

**2. Halbjahr 2023
Neue Kurse
ab 11. September**

DEMOKRATIE

verstehen. wahrnehmen. aktiv leben.

www.vhs-schwalm-eder.de





Landrat Winfried Becker

In eigener Sache

Sehr geehrte Mitbürgerinnen und Mitbürger!

Demokratie ist ein besonders schützenswertes Gut in Deutschland, Europa und anderswo in der Welt. Demokratie ist die Grundlage für Frieden und Freiheit.

Demokratie...

Der Grundsatz der Gleichheit und der Freiheit ist der Demokratie feste Basis. Alle Bürgerinnen und Bürger haben das gleiche Recht auf politische Teilhabe, unabhängig von ihrer Herkunft, ihrem Geschlecht, ihrer Religion oder ihrer sozialen Stellung. Dieser Grundsatz liegt auch der Arbeit der Volkshochschule zugrunde. Mit unserem Leitbild haben wir uns demokratischen Werten verschrieben. Demokratie ist eine der wichtigsten politischen Errungenschaften der modernen Gesellschaft und gilt als Grundlage für Freiheit, Frieden, Gerechtigkeit und Wohlstand. Es ist

daher unerlässlich, dass wir uns aktiv an der Stärkung der Demokratie beteiligen.

... verstehen

Sich über politische Ereignisse zu informieren ist eine wichtige Voraussetzung um aktiv an demokratischen Prozessen teilzunehmen. Ein Ort der Information und des Austausches, des Zusammenkommens und des Lernens bieten zum Beispiel auch unsere Volkshochschulcourse, wie „1923 - Die Republik von Weimar im Krisenmodus: Von der Ruhrbesetzung über die Hyperinflation zum Hitler-Putsch“. Lernen wir aus den historischen Ereignissen, können wir besser verstehen und unsere demokratische Zukunft gestalten.

... wahrnehmen

Demokratie wahrnehmen bedeutet, sich aktiv an demokratischen Prozessen zu beteiligen und sich für eine offene und pluralistische Gesellschaft einzusetzen. Es geht darum, seine Rechte und Pflichten als Bürgerinnen und Bürger wahrzunehmen, wie z.B. das Recht auf freie Meinungsäußerung oder auf politische Teilhabe. Eine wichtige Rolle spielt dabei die Teilnahme an Wahlen und die Beteiligung an politischen Entscheidungsprozessen auf lokaler,

regionaler und nationaler Ebene. Durch die Wahl von politischen Vertreterinnen und Vertretern und die Einbringung von Ideen und Anregungen kann jede/r Einzelne aktiv an der Gestaltung unserer demokratischen Gesellschaft mitwirken. Demokratie und das Kursangebot wahrzunehmen ist somit ein wichtiger Beitrag zur Stärkung der demokratischen Kultur und zur Förderung von Freiheit, Gerechtigkeit und Solidarität.

... aktiv leben

Demokratie zu leben, das heißt diese auch in der Interaktion mit Anderen auszudrücken. Demokratie zu leben ermöglicht u.a. die Zusammenarbeit mit anderen, eine friedliche Konfliktlösung und eine freie Meinungsäußerung. Es ist wichtig, dass Demokratie nicht nur als ein abstraktes Konzept verstanden wird, sondern dass sie in der Gesellschaft gelebt wird und für alle sichtbar ist. Leben Sie Demokratie, nutzen Sie das Volkshochschulangebot und gehen Sie am 8. Oktober zu Wahl. Sehen wir uns?

Auch die vhs wird von demokratischen Prozessen geleitet. Denn wie immer gilt: Den Kurs bestimmen Sie!




Raiffeisenbank
Borken Nordhessen

Zweigniederlassung der VR-Bank Bad Salzungen Schmalkalden eG



Du bist die Zukunft – komm in unser Team!

Wir suchen

Azubis zum/zur Bankkaufmann/Bankkauffrau (m/w/d)

Wir bieten

- ✓ Spannende und verantwortungsvolle Aufgaben
- ✓ Überdurchschnittliche Ausbildungsvergütung
- ✓ Zahlreiche Benefits wie Bike-Leasing, Ferienwohnungen etc.
- ✓ Moderner Arbeitsplatz / eigenes iPad
- ✓ Hohe und vielfältige Qualität der Ausbildung
- ✓ Gute Übernahme- und Aufstiegschancen in unserem Unternehmen mit zukunftsorientierten Geschäftsfeldern
- ✓ Unterstützung bei der zielgerichteten persönlichen und fachlichen Weiterentwicklung



Wir kümmern uns!

Direkt online bewerben unter:

www.vrb-meinebank.de/ausbildung

Das Team der Volkshochschule

Pädagogisches Team

Franz Drescher
vhs-Leitung, IT-Kompetenz,
Berufliche Bildung,
Schulabschlüsse
Tel. 05681 775-4030



Anika Wolf
Gesellschaft & Kultur,
Schulabschlüsse,
Pädagogische Qualifizierung
Tel. 05681 775-4042



Hannah Beier
Gesundheitsbildung
Tel. 05681 775-4039



Gertraud Mergner-Wudy
Sprachen, Prüfungen
Tel. 05681 775-4038



Susanne Shera
Integrations- und berufs-
bezogene Deutschkurse,
Prüfungen
Tel. 05681 775-4040



Nadine Garzaniti
Aus- und Weiterbildung
v. Tagespflegepersonen
Tel. 05681 775-4046



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 775-7755,
Fax: -4059

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.

Verwaltungsteam

Mario Wissemann
Verwaltungsleitung
Tel. 05681 775-4033



Sabine Breidenstein
Kultur
Tel. 05681 775-4035



Ramona Stückradt
Schulabschlüsse, Kinder-
tagespflege, Gesellschaft
Tel. 05681 775-4041



Tanja Freund
Gesundheitsbildung
Tel. 05681 775-4034



Sigrid Kazmi
Sprachen
Tel. 05681 775-4031



Juliane Dilcher
Deutsch Einstiegsangebote
Tel. 05681 775-4045



Martina Wagner
Berufliche Bildung, Schul-
abschlüsse, BAMF-Kurse
Tel. 05681 775-4032



Katrin Ellenberger
BAMF-Kurse
Tel. 05681 775-4037



Anika Geißler
BAMF-Kurse
Tel. 05681 775-4036



Jessica Kurz
BAMF-Kurse
Tel. 05681 775-4043



Dr. Stephan Lanzke
BAMF-Kurse
Tel. 05681 775-4044



NEUE TELEFONNUMMERN
Die im Heft genannten Telefonnum-
mern gelten ab **14. August 2023!**
Sollte Sie das Programmheft
früher erreichen, finden Sie
die bis dahin gültigen Telefon-
nummern auf unserer Webseite
www.vhs-schwalm-eder.de

A

Acryl 14
Affinity 52, 57
Afrikan. Trommeln 17
AGB 67
Ägypten 7
Android-Phones 55
Ansprechpartner 3
Aqua-Fitness 28
Aqua-Jogging 29
Arabisch 32, 46
Atemübungen 17
Augentraining 55
Außenstellen 49
AutoCAD 60
Autogenes Training 22
Ayurved. Küche 30

B

Babyschwim. 29, 32
Backen 18, 32
BBP-Training 22, 25
Berufsbez. Deutsch 35
Bewegungsspaß 32
Bezuschussung 25
Bierbrauen 19
Bildbearbeitung 56
Bildungsurlaube 50-53
Biodanza® 23
Blechkuchen 18
Body-Forming 26
Boogie Woogie 12
Book Club 12
Bridge 64
Brotbacken 18
Büchereitreffen 8
Bulgarisch 46

C

CAD-Anwendungen 60
Casina 42, 51
Chinesisch 32, 46
Collagen 14
Computer Wissen 55-56
Curry 21

D

Dance-Workout 26
Deutsch 35-36
Digitale Bildbearbeit. 56
Discofox 13
Drehen (Metall) 63

E

Ehrenamt 8, 62
Einbürgerungstest 34
Einstufungstest 34
Englisch 37-39, 50-51
Entspannung 22-23
Entwicklungsförd. 32
Essen 30-31
Excel 53, 58-59, 62

F

Familienzentrum 33
Farbberatung 10
Faszientraining 27
Ferienprojekt 13, 32
Französisch 40-41, 51
Frischluftsport 26

G

Ganzkörpertrain. 26-27
Gebäck 18
Gebärdensprache 47
Geschichte 6-7
Gesellschaftsspiele 64
Gestaltung 14
Gewürze 31
Goldschmieden 16
Grafik 14
Grillgebäck 18
Gymnastik 26

H

Hauptschulabschl. 64
Heimatkunde 6
Heimwerken 63
Homöopathie 9

I

Impressum 66
Indische Küche 30
Integrationskurse 34
Internet 56
Italienisch 42-43, 51
IT-Grundlagen 62

J

Japanisch 47
Jonglieren 27
Junge vhs 32-33

K

Kinästhetik 25
Kinderkurse 32-33
Kindertagespflege 65
Kochen 30
Köhlern 19
Kommunikation 10
Königr. Westphalen 6
Konvent. Drehen 63
Krankenkassen 25
Kränze 16
Kursyst. Sprachen 35

L

Lach-Yoga 24
Landesgeschichte 6
Lateintänze 13
Layout 56, 62
Lernstuf. Sprachen 35
Lesen 12, 35-36
Literatur 12

M

Malen 14-15
Meditation 23, 25
Messer schärfen 19
Metalldrehen 63
Metalza® 26
Mobile Geräte 55
Museen 66
Musikschulen 17
Musizieren 17

N

Nähen 16
Nationalsozialism. 6, 7
Naturkosmetik 10
Neurographik 14
Niederländisch 47
Niveau Sprachen 35

O

Obstbaum 9
Office-Anwend. 62
OneNote 62
Online-Kurse 20-21
Outfitberatung 10
Outlook 53, 62

P

Paartänze 13
Partygebäck 18
Patientenverfügung 8
Philosophie 10
Photoshop 56
Pilates 22, 25, 27
Pivot-Tabellen 59
Plätzchen 18
Polnisch 47
Porzellanmalerei 16
PowerPoint 53, 62
Progr. Muskelentsp. 22

Q

Qigong 24

R

Raqs Scharqi 12
Realschulabschl. 64
Republik v. Weimar 7
Rückentraining 27, 55
Russisch 48

S

Schmieden 19
Schreiben 12
Schulabschlüsse 64
Schwälm. Weißstick. 15
Schwedisch 48
Schweißen 63
Seifenherstellung 9
Serienbriefe 55, 61-62
SimA® 11
Singen 17
Spanisch 44-45, 52
Standardtänze 13
Steinarbeiten 19
Step-Aerobic 27
Stimmtraining 10, 17
Stress 8, 22
Stretching 25
Stricken 15
Super Callanetics® 28

T

Tabellenkalk. 54, 58-59
Tai Chi 22, 25
Tanzen 12
Tanztheater 13, 32
Tastings 31
Tastschreiben 33, 60
Teig 18
Textiles Gestalten 15
Textverarbeit. 55, 61
Toskana 42, 51
Trinken 30
Trommeln 17
Türkisch 48
Typberatung 10

U

Ukrainisch 48
Ukulele 17

V

Vegetar. Küche 30
Verbraucherfragen 8
Vereinsfragen 8
Versailler Vertrag 7
Visual Basic 53, 59
Vorsorgevollmacht 8

W

Wanderung 10
Website 52, 56
Weihnachten 14, 16, 18
Weintasting 31
Weißstickerei 15
Wellness Mix 22
Widerrufsrecht 66
Wildkräuter 9, 10, 30
Word 53, 61-62
WordPress 56

X

Xpert 54-55

Y

Yoga 22-24

Z

Zeichnen 14, 33, 57

printed by:

WirmachenDruck.de

Sie sparen, wir drucken!



Gesellschaft & Leben

6-11



Geschichte und Heimatkunde	6
Ehrenamt	8
Verbraucherfragen	8
Philosophie	10
Kommunikation	10
SimA®-Training	11

Kultur & Kreativität

12-17



Literatur	12
Tanzen	12
Malerei, Grafik und Gestaltung	14
Textiles Gestalten	15
Plastisches Gestalten	16
Singen und Musizieren	17

Gesundheit & Fitness

22-31



Entspannung	22
Yoga	23
Tai Chi, Qigong	24
Meditation	25
Bewegung und Fitness	25
Aqua-Kurse	28
Essen und Trinken	30

Sprachen & Kommunikation

34-48



Deutsch	34
Englisch	37
Französisch	40
Italienisch	42
Spanisch	44
Sprachen spezial	46

Beruf & Computer

54-65



Xpert-Kurssystem	54
Fit im Büro	55
Mobile Geräte	55
Computer Basiswissen	55
Internet	56
Layout u. Bildbearbeit.	56
Kreativ am PC	57
Tabellenkalkulation	58
CAD-Anwendungen	60
Tastschreiben	60
Textverarbeitung	61
Office-Anwendungen	62
Heimwerken	63
Schule	64
Kindertagespflege	65

Und sonst

Musikschulen	17
Handwerkskunst	18
Online-Kurse	20
Junge vhs	32
Familienzentrum	33
Einbürgerungstest	34
Geschäftsstellen	49
Bildungsurlaube	50
Museen	66
Widerrufsrecht	66
AGB, Anmeldungen	67

Geschichte und Heimatkunde

Hessische Landesgeschichte: Die Hälfte der Macht
Für Geschichtsinteressierte und Ehrenamtliche

Die Landgrafschaft Hessen wurde, wie vorher die Landgrafschaft Thüringen auch durch bedeutende Frauen regiert und bestimmt. Hier kann man mit Sophie von Bayern anfangen sicherlich auch die Heilige Elisabeth, die Töchter Sophie von Brabant und Gertrud die Meisterin des Klosters Altenberg. Weiter die Regentinnen wie Anna von Mecklenburg, Amalie Elisabeth oder Hedwig Sophie von Brandenburg. Auch gab es Landgräfinnen, die durch ihre Persönlichkeit großen Einfluss auf die Geschichte des Landes hatten. Dazu werden wir uns Christine von Sachsen, Juliane von Nassau, Maria von England oder Auguste von Preußen ansehen. Das Seminar wird begleitet durch eine umfangreiche Präsentation und weiteres Material.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 101051V32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine, 14-tägig • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 44,00 Euro für 20 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Dr. Dirk Richhardt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**Deutsche Geschichte: Herrinnen der Welt**
Für Geschichtsinteressierte und Ehrenamtliche

Das Interesse an der weiblichen Seite der Geschichte entwickelt sich immer weiter. Zu den wohl spannendsten Gestalten zählen die deutschen Königinnen, die an der Seite ihres Gemahls, oder der Gemahl an ihrer Seite, den Kaiserthron bestiegen und damit zu den mächtigsten Frauen Europas zählten. Das Seminar spannt hier den Bogen aus dem Mittelalter, so etwa Adelheid, Agnes von Poitou bis Mathilde von England über die frühe Neuzeit mit Maria von Burgund, Isabella von Portugal, bis hin zu Maria Theresia, Christine von Braunschweig und um mit der letzten Kaiserin aus dem Hause Preußen zu enden, Auguste Victoria von Schleswig-Holstein-Sonderburg-Augustenburg. Das Seminar wird begleitet durch eine umfangreiche Präsentation und weiteres Material.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 101050V32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 19.30 bis 21.00 Uhr, 10 Termine, 14-tägig • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 44,00 Euro für 20 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Dr. Dirk Richhardt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

„Davon haben wir nichts gewusst!“

1933 - Die Errichtung des Konzentrationslagers Breitenau

Ziel des Kurses ist vor allem die Vermittlung von fachlichem Wissen zu den Themen Machtübernahme der Nazis in der nordhessischen Region und Einrichtung des Konzentrationslagers Breitenau für politisch Gefangene 1933. Neben den beiden Vortragsabenden, die in der Gesamtschule Gudensberg stattfinden, wird als Ergänzung zum Vortrag ein historischer Spaziergang auf dem Gelände der Klosteranlage Breitenau/Guxhagen angeboten, der nach Terminabsprache mit den Teilnehmenden stattfinden soll.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 101052V32

TERMIN: Do 7.12 und Do 14.12.23, jeweils 19 bis 20.30 Uhr und Sa 9.12.23, 10 bis 11.30 Uhr • ORT: Dr.-G.-A.-Zinn-Schule, Schwimmbadweg 30 und Gedenkstätte Breitenau • KOSTEN: 30,00 Euro für 6 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Wilfried Bernhardt • AUSKUNFT: Tel. 05665 5839 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Die Kasseler Region und das Königreich Westphalen
Ein Modellstaat zwischen Freiheit und Restauration

Der Kurs widmet sich dem folgenden Themenkomplex: 1) Von der Landgrafschaft Hessen-Kassel über das Kurfürstentum zum Königreich Westphalen 2) Motive und Reichweite der französischen Reformpolitik im Kgr. Westphalen 3) Proteste, Unruhen und Aufstände gegen die französische Herrschaft des Kgr. Westphalen 4) Lokale nordhessische Unterstützer bzw. Feinde der franz. Reformpolitik (Heinrich von Trott - Wilhelm von Dörnberg) und 5) Bewertung des Modellstaats.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 101054V32

BEGINN: Di 28.11.2023, 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.

► Auf unserer Webseite finden Sie stets aktuelle Informationen und weitere Kurse

Die Republik von Weimar im Krisenmodus

Der 100. Jahrestag des Krisenjahres 1923

Im Kurs werden die folgenden Themen behandelt: 1) Die Vorgeschichte der Krisen von 1923 2) Ruhrbesetzung, Wirtschaftskrise, Hitler-Putsch 3) Die politischen und wirtschaftlichen Folgen der Krisen 4) Die Krisen im Lichte der lokalen Presse.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 101055V32

BEGINN: Di 17.10.2023, 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.

Die Deutschen und der Versailler Vertrag 1919

Die deutsche Reaktion im Lichte der Kriegsschuldfrage

Der Kurs befasst sich mit den folgenden Themen: 1) Der Imperialismus der europäischen Mächte vor dem 1. Weltkrieg 2) Ursache und Anlass des Weltkrieges 3) Die zentralen Aussagen des Friedensvertrags 4) Die Reaktion in Deutschland und die Auswirkungen auf die Republik von Weimar 5) Vergleichende Bewertung mit anderen Friedensverträgen.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 101056V32

BEGINN: Do 19.10.2023, 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.

Erbfeindschaft, Freundschaft, Desinteresse?

Deutsch-französische Beziehung

Der Kurs befasst sich mit den Themen: 1) Die Entwicklung der Beziehungen bis zum 1. Weltkrieg („Erbfeindschaft“) 2) Die Beziehungen in der Weimarer Republik und dem NS-Staat 3) Die Beziehungen in der Nachkriegszeit bis 1963 („Westbindung der BRD“) 4) Die Beziehungen nach 1963 („Freundschaft und europäische Partnerschaft“) 5) Der aktuelle Stand der Beziehung („Ein freundliches Desinteresse?“).

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 101058V32

BEGINN: Do 21.09.2023, 19.30 bis 21.00 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.

1848 - Sehnsucht nach Freiheit und Revolution

Der Kurs befasst sich mit den folgenden Themenbereichen: 1) Die innen- und außenpolitische Entwicklung bis 1848 (Der „Vormärz“) 2) Das revolutionäre Aufbegehren in den einzelnen deutschen Ländern und die Zugeständnisse der Fürsten (Märzministerien) 3) Die Nationalversammlung im Widerstreit unterschiedlicher Ideen, Zusammensetzung der Nationalversammlung, Grundrechte, innerer Aufbau, klein- oder großdeutsche Lösung 4) Die Ursachen des Scheiterns der Revolution und der Sieg der Gegenrevolution 5) Revolutionäre Anführer und Revolutionslieder.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 101057V32

BEGINN: Do 09.11.2023, 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.

Von der Republik zur Diktatur in Deutschland

Der 90. Jahrestag der NS-Machtübernahme

Der Kurs befasst sich mit den folgenden Inhalten: 1) Die Weltwirtschaftskrise als Ausgangspunkt der politischen Krise 2) Die Verschärfung der politischen Krise 1932 3) Der Aufstieg der NSDAP im Reich und in der Region unter programmatischen und sozialstrukturellen Kriterien 4) Die Wahlergebnisse im Lichte der nationalen und lokalen Ergebnisse 5) Die Machteinsetzung der Nazis und die Festigung ihrer Macht 6) Die politische Verfolgung.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 101059V32

BEGINN: Di 07.11.2023, 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.

Rheinwiesen-Lager und politische Lager 1945-1948

Ein Trauerspiel in Deutschland

Ein Vortrag über das Geschehen von 1945 bis 1948 am Rhein und Neckar. In den berüchtigten 23 Rheinwiesenslagern waren Männer und Frauen, Junge und Alte inhaftiert. Dort wurden sie auf Äckern und Wiesen bis zu drei Monaten unter freiem Himmel hinter Stacheldraht gefangen gehalten. Ausführlich wird berichtet, durch bezeugende Personen und mit vielen Fotos, Bildern und Dokumenten gezeigt, welche Tragödien sich damals ereigneten.

FRITZLAR: Vortrag Nr. 101060V32

TERMIN: Mi 15.11.2023, 15.00 bis 16.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 6,00 Euro für 2 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Horst W. Gömpel • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Ägypten - das Land der Pharaonen

Hatshepsut-Tempel, das Millionenjahrhaus

Hatshepsut 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 über ihren einzigartigen Terrasentempel.

HOMBERG: Vortrag Nr. 101061L32

TERMIN: Di 07.11.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 9,00 Euro für 2 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Ahmed Sibak • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Ehrenamt

Mitgliedergewinnung in Vereinen und Initiativen
Gewinnung und Bindung von Ehrenamtlichen

Wie finden wir neue Ehrenamtliche? Diese Frage bewegt fast alle gemeinnützigen Initiativen, Vereine und Organisationen. Wie man bei Gewinnung und Bindung von Ehrenamtlichen erfolgreicher werden kann, ist das Thema dieses Workshops. Im Mittelpunkt stehen dabei konkrete Hilfen für die teilnehmenden Vereine bzw. Organisationen.

FRITZLAR: Tageskurs Nr. 102050V32

TERMIN: Sa 16.09.2023, 10.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: kostenfrei, 7 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Daniela Landgrebe in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Ehrenamt Schwalm-Eder • AUSKUNFT: Tel. 05681 775-1530 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Kreisbüchereitreffen

Für ehren- und hauptamtliche Büchereimitarbeitende

Im Rahmen dieses Seminars erwartet die Kreisbüchereimitarbeitenden ein spannender Impulsvortrag. Ebenso finden aktuelle Informationen aus der Hessischen Fachstelle und interaktive Elemente für den fachlichen Erfahrungsaustausch im Seminar ihren Platz.



BORKEN: Tageskurs Nr. 102052V32

TERMIN: Sa 14.10.2023, 10.00 bis 14.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kulturzentrum Altes Amtsgericht, Am Amtsgericht 4 • KOSTEN: kostenfrei, 5 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Dietlind Lembke in Kooperation mit der Hessischen Fachstelle für Öffentliche Bibliotheken • 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 im Vereins- und Steuerrecht ebenso hartnäckig. In diesem Seminar werden wir uns einige „Mythen“ genauer anschauen und auf Wahrheitsgehalt prüfen.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 102051V32

TERMINE: Do 2.11., Mi 8.11. und Di 14.11., jeweils 18.30 bis 20 Uhr • ORT: Virtueller Kursraum • KOSTEN: kostenfrei, 6 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Daniela Landgrebe in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Ehrenamt Schwalm-Eder • AUSKUNFT: Tel. 05681 775-1530 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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. (056 61) 9 26 19 31
E-Mail: kinderundfamilienbuero@melsungen-foerdert.de · www.melsungen-foerdert.de

Ehrenamtliche rechtliche Betreuungen

Schulung nach dem hessischen Curriculum

Als rechtliche Betreuende vertreten Sie einen kranken oder behinderten Menschen gesetzlich und haben damit eine verantwortungsvolle, manchmal schwierige, aber auch eine für die Gesellschaft sehr wichtige Aufgabe. Das neu überarbeitete Curriculum für ehrenamtliche Betreuende des hessischen Sozialministeriums soll u.a. einen Überblick über die neuen gesetzlichen Regelungen geben. In der Schulung werden sowohl rechtliche als auch medizinische und psychosoziale Themenbereiche behandelt. Ziel der Schulung ist die Vermittlung von Basiswissen, um das Amt als ehrenamtliche Betreuungsperson kompetent ausführen zu können.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104051V32

BEGINN: Di 10.10.2023, 18.00 bis 21.00 Uhr, 6 Termine
• ORT: vhs cloud • KOSTEN: kostenfrei, 24 U-Std., ab 7 Teiln.
• LEITUNG: Philipp Vestweber in Kooperation mit Betreuungsverein Schwalm-Eder e.V. und AWO- Betreuungsverein
• ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Verbraucherfragen

**Informationen zu „Vorsorgevollmachten“
und „Patientenverfügungen“**

Was passiert, wenn man selbst nicht mehr eigenverantwortlich handeln kann? Wer entscheidet über medizinische Behandlungen? 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. 104050V32

TERMIN: Di 26.09.2023, 18.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 2 Teiln. • LEITUNG: Ute Karwatzki in Kooperation mit AWO-Betreuungsverein Homberg (Efze) und Betreuungsverein Schwalm und Eder e.V. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Stress reduzieren

Anforderungen in Job und Alltag besser meistern

Im Beruf wie im Alltag gibt es viele Aufgaben zu organisieren. Das führt häufig zu Stress und dazu, dass die anfallenden Aufgaben nicht fertig gestellt werden oder wir sie vor uns herschieben. In diesem Kurs geht es darum was Stress eigentlich genau ist, wie dieser entsteht, wie wir unsere Aufgaben strukturieren und uns dadurch entlasten können, wie wir auch kleine Erfolge sichtbar machen können und welche Möglichkeiten der Entspannung in den Alltag integriert werden können.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 106050V32

BEGINN: Di 10.10.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 2 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 27,60 Euro für 6 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Dr. Sabrina Schude • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Seife aus Wildkräutern herstellen

Im Kurs erlernen die Teilnehmenden Schritt für Schritt, wie Seife hergestellt wird. Bei der Gestaltung können die Teilnehmenden ihrer Fantasie und Kreativität freien Lauf lassen. Es werden verschiedene Rezepte mit Wildkräutern ausprobiert.

