

**1. Halbjahr 2024
Neue Kurse
ab 12. Februar**

Kooperation

Gemeinsam besser werden.





Landrat Winfried Becker



In eigener Sache

Sehr geehrte Mitbürgerinnen und Mitbürger!

Kooperation heißt Austausch, Arbeitsteilung und Vernetzung. Sowohl im Job als auch im gesellschaftlichen Zusammenleben oder im privaten Bereich ist Kooperation stets eine Bereicherung, denn durch Kooperation lassen sich gemeinsam(e) Ziele meist leichter erreichen, Herausforderungen lösen und Innovationen fördern.

Kooperation:

Kooperation eröffnet die Möglichkeit, gemeinsam stärker zu sein und weiter zu kommen. In einer Welt, die sich ständig weiterentwickelt und zunehmend vernetzt ist, wird die Kompetenz der Kooperation immer wichtiger. Ob in Unternehmen, Gemeinschaften, zwischen Ländern oder in unseren persönlichen Beziehungen: Kooperation kann Brücken bauen, Perspektiven weiten und Horizonte öffnen.

Gemeinsam...

Durch Kooperation können Wissen und Erfahrung geteilt und Ressourcen gemeinsam besser genutzt werden. Durch gegenseitige Wertschätzung und Unterstützung können neue Kursangebote entstehen, bestehende gestärkt und regional angeboten werden. Die Volkshochschule Schwalm-Eder kooperiert seit jeher mit unterschiedlichen lokalen und überregionalen Akteuren. Damit lässt sich zum einen ein flächendeckendes und breites Angebot, als auch die Qualität der Angebote sicherstellen. So zum Beispiel mit verschiedenen Kursanbietern in den Bereichen der Gesundheitsbildung, Frauenbildung, Erziehung, Kultur oder im Bereich „Online-Kurse“, um nur einige zu nennen.

Die Zusammenarbeit auf Augenhöhe mit Akteurinnen und Akteuren aus der Region hat für mich einen hohen Stellenwert. Dafür steht unsere Volkshochschule zu den verschiedensten Themenbereichen zur Verfügung. Das Angebot für Kooperationen besteht für einzelne Akteure, für Initiativen und natürlich auch für Vereine. Neben der mit der vhs eng verzahnten Koordinierungsstelle Ehrenamt im Schwalm-Eder-Kreis will auch die Volkshochschule ein starker Partner und Unterstützer der Vereine im Landkreis sein. Ich kann Sie als Akteurinnen und Akteure nur ermutigen

den Kontakt aufzunehmen und nach passgenauen Angeboten zu fragen.

besser...

Kooperation fördert somit nicht nur Effizienz, sondern auch Innovation, da sie die Vielfalt der Ideen und Perspektiven nutzt. In einer Zeit, in der viele globale Herausforderungen wie Klimawandel, soziale Ungerechtigkeit und Krisen unterschiedlichster Art vor uns liegen, ist „Netzwerken“ auch ein Garant für ein besseres gesellschaftliches Miteinander.

werden.

Um Lösungen zu finden, die für alle von Nutzen sind, ist die Volkshochschule Schwalm-Eder daran interessiert, weitere Kooperationen einzugehen. Wenn Sie - als Initiative, Verein, Betrieb oder regionaler Akteur – die positiven Synergien einer Kooperation nutzen möchten – nehmen Sie Kontakt zur Volkshochschule Schwalm-Eder auf und lassen Sie uns „Gemeinsam besser werden“.

Auch die Volkshochschule wird von kooperativen Prozessen geleitet, was sich nicht zuletzt in der Möglichkeit der Mitbestimmung ausdrückt, 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



Dr. 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



Johana Dudichum
Deutsch Einstiegs-
Angebote
Tel. 05681 775-4047



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, Widerrufsrecht, 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 Stückrad
Schulabschlüsse, Kinder-
tagespflege, Gesellschaft
Tel. 05681 775-4041



Marlen Lesch
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



A

Achtsamkeit 28
Acrobat 53, 58
Acryl 17, 18
Affinity 53, 58
Ägypten 6
Alphabetisierung 37
Android 56
Ansprechpersonen 3
Aqua-Fitness 31
Aqua-Jogging 32
Arabisch 15, 35, 48
Asian Streetfood 32
Atelier 17
Augen 64
Ausbilderlehrgang 61
Außenstellen 21
AutoCAD 60
Autogenes Training 24

B

Babyschwimmen 32, 34
Backen 22
Bärlauch 33
BBP-Training 28
Betreuungsrecht 7, 14
Betriebswirt 61
Bewegung 11, 24-33
Bierbrauen 23
Bildbearbeitung 57
Bildungsurlaub 52-53
Biodanza® 24
Body-Forming 29
Boogie Woogie 16
Book Club 20
Brot 22
Bulgarisch 48

C

CAD-Anwendungen 60
Callanetics® 3
CERN 10
Cha-Cha-Cha 16, 17
Chinesisch 35, 48
Computer 56
Curry 15, 33

D

Dance-Workout 29
Designer 53, 58
Deutsch 36-38
Digitales Notizbuch 63
Discofox 16, 17

E

Edersee 10
Ehrenamt 12-13, 14
Einbürgerungstest 36
Einstufungstest 36
Englisch 15, 39-42, 52
Entspannung 11, 24-25
Entwicklungsförd. 34
Erste Hilfe 13
Essen 32-33
Excel 53, 58-60, 62-63

F

Fachschule f. Techn. 61
Familienforschung 8
Familienzentrum 35
Fantasiereise 25
Forschung 10
Fotografie 18
Französisch 42-43, 52
Franz. Küche 32
Frauenbildungsreise 9
Frischluftsport 29

G

Ganzkörpertrain. 28, 30
Gebäck 22
Gebärdensprache 49
Gedächtnistraining 11
Geschichte 6-7
Gestaltung 17-18
Gewürze 15, 33
Glücks-Workshop 9
Goldschmieden 19
Grafik 17-18
Grundbildung 38
Gudensb. Kleinbahn 6
Gymnastik 30

H

Handwerkskunst 22-23
Hatschepsut 6
Hauptschulabschl. 64
Hefeflechtgebäck 22
Hefeteig 22
Heimatkunde 6-7
Heimwerken 64
Holzbildhauerei 19
Holzkohle 23
Homöopathie 7

I

Illustrator 53, 58
Impressum 66
Indesign 53, 58
Industriemeister 61
Infektionsschutz 13, 14
Integrationskurse 36
Italienisch 43-46, 52

J

Japanisch 15, 49
Jive 16, 17

K

Kaufrecht 7, 14
Kinästhetik 28
Kindertagespflege 65
Kleinbahn 6
Kochen 32
Köhlern 23
Kommunikat. 8, 9, 12, 14
Kompetenztraining 11
Königreich Westphalen 6
Kroatisch 49
Kurssystem Sprachen 37

L

Lach-Yoga 27
Landwirtschaft 10
Lateintanz 16
Lesen 38
Literatur 20
Logistikmeister 61

M

Macarons 22
Malen 17-18, 34
Meditation 27, 28
Metalza® 30
Metrologie 10
Mitgliedergewinnung 13
Mobile Geräte 56
Museen 66
Musik 20

N

Nachbarrecht 8, 14
Nähen 18, 19, 35
Naturfotografie 10
Neurographik 18
Niederländisch 50
Niveaustufen 37

O

Office-Anwend. 62
OneNote 63
Online-Kurse 14-15
Outlook 53, 62, 63

P

Patientenverfügung 8
Paul Scherrer Institut 10
PC 56
Permakultur 10
Persönlichkeitsentw. 8, 9
Pfeffer 15, 33
Philosophie 9
Phys.-Tech. Bundesan. 10
Photo (Affinity) 53, 58
Photoshop 53, 57, 58
Pilates 28, 30
Pivot-Tabellen 59
Plunder-Snacks 22
Polnisch 50
Porzellanmalerei 19
PowerPoint 53, 62, 63
Progr. Muskelentspan. 24
Projektmanagem. 63
Publisher 53, 58

Q

Qigong 27

R

Radtour 6
Raqs Scharqi 16
Rücken 28, 64
Russisch 50

S

Salz 15, 33
Schärfen 23
Schmieden 23
Schreiben 38
Schulabschluss 64
Schwedisch 50
Schweißen 64
Segelfliegen 31
Selbstmanag. 8, 9
Serienbriefe 61
Smartphone 56
Smoothies 32
Spanisch 15, 46-47, 53
Spielen 34
Sprechen 8
Standardtanz 16
Stein 22

Step-Aerobic 30
Stimme 8, 20
Stressbewältig. 27, 52
Stricken 19, 34
Super Callanetics® 31

T

Tabellenkalkul. 54, 58-60
Tablets 56
Tai Chi 27
Tanzen 16-17
Tastings 15
Tastschreiben 35, 62
Technik 10
Textverarbeitung. 55, 60, 61
Torten 22
Traumreise 24
Trinken 32-33
Tropho-Training® 25
Türkisch 51

U

Ukrainisch 51
Ukulele 20

V

Verbraucherfragen 7, 8
Versicher.-schutz 13, 14
Visual Basic 53, 60
Vorsorgevollmacht 8, 14

W

Walzer 16, 17
Wanderung 9
Webseite 53, 57
Wein 32, 33
Widerrufsrecht 66
Wildblumen 10
Wilde Smoothies 32
Word 53, 55, 60-63
WordPress 53, 56, 57

X

Xpert 54, 55, 58, 60, 61

Y

Yoga 26, 27, 28

Z

Zeichnen 18, 34, 57, 58

Gesellschaft & Leben

6-13

	Geschichte u. Heimat	6
	Verbraucherfragen	7
	Selbstmanag. u. Kommun.	8
	Philosophie	9
	Technik u. Forschung	10
	Garten u. Umwelt	10
	Bewegung u. Gedächtnis	11
	Ehrenamt	12

Kultur & Kreativität

16-20

	Tanzen	16
	Malerei u. Gestaltung	17
	Textiles Gestalten	18
	Plastisches Gestalten	19
	Musik u. Literatur	20

Gesundheit & Fitness

24-33

	Entspannung	24
	Yoga	26
	Tai Chi u. Qigong	27
	Meditation	28
	Bewegung u. Fitness	28
	Bewegung im Wasser	31
	Essen u. Trinken	32

Sprachen & Kommunikation

36-51

	Deutsch	36
	Englisch	39
	Französisch	42
	Italienisch	43
	Spanisch	46
	Sprachen spezial	48

Beruf & Computer

54-65

	Xpert-Kurssystem	54
	Computer Basiswissen	56
	Mobile Geräte	56
	Internet	56
	Layout u. Kreativität	57
	Tabellenkalkulation	58
	CAD-Anwendungen	60
	Textverarbeitung	60
	Tastschreiben	62
	Office-Anwendungen	62
	Gesund im Büro	64
	Heimwerken	64
	Schule	64
	Kindertagespflege	65

Und sonst

Online-Kurse	14
Musikschulen	20
Geschäftsstellen	21
Handwerkskunst	22
Junge vhs	34
Familienzentrum	35
Einbürgerungstest	36
Bildungsurlaube	52
Museen	66
Widerrufsrecht	66
AGB, Anmeldungen	67

Geschichte und Heimatkunde

Ägypten - Das Land der Pharaonen

Hatschepsut-Tempel, das Millionenjahrhaus

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

HOMBERG: Vortrag Nr. 101002L41

TERMIN: Sa 24.02.2024, 10.00 bis 12.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 13,50 Euro für 3 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Ahmed Sibak • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Geführte Radtour entlang der ehemaligen Gudensberger Kleinbahn

Spurensuche und Erläuterungen zur Kleinbahn

Bei der geführten Radtour entlang der ehemaligen Kleinbahn wird zunächst auf die noch vorhandenen Spuren der Bahngeschichte hingewiesen. Außerdem wird auf die Beweggründe zur Errichtung der Kleinbahn, die entlang der Strecke errichteten Bauwerke und Gleisanlagen, die auf der Strecke verkehrenden Lokomotiven und Triebwagen, die unterschiedlichen Phasen ihrer Existenz und letztlich auf die Gründe des Niedergangs eingegangen. Dabei wird den Teilnehmenden eine Vielzahl an Bild- und Grafikmaterial vorgestellt.

GUDENSBERG: Exkursion Nr. 101003V41

TERMIN: Sa 27.04.2024, 14.00 bis 16.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Ehemaliges Bahnhofsgebäude, Bahnhofsstraße • KOSTEN: 12,00 Euro für 3 U-Std., ab 6 Teiln., Treffpunkt vor dem ehemaligen Bahnhofsgebäude Gudensberg, Stadtseite • LEITUNG: Wilfried Bernhardt • AUSKUNFT: Tel. 05665 5839 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

GUDENSBERG: Exkursion Nr. 101012V41

TERMIN: Sa 08.06.2024, 14.00 bis 16.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Ehemaliges Bahnhofsgebäude, Bahnhofsstraße • KOSTEN: 12,00 Euro für 3 U-Std., ab 6 Teiln., Treffpunkt vor dem ehemaligen Bahnhofsgebäude Gudensberg, Stadtseite • LEITUNG: Wilfried Bernhardt • AUSKUNFT: Tel. 05665 5839 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

„Davon haben wir nichts gewusst!“

Die Folgen des Machtantritts der Nazis in der Region

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 politische Gefangene 1933. Neben den beiden Vortragsabenden, jeweils Dienstagabend in der Gesamtschule Gudensberg, wird an einem Samstag als Ergänzung zum Vortrag ein historischer Spaziergang auf dem Gelände der Klosteranlage Breitenau/Guxhagen angeboten.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 101005V41

TERMINE: Di 20.2. und Di 27.2.24, jeweils 19 bis 20.30 Uhr und Sa 24.2.24, 14 bis 15.30 Uhr • ORT: Dr.-G.-A.-Zinn-Schule, Schwimmbadweg 30 • KOSTEN: 30,00 Euro für 6 U-Std., ab 5 Teiln., Kurs mit historischem Spaziergang • LEITUNG: Wilfried Bernhardt • AUSKUNFT: Tel. 05665 5839 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Die Geschichte der Gudensberger Kleinbahn 1897 - 1979

Die Eisenbahn als Garant von Mobilität und wirtschaftlichem Aufschwung

In der Stadt Gudensberg erinnern das Straßenschild „Bahnhofsstraße“ und ein in die Jahre gekommenes Bahnhofsgebäude daran, dass auch in der ländlichen Region des Chattengaus einstmalig Eisenbahnzüge fuhren. Der dreiteilige Vortrag geht den Fragen nach der Entstehung, den Besitzverhältnissen, der Streckenführung, den Bauwerken und Gleisanlagen, aber auch den Höhen und Tiefen der 80-jährigen Existenz der Kleinbahn nach und spürt Relikte aus dieser Ära der Kleinbahn auf. Neben den beiden Vortragsabenden, jeweils Donnerstagabend in der Gesamtschule Gudensberg, wird an einem Samstag als Ergänzung zum Vortrag eine geführte Radtour entlang der Strecke der Kleinbahn angeboten.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 101004V41

TERMINE: Do 18.4. und Do 25.04.24, jeweils 19 bis 20.30 Uhr und Sa 20.4.24, 14 bis 16.30 Uhr • ORT: Dr.-G.-A.-Zinn-Schule, Schwimmbadweg 30 • KOSTEN: 28,00 Euro für 7 U-Std., ab 6 Teiln., Kurs mit geführter Radtour • LEITUNG: Wilfried Bernhardt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Die Kasseler Region und der Modellstaat Königreich Westphalen

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

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 101006V41

BEGINN: Di 12.03.2024, 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.

Die deutsche Revolution von 1848

„Als die Fürstenmacht wankte“

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

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 101009V41

BEGINN: Do 15.02.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 3 Termine • ORT: Dr.-G.-A.-Zinn-Schule, Schwimmbadweg 30 • KOSTEN: 20,00 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



Der Aufstieg der NSDAP in der Kasseler Region ab 1929

„Als die Freiheit der Demokraten ihr Ende nahm“

An den Veranstaltungsabenden werden folgende Aspekte behandelt: • Die Folgen der Weltwirtschaftskrise für die Politik • Eine Wahlergebnisanalyse einzelner Gemeinden im Schwalm-Eder-Kreis und der Stadt Kassel zwischen 1928 und 1932 • Der Aufstieg der NSDAP anhand von Veranstaltungen in der Region • Die Machtübernahme durch die Nazis, die Errichtung der Diktatur und die Verfolgung politischer und rassistischer Feinde der Nazis.

GUDENSBURG: Abendkurs Nr. 101007V41

BEGINN: Do 07.03.2024, 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.

Revolution 1918/19 und ihre Auswirkungen auf die Kleinstadt Gudensberg;

Kaiserreich, Revolution und Anfänge der Republik

Behandelt werden, unter Berücksichtigung der „Gudensberger Zeitung“, folgende Aspekte: • Die sozialen und kulturellen Milieus der Kleinstadt • Die Endphase des Krieges und die Revolution im Spiegel der Lokalpresse • Die Wahlen von 1919; Kommunalwahlen und Reichstagswahlen • Der Versailler Vertrag im Spiegel der Lokalpresse.

GUDENSBURG: Abendkurs Nr. 101008V41

BEGINN: Di 16.04.2024, 19 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.

Deutsche Geschichte

Für Geschichtsinteressierte und Ehrenamtliche

Das Seminar wird sich mit den besonderen Feldern der Geschichte beschäftigen. So werden Themen wie Kreuzzüge und Ordensgründungen, Rechtsgeschichte, Bauernkriege und Hexenverfolgungen untersucht, auch Kunst und Kultur sollen einfließen und auch Heraldik oder das Geheimnis der Beinamen. Weitere Themen können von den Kursteilnehmenden festgelegt werden.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 101010V41

BEGINN: Mo 11.03.2024, 19.30 bis 21.00 Uhr, 8 Termine, 14-tägig • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 35,20 Euro für 16 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Dr. Dirk Richhardt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Hessische Geschichte und Landeskunde

Für Geschichtsinteressierte und Ehrenamtliche

Das Seminar beschäftigt sich mit verschiedenen Problemen der hessischen Landesgeschichte und Landeskunde. Dabei werden Eckpunkte der hessischen Geschichte aufgegriffen, etwa die Gründung des Landes Hessen, die Reformation oder der Übergang an Preußen 1866. Ziel ist es einen Überblick über die Geschichte des Landes zu gewinnen und dabei auch Quellen und Literatur kennenzulernen.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 101011V41

BEGINN: Mo 11.03.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 8 Termine, 14-tägig • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 35,20 Euro für 16 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Dr. Dirk Richhardt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Verbraucherfragen

Informationsveranstaltung „Betreuungsrecht“

Für ehrenamtlich Betreuende und Interessierte

Nach dem Betreuungsgesetz kann hilfebedürftigen Menschen eine gesetzliche Betreuung zur Seite gestellt werden. Diese Informationsveranstaltung zeigt den Inhalt des Betreuungsgesetzes und seine Hilfsmöglichkeiten auf und führt in die Aufgaben, Rechte und Pflichten einer betreuenden Person ein. Des Weiteren gibt es Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch sowie eine offene Fragerunde.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104002V41

TERMIN: Di 30.01.2024, 18.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Matthias Wagener in Kooperation mit AWO-Betreuungsverein Homberg (Efze) und Betreuungsverein Schwalm und Eder e.V. (Schwalmstadt) • AUSKUNFT: Tel. 06691 96230 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104003V41

TERMIN: Di 26.03.2024, 18.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Matthias Wagener in Kooperation mit AWO-Betreuungsverein Homberg (Efze) und Betreuungsverein Schwalm und Eder e.V. (Schwalmstadt) • AUSKUNFT: Tel. 06691 96230 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104004V41

TERMIN: Di 28.05.2024, 18.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Matthias Wagener in Kooperation mit AWO-Betreuungsverein Homberg (Efze) und Betreuungsverein Schwalm und Eder e.V. (Schwalmstadt) • AUSKUNFT: Tel. 06691 96230 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Die Homöopathische Haus- und Reiseapotheke

In diesem Vortrag lernen Sie praxisbewährte homöopathische Medikamente zur Erstversorgung bei Beschwerden wie z.B. Verbrennungen, Insektenstichen, Magen-Darm-Infekten oder Herpes kennen. Die homöopathischen Medikamente sind nebenwirkungsfrei und unterstützen die körpereigene Immunabwehr.

HOMBERG: Vortrag Nr. 303001H41

TERMIN: Mo 13.05.2024, 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.

