





2. Halbjahr 2024 Neue Kurse ab 09. September





Landrat Winfried Becker



In eigener Sache

Sehr geehrte Mitbürgerinnen und Mitbürger!

In einer Zeit, in der die Bedeutung von Demokratie und Bürgerbeteiligung immer deutlicher wird, ist es wichtig, dass wir uns alle "strack" machen – aufrecht und engagiert für die Werte, die unsere Gesellschaft zusammenhalten.

Gemeinsam...

Ich möchte Sie dazu einladen, sich aktiv an der Gestaltung Ihrer Gemeinschaft zu beteiligen und die Demokratie als einen Muskel zu sehen, den es regelmäßig zu trainieren gilt. Die Initiative "Mach Dich strack – Gemeinsam geradestehen für Demokratie"

soll dazu beitragen, ein respektvolles Miteinander zu fördern und jedem Einzelnen die Möglichkeit zu geben, sich sichtbar für die Demokratie stark zu machen.

geradestehen...

Nicht nur informieren, sondern auch inspirieren und motivieren, sich für die eigenen Überzeugungen einzusetzen und die Demokratie im Schwalm-Eder-Kreis und darüber hinaus zu stärken ist mir ein Anliegen.

... für Demokratie

Die Initiative "Mach Dich strack" zielt daher darauf ab, ein starkes Zeichen für Demokratie und ein respektvolles Miteinander zu setzen. Mit der Kampagne möchte ich Sie liebe Bürgerinnen und Bürger dazu ermutigen, Ihre Solidarität auszudrücken und sichtbar für demokratische Werte einzustehen. Durch verschiedene Aktionsformen wie Logo-Downloads, Social Media Hashtags und physische Materialien

wie Postkarten und Plakate, bietet die Kampagne vielfältige Möglichkeiten zur Teilnahme. Senden Sie einfach eine E-Mail an presse@schwalmeder-kreis.de und fordern Sie unser kostenfreies Unterstützungspaket an.

Das übergeordnete Ziel ist es, die Wertschätzung für ein Leben in Freiheit und Demokratie zu stärken und die Menschen dazu zu bewegen, aktiv Farbe zu bekennen und aufrecht für diese Werte zu stehen.

Nutzen Sie das Kursangebot Ihrer Volkshochschule, kommen Sie ins Gespräch und tauschen Sie sich mit anderen Kursteilnehmenden aus. Nur wer kommuniziert kann zuhören und andere Menschen und Kulturen verstehen.

Wie immer gilt: Den Kurs bestimmen Sie! #Mach dich strack

Winfried funo



www.vrb-meinebank.de/ausbildung

bist die Zukunft komm in unser en.

Was dich in der Ausbildung zum Bankkaufmann (m/w/d) bei uns erwartet

- 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

Bewirb dich jetzt direkt online unter: vrb-meinebank.de/ausbildung





Ihr Kontakt zur vhs Schwalm-Eder

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 berufsbezogene Deutschkurse, Prüfungen Tel. 05681 775-4040



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



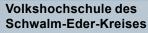
Johana Dudichum Deutsch Einstiegs-Angebote Tel. 05681 775-4047



Geschäftszeiten:

Montag bis Mittwoch 8.00 bis 16.00 Uhr **Donnerstag** 8.00 bis 17.30 Uhr Freitag

8.00 bis 13.00 Uhr



Parkstraße 6. 34576 Homberg (Efze) Telefon: 05681 775-7755. Fax: -4059

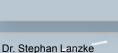
E-Mail: vhs@schwalm-eder-kreis.de Internet: www.vhs-schwalm-eder.de

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.

Anika Geißler BAMF-Kurse Tel. 05681 775-4036

> Jessica Kurz BAMF-Kurse Tel. 05681 775-4043



BAMF-Kurse Tel. 05681 775-4044

Verwaltungsteam

Mario Wissemann Verwaltungsleitung Tel. 05681 775-4033



Ramona Stückradt Schulabschlüsse. Kindertagespflege, Gesellschaft Tel. 05681 775-4041



Marlen Lesch Gesundheitsbildung Tel. 05681 775-4034



Sprachen Tel. 05681 775-4031



Juliane Dilcher Deutsch Einstiegsangebote Tel. 05681 775- 4045



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



Katrin Ellenberger BAMF-Kurse Tel. 05681 775-4037









Stichwortverzeichnis



Tabellenkalk. 56, 60, 61

A

Affinity 60 AGB 67 Ägypten 6 Akrobatik 16 Alpenküche 33 Android-Geräte 59 Ansprechpartner 3 Aqua-Fitness 32, 33 Aqua-Jogging 33 Arabisch 50, 51 Aufstiegsfortbild. 64 Ausbilderlehrgang 64 Außenstellen 21 AutoCAD 62 Ayurveda 34

B

Babyschwimmen 33 Bargeld 58 BBP-Training 30 Bauen 24 Betreuungen 8 Bewegungsspaß 36 Bierbrauen 23 Bildungsurlaub 54, 55 Body-Forming 30 Boogie Woogie 17 Book Club 20 Brettspiele 10 Bridge 11 Brotbacken 23 Brustkrebs 28, 30 Bulgarisch 51 Business Engl. 43 - 45

C

CAD-Anwend. 62 Callanetics® 32 Cha-Cha-Cha 16 ChatGPT 59 Chinesisch 51 Computerwissen 58 Curry 34, 35 Cybercrime 13 Cybermobbing 59

Dance-Workout 30 Darknet 13 Datendiebstahl 13 Demokratie 12 Deutsch 38 - 40 Digitaler Nachlass 13 Discofox 16, 17

E

Ehrenamt 8, 11 Englisch 41 - 45 Entspannung 26 Essen 33 Excel 60, 61, 64

F

Fake News 59 Feldenkrais® 26 Finanzen 58 Fitness 30 Fotografie 19, 20 Französisch 45, 46

G

Ganzkörpertraining 31 Gebäck 22 Gebärdensprache 51 Gedächtnistraining 11 Geld 8, 58 Geschichte 6, 7 Gesellschaftsspiel 10 Gestaltung 17 Gewürze 34, 35 Glück 9 Goldschmieden 19 Grafik 17 Grundgesetz 6 Gymnastik 30, 31

Н

Häkeln 19 Handwerkskunst 22 Hauptschulabschl. 64 Heimatkunde 6, 7 Holzkohle herstel. 24 Hüttenschmaus 33

Impressum 66 Indische Küche 34 Inflation 58 Internetsicherheit 13 Italienisch 46 - 48 Italienische Küche 34

J

Japanisch 51, 52 Jive 16 Jonglage 16 Junge vhs 36

K

Kartenspiele 11 Kerzen ziehen 24 KI 59 Kinästhetik 30 Kindertagespflege 65 Klangbäder 27 Klangmeditation 27 Klangreise 27 Kleinkunst 16 Kochen 33, 34 Köhlern 24 Kommunikation 9 Kompetenztraining 11 Kooperation 47 Kreativität 60 Kroatisch 52 Künstl. Intelligenz 59 Kursleitung werden 25 Kurssystem 39

Lach-Yoga 28 Lateintanz 16, 17 Layout 60 Lehm 24 Lerncafé 40 Lerntreff 40 Linux 58 Literatur 20

M

Macarons 22 Mach Dich strack 12 Malen 18 Malerei 17 Meditation 29 Meisterlehrgänge 64 Messerschärfen 23 Metalza® 31 Mobile Endgeräte 13 Mobile Geräte 59 Museen 66 Musik 20

N

Nada-Yoga 27 Nähen 18, 19 Neurographik 17 Niveaustufen 39

0

Obstbaumschnitt 9 Online-Kurse 14 Outlook 64

P

Q

R

S

Qigong 28, 29

Raqs Scharqi 17

Rumba 16

Salze 35

Schärfen 23

Schmieden 22

Schokolade 35

Schweißen 24

Selbstwert 9

Selbstreflexion 9

Seriendruck 57

Smart Living 13

Smartphones 59

Spanisch 48 - 50

Steinarbeiten 22

Step-Aerobic 31

Stimmbildung 10

Stricken 18

Soziale Medien 59

Spielfilmprojekt 36

Standardtanz 16, 17

Super Callanetics® 32

Skip-Bo® 10

Schwälm. Weißst. 18

Russisch 52

Raumgestaltung 8

Paartanz 16, 17 Patientenverfügung 8 Pfeffer 35 Philosophie 10 Pilates 30, 31 Plätzchenbacken 22 Plunder-Snacks 22 Polnisch 52 Portugiesisch 52 Porzellanmalerei 19 PowerPoint 64 Projektmanagem. 64 Publisher 60

Tablets 59 Tai Chi 28 Tango 16 Tanzen 16 Tastschreiben 63 Teigherstellung 22 Textverarb. 57, 62, 63 Trickfilmprojekt 36 TrophoTraining® 26 Türkisch 53

U

Т

Ukrainisch 53

V

Vereinsarbeit 12 Vorlesetag 40 Vorsorgevollmacht 8

W

Walzer 16 Wassergymn. 32, 33 Webseitenerstel. 58 Weihnachtsstollen 22 Wein 35 Weißstickerei 18 Widerrufsbelehr. 66 Wildkräuter 34 Windows 10 58 Word 62 - 64 WordPress 58

×

Xpert 56, 57

Yin Yang Yoga 27 Yoga 27, 28

Z

Zeichnen 18,60 Zinsen 58

Stimmkraft 10 Stimmtraining 10 Stretching 30

Gesell	lschaft & Leben	6-13	Sprac	hen & Kommunikation	38-53
	Geschichte u. Heimat Verbraucherfragen Haus und Garten Selbstrefl. u. Kommun. Gesellschaftsspiele Fit und Aktiv im Alter Ehrenamt	6 8 8 9 10 11	>	Deutsch Englisch Französisch Italienisch Spanisch Sprachen spezial	38 41 45 46 48 50
	Mach Dich strack Sicherheit im Internet	12 13	Beruf	& Computer	56-65
Kultur	& Kreativität	16-20		Xpert-Kurssystem Finanzen und Geld Computer Basiswissen	56 58 58
/u	Tanzen u. Kleinkunst Malerei u. Gestaltung Textiles Gestalten Plastisches Gestalten	16 17 18 19		Medienkompetenz Mobile Geräte Layout u. Kreativität Tabellenkalkulation	59 59 60 60
• • • • • •	Fotografie Musik u. Literatur	19 20		CAD-Anwendungen Textverarbeitung Tastschreiben Office-Anwendungen	62 62 63 64
Gesur	ndheit & Fitness	26-35		Schule und Weiterbild. Kindertagespflege	64 65
في	Entspannung Yoga Tai Chi u. Qigong Meditation Bewegung u. Fitness Bewegung im Wasser Essen u. Trinken	26 27 28 29 30 32 33	Und s	Online-Kurse Familienzentrum Musikschulen	14 15 20
				Geschäftsstellen Handwerkskunst Kursleitung werden Junge vhs Einbürgerungstest Bildungsurlaube Museen	21 22 25 36 38 54 66
				Widerrufsrecht AGB, Anmeldungen	66 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 Terrassentempel.