MORSCHEN: Tageskurs Nr. 210053L32

TERMIN: Sa 07.10.2023, 11.00 bis 15.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Naturwerk, Landgrafenstraße 4 • KOSTEN: 22,50 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. 15 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Martina Krug • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Einen Obstbaum fürs Leben

Im Kurs erfahren Sie Wissenswertes über die Grundlagen der Obstbaumkultur, Obstarten und Sorten, Obstbäume für den Hausgarten, Vorstellung von Lageräpfeln mit evtl. Verköstigung, Apfelsorten für Apfelallergiker und fachgerechte Obstbaumpflanzung.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 104053V32

TERMIN: Do 12.10.2023, 18.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 17,00 Euro für 3 U-Std., ab 5 Teiln., inklusive Skript • LEITUNG: Dipl.Ing. Carola Drüsedau • AUSKUNFT: Tel. 0176 57892310 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Die Homöopathische Haus-, Notfall- und Reiseapotheke

In diesem Vortrag lernen Sie praxisbewährte homöopathische Medikamente kennen, die Ihnen schnelle Hilfe bei Beschwerden wie beginnenden Infekt, Kopfschmerzen, Reiseübelkeit, Magen-Darm-Infekt, Insektenstichen, Sonnenbrand, Zeckenbiss, kleinen Verletzungen, Verbrennungen bieten können. Die Medikamente wirken sanft und nebenwirkungsfrei, sie unterstützen und modulieren das körpereigene Immunsystem.



HOMBERG: Vortrag Nr. 303050H32

TERMIN: Di 10.10.2023, 18.30 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 9,00 Euro für 2 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Maik Aschenbrenner • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► Fortsetzung auf der nächsten Seite



BEI UNS IM HOSPI
ERLEBST DU
ECHTEN #TEAMGEIST

www.hospital-karriere.de

Farb-Typ-Outfitberatung

Machen Sie das Beste aus Ihrem Typ

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

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 170150V32

BEGINN: Mo 30.10.2023, 18.30 bis 21.30 Uhr, 3 Termine • ORT: Treffpunkt Wagnergasse, Wagnergasse 4-6 • KOSTEN: 54,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. 25 Euro Farbkarte (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Ute Nees-Thiedemann • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Mit Wildkräutern Naturkosmetik selbst herstellen
Badezusätze, Körperbutter und Balsam

Der Herbst ist da! Mit naturreinen Ölen und Wildkräutern wollen wir draußen, falls es das Wetter zulässt, selbst Kosmetik herstellen und uns aus der Fülle der Natur bedienen. Mit verschiedenen Badezusätzen, Cremes und co. wollen wir uns schon auf die herbstlich kalte Jahreszeit einstimmen. Mit frischen Kräuterfußbädern und Tees wollen wir es uns richtig gut gehen lassen und dabei die letzten Sonnenstrahlen genießen. Es ist ein Wohlfühltag mit tollen Ergebnissen. Der Winter kann kommen! Bei schlechtem Wetter findet der Kurs drinnen statt.



JESBERG: Tageskurs Nr. 104052V32

TERMIN: Sa 23.09.2023, 10.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Alte Mühle Densberg, Mühlenweg 2 • KOSTEN: 38,50 Euro für 11 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. 20 Euro Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Saskia Kießling • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Philosophie**Wanderung vor dem Aschenberg mit philosophischen Gesprächen**
Versprechen und Gefahren von KI

Diese philosophische Wanderung hat die „künstliche Intelligenz“ (KI) als thematischen Mittelpunkt. Wo zeigt sich schon heute ihr Nutzen und wo werden bereits jetzt bedenkliche Anwendungen sichtbar? Verdient diese neu entstehende Technologie überhaupt den Namen „Intelligenz“? Wir lernen verschiedene Aspekte dieses Phänomens kennen, um mit den Mitteln der philosophischen Ethik besser einordnen zu können, was da auf uns zu kommt. Beim Wandern werden wir auch ein Auge für die Landschaft und die Pflanzen am Wege haben.

KNÜLLWALD: Tageskurs Nr. 108051V32

TERMIN: Sa 07.10.2023, 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.

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.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 108052V32

BEGINN: Sa 09.09.2023, 10.00 bis 12.00 Uhr, 4 Termine, immer am 2. Sa. d. Monats (außer in den Ferien) • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: kostenfrei, 11 U-Std., ab 1 Teiln. • LEITUNG: Dr. Bernd Handschuch • LEHRMATERIAL: Identität erlangen - aber wie? und Identisch bleiben - aber wie? • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Kommunikation**Einstiegskurs Gesundes Sprechen**
Stimmkraft entdecken

Dieser Kurs richtet sich an Erwachsene, die ihre Stimme regelmäßig nutzen und verbessern wollen. Ziel ist es, Ihre Stimme gesünder und sicherer zu machen, damit Sie sie langfristig kraftvoll und klar einsetzen können. Dabei werden Übungen vermittelt, die einfach in den Alltag integriert werden können und Ihnen mehr Ausdruckskraft und Sicherheit verleihen werden. Durch das Entdecken Ihrer stimmlichen Möglichkeiten und die Anwendung spezifischer Techniken werden Sie lernen, eine neue, resonanzreiche Klangqualität zu erzeugen und Heiserkeit und Nervosität zu reduzieren.

SCHWALMSTADT: Wochenendkurs Nr. 111050V32

TERMINE: Sa 23.9. und So 24.9., jeweils 11 bis 14 Uhr • ORT: DGH Frankenhain, Landgraf-Karl-Str. 31 • KOSTEN: 32,00 Euro für 8 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Eva Maria Balkenhol • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**Gesundes Sprechen**
Stimmkraft entdecken

Im Kurs gibt ein erfahrener Stimmcoach Übungen an die Hand, die sich einfach in den Alltag integrieren lassen und Ihnen mehr Ausdruckskraft und Sicherheit schenken werden. Im Training werden Sie spielerisch Ihre stimmlichen Möglichkeiten entdecken und einen neuen, resonanzreichen Klang genießen. Je regelmäßiger Sie dieses Training durchführen, desto solider werden Ihre Erfolge sein.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 111051V32

BEGINN: Mi 25.10.2023, 15.00 bis 16.00 Uhr, 9 Termine • ORT: DGH Frankenhain, Landgraf-Karl-Str. 31 • KOSTEN: 48,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Eva Maria Balkenhol • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



SimA® - Selbständig und kompetent im Alter



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.

SimA®-Trainingsprogramm

Aktivierungskurs SimA®

Bewegung, Gedächtnis- und Kompetenztraining

SimA® bedeutet „Selbständig im Alter“ und ist eine Übungsmethode, um die geistige und körperliche Fitness im Alter zu trainieren. Der SimA®-Kurs ist für alle, die im Alter aktiv, beweglich und rege leben möchten. Spielerisch, mit Spaß und zusammen mit anderen wird mit speziellen Übungen und Spielen das Gedächtnis aktiviert sowie die Motorik und Koordination für mehr Bewegungssicherheit im Alltag gefördert. Der Austausch in der Gruppe zu Themen aus dem Lebensalltag hat ebenfalls seinen Platz. Die Aktivierung zur Selbständigkeit bedeutet mehr Lebensqualität und ist Ziel dieses Kurses.

BAD ZWESTEN: Nachmittagskurs Nr. 107055V32

BEGINN: Fr 22.09.2023, 14.00 bis 15.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Gemeindehaus / Pfarramt, Gartenstraße 3 • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 2 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Heidi Stöcker und Jutta Heidenreich

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 107051V32

BEGINN: Di 12.09.2023, 13.30 bis 15.00 Uhr, 11 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 74,80 Euro für 22 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 2 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Ute Preisner

GILSERBERG: Abendkurs Nr. 107063V32

BEGINN: Mi 13.09.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • ORT: N.N. • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 2 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Anita Amrhein

GUDENSBERG: Nachmittagskurs Nr. 107064V32

BEGINN: Di 12.09.2023, 14.30 bis 16.00 Uhr, 10 Termine • ORT: DGH Maden, Am Wotanstein • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 2 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Christa Schneider-Kanold

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 107053V32

BEGINN: Fr 22.09.2023, 10.00 bis 11.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 2 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Heidrun Brandt

NEUENTAL: Nachmittagskurs Nr. 107058V32

BEGINN: Mi 20.09.2023, 14.30 bis 16.00 Uhr, 10 Termine • ORT: DGH Zimmersrode, Parkstraße 9 • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 2 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Ute Rauscher

WABERN: Nachmittagskurs Nr. 107054V32

BEGINN: Do 14.09.2023, 14.00 bis 15.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Familienzentrum & Generationentreff Wabern, Wilhelm-Dilich-Str. 12 • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 2 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Christa Schneider-Kanold

Aufbaukurs SimA®

Bewegung, Gedächtnis- und Kompetenztraining

SimA® bedeutet „Selbständig im Alter“ und ist eine Übungsmethode, um die geistige und körperliche Fitness im Alter zu trainieren. Der SimA®-Kurs ist für alle, die im Alter aktiv, beweglich und rege leben möchten und bereits SimA®-Kursenerfahrungen gesammelt haben.



FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 107052V32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 14.00 bis 15.30 Uhr, 11 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 74,80 Euro für 22 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 2 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Ute Preisner

SimA® – Gedächtnis-, Konzentrations- und Entspannungsübungen für Personen ab 40

Für Berufstätige und Stressgeplagte

Stress wirkt auf vielen Ebenen, geistig, seelisch und körperlich. Durch Stress wird unsere Konzentrationsfähigkeit negativ beeinflusst, wir werden fahrig und unser Vermögen, sich Dinge zu merken, schwindet. Durch die SimA®-Methode trainieren Sie Ihr Gedächtnis- und Ihre Konzentrationsfähigkeit. In Kombination mit gezielten Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen erlangen Sie die Fähigkeit, mit dem Stress besser umzugehen und diesen im Alltag einfacher zu bewältigen.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 107056V32

BEGINN: Fr 15.09.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 2 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Bolorchimeg Bayaraa

NEUENTAL: Abendkurs Nr. 107060V32

BEGINN: Fr 03.11.2023, 17.00 bis 18.30 Uhr, 8 Termine • ORT: DGH Zimmersrode, Parkstraße 9 • KOSTEN: 54,40 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 2 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Ute Rauscher

► **Anmeldung zu diesen Angeboten:**
Siehe Infozeilen unten.

Weitere Informationen:

Anika Wolf
Tel: 05681 775-4042
Anika.Wolf@schwalm-eder-kreis.de
www.vhs-schwalm-eder.de



Literatur

Kreative Schreibwerkstatt

Kreative Schreibwerkstatt: Literarische Neugierde befriedigen und das Wort „Schreibblockade“ aus dem Wortschatz streichen. Im Kurs können unter fachlicher Anleitung Geschichten entwickelt oder eigene Gedichte geschrieben werden. Zudem wird vermittelt wie diese lebendig vorgetragen werden.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 202051L32

BEGINN: Di 24.10.2023, 15.45 bis 16.45 Uhr, 9 Termine • ORT: DGH Frankenhain, Landgraf-Karl-Str. 31 • KOSTEN: 50,40 Euro für 12 U.-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Eva Maria Balkenhol • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Kreatives Schreiben leicht gemacht

Komm und schreib mit!

Du möchtest ein Gedicht, einen Text, einen Song, eine Rede oder ähnliches verfassen und weißt nicht wie? Dieser Kurs bietet Raum und Möglichkeit die eigene Kreativität zu entfalten. Es können eigene Projekte oder Konzepte mitgebracht werden. Der Kurs ist für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse geeignet. Im Kurs werden Unterstützung durch die Kursleitung und die Gruppe, sowie neue Impulse für die eigenen Schreibprojekte geboten.

JESBERG: Tageskurs Nr. 202053L32

TERMIN: Sa 11.11.2023, 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. • LEITUNG: Saskia Kießling • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Book Club - 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. Der Einstieg in den Kurs ist nach Absprache mit der Kursleitung jederzeit möglich.

BORKEN: Abendkurs Nr. 202054K32

BEGINN: Mo 14.08.2023, 18.00 bis 20.00 Uhr, 6 Termine, immer am 2. Mo. d. Monats und nach Absprache • ORT: Kulturzentrum Altes Amtsgericht, Am Amtsgericht 4 • KOSTEN: kostenfrei, 16 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.

Tanzen



Tanz-Workshop Boogie Woogie

Fröhlich, sportlicher Paartanz für alle Altersgruppen, mit und ohne Tanzerfahrung. Folgende Inhalte werden in dem Workshop vermittelt: Tanzhaltung, Körperspannung, klassischer 8er-Grundschrift, Platzwechselvarianten. Optional üben wir auch die eine oder andere Figur oder Schrittfolge. Für Teilnehmende mit Boogie Woogie-Vorkenntnissen gibt es zusätzliche Inhalte. Eine Anpassung der Inhalte ist jederzeit möglich.

➔ Einstiegskurs

GUDENSBURG: Kompaktkurs Nr. 205054L32

TERMIN: Sa 16.09.2023, 10.00 bis 14.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Odenberg-Schule, Große Binde 18 • KOSTEN: 25,00 Euro für 5 U.-Std., ab 10 Teiln., Paarweise und Einzel-Anmeldung möglich • LEITUNG: Uwe Carl • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Aufbaukurs

GUDENSBURG: Kompaktkurs Nr. 205053L32

TERMIN: Sa 04.11.2023, 10.00 bis 14.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Odenberg-Schule, Große Binde 18 • KOSTEN: 25,00 Euro für 5 U.-Std., ab 10 Teiln., Paarweise und Einzel-Anmeldung möglich • LEITUNG: Uwe Carl • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Raqs Scharqi - klassisch orientalischer Tanz

Die weichen wie auch rhythmischen Bewegungen des orientalischen Tanzes verbessern Haltung und Körperwahrnehmung, vergrößern die Beweglichkeit, vertiefen die Atmung und bringen Körper und Seele ins Gleichgewicht. Der Kursbesuch ist in jedem Alter möglich. Der Kurs ist eine Verbindung von orientalischer Tanz und vorbereitenden Körperübungen, zur Stärkung der Wirbelsäule und Rückenmuskulatur. Bitte ein Tuch für die Hüften und körpernahe Übungskleidung mitbringen.

➔ Ohne Vorkenntnisse

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 205051L32

BEGINN: Mi 20.09.2023, 17.30 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 60,00 Euro für 20 U.-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Yvonne Sonnenschein • AUSKUNFT: Tel. 05662 1464 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Mit Vorkenntnissen

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 205050L32

BEGINN: Mi 20.09.2023, 19.00 bis 20.30 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 60,00 Euro für 20 U.-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Yvonne Sonnenschein • AUSKUNFT: Tel. 05662 1464 • 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. Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse sind willkommen. Vor der Kursbuchung bitte Rücksprache mit der Kursleitung halten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 205057L32

BEGINN: So 17.09.2023, 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. 205061L32

BEGINN: Mi 20.09.2023, 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.

Tanzen erleben

Discofox für Fortgeschrittene

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. Haben Sie bereits einen Grundkurs absolviert oder Vorkenntnisse, erlernen Sie hier weitere trendige und angesagte Discofox-Figuren und Kombinationen.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 205055L32

BEGINN: Mo 18.09.2023, 19.00 bis 20.45 Uhr, 6 Termine
• ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 51,80 Euro für 14 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

Standard- und Lateintänze für Paare

➔ Ohne Vorkenntnisse - Stufe 1

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

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 205056L32

BEGINN: So 17.09.2023, 11.00 bis 12.30 Uhr, 10 Termine
• ORT: Stellbergsschule, Rudolf-Harbig-Str. 2 • KOSTEN: 95,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Iris Plasberg und Tanzpartner • AUSKUNFT: Tel. 0171 2132084 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Mit geringen Vorkenntnissen - Stufen 2,3

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

WABERN: Abendkurs Nr. 205059L32

BEGINN: Do 14.09.2023, 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.

WABERN: Abendkurs Nr. 205052L32

BEGINN: Mi 20.09.2023, 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 guten Vorkenntnissen - Stufe 4

WABERN: Abendkurs Nr. 205058L32

BEGINN: Do 14.09.2023, 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.

➔ Spezialkurs Stufe 1 und 2

In diesem Kurs werden die Tänze Discofox, Cha-Cha, Jive und Langsamer Walzer unterrichtet. Für Paare ohne oder mit geringen Kenntnissen. Vor der Kursbuchung bitte Rücksprache mit der Kursleitung halten.

WABERN: Abendkurs Nr. 205060L32

BEGINN: Di 12.09.2023, 19.30 bis 21.00 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.

Tanzen – das Abenteuer Paartanz erleben

Standard- und Lateintänze

Lassen Sie sich entführen in die Welt der Tänze und folgen Sie der Musik zu Foxtrott, Langsamer Walzer, Tango, Cha-Cha-Cha, Rumba, Jive und Discofox. Sie erlernen Grundschriffe oder erweitern Ihre im Einführungskurs erworbenen Kenntnisse und erhalten Tipps zur Führung. Dieser Kurs ist geeignet für Paare jeden Alters. Neben dem Kurs werden Tanzees besucht, um die Kenntnisse ganz praktisch zu vertiefen.

➔ Einführung

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 205062L32

BEGINN: So 08.10.2023, 16.45 bis 18.15 Uhr, 10 Termine
• ORT: DGH Röhrenfurth, Unterdorf 1 • KOSTEN: 78,50 Euro für 20 U-Std., ab 12 Teiln. • LEITUNG: Burkhard Appel und Heidemarie Appel • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Fortsetzung

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 205063L32

BEGINN: So 08.10.2023, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine
• ORT: DGH Röhrenfurth, Unterdorf 1 • KOSTEN: 78,50 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Burkhard Appel und Heidemarie Appel • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Tanztheaterprojekt „Fritzlar's wahre Geheimnisse“

Ferienprojekt für Jugendliche von 11 bis 16 Jahren

In einem einwöchigen Ferienprojekt entwickeln Jugendliche ein eigenes ortsspezifisches Tanztheaterstück. Sie lassen sich dabei von geheimnisvollen Orten in Fritzlar inspirieren. Die Teilnehmenden bringen eigene Ideen ein. Der Kurs umfasst neben der kreativen Arbeit das Training in zeitgenössischem Tanz, Schauspiel und Bewegungsstudien. Zum Abschluss der Woche präsentieren die Teilnehmenden das Ergebnis ihres Schaffens in einer öffentlichen Werkstattaufführung.

FRITZLAR: Wochenkurs Nr. 205064V32

TERMINE: Mo 23.10. bis Do 26.10., jeweils 10 bis 16 Uhr und Fr 27.10., 10 bis 20 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: kostenfrei, 47 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Benjamin Porps in Kooperation mit thearte Theaterkunst und Kommunikation e.V. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Malerei, Grafik, Gestaltung

**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 Farbeindrücke 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. 207050L32

TERMINE: Fr 3.11., 14 bis 18 Uhr und Sa 4.11.23, 10 bis 18 Uhr
• ORT: Steinwaldschule, Reißmannweg 7 • KOSTEN: 60,00 Euro für 15 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen), Höhe der Kosten auf Anfrage • LEITUNG: Astrid Schlemmer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Malen mit Acryl

Der Kurs vermittelt Grundkenntnisse der Acrylmalerei. Zum Einstimmen beginnen wir jeweils mit kleinen Malübungen. Danach haben Sie die Möglichkeit nach Vorlagen, Skizzen oder frei nach Fantasie zu malen. Der Kurs ist für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse geeignet. Dies ist ein inklusiver Kurs in Zusammenarbeit mit der Hephata Diakonie.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 207052L32

BEGINN: Mo 09.10.2023, 16.30 bis 19.00 Uhr, 4 Termine • ORT: Atelier Farbenhaus, Wagnergasse 1 • KOSTEN: 55,00 Euro für 13 U-Std., ab 3 Teiln., inklusive Materialkosten • LEITUNG: Sabine Brusius in Kooperation mit der Hephata Diakonie • AUSKUNFT: Tel. 06691 9110396 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Global Inspirations aus Stoff und Papier

Workshop: Collagen für Jung und Alt

Collagen - Egal welches Thema: Pflanzen, Menschen, Träume, Wetter, Wasser, Tiere, Aktivitäten, Mode, Möbel und Kultur. Einfach schneiden, kleben und kombinieren. Das Bild entsteht fast von alleine.

FRITZLAR: Wochenendkurs Nr. 207055L32

TERMINE: Sa 11.11., 10 bis 16 Uhr und So 12.11., 10 bis 16 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 96,00 Euro für 16 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. 10 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Eva-Marie Brodheim • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Weihnachtskarten selber herstellen

Entwerfen Sie Ihr eigenes Weihnachtsmotiv und stellen Sie Ihre persönlichen Weihnachtskarten selbst her. Zur Auswahl stehen Stempeldruck, Collagenarbeit oder die Möglichkeit der Malerei. Dies ist ein inklusiver Kurs in Zusammenarbeit mit der Hephata Diakonie.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 207054L32

BEGINN: Mo 04.12.2023, 16.30 bis 18.30 Uhr, 3 Termine • ORT: Atelier Farbenhaus, Wagnergasse 1 • KOSTEN: 30,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln., inklusive Materialkosten • LEITUNG: Sabine Brusius in Kooperation mit Hephata • AUSKUNFT: Tel. 06691 9110396 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Das Atelier kennenlernen

Einführungskurs

Im Atelier finden Sie Raum und Zeit, verschiedene Materialien kennenzulernen und auszuprobieren. Wir beschäftigen uns mit Aquarell- und Acrylfarben sowie Öl- und Pastellkreiden. Das Angebot ist für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse geeignet. Dies ist ein inklusiver Kurs in Zusammenarbeit mit der Hephata Diakonie.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 207053L32

BEGINN: Mo 15.01.2024, 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 der Hephata Diakonie • AUSKUNFT: Tel. 06691 9110396 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Einführung in die Neurographik

Neurographik ist eine neue Kreativ-Methode aus Russland. Dabei werden zum Beispiel Handlungsstränge, bestimmte Lebensumständen, persönliche Werdegänge oder Kommunikationsprozesse zeichnerisch zu Papier gebracht. Im Kurs lernen Sie diese neue Methode kennen und können unter fachlicher Anleitung durch die Kursleitung ausprobieren, inwiefern Sie durch diese Methode einen neuen Blick auf Ihre persönlichen Themen bekommen können.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 207057L32

BEGINN: Do 05.10.2023, 18.00 bis 21.00 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 108,00 Euro für 24 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Ilona Kuosman • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Wir können alle zeichnen lernen

Klassische Zeichenschule

Bleistift-, Kohle- oder Tuschezeichnungen haben einen besonderen Reiz, egal ob es sich um abstrakte oder figurliche Motive handelt. Sie erhalten eine Einführung in die Grundlagen der Zeichentechnik nach der klassischen Schule für technisches und künstlerisches Zeichnen. Licht und Schatten spielen dabei eine wichtige Rolle. Der Kurs gliedert sich in 6 Module. Jedes Modul behandelt bestimmte Zeichentechniken nach der klassischen Schule. Je nach Vorkenntnissen können die Teilnehmenden an allen 8 Terminen teilnehmen oder gezielt bestimmte Module besuchen.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 207056L32

INFO: Di 19.9., 18 Uhr, BEGINN: Di 26.09.2023, 18.00 bis 20.15 Uhr, 8 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 96,00 Euro für 24 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Ilona Kuosman • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Malen mit Spaß am Tun

Ein Kurs des Künstlers Xiaoming Song

In diesem Kurs können Malinteressierte ihre künstlerischen Fähigkeiten entdecken, vertiefen und erweitern. Sowohl Teilnehmende mit als auch ohne Vorkenntnisse sind willkommen. Verschiedene künstlerische und malerische Techniken können ganz nach den Wünschen der Teilnehmenden vermittelt werden. Die Teilnehmenden können eigene Ideen und Materialien mitbringen. Verschiedenes Material steht aber auch zur Verfügung. Bei der Umsetzung der Bildprojekte werden Sie vom Künstler begleitet und beraten. Durch die Gruppe kann ein lebendiger Austausch entstehen. Die Nähe zum Kurpark macht es möglich auch hinaus in die Natur zu gehen, um dort zu skizzieren oder zu malen.

