankdatenabfrage bei Anmeldung
- Anmeldebestätigung per E-Mail

Telefonisch: 05681 775-775

- Persönliche Kursberatung am Telefon
- Verbindliche Anmeldung
- Abbuchung des Teilnahmeentgelts erst nach Kursbeginn
- Bankdatenabfrage bei Anmeldung
- Anmeldebestätigung: Post/E-Mail

Persönlich beim Info bzw. Kursbeginn

- Kostenlose und unverbindliche Schnupperstunde
- Beratung bei der Kursleitung
- Verbindliche Anmeldung per Vordruck

Schriftlich mit Karte (unten)

- Anmeldebestätigung per Post/E-Mail, sofern noch freie Plätze im Kurs verfügbar

Spätere Anmeldung

Ein späterer Einstieg in laufende Kurse ist nur nach Absprache mit der vhs möglich.

Abmeldung

Abmeldungen sind grundsätzlich schriftlich an die vhs zu richten. Mündliche Abmeldungen bei der Kursleitung reichen nicht aus. Evtl. zu zahlende anteilige Teilnahmeentgelte entfallen bei Anmeldung einer Ersatzperson oder Umbuchung in einen anderen, gleichwertigen Kurs.

Abmeldung vor Kursbeginn

Bis drei Arbeitstage vor Kursbeginn ist eine Abmeldung ohne Angabe von Gründen möglich. Eine spätere Abmeldung ist aus wichtigem Grund, z.B. Krankheit, möglich (Nachweis erforderlich). Liegt ein solcher Grund nicht vor, sind 25 % des Kursentgeltes zu zahlen.

Abmeldung nach Kursbeginn

Erfolgt die Abmeldung in der ersten Kurshälfte ohne Angabe von Gründen oder liegt ein wichtiger Grund nicht vor, sind 50 % des Kursentgeltes zu zahlen.

Erfolgt die Abmeldung in der zweiten Kurshälfte ohne Angabe von Gründen oder liegt ein wichtiger Grund nicht vor, ist das volle Teilnahmeentgelt zu zahlen.

Bei Abmeldung aus wichtigem, schriftlich belegtem Grund wird das Teilnahmeentgelt entsprechend der bis zum Eingang der Kündigung durchgeführten Kurstermine fällig.

Widerrufsbelehrung: s. Seite links

Teilnahmezahl

Die Mindest-Teilnahmezahl ist bei jedem Kurs angegeben und beträgt in der Regel acht bis zehn Personen. Soll ein Kurs auch mit weniger Teilnehmenden stattfinden, kann das Entgelt anteilig erhöht bzw. die Kursdauer gekürzt werden. Sollte ein Kurs mangels ausreichender Teilnahmezahl nicht stattfinden können, benachrichtigen wir die angemeldeten Personen.

Entgeltzahlung

Das Entgelt wird nach Kursbeginn von Ihrem Konto abgebucht bzw. durch Rechnung angefordert. Fragen zu Anmeldung, Entgeltzahlung, Abbuchung etc. beantwortet Ihnen das vhs-Verwaltungsteam gern (siehe Seite 3).

Datenschutz

Die Einhaltung der Bestimmungen der Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) und des Hessischen Datenschutz- und Informationsgesetzes (HDSIG) wird zugesichert. Die Erfassung, Speicherung und Weitergabe der Daten wird auf das für die Durchführung der vhs-Veranstaltungen notwendige Maß beschränkt und erfolgt unter Beachtung der Vorgaben. Die vollständige Datenschutzerklärung ist unter www.vhs-schwalm-eder.de einsehbar oder kann bei der Volkshochschule angefordert werden.

SEPA-Lastschriftverfahren

Es wird lediglich das zu entrichtende Entgelt für die von Ihnen belegten Kurse von Ihrem Konto abgebucht. Wenn das Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist, besteht keine Verpflichtung zur Einlösung. Teileinlösungen werden im Lastschriftverfahren nicht vorgenommen.

Die vollständigen AGB können Sie im Internet einsehen oder bei der vhs anfordern.

Bitte füllen Sie die untenstehende Kursanmeldung in Druckschrift aus und schicken Sie sie an: Kreisausschuss Schwalm-Eder / vhs, 34576 Homberg (Efze) oder faxen Sie an 05681 775-408

KURS-ANMELDUNG

Statistische Angaben (freiwillig)

Bitte kreuzen Sie Ihre Altersgruppe an:

- unter 18 18-24 25-34
 35-49 50-64 65-74
 75 und älter

Antrag auf Entgelt-Ermäßigung (75 %)

bitte fügen Sie dieser Anmeldung einen aktuellen Nachweis bei, wenn Folgendes auf Sie zutrifft:

- Ich erhalte Leistungen nach dem Sozialgesetzbuch II (Arbeitslosengeld II, Sozialgeld).
- Ich beziehe Leistungen nach dem Sozialgesetzbuch XII (Hilfe zum Lebensunterhalt, Grundsicherung).
- Es liegt ein begründeter Einzelfall vor, ich bitte um Übersendung eines Antragsvordruckes.

Nebenkosten sind von der Ermäßigung ausgeschlossen. Eine nachträgliche Erstattung ist nicht möglich.

Kursnummer, Kurstitel

Name, Vorname

Straße

PLZ/Ort

Tel. tagsüber

E-Mail:

Mobiltelefon (Ich bin einverstanden, dass ich kursbezogene Nachrichten per SMS erhalte)

Datum / Unterschrift (bei Minderjährigen Unterschrift d. Erziehungsberechtigten)

Ich erkenne die Teilnahmebedingungen der vhs an.

Die obenstehenden Hinweise zum Datenschutz habe ich zur Kenntnis genommen.



50.000 Bäume für die Region.

**Bis 2026 pflanzen wir
50.000 Bäume im gesamten
Schwalm-Eder-Kreis.**

Helfen Sie mit – wir übernehmen:

- ▶ **5 Bäume für Ihr neu eröffnetes Depot**
- ▶ **3 Bäume für jeden neuen Fondssparplan**
- ▶ **1 Baum für die Neuanlage oder Umstellung
auf Online-Banking.**

www.kskse.de/wald



**Kreissparkasse
Schwalm-Eder**