SCHWALMSTADT: Vortrag Nr. 101050L42

TERMIN: Mi 20.11.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: kostenfrei, 2 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Ahmed Sibak • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Rheinwiesen-Lager und politische Lager 1945-1948 Ein Trauerspiel in Deutschland

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

SCHWALMSTADT: Vortrag Nr. 101051V42

TERMIN: Mi 27.11.2024, 15.00 bis 16.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 5,00 Euro für 2 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Horst W. Gömpel • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

"Die Bundesrepublik ist (nicht) Weimar" -75 Jahre Grundgesetz

Lehren aus der Geschichte der Weimarer Republik

Viele der Lehren aus den Fehlern und Schwächen der Weimarer Republik wurden in die Ausarbeitung des Grundgesetzes integriert, um eine stabile und demokratische Verfassung zu schaffen. Das Grundgesetz legt die Grundprinzipien des demokratischen Rechtsstaats fest, schützt die Grundrechte der Bevölkerung und etabliert die Struktur und Funktionsweise der staatlichen Organe. Im Jahr 2024 wird es 75 Jahre alt.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 101057V42

TERMIN: Do 05.12.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Dr.-G.-A.-Zinn-Schule, Schwimmbadweg 30 • KOSTEN: 5,00 Euro für 2 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Wilfried Bernhardt • AUSKUNFT: Tel. 05665 5839 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

1914 - "Schlafwandelnd" in das "große Gemetzel"?

Bündnisse, Konflikte und Kriegsziele vor und während des 1. Weltkrieges

Der Kurs führt in die Ereignisse vor dem Ersten Weltkrieg ein: Die Politik der europäischen Supermächte, die Bündnisse zwischen den Ländern, die Konflikte und was den Funken für den Krieg entzündete. Auch die Juli-Krise, ein entscheidender Moment, der zum Ausbruch des Krieges führte, wird behandelt. Zudem werden die ehrgeizigen und weitreichenden Kriegsziele, mutige Friedensversuche und wie letztendlich der Waffenstillstand und die Friedensverhandlungen die Welt veränderten, beleuchtet. Bereit, die Geschichte zu erkunden?

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 101053V42

BEGINN: Di 12.11.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 3 Termine • ORT: Dr.-G.-A.-Zinn-Schule, Schwimmbadweg 30 • KOSTEN: 15,00 Euro für 6 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Wilfried Bernhardt • AUSKUNFT: Tel. 05665 5839 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Das KZ Breitenau für politische Feinde der Nazis 1933-34

Ein historischer Rundgang

Der Kurs führt in die folgenden Themenfelder ein: Die Geschichte der Klosteranlage Breitenau, die Vorgeschichte des "Wegsperrens" in Breitenau, die Errichtung des KZ und die zeitgenössische Presse mit bekannten Schlagzeilen, wie "Davon haben wir nichts gewusst!" sowie der Alltag der Gefangenen.

GUXHAGEN: Exkursion Nr. 101056V42

TERMIN: Sa 30.11.2024, 14.00 bis 16.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Gedenkstätte Breitenau, Brückenstr. 12 • KOSTEN: 7,50 Euro für 3 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Wilfried Bernhardt • AUSKUNFT: Tel. 05665 5839 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Adam von Trott - Ein Leben für die Freiheit Eine nordhessische Schlüsselfigur im Widerstand gegen Hitler

Dieser Kurs beschäftigt sich mit dem Leben und Wirken des Adam von Trott und führt in die folgenden Themenfelder ein: "Aufbruch in die Freiheit": Seine Schulzeit und Studium, "Blick auf das ferne Europa": von Trott als Rechtsreferendar im NS-Staat und der Ausweg nach Peking, sein Versuch den Frieden zu retten, sein Doppelleben zwischen Amt und Widerstand, das Schicksalsjahr 1944, das Attentat gegen Hitler und die Hinrichtung. Außerdem werden heutige Erinnerungen an den Widerstandskämpfer thematisiert.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 101054V42

BEGINN: Di 03.12.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 2 Termine • ORT: Dr.-G.-A.-Zinn-Schule, Schwimmbadweg 30 • KOSTEN: 10,00 Euro für 4 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



Hessische Geschichte im Überblick

Für Geschichtsinteressierte und Ehrenamtliche

Das Seminar gibt eine Übersicht über die hessische Geschichte. Hessen setzt sich aus Fürstentümern, Grafschaften und Reichsstädten, zusammen. Im Frühmittelalter geriet das christianisierte Land unter fränkische Oberhoheit, später fiel es an Thüringen und wurde schließlich im 13. Jahrhundert zu einem eigenständigen Fürstentum. Durch Teilungen entstanden Hessen-Kassel ("Kurhessen") und Hessen-Darmstadt (ab 1806 "Großherzogtum Hessen"). 1866 wurde Hessen-Kassel von Preußen annektiert und mit Nassau und Frankfurt zur Provinz Hessen-Nassau verschmolzen. Aus Rücksicht auf Russland behielt das Großherzogtum Hessen(-Darmstadt) seine Unabhängigkeit, bis es nach dem Zweiten Weltkrieg im neu geschaffenen Staat Groß Hessen aufging.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 101058V42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine, 14-täglich • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 44,00 Euro für 20 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Dr. Dirk Richhardt ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Überblick über die Deutsche Geschichte Für Geschichtsinteressierte und Ehrenamtliche

Die Geschichte beginnt vor 1100 Jahren, dabei entwickelte Deutschland keinen geschlossenen Staat. Diese Form begründete die Tradition des deutschen Föderalismus. Der Staatsbildungsprozess spielte sich auf der Ebene der einzelnen Territorien ab. Reformation, Dreißigjähriger Krieg, äußere Interessen und innere Spannungen führten zu dauernden Veränderungen. Neben Habsburg steigt Preußen zur zweiten deutschen Großmacht auf. 1806 ging das alte Reich unter, die Bestrebungen von 1848/49 wurden niedergeschlagen, es folgen die industrielle Revolution und Urbanisierung und ganz spät das Kaiserreich, welches Anfang des 20. Jahrhunderts unterging. Das Seminar zeichnet diese Entwicklungslinien in einer Überblickveranstaltung nach.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 101059V42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 19.30 bis 21.00 Uhr, 10 Termine, 14-täglich • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 44,00 Euro für 20 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Dr. Dirk Richhardt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Als die Nazis die nordhessische Region eroberten Das Ende der Demokratie, der Beginn der politischen

Verfolgung und der Errichtung des KZ Breitenau

Der Kurs führt in die folgenden Themenfelder ein: Die NS-Agitation in Nordhessen, die Wahlergebnisse nordhessischer Gemeinden zwischen 1930 und 1932 (u.a. Kassel), die Politik der Präsidialkabinette 1932 und die Rolle Hindenburgs, die NS-Machtübernahme und die Stationen der Errichtung der Diktatur, die politische Verfolgung und die Errichtung des KZ Breitenau sowie Einzelschicksale politischer Gefangener.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 101055V42

BEGINN: Do 14.11.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 3 Termine • ORT: Dr.-G.-A.-Zinn-Schule, Schwimmbadweg 30 • KOSTEN: 15,00 Euro für 6 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Wilfried Bernhardt • AUSKUNFT: Tel. 05665 5839 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten

Geführter Rundgang Gedenkstätte Trutzhain

Gemeinsam wollen wir die Geschichte des Ortes Trutzhain erkunden. Der Ort entstand 1951 aus einem ehemaligen Kriegsgefangenenlager. Thematisiert wird bei einem Rundgang vor allem die nationalsozialistische Expansions- und Rassenpolitik, die völkerrechtswidrige Behandlung der Kriegsgefangenen und ihr Missbrauch zur Zwangsarbeit sowie die Folgen des Krieges mit Flucht und Vertreibung.

SCHWALMSTADT: Exkursion Nr. 101061V42

TERMIN: Di 24.09.2024, 17.00 bis 19.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Gedenkstätte und Museum Trutzhain. Seilerweg 1 • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Sebastian Sakautzki • AUSKUNFT: Tel. 06691710662 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Die Harzer Schmalspurbahnen

Geschichte und Gegenwart eines technischen Denkmals

Die Harzer Schmalspurbahnen stehen in der Eisenbahnwelt einzigartig da und sind das Rückgrat des regionalen Tourismus. Der Vortrag folgt ihren Strecken: Von der Kaiserstadt Quedlinburg über Gernrode mit der romanischen Stiftskirche in das von Schinkel geplante Alexisbad. Hinauf nach Harzgerode, fürstliche Residenz mit Eisen- und Silberhütten. Durch das liebliche Selketal nach Hasselfelde und zur Harzquerbahn mit der idyllischen Eisfelder Talmühle. Von Nordhausen kommend wird der Oberharz überquert, hinauf auf den 1125 Meter hoch gelegenen Brockenbahnhof mit Blick auf Wernigerode die "bunte Stadt am Harz" mit ihrer großen Fachwerk-Altstadt.

BORKEN: Vortrag Nr. 101052V42

TERMIN: Mi 30.10.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Kulturzentrum Altes Amtsgericht, Am Amtsgericht 4 • KOSTEN: 5,00 Euro für 2 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Dr. Klaus-Peter Lorenz • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.







Verbraucherfragen

Geld richtig anlegen

Ein Leitfaden für Neulinge

Dieser Kurs bietet einen Einblick in die grundlegenden Vorgehensweisen bei der Geldanlage. Dabei wird theoretisches Wissen vermittelt, sodass die Teilnehmenden in die Lage versetzt werden eigenständige Entscheidungen im Umgang mit den eigenen Finanzen und am Kapitalmarkt zu treffen. Der Vortrag thematisiert die Bedeutsamkeit von Geldanlagen in verschiedenen Lebenssituationen sowie verschiedene Anlagemöglichkeiten, wie Aktien, Anleihen, Investmentsfonds und ETFs. Es werden Vor- und Nachteile sowie generellen Charakteristika betrachtet.

HOMBERG: Vortrag Nr. 103050V42

TERMIN: Mi 02.10.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 5,00 Euro für 3 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Lucas Ebeling • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Vortrag Nr. 103051V42

TERMIN: Mi 04.12.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 5,00 Euro für 3 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Lucas Ebeling • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Weitere Kurse zum Thema "Geld und Finanzen" finden Sie auf Seite 58

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 Standesamtsunterlagen 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 Emails empfangen können.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 101060V42

BEGINN: Di 05.11.2024, 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.

Ehrenamtliche rechtliche Betreuungen

Schulung nach dem hessischen Curriculum

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

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104050V42

BEGINN: Di 24.09.2024, 18.00 bis 21.00 Uhr, 7 Termine • ORT: vhs cloud • KOSTEN: kostenfrei, 28 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Frederike Osterhoff in Kooperation mit Betreuungsverein Schwalm-Eder e.V. und AWO- Betreuungsverein • 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 in 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. 104051V42

TERMIN: Di 26.11.2024, 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.