BAD ZWESTEN: Abendkurs Nr. 207051L32

BEGINN: Di 12.09.2023, 18.00 bis 20.00 Uhr, 10 Termine
• ORT: Laden Kunst, Zum Kurpark 2 • KOSTEN: 94,50 Euro für 27 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen), Höhe der Kosten auf Anfrage • LEITUNG: Xiaoming Song • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Textiles Gestalten

Auf die Socken, fertig, los!

Stricken für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse

Sockenstricken liegt wieder voll im Trend. Ob als modisches Statement, für das perfekte „Fuß-Klima“ oder einfach für kuschelig-warme Füße. Eine vielfältige Auswahl an Garnmischungen für Socken, ein großes Farbspektrum, tolle Muster, Farbkompositionen von handgefärbter Wolle, neue & abwechslungsreiche Stricktechniken für alle Schwierigkeitsgrade. 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. 209050L32

BEGINN: Fr 03.11.2023, 18.00 bis 20.00 Uhr, 5 Termine
• ORT: Strickwerk34, Kirchgasse 2 • KOSTEN: 48,10 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln., Nadelspiel und Strumpfwolle kann auch bei der Kursleitung erworben werden • LEITUNG: Katja Stein • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Schwälmer Weißstickerei

Für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse

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. 209051L23

BEGINN: Do 02.11.2023, 18.30 bis 20.30 Uhr, 8 Termine, 14-tägig • ORT: Kleeblattschule, 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. 209060L32

BEGINN: Di 07.11.2023, 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.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 209051K32

INFO: Mo 25.9., 18 Uhr, BEGINN: Mo 09.10.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine, 14-tägig • ORT: DGH Niedergrenzach, Knüllstr. 21 / Kirchplatz • KOSTEN: 50,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elisabeth Stübing • AUSKUNFT: Tel. 06691 3809 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

Stricken für Jung und Alt

Für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse

Stricken ist Entspannung und Kreation zugleich. Im Kurs sind Strickerfahrene genauso willkommen, wie Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Wir besprechen gemeinsam an welchen Projekten gearbeitet werden soll. Ob Socken, Pullover oder Babykleidung. Teilnehmende ohne Vorkenntnisse erlernen zunächst die Grundlagen des Strickens. Fortgeschrittene widmen sich neuen Stricktechniken. Für alle ist etwas dabei.

BORKEN: Abendkurs Nr. 209053L32

BEGINN: Do 19.10.2023, 18.00 bis 20.00 Uhr, 5 Termine
• ORT: Kerstin's Strick- und Wollstübchen, Kalbsburgerstraße 15 • KOSTEN: 52,00 Euro für 13 U-Std., ab 5 Teiln., Nadelspiel und Wolle können auch bei der Kursleitung erworben werden • LEITUNG: Kerstin Wetter • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

BORKEN: Abendkurs Nr. 209054L32

BEGINN: Do 23.11.2023, 18.00 bis 20.00 Uhr, 5 Termine
• ORT: Kerstin's Strick- und Wollstübchen, Kalbsburgerstraße 15 • KOSTEN: 52,00 Euro für 13 U-Std., ab 5 Teiln., Nadelspiel und Wolle können auch bei der Kursleitung erworben werden • LEITUNG: Kerstin Wetter • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► Auf unserer Webseite finden Sie stets aktuelle Informationen und weitere Kurse



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 Schneiden. Es braucht keinerlei Vorkenntnisse.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 209055L32

INFO: Do 14.9., 18 Uhr, BEGINN: Do 21.09.2023, 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.



Nähen macht Spass - Für Groß und Klein

Für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse

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 oder ein Platzdeckchen mit passender (Wende-) Bestecktasche. Die Stoffauswahl wird gemeinsam besprochen, dann folgt das Zuschneiden und das Zusammennähen der einzelnen Stoffstücke. Teilnehmende mit Vorkenntnissen verfolgen ein eigenes Nähprojekt. Hier beraten wir gemeinsam welches Projekt sich eignet.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 209058L32

BEGINN: Do 14.09.2023, 17.00 bis 19.30 Uhr, 4 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 52,00 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 2 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch und ggf. 10 Euro Leihgebühr für Nähmaschine und weiteres Zubehör (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Judith Schwerdfeger-Asbrand • AUSKUNFT: Tel. 0177 1695280 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 209056L32

BEGINN: Do 14.12.2023, 17.00 bis 19.30 Uhr, 4 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Schladenweg 43 • KOSTEN: 52,00 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 2 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch und ggf. 10 Euro Leihgebühr für Nähmaschine und weiteres Zubehör (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Judith Schwerdfeger-Asbrand • AUSKUNFT: Tel. 0177 1695280 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 209057L32

BEGINN: Do 02.11.2023, 17.00 bis 19.30 Uhr, 4 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 52,00 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 2 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch und ggf. 10 Euro Leihgebühr für Nähmaschine und weiteres Zubehör (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Judith Schwerdfeger-Asbrand • AUSKUNFT: Tel. 0177 1695280 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Plastisches Gestalten

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. Als Material können Silber, Perlen, Steine und andere Kleinteile zum Einsatz kommen.

MELSUNGEN: Tageskurs Nr. 210050L32

TERMIN: Sa 25.11.2023, 10.00 bis 18.15 Uhr, 1 Termin • ORT: Werkstatt Vonhof, Terrassenweg 6 • KOSTEN: 60,00 Euro für 11 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen), Höhe der Kosten auf Anfrage • LEITUNG: Sandra Vonhof • AUSKUNFT: Tel. 05661 53654 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Weihnachtliche Windlichter aus Schafwolle

Im Rahmen des Kurses wird das Naturprodukt Schafwolle durch den Prozess des Filzens in ein weihnachtliches Windlicht verwandelt. Bei der Gestaltung haben die Teilnehmenden freie Hand.

MORSCHEN: Tageskurs Nr. 210051L32

TERMIN: Sa 11.11.2023, 11.00 bis 15.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Naturwerk, Landgrafenstraße 4 • KOSTEN: 22,50 Euro für 5 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 15 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Martina Krug • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Kränze jahreszeitlich natürlich gestalten

Mit natürlichen Werkstoffen aus Feld und Flur stellen wir nach unseren eigenen Vorstellungen und Wünschen einen gebundenen jahreszeitlichen Kranz her.

MORSCHEN: Tageskurs Nr. 210052L32

TERMIN: Sa 23.09.2023, 11.00 bis 15.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Naturwerk, Landgrafenstraße 4 • KOSTEN: 22,50 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. 15 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Martina Krug • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Porzellanmalerei

Der Kurs vermittelt Grundkenntnisse der Porzellanmalerei sowie die Einführung in die Geschichte und Herstellung. Sie haben 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. 210054L32

BEGINN: Di 12.09.2023, 17.00 bis 19.15 Uhr, 6 Termine • ORT: Altenburgschule, Kasseler Str. 12 • KOSTEN: 63,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen), Höhe der Kosten auf Anfrage, Material kann bei der Kursleitung erworben werden. • LEITUNG: Edelgard Opfer • AUSKUNFT: Tel. 05626 669 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► **Auf unserer Webseite finden Sie stets aktuelle Informationen und weitere Kurse**

Singen und Musizieren

Afrikanisches Trommeln

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! Der Kurs ist für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse geeignet. Instrumente stehen gegen eine Gebühr zur Verfügung oder die eigene Trommel kann mitgebracht werden. Die Instrumentenausleihe im Kurs ist möglich. Eine eigene Trommel kann aber gern mitgebracht werden.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 213052L32

BEGINN: Mi 13.09.2023, 18.30 bis 19.30 Uhr, 5 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 28,00 Euro für 7 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 10 Euro für Instrumentennutzung (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Birgit Schließer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 213054L32

BEGINN: Do 02.11.2023, 19.00 bis 20.30 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • 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.

Ukulele spielen lernen

Mit der Ukulele von Akkord zu Akkord, von Lied zu Lied. Obwohl sie klein und ein wenig unscheinbar daher kommt, ist die Ukulele ein vollwertiges, klangvolles Musikinstrument. Wir erlernen das Spielen Schritt für Schritt und ganz praktisch. Das eigene Instrument sollte kein Kinderspielzeug sein.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 213050L32

BEGINN: Mi 27.09.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Wilhelm Mollenhauer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Die Stimme trainieren

Stimmbildung mit Atemübungen

In diesem Kurs wird mit Hilfe von speziellen Atemübungen aus dem russischen Operngesang und der Schauspielerschule 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 Teilnehmende, die ihre Stimme stark in Anspruch nehmen oder gerne singen.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 213053L32

INFO: Mi 27.9., 18 Uhr, BEGINN: Mi 04.10.2023, 18.00 bis 19.00 Uhr, 6 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 32,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elena Huber • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Ensemble 50 plus
Gemeinsames Musizieren

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. Voraussetzungen sind lediglich Grundkenntnisse auf dem eigenen Musikinstrument und im Notenlesen.

FRIELENDORF: Nachmittagskurs Nr. 213051K32

BEGINN: Do 14.09.2023, 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 7 Teiln. • LEITUNG: Brigitte-Barbara Michelbach in Kooperation mit dem Seniorenbüro der Gemeinde Frielendorf • AUSKUNFT: Tel. 05684 8938 oder 06692 1836 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

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



Backen mit Kindern

Dieser Kurs ist für alle, die in ihrer beruflichen Arbeit mit Kindern das Backen integrieren möchten. Sie werden sehen, wie einfach Sie das Backen in Ihren beruflichen Alltag einbauen können. Wir backen uns einmal durchs ganze Jahr, vom Osterhasen, zum Brot fürs Erntedankfest bis hin zu weihnachtlichen Plätzchen.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 500060A32

TERMIN: Sa 23.09.2023, 9.00 bis 15.00 Uhr, 1 Termin • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 32,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 10 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Cornelia Cordt-Nimbs • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Weihnachtsstollen

Gemeinsam backen wir traditionelle Stollen, einmal nach Dresdner Art und einen Stollen mit Marzipankern. Ihnen werden alle Tricks für die Herstellung gezeigt, die vom Bäcker oder die Geheimtipps von Oma, so gelingt der Weihnachtsklassiker immer.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 500062A32

TERMIN: Sa 21.10.2023, 9.00 bis 15.00 Uhr, 1 Termin • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 32,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 10 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Cornelia Cordt-Nimbs • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Omas Blechkuchen Klassiker

Blechkuchen lieben alle und sie sind vielfältig zu belegen. Ob mit Obst und süß oder herzhaft und deftig als Zwiebelkuchen - für jeden Geschmack gibt es die passende Variante - garantiert.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 500061A32

TERMIN: Sa 30.09.2023, 9.00 bis 15.00 Uhr, 1 Termin • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 32,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 10 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Cornelia Cordt-Nimbs • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**Ein Teig tausend Plätzchen**

Erlernen Sie aus einem Grundteig etliche Varianten weihnachtlicher Plätzchen zu zaubern. Vom klassischen Butterplätzchen, über ein mürbes Nuss-Strängchen, bis hin zum Nougat-Schiffchen. Da ist für jeden Geschmack etwas dabei.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 500063A32

TERMIN: Sa 11.11.2023, 9.00 bis 15.00 Uhr, 1 Termin • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 32,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 10 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Cornelia Cordt-Nimbs • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**Grill- und Partygebäck**

Wer kennt sie nicht, diese kleinen verführerischen Brot-Häppchen auf Partys oder Grillabenden? Caviar-, Ciabatta-, Bärlauchbrot oder lieber Käsestangen, Schmalzkrüstchen und Knotenbrötchen, die Auswahl ist verführerisch und dabei leicht selbst herzustellen.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 500064A32

TERMIN: Sa 16.12.2023, 9.00 bis 15.00 Uhr, 1 Termin • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 32,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 8 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Cornelia Cordt-Nimbs • 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, den 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. 500065A32

TERMINE: Fr 13.10., 18 bis 20.15 Uhr und Sa 14.10., 8 bis 15 Uhr • ORT: DGH Arnsbach, Schulstr. 3 • KOSTEN: 50,00 Euro für 11 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lebensmittelumlage und Nebenkosten • LEITUNG: Margit Keßler • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

BORKEN: Wochenendkurs Nr. 500066A32

TERMINE: Fr 10.11., 18 bis 20.15 Uhr und Sa 11.11., 8 bis 15 Uhr • ORT: DGH Arnsbach, Schulstr. 3 • KOSTEN: 50,00 Euro für 11 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive 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. 500068A32

TERMIN: Sa 21.10.2023, 10.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Mach's Bierkeller, Bommerweg 18 • KOSTEN: 109,00 Euro für 9 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. 500067A32

TERMIN: Sa 02.12.2023, 10.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Mach's Bierkeller, Bommerweg 18 • KOSTEN: 109,00 Euro für 9 U-Std., ab 9 Teiln., inklusive Getränke und Verpflegung, Ermäßigung nicht möglich • LEITUNG: Markus Mach von Getränkehandel Mach • 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 die, die Messer professionell als auch ambitioniert nutzen wollen oder 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. 500069A32

TERMIN: Sa 07.10.2023, 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 (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Burkhard B. Wittig • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Tageskurs Nr. 500070A32

TERMIN: Sa 20.01.2024, 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 (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Burkhard B. Wittig • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Schmieden

Einführung

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

WILLINGSHAUSEN: Tageskurs Nr. 500071A32

TERMIN: Sa 14.10.2023, 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 20 Euro (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Holger Deisenroth • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

WILLINGSHAUSEN: Tageskurs Nr. 500072A32

TERMIN: Sa 11.11.2023, 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 20 Euro (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Holger Deisenroth • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Arbeiten mit Stein

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

FRITZLAR: Wochenendkurs Nr. 500073A32

TERMINE: Sa 7.10., 9 bis 16.30 Uhr und So 8.10., 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 (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Uwe Bächt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Köhlern - Holzkohle selber herstellen

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

GILSERBERG: Tageskurs Nr. 500074A32

TERMIN: Sa 30.09.2023, 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. 500075A32

TERMIN: Sa 28.10.2023, 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. 500078A32

TERMIN: Sa 18.11.2023, 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.



Online-Kurse

Die Kurse finden virtuell statt, i.d.R. in einem Online-Klassenraum der vhs cloud. (<https://www.vhs.cloud>).

Benötigte Ausstattung

Sie benötigen einen Computer, Laptop oder ähnliches Gerät mit einem Internetzugang und Lautsprechern oder Kopfhörern. Je nach Kurs benötigen Sie ggf. auch eine Kamera und ein Mikrofon.

Zugangsdaten

Wir übernehmen die Registrierung in der vhs cloud für Sie. Die Zugangsdaten für den Beitritt zum Online-Kursraum erhalten Sie einen Arbeitstag vor Kursbeginn per E-Mail von uns.

Anmeldungen

Anmeldungen sind online, telefonisch oder per E-Mail möglich (Kontaktdaten siehe Infozeilen unten). Für Online-Kurse gilt i.d.R. ein Anmeldeschluss, welcher zwei Arbeitstage vor Kursbeginn liegt.

Technik-Schulungen

Wenn Sie erstmalig an einem Onlinekurs teilnehmen und / oder die Technik vorab gerne testen möchten, bieten wir Ihnen dafür einen *Technik-Check* an.

Die Termine dafür können Sie online einsehen oder bei uns erfragen.

Anmeldungen für die Technik-Schulungen sind online, telefonisch oder per E-Mail möglich.

Die 10 größten Vereins-Mythen

Irrtümer, die sich hartnäckig halten

Die ausführliche Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 8 und online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 102051V32

TERMINE: Do 2.11., Mi 8.11. und Di 14.11., jeweils 18.30 bis 20 Uhr • KOSTEN: kostenfrei, 6 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Daniela Landgrebe in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Ehrenamt Schwalm-Eder • AUSKUNFT: Tel. 05681 775-1530 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Ehrenamtliche rechtliche Betreuungen

Schulung nach dem hessischen Curriculum

Die ausführliche Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 8 und online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104051V32

BEGINN: Di 10.10.2023, 18.00 bis 21.00 Uhr, 6 Termine • KOSTEN: kostenfrei, 24 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Philipp Vestweber in Kooperation mit Betreuungsverein Schwalm-Eder e.V. und AWO- Betreuungsverein • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Informationen zu „Vorsorgevollmachten“ und „Patientenverfügungen“

Die ausführliche Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 8 und online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104050V32

TERMIN: Di 26.09.2023, 18.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 2 Teiln. • LEITUNG: Ute Karwatzki in Kooperation mit AWO-Betreuungsverein Homberg (Efze) und Betreuungsverein Schwalm und Eder e.V. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Besondere Gewürze erfahren

Tasting

Die ausführliche Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 31 und online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500083A32

TERMIN: Mo 23.10.2023, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • KOSTEN: 39,00 Euro für 2 U-Std., ab 1 Teiln. • LEITUNG: Ute Oehlen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Weinreise - Italien

Tasting

Die ausführliche Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 31 und online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500079A32

TERMIN: Mo 06.11.2023, 18.30 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • KOSTEN: 48,00 Euro für 3 U-Std., ab 3 Teiln., zzgl. Versandkosten 6 Euro, Tasting-Pakete á drei Flaschen 0,75l können in der Weinstiege Fritzlar abgeholt oder versendet werden. • LEITUNG: Frau Giorgia Karolyi • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500080A32

TERMIN: Mi 17.01.2024, 18.30 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 48,00 Euro für 3 U-Std., ab 3 Teiln., zzgl. Versandkosten 6 Euro, Tasting-Pakete á drei Flaschen 0,75l können in der Weinstiege Fritzlar abgeholt oder versendet werden. • LEITUNG: Frau Giorgia Karolyi • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Curry - Ganz individuell

Tasting

Die ausführliche Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 31 und online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500081A32

TERMIN: Mo 25.09.2023, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin
 • KOSTEN: 39,00 Euro für 2 U-Std., ab 1 Teiln. • LEITUNG: Ute Oehlen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Pfeffer - Ein Gewürz für besondere Gelegenheiten

Tasting

Die ausführliche Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 31 und online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500082A32

TERMIN: Mi 18.10.2023, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin
 • KOSTEN: 45,00 Euro für 2 U-Std., ab 1 Teiln. • LEITUNG: Ute Oehlen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Arabisch - Anfangskenntnisse erweitern

Niveau A1.06

Die ausführliche Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 46 und online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 401153T32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 20.00 bis 21.30 Uhr, 19 Termine
 • KOSTEN: 16,00 Euro für 38 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Nicolas Khoury • LEHRMATERIAL: Klett: Salam! neu A1-A2, ab Lektion ca. 7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Bulgarisch - von Anfang an

Niveau A1.1

Die ausführliche Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 46 und online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 426151T32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 18.30 bis 20.00 Uhr, 8 Termine
 • KOSTEN: 80,00 Euro für 16 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Krasimira Dimova-Dunkel • LEHRMATERIAL: Lehrbuch auf Nachfrage • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Französisch

Die ausführlichen Kursbeschreibungen finden Sie auf Seite 40 und 41 sowie online.

➔ Niveau A1.01 - von Anfang an

ONLINE: Onlinekurs Nr. 408154T32

BEGINN: Di 10.10.2023, 19.00 bis 20.30 Uhr, 8 Termine
 • KOSTEN: 80,00 Euro für 16 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Christian Pfaff • LEHRMATERIAL: Klett: Voyages A1 ISBN: 978-3-12-529412-7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A2.02 - Grundkenntnisse erweitern

ONLINE: Onlinekurs Nr. 408255T32

BEGINN: Mi 01.11.2023, 19.15 bis 20.00 Uhr, 5 Termine
 • KOSTEN: 44,00 Euro für 5 U-Std., ab 3 Teiln., Entgeltreduzierung bei mehr als 3 Teilnehmenden • LEITUNG: Udo Grenz- bach • LEHRMATERIAL: Französisch A2: Perspectives Allez-y A2, ca. Unité 8 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Spanisch

Die ausführlichen Kursbeschreibungen finden Sie auf Seite 44 und 45 sowie online.

➔ Niveau A1.01 - von Anfang an

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422151T32

BEGINN: Mi 20.09.2023, 10.00 bis 11.30 Uhr, 10 Termine
 • KOSTEN: 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Adela Davila-Nienhaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.02 - Anfangskenntnisse erweitern

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422153T32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine
 • KOSTEN: 99,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Adela Davila-Nienhaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1, ISBN: 978-3-12-514671-6, ab Lektion 3 • ANMEL- DUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.05 - Anfangskenntnisse erweitern

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422156T32

BEGINN: Do 14.09.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine
 • KOSTEN: 99,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Adela Davila-Nienhaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1, ISBN: 978-3-12-514671-6, ab Lektion ca. 7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A2.01 - Grundkenntnisse aufbauen

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422252T32

BEGINN: Di 12.09.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine
 • KOSTEN: 99,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Adela Davila-Nienhaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto nuevo A2, ISBN 978-3-12-514677-8 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Englisch

➔ Niveau A1.01 - Neustart

Die ausführliche Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 37 und 39 sowie online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 406153T32

BEGINN: Mi 13.09.2023, 17.00 bis 18.30 Uhr, 12 Termine
 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: National Geographic Learning: Life Second Edition A0/A1.1 Beginner, ISBN: 978-1-337-28528-5 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau B1.08 - Refresher Course

ONLINE: Onlinekurs Nr. 406352T32

BEGINN: Mi 20.09.2023, 17.30 bis 19.00 Uhr, 6 Termine
 • KOSTEN: 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 4 Teiln., Entgeltreduzierung bei mehr als 4 Teilnehmenden • LEITUNG: Udo Grenz- bach • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy English B 1.2 ca. Unit 6 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Japanisch Hybrid-Kurs

Die ausführliche Kursbeschreibung und die Termine finden Sie auf Seite 47 und online.

▶ **Auch den Realschulabschluss können Sie bei uns online absolvieren. Mehr Infos auf Seite 64.**



Entspannung**Ausgleichstraining und Entspannung**

Übungen inspiriert u.a. aus Pilates und Yoga sorgen für eine Reduktion von Verspannungen durch Stärkung des sogenannten "Core", der Körpermitte. Rücken und Bauchmuskeln werden ausgeglichen trainiert, um eine aufrechte und gesunde Haltung zu erreichen. Dehnungs- und Entspannungsübungen runden die Kurseinheit ab und sorgen so für die Herstellung eines körperlichen, als auch seelischen Gleichgewichts.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 301050H32

BEGINN: Di 24.10.2023, 17.00 bis 18.15 Uhr, 9 Termine • ORT: DGH Frankenhain, Landgraf-Karl-Str. 31 • KOSTEN: 52,50 Euro für 15 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Eva Maria Balkenhol • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**Entspannungstraining**

Ein Zusammenspiel von sanften Körperübungen, Elementen aus dem Autogenen Training, der Progressiven Muskelentspannung (PME) sowie verschiedenen Wahrnehmungs- und Bewusstseinsübungen, verbunden mit einer tiefen Atmung. Das Dehnen und Strecken des Körpers beugt Verspannungen vor und lässt Sie das Gleichgewicht zwischen Anspannung und der notwendigen Entspannung wiederfinden. Ziel ist es, aus dem Stress zu einer Haltung der Ruhe und Gelassenheit zu finden und Kraft für den Alltag zu tanken.

OTTRAU: Abendkurs Nr. 301053H32

BEGINN: Mi 13.09.2023, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: DGH Weißenborn, Schulweg 5 a • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Birgit Balzer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

OTTRAU: Abendkurs Nr. 301054H32

BEGINN: Fr 29.09.2023, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: DGH Weißenborn, Schulweg 5 a • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Birgit Balzer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 301055H32

BEGINN: Mo 09.10.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 8 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 64,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Birgit Balzer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 301052H32

BEGINN: Do 26.10.2023, 17.00 bis 18.00 Uhr, 8 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 44,00 Euro für 11 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Edeltraud Ciba • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Entspannungstraining

Bewegungsabläufe bewusst machen

Achtsame und sehr langsam ausgeführte, einfache Bewegungsabläufe im Liegen auf der Matte, können zu Entschleunigung beitragen. Durch Bewegungen, die Schritt für Schritt erweitert werden, kommt es zu mehr Beweglichkeit und Leichtigkeit. In der Ruhe finden Sie zur inneren Mitte und zur ruhigen Atmung. Das Ziel ist, Entspannung, Gelassenheit und Selbstvertrauen zu erfahren.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 301056H32

BEGINN: Di 19.09.2023, 18.00 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Familienzentrum und Elternschule Schwalm-Eder, Steinweg 33 • KOSTEN: 62,50 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Angelika Haldorn • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 301057H32

BEGINN: Di 19.09.2023, 19.15 bis 20.15 Uhr, 10 Termine • ORT: Familienzentrum und Elternschule Schwalm-Eder, Steinweg 33 • KOSTEN: 62,50 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Angelika Haldorn • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Dem Stress begegnen

Zur inneren Mitte kommen

Durch Körper- und Atemübungen kann der eigene, innere Rhythmus gefunden werden. Ziel ist, die eigenen Bedürfnisse besser zu erkennen. In der Wahrnehmung hin zum eigenen Körper und der Bewegung findet man Ressourcen in der Atmung liegen Kraftquellen, die zur inneren Mitte führen können. Durch das Entspannungstraining kann (mehr) Gelassenheit in den Alltag gebracht werden, welche zur ruhigen Präsenz im Tun führt.