Rechtliche Fragen im Alltag: Kaufrecht

Einführung in rechtliche Grundlagen

Der Vortrag thematisiert alltägliche rechtliche Fragen rund um das Thema Kaufrecht. Laien kennen Begriffe wie „Widerruf“ oder „Gewährleistung“, wissen aber oft nicht genau, was diese bedeuten. Internetaufkäufe stellen uns oft vor Herausforderungen. Fragen wie „Brauche ich wirklich einen Kassenbon beim Umtausch?“, „Muss ich einen Gutschein akzeptieren, wenn ich Ware zurückgebe?“, aber auch der Unterschied zwischen Garantie und Gewährleistung oder Mängelrechte können geklärt werden.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 103001V41

TERMIN: Do 29.02.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 12,00 Euro für 3 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Aaron Albrecht • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Rechtliche Fragen im Alltag: Nachbarrecht

Einführung in rechtliche Grundlagen

Der Vortrag thematisiert rechtliche Fragen rund um das Thema Nachbarrecht. Alltägliche Situationen werden humor- und anspruchsvoll erläutert. Es geht um Grenzprobleme, Lärm, Unterlassungs- oder Beseitigungsansprüche, Parkproblematiken und andere Sachverhalte, die häufig vorkommen.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 103002V41

TERMIN: Do 18.04.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 12,00 Euro für 3 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Aaron Albrecht • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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 Homberg (Efze) und der Betreuungsverein Schwalm und Eder e.V. bieten Ihnen weitreichende Informationen zum Thema „Vorsorgevollmacht“. Formulare werden kostenlos zur Verfügung gestellt.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104005V41

TERMIN: Di 27.02.2024, 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. (Schwalmstadt) • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104006V41

TERMIN: Di 30.04.2024, 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. (Schwalmstadt) • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104007V41

TERMIN: Di 25.06.2024, 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. (Schwalmstadt) • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Einführung in die Familienforschung

Familienforschung ist ein spannendes Thema für Jung und Alt. Hierbei wird versucht mit viel Zeit und Ausdauer ein riesengroßes Familienpuzzle zu lösen. Im Kurs wird über die Quellenlage informiert. Neben Kirchenbüchern und Standesamt Unterlagen gibt es eine Vielzahl anderer Quellen, die heutzutage im Internet zugänglich sind. Es wird dargestellt, wie Daten mit entsprechenden Computerprogrammen erfasst, ausgewertet und aufbereitet werden können. Der Kurs ist mit praktischen Übungen verbunden, daher sollten Interessenten möglichst einen Zugang zum Internet, sowie Basiskenntnisse im Umgang mit Internetsuchmaschinen haben und E-Mails empfangen können.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 101001V41

BEGINN: Di 16.04.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 4 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 37,60 Euro für 8 U-Std., ab 5 Teiln., Die Kursteilnehmenden sollten über einen Internetzugang verfügen. • LEITUNG: Dr. Helmut Hennighausen und Ralf Vonhold • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Selbstmanagement und Kommunikation

Infoabend: Persönlichkeitsentwicklung

Mich und andere besser verstehen lernen

Fragen Sie sich auch manchmal: Warum passiert mir das immer wieder? Warum habe ich Probleme in meiner Beziehung mit anderen Menschen? Kann es sein, dass Sie sich nicht richtig verstanden fühlen? Das könnte an unbewussten Mustern oder destruktiven Denkweisen liegen, die uns und unsere zwischenmenschlichen Beziehungen oft blockieren.

Bei diesem Informationsabend werden folgende Themen besprochen: Soziale Kompetenz in zwischenmenschlichen Beziehungen, Selbstbewusstsein und das innere Kind und dessen Auswirkungen.



MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 106004V41

TERMIN: Di 12.03.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 13,50 Euro für 3 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Nicole Hildebrand • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 106005V41

TERMIN: Di 04.06.2024, 17.00 bis 19.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 13,50 Euro für 3 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Nicole Hildebrand • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Einstiegskurs Gesundes Sprechen

Stimmkraft entdecken

Dieser Kurs richtet sich an Erwachsene, die ihre Stimme regelmäßig nutzen und verbessern wollen. Ziel ist es, die Stimme gesünder und sicherer zu machen, damit sie langfristig kraftvoll und klar eingesetzt werden kann. Es werden Übungen vermittelt, die einfach in den Alltag integriert werden können und mehr Ausdruckskraft und Sicherheit im Sprechen bringen. Durch das Entdecken der persönlichen stimmlichen Möglichkeiten und die Anwendung spezifischer Techniken kann eine neue, resonanzreiche Klangqualität erzeugt werden und Heiserkeit und Nervosität reduziert werden.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 111001V41

TERMIN: Sa 16.03.2024, 10.00 bis 14.00 Uhr, 1 Termin • ORT: DGH Frankenhain, Landgraf-Karl-Str. 31 • KOSTEN: 22,50 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Eva Maria Balkenhol • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Gesundes Sprechen

Stimmkraft entdecken

Das Training ist darauf ausgelegt, dass auf Dauer gesünder und sicherer gesprochen werden kann, damit die Stimme stark und klangvoll bleibt. Im Kurs wird ein erfahrener Stimmcoach Übungen anleiten, die sich einfach in den Alltag integrieren lassen. Die Teilnehmenden erlangen mehr Ausdruckskraft und Sicherheit im Sprechen.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 111002V41

BEGINN: Mi 21.02.2024, 15.00 bis 16.00 Uhr, 13 Termine • ORT: DGH Frankenhain, Landgraf-Karl-Str. 31 • KOSTEN: 76,50 Euro für 17 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Eva Maria Balkenhol • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Glücks-Workshop

Was ist Glück? In diesem Wochenend-Workshop beschäftigen sich die Teilnehmenden intensiv mit dem Thema des individuellen Glücklichseins. Es gibt informative Einblicke und Erkenntnisse aus der Glücksforschung und die Teilnehmenden erlernen neben dem Hintergrundwissen zum Thema Glück, Zufriedenheit und Lebensfreude auch konkrete Übungen, die im Alltag genutzt werden können. Unterschiedliche glücksfördernde Aktivitäten werden vorgestellt und Schritt für Schritt verstehbar und erlebbar gemacht. Aktive Übungen und ruhige Entspannungsmomente wechseln sich ab. Mit den Informationen und den verschiedenen Erkenntnissen aus dem Glücks-Workshop können positive Energie und Lebensfreude für den Alltag gewonnen werden.

FRITZLAR: Wochenendkurs Nr. 106002V41

TERMINE: Sa 23.3. und So 24.3.24, jeweils 11.30 bis 15.30 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 45,00 Euro für 10 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Daniela Schleicher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FrauenLeben in Bremen

Frauenbildungsreise nach Bremen



Wie leben und arbeiten Frauen in Bremen früher und heute? Im Rahmen der Frauenbildungsreise erkunden wir unter geschichtlichen, politischen und kulturellen Aspekten die norddeutsche Hansestadt. Wir besuchen aktuelle und historische Schauplätze des Wirkens von Frauen. Der Reisepreis ist inklusive Fahrt mit einem Reisebus, Übernachtung im Einzelzimmer mit Frühstück im zentral gelegenen Hotel und einem

gemeinsamen Abendessen sowie Führungen in der Stadt und an ausgewählten Orten.

BREMEN: Studienfahrt Nr. 170402V41

TERMINE: So 23.6., 7.30 Uhr bis Di 25.6.24, 21 Uhr, Anmeldeabschluss: 05.05.2024 • KOSTEN: 260,00 Euro für 54 U-Std., ab 35 Teiln. • LEITUNG: In Kooperation mit dem Büro für Frauen und Chancengleichheit des Schwalm-Eder-Kreises und Arbeit und Leben Nordhessen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Die Chefin im eigenen Leben sein

Ich trete für meine Bedürfnisse ein

Eine Abendveranstaltung anlässlich des Internationalen Frauentages mit ImproKS und Büro f. Seien Sie es sich wert, gehört zu werden und für Ihre Bedürfnisse einzustehen. Im Vortrag lernen Sie Ihre persönlichen Werkzeuge kennen, um ausgeglichen, selbstverantwortlich und souverän Ihre Ziele zu erreichen. Gestalten Sie mit Klarheit, Achtsamkeit und Kreativität Ihren Alltag und lernen sich besser kennen, damit Sie Ihr eigenes Potential zur Entfaltung bringen und Ihren Selbstwert anerkennen. Kommen Sie so vom Reagieren zum Agieren und erkennen Sie die Chancen von Veränderungen.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 170401V41

TERMIN: Fr 08.03.2024, 19.00 bis 21.45 Uhr, 1 Termin, Anmeldeabschluss: 23.02.2024 • ORT: Stadthalle, Ziegenhainer Str. 19 a • KOSTEN: 18,00 Euro für 2 U-Std., ab 20 Teiln., inklusive ein Glas Sekt • LEITUNG: Monika Finkbeiner-Stein und ImproKS, in Kooperation mit dem Büro für Frauen und Chancengleichheit Schwalm-Eder und Arbeit und Leben Nordhessen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Gestaltung der Tagesplanung mit dem Biorhythmus

Methoden aus dem Zeit- und Selbstmanagement

Dieser Workshop vermittelt Einblicke in das Thema des menschlichen Biorhythmus und der Leistungskurve. Die Teilnehmenden lernen Methoden aus dem Zeit- und Selbstmanagement kennen, um mit konkreten Übungen die persönlichen Hoch- und Tiefphasen ausfindig zu machen und zielgerichtet im (Arbeits)-Alltag zu nutzen. Ebenso geht es in diesem Workshop um einen bewussten Umgang mit der eigenen Zeit und es werden Optionen aufgezeigt, wie die „Aufschieberitis“ im Alltag überwunden werden kann. Außerdem werden unterschiedliche Kurz-Entspannungsübungen vorgestellt, die im Alltag als „Entspannung für zwischendurch“ umgesetzt werden können, um so neue Energie zu tanken.

FRITZLAR: Tageskurs Nr. 106001V41

TERMIN: Sa 24.02.2024, 11.00 bis 15.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 25,50 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Daniela Schleicher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Philosophie

Philosophischer Stammtisch

Information, Bildung, Persönlichkeitstraining

„Wir wachsen stets aus einer Kindheit heraus, so alt wir auch sein mögen und sind nie Menschen geworden, bis wir zu Ende gelebt haben“ (G. Herder). Zu unserem philosophischen Stammtisch sind alle herzlich eingeladen. Die Themen werden gemeinsam festgelegt.

MELUNGEN: Vormittagskurs Nr. 108001V41

BEGINN: Sa 09.03.2024, 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.

Wanderung vor dem Aschenberg mit philosophischen Gesprächen

Was sind Stoiker? Kann die Haltung uns heute noch inspirieren?

Diese philosophische Wanderung soll uns das Denken und die praktische Lebenshaltung vor allem von Marc Aurel, Epiktet und Seneca nahebringen. Ihr Denken hat bis heute über die neuzeitlichen Philosophen Descartes, Leibniz, Spinoza und Kant nachgewirkt. Beim Wandern werden wir auch ein Auge für die Landschaft und die Pflanzen am Wege haben.



KNÜLLWALD: Tageskurs Nr. 108002V41

TERMIN: Sa 04.05.2024, 13.00 bis 18.15 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.

Technik und Forschung

Forschung live erleben

Von der Quantenphysik bis zur Relativitätstheorie

Um die kleinsten Bausteine der Materie zu untersuchen oder in die entferntesten Galaxien zu blicken, muss man oft besonders große Messeinrichtungen, Detektoren oder Teleskope bauen. Besondere Forschungseinrichtungen sind sicher das CERN und das Paul Scherrer Institut (PSI) in der Schweiz. Begleiten Sie uns auf einer außergewöhnlichen naturwissenschaftlichen Reise und die weltweite Forschergemeinschaft von Naturwissenschaftlern auf der Suche nach Antworten. Ob es der Nachweis kleinster Teilchen oder die Antwort nach Raum und Zeit ist – beides gibt uns Einblicke in die Entstehungsgeschichte unseres Universums und eröffnet Horizonte. Für den geplanten Reiseverlauf können Sie bei Interesse eine gesonderte Ausschreibung anfordern.

SCHWEIZ: Studienfahrt Nr. 500050A42

TERMIN: So 29.9., 8 Uhr bis Di 1.10.24 ca. 21 Uhr, 3 Termine
• KOSTEN: ca. 300,00 Euro/Person für 47 U-Std., ab 40 Teiln., inklusive Fahrtkosten und Übernachtung im DZ mit HP (ca. 50 Euro Aufpreis im EZ). Keine Ermäßigung möglich. Mindestalter 16 Jahre. • LEITUNG: Franz Drescher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Die Physikalisch-Technische Bundesanstalt Nationales Metrologieinstitut

Die Physikalisch-Technische Bundesanstalt (PTB) gehört weltweit sicher zu den Top-Adressen bei der Metrologie. Als das nationale Metrologieinstitut Deutschlands ist die PTB oberste Instanz bei allen Fragen des richtigen und zuverlässigen Messens. Der Anteil an Forschung und Entwicklung beträgt rund zwei Drittel aller PTB-Aktivitäten. Nähere Informationen unter <https://www.ptb.de/cms>.

BRAUNSCHWEIG: Studienfahrt Nr. 500051A41

TERMIN: Mo 10.06.2024, 8 bis 18 Uhr, 1 Termin. Busabfahrt: 8 Uhr ab Homberg Busbahnhof. Andere Zustiege in Fahrtrichtung möglich • KOSTEN: 60,00 Euro für 12 U-Std., ab 20 Teiln. Keine Ermäßigung möglich. Je nach Anzahl der Teilnehmenden reduziert sich das Entgelt bis auf 25 Euro • LEITUNG: Franz Drescher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Garten und Umwelt

Die Landwirtschaft der 80er und 90er Am Beispiel des Hof Siehl in Oberbeisheim

In den 1980er und 1990er Jahren gab es noch deutlich mehr landwirtschaftliche Betriebe als heute. Am Beispiel von Oberbeisheim wird sichtbar: Im Dorf gibt es keine Kühe oder Schweine mehr und die Höfe stehen in der Regel leer. Das war mal anders. Der Vortrag befasst sich mit den Themen Tierhaltung, Bestellung der Felder oder Ernte auf dem Feld. Ebenso kann die Technik eines Fendt-Geräteträgers bestaunt werden und Wissenswertes über die Hausschlachtung und das Herstellen der Ahlen Wurst in Erfahrung gebracht werden.



KNÜLLWALD: Vortrag Nr. 115002V41

TERMIN: Do 07.03.2024, 19.30 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Veranstaltungscafé Casa Fontana, Brunnenweg 9 • KOSTEN: 10,00 Euro für 2 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Hans Joachim Schade • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Was blüht denn da? Unsere Wildblumen

Wildblumen erfreuen unser Herz und schmücken unsere Landschaft, Wiesen und Gärten. Darüber hinaus sind sie die Nahrungsquelle unserer Insekten und damit unserer Singvögel. Im Kurs wird Wissen über die verschiedenen Wildblumenarten vermittelt. Sie lernen, wie eine Blumenwiese angelegt und gepflegt werden kann. Außerdem gibt es spannende filmische Einblicke in die Arbeit eines Saatgutbetriebes für Wildblumen. Der Frühling kann kommen.

KNÜLLWALD: Vortrag Nr. 115003V41

TERMIN: Di 19.03.2024, 19.30 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Veranstaltungscafé Casa Fontana, Brunnenweg 9 • KOSTEN: 10,00 Euro für 2 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Hans Joachim Schade • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Eine Einführung in die Permakultur

Permakulturdesignerinnen und -designer planen und gestalten menschliche Lebensräume und Lebensweisen, die von der Fülle der Natur getragen werden und sich in natürliche Prozesse einfügen, statt gegen sie zu arbeiten. In diesem Einführungskurs geht es darum, in die Ethik der Permakultur niedrigschwellig und aktiv einzutauchen. Eine Begehung des Geländes des Kunst- und Werkhofs dient als Beobachtungsfeld, um alltagstaugliche Werkzeuge zur Gestaltung des eigenen Lebensumfelds zu entdecken und zu begreifen (nicht nur fürs Gärtnern). In einer gemeinsamen Aktion wird ein Lasagnekompost aufgesetzt. Der Kurs soll dazu anregen, eigene Ideen für erste Projekte zu entwickeln oder sich sogar für eine weiterführende Ausbildung inspirieren zu lassen.

FRIELENDORF: Tageskurs Nr. 104001V41

TERMIN: So 14.04.2024, 10.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kunst- und Werkhof Großropperhausen, Knüllstr. 23 • KOSTEN: 40,50 Euro für 9 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 12 Euro für gemeinsames Mittagessen, Kaffee und Getränke (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Kristina Fiand • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Die Fjorde Nordhessens Entdeckertour Edersee

Bei einer Schiffstour auf dem Edersee von der Sperrmauer bis nach Herzhausen, können die Fjorde Nordhessens bewundert werden. In Anlehnung an einen Multimedia-vortrag des Naturfotographen Manfred Delpho über den Naturpark Kellerwald-Edersee wird in diesem Vortrag über die Fjorde unserer Heimat berichtet. Der Vortrag beinhaltet viele Fotos und Eindrücke sowie allgemeine Infos über den Edersee und seine Geschichte.

KNÜLLWALD: Vortrag Nr. 115001V41

TERMIN: Di 04.06.2024, 19.30 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Veranstaltungscafé Casa Fontana, Brunnenweg 9 • KOSTEN: 10,00 Euro für 2 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Hans Joachim Schade • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Bewegung, Gedächtnis- und Kompetenztraining

Bewegung, Gedächtnis- und Kompetenztraining

Bewegung, Gedächtnis- und Kompetenztraining

Mehr Lebensqualität und Selbständigkeit im Alter. Alt werden ist unumgänglich, aber wie wir alt werden, darauf haben wir Einfluss. Dieser Kurs besteht aus Übungen, die die geistige und körperliche Fitness anregen und verbessern. Das Kursangebot richtet sich an Interessierte, die im Leben bis ins hohe Alter aktiv und beweglich in allen Lebensbereichen bleiben möchten. Spielerisch, mit Spaß und im Austausch mit anderen wird mit speziellen Übungen und Bewegungsangeboten das Gedächtnis aktiviert sowie die Motorik und Koordination gefördert. Der Austausch in der Gruppe zu Themen, die den Teilnehmenden wichtig sind, hat ebenfalls seinen Platz.

BORKEN: Nachmittagskurs Nr. 107007V41

BEGINN: Mi 21.02.2024, 14.30 bis 16.00 Uhr, 10 Termine
• ORT: DGH Kleinenglis, Am Vogelsang 1 • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 4 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Heidi Stöcker und Jutta Heidenreich
• ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

BAD ZWESTEN: Nachmittagskurs Nr. 107008V41

BEGINN: Fr 23.02.2024, 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. 4 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Heidi Stöcker und Jutta Heidenreich
• ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 107006V41

BEGINN: Mi 14.02.2024, 9.30 bis 11.00 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs Fritzlär, Marktplatz 5 • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 4 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen)
• LEITUNG: Iris David • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 107001V41

INFO: Mo 12.02.2024, 14.30 Uhr, BEGINN: Mo 12.02.2024, 14.30 bis 16.00 Uhr, 14 Termine • ORT: vhs Fritzlär, Marktplatz 5 • KOSTEN: 81,60 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 4 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Ute Preisner
• ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

GILSERBERG: Abendkurs Nr. 107011V41

BEGINN: Mi 14.02.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Evangelisches Gemeindehaus, Kirchweg 8 • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 4 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Anita Amrhein in Kooperation mit dem Evangelischen Jugendbüro Gilserberg • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 107003V41

BEGINN: Fr 23.02.2024, 10.00 bis 11.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 4 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Heidrun Brandt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 107004V41

BEGINN: Mi 14.02.2024, 14.30 bis 16.00 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 4 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Ute Rauscher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWARZENBORN: Abendkurs Nr. 107002V41

BEGINN: Mi 14.02.2024, 17.00 bis 18.30 Uhr, 10 Termine
• ORT: Ahles Porrhüs, Kirchgasse 7 • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 4 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: N.N. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

WABERN: Vormittagskurs Nr. 107010V41

BEGINN: Do 15.02.2024, 11.00 bis 12.30 Uhr, 10 Termine
• ORT: Familienzentrum & Generationentreff Wabern, Wilhelm-Dilich-Str. 12 • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 7 Teiln., zzgl. 4 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Christa Schneider-Kanold in Kooperation mit der Seniorenbeauftragten der Gemeinde Wabern • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

WABERN: Nachmittagskurs Nr. 107009V41

BEGINN: Do 15.02.2024, 13.30 bis 15.00 Uhr, 10 Termine
• ORT: Familienzentrum & Generationentreff Wabern, Wilhelm-Dilich-Str. 12 • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 7 Teiln., zzgl. 4 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Christa Schneider-Kanold in Kooperation mit der Seniorenbeauftragten der Gemeinde Wabern • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Gedächtnis-, Konzentrations- und Entspannungsübungen

Für Berufstätige und Stressgeplagte ab 50 Jahren

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 diesen Kurs 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.

NEUENTAL: Abendkurs Nr. 107005V41

BEGINN: Mi 15.05.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 8 Termine • ORT: DGH Zimmersrode, Parkstraße 9 • KOSTEN: 54,40 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 4 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Ute Rauscher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Weitere Informationen:

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

Ehrenamt



Koordinierungsstelle Ehrenamt Schwalm-Eder

Liebe Engagierte,

wir möchten Sie und die Vereine im Schwalm-Eder-Kreis bestmöglich unterstützen.

Der Schwalm-Eder-Kreis bietet allen ehrenamtlich engagierten Menschen kostenlose Fortbildungen zur Qualifizierung der ehrenamtlichen Arbeit an.

Mit diesem Fortbildungsprogramm bieten wir verschiedene Möglichkeiten zur Professionalisierung im Ehrenamt an. Dadurch sollen Engagierte und Interessierte mehr Sicherheit in ihrem Handeln gewinnen.

Unser gesellschaftliches Leben befindet sich im Wandel. Auch für das ehrenamtliche Engagement und das Vereinsleben bedeutet das, neue Herausforderungen. Wir unterstützen Sie dabei.

Unser Fortbildungsprogramm Ehrenamt begleitet Sie mit wichtigen Fragestellungen zu Recht, Sicherheit, Organisationsentwicklung und Mitgliedergewinnung durch das Jahr 2024.

Eine ausführliche Kursbeschreibung sowie weitere aktuelle Veranstaltungen finden Sie auf unserer Homepage.

Ich freue mich, Sie bei den Veranstaltungen kennenzulernen.