Haus und Garten

Raumgestaltung und Einrichtung Workshop

Egal, ob Sie Ihr eigenes Zuhause neu gestalten möchten oder sich auf die Einrichtung eines Ladens oder eines Ferienhauses vorbereiten - dieser Workshop führt Sie durch jeden Schritt des Gestaltungsprozesses und bietet Ihnen das nötige Rüstzeug, um Ihr Projekt erfolgreich umzusetzen. Unter Anleitung werden Sie gemeinsam erarbeiten, wie Sie Farben, Texturen, Möbel und Accessoires für Ihr Projekt gekonnt kombinieren, um eine harmonische und ansprechende Umgebung zu schaffen.

MELSUNGEN: Kompaktkurs Nr. 104063V42

INFO: Mi 11.9., 17 Uhr • TERMIN: Sa 09.11. und Sa 16.11.2024, jeweils 10.00 bis 16.00 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 68,80 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Julia Möller und Sylvia Huck • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.





Naturnaher Schnitt von Obstbäumen

Jungbaum

Ziel des naturnahen Obstbaumschnitt ist es die Vitalität des Baumes möglichst lange zu erhalten. Junge Bäume sollen eine schöne, kräftige Krone entwickeln. Dieser Kurs besteht aus Theorie- und Praxisanteilen. Am Donnerstagabend erlangen die Teilnehmenden grundlegendes theoretisches Wissen über den naturnahen Schnitt von jungen Obstbäumen. An zwei Samstagen infolge wendet die Gruppe das Gelernte praktisch an. Unter fachkundiger Anleitung wird auf der Obstbaumwiese geübt.

FRIELENDORF: Kompaktkurs Nr. 104052V42

TERMINE: Do 6.3., 18 bis 21 Uhr, Sa 8.3. und Sa 15.3.25 je 11 bis 14 Uhr • ORT: DGH Leimsfeld, Zur Kirche 15 • KOSTEN: 54,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 10 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Janine Krüger • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

⇒ Altbaum

Ziel des naturnahen Obstbaumschnitt ist es die Vitalität des Baumes möglichst lange zu erhalten. Alte Bäume sollen möglichst lange Stabilität aufweisen und eine gute Statik behalten. Dieser Kurs besteht aus Theorie- und Praxisanteilen und baut inhaltlich auf den Kurs "Jungbaum" auf. Am Donnerstagabend erlangen die Teilnehmenden grundlegendes theoretisches Wissen über den naturnahen Schnitt von alten Obstbäumen. An zwei Samstagen infolge wendet die Gruppe das Gelernte praktisch an. Unter fachkundiger Anleitung wird auf der Obstbaumwiese geübt.

FRIELENDORF: Kompaktkurs Nr. 104053V42

TERMINE: Do 27.3., 18 bis 21 Uhr, Sa 29.3. und Sa 5.4.25 je 11 bis 14 Uhr • ORT: DGH Leimsfeld, Zur Kirche 15 • KOSTEN: 54,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 10 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Janine Krüger • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

Selbstreflexion und Kommunikation

Den Selbstwert stärken

Weil ich es mir wert bin

"Das schaffe ich doch eh nie." "Ich bin nicht gut genug." "Ich weiß gar nicht, was ich selbst will …" Solche Gedanken können von einem geringen Selbstwert herrühren. Eine negative Bewertung des Selbst wirkt sich negativ auf das gesamte Leben aus und kann zu sinkendem psychischen Wohlbefinden bis hin zu psychischen Erkrankungen führen. Doch was ist Selbstwert überhaupt? Wo kommt er her? Wie wird er beeinflusst und wie kann selbst aktiv Einfluss genommen werden? Diese Fragen klärt Psychologin Isabelle Elsässer im Vortrag.

HOMBERG: Vortrag Nr. 106050V42

TERMIN: Mi 09.10.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 5,00 Euro für 3 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Isabelle Elsässer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Vortrag Nr. 106051V42

TERMIN: Mi 11.12.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 5,00 Euro für 3 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Isabelle Elsässer • ANMEL-DUNG: 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. 106052V42

TERMINE: Sa 26.10. und So 27.10.24, jeweils 11 bis 15 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 49,50 Euro für 11 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Daniela Schleicher • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.





Gesundes Sprechen

Stimmkraft entdecken

Einstiegskurs

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. 111050V42

TERMIN: So 13.10.2024, 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.

Regulärer Kurs

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. 111051V42

BEGINN: Di 10.09.2024, 15.45 bis 16.45 Uhr, 11 Termine • ORT: DGH Frankenhain, Landgraf-Karl-Str. 31 • KOSTEN: 67,50 Euro für 15 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Eva Maria Balkenhol • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Die Stimme trainieren

Stimmbildung mit Atemübungen

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

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 213050L42

INFO: Mi 18.9., 18 Uhr, BEGINN: Mi 25.09.2024, 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.

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.



MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 108050V42

BEGINN: Sa 12.10.2024, 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, 8 U-Std., ab 1 Teiln. • LEITUNG: Dr. Bernd Handschuch • LEHR-MATERIAL: Identität erlangen - aber wie? und Identisch bleiben - aber wie? • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Wanderung vor dem Aschenberg mit philosophischen Gesprächen

Ist Philosophie auch philosophische Theologie?

Auf der 25. in dieser Reihe von philosophischen Wanderungen soll uns die Frage beschäftigen, ob nicht die meisten Philosophen in unserer Kulturgeschichte stark theologisch orientiert waren, denn sie beschäftigten sichmeist ausführlich - mit Gott als möglichem Grund der Welt. Am Beispiel vor allem von Friedrich Wilhelm Schelling (1775-1854) wollen wir dem nachgehen. Beim Wandern werden wir auch ein Auge für die Landschaft und die Pflanzen am Wege haben.

KNÜLLWALD: Tageskurs Nr. 108051V42

TERMIN: Sa 12.10.24, 13.00 bis 18.45 Uhr, 1 Termin • ORT: Parkplatz Knüllwaldschenke, Am Bornrain 4 • KOSTEN: 10,00 Euro für 7 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Dr. Thomas Brandt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Gesellschaftsspiele

Brettspiel-Mania

Brettspielzeit im Schwalm-Eder-Kreis

Gesellschaftsspiele bieten nicht nur Unterhaltung und bringen Menschen zusammen. Sie sind ebenso ein gutes Werkzeug für die Förderung von Konzentration, Geduld und Verantwortung. Das Spielen schult logisches Denken und die Strategieplanung, Spiele thematisieren moralische Probleme und fördern soziale Kompetenzen. In den monatlichen Treffen werden Spiele zu ausgewählten Themen vorgestellt, die Teilnehmenden stellen persönliche Lieblingsspiele vor und es wird gemeinsam eine Auswahl an Spielen getroffen. In der Brettspielzeit kommen neben Familienspielen auch anspruchsvollere Kenner- und Expertenspiele auf den Tisch. Ebenso wird für eine kurzweilige, witzige Runde Skip-Bo® Zeit sein.

WABERN: Abendkurs Nr. 111052V42

BEGINN: Do 12.09.2024, 19.00 bis 22.00 Uhr, 6 Termine, monatliche Treffen, wechselnd Do und Fr • 0RT: DGH Uttershausen, Am Raingarten 2 • KOSTEN: kostenfrei zzgl. ca. 6 Euro Material- und Verpflegungskosten nach Verbauch (vor Ort zu zahlen), 24 U-Std., ab 3 Teiln., • LEITUNG: Michaela Spruck • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Bridge - Einstieg für Neulinge

Einführung in das weltweit bekannte Kartenspiel

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

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 500050A42

BEGINN: Do 10.10.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 8 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: kostenfrei, 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Torsten Skibbe • AUSKUNFT: 05622 916126, skibbe@t-online.de • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Fit und Aktiv im Alter

Fit und aktiv im Alter

Bewegung, Gedächtnis- und Kompetenztraining

Mehr Lebensqualität und Selbständigkeit im Alter. Alt werden ist unumgänglich. 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 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. Mehr Selbständigkeit und verbesserte Lebensqualität im Alter sind Ziel dieses Kurses. Der Austausch in der Gruppe zu Themen, die den Teilnehmenden wichtig sind, hat ebenfalls seinen Platz.

BORKEN: Nachmittagskurs Nr. 107050V42

BEGINN: Mi 11.09.2024, 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 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FELSBERG: Vormittagskurs Nr. 107054V42

BEGINN: Mo 30.09.2024, 10.00 bis 11.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Alter Bahnhof Gensungen, Zur Ederau 2 • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 4 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Iris David in Kooperation mit der Seniorenbeauftragten der Stadt Felsberg • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 107053V42

BEGINN: Fr 20.09.2024, 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.

WABERN: Vormittagskurs Nr. 107052V42

BEGINN: Do 10.10.2024, 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 8 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. 107051V42

BEGINN: Do 10.10.2024, 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 8 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.

Ehrenamt



Das gesellschaftliches Leben befindet sich im Wandel, auch für das ehrenamtliche Engagement und das Vereinsleben bedeutet das, neue Herausforderungen.

Der Schwalm-Eder-Kreis bietet allen ehrenamtlich engagierten Menschen deshalb kostenfreie Fortbildungen zur Qualifizierung und Professionalisierung an. Dadurch sollen Engagierte und Interessierte mehr Sicherheit in ihrem Handeln gewinnen.

Das Programm finden Sie auf der Webseite der Koordinierungsstelle Ehrenamt (QR-Code) und auf der Homepage der vhs unter dem <a> I Schlagwort "Ehrenamt".





Mach Dich strack

"Nur wer die Vergangenheit kennt, kann die Gegenwart verstehen und die Zukunft gestalten" (August Bebel)

Unsere Demokratie ist ein hohes Gut, das es unbedingt zu wahren und zu schützen gilt! Um das zu unterstreichen hat der Schwalm-Eder-Kreis die Mitmach-Kampagne mit dem Titel "Mach Dich strack – Gemeinsam geradestehen für Demokratie" gestartet. Mit dieser Kampagne soll die Möglichkeit geschaffen werden Solidarität zum Ausdruck zu bringen und Gesicht dafür zu zeigen, dass wir in Freiheit und Demokratie leben wollen. Weitere Informationen zur Kampagne

finden Sie unter: https://www.schwalm-eder-kreis.de/Aktuelles/Mach-Dich-strack.htm Auch die Volkshochschule beteiligt sich an der Mitmach-Kampagne und setzt den Slogan "Mach dich strack" deshalb in diesem Semester als Titelthema. Dementsprechend präsentieren wir Ihnen mit unserem Kursprogramm interessante Kursangebote aus der Sparte Demokratiebildung, politische Bildung und politisch-historische Bildung. Wir wünschen einen spannenden und interessanten Kursbesuch.

Veranstaltungsreihe der RAG A&L Nordhessen

Im Rahmen dieser Veranstaltungsreihe werden an unterschiedlichen Orten in den Landkreisen Schwalm-Eder, Waldeck-Frankenberg und Kassel Fortbildungen angeboten, die sich mit dem Themenfeld Vereinsarbeit und Demokratie auseinandersetzen. Der Schwerpunkt liegt dabei auf zwei Aspekten. Erstens die Sensibilisierung von Akteuren in Vereinen und Initiativen für die Bedeutung ihrer Arbeit für unsere Demokratie und zweitens die Stärkung von Akteuren, um demokratiefeindlichen Bestrebungen selbstbewusst etwas entgegen zu setzen. Es handelt sich um eine Veranstaltung der Regionalen Arbeitsgruppe Arbeit und Leben Nordhessen, gefördert von Arbeit und Leben Hessen.