SCHWALMSTADT: Kompaktkurs Nr. 301051H32

TERMIN: Sa 23.09.2023, 9.00 bis 12.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Familienzentrum und Elternschule Schwalm-Eder, Steinweg 33 • KOSTEN: 17,50 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Angelika Haldorn • 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 (Bauch-Beine-Po-Training). Ruhige fließende Bewegungen, Stabilisation und Dehnungen stehen hier im Vordergrund. Abgerundet wird das Programm mit einer ausgiebigen Entspannungseinheit. Ziel ist eine Balance zwischen Aktivität und Entspannung, um Körper und Geist positiv zu beeinflussen.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 301061H32

BEGINN: Do 07.09.2023, 17.45 bis 19.15 Uhr, 7 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 46,50 Euro für 14 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Kerstin Kromholz • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 301062H32

BEGINN: Fr 29.09.2023, 12.45 bis 14.15 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 90,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Kerstin Kromholz • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 301063H32

BEGINN: Do 09.11.2023, 17.45 bis 19.15 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 40,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Kerstin Kromholz • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Biodanza®

Tanzen zum Entspannen

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, 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.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 301064H32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 19.15 bis 20.45 Uhr, 7 Termine
 • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 70,00 Euro für 14 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Angela Pooch
 • AUSKUNFT: Tel. 06623 4391140 • 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. 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. Ziel ist eine Balance zwischen Aktivität und Ruhe, Kraft und Flexibilität, Konzentration und Entspannung.

➔ Für Neulinge bis Mittelstufe

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 301150H32

BEGINN: Mo 04.09.2023, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine
 • ORT: DGH Gleichen, Am Burgfeld 3 • KOSTEN: 58,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Sonja Fuhrmann • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 301153H32

BEGINN: Mi 13.09.2023, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine
 • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 65,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Elke Klee • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 301154H32

BEGINN: Do 14.09.2023, 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.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 301158H32

BEGINN: Mi 20.09.2023, 9.30 bis 11.00 Uhr, 10 Termine
 • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 65,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Dominika Fischer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

WABERN: Abendkurs Nr. 301160H32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 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 Neulinge und Fortgeschrittene

BAD ZWESTEN: Abendkurs Nr. 301252H32

BEGINN: Do 14.09.2023, 17.45 bis 19.15 Uhr, 10 Termine
 • ORT: Freiraum, Wildunger Str. 1b • KOSTEN: 120,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Horst Weide • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRIELENDORF: Abendkurs Nr. 301250H32

BEGINN: Mo 18.09.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine
 • ORT: Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Hinter den Höfen 6 • KOSTEN: 73,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Petra Rothe • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

GUDENSBERG: Nachmittagskurs Nr. 301251H32

BEGINN: Di 19.09.2023, 16.30 bis 18.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Familienzentrums Quartier, Grabenweg 7 • KOSTEN: 63,50 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Petra Rothe • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Sanftes Hatha-Yoga 50+

Für Beginnende und Wiedereinsteigende

Im Vordergrund stehen kurze Übungssequenzen, die synchron von Atmung und Haltung begleitet werden. Mobilisierende Übungen für die Gelenke und das Erarbeiten einer Grundreihe und restorative Haltungen mit Hilfsmitteln (z. B. Kissen) ergänzen die Stunden. Ziel ist eine Balance zwischen Aktivität und Ruhe, Kraft und Flexibilität, Konzentration und Entspannung.

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 301151H32

BEGINN: Di 26.09.2023, 10.00 bis 11.30 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.



Yoga und Meditation

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. Meditation kann auf der körperlichen Ebene als Entspannungstechnik verstanden werden, welche die vegetativen Funktionen wie Blutdruck, Immun- und Hormonsystem positiv beeinflusst. Meditationsübungen können zu innerer Ruhe und entspannter Wachheit führen und damit die psychische Befindlichkeit positiv beeinflussen.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 301352H32

BEGINN: Fr 15.09.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 12 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 69,60 Euro für 24 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Jessica Schmitz • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► Fortsetzung auf der nächsten Seite



Lach-Yoga

Kichern, grinsen, lächeln, gackern, schmunzeln, lachen

Beim Lachyoga werden Lachübungen mit Atemübungen aus dem Yoga (Pranayama) kombiniert. Sie erhalten einen Einblick in das Konzept des Lach-Yoga und lernen angeleitete Lach- und Atemübungen sowie Spiele und Körperübungen kennen. Körper und Gehirn werden so mit einer Extradosis Sauerstoff versorgt. Dadurch kann sich ein Gefühl von Vitalität und Unbeschwertheit einstellen. Gleichzeitig werden beim Lachen Endorphine, also Glückshormone, ausgeschüttet, welche positiv auf die Stimmung wirken können.

BAD ZWESTEN: Nachmittagskurs Nr. 301353H32

TERMINE: Sa 16.9. und 23.9., jeweils 14.30 bis 16 Uhr • ORT: Freiraum, Wildunger Str. 1b • KOSTEN: 26,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Daniela Schleicher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Yoga für den Bauch

Workshop

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 Beschwerden runden das Programm ab.

KNÜLLWALD: Nachmittagskurs Nr. 301355H32

TERMIN: Sa 25.11.2023, 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

Workshop

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

KNÜLLWALD: Nachmittagskurs Nr. 301356H32

TERMIN: Sa 04.11.2023, 13.00 bis 16.45 Uhr, 1 Termin • ORT: Yoga-Studio Brandt, An der Lehmkaute 8 • KOSTEN: 30,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Heidrun Brandt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Yoga gegen Ängste

Workshop

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. 301357H32

TERMIN: Sa 28.10.2023, 13.00 bis 16.45 Uhr, 1 Termin, In den Ferien • 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 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.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 301450H32

BEGINN: Mi 13.09.2023, 17.30 bis 18.30 Uhr, 14 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 77,90 Euro für 19 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Frank Barnack • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 301451H32

BEGINN: Do 14.09.2023, 17.30 bis 18.30 Uhr, 14 Termine • ORT: Schule am Dom, Dr.-Jestädt-Platz 5 • KOSTEN: 77,90 Euro für 19 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Frank Barnack • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Für Rücken und Immunsystem

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 301453H32

BEGINN: Mi 13.09.2023, 16.30 bis 17.30 Uhr, 10 Termine • ORT: DGH Rörshain, Reuters Ruh 2 • KOSTEN: 75,00 Euro für 13 U-Std., ab 1 Teiln., Kooperationsveranstaltung - keine Entgeltmäßigung möglich • LEITUNG: Jutta Pietsch • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Tai Chi

Tai Chi steht in der Tradition der klassischen chinesischen Kampfkünste und wird heute auch als „Meditation in Bewegung“ bezeichnet. Die spezielle Wirkung von Tai Chi liegt in der Verbindung von Bewegung, Atmung, Vorstellungskraft und innerer Aufmerksamkeit. Die „Form“, eine Abfolge von langsamen, fließenden Bewegungen, im Einklang mit dem Atem und den natürlichen Möglichkeiten des Körpers, kann zu innerer Ruhe, Ausgeglichenheit und konzentrierter Entspannung führen. Durch den Fluss der Bewegung kann der gesamte Organismus harmonisiert und damit das geistige und körperliche Wohlbefinden gesteigert werden.

FRIELENDORF: Abendkurs Nr. 301454H32

BEGINN: Do 14.09.2023, 18.30 bis 20.00 Uhr, 6 Termine
 • ORT: Multifunktionshaus Todenhausen, Im Dorfe 22
 • KOSTEN: 32,40 Euro für 12 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Gudrun Schneider-Zörnig • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRIELENDORF: Abendkurs Nr. 301455H32

BEGINN: Do 02.11.2023, 18.30 bis 20.00 Uhr, 8 Termine
 • ORT: Multifunktionshaus Todenhausen, Im Dorfe 22
 • KOSTEN: 43,20 Euro für 16 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Gudrun Schneider-Zörnig • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

NEUKIRCHEN: Abendkurs Nr. 301456H32

BEGINN: Do 14.09.2023, 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.

Meditation

Bewegende Meditation

Der 4 Himmelsrichtungen

Meditieren ist die bewusste Durchführung von Konzentrationsübungen und Atemtechnik. Es werden verschiedene Meditationen in Bewegung und Übungen der Achtsamkeit angeboten. In diesem Zustand können sich belastende Ereignisse lösen. Aus der so entstehenden inneren Ruhe kann neue Energie geschöpft werden.

BAD ZWESTEN: Vormittagskurs Nr. 301550H32

TERMINE: So 8.10 und So 22.10., 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.

Einführung in die Meditation

Workshop

Es werden drei Meditationstechniken aus verschiedenen Kulturkreisen vorgestellt, die sich in den Tagesablauf integrieren lassen. Sie können dabei helfen, den Alltag konzentriert und gelassen zu bewältigen.

KNÜLLWALD: Nachmittagskurs Nr. 301552H32

TERMIN: Sa 14.10.2023, 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.

► **Einen Kombikurs „Yoga und Meditation“ finden Sie auf Seite 23**

Bewegung und Fitness

Bewegend in den Tag

Pilates, Kinästhetik, Stretching

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

BAD ZWESTEN: Vormittagskurs Nr. 302050H32

BEGINN: Mi 20.09.2023, 10.00 bis 11.00 Uhr, 10 Termine
 • ORT: Freiraum, Wildunger Str. 1b • KOSTEN: 57,70 Euro für 13 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Dorothee Basselli • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Bauch-Beine-Po-Training

Sie trainieren Ihren Körper mit dem Ziel, Ihre Beweglichkeit, Leistungsfähigkeit und Ihr persönliches Wohlbefinden zu verbessern. Vielfältige Kräftigungsübungen stärken und straffen die untere Körperhälfte. Je nach Themenschwerpunkt werden unterschiedliche Hilfsmittel eingesetzt.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 302069H32

BEGINN: Mo 25.09.2023, 18.00 bis 19.00 Uhr, 10 Termine
 • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 45,50 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Buket Münch • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 302051H32

BEGINN: Do 14.09.2023, 16.30 bis 17.15 Uhr, 13 Termine
 • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 45,50 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Wera Weller • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► **Fortsetzung auf der nächsten Seite**

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

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

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

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

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

Es ist uns wichtig, dass Sie unseren Schritt nachvollziehen können, sprechen Sie unsere Mitarbeiterinnen im Programmbereich Gesundheit gern darauf an:

Hannah Beier, Tel. 05681 775-4039 und
 Tanja Freund, Tel. 05681 775-4034



Body-Forming

Indoor oder Outdoor

Unter Body-Forming versteht man eine Mischung aus Kraft- und Ausdauertraining, bei dem der ganze Körper beansprucht wird. Bewegungselemente aus Gymnastik, Aerobic, Pilates und Langhanteltraining werden miteinander kombiniert. So wird die Muskulatur sanft gestärkt, die Fettverbrennung angekurbelt und das Herz-/Kreislaufsystem in Schwung gebracht. Das Training kann helfen, den Körper durch Fitness zu gestalten. Sie trainieren Ihren Körper ganzheitlich mit dem Ziel, Ihre Beweglichkeit, Leistungsfähigkeit und Ihr persönliches Wohlbefinden zu verbessern.

BORKEN: Abendkurs Nr. 302052H32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 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 nach Absprache und je nach Wetterlage Indoor oder Outdoor statt • LEITUNG: Rita Pospich • AUSKUNFT: Tel. 05682 1234 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Frischluftsport

An der frischen Luft stärken Sie, bei Wind und Wetter, Ihre Abwehrkräfte. In einer Gruppe laufen Sie mit zügigen Schritten durch Wald und Feld. Angekommen an einer Lichtung werden Dehnungs- und Kräftigungsübungen angeleitet. Sie trainieren Ihren Körper ganzheitlich mit dem Ziel Ihre Ausdauer, Kraft und Koordination zu fördern. Gesundheit, Lebensfreude und Wohlbefinden können gesteigert werden.



SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 302055H32

BEGINN: Mi 25.10.2023, 16.15 bis 17.45 Uhr, 9 Termine • ORT: DGH Frankenhain, Landgraf-Karl-Str. 31 • KOSTEN: 63,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Eva Maria Balkenhol • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Dance-Workout

Fitness im lateinamerikanischen Rhythmus

Ein dynamisches Workout mit Musik aus verschiedenen lateinamerikanischen Tanzstilen und fließenden Bewegungsabläufen. Alle relevanten Muskelgruppen werden beansprucht. Besonders die Körpermitte mit Bauch- und Rückenmuskulatur wird gestrafft und gestärkt, der Kreislauf kommt in Schwung und die Kalorienverbrennung wird ange-regt. Sie trainieren Ihren Körper ganzheitlich mit dem Ziel, Ihre Beweglichkeit, Leistungsfähigkeit und Ihr persönliches Wohlbefinden zu verbessern.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302053H32

BEGINN: Di 12.09.2023, 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. 302054H32

BEGINN: Di 12.09.2023, 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.

Fit und Gesund

Ein effektives Ganzkörpertraining mit und ohne Handgeräte, komplexe und isolierte Übungen zur Kräftigung des gesamten Körpers. Im Stand oder auf der Matte, mit motivierender Musik, wird jede Unterrichtseinheit individuell gestaltet. Ziel ist eine Förderung der Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination.

FELSBERG: Abendkurs Nr. 302056H32

BEGINN: Di 12.09.2023, 19.00 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • ORT: DGH Heßlar, Rückweg 2 • KOSTEN: 42,90 Euro für 11 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Nicole Funk • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Gymnastik 50 Plus

Haben Sie Rückenbeschwerden? Sitzen Sie zu viel, bewegen sich zu wenig? Gezielte Gymnastik kann hier helfen. Sie stabilisiert die Wirbelsäule, verbessert Ihre Beweglichkeit und hilft gegen Verspannungen. Die Kräftigung von Kopf-, Hals- und Schulterbereich beugt Beschwerden vor und hilft, Schmerzen zu lindern. Ihre Rücken- und Bauchmuskulatur wird gestärkt, Ihre Wirbelsäule mobilisiert und verkürzte Muskelgruppen gedehnt. Nur ein gut trainiertes Muskelkorsett bietet Ihrer Wirbelsäule ausreichenden Halt.

FELSBERG: Abendkurs Nr. 302057H32

BEGINN: Di 12.09.2023, 18.00 bis 18.45 Uhr, 8 Termine • ORT: DGH Heßlar, Rückweg 2 • KOSTEN: 36,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Nicole Funk • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Intensives Ganzkörpertraining

In diesem hochintensiven Intervalltraining trainieren Sie Ihr Herz-Kreislauf-System mit dem Ziel, Ihre Beweglichkeit, Leistungsfähigkeit und Ihr persönliches Wohlbefinden zu verbessern.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 302058H32

BEGINN: Mo 25.09.2023, 17.00 bis 18.00 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 53,50 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Buket Münch • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

METALZA® - Power-Fitness-Dance

METALZA® ist ein lizenziertes Bewegungskonzept zu Rock-/Hardrock- und Metal-Musik. Das umfassende Training kombiniert Elemente aus Kick & Punch, HIIT, Aerobic und Bodyweight und trainiert Ihren Körper ganzheitlich mit dem Ziel, Ihre Ausdauer, Kraft und Koordination zu fördern.

BAD ZWESTEN: Abendkurs Nr. 302059H32

BEGINN: Di 10.10.2023, 19.15 bis 20.15 Uhr, 10 Termine • ORT: Altenburgschule, Kasseler Str. 12 • KOSTEN: 52,00 Euro für 13 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Gina Lisa Lück • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 302060H32

BEGINN: Do 14.09.2023, 18.45 bis 19.45 Uhr, 13 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 64,60 Euro für 17 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Susanne Koller • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► **Auf unserer Webseite finden Sie stets aktuelle Informationen und weitere Kurse**

Pilates Flow

Shape and Relax

Pilates ist ein ganzheitliches Training für Körper und Geist. Im Einklang mit der Pilates-Atemtechnik und unter Begleitung sphärisch-melodischer Musik aus dem ruhigeren Rock-Genre werden die sanft fließenden Bewegungen kontrolliert und konzentriert ausgeführt. Durch Pilates-Training wird die Tiefenmuskulatur gestärkt und es können muskuläre Dysbalancen ausgeglichen und eine Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit erreicht werden.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 302061H32

BEGINN: Do 14.09.2023, 17.30 bis 18.30 Uhr, 6 Termine
 • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 36,80 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Susanne Koller
 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 302062H32

BEGINN: Do 02.11.2023, 17.30 bis 18.30 Uhr, 7 Termine
 • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 41,40 Euro für 9 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Susanne Koller
 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Präventives Ganzkörper-Training

Muskulatur - mit Theraband und Redondo®-Ball

Sie trainieren Ihren Körper ganzheitlich mit dem Ziel, Ihre Beweglichkeit, Leistungsfähigkeit und Ihr persönliches Wohlbefinden zu verbessern. Neben ausgewählten Kräftigungsübungen stehen auch Dehnungs- und Lockerungsübungen auf dem Plan. Ein abwechslungsreiches Training ist durch eine Vielfalt von Übungen garantiert, bei denen besonderer Wert auf einen sanften und gelenkschonenden Bewegungsablauf gelegt wird. Je nach Themenschwerpunkt werden unterschiedliche Hilfsmittel wie Redondo®-Bälle oder Therabänder eingesetzt.

GUXHAGEN: Abendkurs Nr. 302064H32

BEGINN: Do 14.09.2023, 18.30 bis 20.00 Uhr, 12 Termine
 • ORT: Kindergarten Sonnenwiese, Goethestr. 18 • KOSTEN: 76,80 Euro für 24 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Odette Schäfer
 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Rücken- und Faszientraining

Rückenfitness und muskuläre Entspannung

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

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 302350H32

BEGINN: Mi 06.09.2023, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine
 • ORT: Odenberg-Schule, Große Binde 18 • KOSTEN: 54,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. ggf. Kosten für die Verpflegung, die bei der Einkehr auf der Wanderung anfallen können, Wanderung am letzten Kurstermin von 18 bis 21.30 Uhr • LEITUNG: Sonja Fuhrmann • AUSKUNFT: Tel. 0160 8727608 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Einführung in das 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 Keulenjonglage. Die Teilnahme ist altersunabhängig. Neulinge und Fortgeschrittene sind willkommen.

EDERMÜNDE: Vormittagskurs Nr. 204050L32

TERMIN: Sa 23.09.2023, 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. 204051L32

TERMIN: Sa 21.10.2023, 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.



Step-Aerobic

Indoor oder Outdoor

Step-Aerobic ist ein dynamisches Fitnessstraining auf und mit dem Stepp-Brett. Teilnehmende mit Spaß an der rhythmischen Bewegung erlernen hier Übungen mit Schrittkombinationen und erhalten gezielte Belastungsvarianten. Das Training stellt eine Möglichkeit des Herz-Kreislauftrainings, ein Ausgleich zu Stress, Anspannung und Hektik im Alltag dar. Sie trainieren Ihren Körper ganzheitlich mit dem Ziel, Ihre Beweglichkeit, Leistungsfähigkeit und Ihr persönliches Wohlbefinden zu verbessern.

BORKEN: Abendkurs Nr. 302065H32

BEGINN: Di 12.09.2023, 18.30 bis 19.30 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 nach Absprache und je nach Wetterlage Indoor oder Outdoor statt • LEITUNG: Rita Pospich • AUSKUNFT: Tel. 05682 1234 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► Fortsetzung auf der nächsten Seite



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.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302068H32

BEGINN: Di 12.09.2023, 19.15 bis 20.45 Uhr, 8 Termine
• ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 56,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Monika Charlet
• AUSKUNFT: Tel. 05661 8010 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302067H32

BEGINN: Mo 16.10.2023, 17.00 bis 18.30 Uhr, 10 Termine
• ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 58,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Monika Charlet
• AUSKUNFT: Tel. 05661 8010 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

- **Weitere Bewegungsangebote aus dem körperlichen und geistigen Aktivierungsprogramm „SimA®“ finden Sie auf Seite 11**

Bewegung im Wasser**Aqua-Fitness**

Im Nichtschwimmerbecken

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. Sie trainieren Ihren Körper gelenkschonend und ganzheitlich mit dem Ziel, Ihre allgemeine Fitness und Ihr persönliches Wohlbefinden zu verbessern.

↪ **Für alle Niveaustufen****FRIELENDORF:** Abendkurs Nr. 302450H32

BEGINN: Di 10.10.2023, 19.00 bis 20.00 Uhr, 12 Termine
• ORT: Wellness-Paradies am Silbersee • KOSTEN: 48,00 Euro für 16 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 4,50 Euro Schwimmbadgebühr (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Heike Rudolph
• ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRIELENDORF: Abendkurs Nr. 302451H32

BEGINN: Di 10.10.2023, 20.00 bis 21.00 Uhr, 12 Termine
• ORT: Wellness-Paradies am Silbersee • KOSTEN: 48,00 Euro für 16 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 4,50 Euro Schwimmbadgebühr (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Heike Rudolph
• ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRIELENDORF: Nachmittagskurs Nr. 302452H32

BEGINN: Do 14.09.2023, 15.00 bis 16.00 Uhr, 12 Termine
• ORT: Wellness-Paradies am Silbersee • KOSTEN: 48,00 Euro für 16 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 4,50 Euro Schwimmbadgebühr (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Manuela Fritsch
• ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRIELENDORF: Nachmittagskurs Nr. 302453H32

BEGINN: Fr 15.09.2023, 15.00 bis 16.00 Uhr, 12 Termine
• ORT: Wellness-Paradies am Silbersee • KOSTEN: 48,00 Euro für 16 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 4,50 Euro Schwimmbadgebühr (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Manuela Fritsch
• ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRIELENDORF: Vormittagskurs Nr. 302454H32

BEGINN: Sa 07.10.2023, 8.15 bis 9.15 Uhr, 12 Termine • ORT: Wellness-Paradies am Silbersee • KOSTEN: 48,00 Euro für 16 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 4,50 Euro Schwimmbadgebühr (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Heike Rudolph
• ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 302456H32

BEGINN: Mo 09.10.2023, 15.00 bis 15.45 Uhr, 10 Termine
• ORT: Bewegungsbad Hülssa, 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: Nachmittagskurs Nr. 302457H32

BEGINN: Mi 11.10.2023, 14.00 bis 14.45 Uhr, 10 Termine • ORT: Bewegungsbad Hülssa, 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. 302458H32

BEGINN: Mi 11.10.2023, 14.45 bis 15.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Bewegungsbad Hülssa, 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. 302460H32

BEGINN: Do 12.10.2023, 19.30 bis 20.15 Uhr, 10 Termine
• ORT: Bewegungsbad Hülssa, 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. 302461H32

BEGINN: Do 12.10.2023, 20.15 bis 21.00 Uhr, 10 Termine
• ORT: Bewegungsbad Hülssa, 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.

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 302464H32

BEGINN: Do 05.10.2023, 16.15 bis 17.00 Uhr, 10 Termine
• ORT: Hallenbad, Dreuxallee 33-35 • KOSTEN: 30,00 Euro für 10 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 bis 5,00 Euro Schwimmbadgebühr (je nach gewählten Tarif), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Kerstin Krombholz • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

↪ **Einstiegslevel****NEUKIRCHEN:** Abendkurs Nr. 302467H32

BEGINN: Do 05.10.2023, 17.00 bis 18.00 Uhr, 10 Termine
• ORT: Badewelt, Birkenallee • KOSTEN: 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadgebühr, im Bad zu zahlen • LEITUNG: Dilja Blackert • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

↪ **Mittelstufe****NEUKIRCHEN:** Abendkurs Nr. 302468H32

BEGINN: Do 05.10.2023, 18.00 bis 19.00 Uhr, 10 Termine
• ORT: Badewelt, Birkenallee • KOSTEN: 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadgebühr, im Bad zu zahlen • LEITUNG: Dilja Blackert • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Babyschwimmen und Wassergewöhnung Für Babys ohne Wasser-Erfahrung

Unter fachlicher Anleitung bewegen Sie Ihren Säugling (von der zwölften Lebenswoche bis zum Ablauf des ersten Lebensjahres) mit unterschiedlichen Griffen im Wasser. Damit fördern Sie die Freude des Kindes an der Bewegung und nehmen ihm die Angst vor dem Wasser. Die Körperwahrnehmung wird intensiviert, Sozialkompetenz und der Umgang mit anderen Menschen werden eingeübt. Nicht selten gewinnen auch die Eltern Freude im Wasser, wenn sie erleben, welches Vergnügen ihre Kinder haben - zusätzlich zu den positiven Effekten auf die eigene Gesundheit und Fitness.