Ihre

Daniela Landgrebe

Ehrenamtsbeauftragte des
Schwalm-Eder-Kreises

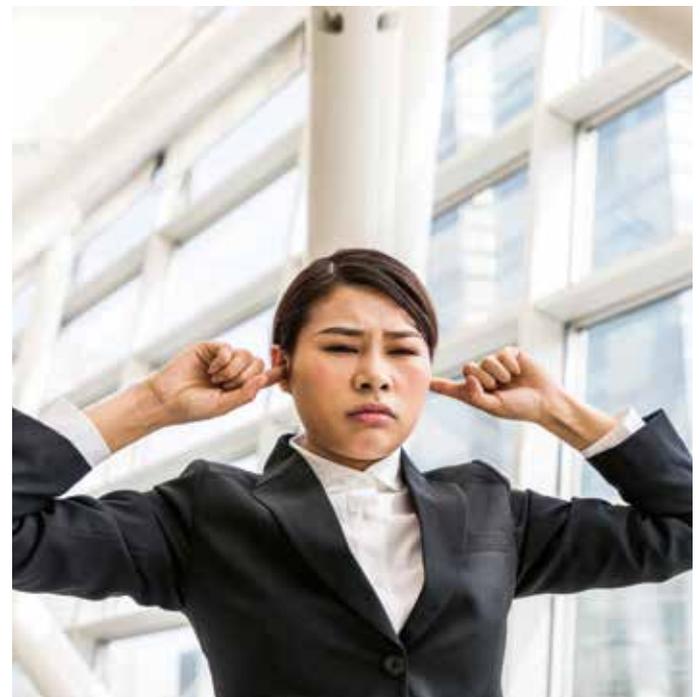


Quasselstrippen, Lästermäuler & Co. Vom Umgang mit „schwierigen“ Menschen

Sie machen uns das Leben manchmal ganz schön schwer – die „Lästermäuler“, „Dauernörgler“, „Quasselstrippen“ und wie sie alle heißen. Doch wen oder was empfinden wir eigentlich als „schwierig“? Und warum? Woran erkennt man sie und was konkret „nervt“ uns an ihnen? Was steckt möglicherweise hinter ihrem Verhalten? Und was können wir vielleicht sogar von ihnen lernen? Wie können wir angemessen und adäquat mit ihnen umgehen? Wann sind wir selbst eventuell für andere manchmal „schwierig“? Dieses Seminar bietet Ihnen die Gelegenheit, sich mit all diesen Fragen selbstkritisch auseinanderzusetzen.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 102004V41

TERMIN: Mi 06.03.2024, 19.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Virtueller Kursraum • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Dr. Andrea Fink-Jacob in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Ehrenamt Schwalm-Eder • AUSKUNFT: Tel. 05681 7751550 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Gut gekontert

Erfolgreich gegen unangebrachte Bemerkungen und verbale Angriffe

Kennen Sie das - da macht jemand einen dummen Spruch und Ihnen fällt nichts mehr ein? Erst später kommt Ihnen in den Sinn, was Sie hätten sagen können, um den Angriff abzuwehren. In dieser Veranstaltung werden verschiedene Strategien vorgestellt, mit denen wir in schwierigen Situationen schlagfertig kontern und unser Gegenüber, wenn notwendig, souverän in seine Schranken verweisen können.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 102005V41

TERMIN: Mo 29.01.2024, 19.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Virtueller Kursraum • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Dr. Andrea Fink-Jacob in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Ehrenamt Schwalm-Eder • AUSKUNFT: Tel. 05681 7751550 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Versicherungsschutz im Ehrenamt

Trotz zahlreicher Maßnahmen zur Verbesserung des Versicherungsschutzes auf Bundes-, Landes- und verbandlicher Ebene ist die Unsicherheit bei ehrenamtlich und bürgerschaftlich Engagierten groß, wie sich ihre individuelle Versicherungslage gestaltet. Die Referentin wird die Grundzüge gesetzlicher und privater Versicherungen für Ehrenamtliche darstellen und im Dialog mit den Teilnehmenden beispielhaft konkrete Einzelfälle vorstellen. Im Mittelpunkt stehen Informationen zur Unfallversicherung, zu Haftungsrisiken und ihrer Absicherung sowie zum Ausgleich finanzieller Nachteile bei Unfällen mit den eigenen Pkw. Darüber hinaus werden die Regelungen der hessischen Ehrenamtsversicherung erläutert.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 102001V41

TERMIN: Di 23.01.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Virtueller Kursraum • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Dr. Karin Stiehr in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Ehrenamt Schwalm-Eder • AUSKUNFT: Tel. 05681 7751550 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Workshop Mitgliedergewinnung für Vereine und Initiativen

Wie finden wir neue Ehrenamtliche?

„Wie finden wir neue Ehrenamtliche?“- Diese Frage bewegt fast alle gemeinnützigen Initiativen, Vereine und Organisationen. Wie man bei der Gewinnung und Bindung von Ehrenamtlichen erfolgreicher werden kann, wird Patrick Busse vom TV Lemgo bei diesem Tagesworkshop beantworten. Für die teilnehmenden Vereine und Initiativen stehen dabei konkrete Hilfen im Mittelpunkt, wie sie eine förderliche Vereinskultur entwickeln und engagierte Menschen finden und integrieren können. Die Teilnehmenden können sich dazu auf praxisnahe Tipps und Tricks zum „neuen“ Ehrenamt freuen.

BORKEN: Tageskurs Nr. 102002V41

TERMIN: Sa 24.02.2024, 10.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Hotel am Stadtpark, Europaplatz 3 • KOSTEN: kostenfrei, 8 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Patrick Busse in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Ehrenamt Schwalm-Eder • AUSKUNFT: Tel. 05681 7751550 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Vereine und Initiativen erfolgreich in die Zukunft führen

Krisenfest und nachhaltig

Welche Faktoren machen eine erfolgreiche Vereinsführung aus und wie kann man sie beeinflussen? In dem Vortrag wird ein Überblick über die Maßnahmen und Vorgehensweisen gegeben, die einen Verein oder Initiative zukunftsfähig und krisenfest machen. Im Mittelpunkt stehen die zielgerichtete Entwicklung von Angeboten und Maßnahmen sowie die effektive Organisation des Vereinsbetriebs.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 102003V41

TERMIN: Mi 07.02.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Virtueller Kursraum • KOSTEN: kostenfrei, 2 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Patrick Busse in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Ehrenamt Schwalm-Eder • AUSKUNFT: Tel. 05681 7751550 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Erste Hilfe

Für ehrenamtlich Engagierte im Schwalm-Eder-Kreis Ob in der Freizeit, unterwegs im Straßenverkehr, oder auch an der Arbeit, überall passieren Unfälle bei denen Ersthelfer von Nöten sind.

HOMBERG: Tageskurs Nr. 102007V41

TERMIN: Sa 20.04.2024, 8.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Deutsches Rotes Kreuz (DRK) Haus, August-Vilmars-Str. 18 • KOSTEN: kostenfrei für ehrenamtlich Engagierte im Schwalm-Eder-Kreis, 11 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Ausbilder Deutsches Rotes Kreuz - Kreisverband Schwalm-Eder in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Ehrenamt Schwalm-Eder • AUSKUNFT: Tel. 05681 7751550 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Am Kind**

Nicht nur Jugendliche und Erwachsene, sondern auch Kinder müssen im Notfall versorgt werden können. In diesem Kurs geht es um Kindernotfälle und Kinderkrankheiten.

HOMBERG: Tageskurs Nr. 102006V41

TERMIN: Sa 10.02.2024, 8.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Deutsches Rotes Kreuz (DRK) Haus, August-Vilmars-Str. 18 • KOSTEN: kostenfrei für ehrenamtlich Engagierte im Schwalm-Eder-Kreis, 11 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Ausbilder Deutsches Rotes Kreuz - Kreisverband Schwalm-Eder in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Ehrenamt Schwalm-Eder • AUSKUNFT: Tel. 05681 7751550 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Belehrung nach dem Infektionsschutzgesetz

Sammelbelehrung für ehrenamtlich Engagierte

Tätigkeiten im Bereich der Lebensmittelzubereitung, des Lebensmittelverkaufs oder der Gastronomie dürfen Sie erst dann aufnehmen, wenn die Bescheinigung vorliegt. Diese darf bei der erstmaligen Aufnahme der Tätigkeit nicht älter als drei Monate sein. Im Rahmen dieser Belehrung kann die Bescheinigung erworben werden.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 102008V41

TERMIN: Fr 22.03.2024, 17.00 bis 18.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Virtueller Kursraum • KOSTEN: kostenfrei, 2 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Technologiezentrum Glehn GmbH in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Ehrenamt Schwalm-Eder • AUSKUNFT: Tel. 05681 7751550 • 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 ein 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 spätestens einen Arbeitstag vor Kursbeginn per E-Mail von uns.

Anmeldungen

Anmeldungen sind persönlich, online, telefonisch oder per E-Mail möglich (Kontaktdaten siehe Infozeilen unten). Für Online-Kurse gilt i.d.R. ein Anmeldeschluss, welchen Sie der Kursbeschreibung entnehmen können.

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. Bitte sprechen Sie uns an.

Versicherungsschutz im Ehrenamt

Ausführliche Kursbeschreibung und Termine auf Seite 13 oder online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 102001V41

Vereine und Initiativen erfolgreich in die Zukunft führen

Krisenfest und nachhaltig

Ausführliche Kursbeschreibung und Termine auf Seite 13 oder online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 102003V41

Quasselstrippen, Lästermäuler & Co.

Vom Umgang mit „schwierigen“ Menschen

Ausführliche Kursbeschreibung und Termine auf Seite 12 oder online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 102004V41

Gut gekontert

Erfolgreich gegen unangebrachte Bemerkungen und verbale Angriffe

Ausführliche Kursbeschreibung und Termine auf Seite 12 oder online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 102005V41

Belehrung nach dem Infektionsschutzgesetz

Sammelbelehrung für ehrenamtlich Engagierte

Ausführliche Kursbeschreibung und Termine auf Seite 13 oder online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 102008V41

Rechtliche Fragen im Alltag: Kaufrecht

Rechtliche Grundlagenvorlesung für Interessierte

Ausführliche Kursbeschreibung und Termine auf Seite 7 oder online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 103001V41

Rechtliche Fragen im Alltag: Nachbarrecht

Rechtliche Grundlagenvorlesung für Interessierte

Ausführliche Kursbeschreibung und Termine auf Seite 8 oder online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 103002V41

Informations- und Einführungsveranstaltung „Betreuungsrecht“

Für ehrenamtlich Betreuende und Interessierte

Ausführliche Kursbeschreibung und Termine auf Seite 7 oder online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104002V41

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104003V41

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104004V41

Informationen zu „Vorsorgevollmachten“ und „Patientenverfügungen“

Ausführliche Kursbeschreibung und Termine auf Seite 8 oder online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104005V41

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104006V41

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104007V41

Tastings



Curry - Ganz individuell

Ausführliche Kursbeschreibung und Termine auf Seite 33 oder online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500020A41

Pfeffer - Ein Gewürz für besondere Gelegenheiten

Ausführliche Kursbeschreibung und Termine auf Seite 33 oder online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500021A41I

Besondere Gewürze erfahren

Ausführliche Kursbeschreibung und Termine auf Seite 33 oder online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500022A41

English - Refresher Course

Niveau B1.09

Ausführliche Kursbeschreibung und Termine auf Seite 41 oder online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 406302T41

Spanisch - Von Anfang an

Niveau A1.01

Ausführliche Kursbeschreibung und Termine auf Seite 46 oder online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422102T41

Spanisch - Anfangskenntnisse erweitern

Niveau A1.02

Ausführliche Kursbeschreibung und Termine auf Seite 46 oder online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422103T41

Spanisch - Grundkenntnisse aufbauen

Niveau A2.02

Ausführliche Kursbeschreibung und Termine auf Seite 47 oder online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422204T41

Arabisch - Anfangskenntnisse erweitern

Niveau A2.02

Ausführliche Kursbeschreibung und Termine auf Seite 48 oder online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 401203T41

Japanisch - Anfangskenntnisse erweitern

Niveau A1.02 / Niveau A1.03

Ausführliche Kursbeschreibung und Termine auf Seite 49 oder online.

HYBRID: Onlinekurs Nr. 410101T41

HYBRID: Onlinekurs Nr. 410111T41

Salze

Ausführliche Kursbeschreibung und Termine auf Seite 33 oder online.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500023A41



EIGENBETRIEB
Jugend- und Freizeiteinrichtungen
des Schwalm-Eder-Kreises

ideal für Gruppen



familar + strandnah



Ferienstpaß + Meer



Natur hautnah erleben



Tel.: (05681) 775-4602 oder -4603
info@freizeit-schwalm-eder.de
www.freizeit-schwalm-eder.de



WILLKOMMEN



Tanzen

Boogie Woogie tanzen

Workshop

Fröhlich, sportlicher Paartanz für alle Altersgruppen, mit und ohne Tanzerfahrung. Getanzt wird nicht nur zur guten alten Rock'n'Roll Musik der 50er Jahre, sondern ebenso zu Discofox, Jive, Cha-Cha-Cha und Rumba. Wir zeigen Ihnen die Grundlagen des Boogie-Woogie wie Grundschrift und Varianten, aber auch verschiedene Platzwechsel, Figuren und Schrittfolgen. Es fließen nach und nach Tipps zur Tanz-/Körperhaltung, Körperspannung und dem Führen und Folgen ein. Außerdem wird vermittelt, warum das Boogie-Woogie-Tanzen ein Lebensgefühl werden kann. Für Teilnehmende mit Boogie-Woogie-Vorkenntnissen gibt es zusätzliche Inhalte.

GUIDENBERG: Kompaktkurs Nr. 205003L41

TERMIN: Sa 16.03.2024, 11.00 bis 15.00 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 orientalischem Tanz und vorbereitenden Körperübungen zur Stärkung der Wirbelsäule und der Rückenmuskulatur.

➔ **Ohne Vorkenntnisse**

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 205004L41

BEGINN: Mi 14.02.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 8 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 48,00 Euro für 16 U-Std., ab 9 Teiln. • LEITUNG: Yvonne Sonnenschein • AUSKUNFT: Tel. 05662 1464 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 205015L41

BEGINN: Mi 08.05.2024, 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.

➔ **Mit Vorkenntnissen**

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 205014L41

BEGINN: Mi 14.02.2024, 17.30 bis 19.00 Uhr, 8 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 48,00 Euro für 16 U-Std., ab 9 Teiln. • LEITUNG: Yvonne Sonnenschein • AUSKUNFT: Tel. 05662 1464 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 205005L41

BEGINN: Mi 08.05.2024, 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.

Tanzen – Das Abenteuer Paartanz erleben

Standard- und Lateintänze für Paare jeden Alters

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 Grundschritte oder erweitern Ihre erworbenen Kenntnisse und erhalten Tipps zur Führung. Neben dem Kurs werden Tanzevents besucht, um die Kenntnisse ganz praktisch zu vertiefen.

➔ **Einführung**

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 205001L41

BEGINN: So 18.02.2024, 16.45 bis 18.15 Uhr, 6 Termine • ORT: DGH Röhrenfurth, Unterdorf 1 • KOSTEN: 48,50 Euro für 12 U-Std., ab 12 Teiln. • LEITUNG: Burkhard Appel und Heidemarie Appel • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Fortsetzung**

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 205002L41

BEGINN: So 18.02.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 6 Termine • ORT: DGH Röhrenfurth, Unterdorf 1 • KOSTEN: 48,50 Euro für 12 U-Std., ab 12 Teiln. • LEITUNG: Burkhard Appel und Heidemarie Appel • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Let's dance - Lust auf Tanzen

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.

➔ **Spezialkurs Stufe 1 und 2**

WABERN: Abendkurs Nr. 205007L41

BEGINN: Di 27.02.2024, 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.

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. 205009L41

BEGINN: So 18.02.2024, 11.00 bis 12.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Stellbergschule, 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. 205012L41

BEGINN: Do 29.02.2024, 18.45 bis 20.15 Uhr, 10 Termine • ORT: DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • KOSTEN: 75,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Iris Plasberg • AUSKUNFT: Tel. 0171 2132084 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Mit geringen Vorkenntnissen - Stufe 2,3**

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. 205011L41

BEGINN: Mi 28.02.2024, 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. 205008L41

BEGINN: Do 29.02.2024, 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.

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. Menschen mit und ohne Vorkenntnisse sind willkommen. Vor der Kursbuchung bitte Rücksprache mit der Kursleitung halten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 205010L41

BEGINN: So 18.02.2024, 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. 205006L41

BEGINN: Mi 28.02.2024, 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.

Discofox Einführung

Ohne oder mit nur wenigen Vorkenntnissen

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

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 205013L41

BEGINN: Mo 12.02.2024, 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.

Malerei, Grafik und Gestaltung

Malen im Atelier

Im Kurs kommen verschiedene Techniken und Materialien zum Einsatz, können ausprobiert und weiterentwickelt werden. Ohne Vorgaben können Sie kreativ Ihre Ideen umsetzen. Zur Verfügung stehen Aquarell- und Acrylfarben sowie Öl- und Pastellkreiden. Dies ist ein inklusiver Kurs in Zusammenarbeit mit der Hephata Diakonie.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 207002L41

BEGINN: Mo 12.02.2024, 16.30 bis 18.30 Uhr, 3 Termine • ORT: Atelier Farbenhaus, Wagnergasse 1 • KOSTEN: 25,00 Euro für 8 U-Std., ab 1 Teiln., inklusive Materialkosten • LEITUNG: Sabine Brusius in Kooperation mit der Hephata Diakonie • AUSKUNFT: Tel. 06691 9110396 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 207003L41

BEGINN: Mo 15.04.2024, 16.30 bis 18.30 Uhr, 3 Termine • ORT: Atelier Farbenhaus, Wagnergasse 1 • KOSTEN: 25,00 Euro für 8 U-Std., ab 1 Teiln., inklusive Materialkosten • LEITUNG: Sabine Brusius in Kooperation mit der Hephata Diakonie • AUSKUNFT: Tel. 06691 9110396 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Malen nach Herzenslust

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

NEUKIRCHEN: Wochenendkurs Nr. 207001L41

TERMINE: Fr 15.3., 14 bis 18 Uhr und Sa 16.3.24, 10 bis 18 Uhr • ORT: Steinwaldschule, Reißmannweg 7 • KOSTEN: 60,00 Euro für 15 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 7 Euro Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • 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 Menschen mit und ohne Vorkenntnisse geeignet. Dies ist ein inklusiver Kurs in Zusammenarbeit mit der Hephata Diakonie.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 207004L41

BEGINN: Mo 04.03.2024, 16.30 bis 19.00 Uhr, 4 Termine • ORT: Atelier Farbenhaus, Wagnergasse 1 • KOSTEN: 55,00 Euro für 13 U-Std., ab 1 Teiln., inklusive Materialkosten • LEITUNG: Sabine Brusius in Kooperation mit der Hephata Diakonie • AUSKUNFT: Tel. 06691 9110396 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Das Atelier kennenlernen

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

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 207005L41

BEGINN: Mo 06.05.2024, 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.



„Frühling“ malen

Malkurs für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Kinder, die gerne malen, können im Kurs gemeinsam mit der Künstlerin Gerlinde Vestweber als Dozentin und Bettina Range als pädagogische Fachkraft den „Frühling“ auf großes Malformat bringen. Was gibt es gerade jetzt in der Natur zu entdecken, was kann nur in dieser Jahreszeit beim genauen Hinschauen beobachtet werden? Bei einer kleinen Exkursion in die Natur werden „Augenblicke“ gesammelt und später an der Staffelei auf das Papier gebracht. Auch eigene Ideen bekommen ihren Raum. Gemalt wird an der Staffelei mit Schultemperafarben.

GILSERBERG: Vormittagskurs Nr. 207006L41

BEGINN: Di 26.03.2024, 9.00 bis 12.00 Uhr, 3 Termine • ORT: Ev. Gemeindehaus, Kirchweg 8 • KOSTEN: 60,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. ca. 5 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Gerlinde Vestweber in Kooperation mit dem Evangelischen Jugendbüro Gilserberg • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**Malen mit Erden, Öl und Acryl**

Ein Workshop in der Scheune

Im besonderen Ambiente wird mit Mischtechniken gemalt. Dabei können Erden, Ölfarben und Acryl zum Einsatz kommen. Nehmen Sie sich eine Auszeit am Wochenende, um sich ganz der Malerei mit verschiedenen Experimentiermöglichkeiten hin zu geben.

GILSERBERG: Wochenendkurs Nr. 207007L41

TERMINE: Fr 30.8., 16 bis 20 Uhr, Sa 31.8., 9 bis 18 Uhr und So 1.9.24, 10 bis 14 Uhr • ORT: Malscheune Winterscheid, Denkmalstr. 6 • KOSTEN: 85,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Gerlinde Vestweber • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Zeichnen lernen

Klassische Zeichenschule

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

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 207009L41

INFO: Di 13.2., 18 Uhr, BEGINN: Di 20.02.2024, 18.00 bis 20.15 Uhr, 6 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 72,00 Euro für 18 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Ilona Kuosman • 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 ausprobieren, inwiefern Sie durch diese Methode einen neuen Blick auf Ihre persönlichen Themen bekommen können.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 207008L41

INFO: Do 22.2., 18 Uhr, BEGINN: Do 29.02.2024, 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.