VERSCHIEDENE ORTE: Tageskurs Nr. 102052V42

BEGINN: Sa 16.11.2024, 10.00 bis 14.00 Uhr, 3 Termine • ORT: N.N. • KOSTEN: kostenfrei, 15 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: N.N. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

1914 - "Schlafwandelnd" in das "große Gemetzel"?

Bündnisse, Konflikte und Kriegsziele vor und während des 1. Weltkrieges

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 6 und auf unserer Webseite.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 101053V42

BEGINN: Di 12.11.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 3 Termine • ORT: Dr.-G.-A.-Zinn-Schule, Schwimmbadweg 30 • KOSTEN: 15,00 Euro für 6 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Wilfried Bernhardt • AUSKUNFT: Tel. 05665 5839 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Adam von Trott - Ein Leben für die Freiheit Eine nordhessische Schlüsselfigur im Widerstand gegen Hitler

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 6 und auf unserer Webseite.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 101054V42

BEGINN: Di 03.12.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 2 Termine • ORT: Dr.-G.-A.-Zinn-Schule, Schwimmbadweg 30 • KOSTEN: 10,00 Euro für 4 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Wilfried Bernhardt • AUSKUNFT: Tel. 05665 5839 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Als die Nazis die nordhessische Region eroberten

Das Ende der Demokratie, der Beginn der politischen Verfolgung und der Errichtung des KZ Breitenau

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 7 und auf unserer Webseite.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 101055V42

BEGINN: Do 14.11.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 3 Termine • ORT: Dr.-G.-A.-Zinn-Schule, Schwimmbadweg 30 • KOSTEN: 15,00 Euro für 6 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Wilfried Bernhardt • AUSKUNFT: Tel. 05665 5839 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Das KZ Breitenau für politische Feinde der Nazis 1933-34

Ein historischer Rundgang

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 6 und auf unserer Webseite.

GUXHAGEN: Exkursion Nr. 101056V42

TERMIN: Sa 30.11.2024, 14.00 bis 16.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Gedenkstätte Breitenau, Brückenstr. 12 • KOSTEN: 7,50 Euro für 3 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Wilfried Bernhardt • AUSKUNFT: Tel. 05665 5839 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

"Die Bundesrepublik ist (nicht) Weimar" - 75 Jahre Grundgesetz

Lehren aus der Geschichte der Weimarer Republik

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 6 und auf unserer Webseite.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 101057V42

TERMIN: Do 05.12.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Dr.-G.-A.-Zinn-Schule, Schwimmbadweg 30 • KOSTEN: 5,00 Euro für 2 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Wilfried Bernhardt • AUSKUNFT: Tel. 05665 5839 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Geführter Rundgang Gedenkstätte Trutzhain

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 7 und auf unserer Webseite.

SCHWALMSTADT: Exkursion Nr. 101061V42

TERMIN: Di 24.09.2024, 17.00 bis 19.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Gedenkstätte und Museum Trutzhain, Seilerweg 1 • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Sebastian Sakautzki • AUSKUNFT: Tel. 06691710662 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Weitere Kurse auf unserer Webseite unter "Gesellschaft - Politik"





Sicherheit im Internet Eine Vortragsreihe des Polizeipräsidiums Nordhessen

Gefahren im Internet sicher begegnen

Ob mit PC, Tablet oder Smartphone: Immer häufiger sind wir im Internet unterwegs. Das wissen auch kriminelle Personen und versuchen mit unterschiedlichen Methoden, an Geld oder sensible Daten zu gelangen. Einige Betrugsmaschen halten sich hartnäckig, führen aber leider immer wieder zum Erfolg. Daneben gibt es immer wieder neue Ideen der Kriminellen: Inzwischen gibt es z.B. den "Enkeltrick" schon über Messenger-Dienste. Derzeit werden auch diverse Maschen über SMS eingeleitet. Im Rahmen des Vortrages werden aktuelle Phänomene und Methoden, mit denen Sie reagieren können, vorgestellt.

WITZENHAUSEN: Vortrag Nr. 104054V42

TERMIN: Di 17.09.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Werra-Meißner, Steinstraße 23 · KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Aniane Emde mit Polizeipräsidium Nordhessen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

KORBACH: Vortrag Nr. 104056V42

TERMIN: Sa 12.10.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Bürgerhaus, Kirchstraße 7 • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Aniane Emde mit Polizeipräsidium Nordhessen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Vortrag Nr. 104057V42

TERMIN: Di 15.10.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Aniane Emde mit Polizeipräsidium Nordhessen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

BAUNATAL: Vortrag Nr. 104055V42

TERMIN: Di 14.01.2025, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs-Haus, Am Erlenbach 5 • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Aniane Emde mit Polizeipräsidium Nordhessen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Smart Living

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

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104058V42

TERMIN: Di 19.11.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 5 Teiln., In der vhs cloud • LEITUNG: Aniane Emde mit Polizeipräsidium Nordhessen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Sicherheit für mobile Endgeräte

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

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104059V42

TERMIN: Di 29.10.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 5 Teiln., In der vhs cloud • LEITUNG: Aniane Emde mit Polizeipräsidium Nordhessen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Sicher im Internet bestellen und bezahlen

Das Einkaufen im Internet wird zunehmend beliebter. Das wissen auch Kriminelle und versuchen mit unterschiedlichen Methoden, an Geld oder sensible Daten zu gelangen. Im Vortrag erhalten Sie jede Menge Tipps, wie Sie das Risiko eines Betrugs reduzieren können. Auch das Thema "Kleinanzeigen-Portale" wird im Vortrag behandelt.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104060V42

TERMIN: Di 03.12.2024, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 5 Teiln., In der vhs cloud • LEITUNG: Aniane Emde mit Polizeipräsidium Nordhessen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Datendiebstahl - Darknet - Digitaler Nachlass

Vom vernetzen Spielzeug über die Sprachassistenz bis hin zum digitalen Nachlass: Das alltägliche Leben wird zunehmend smarter. Eine Fülle von Online-Daten bilden unsere "digitalen Identitäten" ab. Für Cyberkriminelle stellen insbesondere Finanzdaten, Accounts und E-Mailadressen Iohnenswerte Angriffsziele dar. Im Vortrag werden diverse Angriffsmethoden auf die digitale Identität vorgestellt und mit welchen Empfehlungen das Risiko eines Identitätsdiebstahles reduziert werden kann. Der Datenverkauf erfolgt oftmals über das Darknet. Nach dem Vortrag werden Sie wissen, wie die Technologien des Darknets aber auch zur Erhöhung des Datenschutzes genutzt werden können. Zum Abschluss erhalten Sie zahlreiche Tipps, wie Sie Ihre digitale Identität auch über "den Tod hinaus" mit dem digitalen Nachlass regeln können.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104061V42

TERMIN: Di 28.01.2025, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 5 Teiln., In der vhs cloud • LEITUNG: Aniane Emde mit Polizeipräsidium Nordhessen • 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.

Ehrenamtliche rechtliche Betreuungen

Schulung nach dem hessischen Curriculum

Die Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 8 und auf unserer Webseite.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104050V42

Informationen zu "Vorsorgevollmachten" und "Patientenverfügungen"

Die Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 8 und auf unserer Webseite.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104051V42

Ayurvedische Ernährungslehre

Gesunde Verdauung

Die Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 34 und auf unserer Webseite.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 305059H42

Englisch - Neustart

Niveau A1.1

Die Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 41 und auf unserer Webseite.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 406154T42

English - Refresher Course

Niveau B1.21

Die Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 44 und auf unserer Webseite.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 406352T42



Spanisch - Anfangskenntnisse erweitern Niveau A1.02

Die Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 48 / 49 und auf unserer Webseite.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422153T42

Spanisch - Grundkenntnisse aufbauen

Niveau A2.04

Die Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 49 und auf unserer Webseite.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422254T42

Arabisch - Grundkenntnisse aufbauen

Niveau A2.04

Die Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 50 und auf unserer Webseite.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 401203T42



ChatGPT

Die Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 59 und auf unserer Webseite.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501064A42

Spot-if-Al

Die Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 59 und auf unserer Webseite.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501065A42

TikTok

Algorithmen und Manipulation

Die Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 59 und auf unserer Webseite.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501066A42

Salze

Tasting

Die Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 35 und auf unserer Webseite.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500051A42

Curry - Ganz individuell

Tasting

Die Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 35 und auf unserer Webseite.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500052A42

Besondere Gewürze erfahren

Tasting

Die Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 35 und auf unserer Webseite.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500053A42

Pfeffer - Ein Gewürz für besondere Gelegenheiten

Tasting

Die Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 35 und auf unserer Webseite.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500054A42

Japanisch - Anfangskenntnisse erweitern

Niveau A1.04 - Hybrid

Die Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 52 und auf unserer Webseite.

HOMBERG + ONLINE: Onlinekurs Nr. 410102T42

Digitaler Familientalk

Die Kursbeschreibung und den Link finden Sie auf Seite 59 und auf unserer Webseite.

ONLINE: Nr. 501061A42



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.

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

Mehrgenerationenhaus, Untere Birkenallee 19

Tel. 05662 4080853

Schwalmstadt (Ziegenhain)

Steinweg 33 Tel. 06691 9158831

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



EIGENBETRIEB Jugend- und Freizeiteinrichtungen des Schwalm-Eder-Kreises









Tanzen & Kleinkunst

Jonglage, Balance, Akrobatik

Grundlagen verschiedener Zirkusdisziplinen für Erwachsene und Familien

In diesem Kurs werden verschiedene Disziplinen des Zirkus vorgestellt. Jonglage mit Bällen oder Keulen, Flow-Toys wie Poi, Levistick oder Stäbe, Akrobatik und Einrad. Für jedes Interesse und jedes Niveau ist etwas dabei. Dieser Kurs dient als Einführung und gibt euch Übungen zum selbst Üben mit nach Hause. Für Erwachsene und Familien.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 204050L42

TERMIN: Sa 28.09.2024, 10.00 bis 13.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Christian-Bitter-Schule, Franz-Gleim-Str. 64 • KOSTEN: 20,00 Euro für 4 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Isabelle Elsässer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 204051L42

TERMIN: Sa 09.11.2024, 10.00 bis 13.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Christian-Bitter-Schule, Franz-Gleim-Str. 64 • KOSTEN: 20,00 Euro für 4 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Isabelle Elsässer • 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. 205053L42

BEGINN: So 15.09.2024, 11.00 bis 12.30 Uhr, 10 Termine • 0RT: Stellbergschule, Rudolf-Harbig-Str. 2 • KOSTEN: 95,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Iris Plasberg und Tanzpartner • AUSKUNFT: Tel. 0171 2132084 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

WABERN: Abendkurs Nr. 205058L42

BEGINN: Do 19.09.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • KOSTEN: 75,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Iris Plasberg • AUSKUNFT: Tel. 0171 2132084 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Mit geringen Vorkenntnissen - Stufe 2,3