FRIELENDORF: Vormittagskurs Nr. 302750H32

BEGINN: Do 21.09.2023, 10.30 bis 11.00 Uhr, 8 Termine
• ORT: Wellness-Paradies am Silbersee • KOSTEN: 17,50 Euro für 5 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 4,50 Euro Schwimmbadgebühr (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Katrin Weineck
• ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Fortgeschrittene

NEUKIRCHEN: Abendkurs Nr. 302469H32

BEGINN: Do 05.10.2023, 19.00 bis 20.00 Uhr, 10 Termine
• ORT: Badewelt, Birkenallee • KOSTEN: 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadgebühr, im Bad zu zahlen • LEITUNG: Dilja Blackert • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 302459H32

BEGINN: Mi 11.10.2023, 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 Semmelroth • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Aqua-Jogging

Im Schwimmerbecken

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. Sie trainieren Ihren Körper gelenkschonend und ganzheitlich mit dem Ziel, Ihre allgemeine Fitness und Ihr persönliches Wohlbefinden zu verbessern.

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 302650H32

BEGINN: Mi 11.10.2023, 15.00 bis 16.00 Uhr, 9 Termine • ORT: Hallenbad, Dreuxallee 33-35 • KOSTEN: 36,00 Euro für 12 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 bis 5,00 Euro Schwimmbadgebühr (je nach gewählten Tarif), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Wera Weller • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Aqua-Jogging-Mix

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 302651H32

BEGINN: Do 05.10.2023, 15.30 bis 16.15 Uhr, 10 Termine
• ORT: Hallenbad, Dreuxallee 33-35 • KOSTEN: 30,00 Euro für 10 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 bis 5,00 Euro Schwimmbadgebühr (je nach gewählten Tarif), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Kerstin Kromholz • 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



Essen & Trinken**Currys & Chutneys**

Indische Küche mit und ohne Huhn

Die indische Küche ist vielfältig in ihren Variationen aus Basmatireis, Gemüse, Obst und Gewürzen. Zudem gibt es schmackhafte Variationen mit Hühnchen. Angeröstet in Ghee und Kokosfett entfalten die Gewürze wie Ingwer, Kurkuma und Curry einen angenehmen Duft und köstlichen Geschmack. An diesem Abend lernen Sie entspannt und fröhlich miteinander beliebte Currys und Chutneys zuzubereiten. Die Zutaten sind im normalen Lebensmittelhandel erhältlich, so dass sich die Gerichte auch zu Hause nachkochen lassen.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 305050H32

TERMIN: Fr 29.09.2023, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 21.9.23 • ORT: Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • KOSTEN: 38,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln., inklusive Lebensmittelumlage • LEITUNG: Manuela Markowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Vegetarisch ayurvedische Küche

Theorie

Ayurveda ist die Lehre vom „glücklichen Leben“. Von zentraler Bedeutung dafür sind die eigene Natur (Dosha) und die Natur als solches. Sie erhalten eine Einführung in die Ayurveda Theorie und Ernährungspraxis sowie zur Verwendung von verschiedenen Massageölen. Der Wechsel der Jahreszeiten wird sowohl bei den Massageölen als auch durch veränderte Zutaten in der Ayurveda-Küche berücksichtigt. Zum Kennenlernen der ayurvedischen Ernährung bereitet die Kursleiterin ein vegetarisches Curry für Sie zu.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 305051H32

TERMIN: Do 05.10.2023, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 27.9.23 • ORT: Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • KOSTEN: 31,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln., inklusive Lebensmittelumlage • LEITUNG: Manuela Markowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Vegetarisch ayurvedische Küche

Praxis - Kochkurs

Die Theorie wird lebendig. Sie lernen entspannt und fröhlich miteinander beliebte Gerichte zuzubereiten. Die Zutaten und Rezepte werden nach den ausgleichenden Eigenschaften von Gemüse, Obst und Gewürzen ausgewählt. Erleben Sie beim Anrösten der Gewürze in Ghee und Kokosfett den feinen Duft, der dabei entsteht. Sie erleben und schmecken, wie „Vata“ beruhigt, „Pitta“ besänftigt und „Kapha“ in Bewegung gesetzt wird. Finden Sie Freude und Genuss am Erlernen der Ayurveda-Küche.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 305052H32

TERMIN: Fr 06.10.2023, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 28.9.23 • ORT: Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • KOSTEN: 38,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln., inklusive Lebensmittelumlage • LEITUNG: Manuela Markowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Hirsch und Hase

Wild-Kochkurs

Nach einem fröhlichen Leben in Hessens Wäldern kommt das Wild auf Ihren Tisch. Als Burger, Braten oder Carpaccio, begleitet von herbstlichem Gemüse, kochen Sie, unter fachkundiger Anleitung, ein feines Menü. Sie erlernen die Techniken zur Vor- und Zubereitung, die Sie auch für eine spätere Zubereitung zu Hause nutzen können. Kochkenntnisse sind wünschenswert, aber keineswegs Bedingung.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 305053H32

TERMIN: Do 09.11.2023, 18.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 1.11.23 • ORT: Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • KOSTEN: 26,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 18 Euro Lebensmittelumlage (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Esther Eck • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Dinner for us

Silverstermenü-Kochkurs

„White wine with the fish?“ Wenn Ihnen dieser Satz bekannt vorkommt und Sie sofort an einen ausgebreiteten Tiger denken, dann kochen Sie mit uns das legendäre Menü von Miss Sophie. Unter fachkundiger Anleitung erlernen Sie die Techniken der Zubereitung, die Sie auch für ein Nachkochen zu Hause nutzen können - beispielsweise am Silvesterabend. Kochkenntnisse sind wünschenswert, aber keineswegs Bedingung.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 305054H32

TERMIN: Do 07.12.2023, 18.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss am 29.11.23 • ORT: Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • KOSTEN: 26,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 14 Euro Lebensmittelumlage (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Esther Eck • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Das Gehirn isst mit

Gedächtnis stärken mit Wildkräutern und mehr

Im hektischen Alltag wird das Gedächtnis oft sehr gefordert und gestresst. Mit Bewegung, gezielter Ernährung, mit vielfältigen natürlichen Methoden und mit Kräuterkuren können wir dem Gehirn auf die Sprünge helfen. In diesem Kurs sammeln Sie Wildkräuter und erhalten Grundlagenwissen sowie zahlreiche Inspirationen zur Gedächtnisstärkung. So kann dem Altern optimistisch und gelassen entgegengesehen werden.

BORKEN: Nachmittagskurs Nr. 305055H32

TERMIN: Sa 21.10.2023, 15.00 bis 18.45 Uhr, 1 Termin • ORT: DGH Kerstenhausen, Am Kindergarten 5 • KOSTEN: 22,50 Euro für 5 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Ute-Rahel Baer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Weinreise - Italien

Tasting

Sie wollten schon immer wissen, wie der Wein vom Rebstock in die Flasche kommt? Wie wird Wein erzeugt und wie verkostet man ihn am Besten? All das, viele spannende Infos und viel Genuss erwartet Sie bei diesem Abend. Das Tastingpaket beinhaltet 3 Flaschen ausgesuchter Weine und reicht für bis zu 4 Teilnehmende.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500079A32

TERMIN: Mo 06.11.2023, 18.30 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 48,00 Euro für 3 U-Std., ab 3 Teiln., zzgl. Versandkosten 6 Euro, Tasting-Pakete á drei Flaschen 0,75 l können in der Weinstiege Fritzlar abgeholt oder versandt werden. • LEITUNG: Frau Giorgia Karolyi • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500080A32

TERMIN: Mi 17.01.2024, 18.30 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 48,00 Euro für 3 U-Std., ab 3 Teiln., zzgl. Versandkosten 6 Euro, Tasting-Pakete á drei Flaschen 0,75 l können in der Weinstiege Fritzlar abgeholt oder versandt werden. • LEITUNG: Frau Giorgia Karolyi • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Curry - Ganz individuell

Tasting

Kreieren Sie Ihre eigene, individuell zusammengestellte Currygewürzmischung für genussvolle Mahlzeiten oder bereichern Sie den Gin Genuss für sich und im Freundeskreis. Für Ihr perfektes Curry oder Masala bekommen Sie eine Gewürzbox, mit 15 aromatischen und außergewöhnlichen Gewürzen 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. Vor Kursbeginn erhalten Sie die Gewürzbox per Post und den Teilnahme-Link per E-Mail.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500081A32

TERMIN: Mo 25.09.2023, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Virtueller Kursraum • KOSTEN: 39,00 Euro für 2 U-Std., ab 1 Teiln., Voraussetzung für die digitale Teilnahme ist ein Smartphone, Tablet oder Laptop mit einer stabilen Internetverbindung sowie ein Mikrofon und evtl. eine Kamera. • LEITUNG: Ute Oehlen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Pfeffer - Ein Gewürz für besondere

Gelegenheiten

Tasting

Zeiten ändern sich, aber die Lust auf gutes Essen und Erlebnisse bleibt. Kennen Sie die verschiedenen Pfefferarten, deren Eigenschaften und Anwendungsmöglichkeiten? Lüften Sie die Geheimnisse dieser für uns exotischen Pflanzen, hinsichtlich Herkunft, Verarbeitung und Komplexität vieler Aromen, 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. Vor Kursbeginn erhalten Sie die Gewürzbox per Post und den Teilnahme-Link per E-Mail.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500082A32

TERMIN: Mi 18.10.2023, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Virtueller Kursraum • KOSTEN: 45,00 Euro für 2 U-Std., ab 1 Teiln., Voraussetzung für die digitale Teilnahme ist ein Smartphone, Tablet oder Laptop mit einer stabilen Internetverbindung sowie ein Mikrofon und evtl. eine Kamera. • LEITUNG: Ute Oehlen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Besondere Gewürze erfahren

Tasting

Erleben Sie Aromatik einer Gewürzbox mit 12 außergewöhnlichen Gewürzen. Jedes Gewürz für sich ist schon ein Aromenerlebnis und in Kombination mit den passenden Speisen ein wahres Genusserlebnis. Die Gewürzbox ermöglicht die Teilnahme von 1 bis 4 Personen über einen Online-Zugang und einen Einkaufsgutschein im Wert von 10 Euro. Vor Kursbeginn erhalten Sie die Gewürzbox per Post und den Teilnahme-Link per E-Mail.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500083A32

TERMIN: Mo 23.10.2023, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Virtueller Kursraum • KOSTEN: 39,00 Euro für 2 U-Std., ab 1 Teiln., Voraussetzung für die digitale Teilnahme ist ein Smartphone, Tablet oder Laptop mit einer stabilen Internetverbindung sowie ein Mikrofon und evtl. eine Kamera. • LEITUNG: Ute Oehlen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Klettern, Schwingen, Spielen

Entwicklungsförderung

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. 180150P32

INFO: Fr 29.9., 15.15 Uhr, BEGINN: Fr 06.10.2023, 14.30 bis 15.30 Uhr, 10 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 32,50 Euro für 13 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jürgen Hamborg • AUSKUNFT: Tel. 06691 24881 ab 20.30 Uhr • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 180151P32

INFO: Fr 29.9., 15.15 Uhr, BEGINN: Fr 06.10.2023, 15.30 bis 16.30 Uhr, 10 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 32,50 Euro für 13 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jürgen Hamborg • AUSKUNFT: Tel. 06691 24881 ab 20.30 Uhr • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

➔ Für Kinder von 7 bis 10 Jahren

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 180152P32

INFO: Fr 29.9., 15.15 Uhr, BEGINN: Fr 06.10.2023, 16.30 bis 17.30 Uhr, 10 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 32,50 Euro für 13 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jürgen Hamborg • AUSKUNFT: Tel. 06691 24881 ab 20.30 Uhr • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

Bewegungsspaß für Mini-Kids

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

➔ Für Kinder von 1 bis 2 Jahren

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 180153L32

BEGINN: Mo 30.10.2023, 15.00 bis 16.00 Uhr, 17 Termine • ORT: Schule an den Türmen, Neustädter Str. 15 • KOSTEN: 69,00 Euro für 23 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Ursula Nießner • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Für Kinder von 3 bis 4 Jahren

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 180154L32

BEGINN: Mo 30.10.2023, 16.00 bis 17.00 Uhr, 17 Termine • ORT: Schule an den Türmen, Neustädter Str. 15 • KOSTEN: 69,00 Euro für 23 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Ursula Nießner • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Tanztheaterprojekt „Fritzlars wahre Geheimnisse“

Ferienprojekt für Jugendliche von 11 bis 16 Jahren in den Herbstferien. Mehr Infos auf Seite 13 und auf unserer Webseite.

FRITZLAR: Wochenkurs Nr. 205064V32

TERMINE: Mo 23.10. bis Do 26.10., jeweils 10 bis 16 Uhr und Fr 27.10., 10 bis 20 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: kostenfrei, 47 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Benjamin Porps in Kooperation mit thearte Theaterkunst und Kommunikation e.V. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Babyschwimmen und Wassergewöhnung

Für Babys ohne Wasser-Erfahrung

Unter fachlicher Anleitung bewegen Sie Ihren Säugling (von der zwölften Lebenswoche bis zum Ablauf des ersten Lebensjahres) mit unterschiedlichen Griffen im Wasser. Damit fördern Sie die Freude des Kindes an der Bewegung und nehmen ihm die Angst vor dem Wasser. Die Körperwahrnehmung wird intensiviert, Sozialkompetenz und der Umgang mit anderen Menschen werden eingeübt. Nicht selten gewinnen auch die Eltern Freude im Wasser, wenn sie erleben, welches Vergnügen ihre Kinder haben - zusätzlich zu den positiven Effekten auf die eigene Gesundheit und Fitness.

FRIELENDORF: Vormittagskurs Nr. 302750H32

BEGINN: Do 21.09.2023, 10.30 bis 11.00 Uhr, 8 Termine • ORT: Wellness-Paradies am Silbersee • KOSTEN: 17,50 Euro für 5 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 4,50 Euro Schwimmbadgebühr (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Katrin Weineck • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Arabisch - Anfangskenntnisse erweitern

Für Kinder von 7 bis 12 Jahren

Für Kinder, die gerne das arabische Alphabet lernen, schreiben und lesen und auch sprechen lernen wollen. Assalamu alaykum!

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 401151T32

BEGINN: Fr 15.09.2023, 14.30 bis 16.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Erich-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • KOSTEN: 63,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Arej Alraja • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Chinesisch - von Anfang an

Niveau A1

Kommunikativ und informativ. Ein Kurs rund um die chinesische Sprache, praxistauglich und lebensnah, 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, kulinarische und landeskundliche Informationen. Für Jugendliche und Erwachsene geeignet.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 402151T32

BEGINN: Mi 11.10.2023, 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., für alle Niveaustufen geeignet • LEITUNG: Fengjuan Greiner • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird anfangs gestellt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Handwerkskunst: Backen mit Kindern

Dieser Kurs ist für alle, die in ihrer beruflichen Arbeit mit Kindern das Backen integrieren möchten. Sie werden sehen, wie einfach Sie das Backen in ihren beruflichen Alltag einbauen können. Wir backen uns einmal durchs ganze Jahr, vom Osterhasen, zum Brot fürs Erntedankfest bis hin zu weihnachtlichen Plätzchen.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 500060A32

TERMIN: Sa 23.09.2023, 9.00 bis 15.00 Uhr, 1 Termin • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 32,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 10 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Cornelia Cordt-Nimbs • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Cool – Zeichnen kann so leicht sein

Für Kids ab der 5. Klasse

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-Persönlichkeiten erschaffen - alles ist möglich. Wir haben die Auswahl zwischen Papier und iPad.

FRITZLAR: Wochenkurs Nr. 501453A32

TERMINE: Mo 23.10. bis Fr 27.10., 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.

➔ Vertiefung

Die erworbenen Techniken und Fähigkeiten aus dem Einsteigerkurs werden vertieft und in der Anwendung verfeinert.

FRITZLAR: Wochenkurs Nr. 501454A32

TERMINE: Mo 23.10. bis Fr 27.10., jeweils 13 bis 16.15 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.

Tastat Schreiben am PC in 4 Stunden

Für Kinder ab der Klasse 5

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. Erkenntnisse aus Pädagogik, Hirnforschung, Assoziations- und Visualisierungstechniken etc. werden kombiniert, um ein effektives und schnelles Lernen zu ermöglichen.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 504058A32

TERMINE: Mo 28.8., bis Do 31.8., jeweils 9 bis 11.30 Uhr, In den Ferien • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial • LEITUNG: Helga Bettenhausen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 504006A31

TERMINE: Mo 28.8., Mi 30.8. und Fr 1.9., jeweils 13 bis 16.15 Uhr, In den Ferien • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial • LEITUNG: Sonia Komnick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 504057A32

TERMINE: Mo 8.1., Mi 10.1. und Fr 12.1.24, jeweils 9 bis 12.15 Uhr, In den Ferien • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial • LEITUNG: Sonia Komnick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 504056A32

TERMINE: Mo 8.1., Mi 10.1. und Fr 12.1.24, jeweils 13 bis 16.15 Uhr, In den Ferien • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial • LEITUNG: Sonia Komnick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► **Kurse für Kinder und Erwachsene zu den Themen Stricken, Nähen und Jonglieren finden Sie auf Seite 15, Seite 16 und Seite 27.**



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



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 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.
- ➔ Erst dann wird der Termin für den kostenfreien Einstufungstest vergeben.
- ➔ 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: montags und 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.

Beratung und Anmeldung:

Tel. 05681 775 -4040 oder -4038

Weitere Infos unter
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 / 229 Euro (ermäßigt: 0,00 Euro); ansonsten als Selbstzahler: 100 Unterrichtsstunden / 458 Euro (ermäßigt: 114,50 Euro); Änderungen möglich. Eine Ermäßigung des Kursentgelts ist auf Antrag möglich.
- ➔ Die Integrationskurse finden kreisweit statt. Aktuelle Informationen finden Sie 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, finden Sie auf unserer Webseite.

Wann ist der Test?

Jeweils 16.30 bis 18.00 Uhr an folgenden Donnerstagen: 07.09., 12.10., 09.11., 14.12.2023 sowie 11.01., 15.02. und 14.03.2024

Anmeldeschluss: jeweils 5 Wochen vor dem Termin

Wo findet der Test statt?

Homberg, Kreisverwaltung, vhs, Parkstr. 6,

AUSKUNFT:

05681 775-7755

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 Geflüchtete kontinuierlich auf den Arbeitsmarkt vorbereitet.

Wer kann teilnehmen?

- Sie müssen arbeitsuchend gemeldet sein und/oder beziehen in der Regel Leistungen nach SGB II (Bürgergeld) 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. Die Teilnahme setzt eine spezielle Aufenthaltsgestattung bzw. Duldung voraus.
 2. EU-Staatsangehörige (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 Ihrer Arbeitsagentur oder Ihrem Jobcenter. 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 775-7755 bzw. per E-Mail: vhs@schwalm-eder-kreis.de

Deutsch als Muttersprache

Ohne Schriftsprache ist der Alltag nicht leicht zu meistern, weder beruflich noch 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

Kurssystem Sprachen

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.

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 775-4038



Deutsch

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

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

EOK, gefördert durch das Bundesministerium des Innern und Heimat (BMI) auf Grundlage des Beschlusses des Deutschen Bundestages.

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

Wer kann sich beim EOK anmelden?

Teilnehmen können Asylsuchende 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-Kurs anmelden?

Teilnehmen können alle Personen mit Förderbedarf in Deutsch, wie Asylsuchende, 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 Orientierungshelfenden des Landkreises oder bei der vhs: 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 gut sprechen, aber nur mit Mühe lesen oder 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: Tel. vhs 05681 775-4038. Kurse an weiteren Orten im Landkreis werden auf Nachfrage angeboten.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 405101T32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 17.30 bis 19.00 Uhr, 13 Termine
• ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: kostenfrei, 26 U-Std., ab 4 Teiln., Zugang in den laufenden Kurs möglich. Info bei der vhs. • LEITUNG: Mascha Günther • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 405103T32

BEGINN: Mo 04.09.2023, 17.00 bis 18.30 Uhr, 14 Termine
• ORT: Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • KOSTEN: kostenfrei, 28 U-Std., ab 4 Teiln., Zugang in den laufenden Kurs möglich. Info bei der vhs. • LEITUNG: N.N. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 405104T32

BEGINN: Do 14.09.2023, 17.00 bis 18.30 Uhr, 13 Termine
• ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: kostenfrei, 26 U-Std., ab 4 Teiln., Zugang in den laufenden Kurs möglich. Info bei der vhs. • LEITUNG: N.N. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 405102T32

BEGINN: Mi 13.09.2023, 16.30 bis 18.00 Uhr, 13 Termine
• ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: kostenfrei, 26 U-Std., ab 4 Teiln., Zugang in den laufenden Kurs möglich. Info bei der vhs. • LEITUNG: Daria Völker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Einstieg Deutsch
Die Sprachlern-App
The German language-learning app

grundbildung.de/einstiegdeutsch facebook.com/wvdi.de

Laden im App Store

APPROBATIONSBES
FREE OF CHARGE

Englisch

Niveau A1

Englisch - Von Anfang an

Englischintensivkurs - für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Gut geeignet für alle, die Englisch lernen wollen. Ob geschäftlich, auf Reisen, interkulturelle Kommunikation oder Partnerschaftstreffen, hier lernen Sie diese Situationen schon mit wenigen Sprachkenntnissen gut zu meistern. 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. Ein Sprachkurs mit Informationen zu gesellschaftspolitischen Fragen und interkulturelle Kompetenzen für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa. Welcome!

➔ Niveau A1.1

GUDENSBERG: Bildungsurlaub Nr. 406157X32

TERMINE: Mo 23.10. bis Fr 27.10., jeweils 9 bis 16.30 Uhr
 • ORT: DGH Gleichen, Am Burgfeld 3 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-22-1362 • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: National Geographic Learning: Life Second Edition A0/A1.1 Beginner, ISBN: 978-1-337-28528-5 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406101X41

TERMINE: Mo 22.7. bis Fr 26.7.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
 • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-22-1362 • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A1 - ISBN 978-3-12501750-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Englisch - Neustart

Dieser Englischkurs ist für Beginnende und für Personen, die nach langer Zeit wieder von vorne anfangen wollen. Er ist rund um Wortschatz, erste Dialoge und Kurztexte einfach gestaltet. Das Sprechen steht im Vordergrund. Wissenswertes über englischsprachige Länder runden den Kurs ab. Welcome!

➔ Niveau A1.01

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 406151T32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 19.00 bis 20.30 Uhr, 12 Termine
 • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Doris Spiegel • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy Englisch A1.1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

GUDENSBERG: Vormittagskurs Nr. 406155T32

BEGINN: Mo 18.09.2023, 9.00 bis 10.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Familienzentrums Quartier, Grabenweg 7 • KOSTEN: 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Heinrich Hesse • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 406154T32

BEGINN: Di 19.09.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 11 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • KOSTEN: 92,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Samreen Muzafar • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy Englisch A1.1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 406153T32

BEGINN: Mi 13.09.2023, 17.00 bis 18.30 Uhr, 12 Termine
 • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: National Geographic Learning: Life Second Edition A0/A1.1 Beginner, ISBN: 978-1-337-28528-5 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Englisch - Neustart intensiv

Englischintensivkurs am Samstag - geeignet für Teilnehmende mit lange zurückliegenden Vorkenntnissen, die nochmal neu starten wollen, sich intensiv mit der Sprache beschäftigen und bald Fortschritte ihrer Sprachkenntnisse vorweisen wollen. Welcome!

➔ Niveau A1.2

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 406152T32

BEGINN: Sa 16.09.2023, 9.00 bis 12.15 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 196,00 Euro für 48 U-Std., ab 6 Teiln., Entgeltzahlung in Raten möglich, ab 8 TN Entgeltreduzierung • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: National Geographic Learning: Life A1.2 Elementary. ISBN: 978-1-337-28549-0 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Englisch intensiv - Anfangskenntnisse erweitern

Englischintensivkurs - geeignet für Teilnehmende mit geringen Anfangskenntnissen oder solche, die ihre Schulkenntnisse auffrischen wollen. Ob geschäftlich, auf Reisen, für interkulturelle Kommunikation oder Partnerschaftstreffen, hier lernen Sie diese Situationen schon mit wenigen Sprachkenntnissen gut zu meistern. Der Kurs vermittelt ein „Survival English“, das mit wenig Einsatz große Wirkung erzielen kann. Ein Sprachkurs mit Informationen zu gesellschaftspolitischen Fragen und interkulturellen Kompetenzen für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa. Welcome!