Fotokurs

Fotografie kennen und vertiefen lernen

Im Kurs beschäftigen wir uns mit einer Vielzahl an Fragen zur Fotografie, wie etwa: Was macht ein gutes Foto aus? Gibt es die „beste“ Kamera? Was ist technisch zu wissen, das Handy bzw. der Fotoapparat macht doch alles automatisch? Wie wird das Foto so interessant, dass es sich vom Durchschnitt abhebt? Was sind die Grundlagen gelungener Fotografie? Es wird gemeinsam im Kurs besprochen, inwiefern einzelne Abende zu einem Samstagskurs umgewandelt werden können, bei dem eine Exkursion zu einem fotografisch interessanten Ziel stattfinden könnte.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 211001L41

BEGINN: Di 20.02.2024, 19.00 bis 21.00 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 94,50 Euro für 27 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Kilian Schloemp • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Textiles Gestalten**Nähen macht Spass - Für Groß und Klein**

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. Die Stoffauswahl wird gemeinsam besprochen, dann folgt das Zuschneiden und das Zusammennähen der einzelnen Stoffstücke. Menschen mit Vorkenntnissen verfolgen ein eigenes Nähprojekt. Hier beraten wir gemeinsam, welches Projekt sich eignet.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 209005L41

BEGINN: Do 15.02.2024, 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. ca. 2 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch und ggf. 10 Euro Leihgebühr für Nähmaschine und weiteres Zubehör (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Judith Schwerdtfeger-Asbrand • AUSKUNFT: Tel. 0177 1695280 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 209004L41

BEGINN: Do 06.06.2024, 17.15 bis 19.45 Uhr, 4 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 52,00 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 2 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch und ggf. 10 Euro Leihgebühr für Nähmaschine und weiteres Zubehör (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Judith Schwerdtfeger-Asbrand • AUSKUNFT: Tel. 0177 1695280 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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. 209006L41

INFO: Do 15.2., 18 Uhr, BEGINN: Do 22.02.2024, 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.



Stricken für Jung und Alt

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: 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. 209001L41

BEGINN: Do 15.02.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr, 5 Termine • ORT: Kerstin's Strick- und Wollstübchen, Kalbsburgerstraße 6 • 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. 209002L41

BEGINN: Do 18.04.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr, 5 Termine • ORT: Kerstin's Strick- und Wollstübchen, Kalbsburgerstraße 6 • 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. 209003L41

BEGINN: Do 06.06.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr, 5 Termine • ORT: Kerstin's Strick- und Wollstübchen, Kalbsburgerstraße 6 • 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.

Plastisches Gestalten

Goldschmieden

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

MELSUNGEN: Tageskurs Nr. 210001L41

TERMIN: Sa 17.02.2024, 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.

Holz ist Kunst-Stoff

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

Holzbildhauerei Kompaktkurs

SCHWALMSTADT: Kompaktkurs Nr. 210002L41

TERMINE: Mi 3.4., 14 bis 17 Uhr und Do 4.4. bis So 7.4.24, jeweils 10 bis 17 Uhr • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 175,50 Euro für 39 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 25 Euro für Material- und Werkzeughleihgebühr (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Christine Ermer • AUSKUNFT: Tel. 0177 7300737 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Sommerwerkstatt Schwalmstadt

SCHWALMSTADT: Kompaktkurs Nr. 210003L41

TERMINE: Di 23.7., 14 bis 17 Uhr, Mi 24.7. bis So 28.7.24, jeweils 10 bis 17 Uhr • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 211,50 Euro für 47 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 25 Euro für Material- und Werkzeughleihgebühr vor Ort zu zahlen • LEITUNG: Christine Ermer • AUSKUNFT: Tel. 0177 7300737 • 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. 210004L41

BEGINN: Di 19.03.2024, 17.00 bis 19.15 Uhr, 7 Termine • ORT: Altenburgschule, Kasseler Str. 12 • KOSTEN: 70,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen), Höhe der Kosten auf Anfrage • LEITUNG: Edelgard Opfer • AUSKUNFT: Tel. 05626 669 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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



Musik und Literatur

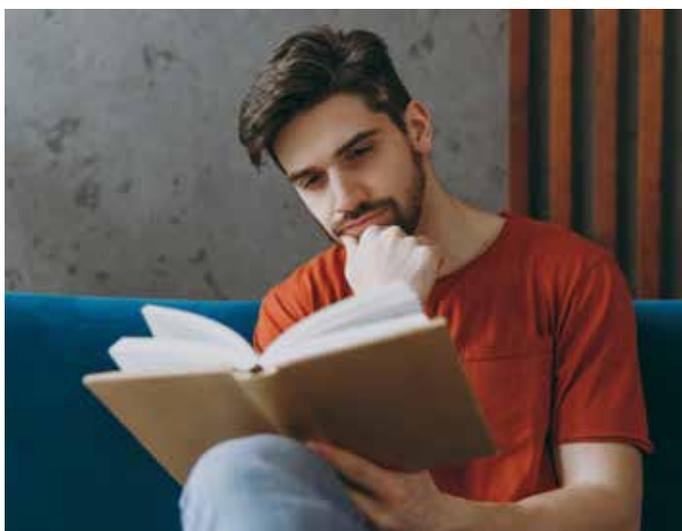
Book Club

Ein literarischer Stammtisch mit Buchvorstellungen und Gesprächen

Beim Stammtisch wird in gemütlicher Atmosphäre über Literatur diskutiert. Die Bücher, die gemeinsam gelesen werden, können zuvor in der Gruppe besprochen und ausgewählt werden. An ausgesuchten Terminen finden zudem Buchvorstellungen statt. Der Stammtisch wird moderiert von der Leiterin der Stadtbücherei Borken (Hessen) Veronika Bruckner. Bitte vor dem Kursbeginn bei Kursleitung unter 05682 5737 oder buecherei@borken-hessen.de melden.

BORKEN: Abendkurs Nr. 202001K41

BEGINN: Mo 11.03.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr, 4 Termine, immer am 2. Mo. d. Monats und nach Absprache • ORT: Kulturzentrum Altes Amtsgericht, Am Amtsgericht 4 • KOSTEN: kostenfrei, 11 U-Std., ab 3 Teiln. • LEITUNG: Veronika Bruckner in Kooperation mit Stadtbücherei Borken (Hessen) • AUSKUNFT: Tel. 05682 5737 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.



Ensemble 50 plus

Gemeinsames Musizieren für Erwachsene

Zusammen zu musizieren macht viel Freude, auch wenn Sie Ihr Instrument vielleicht längere Zeit nicht in der Hand hatten. Folgende Inhalte werden vermittelt: Zusammenspiel in der Gruppe und musikalische Gestaltung; einfache einstimmige Sätze mit Begleitung; zwei- und dreistimmiges Spiel. Schwierigkeitsgrad und Repertoire werden auf die Teilnehmenden abgestimmt, z.B. Kanon, Tänze aus alter Zeit, Volkslieder und -tänze aus aller Welt. Besonders sind Melodie-Instrumente wie Flöte oder Geige geeignet, aber auch Gitarre, Kontrabass und Akkordeon sowie Rhythmusinstrumente. 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. 213001K41

BEGINN: Do 15.02.2024, 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 Rininsland in Kooperation mit dem Seniorenbüro der Gemeinde Frielendorf • AUSKUNFT: Tel. 06692 1836 oder 0160 5943394 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

Die Stimme trainieren

Stimmbildung mit Atemübungen

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

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 213002L41

INFO: Mi 21.2., 18 Uhr, BEGINN: Mi 28.02.2024, 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.

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.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 213003L41

BEGINN: Mi 28.02.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Wilhelm Mollenhauer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Musikschulen im Schwalm-Eder-Kreis

im Verband deutscher Musikschulen VdM

Unterricht für Kinder ab 2 Jahren • Jugendliche
• Erwachsene • Frühförderung • alle Instrumente • Gesang
• Bands • Ensemblespiel • Kinderchor • Orchester

**Musikschule
Schwalm-Eder Nord**
im Bildungsbahnhof
34212 Melsungen

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

**Musikschule
Schwalm-Eder**
Untergasse 25
34576 Hombergen (Efze)

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

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: steht die Fahne draußen, sind Mitarbeitende der Volkshochschule für Sie persönlich vor Ort. Außerdem sind die Außenstellen regelmäßig mittwochs und nach Vereinbarung besetzt.

Selbstverständlich können Sie unsere Angebote 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

Handwerkskunst**Hefeflechtgebäcke**

Der Hefeteig ist ein Klassiker unter den Teigen. Ob süß oder deftig, ob Hefezopf, Nusszopf, Zopfneft für Osterei, Mohenschleifen, süße Knotenbrötchen oder Partybrötchen, Genuss ist garantiert.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 500003A41

TERMIN: Sa 23.03.2024, 9.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 36,00 Euro für 9 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 10 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Cornelia Cordt-Nimbs • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Torten Klassiker

Wie wäre es, wenn Sie demnächst Ihre Gäste mit einer traditionellen Torte verzaubern?

In diesem Basiskurs werden Torten Klassiker gebacken, gefüllt und dekoriert. Vom Frankfurter Kranz, über die bayrische Prinzregententorte, die fast vergessene Linzer Torte oder die weltweit bekannte Schwarzwälder Kirsch. Wir gehen aufs Backen von Biskuitböden ein, stellen verschiedene Füllungen her, lernen verschiedene Spritzmuster kennen und weitere hilfreiche Tipps und Tricks.



SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 500005A41

TERMIN: Sa 09.03.2024, 9.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 36,00 Euro für 9 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 15 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Cornelia Cordt-Nimbs • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Macarons - Das bunte Trendgebäck

Macarons die farbenfrohen Doppelkekse aus Frankreich und weltweites Trendgebäck. Ein Baisergebäck aus Mandelmehl, mit unterschiedlichsten Füllungen, von herbe Schokolade, über eine spritzige Weinfüllung, bis hin zum Früchtepüree. Von klassisch bis exotisch und pastellig bis knallig, erobern Sie sich die bunte Welt der Macarons.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 500004A41

TERMIN: Sa 24.02.2024, 9.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 40,00 Euro für 10 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 12 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Cornelia Cordt-Nimbs • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Grill und Party Brote

Suchen Sie noch eine raffinierte Beilage für die nächste Party oder lauschigen Grillabend? Caviar-, Ciabatta-, Bärlauchbrot oder lieber etwas mit Käse? Die Varianten sind unendlich und dabei leicht selbst herzustellen.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 500006A41

TERMIN: Sa 20.04.2024, 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. 12 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Cornelia Cordt-Nimbs • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Plunder-Snacks und Gebäck

Nach dem Hefeteig kommt der turierte Hefeteig! Plunder, der König unter den Gebäcken, vom Schokocroissant bis hin zur Puddingbrezel. Aber auch als deftiger Party-Snack nicht weg zu denken, Käsestangen, Schinken-Käse-Croissant oder Pizzatasche.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 500007A41

TERMIN: Sa 25.05.2024, 9.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 36,00 Euro für 9 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 12 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Cornelia Cordt-Nimbs • 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. 500016A41

TERMINE: Sa 16.3., 9 bis 16.30 Uhr und So 17.3., 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.

**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. 500008A41

TERMINE: Fr 15.3., 18 bis 20.15 Uhr und Sa 16.3., 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. 500009A41

TERMINE: Fr 19.4., 18 bis 20.15 Uhr und Sa 20.4., 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.

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. 500014A41

TERMIN: Sa 18.05.2024, 10.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Schmiede-Werkstatt, Raiffeisenstr. 3 • KOSTEN: 60,00 Euro für 8 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. 20 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen), Schmiedewerkstatt Willingshausen-Loshausen • LEITUNG: Holger Deisenroth • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

WILLINGSHAUSEN: Tageskurs Nr. 500015A41

TERMIN: Sa 15.06.2024, 10.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Schmiede-Werkstatt, Raiffeisenstr. 3 • KOSTEN: 60,00 Euro für 8 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. 20 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen), Schmiedewerkstatt Willingshausen-Loshausen • LEITUNG: Holger Deisenroth • 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. 500010A41

TERMIN: Sa 16.03.2024, 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. 500011A41

TERMIN: Sa 08.06.2024, 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.

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. 500017A41

TERMIN: Sa 24.02.2024, 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. 500018A41

TERMIN: Sa 30.03.2024, 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. 500019A41

TERMIN: Sa 27.04.2024, 9.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Spähnchenparadies Wölfel, Kartoffelgasse 11 • KOSTEN: 25,00 Euro für 9 U-Std., ab 1 Teiln., inklusive aller Materialkosten und Mittagessen • LEITUNG: Reinhard Wölfel • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Schärfen

Endlich scharfe Messer, Scheren und Werkzeuge

Ziel des Kurses ist die Vermittlung von Grundlagenwissen und Erlangung von Grundfertigkeiten des Messer- und Scherenschärfens mit dem Bankstein. Er wendet sich gleichermaßen an 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. 500012A41

TERMIN: Sa 16.03.2024, 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. 10 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Burkhard B. Wittig • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Tageskurs Nr. 500013A41

TERMIN: Sa 27.04.2024, 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. 10 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Burkhard B. Wittig • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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. 301000H41

BEGINN: Di 20.02.2024, 17.00 bis 18.15 Uhr, 5 Termine • ORT: DGH Frankenhain, Landgraf-Karl-Str. 31 • KOSTEN: 28,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Eva Maria Balkenhol • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 301001H41

BEGINN: Di 07.05.2024, 17.00 bis 18.15 Uhr, 8 Termine • ORT: DGH Frankenhain, Landgraf-Karl-Str. 31 • KOSTEN: 45,50 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Eva Maria Balkenhol • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**Biodanza® – Der Tanz des Lebens**

Zur Stärkung der weiblichen Ausdrucksmöglichkeit

Biodanza® ist eine Bewegungsmethode, um Körper, Geist und Seele in Balance zu halten. Die einzelnen Übungen werden dabei achtsam individuell und passend zum Inhalt angeleitet. Ohne feste Schrittfolge oder Choreografie ist Biodanza® geeignet für alle, die Freude an Bewegung haben und sich gern von Musik bewegen lassen.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 301003H41

BEGINN: Mo 26.02.2024, 18.45 bis 20.15 Uhr, 4 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 40,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Angela Pooch • AUSKUNFT: Tel. 06623 4391140 • 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. 301004H41

TERMIN: Sa 24.02.2024, 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.

Entspannungstraining Mix

Qigong, Traumreisen, AT und PME

In diesem Kurs lernen Sie unterschiedliche Entspannungsmethoden kennen, z.B. Progressive Muskelentspannung (PME), Autogenes Training (AT), Qigong und Traumreisen. In jeder Kurseinheit wird eine Auswahl an verschiedenen Entspannungsübungen angeboten, um Ihnen neue Erfahrungen im Bereich der Entspannung zu ermöglichen. Die Entspannungsübungen können zu persönlichen Wohlbe finden und zur Stressbewältigung beitragen.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 301005H41

BEGINN: Do 28.03.2024, 16.30 bis 18.00 Uhr, 8 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 64,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Edeltraud Ciba • 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. 301007H41

BEGINN: Fr 23.02.2024, 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. 301008H41

BEGINN: Mo 19.02.2024, 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.

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. 301009H41

BEGINN: Di 13.02.2024, 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. 301010H41

BEGINN: Di 13.02.2024, 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.

Entspannungsmix: „Me-Time“

Fachlich angeleitet erlernen Sie im Stehen, Sitzen und Liegen verschiedene Entspannungsmethoden, z.B. Progressive Muskelentspannung, sanfte Bewegungselemente, Meditations- und Achtsamkeitsübungen, Fantasiereisen sowie weitere Entspannungsübungen. Finden Sie heraus, welche Methode sich am besten in Ihren Alltag integrieren lässt und Ihr persönliches Wohlbefinden steigern kann.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 301011H41

BEGINN: Mi 17.04.2024, 17.15 bis 18.15 Uhr, 4 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 25,00 Euro für 5 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Daniela Schleicher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Tropho-Training®

Entspannt in einer Minute

Entdecken Sie, wie Sie sich aus der Stressfalle befreien. Entfalten Sie frische Energie und Vitalität. Mit TrophoTraining® nutzen Sie die Macht der Vorstellung. Lernen Sie, wie Ihr Körper auf Ihre Vorstellungen reagiert. Es handelt sich um ein kognitives Programm mit einem einfachen Übungsablauf. Regeneration wann immer Sie wollen, wo immer Sie wollen.

FRITZLAR: Tageskurs Nr. 301012H41

TERMIN: Sa 24.02.2024, 10.00 bis 14.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 17,50 Euro für 5 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Martin Hannappel • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Tageskurs Nr. 301013H41

TERMIN: Sa 20.04.2024, 10.00 bis 14.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 17,50 Euro für 5 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Martin Hannappel • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Auszeit von Beruf und Alltag

Kraft tanken und Stresslevel reduzieren

An diesem Wochenende finden Sie die Gelegenheit mit Gleichgesinnten Ihre „Auszeit“ selbst mitzugestalten und die Zeit zu nutzen, um Ihr Stress Level zu reduzieren und Kraft zu tanken. Gemeinsam mit der Gruppe erarbeiten Sie theoretische Inhalte zum Thema Stress. Daneben finden Spaziergänge in der Natur mit Atem- und Achtsamkeitsübungen, einfache Hatha-Yogaeinheiten, die auch für Ungeübte durchführbar sind, rückenstärkende Gymnastik sowie Progressive Muskelentspannung statt. Detailliertere Informationen und gesonderte Rücktrittsbedingungen finden Sie auf unserer Webseite.

KNÜLLWALD: Wochenendkurs Nr. 301015H41

TERMINE: Fr 2.8., 15 Uhr bis So 4.8., 12.15 Uhr, Anmelde-schluss: 20.05.2024 • ORT: Tagungshotel Mühlrain, Zum Mühlrain 1 • KOSTEN: 80,00 Euro für 18 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 132 Euro für die Übernachtung im EZ + Vollverpflegung im Tagungshotel Mühlrain (vor Ort im Tagungshotel zu zahlen). DZ auf Anfrage • LEITUNG: Sonja Fuhrmann • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Fantasiereisen zur Entspannung

In diesem Kurs erwarten Sie naturbezogene Fantasiereisen, die Sie einladen, in eine entspannte und erholsame Atmosphäre einzutauchen. Erleben Sie durch die vorge-tragenen Geschichten die angenehme Möglichkeit, sich in eine eigene Welt versetzen zu lassen. Die Fantasiereise ist eine Entspannungstechnik, die zur Ruhe, Gelöstheit und zum Wohlbefinden beiträgt. Kommen Sie mit auf eine Reise zum Abschalten, Erholen und Wohlfühlen.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 301016H41

BEGINN: Mi 28.02.2024, 17.00 bis 18.00 Uhr, 4 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 25,00 Euro für 5 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Daniela Schleicher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



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

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

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

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

Zudem finden Sie diese Dokumentation auch auf unseren Seiten im Internet (<https://www.vhs-schwalm-eder.de/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
Marlen Lesch, Tel. 05681 775-4034



Yoga**Yoga**

Yoga zeichnet sich durch eine Kombination aus Körper-, Atem-, Entspannungs- und Meditationsübungen aus. Im Laufe der 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. Zu den Unterschieden und Besonderheiten unserer verschiedenen Yoga-Kurse können Sie sich gern auf unserer Webseite informieren oder telefonisch beraten lassen.

➔ Hatha-Yoga: Für Neulinge bis Mittelstufe**BAD ZWESTEN:** Abendkurs Nr. 301108H41

BEGINN: Do 22.02.2024, 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.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 301101H41

BEGINN: Mo 12.02.2024, 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.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 301103H41

BEGINN: Di 13.02.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • KOSTEN: 80,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Eike Klee • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 301109H41

BEGINN: Mi 14.02.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 65,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Eike Klee • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 301104H41

BEGINN: Do 15.02.2024, 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. 301105H41

BEGINN: Mi 21.02.2024, 9.30 bis 11.00 Uhr, 5 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 32,50 Euro für 10 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Dominika Fischer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 301106H41

BEGINN: Mi 17.04.2024, 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. 301107H41

BEGINN: Mo 19.02.2024, 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.

➔ Hatha-Yoga: Für Neulinge bis Fortgeschrittene**SCHWALMSTADT:** Abendkurs Nr. 301303H41

BEGINN: Fr 16.02.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 11 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 63,80 Euro für 22 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Manuela Fritsch • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Outdoor**GUDENSBERG:** Abendkurs Nr. 301102H41

BEGINN: Mo 10.06.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 5 Termine, Outdoor-Kurs. Bei schlechten Wetter kann in das DGH Gleichen ausgewichen werden. • ORT: Multifunktionsplatz • KOSTEN: 29,00 Euro für 10 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Sonja Fuhrmann • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Sanftes Hatha-Yoga 50+**HOMBERG:** Vormittagskurs Nr. 301110H41

BEGINN: Di 20.02.2024, 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 nach Brustkrebs**FRITZLAR:** Nachmittagskurs Nr. 301308H41

BEGINN: Mi 17.01.2024, 16.30 bis 17.45 Uhr, 10 Termine, Einstieg jederzeit möglich • ORT: Zentrum für Yoga und Sport, Kasseler Str. 31 • KOSTEN: 120,00 Euro für 17 U-Std., ab 1 Teiln., Kooperationsveranstaltung - keine Entgeltermäßigung möglich • LEITUNG: Silke Daude-Kalff • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 301309H41

BEGINN: Fr 19.01.2024, 16.30 bis 17.45 Uhr, 10 Termine, Einstieg jederzeit möglich • ORT: Zentrum für Yoga und Sport, Kasseler Str. 31 • KOSTEN: 120,00 Euro für 17 U-Std., ab 1 Teiln., Kooperationsveranstaltung - keine Entgeltermäßigung möglich • LEITUNG: Silke Daude-Kalff • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► Mehr Informationen auf unserer Webseite oder bei der vhs**Yoga gegen Ängste - Workshop**

Es 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. 301305H41

TERMIN: Sa 20.04.2024, 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. 301306H41

TERMIN: Sa 25.05.2024, 13.00 bis 16.45 Uhr, 1 Termin • ORT: Yoga-Studio Brandt, An der Lehmkaute 8 • KOSTEN: 30,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Heidrun Brandt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Yoga für den Bauch - 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. 301307H41

TERMIN: Sa 23.03.2024, 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.