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. 205056L42

BEGINN: Di 17.09.2024, 20.30 bis 22.00 Uhr, 10 Termine • ORT: DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • KOSTEN: 75,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Iris Plasberg • AUSKUNFT: Tel. 0171 2132084 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Mit guten Vorkenntnissen - Stufe 4

WABERN: Abendkurs Nr. 205059L42

BEGINN: Do 19.09.2024, 20.15 bis 21.45 Uhr, 10 Termine • ORT: DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • KOSTEN: 75,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Iris Plasberg • AUSKUNFT: Tel. 0171 2132084 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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



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. 205054L42

BEGINN: So 15.09.2024, 13.00 bis 14.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Stellbergschule, Rudolf-Harbig-Str. 2 • KOSTEN: 95,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Iris Plasberg und Tanzpartner • AUSKUNFT: Tel. 0171 2132084 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

WABERN: Abendkurs Nr. 205057L42

BEGINN: Mi 18.09.2024, 19.15 bis 20.45 Uhr, 10 Termine • ORT: DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • KOSTEN: 75,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Iris Plasberg • AUSKUNFT: Tel. 0171 2132084 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Let's dance - Lust auf Tanzen Spezialkurs

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

Stufe 1 und 2

WABERN: Abendkurs Nr. 205055L42

BEGINN: Di 17.09.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 10 Termine • ORT: DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • KOSTEN: 75,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Iris Plasberg • AUSKUNFT: Tel. 0171 2132084 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Let's dance - Lust auf Tanzen

Abschlussveranstaltung für alle Let's dance Kurse

WABERN: Abendkurs Nr. 205060L42

TERMIN: Sa 08.02.2025, 19.00 bis 22.00 Uhr, 1 Termin • ORT: DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • KOSTEN: kostenfrei für Teilnehmende der Kurse v. Frau Plasberg, 4 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Iris Plasberg • AUSKUNFT: Tel. 0171 2132084 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Discofox für Fortgeschrittene

Mit Vorkenntnissen

Discofox, 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. Dieser Tanzkurs bietet die Gelegenheit bereits bestehende Tanzfähigkeiten zu vertiefen und neue Figuren zu erlernen. Vor der Kursbuchung bitte Rücksprache mit der Kursleitung halten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 205064L42

BEGINN: Mo 28.10.2024, 19.00 bis 20.45 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 51,80 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Viola Gäde und Peter Brandt • AUSKUNFT: Tel. 0151 59474029 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Spaß am Tanzen als Paar genießen Standard- und Lateintänze

Lassen Sie sich entführen in die Welt der Tänze. Ob Party, Hochzeit, Tanzabend oder Urlaub, seien Sie gerüstet, wenn sich die nächste Gelegenheit zum Tanzen bietet. Sie erlernen Grundschritte zu den wichtigsten Partytänzen wie Discofox, Salsa und ChaChaCha. Oder erweitern Sie Ihre im Einführungskurs erworbenen Kenntnisse mit zusätzlichen Figuren und Tipps zur Führung. Aber auch den traditionellen Tänzen wie Foxtrott, langsamer Walzer, Tango und Weiteren widmen wir uns. Dieser Kurs ist geeignet für Paare jeden Alters, die den Spaß am Tanzen kennenlernen oder erhalten wollen.

Ohne Vorkenntnisse

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 205062L42

BEGINN: So 15.09.2024, 16.45 bis 18.15 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 75,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Burkhard Appel und Heidemarie Appel • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

(Mit Vorkenntnissen)

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 205063L42

BEGINN: So 15.09.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 75,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Burkhard Appel und Heidemarie Appel • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Paartanzkurs für Senioren

Fortgeschrittene

Tanzen fördert Koordination, Rhythmusgefühl, Körperbewusstsein und soziale Interaktion. Dieser Tanzkurs ist für Paare geeignet, die Grundkenntnisse in den Standard- und Lateintänzen mitbringen (Langsamer Walzer, Wiener Walzer, Tango, Cha-Cha-Cha, Rumba, Jive und Discofox).

FELSBERG: Nachmittagskurs Nr. 205065L42

BEGINN: So 06.10.2024, 16.00 bis 17.30 Uhr, 10 Termine • ORT: DGH Heßlar, Rückweg 2 • KOSTEN: 75,00 Euro für 20 U-Std., ab 12 Teiln. • LEITUNG: Lea Dilcher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Rags 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. 205051L42

BEGINN: Mi 11.09.2024, 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. 205050L42

BEGINN: Mi 11.09.2024, 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.

Malerei, Grafik und Gestaltung

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. 207053L42

INFO: Do 19.9., 18 Uhr, BEGINN: Do 26.09.2024, 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.



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. 207050L42

BEGINN: Mo 13.01.2025, 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.

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. 207051L42

BEGINN: Mo 04.11.2024, 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.

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. 207052L42

TERMINE: Fr 1.11., 14 bis 18 Uhr und Sa 2.11.24, 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 Verbauch (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Astrid Schlemmer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Zeichnen lernen

Klassische Zeichenschule

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

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 207054L42

INFO: Di 17.9., 18 Uhr, BEGINN: Di 24.09.2024, 18.00 bis 20.15 Uhr, 8 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 96,00 Euro für 24 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Ilona Kuosman • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Textiles Gestalten

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. 209050L42

BEGINN: Do 07.11.2024, 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., Material kann bei der Kursleitung erworben werden • LEITUNG: Kerstin Wetter • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Schwälmer Weißstickerei

Mit und ohne Vorkenntnisse

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

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 210050K42

INFO: Mo 23.9., 18 Uhr, BEGINN: Mo 07.10.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine, 14-täglich • ORT: DGH Niedergrenzebach, Knüllstr. 21 / Kirchplatz • KOSTEN: 50,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Elisabeth Stübing • AUSKUNFT: Tel. 06691 3809 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

FRIELENDORF: Abendkurs Nr. 210051L42

BEGINN: Do 31.10.2024, 18.30 bis 20.30 Uhr, 8 Termine, 14-täglich • ORT: Kleeblattschule, An der Schule 5 • KOSTEN: 52,50 Euro für 21 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Irene Horn • AUSKUNFT: Tel. 06691 5974 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten

Nähen leicht gemacht

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

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 209051L42

INFO: Do 12.9., 18 Uhr, BEGINN: Do 19.09.2024, 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.



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.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 209053L42

BEGINN: Do 07.11.2024, 17.00 bis 19.30 Uhr, 4 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 . 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.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 209052L42

BEGINN: Do 19.12.2024, 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.

Nähen macht Spaß

Wiederverwendbare Hygieneartikel selber nähen

Im Rahmen des Kurses wird über wiederverwendbare Tampons, Slipeinlagen und Stoffbinden informiert. Es geht um die Vor- und Nachteile dieser Hygieneartikel. Im Anschluss an einen kurzen Impulsvortrag der Dozentin nähen die Teilnehmenden unter fachkundiger Anleitung selbst nachhaltige und wiederverwendbare Produkte. Ausreichend Zeit für den persönlichen Erfahrungsaustausch ist ebenso vorgesehen.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 209054L42

TERMIN: Do 05.12 und Do 12.12.2024, jeweils 17.00 bis 19.30 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 28,00 Euro für 7 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.

Häkeln wieder entdecken

Häkeln kann meditativ und herrlich kreativ sein. Nicht zuletzt der jüngste Second Hand Trend hat das Häkeln wieder salonfähig gemacht. In Absprache mit der Kursleitung werden im Rahmen des Kurses verschiedene Häkel-Projekte angegangen. Die Teilnehmenden erhalten in den Kursstunden fachgerechte Anleitung und setzen die begonnenen Projekte zu Hause fort. Die Grundlagen des Häkelns und die Grundmaschen sollten bekannt sein.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 209055L42

BEGINN: Do 19.09.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 6 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 48,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln., Material kann bei der Kursleitung erworben werden • LEITUNG: Volker Vaupel • AUSKUNFT: Tel. 05684 1872 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Plastisches Gestalten

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. 210052L42

BEGINN: Di 17.09.2024, 17.00 bis 19.30 Uhr, 6 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.

Goldschmieden

Wenn Sie sich ein Schmuckstück selber entwerfen und herstellen möchten oder vielleicht ein altes, liebgewonnenes 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. 210053L42

TERMIN: Sa 02.11.2024, 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.



Fotografie

Fotokurs: Fotografie kennen lernen Ohne Vorkenntnisse

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, der Fotoapparat kann doch alles automatisch machen? 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: Nachmittagskurs Nr. 211052L42

BEGINN: Mo 23.09.2024, 16.00 bis 18.00 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.

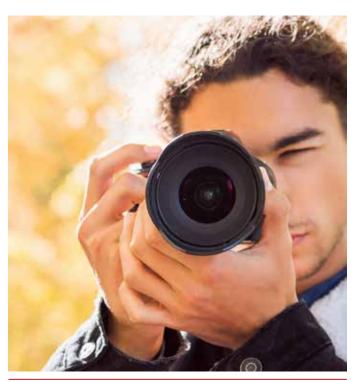


Fotokurs: Fotografie vertiefen lernen Mit Vorkenntnissen

Im Kurs für Fortgeschrittene beschäftigen wir uns mit besonderen Themenbereichen in der Fotografie, wie Grundlagen der Architekturfotografie, Landschaftsfotografie, Nahaufnahmen und Makros, Portraits und mehr. Bildgestaltung und technische Voraussetzungen werden genauso besprochen, wie Perspektive und Wahrnehmung. Nach Absprache können einzelne Abende zu einem Samstagskurs umgewandelt werden, bei dem eine Exkursion zu einem fotografisch interessanten Ziel stattfinden kann.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 211050L42

BEGINN: Mo 23.09.2024, 18.30 bis 20.30 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.



Fotokurs: Crashkurs Ohne Vorkenntnisse

Im Rahmen des Kurses wird grundlegendes Wissen zum Einstieg in die Fotografie vermittelt. Der Kurs thematisiert das Einstellen der ISO-Zahl in Abstimmung zur Brennweite und dem Abstand, sowie das richtige Einstellen der Blende und der Belichtungszeit. Besprochen wird, wie mit kontrollierten Kamerabewegungen Spannung in Bilder gebracht werden kann. Zudem gibt es eine kurze Einführung in die Bildgestaltung.

HOMBERG: Tageskurs Nr. 211053L42

TERMIN: Sa 16.11.2024, 10.00 bis 17.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Fotostudio, Untergasse 16 • KOSTEN: 31,50 Euro für 9 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Irina Hinzdorf • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Tageskurs Nr. 211054L42

TERMIN: Sa 30.11.2024, 10.00 bis 17.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Fotostudio, Untergasse 16 • KOSTEN: 31,50 Euro für 9 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Irina Hinzdorf • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Musik & 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. 202051K42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 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) • 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. 213051K42

BEGINN: Do 19.09.2024, 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.