➔ Niveau A1.2

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 406159X32

TERMINE: Mo 22.1. bis Fr 26.1.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
 • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-22-1394 vom 05.01.2023 • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A1 ISBN 978-3-12501750-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➤ Fortsetzung auf der nächsten Seite

Wir setzen auf Schulungsunterlagen von

HERDT

www.herd.com



Niveau A2

Englisch intensiv - 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 für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406251X32

TERMINE: Mo 11.9. bis Fr 15.9., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-23-0336 vom 28.02.2023 • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A2

Gut geeignet als Fortsetzung des Bildungsurlaubs A1.2 in vorangegangenen Semestern und für alle, die endlich ihr Englisch aufbauen wollen. Der Kurs vervollständigt Ihr Wissen mit allen erforderlichen Grundlagen im Wortschatz, bei Redemitteln, Hörverständnis und im Sprechvermögen. Ein Sprachkurs mit Informationen zu gesellschaftspolitischen Fragen und interkulturellen Kompetenzen für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406201X41

TERMINE: Mo 8.4. bis Fr 12.4.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-23-0336 vom 28.02.23 • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406253X42

TERMINE: Mo 2.9. bis Fr 6.9.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-23-0334 vom 28.02.23 • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Englisch intensiv - Business and more

Geeignet für alle, die solide Englischkenntnisse in zurückliegender Schulzeit (Niveau A2) erworben haben und diese passiven Kenntnisse intensiv auffrischen und erweitern wollen. Kursinhalte: Festigung und Erweiterung der Sprech- und Hörfertigkeit; Schulung des Leseverstehens und der Schreibfertigkeit für das Verfassen von Kurzmitteilungen, auf der Basis themenbezogener Wortschatz- und Grammatikarbeit. Ziel ist das Bewältigen üblicher Situationen in Beruf und Alltag in der englischen Sprache. Aspekte aus Politik, Wirtschaft, Kultur und Geschichte englischsprachiger Länder runden die sprachlichen Themen ab. Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa.

➔ Niveau A2

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406255X32

TERMINE: Mo 13.11. bis Fr 17.11., jeweils 8.30 bis 16.15 Uhr
• ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-23-0332
• LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: Kursbuch auf Nachfrage • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

English - Refresher Course

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

➔ Niveau A2.02

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 406252T32

BEGINN: Di 12.09.2023, 18.15 bis 19.45 Uhr, 12 Termine
• ORT: C.-Bantzer-Schule ZIG, Fünftenweg 30 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Javorka Knezevic • LEHRMATERIAL: Klett: Network Now A2.1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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 und bauen so Ihre Grundkenntnisse auf.

➔ Niveau A2.03

HOMBERG: Abendkurs Nr. 406256T32

BEGINN: Do 05.10.2023, 17.30 bis 19.00 Uhr, 10 Termine
• ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12
• KOSTEN: 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Dagmar Braun • LEHRMATERIAL: Klett: Enjoy English A2.1 ab Lektion ca. 8. ISBN: 978-3-12-501638-5 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A2.04

BORKEN: Abendkurs Nr. 406257T32

BEGINN: Di 12.09.2023, 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 ca. Unit 5 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A2.05

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 406259T32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 17.25 bis 18.55 Uhr, 12 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Doris Spiegel • LEHRMATERIAL: Klett-Langenscheidt: English Network Now A2.1, ab ca. Unit 6 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406258T32

BEGINN: Mo 18.09.2023, 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: Great! A2, 2nd edition, ab Lektion 2 • 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. 406230T32

BEGINN: Mo 18.09.2023, 17.00 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Elke Manshausen • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs vereinbart • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau B1

Englisch intensiv - Business and more

Geeignet für alle, die solide Englischkenntnisse in zurückliegender Schulzeit (Niveau B1) erworben haben und diese passiven Kenntnisse intensiv auffrischen und erweitern wollen. Kursinhalte: Festigung und Erweiterung der Sprech- und Hörfertigkeit; Schulung des Leseverstehens und der Schreibfertigkeit für das Verfassen von Kurzmitteilungen, auf der Basis themenbezogener Wortschatz- und Grammatikarbeit. Ziel ist das Bewältigen üblicher Situationen in Beruf und Alltag in der englischen Sprache. Aspekte aus Politik, Wirtschaft, Kultur und Geschichte englischsprachiger Länder runden die sprachlichen Themen ab. Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa.

➔ Niveau B1

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406304X41

TERMINE: Mo 4.3. bis Fr 8.3.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: Kursbuch auf Nachfrage • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Enjoy speaking English

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

➔ Niveau B1

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 406331T32

BEGINN: Mi 13.09.2023, 9.00 bis 10.30 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Evemarie Klein • LEHRMATERIAL: Klett: Fairway Refresher B1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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 bis Niveau B1.1 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. Anmeldungen zum TechnikCheck sind online, telefonisch oder per E-Mail möglich.

➔ Niveau B1.08

ONLINE: Onlinekurs Nr. 406352T32

BEGINN: Mi 20.09.2023, 17.30 bis 19.00 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 4 Teiln., Entgeltreduzierung bei mehr als 4 Teilnehmenden • LEITUNG: Udo Grenzebach • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy English B 1.2 ca. Unit 6 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau B2

Enjoy speaking English

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

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 406432T32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 19.00 bis 20.30 Uhr, 7 Termine, 14-tägig, terminliche Abweichungen möglich • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 59,00 Euro für 14 U-Std., ab 6 Teiln., 14-tägig, terminliche Abweichungen möglich • LEITUNG: James Antony Baker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Französisch

Niveau A1

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 erwerben. Der Kurs umfasst Themen, die auf einen Aufenthalt im französischsprachigen Ausland vorbereiten und die interkulturelle Kompetenz stärken. Dazu kommen verständliche Informationen zu gesellschafts- und kulturpolitischen Themen Frankreichs und französischsprachiger Länder. Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa.



Niveau A1.1

SCHWALMSTADT: Bildungsurlaub Nr. 408151X32

TERMINE: Mo 4.9. bis Fr 8.9., jeweils 9 bis 16.30 Uhr • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • LEITUNG: Christian Pfaff • LEHRMATERIAL: Klett: Voyages A1 ISBN: 978-3-12-529412-7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Französisch - Von Anfang an

Es erwartet Sie ein Französischkurs, der das Erlernen der Sprache unserer Nachbarn 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 französischsprachige Länder weltweit runden den Kurs ab. Bienvenue!

Niveau A1.01

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 408152T32

BEGINN: Do 14.09.2023, 10.00 bis 11.30 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Doris Spiegel • LEHRMATERIAL: Klett: Voyages A1 ISBN: 978-3-12-529412-7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 408153T32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 19.30 bis 21.00 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Christian Pfaff • LEHRMATERIAL: Klett: Voyages A1 ISBN: 978-3-12-529412-7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 408154T32

BEGINN: Di 10.10.2023, 19.00 bis 20.30 Uhr, 8 Termine • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 80,00 Euro für 16 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Christian Pfaff • LEHRMATERIAL: Klett: Voyages A1 ISBN: 978-3-12-529412-7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Französisch - Anfangskenntnisse erweitern

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

Niveau A1.07

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 408156T32

BEGINN: Mi 13.09.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Christian Pfaff • LEHRMATERIAL: Klett: Voyages A1 ISBN: 978-3-12-529412-7, ab ca. Lektion 8 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Französisch intensiv - Anfangskenntnisse erweitern

Teilnehmende können mit geringen Vorkenntnissen rasch verwertbare Französischkenntnisse für die mündliche und schriftliche Kommunikation im Alltag und insbesondere am Arbeitsplatz erwerben. Der Kurs umfasst Themen, die auf einen Aufenthalt im französischsprachigen Ausland vorbereiten und die interkulturelle Kompetenz stärken. Dazu kommen verständliche Informationen zu gesellschafts- und kulturpolitischen Themen Frankreichs und französischsprachiger Länder. Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa.

Niveau A1.2

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 408159X41

TERMINE: Mo 18.3. bis Fr 22.3.24, jeweils 9 bis 16.30 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • LEITUNG: Christian Pfaff • LEHRMATERIAL: Klett: Voyages A1 ISBN: 978-3-12-529412-7, ab Lektion 8 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A1 - A2

Französisch Auffrischung

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!

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 408157T32

BEGINN: Do 14.09.2023, 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 Nr. 8 von 9 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A2

Französisch - Grundkenntnisse erweitern

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 bewegen. Wissenswertes über französischsprachige Länder und die französischen Nachbarn runden den Kurs ab. Bienvenue!

➔ **Niveau A2.02**

ONLINE: Onlinekurs Nr. 408255T32

BEGINN: Mi 01.11.2023, 19.15 bis 20.00 Uhr, 5 Termine
 • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 44,00 Euro für 5 U-Std., ab 3 Teiln., Entgeltreduzierung bei mehr als 3 Teilnehmenden • **LEITUNG:** Udo Grenzebach • **LEHRMATERIAL:** Französisch A2: Perspectives Allez-y A2, ca. Unité 8 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

▶ **Auf unserer Webseite finden Sie stets aktuelle Informationen und weitere Kurse**

Niveau A2 - B1

Französisch - Grundkenntnisse aufbauen

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

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 408351T32

BEGINN: Mi 20.09.2023, 19.00 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** C.-Bantzer-Schule ZIG, Fünftenweg 30 • **KOSTEN:** 49,00 Euro für 11 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Gabriele Mollenhauer • **LEHRMATERIAL:** Cornelsen: Perspectives A2-B1 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Niveau B1

Französisch - Mittelstufe

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 soliden Vorkenntnissen. Bienvenue!

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 408352T32

BEGINN: Do 14.09.2023, 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: On y va B1. ISBN: 978-319-10-33545 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.



Italienisch

Niveau A1

Italienisch intensiv in Italien

Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa. Ein Sprachkurs in Italien mit sprachlicher Qualifizierung in authentischen Situationen und Themen aus Politik und Wirtschaft an Beispielen vor Ort sowie der Erweiterung persönlicher und beruflicher Kompetenzen. Vermittelt werden Grundkenntnisse der italienischen Sprache, ausgerichtet an Themen und Kommunikationssituationen im italienischsprachigen Alltags- und Berufsleben. Das Sprachtraining erfolgt auch in realer Kommunikation mit Einheimischen in Casina bzw. der Toskana. Die Themenschwerpunkte zur Landeskunde sind ausgerichtet an den lokalen Besonderheiten der Region wie die Herstellung von Spezialitäten, z.B. Aceto Balsamico und Pasta (Casina) bzw. Tourismus, Olivenanbau und -verarbeitung sowie den Themen Weinanbau und Weinernte (Toskana). Wirtschaftspolitische und kulturorientierte Aspekte werden im Unterricht und vor Ort erschlossen. Der Bildungsurlaub ist ideal für Personen zum ersten Einstieg in die italienische Sprache oder für solche mit wenigen Grundkenntnissen (Casina) bzw. die in die italienische Sprache einsteigen oder Grundkenntnisse auffrischen wollen (Toskana). Er ist besonders geeignet für die Berufsbereiche Gastronomie, Tourismus, Handel und Soziales. Die Organisation der An- und Abreise sowie die Buchung der vorgesehenen Unterkunft 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 05.05.2024 (Casina) bzw. 28.07.2024 (Toskana). Danach entsteht die Verpflichtung zur Zahlung des vollen Entgelts. Der Abschluss einer Reiserücktritts- / Seminarversicherung ist möglich. Die Kursentgelte vorbehaltlich weiterer Preissteigerungen der Energiekosten. Bitte nachfragen.

➔ **Niveau A1.2 - Casina**

CASINA/EMILIA R./ITALIEN: Bildungsurlaub Nr. 409103X41
TERMINE: Mo 24.6. bis Fr 28.6.24, jeweils 9.30 bis 17 Uhr
• ORT: Italien • KOSTEN: 442,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung, Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-23-0419 vom 09.03.2023 • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau A1 - Toskana**

TOSKANA/ITALIEN: Bildungsurlaub Nr. 409104X42
TERMINE: Mo 16.9. bis Fr 20.9.24, jeweils 9.30 bis 17 Uhr
• ORT: Italien • KOSTEN: 469,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-23-0369 vom 31.03.23 • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**Italienisch - Anfangskenntnisse erweitern**

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

➔ **Niveau A1.02**

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409151T32

BEGINN: Di 17.10.2023, 19.05 bis 20.35 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: Hueber: Espresso neu A1, ab Lektion ca. 2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409154T32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 17.30 bis 19.00 Uhr, 11 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 92,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Karin Casorati-Kerpen • LEHRMATERIAL: Hueber: Espresso Nuovo 1, ab Lektion ca. 5 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau A1.03**

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 409155T32

BEGINN: Di 12.09.2023, 19.30 bis 21.00 Uhr, 12 Termine • ORT: C.-Bantzer-Schule ZIG, Fünftenweg 30 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Daria Völker • LEHRMATERIAL: Klett: Con gusto A1, ab Lektion ca. 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau A1.05**

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409156T32

BEGINN: Mo 16.10.2023, 18.00 bis 19.30 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: Hueber: Espresso neu A1; ab Lektion 11 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau A1.06**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409152T32

BEGINN: Di 10.10.2023, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHRMATERIAL: Hueber: Nuovo Espresso A1, ca. ab Lektion 8 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A2

Italienisch macht munter

Aufgeweckt und motiviert erweitern Sie Ihre Grundkenntnisse in der italienischen Sprache. Das Anwenden des Wortschatzes 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. 409258T32

BEGINN: Di 10.10.2023, 10.00 bis 11.30 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 99,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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.

➔ **Niveau A2**

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409252T32

BEGINN: Di 17.10.2023, 18.00 bis 19.00 Uhr, 9 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 76,00 Euro für 12 U-Std., ab 4 Teiln., Entgeltreduzierung bei mehr als 4 Teilnehmenden • LEITUNG: Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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 bewegen.

➔ **Niveau A2.02**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409256T32

BEGINN: Do 12.10.2023, 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: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHRMATERIAL: Hueber: Espresso A2, ab Lektion 1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau B1

Italienisch - Sprechvergnügen

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

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409331T32

BEGINN: Mi 18.10.2023, 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.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409332T32

BEGINN: Do 19.10.2023, 18.30 bis 20.00 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 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau B2

Italienisch in guter Mischung

In der guten Mischung liegt der Erfolg: Gespräche auf Italienisch, treffender Wortschatz, passende Texte, aktuelle Landeskunde, gemischt mit Ihren eigenen Interessen.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409451T32

BEGINN: Mi 18.10.2023, 18.00 bis 19.00 Uhr, 9 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 76,00 Euro für 12 U-Std., ab 4 Teiln., Entgeltreduzierung bei mehr als 4 Teilnehmenden • LEITUNG: Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs bestimmt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Spanisch

Niveau A1

Spanisch - Von Anfang an

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

Niveau A1

SCHWALMSTADT: Bildungsurlaub Nr. 422101X41

TERMINE: Mo 24.6. bis Fr 28.6.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Kursmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Spanisch - Von Anfang an / Anfangskenntnisse erweitern

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

Niveau A1.01

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422151T32

BEGINN: Mi 20.09.2023, 10.00 bis 11.30 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 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A1.02

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422153T32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine
• ORT: vhs cloud • KOSTEN: 99,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln.
• LEITUNG: Adela Davila-Nienhaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1, ISBN: 978-3-12-514671-6, ab Lektion 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A1.03

HOMBERG: Abendkurs Nr. 422157T32

BEGINN: Mo 09.10.2023, 18.30 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • ORT: Erich-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • KOSTEN: 67,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Werner Müller-Klevinghaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1, ab Lektion ca. 4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 422154T32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 12 Termine
• ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Christian Pfaff • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto A1, ab Lektion 4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A1.05

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 422155T32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 11.00 bis 12.30 Uhr, 10 Termine
• ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 99,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1. ISBN: 978-3-12-514671-6, ab Lektion ca. 5 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A1.05

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422156T32

BEGINN: Do 14.09.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine
• ORT: vhs cloud • KOSTEN: 99,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln.
• LEITUNG: Adela Davila-Nienhaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1, ISBN: 978-3-12-514671-6, ab Lektion ca. 7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Spanisch intensiv - Anfangskenntnisse erweitern

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. Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa.

Niveau A1.2

SCHWALMSTADT: Bildungsurlaub Nr. 422159X32

TERMINE: Mo 20.11. bis Fr 24.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-21-1136 • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Bildungsurlaub Nr. 422160X42

TERMINE: Mo 21.10. bis Fr 25.10.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Kursmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A2

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 für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa.



➔ Niveau A2

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 422251X32

TERMINE: Mo 4.9. bis Fr 8.9., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-23-0423 vom 29.03.2023 • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Kursmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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 und Üben. So können Sie bald Wesentliches sagen und sich in routinemäßigen Situationen in Spanisch bewegen. Wissenswertes über die spanischsprachigen Länder runden den Kurs ab. Bienvenidos!

➔ Niveau A2.01

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422252T32

BEGINN: Di 12.09.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 99,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Adela Davila-Nienhaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto nuevo A2, ISBN 978-3-12-514677-8 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A2.02

HOMBERG: Abendkurs Nr. 422257T32

BEGINN: Mi 11.10.2023, 18.30 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • ORT: Erich-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • KOSTEN: 67,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Werner Müller-Klevinghaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A2, Bd. 2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A2.06

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 422253T32

BEGINN: Di 05.09.2023, 16.45 bis 18.15 Uhr, 11 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 92,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto nuevo A2, ISBN 978-3-12-514677-8, ab Lektion ca. 7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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. 422331T32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 9.30 bis 11.00 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 99,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • LEHRMATERIAL: Kursmaterial wird im Kurs ausgegeben • 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. 422351T32

BEGINN: Di 05.09.2023, 18.15 bis 19.45 Uhr, 11 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 92,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • LEHRMATERIAL: Klett: Con gusto nuevo B1, ab Lektion ca. 6 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau B2

Spanisch - Sprechvergnügen

So bringen Sie Ihre Spanischkenntnisse in Bewegung. Sprachlich bietet der Kurs die Chance vor allem mündlich zu trainieren und den 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. 422432T32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 18.30 bis 20.00 Uhr, 11 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 92,00 Euro für 22 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 Kinder, die das arabische Alphabet sowie arabisch schreiben, lesen und sprechen lernen wollen. Assalamu aalaykum!

➔ **Für Kinder von 7 bis 12 Jahren**

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 401151T32

BEGINN: Fr 15.09.2023, 14.30 bis 16.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Erich-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • KOSTEN: 63,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Arej Alraja • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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 im Kurs auf Niveau A1.06 zusätzlich des arabischen Alphabets. Voraussetzung für den Kurs auf Niveau A1.06: Kenntnisse der Buchstaben und etwas Grammatik. Diese Veranstaltung wird vom Hessischen Ministerium für Soziales und Integration für Personen mit Wohnsitz in Hessen gefördert. Teilnehmende (TN) aus anderen Bundesländern müssen das volle Entgelt über 123 Euro für 22 UE ab mindestens 7 TN (Niveau A1.04) bzw. 156 Euro für 38 UE ab 7 TN (Niveau A1.06) entrichten.

➔ **Niveau A1.04**

HOMBERG: Abendkurs Nr. 401152T32

BEGINN: Di 05.09.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 11 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • KOSTEN: 12,00 Euro für 22 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Arej Alraja • LEHRMATERIAL: Pons: Arabisch - Schreiben üben! ISBN: 978-3-12-562148-0 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau A1.06**

ONLINE: Onlinekurs Nr. 401153T32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 20.00 bis 21.30 Uhr, 19 Termine • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 16,00 Euro für 38 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Nicolas Khoury • LEHRMATERIAL: Klett: Salam! neu A1-A2, ab Lektion ca. 7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Bulgarisch

Bulgarisch - Von Anfang an

Bulgarien ist seit 20 Jahren in der Europäischen Union und ein aktiver Faktor im Wirtschaftsraum. Aus beruflichen Gründen ebenso wie für Touristen sind Sprachkenntnisse von großem Vorteil für ein Zusammenwachsen in Europa. Hier erhalten Sie die nötige sprachliche Ausrüstung, um alle wichtigen Situationen in unserem europäischen Partnerland zu meistern, ob auf Dienstreise oder auf Urlaubstour. Nutzen Sie die wertvollen Informationen über Land, Leute und bulgarische Lebensart, die Ihnen unsere muttersprachliche Kursleiterin sehr kommunikativ vermitteln wird. 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 lernen. Die Zugangsdaten für den Beitritt zum Online-Schulungsraum erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung bei der vhs rechtzeitig vor Veranstaltungsbeginn per E-Mail. Es sind keine Softwareinstallationen nötig. Wenn Sie erstmalig an einer Online-Veranstaltung teilnehmen und / oder die Technik vorab gerne testen möchten, bieten wir Ihnen dafür einen TechnikCheck an. Separate Anmeldungen zum TechnikCheck sind online, telefonisch oder per E-Mail möglich.

➔ **Niveau A1.1**

ONLINE: Onlinekurs Nr. 426151T32

BEGINN: Mo 11.09.2023, 18.30 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 80,00 Euro für 16 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Krasimira Dimova-Dunkel • LEHRMATERIAL: Lehrbuch auf Nachfrage • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Chinesisch

Chinesisch - Von Anfang an

Kommunikativ und informativ. Ein Kurs rund um die chinesische Sprache, praxistauglich und lebensnah, 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, kulinarische und landeskundliche Informationen. Für Jugendliche und Erwachsene geeignet.

➔ **Niveau A1**

MELDUNGEN: Abendkurs Nr. 402151T32

BEGINN: Mi 11.10.2023, 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., für alle Niveaustufen geeignet • LEITUNG: Fengjuan Greiner • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird gestellt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Gebärdensprache

Gebärdensprache (DGS) - Einführung
Einführung in die Sprache der Gehörlosen

Die Gebärdensprache zeigt viele Handbewegungen und Bewegungsabläufe, die die Gehörlosen und Höreingeschränkten (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 höreingeschränkten Menschen 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 alle Lernenden geeignet. Der Kursleiter bietet Basiswissen und erweitert auf fortgeschrittener Ebene die Themenauswahl des letzten Kurses.



SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 400051T32
 BEGINN: Mi 20.09.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 12 Termine
 • ORT: Hephata, Akademie f. Soziale Berufe, Elisabeth-Seitz-Str. 12 • KOSTEN: 99,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 8,40 Euro für Handbuch (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Dietrich Dahmen • LEHRMATERIAL: Handbuch des Kursleiters
 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Japanisch

Japanisch - Von Anfang an

Eine Begegnung mit Japan und einer Muttersprachlerin. Sie erhalten erste Einblicke in die japanische Sprache und hören Faszinierendes über die Menschen, ihre Lebensweise und die japanische Kultur. Sie planen eine Reise nach Japan? Jetzt haben Sie beste Chancen für Informationen aus erster Hand. Dieser Kurs wird hybrid durchgeführt, d.h. Sie können sich für den Präsenzkurs anmelden oder einen Online-Lernplatz belegen. Nach Anmeldung zum Online-Kurs erhalten Sie rechtzeitig vor Kursstart die Zugangsdaten für den Beitritt zum Online-Klassenraum per E-Mail. Es ist kein Softwaredownload nötig. Wenn Sie erstmalig an einer Online-Veranstaltung teilnehmen und / oder die Technik vorab gerne testen möchten, bieten wir Ihnen dafür einen TechnikCheck an. Die separate Anmeldung zum TechnikCheck ist online, telefonisch oder per E-Mail möglich.

➔ **Niveau A1.01**
HOMBERG: Abendkurs Nr. 410151T32
 BEGINN: Mo 11.09.2023, 19.45 bis 21.15 Uhr, 6 Termine
 • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 4 Teiln., bei 6 TN wird das Entgelt reduziert
 • LEITUNG: Akiko Izumi • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekannt gegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Japanisch - Anfangskenntnisse erweitern

Sie haben bereits Kenntnisse über Kana auf Japanisch? Kennen Sie eine grundlegende Satzstruktur? Dann ist dies der richtige Kurs für Sie, um Ihr Sprachverständnis zu vertiefen. Wir werden zusammen weiter lernen!

➔ **Niveau A1.03**
HOMBERG: Abendkurs Nr. 410152T32
 BEGINN: Mo 11.09.2023, 18.15 bis 19.45 Uhr, 12 Termine
 • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Akiko Izumi • LEHRMATERIAL: 3A Corporation: Minna no Nihongo. Version Syokyu 1 Second Ed. Main Textbook 1, ISBN: 978-88319-603-6, Chapter 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niederländisch

Niederländisch - Anfangskenntnisse erweitern

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

➔ **Niveau A1.07**
SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 414152T32
 BEGINN: Mi 13.09.2023, 18.30 bis 20.00 Uhr, 12 Termine
 • ORT: C.-Bantzer-Schule ZIG, Fünftenweg 30 • KOSTEN: 119,00 Euro für 24 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Aukje Teichert
 • LEHRMATERIAL: Hueber: Wat leuk! A1, ab Lektion ca.11
 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Polnisch

Polnisch

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.