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.



HOMBERG: Abendkurs Nr. 301313H41

BEGINN: Mi 22.05.2024, 17.15 bis 18.15 Uhr, 4 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 24,50 Euro für 5 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Daniela Schleicher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Stressbewältigung am Arbeitsplatz mit Yoga und Meditation

Gesundheitsprophylaxe in der Arbeitswelt

Das Ziel des Bildungsurlaubes liegt im regenerativen Stressmanagement, d.h. es geht zum einen darum, alte negative Denkmuster aufzubrechen und durch individuelle positive Glaubenssätze zu ersetzen. Zum anderen soll durch das Erlernen und die individuelle Anwendung praxisorientierter Entspannungsmethoden, die eigene Resilienz gestärkt und die Arbeitskraft und Lebensqualität langfristig erhalten bleiben. In der Gruppe erarbeiten Sie, wie Stress entsteht, Ursache und Wirkung, in Bezug auf das Berufsleben unter Berücksichtigung gesellschaftspolitischer Aspekte. Sie sprechen außerdem über die Wichtigkeit der eigenen Gesundheitsprophylaxe, sowie die Gesundheitsförderung im Betrieb (Verhältnis- und Verhaltensprävention), besonders im Umgang mit den Einflüssen aus der heutigen, sich stetig verändernden, schnellebigen Zeit.

SCHÖNAU: Bildungsurlaub Nr. 301330X41

TERMINE: Mo 3.6. bis Fr 7.6.24, jeweils 9 bis 16.45 Uhr., Anreise am So. 2.6., Abreise am Sa. 8.6., 5 Termine • ORT: Buchenhaus am Königssee, Schönau (Bayern) • KOSTEN: 500,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive 6x Übernachtung mit HP im EZ (weitere Optionen auf Anfrage), zzgl. Kurtaxe (3,10 Euro pro Tag) und Kosten für die individuell zu organisierende Anreise • LEITUNG: Sonja Fuhrmann • 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. 301401H41

BEGINN: Mi 14.02.2024, 17.30 bis 18.30 Uhr, 19 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 102,50 Euro für 25 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Frank Barnack • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 301402H41

BEGINN: Do 15.02.2024, 17.30 bis 18.30 Uhr, 15 Termine • ORT: Schule am Dom, Dr.-Jestädt-Platz 5 • KOSTEN: 82,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Frank Barnack • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 301405H41

BEGINN: Mi 14.02.2024, 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 Entgeltermäßigung 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.

FRIEENDORF: Abendkurs Nr. 301408H41

BEGINN: Do 15.02.2024, 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.

FRIEENDORF: Abendkurs Nr. 301409H41

BEGINN: Do 18.04.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Multifunktionshaus Todenhausen, Im Dorfe 22 • KOSTEN: 54,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Gudrun Schneider-Zörnig • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

NEUKIRCHEN: Abendkurs Nr. 301410H41

BEGINN: Do 07.03.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Steinwaldschule, Reißmannweg 7 • KOSTEN: 70,00 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 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. 301501H41

TERMINE: So 18.2 und So 3.3.24, 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. 301502H41

TERMIN: Sa 08.06.2024, 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.

Meditation zum Kennenlernen

In diesem Workshop erfahren Sie, was Meditation ist, lernen verschiedene Meditationstechniken kennen und machen erste Erfahrungen mit unterschiedlichen Meditationsübungen. Angeleitet werden im Laufen, Sitzen oder Liegen z.B. geführte Meditationen, Gehmeditation, Fantasiereise, Atemmeditation und Körperwahrnehmungsübungen. Meditation kann zu innerer Ruhe, Ausgeglichenheit und Zufriedenheit beitragen. Ziel ist es, Gedanken zur Ruhe kommen zu lassen, Entspannung zu fördern und die Gesundheit zu stärken.

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 301503H41

TERMIN: Sa 16.03.2024, 15.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 20,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Daniela Schleicher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Meditation für Neulinge

Dieser Kurs führt Sie langsam in das Thema „Meditieren“ ein und macht Sie mit den theoretischen Grundlagen vertraut. Vorgestellt, erklärt und angeleitet werden verschiedene ausgewählte Meditationstechniken und -übungen, die für Beginnende gut geeignet sind. Meditation kann zu innerer Ruhe, Ausgeglichenheit und Zufriedenheit beitragen. Ziel ist es, Gedanken zur Ruhe kommen zu lassen, Entspannung zu fördern und die Gesundheit zu stärken.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 301504H41

BEGINN: Do 18.04.2024, 18.15 bis 19.15 Uhr, 4 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 25,00 Euro für 5 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Daniela Schleicher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**Bewegung und Fitness****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.

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 302002H41

BEGINN: Do 15.02.2024, 16.30 bis 17.15 Uhr, 17 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 59,50 Euro für 17 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Wera Weller • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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

Ein Faszien-Training mit Übungen aus 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. 302004H41

BEGINN: Mi 14.02.2024, 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.

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. 302010H41

BEGINN: Di 13.02.2024, 19.00 bis 20.00 Uhr, 16 Termine • ORT: DGH Heßlar, Rückweg 2 • KOSTEN: 81,90 Euro für 21 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Nicole Funk • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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

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. 302005H41

BEGINN: Mo 19.02.2024, 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.

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, Leistungs-fähigkeit und Ihr persönliches Wohlbefinden zu verbessern.



MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302006H41

BEGINN: Di 13.02.2024, 17.00 bis 18.00 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 45,50 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Wera Weller • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302007H41

BEGINN: Di 13.02.2024, 18.00 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 45,50 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Wera Weller • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302008H41

BEGINN: Di 23.04.2024, 17.00 bis 18.00 Uhr, 11 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 52,50 Euro für 15 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Wera Weller • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302009H41

BEGINN: Di 23.04.2024, 18.00 bis 19.00 Uhr, 11 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 52,50 Euro für 15 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Wera Weller • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Frischlufsport

An der frischen Luft stärken Sie, bei Wind und Wetter, Ihre Abwehrkräfte. In einer Gruppe laufen Sie mit zügigen Schrit-ten 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. 302011H41

BEGINN: Mi 14.02.2024, 16.15 bis 17.45 Uhr, 6 Termine • ORT: DGH Frankenhain, Landgraf-Karl-Str. 31 • KOSTEN: 42,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Eva Maria Balkenhol • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 302012H41

BEGINN: Mi 08.05.2024, 16.15 bis 17.45 Uhr, 7 Termine • ORT: DGH Frankenhain, Landgraf-Karl-Str. 31 • KOSTEN: 49,00 Euro für 14 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Eva Maria Balkenhol • 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



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. 302020H41

BEGINN: Do 15.02.2024, 17.30 bis 18.30 Uhr, 8 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 44,00 Euro für 11 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Susanne Koller • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 302021H41

BEGINN: Do 02.05.2024, 17.30 bis 18.30 Uhr, 7 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 36,00 Euro für 9 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Susanne Koller • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**Gymnastik 60 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. 302013H41

BEGINN: Di 13.02.2024, 18.00 bis 18.45 Uhr, 16 Termine • ORT: DGH Heßlar, Rückweg 2 • KOSTEN: 72,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Nicole Funk • 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.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 302017H41

BEGINN: Do 15.02.2024, 18.45 bis 19.45 Uhr, 15 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 76,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Susanne Koller • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Step-Aerobic

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. 302025H41

BEGINN: Di 20.02.2024, 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.

➔ **Für Neulinge bis Mittelstufe**

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302024H41

BEGINN: Di 13.02.2024, 18.00 bis 19.00 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 36,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Sonja Schmidt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302026H41

BEGINN: Di 16.04.2024, 18.00 bis 19.00 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 36,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Sonja Schmidt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Präventives Ganzkörper-Training

Schwerpunkt: 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. 302023H41

BEGINN: Do 18.04.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 9 Termine • ORT: Kindergarten Sonnenwiese, Goethestr. 18 • KOSTEN: 48,60 Euro für 18 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Odette Schäfer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► **Weitere Bewegungskurse:**

**Gesund für Alltag und Büro auf Seite 64.
Bewegung, Gedächtnis- und Kompetenz-
training auf Seite 11.**

Fliegen ohne Motor

Segelfliegen kennenlernen (ab 14 Jahren)

Sie fliegen als regulärer Flugschüler im vorderen Sitz der Schulflugzeuge - natürlich zusammen mit einem erfahrenen Fluglehrer - und erfahren, was Segelfliegen ist, wie es sich anfühlt und ob Sie den Anforderungen gewachsen sind. Teilnehmende, die gerade nicht fliegen, machen „Flugbetrieb“, das heißt, Flugzeuge schieben, Seil einklinken etc. Dabei erfahren Sie, dass Segelfliegen ein Gruppensport ist, lernen Verantwortung zu übernehmen und was es heißt, Teil eines Teams zu sein. All' das findet natürlich unter Anleitung und Betreuung des Fluglehrers und des Startleiters vom Flugplatz Mosenberg statt. Sie erfahren auch, wie eine reguläre Ausbildung abläuft, welche Voraussetzungen bestehen, welche Ausbildungsschritte zu durchlaufen sind und welche Wissensgebiete relevant sind. Alle weiteren Informationen, Termindetails, eine ausführliche Kursbeschreibung sowie Teilnahmevoraussetzungen finden Sie auf der Webseite der vhs Schwalm-Eder.

HOMBERG: Kompaktkurs Nr. 302201H41

INFO: Do 2.5. und Sa 4.5., je 19 bis 21 Uhr, TERMINE: Do 9.5. bis So 12.5.24, jeweils 10 bis 18.00 Uhr, 4 Termine • ORT: Segelfluggelände Mosenberg • KOSTEN: 205,00 Euro für 43 U-Std., ab 2 Teiln. • LEITUNG: Luftsportverein Homberg/Efze • ANMELDUNG: An den Infoterminen oder vorab (siehe Infozeilen unten.)



Super Callanetics®

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

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302029H41

BEGINN: Mo 22.04.2024, 17.00 bis 18.30 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 69,60 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Monika Charlet • AUSKUNFT: Tel. 05661 8010 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302030H41

BEGINN: Di 23.04.2024, 19.15 bis 20.45 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 84,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Monika Charlet • AUSKUNFT: Tel. 05661 8010 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Bewegung im Wasser

Aqua-Fitness

Beim Aqua-Fitness findet das Training im stehenden 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.



Im Nichtschwimmerbecken

FRIELENDORF: Abendkurs Nr. 302407H41

BEGINN: Di 13.02.2024, 19.00 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Wellness-Paradies am Silbersee • KOSTEN: 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 4,50 Euro Schwimmbadgebühr (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Heike Rudolph • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRIELENDORF: Abendkurs Nr. 302408H41

BEGINN: Di 13.02.2024, 20.00 bis 21.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Wellness-Paradies am Silbersee • KOSTEN: 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 4,50 Euro Schwimmbadgebühr (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Heike Rudolph • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRIELENDORF: Nachmittagskurs Nr. 302405H41

BEGINN: Do 15.02.2024, 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. 302406H41

BEGINN: Fr 16.02.2024, 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. 302409H41

BEGINN: Sa 17.02.2024, 8.15 bis 9.15 Uhr, 9 Termine • ORT: Wellness-Paradies am Silbersee • KOSTEN: 36,00 Euro für 12 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. 302419H41

BEGINN: Mi 28.02.2024, 14.45 bis 15.30 Uhr, 4 Termine • ORT: Bewegungsbad Hülssa, Spitzenweg 7 • KOSTEN: 18,00 Euro für 4 U-Std., ab 10 Teiln., inklusive Nutzungsgebühr für das Schwimmbad • LEITUNG: Ulrike Spuling • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► Weitere Aqua-Kurse finden Sie auf unserer Webseite



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 machen es mit dem Element Wasser vertraut. 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. 302701H41

BEGINN: Do 25.04.2024, 10.30 bis 11.00 Uhr, 8 Termine
• ORT: Wellness-Paradies am Silbersee • KOSTEN: 20,00 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.

**Essen und Trinken****Wilde Smoothies**

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

BORKEN: Nachmittagskurs Nr. 305001H41

TERMIN: So 21.04.2024, 15.00 bis 18.45 Uhr, 1 Termin • ORT: DGH Kerstenhausen, Am Kindergarten 5 • KOSTEN: 25,50 Euro für 5 U-Std., ab 6 Teiln., inklusive Lebensmittelumlage
• LEITUNG: Ute-Rahel Baer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Bienvenue en France

Französische Bistroküche

Gerade keine Zeit für einen Kurzbesuch in Paris? Kein Problem, denn in diesem Kurs erlernen Sie gemeinsam das Kochen französischer Bistroklassiker - natürlich erst nach dem Aperitif. Kochkenntnisse sind wünschenswert, aber keineswegs Bedingung.

GUDENSBURG: Abendkurs Nr. 305002H41

TERMIN: Mi 21.02.2024, 18.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss: 16.02.2024 • ORT: Dr.-Georg-August-Zinn-Schule, Schwimmbadweg 30 • KOSTEN: 20,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 12 Euro Lebensmittelumlage, bar vor Ort zu zahlen
• LEITUNG: Esther Eck • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Küchen der Welt

Asian Streetfood

So sollte Fastfood sein: gesund, schnell und lecker. Eines der besten Fastfoods kommt aus den Küchen Asiens. Sie erlernen gemeinsam das Kochen von „Gyozas“ oder der Suppe „Tom Ga Kai“ - dabei werden Sie das Fleisch nicht vermissen. Kochkenntnisse sind wünschenswert, aber keineswegs Bedingung.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 305003H41

TERMIN: Mi 13.03.2024, 18.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss: 08.03.2024 • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 20,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 12 Euro Lebensmittelumlage, bar vor Ort zu zahlen
• LEITUNG: Esther Eck • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Wine, Walk und Winzer-Snack

In den Ederauen

Wine-Wanderung mit Sommeliere und Verkostung von vier ausgesuchten Weinen unter fachkundiger Anleitung. Dazu wird ein Winzer-Snack gereicht und in geselliger Runde ausgetauscht.

FRITZLAR: Tageskurs Nr. 500024A41

TERMIN: So 21.04.2024, 12.00 bis 15.00 Uhr, 1 Termin
• ORT: Ederauen • KOSTEN: 42,00 Euro für 4 U-Std., ab 1 Teiln.
• LEITUNG: Frau Giorgia Karolyi • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Bärlauch - Heilsam und köstlich

Sammeln und zubereiten

An diesem Tag lernen Sie mit allen Sinnen eine alte und wieder modern gewordene Heilpflanze kennen: den „Lauch des Bären“. Gemeinsam in der Gruppe wird der Bärlauch zunächst im Frühjahrswald sachgerecht gesammelt, um anschließend daraus leckere Gerichte zuzubereiten. Beim entspannten Genießen der Gerichte gibt es nebenbei viele Informationen über die Wirkungen an Haut, Darm, Arterien und zur Ausscheidung von Umweltschadstoffen. Wir laden Sie ein, seine erneuernde, reinigende und erwärmende Wirkung am eigenen Leib und Gemüt zu testen.

BAD ZWESTEN: Tageskurs Nr. 305007H41

TERMIN: Sa 06.04.2024, 10.30 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • ORT: DGH Oberuff, Mühlstr. 15 • KOSTEN: 44,50 Euro für 7 U-Std., ab 6 Teiln., inklusive Materialkosten • LEITUNG: Ute-Rahel Baer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Genussreise - Italien

Tasting inkl. Snack

Ciao ragazzi! Unser liebstes Urlaubsland in Flaschen abgefüllt. Welche Besonderheiten hat der einzigartige Geschmack und die Faszination italienischer Weine in Bezug auf Klima, Rebsorten und Herstellung? Wir nehmen uns die beliebtesten Weine vor und klären all' diese Fragen.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 500025A41

TERMIN: Mi 03.04.2024, 18.30 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Lido Tagesbar, Am Hospital 23 • KOSTEN: 42,00 Euro für 3 U-Std., ab 3 Teiln. • LEITUNG: Frau Giorgia Karolyi • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 500026A41

TERMIN: Mi 24.04.2024, 18.30 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Lido Tagesbar, Am Hospital 23 • KOSTEN: 42,00 Euro für 3 U-Std., ab 3 Teiln. • LEITUNG: Frau Giorgia Karolyi • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Pfeffer - Ein Gewürz für besondere Gelegenheiten

Kennen Sie die verschiedenen Pfefferarten, deren Eigenschaften und Anwendungsmöglichkeiten? Lüften Sie die Geheimnisse 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“.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500021A41

TERMIN: Do 04.04.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss: 22.03.24 • 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

Erleben Sie die 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.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500022A41

TERMIN: Di 25.06.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss: 10.06.24 • 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.

Salze

Salz ist gleich Salz? Mitnichten - Sie können ganz bequem von zu Hause aromatische Salze und deren Unterschiede kennenlernen, genießen und experimentieren. In der Genussbox finden Sie 18 verschiedene Gewürze (16 Salze und 2 Salzgewürzmischungen) mit einer Kurzbeschreibung zu jedem Produkt.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500023A41

TERMIN: Mo 18.03.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss: 08.03.24 • 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.

► **Kurse zu den Themen Backen sowie Bierbrauen finden Sie auf der Seite 22 und 23.**



Gewürz-Tastings

Die Gewürzboxen ermöglichen jeweils die Teilnahme von 1 bis 4 Personen über einen Online-Zugang und einen Einkaufsgutschein im Wert von 10,00 Euro. Vor Kursbeginn erhalten Sie die Gewürzbox per Post und den Teilnahme-Link per E-Mail.

Curry - Ganz individuell

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 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.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500020A41

TERMIN: Di 20.02.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss: 12.02.24 • 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.



Junge vhs

Klettern, Schwingen, Spielen

Entwicklungsförderung für Kinder

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

➔ Für Kinder von 4 bis 6 Jahren

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 180101P41

INFO: Fr 2.2., 15.15 Uhr, BEGINN: Fr 09.02.2024, 15.30 bis 16.30 Uhr, 15 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 50,00 Euro für 20 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. 180102P41

INFO: Fr 2.2., 15.15 Uhr, BEGINN: Fr 09.02.2024, 16.30 bis 17.30 Uhr, 15 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 50,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jürgen Hamborg • AUSKUNFT: Tel. 06691 24881 ab 20.30 Uhr • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

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.

FRIEENDORF: Vormittagskurs Nr. 302701H41

BEGINN: Do 25.04.2024, 10.30 bis 11.00 Uhr, 8 Termine • ORT: Wellness-Paradies am Silbersee • KOSTEN: 20,00 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.

„Frühling“ malen

Malkurs für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Kinder, die gerne malen, können im Kurs gemeinsam mit der Künstlerin Gerlinde Vestweber als Dozentin und Bettina Range als pädagogische Fachkraft den „Frühling“ auf großes Malformat bringen. Was gibt es gerade jetzt in der Natur zu entdecken, was kann nur in dieser Jahreszeit beim genauen Hinschauen beobachtet werden? Bei einer kleinen Exkursion in die Natur werden „Augenblicke“ gesammelt und später an der Staffelei auf das Papier gebracht. Auch eigene Ideen bekommen ihren Raum. Gemalt wird an der Staffelei mit Schultemperafarben.

GILSERBERG: Vormittagskurs Nr. 207006L41

BEGINN: Di 26.03.2024, 9.00 bis 12.00 Uhr, 3 Termine • ORT: Ev. Gemeindehaus, Kirchweg 8 • KOSTEN: 60,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. ca. 5 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Gerlinde Vestweber in Kooperation mit dem Evangelischen Jugendbüro Gilserberg • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Stricken für Jung und Alt

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: 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. 209001L41

BEGINN: Do 15.02.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr, 5 Termine • ORT: Kerstin's Strick- und Wollstübchen, Kalbsburgerstraße 6 • 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. 209002L41

BEGINN: Do 18.04.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr, 5 Termine • ORT: Kerstin's Strick- und Wollstübchen, Kalbsburgerstraße 6 • 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. 209003L41

BEGINN: Do 06.06.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr, 5 Termine • ORT: Kerstin's Strick- und Wollstübchen, Kalbsburgerstraße 6 • 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.

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. 501402A41

TERMINE: Mo 8.4. bis Fr 12.4., 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. 501403A41

TERMINE: Mo 19.8. bis Fr 23.8., 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.