Kurse zur Stimmbildung finden Sie auf Seite 10

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@musikschuleschwalm-eder-nord.de

Musikschule Schwalm-Eder

Untergasse 25 34576 Homberg (Efze)

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

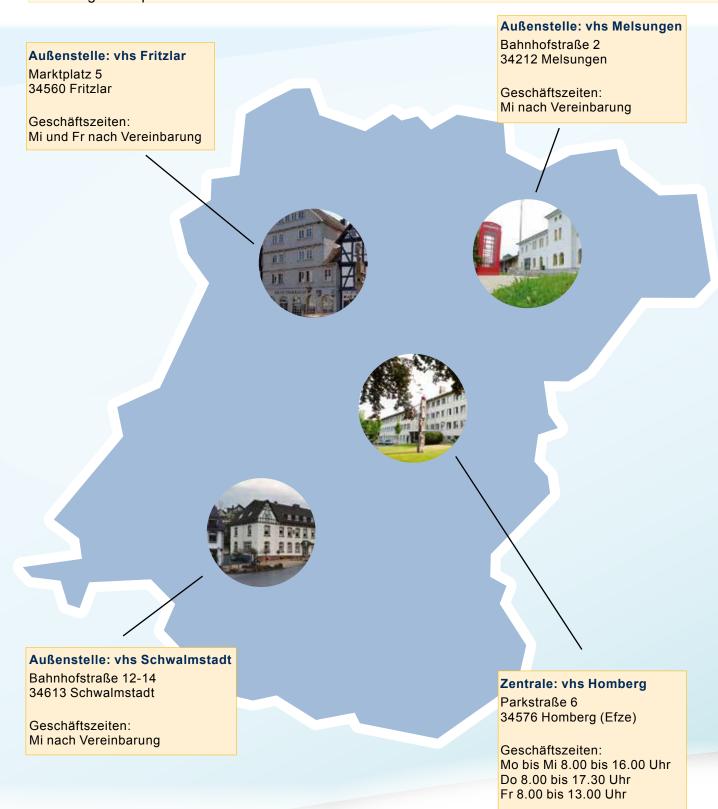


FÜR SIE IM SCHWALM-EDER-KREIS

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.





Handwerkskunst

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. 500057A42

TERMIN: Sa 21.09.2024, 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.



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. 500066A42

TERMIN: Sa 28.09.2024, 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. 500067A42

TERMIN: Sa 09.11.2024, 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.

Goldschmieden

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 33 und auf unserer Webseite.

MELSUNGEN: Tageskurs Nr. 210053L42

TERMIN: Sa 02.11.2024, 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.

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. 500058A42

TERMIN: Sa 05.10.2024, 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.

Weihnachtsstollen

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

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 500059A42

TERMIN: Sa 02.11.2024, 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. 10 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Cornelia Cordt-Nimbs • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Ein Teig tausend Plätzchen

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

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 500060A42

TERMIN: Sa 16.11.2024, 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. 10 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. 500068A42

TERMINE: Sa 12.10., 9 bis 16.30 Uhr und So 13.10., 11 bis 14 Uhr • ORT: Bächts Scheune, Von-Hund-Gasse 1 • KOSTEN: 52,00 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 50 Euro Material- und Werkzeugkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Uwe Bächt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



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. 500064A42

TERMIN: Sa 12.10.2024, 11.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 30,00 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. 500065A42

TERMIN: Sa 18.01.2025, 11.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 30,00 Euro für 6 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 10 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Burkhard B. Wittig • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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 Brauervesper 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. 500062A42

TERMIN: Sa 26.10.2024, 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 in Kooperation mit Mach's Annersder • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

BORKEN: Tageskurs Nr. 500063A42

TERMIN: Sa 09.11.2024, 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 in Kooperation mit Mach's Annersder • 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. 500061A42

TERMINE: Fr 11.10., 18 bis 20.15 Uhr und Sa 12.10., 8 bis 15 Uhr • ORT: DGH Arnsbach, Schulstr. 3 • KOSTEN: 50,00 Euro für 11 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lebensmittelumlage und Nebenkosten • LEITUNG: Margit Keßler • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.









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. 508051A42

TERMINE: Di 24.9. und Do 26.9., jeweils 17.30 bis 20.45 Uhr und Sa 28.9., 7.30 bis 14 Uhr • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • KOSTEN: 225,00 Euro für 16 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. 25 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Frank Wittenborn in Kooperation mit Berufliche Schulen Schwalmstadt, BBZ Marburg und BZ Kassel • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Kerzen ziehen

Entdecke die Freude am kreativen Gestalten. Der Workshop vermittelt verschiedene Kenntnisse zu Material, Herstellungstechniken und bietet viel Raum seine eigene Kerze zu fertigen.

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 500074A42

TERMIN: Fr 18.10.2024, 14.00 bis 17.15 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 20,00 Euro für 4 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 15 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Marc-André Pfannkuchen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 500075A42

TERMIN: Sa 23.11.2024, 14.00 bis 17.15 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 20,00 Euro für 4 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 15 Euro Materialkosten vor Ort zu zahlen • LEITUNG: Marc-André Pfannkuchen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Holzarbeiten

Holzverbindungen

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

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 500073A42

TERMINE: Sa 30.11. und 7.12., jeweils 9 bis 15.30 Uhr • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • KOSTEN: 48,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 12 Euro Materialkosten (an Kursleiter zu zahlen) • LEITUNG: Achim Lingner • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Bauen mit Lehm

Lehm - Neuer-alter Baustoff

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

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 500072A42

TERMINE: Fr 27.9., 17 bis 20 Uhr und Sa 28.9.,9 bis 17 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 65,00 Euro für 14 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. 5 Euro Materialkosten an Kursleiter zu zahlen, 2. Termin findet in der Grube Mardorf statt • LEITUNG: Achim Lingner • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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. 500069A42

TERMIN: Sa 28.09.2024, 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. 500070A42

TERMIN: Sa 26.10.2024, 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. 500071A42

TERMIN: Sa 16.11.2024, 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.



Kursleitung an der vhs werden? HOCHinteressant!



"Für mich die perfekte Ergänzung zum Studium. Die vhs hat mich menschlich und beruflich weitergebracht."

Özcan Erbaşaran

"Erfüllend. Die vhs ist der perfekte Ort, um neue Kurse auszuprobieren und zu netzwerken." Katja Glöckler

> "Ich möchte auch in meinem Alter aktiv sein. Bei der vhs hab ich HOCHinteressierte Teilnehmer*innen, die mein Wissen wertschätzen."

> > Rolf Heintzenberg



Das Volks**HOCH**schul**GEFÜHL**: Andere weiterbringen, selbst vorankommen.

Jeder kann etwas besonders gut. So wie Du. Wie wäre es, Dein Wissen, Dein Talent, Deine Leidenschaft als Kursleitung bei der Volkshochschule mit Menschen zu teilen, die das **HOCH**spannend finden und dabei **HOCH**motiviert sind?

Egal, welches Thema oder welche Idee Du hast, um andere weiterzubringen, damit nebenbei etwas zu verdienen und zudem jede Menge Anerkennung, Wertschätzung und Inspiration zu bekommen: Sprich uns an. Wir unterstützen Dich gerne und helfen Dir dabei, Deine Vorstellungen in die Tat umzusetzen. Denn die Kurse an der Volkshochschule entstehen durch Menschen wie Dich.

Mehr zum VolksHOCHschulGEFÜHL findest Du hier: kursleitung.vhs-in-hessen.de







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. 301050H42

BEGINN: Di 10.09.2024, 17.00 bis 18.15 Uhr, 11 Termine • ORT: DGH Frankenhain, Landgraf-Karl-Str. 31 • KOSTEN: 52,20 Euro für 18 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Eva Maria Balkenhol • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Entspannungsmix

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 Wohlbefinden und zur Stressbewältigung beitragen.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 301055H42

BEGINN: Do 24.10.2024, 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 Wahrnehmungsund 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. 301057H42

BEGINN: Fr 04.10.2024, 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.

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. 301059H42

BEGINN: Di 17.09.2024, 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. 301060H42

BEGINN: Di 17.09.2024, 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.

Feldenkrais®

Bewusstsein durch Bewegung

Durch das achtsame und sehr langsame Ausführen einfacher Bewegungsabläufe lädt die Feldenkrais®-Methode dazu ein, die eigenen Möglichkeiten der Bewegung zu erkunden. Schritt für Schritt wird die Bewegung in einzelne Elemente zerlegt und vielfach variiert. Auf diese Weise können Sie feine Unterschiede in der Bewegung erfahren und bisher ungenutzte Potenziale entdecken. Die Methode kann zu mehr Leichtigkeit in der Bewegung führen und die Entspannung von Körper und Geist unterstützen.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 301061H42

BEGINN: Mo 30.09.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstr. 12-14 • KOSTEN: 48,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Noel Gebauer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 301062H42

BEGINN: Mo 11.11.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstr. 12-14 • KOSTEN: 48,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Noel Gebauer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

TrophoTraining®

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. 301063H42

TERMIN: Sa 14.09.2024, 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. 301064H42

TERMIN: Sa 16.11.2024, 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.



Nada-Yoga

Erleben Sie geführte Entspannungsübungen in Form von Klangreisen, Klangmeditationen und Klangbädern. Zum Einsatz kommen dabei obertonreiche Instrumente wie tibetische Klangschalen, Regenmacher, eine Handpan u.a. Durch die Kombination von Wort und Klang werden verschiedene Bereiche im Gehirn angesprochen. Das kann wirkungsvoll beim

Abschalten und Loslassen helfen, die Selbstwahrnehmung unterstützen und zu innerer Ruhe führen.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 301065H42

BEGINN: Mo 07.10.2024, 18.00 bis 19.00 Uhr, 6 Termine, 14-täglich • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 40,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Anastasia Aab ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Yoga

Hatha-Yoga

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

(Für Neulinge bis Mittelstufe)

BAD ZWESTEN: Abendkurs Nr. 301150H42

BEGINN: Do 12.09.2024, 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. 301152H42

BEGINN: Di 10.09.2024, 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: Elke Klee • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 301153H42

BEGINN: Mi 11.09.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 65,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Elke Klee • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 301154H42

BEGINN: Do 12.09.2024, 19.30 bis 21.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Stellbergschule, 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. 301155H42

BEGINN: Mi 18.09.2024, 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. 301157H42

BEGINN: Mo 23.09.2024, 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 • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

Für Neulinge und Fortgeschrittene

FRIELENDORF: Abendkurs Nr. 301253H42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Hinter den Höfen 6 • KOSTEN: 73,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Petra Rothe • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

GUDENSBERG: Nachmittagskurs Nr. 301254H42

BEGINN: Di 10.09.2024, 16.30 bis 18.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • KOSTEN: 63,50 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Petra Rothe • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 301257H42

BEGINN: Di 10.09.2024, 17.00 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Kulturhalle Zig, Alleeplatz • KOSTEN: 65,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Josefine Scherka • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

🗢 (Für Frauen)

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 301350H42

BEGINN: Mo 26.08.2024, 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 • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 301351H42

BEGINN: Mi 18.09.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 65,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Sandra Hesse · ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Yoga

Sanftes Hatha-Yoga 50+

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

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 301352H42

BEGINN: Di 24.09.2024, 10.00 bis 11.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 58,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Heidrun Brandt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Yin Yang Yoga

Entspannung.