➔ **Niveau A1.01 - Von Anfang an**
SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 417151T32
 BEGINN: Do 14.09.2023, 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: N.N. • LEHRMATERIAL: Klett: Razem, ISBN 978-3-12-528641-2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau A2.02 - Grundkenntnisse ausbauen**
FRITZLAR: Abendkurs Nr. 417201T32
 BEGINN: Do 14.09.2023, 17.00 bis 18.30 Uhr, 12 Termine
 • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Anna Schubert • LEHRMATERIAL: Klett: Razem A2, ab Lektion ca. 12
 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Russisch

Russisch

Es erwartet Sie ein Sprachkurs, der den Einstieg in die russische Sprache rund um die Schrift, den Wortschatz, erste Dialoge und Kurztexte einfach und aufbauend gestaltet. Alles dreht sich um die elementare Verständigung im Alltag. Übungen zur Aussprache kommen nicht zu kurz. Wissenswertes über russischsprachige Kulturen runden den Kurs ab.

➔ Niveau A1.01 - Von Anfang an

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 419101T32

BEGINN: Di 19.09.2023, 18.00 bis 19.30 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: Mocht 1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.03 - Anfangskenntnisse erweitern

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 419102T32

BEGINN: Mi 20.09.2023, 19.00 bis 20.30 Uhr, 11 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 92,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elena Huber • LEHRMATERIAL: Klett: Mocht 1, ab Lektion ca. 8 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Schwedisch



Schwedisch

Von der Sprache zum Fest der Santa Lucia

Wie das Land so die Sprache: Es erwartet Sie ein Sprachkurs zum Mitmachen und Mitsprechen mit abwechslungsreichen Lernaktivitäten. Interessantes zu Kultur, Land und Leuten Schwedens runden den Kurs ab. Den Abschluss bildet das Lichterfest der Santa Lucia. Välkomna.

➔ Niveau A1.01 - Von Anfang an

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 420151T32

BEGINN: Mi 11.10.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 83,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Heike Reis • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A2 - Grundkenntnisse aufbauen

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 420252T32

BEGINN: Mo 09.10.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 100,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Heike Reis • LEHRMATERIAL: Groa-Verlag: Tala svenska A2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Türkisch

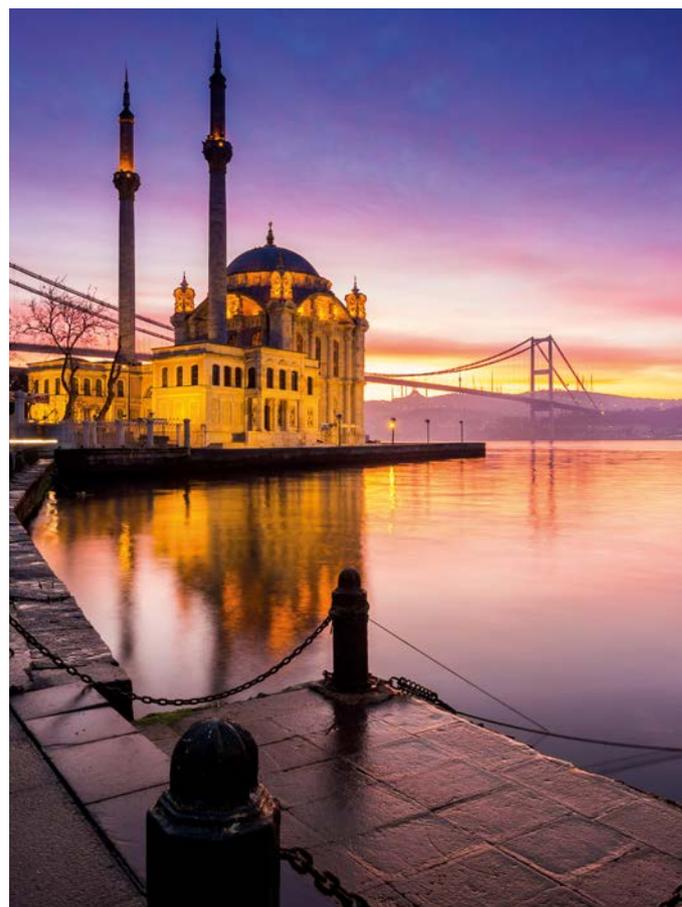
Türkisch - Von Anfang an

Abwechslungsreich bietet der Kurs eine Palette an Aktivitäten und Informationen, die motivieren und den Einstieg in die türkische Sprache erleichtern. Theorie und Praxis sind ausgewogen und für Beginnende zugeschnitten.

➔ Niveau A1.01

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 424101T32

BEGINN: Do 05.10.2023, 17.30 bis 19.00 Uhr, 8 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 67,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Aliye König • LEHRMATERIAL: Klett: Kolay gelsin! • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Ukrainisch

Ukrainisch - Von Anfang an

Es erwartet Sie ein Sprachkurs, der den Einstieg in die ukrainische Sprache, die Schrift, den Wortschatz, erste Dialoge und Kurztexte einfach und aufbauend gestaltet. Alles dreht sich um die elementare Verständigung im Alltag. Übungen zur Aussprache kommen nicht zu kurz. Wissenswertes über ukrainische Kultur runden den Kurs ab.

➔ Niveau A1.01

HOMBERG: Abendkurs Nr. 425101T32

BEGINN: Di 12.09.2023, 18.00 bis 19.30 Uhr, 11 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • KOSTEN: 92,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Hanna Kryven • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs bekanntgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FÜR SIE IM SCHWALM-EDER-KREIS

Vor Ort finden Sie uns mit den üblichen Dienstleistungen der Volkshochschule in den Außenstellen in Fritzlar, Melsungen und neu auch in Schwalmstadt.

Achten Sie auf die vhs-Fahnen im Außenbereich: dann und i.d.R. immer mittwochs ist ein Mitarbeitender der Volkshochschule für Sie persönlich vor Ort.

Selbstverständlich können Sie dieses Angebot auch weiterhin in unseren Büroräumen in Homberg in Anspruch nehmen.

Außenstelle: vhs Fritzlar

Marktplatz 5
34560 Fritzlar
Telefon: 05622 7980625
Geschäftszeiten:
Mi und Fr nach Vereinbarung



Außenstelle: vhs Melsungen

Bahnhofstraße 2
34212 Melsungen
Telefon: 05661 9254298
Geschäftszeiten:
Mi nach Vereinbarung



Außenstelle: vhs Schwalmstadt

Bahnhofstraße 12-14
34613 Schwalmstadt
Telefon:
Geschäftszeiten:
Mi nach Vereinbarung

Zentrale: vhs Homberg

Parkstraße 6
34576 Homberg (Efze)
Telefon: 05681 775-7755
Geschäftszeiten:
Mo bis Mi 8.00 bis 16.00 Uhr
Do 8.00 bis 17.30 Uhr
Fr 8.00 bis 13.00 Uhr

Bildungsurlaube: Sprachen**Englisch intensiv**

Ob geschäftlich, auf Reisen, interkulturelle Kommunikation oder Partnerschaftstreffen, hier lernen Sie diese Situationen schon mit wenigen Sprachkenntnissen gut zu meistern. Ein Sprachkurs mit Informationen zu gesellschaftspolitischen Fragen und interkulturelle Kompetenzen für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa. Welcome!

➔ **Niveau A1.1 - von Anfang an**

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Gut geeignet für alle, die endlich mal Englisch lernen wollen. Die Schwerpunkte: meeting people, getting information, small talk, travelling, shopping, eating out, health and illness.

GUDENBERG: Bildungsurlaub Nr. 406157X32

TERMINE: Mo 23.10. bis Fr 27.10., jeweils 9 bis 16.30 Uhr
• ORT: DGH Gleichen, Am Burgfeld 3 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-22-1362 • LEITUNG: Sylvia Poschmann
• LEHRMATERIAL: National Geographic Learning: Life Second Edition A0/A1.1 Beginner, ISBN: 978-1-337-28528-5 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406101X41

TERMINE: Mo 22.7. bis Fr 26.7.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-22-1362
• LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A1 - ISBN 978-3-12501750-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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

Geeignet für Teilnehmende mit geringen Anfangskenntnissen oder solche, die ihre Schulkenntnisse auffrischen wollen.

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 406159X32

TERMINE: Mo 22.1. bis Fr 26.1.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-22-1394 vom 05.01.2023 • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A1 ISBN 978-3-12501750-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**Englisch intensiv - Grundlagen****Niveau A2**

Englisch Grundlagen intensiv. Gut geeignet als Fortsetzung des Bildungsurlaubs A1.2 und für alle, die endlich ihr Englisch aufbauen wollen. Der Kurs vervollständigt Ihr Wissen mit allen erforderlichen Grundlagen im Wortschatz, bei Redemitteln, Hörverständnis und im Sprechvermögen. Ein Sprachkurs mit Informationen zu gesellschaftspolitischen Fragen und interkulturellen Kompetenzen für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406251X32

TERMINE: Mo 11.9. bis Fr 15.9., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-23-0336 vom 28.02.2023 • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406201X41

TERMINE: Mo 8.4. bis Fr 12.4.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-23-0334 vom 28.02.23 • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406253X42

TERMINE: Mo 2.9. bis Fr 6.9.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-23-0334 vom 28.02.23 • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► **Je nach gewähltem Kursangebot ist der Abschluss einer Reiserücktritts- / Seminarversicherung möglich**

Englisch intensiv - Business and more

Geeignet für alle, die solide Englischkenntnisse in zurückliegender Schulzeit (Niveau A2 bzw. B1) erworben haben und diese passiven Kenntnisse intensiv auffrischen und erweitern wollen. Kursinhalte: Festigung und Erweiterung der Sprech- und Hörfertigkeit; Schulung des Leseverstehens und der Schreibfertigkeit für das Verfassen von Kurzmitteilungen, auf der Basis themenbezogener Wortschatz- und Grammatikarbeit. Ziel ist das Bewältigen üblicher Situationen in Beruf und Alltag in der englischen Sprache. Aspekte aus Politik, Wirtschaft, Kultur und Geschichte englischsprachiger Länder runden die sprachlichen Themen ab. Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa.

➔ Niveau A2

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406255X32

TERMINE: Mo 13.11. bis Fr 17.11., jeweils 8.30 bis 16.15 Uhr
 • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-23-0332
 • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: Kursbuch auf Nachfrage • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau B1

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406304X41

TERMINE: Mo 4.3. bis Fr 8.3.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
 • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: Kursbuch auf Nachfrage • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Französisch intensiv

Teilnehmende können ohne oder mit (sehr) geringen Vorkenntnissen rasch verwertbare Französischkenntnisse für die mündliche und schriftliche Kommunikation im Alltag und insbesondere am Arbeitsplatz erwerben. Der Kurs umfasst Themen, die auf einen Aufenthalt im französischsprachigen Ausland vorbereiten und die interkulturelle Kompetenz stärken. Dazu kommen verständliche Informationen zu gesellschafts- und kulturpolitischen Themen Frankreichs und französischsprachiger Länder. Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa.

➔ Niveau A1.1 - von Anfang an

SCHWALMSTADT: Bildungsurlaub Nr. 408151X32

TERMINE: Mo 4.9. bis Fr 8.9., jeweils 9 bis 16.30 Uhr • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • LEITUNG: Christian Pfaff • LEHRMATERIAL: Klett: Voyages A1 ISBN: 978-3-12-529412-7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.2 - Anfangskenntnisse erweitern

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 408159X41

TERMINE: Mo 18.3. bis Fr 22.3.24, jeweils 9 bis 16.30 Uhr
 • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • LEITUNG: Christian Pfaff • LEHRMATERIAL: Klett: Voyages A1 ISBN: 978-3-12-529412-7, ab Lektion 8 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Italienisch intensiv in Italien



Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa. Ein Sprachkurs in Italien mit sprachlicher Qualifizierung in authentischen Situationen und Themen aus Politik und Wirtschaft an Beispielen vor Ort sowie der Erweiterung persönlicher und beruflicher Kompetenzen. Vermittelt werden Grundkenntnisse der italienischen Sprache, ausgerichtet an Themen und Kommunikationssituationen im italienischsprachigen Alltags- und Berufsleben. Das Sprachtraining erfolgt auch in realer Kommunikation mit Einheimischen in Casina bzw. der Toskana. Die Themenschwerpunkte zur Landeskunde sind ausgerichtet an den lokalen Besonderheiten der Region wie die Herstellung von Spezialitäten, z.B. Aceto Balsamico und Pasta (Casina) bzw. Tourismus, Olivenanbau und -verarbeitung sowie den Themen Weinanbau und Weinernte (Toskana). Wirtschaftspolitische und kulturorientierte Aspekte werden im Unterricht und vor Ort erschlossen. Der Bildungsurlaub ist ideal für Personen zum ersten Einstieg in die italienische Sprache oder für solche mit wenigen Grundkenntnissen (Casina) bzw. in die italienische Sprache einsteigen oder Grundkenntnisse auffrischen wollen (Toskana). Er ist besonders geeignet für die Berufsbereiche Gastronomie, Tourismus, Handel und Soziales. Die Organisation der An- und Abreise sowie die Buchung der vorgesehenen Unterkunft 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 05.05.2024 (Casina) bzw. 28.07.2024 (Toskana). Danach entsteht die Verpflichtung zur Zahlung des vollen Entgelts. Der Abschluss einer Reiserücktritts- /Seminarversicherung ist möglich. Die Kursentgelt vorbehaltlich weiterer Preissteigerungen der Energiekosten. Bitte nachfragen.

➔ Niveau A1.2

CASINA/ITALIEN: Bildungsurlaub Nr. 409103X41

TERMINE: Mo 24.6. bis Fr 28.6.24, jeweils 9.30 bis 17 Uhr
 • ORT: Italien • KOSTEN: 442,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung, Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-23-0419 vom 09.03.2023 • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1

TOSKANA/ITALIEN: Bildungsurlaub Nr. 409104X42

TERMINE: Mo 16.9. bis Fr 20.9.24, jeweils 9.30 bis 17 Uhr
 • ORT: Italien • KOSTEN: 469,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-23-0369 vom 31.03.23 • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► Fortsetzung auf der nächsten Seite



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. Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa.

➔ Niveau A1 - von Anfang an

SCHWALMSTADT: Bildungsurlaub Nr. 422101X41

TERMINE: Mo 24.6. bis Fr 28.6.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Kursmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.2 - Anfangskenntnisse erweitern

SCHWALMSTADT: Bildungsurlaub Nr. 422159X32

TERMINE: Mo 20.11. bis Fr 24.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III1A-55n-4145-0213-21-1136 • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Bildungsurlaub Nr. 422160X42

TERMINE: Mo 21.10. bis Fr 25.10.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf Nachfrage • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Kursmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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 für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 422251X32

TERMINE: Mo 4.9. bis Fr 8.9., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-23-0423 vom 29.03.2023 • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Kursmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Bildungsurlaube: Beruf & Computer

Von der Idee zur professionellen Website Mit WordPress

Teilnehmende entwickeln 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. 501351X32

TERMINE: Mo 6.11. bis Fr 10.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-23-0464 vom 31.03.2023 • LEITUNG: Christian Schreiber • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Vom Entwurf zur Druckerei Affinity Publisher, Photo und Designer

Sauberer Textsatz und die Integration anderer Standardprogramme sind die Werkzeugvoraussetzung für ein exklusives Ergebnis. In diesem Seminar lernen Sie bestehende Texte, Fotos und Illustrationen, z.B. zu Broschüren, Prospekten, Texten oder Faltkarten zu setzen oder auch Briefbögen und Visitenkarten zu entwerfen. 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. 501551X32

TERMINE: Mo 13.11. bis Fr 17.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-23-0463 vom 31.03.2023 • LEITUNG: Thilo Hadamovsky • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Visual Basic for Applications

Office-Automatisierung mit Excel 2019/2021

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.

Excel 2019/2021

Grundkurs

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

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 502051X32

TERMINE: Mo 9.10. bis Fr 13.10., 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-4145-0213-23-0259 vom 09.02.2023 • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Fit im Büro ab Office 2019/2021

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. 504850X32

TERMINE: Mo 23.10. bis Fr 27.10., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-23-0454 vom 31.03.2023 • LEITUNG: Sonia Komnick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► Je nach gewähltem Kursangebot ist der Abschluss einer Reiserücktritts- / Seminarversicherung möglich

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 502351X32

TERMINE: Mo 15. bis Fr 19.1.24, 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.



EIGENBETRIEB
Jugend- und Freizeiteinrichtungen
des Schwalm-Eder-Kreises



ideal für Gruppen

Buchenhaus
SCHÖNAU AM KÖNIGSSEE



familiär + strandnah

Haus Schwalm-Eder
WESTER-LAND SYLT



Ferienspaß + Meer

Jugendcamp Schwalm-Eder
DAHME OSEE



Natur hautnah erleben

Wildpark
NATURZENTRUM KNÜLL

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



WILLKOMMEN

Xpert Textverarbeitung 2019/2021

Word für Alltag und Beruf

Dieser Intensivkurs vermittelt eine umfassende Qualifikation für den Umgang mit dem Textverarbeitungsprogramm Word für Windows. Die erlernten Kenntnisse bedeuten eine Arbeitserleichterung im Alltag und Beruf, auf Wunsch mit Prüfung. Lernen Sie zukünftig nicht nur Ihre tägliche Korrespondenz problemlos mit dem PC zu bewältigen, sondern auch mehrseitige Dokumente und Serienbriefe mit Textbausteinen auf Basis einer Dokumentenvorlage zu erstellen. Inhalt: • Programmanpassungen vornehmen und die Hilfefunktionen nutzen • Texte erfassen, korrigieren und speichern • Einsatz von Markierungstechniken, ausgewählte Elemente einfügen, bearbeiten, suchen und ersetzen • Rechtschreibprüfung, AutoKorrektur und Silbentrennung • verschiedene Formatierungsebenen nutzen, Zeichen und Absätze formatieren • Seitengestaltung, Kopf- und Fußzeilen, mehrspaltige Abschnitte, manuelle Umbrüche • Tabellen erstellen und gestalten • Standardbrief normgerecht nach DIN 5008 gestalten • Organisation von AutoTexten/Textbausteinen • Funktionsweise des Seriendrucks. Voraussetzung: Grundkenntnisse Windows.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504050A32

BEGINN: Mo 18.09.2023, 18.30 bis 20.45 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.

Fit im Büro

Fit im Büro

Gutes für Augen und Rücken

Sitzen Sie oft viele Stunden am PC? Müssen Sie viel lesen oder in die Nähe schauen? Dann kennen Sie die Folgen: brennende oder tränende Augen, Sandkorngedühl, Kopfschmerzen, verschwommene Sicht, Nackenverspannungen. Lernen Sie, wie Sie mit einfachen Mitteln und überall Ihre Augen entlasten und entspannen können. Anstatt Kontaktlinsen bitte eine Brille mitbringen. Flache Schuhe sind von Vorteil.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 500051A32

BEGINN: Di 19.09.2023, 17.45 bis 21.00 Uhr, 2 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 36,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Wochenendkurs Nr. 500052A32

TERMIN: Sa 30.09.2023, 9.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 36,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Wochenendkurs Nr. 500053A32

TERMIN: Sa 04.11.2023, 9.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 36,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 500054A32

BEGINN: Mo 06.11.2023, 17.45 bis 21.00 Uhr, 2 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 36,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Katja Schirakowski • 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 eindeutig. Auch wenn vieles selbsterklärend zu sein scheint, gibt es doch etliches zu entdecken. Inhalt: Hilfe aus dem Internet, ein Google-Konto erstellen, Apps downloaden, Virenschutz aktivieren, Kontaktverwaltung, Musik und Bilder für unterwegs. Bitte bringen Sie Ihr Android-Smartphone oder -Tablet zum Kurs mit.



FRITZLAR: Abendkurs Nr. 501056A32

BEGINN: Do 07.12.2023, 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. 501060A32

BEGINN: Do 18.01.2024, 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. 501057A32

BEGINN: Di 12.09.2023, 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.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 501058A32

BEGINN: Di 10.10.2023, 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.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 501059A32

BEGINN: Di 12.12.2023, 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.

Computer Basiswissen

Einfach und schnell den PC nutzen

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

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 501052A32

BEGINN: Mo 18.09.2023, 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. 501053A32

TERMIN: Sa 25.11.2023, 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.



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. 501054A32

BEGINN: Do 14.09.2023, 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. 501055A32

BEGINN: Di 31.10.2023, 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.

Internet

Von der Idee zur professionellen Website

Mit WordPress

Teilnehmende entwickeln 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. 501351X32

TERMINE: Mo 6.11. bis Fr 10.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-23-0464 vom 31.03.2023 • 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 werden Themes und Plug-ins gesucht und installiert. Abschließend wird alles Nötige für die Veröffentlichung im Internet aufgezeigt. Voraussetzungen: Sichere Windows- und Internet-Kenntnisse.

MELSUNGEN: Wochenendkurs Nr. 501352A32

TERMINE: Fr 22.9., 17.45 bis 21 Uhr und Sa 23.9., 9 bis 16 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 52,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., Mobiler E-Mail Zugriff erforderlich • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Wochenendkurs Nr. 501353A32

TERMINE: Fr 12.1., 17.45 bis 21 Uhr und Sa 13.1.24, 9 bis 16 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 52,00 Euro für 12 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 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 werden Themes und Plugins gesucht und installiert. Abschließend wird alles Nötige für die Veröffentlichung im Internet aufgezeigt. Voraussetzungen: Sichere Windows- und Internet-Kenntnisse.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 501354A32

TERMINE: Do 2.11., Di 7.11. und Do 9.11., jeweils 17.45 bis 21 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 52,00 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 Effektfiltren • Kontrast und Helligkeit. Voraussetzung: Windows-Grundkenntnisse.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 501451A32

TERMINE: Mo 20.11., Mi 22.11. und Fr 24.11., jeweils 17.45 bis 21 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: Abendkurs Nr. 501452A32

TERMINE: Mo 22.1., Do 24.1. und Mo 29.1.24, jeweils 17.45 bis 21 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 85,00 Euro für 13 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Vom Entwurf zur Druckerei

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. 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. 501551X32

TERMINE: Mo 13.11. bis Fr 17.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
 • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-23-0463 vom 31.03.2023 • LEITUNG: Thilo Hadamovsky • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Kreativ am PC

Cool – Zeichnen kann so leicht sein

Für Kids ab der 5. Klasse

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-Persönlichkeiten erschaffen - alles ist möglich. Wir haben die Auswahl zwischen Papier und iPad.

FRITZLAR: Wochenkurs Nr. 501453A32

TERMINE: Mo 23.10. bis Fr 27.10., 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.

➔ Vertiefung

Die erworbenen Techniken und Fähigkeiten aus dem Einstiegskurs „Cool - Zeichnen kann so leicht sein“ werden vertieft und in der Anwendung verfeinert.

FRITZLAR: Wochenkurs Nr. 501454A32

TERMINE: Mo 23.10. bis Fr 27.10., jeweils 13 bis 16.15 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.

Von der Idee zum Papier

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-Persönlichkeiten erschaffen - alles ist möglich. Wir haben die Auswahl zwischen Papier und iPad.

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 501455A32

BEGINN: Mi 04.10.2023, 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.

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. 501456A32

BEGINN: Mi 04.10.2023, 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.



Tabellenkalkulation mit Excel

Xpert Tabellenkalkulation 2019/2021

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/pruefungen/xpert_cp/ abrufbar.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 502052A32

BEGINN: Mo 18.09.2023, 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.

**Excel 2019/2021**
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. 502051X32

TERMINE: Mo 9.10. bis Fr 13.10., 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-4145-0213-23-0259 vom 09.02.2023 • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Excel 2019/2021 Grundlagen

Sie lernen und trainieren den sicheren Umgang mit folgenden Grundfunktionen: • Aufbau und Bedienung des Programms • Dateneingabe • Formeln und Funktionen • Zahlenformate • Gestalten und Layouten von Tabellen • Drucken • Erstellen von Diagrammen. Voraussetzung: Windowskenntnisse.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 502056A32

BEGINN: Di 12.09.2023, 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.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 502057A32

BEGINN: Do 02.11.2023, 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. 502054A32

TERMINE: Sa 14.10. und So 15.10., jeweils 8 bis 14.45 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. 502053A32

TERMINE: Sa 4.11. und So 5.11., jeweils 8 bis 14.45 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 2019/2021 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 Exceleinführungskurs.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 502150A32

BEGINN: Di 12.12.2023, 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.

Excel 2019/2021 Aufbaukurs

Funktionen, Tabellen, bedingte Formatierung

Für Teilnehmende, die bereits mit Excel arbeiten und weitergehende Techniken erlernen wollen. Inhalt: • Bezugsarten in Excel • Umgang mit einfachen Funktionen • Kaufmännische, logische Funktionen, Verweise, Zeitberechnungen durchführen • Verschachteln von Funktionen • Daten sortieren und filtern • Tabellenbereiche nutzen • Bedingte Formatierungen • Benutzerdefinierte Zahlenformate • Umgang mit großen Tabellen. Voraussetzung: Kenntnisse entsprechen Exceleinführungskurs.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 502151A32

TERMINE: Sa 9.12. und So 10.12., jeweils 8 bis 14.45 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Excel 2019/2021 Aufbaukurs

Analysieren, Auswerten, Verschachteln

Für Teilnehmende, die bereits mit Excel arbeiten und weitergehende Techniken erlernen wollen. Inhalt: • Bezugsarten in Excel • Arbeiten mit mehreren Tabellen, Arbeitsmappen • Umgang mit Funktionen • Verschachteln von Funktionen • Arbeiten mit Bereichsnamen • Sortieren und Filtern von Daten • Pivot-Tabellen und Pivot-Charts • Zellen, Tabellen und Arbeitsmappen schützen • Was-wäre-wenn-Analyse. Voraussetzung: Kenntnisse entsprechen Exceleinführungskurs.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 502152A32

TERMINE: Sa 20.1. und So 21.1.24, jeweils 8 bis 14.45 Uhr
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Excel 2019/2021 - 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. 502453A32

TERMIN: Fr 20.10.2023, 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.