Arabisch für Kinder von 7 bis 12 Jahren

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

➔ Von Anfang an

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 401101T41

BEGINN: Fr 26.01.2024, 14.00 bis 15.30 Uhr, 9 Termine • ORT: Erich-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • KOSTEN: 57,00 Euro für 18 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Arej Alraja • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Anfangskenntnisse erweitern

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 401111T41

BEGINN: Fr 19.04.2024, 14.00 bis 15.30 Uhr, 8 Termine • ORT: Erich-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • KOSTEN: 51,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Arej Alraja • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 402101T41

BEGINN: Mi 06.03.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 5 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 51,00 Euro für 10 U-Std., ab 5 Teiln., für alle Niveaustufen geeignet • LEITUNG: Fengjuan Greiner • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird zu Beginn gestellt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Nähen macht Spass - Für Groß und Klein 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. Die Stoffauswahl wird gemeinsam besprochen, dann folgt das Zuschneiden und das Zusammennähen der einzelnen Stoffstücke. Menschen mit Vorkenntnissen verfolgen ein eigenes Nähprojekt. Hier beraten wir gemeinsam, welches Projekt sich eignet.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 209005L41

BEGINN: Do 15.02.2024, 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. ca. 2 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch und ggf. 10 Euro Leihgebühr für Nähmaschine und weiteres Zubehör (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Judith Schwerdtfeger-Asbrand • AUSKUNFT: Tel. 0177 1695280 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 209004L41

BEGINN: Do 06.06.2024, 17.15 bis 19.45 Uhr, 4 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 52,00 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 2 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch und ggf. 10 Euro Leihgebühr für Nähmaschine und weiteres Zubehör (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Judith Schwerdtfeger-Asbrand • AUSKUNFT: Tel. 0177 1695280 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



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

Marktplatz 15, Tel. 05681 9364631
Sprechzeiten: Mo-Fr 9-12 Uhr
E-Mail: info@faz-se.de

Felsberg

Mehrgenerationenhaus, Untere Birkenallee 19
Tel. 05662 4080853

Schwalmstadt (Ziegenhain)

Steinweg 33
Tel. 06691 9158831

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

Tastschreiben 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.

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 504010A41

TERMINE: Mo 8.4., Mi 10.4. und Fr 12.4., jeweils 9 bis 12.15 Uhr, in den Ferien • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial • LEITUNG: Sonia Komnick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 504011A41

TERMINE: Mo 8.4., bis Do 11.4., 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.

Wir punkten für Melsungen



Punkten Sie mit!

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



Kontaktadresse: Karin Plötz-Hesse, Schriftführerin · Am Huberg 4 · 34212 Melsungen · Tel. (05661) 9261931
E-Mail: kinderundfamilienbuero@melsungen-foerdert.de · www.melsungen-foerdert.de

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: 11.01., 15.02., 14.03., 11.04., 16.05. und 13.06.2024

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 mindestens 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 6,2 Millionen Menschen, die mit der geschriebenen Sprache im täglichen Leben nicht zurechtkommen (geringer Literalisierte). Die Grundbildungskurse der vhs bieten gezielte Unterstützung an und vermitteln das Lesen und Schreiben mit speziellen Methoden und Materialien aus dem Alltag. 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.

Grundbildung

vhs-Lerntreff Lesen und Schreiben

Grundbildungskompetenzen

Besser lesen und schreiben können. Das ist in vielen Situationen im Alltag oder Beruf sinnvoll. Kennen Sie Menschen, die dieses Ziel erreichen wollen? Dann geben Sie die folgende Info bitte weiter: Der erste Schritt zum vhs-Lerntreff ist unverbindlich und ohne Anmeldung möglich. Wir beraten Sie individuell. Diskretion sichern wir Ihnen zu. In der vhs ist lebenslanges Lernen das erfolgreiche Programm. Rufen Sie an: 05681 775-4038 oder besuchen Sie auf unserer Homepage (www.vhs-schwalm-eder.de) den gelben Punkt „Grundbildung“.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 405121T41

TERMIN: Termine und Zeiten auf der vhs-Homepage • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • LEITUNG: N.N. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

GUDENSBERG: Vormittagskurs Nr. 405123T41

TERMIN: Termine und Zeiten auf der vhs-Homepage • ORT: Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • LEITUNG: N.N. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 405124T41

TERMIN: Termine und Zeiten auf der vhs-Homepage • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • LEITUNG: N.N. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 405122T41

TERMIN: Termine und Zeiten auf der vhs-Homepage • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • LEITUNG: N.N. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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

KOSTEN-FREI
FREE OF CHARGE

grundbildung.de/einstiegdeutsch | facebook.com/iaell.de

App Store | Google Play



Englisch

Niveau A1

Englisch - Neustart

Dieser Englischkurs startet von Anfang an und richtet sich auch an Personen, die nach langer Zeit mit Englisch nochmal 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

GUDENSBERG: Vormittagskurs Nr. 406103T41

BEGINN: Mo 12.02.2024, 9.00 bis 10.30 Uhr, 8 Termine • ORT: Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • KOSTEN: 68,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Heinrich Hesse • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstermin bekanntgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Englisch - Anfangskenntnisse erweitern

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

Niveau A1.02

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 406102T41

BEGINN: Mo 12.02.2024, 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 Spegel • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy Englisch A1.1, ab Lektion ca. 8 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Englisch intensiv

Englischintensivkurs - für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse (Niveau A1.1) bzw. mit geringen Anfangskenntnissen oder solche, die ihre Schulkenntnisse auffrischen wollen (Niveau A1.2). 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- Von Anfang an

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 auf vhs Webseite • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A1 - ISBN 978-3-12501750-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A1.2- Anfangskenntnisse erweitern

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406159X41

TERMINE: Mo 19.8. bis Fr 23.8.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf vhs Webseite • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A1 ISBN 978-3-12501750-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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 auf vhs Webseite • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A1 ISBN 978-3-12501750-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Englisch - New Refresher

Englischkurs am Samstag - geeignet für Teilnehmende, die ihre lange zurückliegenden Vorkenntnisse auf Niveau A1 bis A2 multimedial, mit internationalen, aktuellen Themen und Trends und vielen länderspezifischen Informationen über Kultur und Leben auffrischen wollen. Sie werden sich intensiv mit der Sprache beschäftigen und bald Fortschritte vorweisen können.

Niveau A1.2

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 406201T41

BEGINN: Sa 17.02.2024, 11.00 bis 12.30 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln., ab 8 TN Entgeltreduzierung • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: National Geographic Learning: Life A1.2 - A2.1 Elementary. ISBN: 978-1-337-28549-0 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Niveau A2

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. 406202T41

BEGINN: Di 06.02.2024, 18.15 bis 19.45 Uhr, 7 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Fünftenweg 30 • KOSTEN: 60,00 Euro für 14 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Javorka Knezevic • LEHRMATERIAL: Klett: Network Now A2.1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A2.03

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 406212T41

BEGINN: Di 16.04.2024, 18.15 bis 19.45 Uhr, 12 Termine • ORT: BerufsschulCampus 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 A2.04

HOMBERG: Abendkurs Nr. 406206T41

BEGINN: Do 15.02.2024, 17.30 bis 19.00 Uhr, 6 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • KOSTEN: 51,00 Euro für 12 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.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 406207T41

BEGINN: Do 18.04.2024, 17.30 bis 19.00 Uhr, 6 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • KOSTEN: 51,00 Euro für 12 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 A2.06

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 406209T41

BEGINN: Mo 12.02.2024, 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 Lektion ca. 10 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406208T41

BEGINN: Mo 05.02.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elke Manshausen • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A2, 2nd edition, ab Lektion ca. 4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Niveau A2.07

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406218T41

BEGINN: Mo 06.05.2024, 18.35 bis 20.05 Uhr, 6 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 51,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elke Manshausen • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A2, 2nd edition, ab Lektion ca. 6 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Englisch intensiv - Grundlagen

Englisch Grundlagen intensiv. Gut geeignet als Fortsetzung des Bildungsurlaubs A1.2 und für alle, die schon lange 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.

Niveau A2

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 auf vhs Webseite • 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 auf vhs Webseite • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A2 - B1

Enjoy speaking English

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



MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406230T41

BEGINN: Mo 05.02.2024, 17.00 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elke Manshausen • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs vereinbart • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406231T41

BEGINN: Mo 06.05.2024, 17.00 bis 18.30 Uhr, 6 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 43,00 Euro für 10 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elke Manshausen • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs vereinbart • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

English - Refresher

Englischkurs am Samstag - geeignet für Teilnehmende, die ihre lange zurückliegenden Vorkenntnisse auf Niveau A2 bis B1 multimedial, mit internationalen, aktuellen Themen und Trends und vielen länderspezifischen Informationen über Kultur und Leben auffrischen wollen. Sie werden sich intensiv mit der Sprache beschäftigen und bald Fortschritte vorweisen können.

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 406301T41

BEGINN: Sa 17.02.2024, 9.15 bis 10.45 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln., ab 8 TN Entgeltreduzierung • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: National Geographic Learning: Life A2 - B1 Preintermediate. ISBN: 978-1-337-2-8570-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau B1

Enjoy speaking English

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

➔ Niveau B1

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 406331T41

BEGINN: Mi 14.02.2024, 9.00 bis 10.30 Uhr, 15 Termine, Ferientermine nach Absprache • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 124,00 Euro für 30 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Evemarie Klein • LEHRMATERIAL: Klett: Fairway Refresher B1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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 vhs Webseite • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Simply Business B1 inkl. E-book-Lizenz. ISBN: 978-3-06-520456-9 • 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 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. Es um Wortschatz ebenso wie um Grammatik. „Step by step“ werden Sie sicherer werden im Verstehen und selbständigen Sprechen der englischen Sprache. Grundkenntnisse werden vorausgesetzt. Take your chance! Dieser Kurs wird online durchgeführt. Die Zugangsdaten für den Beitritt zum Online-Klassenraum erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung bei der vhs rechtzeitig vor der Veranstaltung per E-Mail. Sie können von Ihrem PC, Tablet oder Laptop aktiv sprechend, hörend und kommunikativ mit einer Gruppe an dem Kurs teilnehmen. Wenn Sie erstmalig an einem Online-Kurs teilnehmen, bieten wir Ihnen dafür einen TechnikCheck an. Sprechen Sie uns an.

➔ Niveau B1.09

ONLINE: Onlinekurs Nr. 406302T41

BEGINN: Mi 21.02.2024, 17.30 bis 19.00 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 61,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Udo Grenzbach • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy English B1.2 ab Lektion ca. 7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Wir setzen auf Schulungsunterlagen von

HERDT

www.herdt.com



Niveau B2

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.

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406455X42

TERMINE: Mo 2.9. bis Fr 6.9.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf vhs Webseite • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Basis for Business B2 + inkl. E-book-Lizenz. ISBN: 978-3-06-122156-0 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Französisch



Niveau A1

Französisch

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 andere französischsprachige Länder weltweit runden den Kurs ab. Bienvenue!

Niveau A1.01 - Von Anfang an

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 408101T41

BEGINN: Mi 14.02.2024, 16.30 bis 18.00 Uhr, 6 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 61,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Irmhild Schnurawa • LEHRMATERIAL: Hueber: On y va, A1 - Aktualisierte Ausgabe ISBN 978-3-19-103325-5 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A1.02 - Anfangskenntnisse erweitern

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 408102T41

BEGINN: Do 15.02.2024, 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 neu A1 ISBN: 978-3-12-529412-7, ab Lektion ca. 7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 408106T41

BEGINN: Mo 12.02.2024, 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, ab Lektion ca. 4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Französisch intensiv

Teilnehmende können ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen (A1.1) bzw. geringen Vorkenntnissen (A1.2) 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

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 408151X42

TERMINE: Mo 19.8. bis Fr 23.8.24, jeweils 9 bis 16.30 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen auf vhs Webseite • LEITUNG: Christian Pfaff • LEHRMATERIAL: Klett: Voyages A1 ISBN: 978-3-12-529412-7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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 vhs Webseite • LEITUNG: Christian Pfaff • LEHRMATERIAL: Klett: Voyages A1 ISBN: 978-3-12-529412-7, ab Lektion 8 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Französisch - Neustart

Dieser Kurs startet von Anfang an und ist auch für Personen geeignet, die ihre vor langer Zeit erworbenen Vorkenntnisse wieder auffrischen wollen. Er ist rund um Wortschatz, Dialoge und Kurztexte aller Art abwechslungsreich gestaltet. Das Sprechen und die verständliche Aussprache stehen im Vordergrund. Wissenswertes über Kultur, Land und Leute französischsprachiger Länder runden den Kurs ab. Bienvenue!

Niveau A1

NIEDENSTEIN: Abendkurs Nr. 408103T41

BEGINN: Do 15.02.2024, 17.30 bis 19.00 Uhr, 8 Termine • ORT: Gesamtschule Guxhagen, Schöne Aussicht 13 • KOSTEN: 67,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Irmhild Schnurawa • LEHRMATERIAL: Klett: Voyages A1 ISBN: 978-3-12-529412-7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Niveau B1 - B2

Francais - Par les textes

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. 408401T41

BEGINN: Mi 24.01.2024, 19.00 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Fünftenweg 30 • KOSTEN: 50,00 Euro für 11 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Gabriele Mollenhauer • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 408411T41

BEGINN: Mi 24.04.2024, 19.00 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Fünftenweg 30 • KOSTEN: 50,00 Euro für 11 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Gabriele Mollenhauer • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A2

Französisch Auffrischung

Es erwartet Sie ein Französischkurs, der das Erlernen der französischen Sprache rund um Wortschatz, kleine Dialoge und Kurztex te 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. 408207T41

BEGINN: Do 18.01.2024, 19.30 bis 21.00 Uhr, 10 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Brigitte Wagner • LEHRMATERIAL: Hueber: On y va, A2 - Aktualisierte Ausgabe, ISBN 978-3-19-103351-4, ab Lektion Nr.1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 408217T41

BEGINN: Do 18.04.2024, 19.30 bis 21.00 Uhr, 10 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Brigitte Wagner • LEHRMATERIAL: Hueber: On y va, A2, ab Lektion Nr. 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau B1

Französisch - Mittelstufe

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

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 408303T41

BEGINN: Do 18.01.2024, 17.50 bis 19.20 Uhr, 10 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Brigitte Wagner • LEHRMATERIAL: Hueber: On y va - B1 - Aktualisiert Ausgabe. ISBN 978-3-19-103354-5 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 408315T41

BEGINN: Do 18.04.2024, 17.50 bis 19.20 Uhr, 10 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 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 - von Anfang an / Anfangskenntnisse erweitern

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

➔ Niveau A1.01

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 409102T41

BEGINN: Do 15.02.2024, 10.00 bis 11.30 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 61,00 Euro für 12 U.-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHRMATERIAL: Hueber Verlag: Nuovo Espresso A1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.02

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 409112T41

BEGINN: Do 18.04.2024, 10.00 bis 11.30 Uhr, 8 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 81,00 Euro für 16 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHRMATERIAL: Hueber Verlag: Nuovo Espresso A1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.03

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409101T41

BEGINN: Di 13.02.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 6 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 51,00 Euro für 12 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Sandra Cimaglia • LEHRMATERIAL: Hueber: Espresso neu A1, ab Lektion ca. 4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.04

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409104T41

BEGINN: Mo 29.01.2024, 17.30 bis 19.00 Uhr, 14 Termine
• ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 117,00 Euro für 28 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Karin Casorati-Kerpen • LEHRMATERIAL: Hueber: Espresso Nuovo 1, ab Lektion ca. 8 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409111T41

BEGINN: Di 16.04.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 12 Termine
• ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Sandra Cimaglia • LEHRMATERIAL: Hueber: Espresso neu A1, ab Lektion ca. 6 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.06

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409106T41

BEGINN: Mo 15.01.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine
• ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird noch bekanntgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.07

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

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409105T41

BEGINN: Di 06.02.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 7 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 60,00 Euro für 14 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHRMATERIAL: Hueber: Nuovo Espresso A1, ca. ab Lektion 8 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409115T41

BEGINN: Di 16.04.2024, 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.



Italienisch intensiv

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 / in der Toskana. Die Themenschwerpunkte zur Landeskunde sind ausgerichtet an den lokalen Besonderheiten der Regionen wie die Herstellung von Spezialitäten, z.B. Aceto Balsamico und Pasta (Emilia Romagna) 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. ideal für Personen, die in die italienische Sprache einsteigen oder Grundkenntnisse auffrischen wollen (Toskana) und besonders geeignet für die Berufsbereiche Gastronomie, Tourismus, Handel und Soziales. Die Organisation der An- und Abreise sowie die Buchung der vorgesehenen Unterkunft in Casina / in Florenz ist mit organisatorischer Hilfe der Kursleitung von den Teilnehmenden selbstverantwortlich und verbindlich zu buchen. Es gelten die AGB der jeweiligen Vertragspartner. Informationen zur Tagungsstätte und zur Unterkunft ist bei der Kursleitung zu erhalten. Ein Infogespräch für die Teilnehmenden wird nach Anmeldung von der Kursleiterin angeboten. Eine kostenfreie schriftliche Abmeldung ist möglich bis zum 05.05.2024 (Casina) bzw. bis zum 28.07.2024 (Toskana). Danach entsteht die Verpflichtung zur Zahlung des vollen Entgelts. Der Abschluss einer Reiserücktritts- und einer Seminarversicherung wird empfohlen. Aktenzeichen für den anerkannten Bildungsurlaub auf vhs Webseite. Die Kursentgelte vorbehaltlich weiterer Preissteigerungen der Energiekosten.



➔ Niveau A1.2

CASINA/EMILIA, ITALIEN: Bildungsurlaub Nr. 409103X41

TERMINE: Mo 24.6. bis Fr 28.6.24, jeweils 9.30 bis 17 Uhr, Anmeldeschluss: 05.05.2024 • ORT: Italien • KOSTEN: 442,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung, Aktenzeichen auf vhs Webseite • 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, Anmeldeschluss: 28.07.2024 • ORT: Italien • KOSTEN: 469,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung, Aktenzeichen auf vhs Webseite • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A2

Italienisch - Grundkenntnisse aufbauen

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

➔ **Niveau A2.01**

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409206T41

BEGINN: Mo 15.04.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln., Kurs wird eventuell online fortgeführt. Info ab März 2024 • LEITUNG: Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird noch 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 A2.03**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409207T41

BEGINN: Do 08.02.2024, 17.30 bis 19.00 Uhr, 7 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 60,00 Euro für 14 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHRMATERIAL: Hueber: Espresso A2, ab Lektion 1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau A2.04**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409217T41

BEGINN: Do 18.04.2024, 17.30 bis 19.00 Uhr, 8 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 68,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHRMATERIAL: Hueber: Espresso A2, ab Lektion ca.3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Italienisch macht munter

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

➔ **Niveau A2**

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 409208T41

BEGINN: Di 06.02.2024, 10.00 bis 11.30 Uhr, 7 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 71,00 Euro für 14 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstermin bekanntgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 409218T41

BEGINN: Di 16.04.2024, 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. Kurstermin 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. Sie lernen in entspannter Atmosphäre, wiederholen Wortschatz und Grammatik und erhalten reichlich Gelegenheit zum Sprechen.

➔ **Niveau A2**

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409202T41

BEGINN: Di 06.02.2024, 19.00 bis 20.00 Uhr, 7 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 52,00 Euro für 10 U-Std., ab 5 Teiln., Entgeltreduzierung bei mehr als 5 Teilnehmenden • LEITUNG: Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstermin bekanntgegeben • 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. Einfach probieren und mitmachen! Mit guten Grundkenntnissen bauen Sie auf Niveau B1 Ihre Sprachkenntnisse weiter aus. Sie gewinnen an Ausdruckstärke und erreichen mehr Spielraum im selbstständigen Anwenden der Fremdsprache.



MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409331T41

BEGINN: Mi 17.01.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 75,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • LEHRMATERIAL: Bonacci editore: Che storia! • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409332T41

BEGINN: Do 18.01.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • LEHRMATERIAL: Lernmaterial wird im Kurs bekanntgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409333T41

BEGINN: Mi 17.04.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln., Kurs wird eventuell online fortgeführt. Info ab März 2024 • LEITUNG: Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • LEHRMATERIAL: Bonacci editore: Che storia! • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409334T41

BEGINN: Do 18.04.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln., Kurs wird eventuell online fortgeführt. Info ab März 2024 • LEITUNG: Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • LEHRMATERIAL: Bonacci editore: Che storia! • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau B2

Italienisch in guter Mischung

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

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409401T41

BEGINN: Mi 17.01.2024, 18.00 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 89,00 Euro für 14 U-Std., ab 4 Teiln., Entgeltreduzierung erfolgt bei mehr als 4 Teilnehmenden • LEITUNG: Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs bestimmt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409402T41

BEGINN: Mi 17.04.2024, 18.00 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 89,00 Euro für 14 U-Std., ab 4 Teiln., Entgeltreduzierung erfolgt bei mehr als 4 Teilnehmenden. Kurs wird eventuell online fortgeführt. Info ab März 2024 • LEITUNG: Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs bestimmt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Spanisch

Niveau A1

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. 422102T41

BEGINN: Di 16.04.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 61,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Adela Davila-Nienhaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 422101T41

BEGINN: Mo 12.02.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 61,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Christian Pfaff • LEHRMATERIAL: Klett: Con gusto nuevo A1, ISBN: 978-3-12-514671-6 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A1.02

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422103T41

BEGINN: Mi 17.04.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 61,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Adela Davila-Nienhaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1, ab Lektion ca. 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 422111T41

BEGINN: Mo 15.04.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Christian Pfaff • LEHRMATERIAL: Klett: Con gusto A1, ab Lektion ca. 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A1.04

HOMBERG: Abendkurs Nr. 422107T41

BEGINN: Mo 12.02.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 16 Termine • ORT: Erich-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • KOSTEN: 133,00 Euro für 32 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Werner Müller-Klevinghaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1, ab Lektion ca. 6 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A1.08

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 422105T41

BEGINN: Mo 19.02.2024, 11.00 bis 12.30 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1. ISBN: 978-3-12-514671-6, ab Lektion ca. 8 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**Spanisch intensiv - Anfangskenntnisse**

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

Niveau A1 - Von Anfang an

SCHWALMSTADT: Bildungsurlaub Nr. 422101X41

TERMINE: Mo 15.7. bis Fr 19.7.24, 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 vhs Webseite • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A1.2 - Anfangskenntnisse erweitern

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 vhs Webseite • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A2

Spanisch - Grundkenntnisse aufbauen

Ideal zum Weiterlernen oder Wiedereinsteigen nach vhs-Kursen auf dem A1-Niveau des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen oder mit vergleichbaren Vorkenntnissen. Sie lernen in entspannter Atmosphäre, können Grammatikkenntnisse ausbauen und haben viel Gelegenheit zum Sprechen. So können Sie bald Wesentliches sagen und sich in routinemäßigen Situationen in Spanisch bewegen. Wissenswertes über die spanischsprachigen Länder runden den Kurs ab. Bienvenidos!