Der Yin Yang Yoga Stil verbindet passive, ruhige Elemente (Yin) mit aktiven, dynamischen Bewegungssequenzen (Yang).

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 301156H42

BEGINN: Mo 16.09.2024, 18.45 bis 20.15 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 80,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Xenia Sauer ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.





Yoga gegen Ängste

Workshop

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

KNÜLLWALD: Nachmittagskurs Nr. 301355H42

TERMIN: Sa 02.11.2024, 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 Offnung 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. 301356H42

TERMIN: Sa 16.11.2024, 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 zum Kennenlernen

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.

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 301363H42

TERMIN: Fr 20.09.2024, 15.30 bis 17.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 13,50 Euro für 3 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Daniela Schleicher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 301364H42

TERMIN: Fr 22.11.2024, 15.30 bis 17.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 13,50 Euro für 3 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Daniela Schleicher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► Ein Angebot zu "Nada-Yoga" finden Sie in der Rubik "Entspannung" auf Seite 27

Yoga nach Brustkrebs

Die Diagnose Brustkrebs verändert das Leben. Dieser Kurs bietet die Möglichkeit in einem geschützten Rahmen Körper, Geist und Seele durch Yoga (wieder) in ein harmonisches Gleichgewicht zu bringen.

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 301358H42

BEGINN: Mi 02.10.2024, 16.30 bis 17.45 Uhr, 10 Termine • ORT: Zentrum für Yoga und Sport, Kasseler Straße 31 • KOSTEN: 120,00 Euro für 17 U-Std., ab 1 Teiln., Kooperationsveranstaltung - keine Entgeltermäßigung möglich • LEITUNG: Silke Daude-Kalff • AUSKUNFT: Tel. 0152 55163386 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 301359H42

BEGINN: Fr 04.10.2024, 16.30 bis 17.45 Uhr, 10 Termine • ORT: Zentrum für Yoga und Sport, Kasseler Straße 31 • KOSTEN: 120,00 Euro für 17 U-Std., ab 1 Teiln., Kooperationsveranstaltung - keine Entgeltermäßigung möglich • LEITUNG: Silke Daude-Kalff • AUSKUNFT: Tel. 0152 55163386 • 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. 301357H42

TERMIN: Sa 30.11.2024, 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.

Tai Chi und Qigong

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, Vorstelungskraft und innerer Aufmerksamkeit. Die "Form", eine Abfolge von langsamen, fließenden Bewegungen, im Einklang mit dem Atem und den natürlichen Möglichkeiten des Körpers, kann zu innerer Ruhe, Ausgeglichenheit und konzentrierter Entspannung führen. Durch den Fluss der Bewegung kann der gesamte Organismus harmonisiert und damit das geistige und körperliche Wohlbefinden gesteigert werden.

FRIELENDORF: Abendkurs Nr. 301458H41

BEGINN: Do 05.09.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 12 Termine • ORT: Multifunktionshaus Todenhausen, Im Dorfe 22 • KOSTEN: 64,80 Euro für 24 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Gudrun Schneider-Zörnig • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

NEUKIRCHEN: Abendkurs Nr. 301460H42

BEGINN: Mi 11.09.2024, 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.



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. 301453H42

BEGINN: Mi 11.09.2024, 17.30 bis 18.30 Uhr, 13 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 69,70 Euro für 17 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Frank Barnack • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 301454H42

BEGINN: Do 12.09.2024, 17.30 bis 18.30 Uhr, 12 Termine • ORT: Schule am Dom, Dr.-Jestädt-Platz 5 • KOSTEN: 56,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Frank Barnack ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 301455H42

BEGINN: Mi 11.09.2024, 16.30 bis 17.30 Uhr, 10 Termine • ORT: DGH Rörshain, Reuters Ruh 2 • KOSTEN: 45,50 Euro für 13 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jutta Pietsch • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Meditation

Meditation und Wissenschaft Vortrag

Meditation und Wissenschaft: Wie Meditation auf den Menschen wirkt, wurde in den letzten Jahren mehr und mehr erforscht - mit überraschenden Ergebnissen. Der einstündige Vortrag liefert wissenschaftsbasierte Antworten auf die Fragen, die sich Menschen im Zusammenhang mit Meditation häufig stellen: Was bringt mir regelmäßiges Meditieren? Was passiert in meinem Gehirn, wenn ich meditiere? Und (wie) passen Spiritualität und Wissenschaft zusammen? Außerdem erhalten Sie praktische Mini-Meditationen für den Alltag mit an die Hand. Auch Meditations-Neulinge und -Skeptiker sind herzlich willkommen.

HOMBERG: Vortrag Nr. 301557H42

TERMIN: Sa 02.11.2024, 16.15 bis 17.45 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 9,00 Euro für 2 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Viola Grötz • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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. 301556H42

TERMINE: So 22.9. und So 6.10.24, 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.

Meditation für Neulinge

Dieser Kurs führt Sie 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. 301555H42

BEGINN: Do 12.09.2024, 18.15 bis 19.15 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 40,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Daniela Schleicher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Meditation zum Kennenlernen

Workshop 1

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. 301551H42

TERMIN: Fr 27.09.2024, 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.

Workshop 2

Meditation: Das heißt stundenlanges Sitzen mit geschlossenen Augen? Mit Räucherstäbchen und Klangschalen? Erleben Sie, dass Meditation so viel mehr als das ist. Sie lernen verschiedene Arten von Meditation kennen und können ausprobieren, welche davon Ihnen liegen und welche nicht. Theoretischer Input (auch zur wissenschaftlichen Auseinandersetzung mit Meditation) und praktische Übungen wechseln sich ab. Vorerfahrung ist nicht notwendig.

HOMBERG: Tageskurs Nr. 301552H42

TERMIN: Sa 02.11.2024, 11.00 bis 15.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 30,00 Euro für 6 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Viola Grötz • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Workshop 3

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. 301554H42

TERMIN: Sa 05.10.2024, 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.





Bewegung, Fitness und Vorsorge

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. 302050H42

BEGINN: Mi 11.09.2024, 10.00 bis 11.00 Uhr, 12 Termine • ORT: Freiraum, Wildunger Str. 1b • KOSTEN: 70,40 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Dorothee Basselli • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Brustkrebs

Vor- und Nachsorge – nicht nur für Frauen

Brustkrebs kann jeden Menschen treffen. Die Yoga- und Krebstrainerin, Frau Silke Daude-Kalff, führt Sie durch einen Vortrag über die Vor- und Nachsorge bei Brustkrebs. Außerdem erhalten Sie einen praktischen Einblick in entspannende Yoga-Übungen bei / nach Brustkrebs.

FRITZLAR: Vortrag Nr. 303050H42

TERMIN: Di 01.10.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 9,00 Euro für 2 U-Std., ab 4 Teiln. • LEITUNG: Silke Daude-Kalff • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

"Fit und Aktiv im Alter"-Kurse finden Sie auf Seite 11

Bauch-Beine-Po-Training

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

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 302051H42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 17.00 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Schule an den Türmen, Neustädter Str. 15 • KOSTEN: 58,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Buket Münch • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 302052H42

BEGINN: Do 19.09.2024, 16.20 bis 17.20 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 56,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Wera Weller • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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. 302055H42

BEGINN: Mo 23.09.2024, 18.45 bis 19.45 Uhr, 10 Termine • 0RT: 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 angeregt. Sie trainieren Ihren Körper ganzheitlich mit dem Ziel, Ihre Beweglichkeit, Leistungsfähigkeit und Ihr persönliches Wohlbefinden zu verbessern.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302056H42

BEGINN: Di 17.09.2024, 17.00 bis 18.00 Uhr, 14 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 66,50 Euro für 19 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Wera Weller • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302057H42

BEGINN: Di 17.09.2024, 18.00 bis 19.00 Uhr, 14 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 66,50 Euro für 19 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Wera Weller • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Guten-Morgen-Gymnastik

Zu Beginn jeder Kursstunde bringen Sie Ihren Kreislauf mit einem dynamischen Warm-up in Schwung. Danach führen Sie unter fachkundiger Anleitung gelenk-und wirbelsäulenschonenden Kräftigungs- und Mobilisationsübungen durch. Durch den Einsatz verschiedener Kleingeräte, wie z.B. Bälle, Hanteln, Stäbe und Bänder, variieren die Übungen abwechslungsreich. Sie trainieren so Ihren Körper ganzheitlich mit dem Ziel, Ihre Ausdauer, Kraft und Koordination zu fördern. Nach einem sanften Stretching zum Abschluss, das die beanspruchte Muskulatur dehnt und lockert, können Sie gestärkt in den Tag gehen.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 302054H42

BEGINN: Di 29.10.2024, 10.00 bis 11.00 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.



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 die Förderung der Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination.

FELSBERG: Abendkurs Nr. 302060H42

BEGINN: Di 03.09.2024, 18.30 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • ORT: DGH Heßlar, Rückweg 2 • KOSTEN: 50,70 Euro für 13 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Nicole Funk • 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. 302063H42

BEGINN: Di 03.09.2024, 17.30 bis 18.15 Uhr, 10 Termine • ORT: DGH Heßlar, Rückweg 2 • KOSTEN: 39,00 Euro für 10 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Nicole Funk • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Step-Aerobic

Indoor oder Outdoor

Step-Aerobic ist ein dynamisches Fitnesstraining 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. 302073H42

BEGINN: Di 24.09.2024, 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.

METALZA® - Power-Fitness-Dance

METALZA® ist ein lizensiertes 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. 302067H42

BEGINN: Do 12.09.2024, 18.50 bis 19.50 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.

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. 302072H42

BEGINN: Do 05.09.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 4 Termine • ORT: Kindergarten Sonnenwiese, Goethestr. 18 • KOSTEN: 21,60 Euro für 8 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Odette Schäfer ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Pilates Flow

Shape and Relax

Dieser fitnessorientierte Pilateskurs ist ein ganzheitliches Training für Körper und Geist. Im Einklang mit der Pilates-

Atemtechnik und unter Begleitung sphärischmelodischer 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. Sollten Sie an Schwindel oder orthopädischen Wirbelsäulenerkrankungen leiden, lassen Sie sich vor einer Kursbuchung bitte ärztlich beraten.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 302068H42

BEGINN: Do 12.09.2024, 16.30 bis 17.30 Uhr, 7 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 34,20 Euro für 9 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Susanne Koller · ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 302069H42

BEGINN: Do 12.09.2024, 17.40 bis 18.40 Uhr, 7 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 34,20 Euro für 9 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Susanne Koller ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 302070H42

BEGINN: Do 21.11.2024, 16.30 bis 17.30 Uhr, 8 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 41,80 Euro für 11 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Susanne Koller ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 302071H42

BEGINN: Do 21.11.2024, 17.40 bis 18.40 Uhr, 8 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 41,80 Euro für 11 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Susanne Koller • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.