Funktionen, S- und WVerweis in Excel 2019/2021 Workshop

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

HOMBERG: Abendkurs Nr. 502451A32

TERMIN: Fr 01.12.2023, 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-Kompakt 2019/2021

Inhalt: • Zellen und Tabellen gestalten und formatieren • Bearbeiten von Zellen, Zeilen und Spalten • Berechnungen mit verschiedenen Funktionen • Funktionsassistent • Adressierarten (relative und absolute Adressierung) • Logische Funktionen (WENN) • Erstellen und Bearbeiten von Diagrammen • Verweisfunktionen (VERWEIS) • Schützen von Zellen und Zellbereichen • Datenbank erstellen und bearbeiten.

MELSUNGEN: Wochenendkurs Nr. 502055A32

TERMINE: Fr 15.9. und Sa 16.9., 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.

Visual Basic for Applications

Office-Automatisierung mit Excel 2019/2021

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. 502351X32

TERMINE: Mo 15. bis Fr 19.1.24, 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 2019/2021 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 erleichtern. Das ursprüngliche Datenmaterial bleibt dabei unverändert. Voraussetzung: Gute Excel-Kenntnisse.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 502452A32

TERMIN: Fr 10.11.2023, 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-Kombi-Kurse“ finden Sie in der Rubrik „Office-Anwendungen“ auf Seite 62



CAD-Anwendungen

CAD mit AutoCAD ab 202x

Einführung in das computerunterstützte Konstruieren mit AutoCAD. Inhalt: • Hardwarevoraussetzungen • Bedienungselemente und Werkzeuge • Zeichenhilfsmittel wie Raster, Fang und Objektfang • Layertechnik • Seitenlayout • Herstellen von Zeichnungsvorlagen • praktische Zeichen- und Konstruktionsübungen • Bemaßen, Beschriften und Schraffieren der Zeichenobjekte • Möglichkeiten der Druckerausgabe in verschiedenen Maßstäben. Voraussetzung: Windows-Kenntnisse.

➔ **Grundkurs**

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 503051A32

BEGINN: Di 31.10.2023, 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.

➔ **Grundlagen und Praxiskurs**

Unerfahrene und Nutzende 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. 503052A32

BEGINN: Di 31.10.2023, 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.

➔ **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 an vielen Beispielen geübt.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 503053A32

BEGINN: Do 02.11.2023, 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

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. Erkenntnisse aus Pädagogik, Hirnforschung, Assoziations- und Visualisierungstechniken etc. werden kombiniert, um ein effektives und schnelles Lernen zu ermöglichen.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 504055A32

TERMINE: Fr 10.11., Di 14.11. und Fr 17.11., jeweils 17.45 bis 21 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lernmaterial • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Für Kinder ab der Klasse 5**

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 504058A32

TERMINE: Mo 28.8., bis Do 31.8., jeweils 9 bis 11.30 Uhr, In den Ferien • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial • LEITUNG: Helga Bettenhausen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 504006A31

TERMINE: Mo 28.8., Mi 30.8. und Fr 1.9., jeweils 13 bis 16.15 Uhr, In den Ferien • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial • LEITUNG: Sonia Kornick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 504057A32

TERMINE: Mo 8.1., Mi 10.1. und Fr 12.1.24, jeweils 9 bis 12.15 Uhr, In den Ferien • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial • LEITUNG: Sonia Kornick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 504056A32

TERMINE: Mo 8.1., Mi 10.1. und Fr 12.1.24, jeweils 13 bis 16.15 Uhr, In den Ferien • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial • LEITUNG: Sonia Kornick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

10-Finger-Tastschreiben

In der Schule, privat oder im beruflichen Alltag brauchen Sie den PC und eine entsprechende Schreibfertigkeit ist von Vorteil. In diesem Kurs erlernen Sie das 10-Finger-Tastschreiben an der PC-Tastatur als zeitökonomische Eingabemethode.

GILSERBERG: Abendkurs Nr. 504053A32

BEGINN: Mi 01.11.2023, 17.30 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Hochlandhschule, Bahnhofstr. 40 a • KOSTEN: 75,00 Euro für 10 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lernmaterial, keine Entgelt ermäßigung möglich • LEITUNG: Siegfried H. Groß in Kooperation mit Stenografenverein Treysa 1925 e.V. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 504052A32

BEGINN: Di 31.10.2023, 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 Entgelt ermäßigung möglich • LEITUNG: Siegfried H. Groß in Kooperation mit Stenografenverein Treysa 1925 e.V. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Textverarbeitung mit Word

Xpert Textverarbeitung 2019/2021

Word für Alltag und Beruf

Dieser Intensivkurs vermittelt eine umfassende Qualifikation für den Umgang mit dem Textverarbeitungsprogramm Word für Windows. Die erlernten Kenntnisse bedeuten 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. 504050A32

BEGINN: Mo 18.09.2023, 18.30 bis 20.45 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.

Word - Kompakt 2019/2021

Inhalt: • Texte gestalten und bearbeiten • Kopf- und Fußzeile • Arbeiten mit Tabellen und Tabulator • Textbausteine erstellen • Formatvorlagen erstellen • Normgerechte Briefgestaltung nach DIN 5008 • Erstellen einer Briefmaske • Serienbrieffunktion.

MELSUNGEN: Wochenendkurs Nr. 504051A32

TERMINE: Fr 10.11. und Sa 11.11., 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.

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. Intensives Lerntraining in Kleinstgruppen.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504453A32

TERMIN: Fr 13.10.2023, 17.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 39,00 Euro für 5 U-Std., ab 4 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504454A32

TERMIN: Fr 24.11.2023, 17.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 39,00 Euro für 5 U-Std., ab 4 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

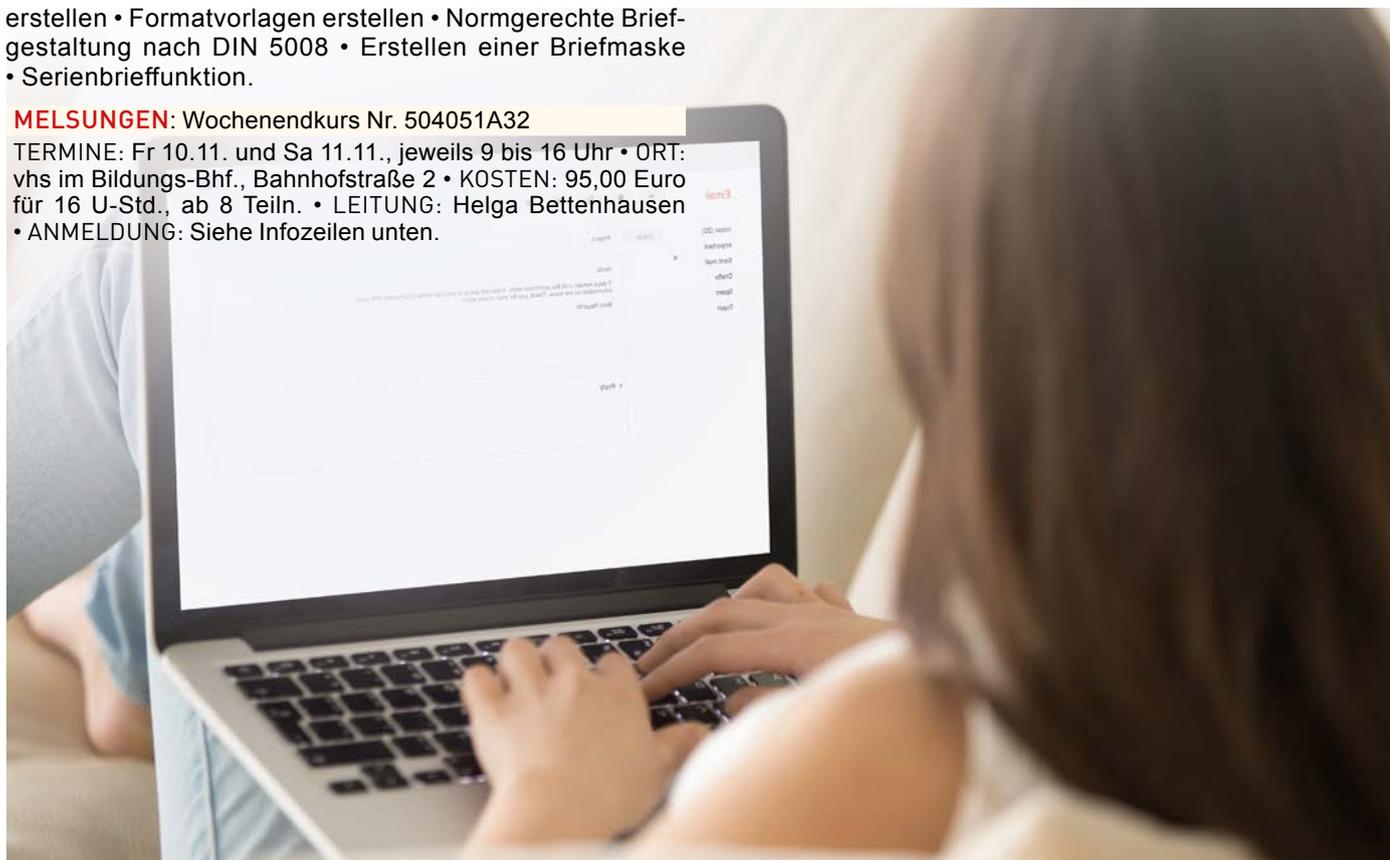
MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 504451A32

TERMIN: Fr 03.11.2023, 17.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 39,00 Euro für 5 U-Std., ab 4 Teiln. • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 504452A32

TERMIN: Fr 08.12.2023, 17.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 39,00 Euro für 5 U-Std., ab 4 Teiln. • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► „Word-Kombi-Kurse“ finden Sie in der Rubrik „Office-Anwendungen“ auf Seite 62





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 2019/2021

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. 504850X32

TERMINE: Mo 23.10. bis Fr 27.10., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-23-0454 vom 31.03.2023 • LEITUNG: Sonia Kornick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

IT-Grundlagen fürs Büro und Ehrenamt

Anhand klassischer Beispiele aus dem Büro bzw. der Ehrenamtsarbeit werden Lerninhalte vermittelt. Inhalt: • Arbeiten mit Windows • Verwalten von Dateien • Ordner anlegen • Dateien gezielt speichern, suchen, öffnen • Einführung in Word, Excel und PowerPoint • Möglichkeiten der Datensicherung • das Internet nutzen • Recherche.

MELSUNGEN: Wochenkurs Nr. 504851A32

TERMINE: Mi 13.12. bis Di 19.12., jeweils 8.30 bis 12.30 Uhr, nicht am Wochenende • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 125,00 Euro für 25 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Helga Bettenhausen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► **Auf unserer Webseite finden Sie stets aktuelle Informationen und weitere Kurse**

Kombikurs: Word, Excel, PowerPoint 2019/2021

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

MELSUNGEN: Tageskurs Nr. 504852A32

BEGINN: Fr 17.11.2023, 9.00 bis 16.00 Uhr, 3 Termine • 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 gezielt auf Ihre Notizen zugreifen und OneNote ist kostenlos verfügbar.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 509051A32

BEGINN: Di 05.12.2023, 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

Einführungslehrgang Schweißen

Schweißen für Heimwerkende und Selbermachende

Sammeln Sie erste Erfahrung zur Thematik des Schweißens. Vielleicht finden Sie den Einstieg in ein neues Berufsfeld. Dieser Lehrgang richtet sich an Heimwerkende und Bastelnde 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. 508051A32

TERMINE: Di 26.9. und Do 28.9., jeweils 17.30 bis 20.45 Uhr und Sa 30.9., 7.30 bis 14 Uhr • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • KOSTEN: 225,00 Euro für 16 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. Materialkosten 25 Euro (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Frank Wittenborn in Kooperation mit Berufliche Schulen Schwalmstadt, BBZ Marburg und BZ Kassel • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Wochenkurs Nr. 508052A32

TERMINE: Di 12.12. und Do 14.12., jeweils 17.30 bis 20.45 Uhr und Sa 16.12., 7.30 bis 14 Uhr • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • KOSTEN: 225,00 Euro für 16 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. Materialkosten 25 Euro (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Frank Wittenborn in Kooperation mit Berufliche Schulen Schwalmstadt, BBZ Marburg und BZ Kassel • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Konventionelles Drehen

Für Heimwerkende und Selbermachende

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. 508053A32

BEGINN: Di 10.10.2023, 17.30 bis 20.45 Uhr, 6 Termine, immer dienstags und donnerstags • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • KOSTEN: 156,00 Euro für 24 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. Materialkosten 30 Euro (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Frank Wittenborn in Kooperation mit Berufliche Schulen Schwalmstadt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 508054A32

BEGINN: Di 14.11.2023, 17.30 bis 20.45 Uhr, 6 Termine, immer dienstags und donnerstags • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • KOSTEN: 156,00 Euro für 24 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. Materialkosten 30 Euro (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Frank Wittenborn in Kooperation mit Berufliche Schulen Schwalmstadt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

QUALIFIZIEREN UND WEITERKOMMEN!

Gepr. Industriemeister/in IHK

Praxisnahe Aufstiegsfortbildung

Am **02.09.2023** 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 30.10.2025. (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 Industriemeister-Lehrgang

BEGINN: Sa 02.09.2023, 14-tägig an zwei Wochentagen und jeden Samstag. Jeweils 16:00 bis 19:15 Uhr und Sa 8:00 bis 13:00 Uhr (Abweichungen möglich). **ORT:** Reichspr.-Friedrich-Ebert-Schule, Schladenweg 41 **KOSTEN:** 5.500 Euro (exkl. Bücher, zzgl. aktuelle IHK-Prüfungskosten) inklusive QM-Beauftragte/r 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 Studiengrad Master.

Start (Standort Kassel): **Wochenendlehrgang 19.01.2024**
Vollzeitlehrgang 01.11.2023. Infos und Termine: www.ftk-kassel.de



Schule, Weiterbildung & Gedächtnistraining

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 Lernenden 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.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 500050A32

BEGINN: Do 02.11.2023, 19.00 bis 22.00 Uhr, 10 Termine
 • **ORT:** vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • **KOSTEN:** kostenfrei, 40 U-Std., ab 8 Teiln. • **LEITUNG:** Torsten Skibbe • **AUSKUNFT:** Tel. 05622 916126 oder E-Mail: skibbe@t-online.de • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Schulabschlüsse

Ohne Schulabschluss keine Chance im Berufsleben! Es ist aber nie zu spät, einen verpassten Abschluss nachzuholen. In Abendkursen der Volkshochschule können Sie sich auf die Abschlussprüfung vorbereiten. Die Abendkurse finden in Homberg, Schwalmstadt, Fritzlar oder Melsungen statt. Kursbeginn ist i.d.R. nach den Schulsommerferien. Hunderte von Teilnehmenden haben diese Hürde erfolgreich genommen und damit ihre Startposition verbessert. Nutzen Sie Ihre Möglichkeiten! Informationen und Anmeldung unter 05681 775-7755 bzw. -4030 bzw. -4042.

Schulabschluss mit SPass

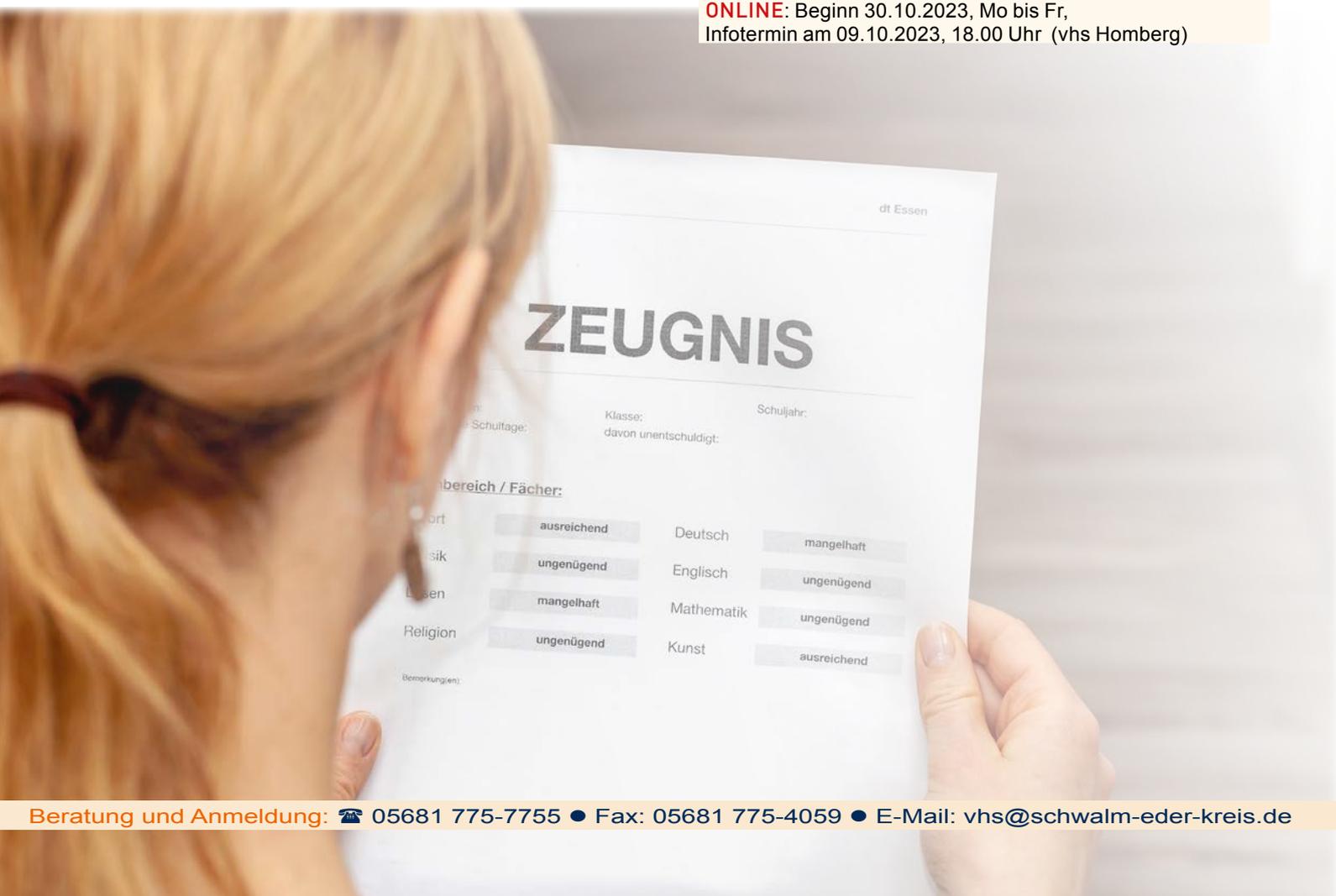
Hauptschulabschluss und Service- & Pflegeassistenten

Sie interessieren sich für den Erwerb des Hauptschulabschlusses bei gleichzeitigem Erwerb des Zertifikates „Service- und Pflegeassistenten“? Dann setzen Sie sich bitte mit uns in Verbindung. Wir beraten Sie gern und klären die Teilnahmebedingungen mit Ihnen in einem persönlichem Gespräch. Die Teilnahme ist, bei Erfüllung der Zielvorgaben, für die Teilnehmenden kostenfrei möglich. Ebenso werden die Kosten für ein hessisches Schülerticket (bei regelmäßiger Teilnahme) erstattet. Der Kurs wird gefördert durch die Projektinitiative CAREful Integration des Schwalm-Eder-Kreises im Rahmen des Förderinstruments Sozialwirtschaft integriert. Gefördert aus Mitteln des Hessischen Ministeriums für Soziales und Integration sowie durch Arbeitswelt Hessen. Ermöglicht durch das Sozialbudget.

FRITZLAR: Beginn 11.09.2023, Mo bis Fr, jeweils von 08.00 bis 13.00 Uhr**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 775-7755 und -4030. Achtung: Nächster Kursbeginn erst wieder im Sommer 2024 möglich.

ONLINE: Beginn 30.10.2023, Mo bis Fr, Infotermin am 09.10.2023, 18.00 Uhr (vhs Homberg)

Qualifizierung zur Kindertagespflegeperson

Die Kindertagespflege bietet Eltern die Möglichkeit ihre Kinder in kleinen Kindergruppen und familiärer Atmosphäre von qualifizierten Kindertagespflegepersonen betreut und in ihrer Entwicklung gefördert zu wissen. Wenn Sie Familie und Beruf vereinbaren und dabei selbstständig sein wollen, wenn Sie gerne Kleinkinder in ihrer Entwicklung begleiten und bei Ihnen zu Hause ausreichend Platz für spielende Kinder ist, ist die Tätigkeit als „Tagesmutter“ oder „Tagesvater“ genau das Richtige für Sie.

Anfang 2024 startet der neue Qualifizierungskurs zur Kindertagespflegeperson. Der kostenlose Kurs bietet Ihnen eine Qualifizierung über den Zeitraum von ca. 1 Jahr, wobei Sie schon nach der ersten Hälfte, mit Erhalt der Pflegeerlaubnis, als Kindertagespflegeperson tätig werden dürfen. Neben einer kompetenzorientierten Qualifizierung erhalten Sie das Knowhow für eine gute Kinderbetreuung. Durch die Zusammenarbeit mit der Fachberatung, praktische Einblicke in die Tätigkeit und nützliche Netzwerke rundum die Kindertagespflege werden Sie so auf dem Weg in Ihre Selbstständigkeit und darüber hinaus unterstützt. Nach Kursabschluss erhalten Sie zudem ein Zertifikat vom Bundesverband Kindertagespflege.

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 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/p/469-CAT-KAT1900243>

Weitere Informationen erhalten Sie bei:

Fortbildungen für tätige Kindertagespflegepersonen:

Anika Wolf, Tel. 05681 775-4042,

Anika.Wolf@schwalm-eder-kreis.de

Fachberatung Kindertagespflege:

Heike Schottenhammer, Tel. 05681 775-5205

Heike.Schottenhammer@schwalm-eder-kreis.de

Aus- und Weiterbildung zur Kindertagespflegeperson:

Nadine Garzaniti Tel. 05681 775-4046,

nadine.garzaniti@schwalm-eder-kreis.de

BILDUNG AM PULS DER ZEIT

Aus-, Fort- und Weiterbildungen in den Bereichen

▷ Pflege (ambulant und stationär)

▷ Führungskräfteentwicklung

▷ Therapeutische Berufe

▷ 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 24 02

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.



ASKLEPIOS
BILDUNGSZENTRUM NORDHESSEN

Informationen sowie alle Fort- und Weiterbildungen finden Sie auf unserer Webseite:

www.asklepios-fuw-hessen.de

[asklepios_bzg_nordhessen](https://www.instagram.com/asklepios_bzg_nordhessen) / www.facebook.com/bzgnordhessen



Museen im Schwalm-Eder-Kreis

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

Weitere Informationen, wie Ansprechpartner, Öffnungszeiten, Kontaktadressen und Internetadressen finden Sie Online.

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: Dr. Dirk Richhardt (S. 6); Hessischer Volkshochschulverband (S. 36); vhs Schwalm-Eder (S. 49); Bildlizenzen von Shutterstock.com (alle anderen)
 Druck: WIRmachenDRUCK GmbH, Backnang

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 2023

Kursbeginn: Fortsetzungskurse nach den Sommerferien
 Neue Kurse ab 11. September

Schulferien

Herbstferien: 23. bis 29. Oktober 2023
 Weihnachtsferien: 27. Dezember 2023 bis 14. Januar 2024

Während der Ferien finden in der Regel keine vhs-Kurse statt. Ausnahmen nach Vereinbarung. Alle Angaben ohne Gewähr.

Je nach gewähltem Kursangebot ist der Abschluss einer Reiserücktritts- / Seminarversicherung möglich.

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 775-7755, Fax: 05681 775-4059, 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 775-7755

- 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, 34574 Homberg (Efze) oder faxen Sie an 05681 775-4059**

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.



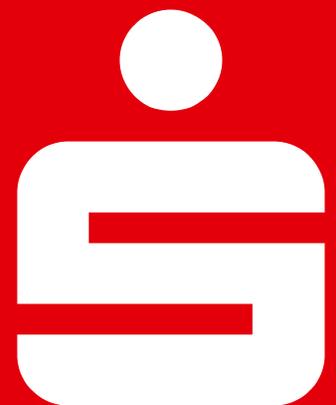
50.000 Bäume für die Region.

**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**