➔ **Niveau A2.02**

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422204T41

BEGINN: Di 16.04.2024, 10.00 bis 11.30 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 99,00 Euro für 12 U-Std., ab 3 Teiln., bei mehr als 3 Teilnehmenden wird das Entgelt reduziert • LEITUNG: Adela Davila-Nienhaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto nuevo A2, ISBN 978-3-12-514677-8, ab Lektion 1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau A2.03**

HOMBERG: Abendkurs Nr. 422207T41

BEGINN: Mi 14.02.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 16 Termine • ORT: Erich-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • KOSTEN: 133,00 Euro für 32 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Werner Müller-Klevinghaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A2, Bd. 2, ab Lektion ca. 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau A2.10**

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 422203T41

BEGINN: Di 13.02.2024, 16.45 bis 18.15 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto nuevo A2, ISBN 978-3-12-514677-8, ab Lektion ca. 10 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Spanisch intensiv - Grundkenntnisse

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

➔ **Niveau A2**

SCHWALMSTADT: Bildungsurlaub Nr. 422201X41

TERMINE: Mo 18.3. bis Fr 22.3.24, 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 vhs Webseite • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • 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. 422331T41

BEGINN: Mo 19.02.2024, 9.30 bis 11.00 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 100,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial 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. 422301T41

BEGINN: Di 13.02.2024, 18.15 bis 19.45 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • LEHRMATERIAL: Klett: Con gusto nuevo B1, ab Lektion ca. 8 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau B2

Spanisch - Sprechvergnügen

So bringen Sie Ihre Spanischkenntnisse in Bewegung. Sprachlich bietet der Kurs die einmalige Chance, vor allem mündlich zu trainieren und 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. 422431T41

BEGINN: Mo 12.02.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 14 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 116,00 Euro für 28 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

Für Ehrenamtliche und Interessierte mit Vorkenntnissen im arabischen Alphabet. Für Menschen mit europäischen Muttersprachen 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 A2.02 auch die des arabischen Alphabets. Voraussetzung für den Kurs auf Niveau A2.02: Kenntnisse der Buchstaben und etwas Grammatik. Diese Veranstaltungen werden vom Hessischen Ministerium für Soziales und Integration für Personen mit Wohnsitz in Hessen gefördert. Teilnehmende (TN) aus anderen Bundesländern müssen das volle Entgelt von 60 Euro für 7 Termine ab mindestens 7 TN (Kurs A1.05) bzw. 92 Euro für 11 Termine ab mindestens 7 TN (Kurs A1.06) bzw. 166 Euro für 20 Termine ab 7 TN (Kurs A2.02) entrichten.

➔ Niveau A1.05 - Anfangskenntnisse erweitern

HOMBERG: Abendkurs Nr. 401102T41

BEGINN: Di 06.02.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 7 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • KOSTEN: 11,00 Euro für 14 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 - Anfangskenntnisse erweitern

HOMBERG: Abendkurs Nr. 401112T41

BEGINN: Di 16.04.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 11 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • KOSTEN: 14,00 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 A2.02 - Grundkenntnisse aufbauen

ONLINE: Onlinekurs Nr. 401203T41

BEGINN: Mo 12.02.2024, 20.00 bis 21.30 Uhr, 20 Termine, auch in den Ferien • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 24,00 Euro für 40 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Nicolas Khoury • LEHRMATERIAL: Klett: Salam! neu A1-A2, ab Lektion ca. 7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Arabisch

Für Kinder von 7 bis 12 Jahren

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

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 401101T41

BEGINN: Fr 26.01.2024, 14.00 bis 15.30 Uhr, 9 Termine • ORT: Erich-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • KOSTEN: 57,00 Euro für 18 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Arej Alraja • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Anfangskenntnisse erweitern

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 401111T41

BEGINN: Fr 19.04.2024, 14.00 bis 15.30 Uhr, 8 Termine • ORT: Erich-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • KOSTEN: 51,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Arej Alraja • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Bulgarisch

Bulgarisch

Bulgarien ist seit 20 Jahren in der Europäischen Union und ein aktiver Faktor im Wirtschaftsraum. Aus beruflichen Gründen ebenso wie für Personen mit Outdoorplänen in Bulgarien sind Sprachkenntnisse von großem Vorteil und ein Schritt hin zum Zusammenwachsen in Europa. Hier erhalten Sie die sprachliche Ausrüstung, um alle wichtigen Situationen in unserem europäischen Partnerland zu meistern. Nutzen Sie die wertvollen Informationen über Land, Leute und bulgarische Lebensart.

FRITZLAR: Tageskurs Nr. 426101T41

BEGINN: Sa 20.04.2024, 9.30 bis 14.30 Uhr, 2 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 51,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Krasimira Dimova-Dunkel • 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

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 402101T41

BEGINN: Mi 06.03.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 5 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 51,00 Euro für 10 U-Std., ab 5 Teiln., für alle Niveaustufen geeignet • LEITUNG: Fengjuan Greiner • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird zu Beginn gestellt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Gebärdensprache

Gebärdensprache (DGS)

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. Der erste Kursteil ist für alle Lernenden geeignet. Der Kursleiter bietet Basiswissen und erweitert auf fortgeschrittener Ebene die Themenauswahl des letzten Kurses.

➔ **Teil I**

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 400001T41

BEGINN: Mi 14.02.2024, 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.

➔ **Teil II**

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 400002T41

BEGINN: Mi 05.06.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 5 Termine • ORT: Hephata, Akademie f. Soziale Berufe, Elisabeth-Seitz-Str. 12 • KOSTEN: 42,00 Euro für 10 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 - Anfangskenntnisse erweitern - Hybrid

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 Dienstreise nach Japan? Jetzt haben Sie beste Chancen für Informationen aus erster Hand. Die Kurse auf Niveau A1.02 und A1.03 werden hybrid durchgeführt, d.h. Sie können sich für den Präsenzkurs anmelden und/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. Wenn Sie erstmalig eine Online-Veranstaltung besuchen, bieten wir Ihnen einen TechnikCheck an. Bitte sprechen Sie uns an.

➔ **Niveau A1.02**

HOMBERG + ONLINE: Abendkurs Nr. 410101T41

BEGINN: Mo 12.02.2024, 19.45 bis 21.15 Uhr, 8 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 100,00 Euro für 16 U-Std., ab 4 Teiln., bei 6 TN wird das Entgelt reduziert • LEITUNG: Akiko Izumi • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird gestellt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau A1.03**

HOMBERG + ONLINE: Abendkurs Nr. 410111T41

BEGINN: Mo 06.05.2024, 19.45 bis 21.15 Uhr, 8 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 100,00 Euro für 16 U-Std., ab 4 Teiln., bei mehr als 4 TN wird das Entgelt reduziert • LEITUNG: Akiko Izumi • LEHRMATERIAL: Lehrbuch auf Nachfrage • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau A1.04**

Sie haben bereits Kenntnisse über Kana auf Japanisch? Kennen Sie eine grundlegende Satzstruktur? Dann sind dies die richtigen Kurse für Sie, um Ihr Sprachverständnis zu vertiefen. Lernen kann Spaß machen!

HOMBERG: Abendkurs Nr. 410103T41

BEGINN: Mo 12.02.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 8 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 68,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Akiko Izumi • LEHRMATERIAL: 3A Corporation: Minna no Nihongo. Version Syokyu 1 Second Ed. Main Textbook 1, ca. Lesson 3. ISBN: 978-98319-603-6, Chapter 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau A1.05**

HOMBERG: Abendkurs Nr. 410113T41

BEGINN: Mo 29.04.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Akiko Izumi • LEHRMATERIAL: 3A Corporation: Minna no Nihongo. Version Syokyu 1 Second Ed. Main Textbook 1, ca. Lesson 3. ISBN: 978-88319-603-6, Chapter 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Kroatisch

Kroatisch

Kroatien liegt mitten in Europa leicht erreichbar. Aus beruflichen Gründen ebenso wie für Reisende sind Sprachkenntnisse von großem Vorteil für ein Zusammenwachsen in Europa. Hier erhalten Sie die sprachliche Ausrüstung, um alle wichtigen Situationen zu meistern. Nutzen Sie die wertvollen Informationen über Land, Leute und die kroatische Lebensart.

➔ **Niveau A1.01**

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 426102T41

BEGINN: Sa 09.03.2024, 9.30 bis 14.30 Uhr, 2 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 51,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Javorka Knezevic • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niederländisch

**Niederländisch -
Anfangskennnisse erweitern**

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

➔ **Niveau A1.08**

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 414102T41

BEGINN: Mi 07.02.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 7 Termine
• ORT: BerufsschulCampus ZIG, Fünftenweg 30 • KOSTEN: 71,00 Euro für 14 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Aukje Teichert
• LEHRMATERIAL: Hueber: Wat leuk! A1, ab Lektion ca.12
• ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau A1.10**

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 414112T41

BEGINN: Mi 17.04.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine
• ORT: BerufsschulCampus ZIG, Fünftenweg 30 • KOSTEN: 100,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Aukje Teichert
• LEHRMATERIAL: Hueber: Wat leuk! • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Polnisch

Polnisch - Von Anfang an

Ein Sprachkurs für die ersten Schritte in der polnischen Sprache, kommunikativ und entspannt, mit einer Menge an Sprachpraxis und hilfreichen Informationen z.B. für den beruflichen Austausch oder eine Dienstreise ins Nachbarland.

➔ **Niveau A1.01**

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 417151T41

BEGINN: Do 15.02.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine
• ORT: BerufsschulCampus ZIG, Fünftenweg 30 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Ewa Badenska
• LEHRMATERIAL: Klett: Razem, ISBN 978-3-12-528641-2
• ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Polnisch - Grundkenntnisse ausbauen

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 Polnisch bewegen.

➔ **Niveau A2.03**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 417201T41

BEGINN: Do 15.02.2024, 17.30 bis 19.00 Uhr, 12 Termine
• ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Anna Schubert
• LEHRMATERIAL: Klett: Razem A2, ab Lektion ca. 15
• 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. 419101T41

BEGINN: Di 05.03.2024, 19.30 bis 21.00 Uhr, 12 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elena Huber
• LEHRMATERIAL: Klett: Mocht 1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau A1.02 - Anfangskennnisse erweitern**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 419102T41

BEGINN: Di 13.02.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 12 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elena Huber
• LEHRMATERIAL: Klett: Mocht 1, ab Lektion ca. 5 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau A2 - Grundlagen aufbauen**

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 419203T41

BEGINN: Mi 21.02.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 12 Termine
• ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2
• KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elena Huber
• LEHRMATERIAL: Klett: Mocht A1-A2, ab Lektion ca. 10 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Schwedisch

Schwedisch - Von Anfang an

Wie das Land so die Sprache: Es erwartet Sie ein Schwedischkurs, der gut gelaunt zum Mitmachen und Mitsprechen einlädt und das Lernen der schwedischen Sprache zum Sprachvergnügen macht. Die Themen drehen sich um Alltagssituationen aller Art. Interessantes über Schweden, die Menschen und ihre Kultur runden den Kurs ab. Zum Abschluss winkt als fröhliches Fest das Mitsommerfest „Välkomna!“

➔ **Niveau A1.01**

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 420101T41

BEGINN: Mo 12.02.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine
• ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Heike Reis
• LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstermin bekanntgegeben
• ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Türkisch

Türkisch - Anfangskenntnisse erweitern

Abwechslungsreich bietet der Kurs eine Palette an Aktivitäten und Informationen, die zum Sprechen motivieren und den Einstieg in die türkische Sprache leicht gestalten. Theorie und Praxis sind ausgewogen.



➔ **Niveau A1.02**

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 424101T41

BEGINN: Do 01.02.2024, 17.30 bis 19.00 Uhr, 8 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 81,00 Euro für 16 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Aliye König • LEHRMATERIAL: Klett: Kolay gelsin! • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 424102T41

BEGINN: Do 18.04.2024, 17.30 bis 19.00 Uhr, 8 Termine • ORT: R.-Stöckl-Schule, Evesham-Allee 4 • KOSTEN: 81,00 Euro für 16 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Aliye König • LEHRMATERIAL: Klett: Kolay gelsin! • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Ukrainisch

Ukrainisch

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**

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 425101T41

BEGINN: Do 22.02.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 5 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 43,00 Euro für 10 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Hanna Kryven • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstermin bekanntgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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



**BEI UNS IM HOSPI
ERLEBST DU
ECHTEN #TEAMGEIST**




www.hospital-karriere.de

Gesundheit

Stressbewältigung am Arbeitsplatz mit Yoga und Meditation

Gesundheitsprophylaxe in der Arbeitswelt

Ausführliche Kursbeschreibung auf Seite 27 oder online.

SCHÖNAU: Bildungsurlaub Nr. 301330X41

TERMINE: Mo 3.6. bis Fr 7.6.24, jeweils 9 bis 16.45 Uhr., Anreise am So. 2.6., Abreise am Sa. 8.6., 5 Termine • ORT: Buchenhaus am Königssee, Schönau (Bayern) • KOSTEN: 500,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive 6x Übernachtung mit HP im EZ (weitere Optionen auf Anfrage), zzgl. Kurtaxe (3,10 Euro pro Tag) und Kosten für die individuell zu organisierende Anreise • LEITUNG: Sonja Fuhrmann • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Sprachen

Englisch intensiv

Ausführliche Kursbeschreibung auf Seite 39 oder online.

↪ **Niveau A1.1 - Von Anfang an****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. • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A1 - ISBN 978-3-12501750-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

↪ **Niveau A1.2 - Anfangskenntnisse erweitern****HOMBERG:** Bildungsurlaub Nr. 406159X41

TERMINE: Mo 19.8. bis Fr 23.8.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A1 ISBN 978-3-12501750-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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. • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A1 ISBN 978-3-12501750-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Englisch intensiv - Grundlagen

Ausführliche Kursbeschreibung auf Seite 40 oder online.

↪ **Niveau A2****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. • 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. • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

▶ **Die Aktenzeichen werden nach Genehmigung auf unserer Webseite veröffentlicht**

Englisch intensiv - Business and more

Ausführliche Kursbeschreibung auf Seite 41 und Seite 42 oder online.

↪ **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. • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Simply Business B1 inkl. E-book-Lizenz. ISBN: 978-3-06-520456-9 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

↪ **Niveau B2****FRITZLAR:** Bildungsurlaub Nr. 406455X42

TERMINE: Mo 2.9. bis Fr 6.9.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Basis for Business B2 + inkl. E-book-Lizenz. ISBN: 978-3-06-122156-0 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Französisch intensiv

Ausführliche Kursbeschreibung auf Seite 42 oder online.

↪ **Niveau A1.1 - Von Anfang an****FRITZLAR:** Bildungsurlaub Nr. 408151X42

TERMINE: Mo 19.8. bis Fr 23.8.24, jeweils 9 bis 16.30 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln. • 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. • LEITUNG: Christian Pfaff • LEHRMATERIAL: Klett: Voyages A1 ISBN: 978-3-12-529412-7, ab Lektion 8 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Italienisch intensiv

Ausführliche Kursbeschreibung auf Seite 44 oder online.

↪ **Niveau A1.2****CASINA/EMILIA ITALIEN:** Bildungsurlaub Nr. 409103X41

TERMINE: Mo 24.6. bis Fr 28.6.24, jeweils 9.30 bis 17 Uhr, Anmeldeschluss: 05.05.2024 • ORT: Italien • KOSTEN: 442,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

↪ **Niveau A1****TOSKANA/ITALIEN:** Bildungsurlaub Nr. 409104X42

TERMINE: Mo 16.9. bis Fr 20.9.24, jeweils 9.30 bis 17 Uhr, Anmeldeschluss: 28.07.2024 • ORT: Italien • KOSTEN: 469,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Spanisch intensiv

Ausführliche Kursbeschreibung auf Seite 46 oder online.

➔ Niveau A1 - Von Anfang an

SCHWALMSTADT: Bildungsurlaub Nr. 422101X41

TERMINE: Mo 15.7. bis Fr 19.7.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
 • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.2 - Anfangskenntnisse erweitern

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. • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Spanisch intensiv - Grundkenntnisse

Ausführliche Kursbeschreibung auf Seite 47 oder online.

➔ Niveau A2

SCHWALMSTADT: Bildungsurlaub Nr. 422201X41

TERMINE: Mo 18.3. bis Fr 22.3.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Beruf & Computer

Von der Idee zur professionellen Website Mit WordPress

Ausführliche Kursbeschreibung auf Seite 57 oder online.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 501351X42

TERMINE: Mo 4.11. bis Fr 8.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Christian Schreiber • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Vom Entwurf zur Druckerei

Ausführliche Kursbeschreibung auf Seite 58 oder online.

➔ Photoshop, Indesign, Acrobat und Illustrator CS5

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 501501X41

TERMINE: Mo 17.6. bis Fr 21.6., 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Thilo Hadamovsky • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Affinity Publisher, Photo und Designer

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 501551X42

TERMINE: Mo 11.11. bis Fr 15.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Thilo Hadamovsky • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Excel 2021

Grundkurs

Ausführliche Kursbeschreibung auf Seite 58 oder online.

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 502001X41

TERMINE: Mo 4.3. bis Fr 8.3., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Visual Basic for Applications

Office-Automatisierung mit Excel 2021

Ausführliche Kursbeschreibung auf Seite 60 oder online.

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 502301X41

TERMINE: Mo 13.5. bis Fr 17.5., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 245,00 Euro für 50 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Fit im Büro ab Office 2021

Word, Excel, PowerPoint, Outlook

Ausführliche Kursbeschreibung auf Seite 62 oder online.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 504800X41

TERMINE: Mo 8.4. bis Fr 12.4., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Fit im Büro ab Office 2021 - Aufbaukurs

Word, Excel, PowerPoint, Outlook

Ausführliche Kursbeschreibung auf Seite 63 oder online.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 504850X42

TERMINE: Mo 14.10. bis Fr 18.10., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► Je nach gewähltem Kursangebot ist der Abschluss einer Seminar- / Reiserücktrittsversicherung möglich



Xpert Europäischer Computer Pass



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

Xpert

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

Xpert Master

Xpert - Module

(Für Schüler und Schülerinnen):
Xpert Basiszertifikat

Xpert Starter

Xpert Textverarbeitung basic

Xpert Präsentation

Xpert Kommunikation/Organisation

Xpert Tabellenkalkulation

Xpert Datenbankanwendung

Weitere Infos unter

https://vhs-nds.de/pruefungen/xpert_cp/

Xpert

Xpert - IT Kenntnisse mit Wirkung

Für Alltag und Beruf

Ein europataugliches EDV-Zertifikat bildet eine entscheidende Voraussetzung für ein erfolgreiches Arbeitsleben. Denn Mitarbeitende eines Betriebes benötigen für einen Großteil der Arbeitsabläufe IT-Kenntnisse. Das Lehrgangssystem „Xpert“ vermittelt umfassende Kenntnisse und praktische Fertigkeiten mit gängigen Anwenderprogrammen im Office-Bereich. Es besteht aus acht Modulen, von denen folgende fünf Module für den „Xpert Master“ empfohlen werden: Starter, Textverarbeitung, Kommunikation, Präsentation und Tabellenkalkulation. Jedes Modul schließt mit einer europaweit einheitlichen Prüfung ab. Im Mittelpunkt des Lehrgangs stehen praxisorientierte Lernmodule, die einen niedrighschwelligeren Einstieg ermöglichen. Mit Xpert machen Sie sich fit! Es können sich noch Terminverschiebungen/-anpassungen ergeben.

➔ Xpert - 3 Module

Empfohlene Module für den „Xpert“: Starter, Textverarbeitung, Kommunikation. 40 Termine; KOSTEN: 697,50 Euro für 123 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterialien und Prüfungsgebühren 3x 52 Euro.

➔ Xpert Master - 5 Module

Empfohlene Module für den „Xpert Master“: Starter, Textverarbeitung, Kommunikation, Präsentation und Tabellenkalkulation. 74 Termine; KOSTEN: 999,00 Euro für 222 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterialien, zzgl. Prüfungsgebühren je Modul 52 Euro.

Xpert Tabellenkalkulation 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 • Schutz von Daten am Arbeitsplatz. Die Teilnahme an der Xpert-Prüfung oder ECDL-Prüfung ist freiwillig. Voraussetzung: Gute Windowskenntnisse. Weitere Infos auch unter https://vhs-nds.de/pruefungen/xpert_cp/ abrufbar.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 502002A41

BEGINN: Mo 26.02.2024, 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 52 Euro • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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



Xpert Textverarbeitung 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. Der Kurs kann alternativ in vier Teilen gebucht werden. 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. 504001A41

BEGINN: Mo 26.02.2024, 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 52 Euro • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Xpert Textverarbeitung Prüfungstraining

Word für Alltag und Beruf

Prüfungsvorbereitung der Inhalte aus: • Xpert Textverarbeitung Grundlagen • Xpert Textverarbeitung Formatierung und Gestaltung, • Xpert Textverarbeitung Seriendruck, DIN und Automatisierung • Durchführung einer Musterprüfung • Prüfungstermin.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504005A41

BEGINN: Mo 13.05.2024, 18.00 bis 20.15 Uhr, 3 Termine, immer montags und mittwochs • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 45,00 Euro für 9 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. Prüfungsgebühren 52 Euro • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Xpert Textverarbeitung Formatierung und Gestaltung

Word für Alltag und Beruf

Inhalt: • Tabellen erstellen und gestalten • Spaltensatz einsetzen • umfangreiche Seitenformatierungen • Seitengestaltung mit Kopf- und Fußzeilen, mehrspaltige Abschnitte • manuelle Umbrüche. Voraussetzung: Xpert Textverarbeitung Grundlagen.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504003A41

BEGINN: Mi 13.03.2024, 18.00 bis 20.15 Uhr, 5 Termine, immer montags und mittwochs • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 75,00 Euro für 15 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. ggfs. Lernmaterial 15 Euro plus 4,95 Euro bei Einzelbestellung • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Xpert Textverarbeitung Seriendruck, DIN und Automatisierung

Word für Alltag und Beruf

Inhalt: • Einsatz und Bearbeitung von Illustrationen • Standardbrief normgerecht nach DIN 5008 gestalten • Erstellung und Organisation von AutoTexten/Textbausteinen • Funktionsweise des Seriendrucks. Voraussetzung: Xpert Textverarbeitung Grundlagen und Formatierung und Gestaltung.



HOMBERG: Abendkurs Nr. 504004A41

BEGINN: Mo 22.04.2024, 18.00 bis 20.15 Uhr, 5 Termine, immer montags und mittwochs • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 75,00 Euro für 15 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. ggfs. Lernmaterial 15 Euro plus 4,95 Euro bei Einzelbestellung • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Xpert Textverarbeitung Grundlagen

Word für Alltag und Beruf

Inhalt: • Programmanpassungen vornehmen und die Hilfsfunktionen nutzen • Texte erfassen, korrigieren und speichern • Einsatz von Markierungstechniken, ausgewählte Elemente einfügen, bearbeiten, suchen und ersetzen • Umgang mit der Zwischenablage • Rechtschreibprüfung, AutoKorrektur und Silbentrennung • Zeichenformatierungen und grundlegende Absatzformatierungen • Aufzählungen und Nummerierungen gestalten • Tabulatoren sinnvoll einsetzen. Voraussetzung: Grundkenntnisse Windows.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504002A41

BEGINN: Mo 26.02.2024, 18.00 bis 20.15 Uhr, 5 Termine, immer montags und mittwochs • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 75,00 Euro für 15 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. ggfs. Lernmaterial 15 Euro plus 4,95 Euro bei Einzelbestellung • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Machen Sie mit!

vhs in Kooperation

Sind Sie ein Verein, ein Betrieb oder eine andere Institution und wollen eine Zusammenarbeit nutzen?

Dann wenden Sie sich gern an uns unter:

vhs@schwalm-eder-kreis.de
oder
05681 775-7755



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 aufgezeigt, um dieses Ziel zu erreichen. Inhalt: Schneller Zugriff auf Ordner und Dateien • Favoriten clever nutzen • Gekonnt suchen und finden • Snipping Tool sinnvoll einsetzen • Zügig arbeiten mit ShortCuts.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 501002A41

BEGINN: Di 13.02.2024, 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: Abendkurs Nr. 501003A41

BEGINN: Mo 06.05.2024, 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.

**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. 501004A41

BEGINN: Do 18.04.2024, 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. 501005A41

BEGINN: Di 13.02.2024, 18.00 bis 21.15 Uhr, 6 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 120,00 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Harald Klug • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 501006A41

BEGINN: Di 30.04.2024, 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.

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. 501010A41

BEGINN: Do 13.06.2024, 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. 501007A41

BEGINN: Di 16.04.2024, 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. 501008A41

BEGINN: Di 11.06.2024, 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. 501009A41

BEGINN: Di 02.07.2024, 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.



Internet

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 Plugins gesucht und installiert. Abschließend wird alles Nötige für die Veröffentlichung im Internet aufgezeigt. Voraussetzungen: Sichere Windows- und Internet-Kenntnisse.

MELSUNGEN: Wochenendkurs Nr. 501301A41

TERMINE: Fr 19.4., 17.45 bis 21 Uhr und Sa 20.4., 9 bis 16 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 72,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., Mobiler E-Mail Zugriff erforderlich • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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. 501303A41

TERMINE: Do 14.3., Di 16.3. und Do 21.3., jeweils 17.45 bis 21 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 72,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

WordPress - Aufbaukurs

Sie haben Wordpress installiert und erste Texte und Bilder in Ihre Homepage eingepflegt. Wie Sie jetzt Ihre Website warten und verbessern können, erfahren Sie im Kurs. Verschiedene Themes und Plugins, wie zum Beispiel Sicherheitstools, Kalender, Formulare bieten sich an und das Konfigurieren des Systems. Abschließend widmen wir uns der Suchmaschinenoptimierung (SEO) und prüfen, wie wir unsere Website für Google optimieren. Voraussetzungen: Sichere Windows- und Internet-Kenntnisse.

MELSUNGEN: Wochenendkurs Nr. 501302A41

TERMINE: Fr 9.2., 17.45 bis 21 Uhr und Sa 10.2., 9 bis 16 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 72,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., Mobiler E-Mail Zugriff erforderlich • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 501304A41

TERMINE: Mo 1.7., Mi 3.7. und Fr 5.7., 17.45 bis 21 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 72,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., Mobiler E-Mail Zugriff erforderlich • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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. 501351X42

TERMINE: Mo 4.11. bis Fr 8.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Christian Schreiber • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Layout und Kreativität am PC

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. 501401A41

TERMINE: Mi 13.3., Fr 15.3. und Mi 20.3., jeweils 17.45 bis 21.15 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 85,00 Euro für 13 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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. 501402A41

TERMINE: Mo 8.4. bis Fr 12.4., 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. 501403A41

TERMINE: Mo 19.8. bis Fr 23.8., 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.

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. 501404A41

BEGINN: Mi 17.04.2024, 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.



Vom Entwurf zur Druckerei

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

Photoshop, Indesign, Acrobat und Illustrator CS 5

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 501501X41

TERMINE: Mo 17.6. bis Fr 21.6., 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Thilo Hadamovsky • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Affinity Publisher, Photo und Designer

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 501551X42

TERMINE: Mo 11.11. bis Fr 15.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 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. 501405A41

BEGINN: Mi 17.04.2024, 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 2021

Excel für Alltag und Beruf

Ausführliche Kursbeschreibung auf Seite 54 oder online.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 502002A41

BEGINN: Mo 26.02.2024, 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 52 Euro • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Excel 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. 502007A41

BEGINN: Di 06.02.2024, 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. 502006A41

BEGINN: Di 16.04.2024, 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. 502004A41

TERMINE: Sa 16.3. und So 17.3., jeweils 8.30 bis 15.30 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Wochenendkurs Nr. 502003A41

TERMINE: Sa 2.3. und So 3.3., jeweils 8.30 bis 15.30 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Excel 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. 502001X41

TERMINE: Mo 4.3. bis Fr 8.3., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Excel 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. 502101A41

BEGINN: Di 28.05.2024, 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 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. 502102A41

TERMINE: Sa 20.4. und So 21.4., jeweils 8.30 bis 15.30 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Excel 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. 502103A41

TERMINE: Sa 22.6. und So 23.6.2024, jeweils 8.30 bis 15.30 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Excel 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. 502403A41

TERMIN: Fr 15.03.2024, 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.

Excel-Kompakt 2021

Speziell für die Vereins- und Ehrenamtsarbeit

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

MELSUNGEN: Tageskurs Nr. 502005A41

TERMINE: Fr 9.2. und Sa 10.2., jeweils 9 bis 16 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Helga Bettenhausen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Funktionen, S- und WVerweis in Excel 2021

Workshop

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

HOMBERG: Abendkurs Nr. 502401A41

TERMIN: Fr 03.05.2024, 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.

Pivot-Tabellen in Excel 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. 502402A41

TERMIN: Fr 24.05.2024, 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.



Visual Basic for Applications

Office-Automatisierung mit Excel 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. 502301X41

TERMINE: Mo 13.5. bis Fr 17.5., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 245,00 Euro für 50 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► **Excel-Kombi-Kurse finden Sie in der Rubrik „Office-Anwendungen“ ab Seite 62**

CAD-Anwendungen**CAD mit AutoCAD ab 202x**
Grundkurs

Einführung in das computerunterstützte Konstruieren mit AutoCAD. Inhalt:

- Hardwarevoraussetzungen
- Bedienungselemente und Werkzeuge
- Zeichenhilfsmittel wie Raster, Fang und Objektfang
- Layertechnik
- Seitenlayout
- Herstellen von Zeichnungsvorlagen
- praktische Zeichen- und Konstruktionsübungen
- Bemaßen, Beschriften und Schraffieren der Zeichenobjekte
- Möglichkeiten der Druckerausgabe in verschiedenen Maßstäben.

Voraussetzung: Windows-Kenntnisse.

**SCHWALMSTADT:** Abendkurs Nr. 503001A41

BEGINN: Di 27.02.2024, 18.30 bis 21.45 Uhr, 10 Termine, immer dienstags und donnerstags • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • KOSTEN: 255,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Eike Voutz-Jesberg • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

CAD mit AutoCAD ab 202x
Grundlagen und 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. 503002A41

BEGINN: Di 13.02.2024, 17.00 bis 20.15 Uhr, 8 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • KOSTEN: 211,00 Euro für 32 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Ludwig Prinz • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

CAD mit AutoCAD ab 202x

Aufbaukurs 2D- und 3D-Konstruktionen

Dieser AutoCAD-Lehrgang baut auf dem Auto-CAD Grundkurs auf. Sie erlernen die Feinheiten der Erstellung von 2D-Zeichnungen mittels Polylinien, Feldern, Tabellen und Benutzerkoordinatensystemen (BKS) und kombinieren Ihre Zeichnungen in Plansätzen. Effizientes Plotten und ein Überblick über die Layouterstellung ermöglichen zukünftig eine sichere, effektive Arbeitsweise. Das Arbeiten im 3D-Bereich wird an vielen Beispielen geübt.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 503003A41

BEGINN: Do 15.02.2024, 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.

Textverarbeitung mit Word**Xpert Textverarbeitung 2021**

Word für Alltag und Beruf

Ausführliche Kursbeschreibung auf Seite 55 oder online.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504001A41

BEGINN: Mo 26.02.2024, 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 52 Euro • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Xpert Textverarbeitung Seriendruck, DIN und Automatisierung

Word für Alltag und Beruf

Ausführliche Kursbeschreibung auf Seite 55 oder online.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504004A41

BEGINN: Mo 22.04.2024, 18.00 bis 20.15 Uhr, 5 Termine, immer montags und mittwochs • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 75,00 Euro für 15 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. ggfs. Lernmaterial 15 Euro plus 4,95 Euro bei Einzelbestellung • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Word - Kompakt 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:** Tageskurs Nr. 504006A41

TERMINE: Fr 7.6. und Sa 8.6., 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.

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

Xpert Textverarbeitung Grundlagen

Word für Alltag und Beruf

Ausführliche Kursbeschreibung auf Seite 55 oder online.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504002A41

BEGINN: Mo 26.02.2024, 18.00 bis 20.15 Uhr, 5 Termine, immer montags und mittwochs • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 75,00 Euro für 15 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. ggfs. Lernmaterial 15 Euro plus 4,95 Euro bei Einzelbestellung • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Xpert Textverarbeitung Formatierung und Gestaltung

Word für Alltag und Beruf

Ausführliche Kursbeschreibung auf Seite 55 oder online.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504003A41

BEGINN: Mi 13.03.2024, 18.00 bis 20.15 Uhr, 5 Termine, immer montags und mittwochs • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 75,00 Euro für 15 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. ggfs. Lernmaterial 15 Euro plus 4,95 Euro bei Einzelbestellung • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Xpert Textverarbeitung Prüfungstraining

Word für Alltag und Beruf

Ausführliche Kursbeschreibung auf Seite 55 oder online.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504005A41

BEGINN: Mo 13.05.2024, 18.00 bis 20.15 Uhr, 3 Termine, immer montags und mittwochs • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 45,00 Euro für 9 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. Prüfungsgebühren 52 Euro • LEITUNG: Jutta Stöcker • 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.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504403A41

TERMIN: Fr 07.06.2024, 17.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 39,00 Euro für 5 U-Std., ab 4 Teiln., Intensives Lerntraining in Kleinstgruppen • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504404A41

TERMIN: Fr 05.07.2024, 17.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 39,00 Euro für 5 U-Std., ab 4 Teiln., Intensives Lerntraining in Kleinstgruppen • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 504401A41

TERMIN: Mi 07.02.2024, 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., Intensives Lerntraining in Kleinstgruppen • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 504402A41

TERMIN: Mo 15.04.2024, 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., Intensives Lerntraining in Kleinstgruppen • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

QUALIFIZIEREN UND WEITERKOMMEN!

Gepr. Industriemeister/in IHK

Praxisnahe Aufstiegsfortbildung

Am **31.08.2024** 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 30.10.2026. (siehe: www.ftk-kassel.de).

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



Die IHK-geprüfte Aufstiegsfortbildung umfasst:

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

Ausbilderlehrgang:

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



Schichtbegleitender Lehrgang

BEGINN: Sa 31.08.2024, 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 für Führungsaufgaben im Management qualifizieren!

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 04.11.2024. Infos und Termine: www.ftk-kassel.de





Fit für die Praxis
Qualifizieren Sie sich
im Qualitätsmanagement
und erhöhen Sie Ihre
Karrierechancen!

**FACHSCHULE
FÜR TECHNIK
KASSEL e.V.**

- QM-Fachkraft
- QM-Beauftragter
- Interner Auditor
- Rezertifizierung
- Q-Manager
- Q-Auditor

Tel. 0561 585076 | www.ftk-kassel.de
Gobietstraße 13 | 34123 Kassel-Waldau

Tastschreiben

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. 504008A41

BEGINN: Mi 14.02.2024, 17.30 bis 18.30 Uhr, 10 Termine
• ORT: Hochlandschule, Bahnhofsstr. 40 a • KOSTEN: 75,00 Euro für 10 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lernmaterial, Keine Entgeltermäßigung möglich • LEITUNG: Siegfried H. Groß in Kooperation mit Stenografenverein Treysa 1925 e.V. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 504007A41

BEGINN: Di 13.02.2024, 17.30 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Schwalmgymnasium Treysa, Ascheröder Str. 30 • KOSTEN: 75,00 Euro für 10 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lernmaterial, Keine Entgeltermäßigung möglich • LEITUNG: Siegfried H. Groß in Kooperation mit Stenografenverein Treysa 1925 e.V. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



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. 504009A41

TERMINE: Mi 5.6., Fr 7.6 und Mi 12.6. 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

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 504010A41

TERMINE: Mo 8.4., Mi 10.4. und Fr 12.4., jeweils 9 bis 12.15 Uhr, in den Ferien • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 75,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterial • LEITUNG: Sonia Komnick • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 504011A41

TERMINE: Mo 8.4., bis Do 11.4., 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.



Office-Anwendungen

Fit im Büro ab Office 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. 504800X41

TERMINE: Mo 8.4. bis Fr 12.4., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Fit im Büro ab Office 2021 - Aufbaukurs

Word, Excel, PowerPoint, Outlook

Vertiefend zu dem Bildungsurlaub Fit im Büro mit Office erlernen Sie folgende zusätzlich Inhalte, die Ihnen den Büroalltag erheblich vereinfachen und blitzschnell bewältigen lassen. Inhalt:

- Gestalten von Dokumenten unterschiedlicher Art • Seriendruck und Automatisierung mit Schnellbausteinen • Dokumente mit Objekten erstellen
 - Verknüpfen von Inhalten zwischen Word, Excel und PowerPoint
 - Online-Zusammenarbeit in Dokumenten • Tabellenstruktur und Druck anpassen • Kaufmännische Funktionen
 - Logische Funktionen und Verweise • Umgang mit Arbeitsmappen • Kriterien für eine professionelle Präsentation
 - Einsatz von Folienmaster und Layout-Typen • Einsatz von Organigrammen und Diagrammen • Verzweigen mit Hyperlinks • Einsatz von Outlook als Datenquelle für Serienbriefe.
- Voraussetzung: Kenntnisse vergleichbar Bildungsurlaub „Fit im Büro mit Office“.



HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 504850X42

TERMINE: Mo 14.10. bis Fr 18.10., jeweils 8.30 bis 16 Uhr
 ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

IT-Grundlagen fürs Büro und Ehrenamt

Praxisorientierte Anwendungen für Vereine 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. 504801A41

TERMINE: Mo 22.4. bis Fr 26.4., jeweils 9 bis 13 Uhr • 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.

Kombikurs: Word, Excel, PowerPoint 2019/2021

Office-Anwendungen kompakt

Neben einer kurzen Windowseinführung erhalten Sie 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. 504802A41

BEGINN: Mo 15.04.2024, 9.00 bis 16.00 Uhr, 2 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 80,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Helga Bettenhausen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Projektmanagement

Projektmanagement hat sich seit den 70er Jahren als eine eigenständige Leistung bei größeren (und auch kleineren) Bauvorhaben entwickelt und etabliert. Sie gliedert sich in Projektsteuerung und Projektleitung. Am Beispiel einer Projektsteuerung für Baumaßnahmen werden alle Teilbereiche des Projektmanagement geschult. Inhalt: Projektorganisation (Projektteam, Beteiligte, Aufgaben, Verantwortlichkeiten, Kommunikation, Koordination); Projektaufgabe, Projektziel, Projektgliederung; Projektdokumentation, Projekthandbuch; Projektkonzepte, Projektanforderung, Schnittstellen; Terminplanung, Kapazitäten; Kostenkontrolle, Mittelabfluss, Budget; Projektdurchführung, Projektbegleitung, Qualitätsüberwachung; Projektabschluss.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 507001A41

BEGINN: Mi 17.04.2024, 18.00 bis 20.15 Uhr, 8 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 156,00 Euro für 24 U-Std., ab 4 Teiln. • LEITUNG: Maritta Ewald • 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. 509001A41

BEGINN: Mi 17.04.2024, 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.



Gutschein






Verschenken Sie Bildung!

Bestellen unter
vhs@schwalm-eder-kreis.de oder
 Tel. 05681 775-7755



Gesund im Büro

Gesund für Alltag und 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, Sandkorngefühl, 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.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 500001A41

BEGINN: Mo 11.03.2024, 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.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 500002A41

BEGINN: Do 15.02.2024, 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.



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. 508001A41

TERMINE: Di 20.2. und Do 22.2., jeweils 17.30 bis 20.45 Uhr und Sa 24.2., 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. 508002A41

TERMINE: Di 18.6. und Do 20.6., jeweils 17.30 bis 20.45 Uhr und Sa 22.6., 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.

Schule

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 Schulsummerferien. 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.

Hauptschulabschluss nachholen

Vorbereitung auf die Abschlussprüfung

Ohne Schulabschluss keine Chance im Berufsleben! Es ist aber nie zu spät, einen verpassten Abschluss nachzuholen. In Abendkursen der Volkshochschule können Sie sich auf die Abschlussprüfung vorbereiten. Hunderte von Teilnehmenden haben diese Hürde erfolgreich genommen und damit ihre Startposition verbessert. Dauer des Lehrgangs: ca 15 Monate mit 12 bis 16 Unterrichtsstunden pro Woche 3 - 4 Termine (außer in den hessischen Schulferien). Unterrichtsfächer: Deutsch, Mathematik, Gesellschaftslehre, Biologie. Änderungen können sich noch ergeben. Kostenfrei. Die Kosten für ein Schülerticket Hessen können übernommen werden.

MELSUNGEN: Beginn 01.03.2024

SCHWALMSTADT: Beginn 01.03.2024



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 Kindertagespflegeperson genau das Richtige für Sie.

Im März 2024 startet der neue Qualifizierungskurs zur Kindertagespflegeperson. Der kostenlose Kurs bietet Ihnen eine Qualifizierung über den Zeitraum von ca. 18 Monaten, 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 Selbstlernerheiten 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 (Hesslar);
 Heimatstuben (Wolfershausen)
FRIELENDORF: Museumsladen
FRITZLAR: Domschatz und Museum des St.
 Petri Domes; Museum Hochzeitshaus
GDENSBURG: 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: vhs Schwalm-Eder (Gebäude auf S. 21),
 Bildlizenzen von Shutterstock.com (alle anderen)
 Druck: Bonifatius GmbH, Paderborn

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 1. Halbjahr 2024

Kursbeginn: Fortsetzungskurse nach den Weihnachtsferien
 Neue Kurse ab 12. Februar

Schulferien

Weihnachtsferien: 27. Dezember 2023 bis 14. Januar 2024
 Osterferien: 23. März bis 14. April 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 Information
- 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 (Bürgergeld, 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.



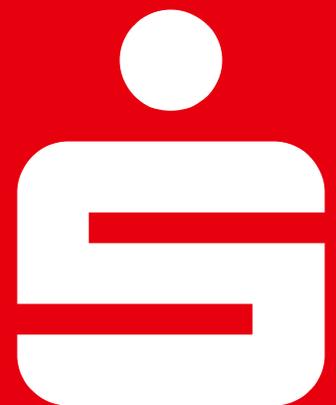
50.000 Bäume für die Region.

**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**