Super Callanetics®

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

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302078H42

BEGINN: Di 10.09.2024, 19.15 bis 20.45 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 70,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Monika Charlet • AUSKUNFT: Tel. 05661 8010 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302079H42

BEGINN: Mo 28.10.2024, 17.00 bis 18.30 Uhr, 8 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 46,40 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Monika Charlet • AUSKUNFT: Tel. 05661 8010 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Bewegung im Wasser

Aqua-Fitness

Beim Aqua-Fitness findet das Training im stehtiefen 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

Für alle Level

FRIELENDORF: Nachmittagskurs Nr. 302455H42

BEGINN: Do 12.09.2024, 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 Schwimmbadeintritt (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Manuela Fritsch • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRIELENDORF: Nachmittagskurs Nr. 302456H42

BEGINN: Fr 13.09.2024, 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 Schwimmbadeintritt (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Manuela Fritsch • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRIELENDORF: Abendkurs Nr. 302453H42

BEGINN: Di 29.10.2024, 19.00 bis 20.00 Uhr, 7 Termine • ORT: Wellness-Paradies am Silbersee • KOSTEN: 27,00 Euro für 9 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 4,50 Euro Schwimmbadeintritt (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Heike Rudolph • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRIELENDORF: Abendkurs Nr. 302454H42

BEGINN: Di 29.10.2024, 20.00 bis 21.00 Uhr, 7 Termine • ORT: Wellness-Paradies am Silbersee • KOSTEN: 27,00 Euro für 9 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 4,50 Euro Schwimmbadeintritt (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Heike Rudolph • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRIELENDORF: Vormittagskurs Nr. 302459H42

BEGINN: Sa 02.11.2024, 8.15 bis 9.15 Uhr, 7 Termine • ORT: Wellness-Paradies am Silbersee • KOSTEN: 27,00 Euro für 9 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 4,50 Euro Schwimmbadeintritt (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Heike Rudolph • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 302465H42

BEGINN: Mi 11.09.2024, 14.00 bis 14.45 Uhr, 12 Termine • ORT: Bewegungsbad Hülsa, Spitzenweg 7 • KOSTEN: 50,00 Euro für 12 U-Std., ab 10 Teiln., inklusive Nutzungsentgelt für das Schwimmbad • LEITUNG: Ulrike Spuling • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 302466H42

BEGINN: Mi 11.09.2024, 14.45 bis 15.30 Uhr, 12 Termine • ORT: Bewegungsbad Hülsa, Spitzenweg 7 • KOSTEN: 50,00 Euro für 12 U-Std., ab 10 Teiln., inklusive Nutzungsentgelt für das Schwimmbad • LEITUNG: Ulrike Spuling • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 302464H42

BEGINN: Mo 07.10.2024, 15.00 bis 15.45 Uhr, 10 Termine • 0RT: Bewegungsbad Hülsa, Spitzenweg 7 • KOSTEN: 42,00 Euro für 10 U-Std., ab 10 Teiln., inklusive Nutzungsentgelt für das Schwimmbad • LEITUNG: Petra Semmelroth • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 302468H42

BEGINN: Do 17.10.2024, 19.00 bis 19.45 Uhr, 10 Termine • 0RT: Bewegungsbad Hülsa, Spitzenweg 7 • KOSTEN: 42,00 Euro für 10 U-Std., ab 10 Teiln., inklusive Nutzungsentgelt für das Schwimmbad • LEITUNG: Ulrike Spuling • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 302469H42

BEGINN: Do 10.10.2024, 19.45 bis 20.30 Uhr, 10 Termine • 0RT: Bewegungsbad Hülsa, Spitzenweg 7 • KOSTEN: 42,00 Euro für 10 U-Std., ab 10 Teiln., inklusive Nutzungsentgelt für das Schwimmbad • LEITUNG: Petra Semmelroth • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Einstiegslevel

NEUKIRCHEN: Abendkurs Nr. 302475H42

BEGINN: Do 10.10.2024, 17.00 bis 18.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Badewelt, Birkenallee • KOSTEN: 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadeintritt, im Bad zu zahlen • LEITUNG: Dilja Blackert • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

♦ Mittelstufe

NEUKIRCHEN: Abendkurs Nr. 302476H42

BEGINN: Do 10.10.2024, 18.00 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Badewelt, Birkenallee • KOSTEN: 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadeintritt, im Bad zu zahlen • LEITUNG: Dilja Blackert • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

(Fortgeschrittene)

HOMBERG: Abendkurs Nr. 302467H42

BEGINN: Mi 09.10.2024, 20.00 bis 20.45 Uhr, 10 Termine • ORT: Bewegungsbad Hülsa, Spitzenweg 7 • KOSTEN: 42,00 Euro für 10 U-Std., ab 10 Teiln., inklusive Nutzungsgentgelt für das Schwimmbad • LEITUNG: Petra Semmelroth • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

NEUKIRCHEN: Abendkurs Nr. 302477H42

BEGINN: Do 10.10.2024, 19.00 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Badewelt, Birkenallee • KOSTEN: 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 Euro Schwimmbadeintritt, im Bad zu zahlen • LEITUNG: Dilja Blackert • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



⇒ Für Frauen

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 302480H42

BEGINN: Fr 18.10.2024, 12.00 bis 12.45 Uhr, 9 Termine • ORT: Bewegungsbad Hülsa, Spitzenweg 7 • KOSTEN: 38,00 Euro für 9 U-Std., ab 10 Teiln., inklusive Nutzungsentgelt für das Schwimmbad • LEITUNG: Ulrike Spuling • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Im Schwimmerbecken

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 302550H42

BEGINN: Mo 30.09.2024, 16.00 bis 17.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Hallenbad, Dreuxallee 33-35 • KOSTEN: 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 bis 5,00 Euro Schwimmbadeintritt (je nach gewählten Tarif), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Wera Weller • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 302551H42

BEGINN: Di 24.09.2024, 18.00 bis 18.45 Uhr, 10 Termine • ORT: Europabad, Pestalozzistraße 3 • KOSTEN: 30,00 Euro für 10 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 4 Euro Schwimmbadeintritt, im Bad zu zahlen • LEITUNG: Bettina Steinmetz • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 302552H42

BEGINN: Di 24.09.2024, 18.45 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Europabad, Pestalozzistraße 3 • KOSTEN: 30,00 Euro für 10 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 4 Euro Schwimmbadeintritt, im Bad zu zahlen • LEITUNG: Bettina Steinmetz • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Aqua-Jogging

Aqua-Jogging ist eine Kombination aus Schwimmen und Laufen im Wasser. Das ganzheitliche Training findet überwiegend im tiefen Wasser ohne Bodenkontakt statt. Ein Tiefwassergürtel unterstützt Sie bei dem Training und sorgt für Auftrieb. Abwechslung ist durch eine Variation der Gangarten und durch die Ergänzung verschiedener Übungen garantiert. Sie trainieren Ihren Körper gelenkschonend und ganzheitlich mit dem Ziel, Ihre allgemeine Fitness und Ihr persönliches Wohlbefinden zu verbessern.

(Im Schwimmerbecken)

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 302651H42

BEGINN: Mi 02.10.2024, 15.00 bis 16.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Hallenbad, Dreuxallee 33-35 • KOSTEN: 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 3,50 bis 5,00 Euro Schwimmbadeintritt (je nach gewählten Tarif), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Wera Weller • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Babyschwimmen und Wassergewöhnung

Für Babys ohne Wasser-Erfahrung

Unter fachlicher Anleitung bewegen Sie Ihren Säugling (von der zwölften Lebenswoche bis zum Ablauf des ersten Lebensjahres) mit unterschiedlichen Griffen im Wasser. Damit fördern Sie die Freude des Kindes an der Bewegung und 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. 302750H42

BEGINN: Do 19.09.2024, 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

Mit dem Rest wird's ein Fest

Spontanes und kreatives Kochen

Selber Kochen ist im Trend und in unserer Gesellschaft wird ausgiebig über Ernährung diskutiert. Die Realität in der heimischen Speisekammer und im Kühlschrank sieht jedoch oft bescheidener aus. Hier eine angebrochene Packung Mehl, dort eine Paprika, die baldmöglichst verwertet werden sollte und die Sahne hält auch nicht mehr lange. Eben jene angebrochenen Lebensmittel bringen Sie zum Kurs mit, sodass gemeinsam ein schmackhaftes Menü abgesprochen und gekocht werden kann. Kochen nach Prinzip und nicht nach Rezept. Der Kursleiter steht Ihnen dabei mit seiner Expertise tatkräftig zur Seite und ergänzt den Warenkorb mit sinnvollen Grundnahrungsmitteln, sodass es mit dem Rest tatsächlich ein Fest wird. Vegane Menüalternativen können bei Bedarf integriert werden.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 305052H42

TERMIN: Do 26.09.2024, 17.30 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 20,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 5 Euro Lebensmittelkosten (bar vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Cornelius Eggert • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

Hüttenschmaus

Vegetarische Alpenküche

In diesem vegetarischen Kochkurs kochen Sie ein von der Alpenküche inspiriertes Menü, das aus einer Vorspeise wie z.B. Schlutzkrapfen, hausgemachten Knödeln im Hauptgang und dem Dessertklassiker Kaiserschmarrn besteht. Dieser Kurs ist für Beginnende geeignet, aber auch Geübte finden Anregungen und lernen Neues.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 305050H42

TERMIN: Mi 06.11.2024, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss: 29.10.2024 • ORT: Dr.-G.-A.-Zinn-Schule, Schwimmbadweg 30 • KOSTEN: 20,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 12 Euro Lebensmittelumlage, bar vor Ort zu zahlen, Eine kostenfreie Abmeldung ist bis 1 Woche vor Kursbeginn möglich. Danach muss das volle Kursentgelt entrichtet werden. • LEITUNG: Esther Eck • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.





Serata italiana

Italienische Küche

In diesem Kochkurs kochen Sie ein italienisches Menü, das aus einer Vorspeise, hausgemachter Pasta im Hauptgang und einem Dessert besteht. Dieser Kurs ist für Beginnende geeignet, aber auch Geübte finden Anregungen und lernen Neues.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 305051H42

TERMIN: Mi 09.10.2024, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss: 01.10.2024 • ORT: Dr.-G.-A.-Zinn-Schule, Schwimmbadweg 30 • KOSTEN: 20,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 15 Euro Lebensmittelumlage, bar vor Ort zu zahlen, Eine kostenfreie Abmeldung ist bis 1 Woche vor Kursbeginn möglich. Danach muss das volle Kursentgelt entrichtet werden. • LEITUNG: Esther Eck • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Das Gehirn isst mit

Gedächtnis stärken mit Wildkräutern und mehr

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

BORKEN: Nachmittagskurs Nr. 305060H42

TERMIN: Sa 12.10.2024, 15.00 bis 18.45 Uhr, 1 Termin • ORT: DGH Kerstenhausen, Am Kindergarten 5 • KOSTEN: 22,50 Euro für 5 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Ute-Rahel Baer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Aromatische Gemüse-Currys Indischer vegetarischer Kochkurs

Die wohltuende Kombination von Gemüse, Obst und Nüssen der indischen Küche und die angerösteten (Bio)-Gewürze bringen eine kulinarische Abwechselung in die klassischen Herbstgemüse. Lernen Sie, wie aus Kürbis, Spinat und Linsen köstliche Currys zubereitet werden. Lassen Sie sich inspirieren und von den Geschmackskombinationen begeistern, die nicht nur den Gaumen verwöhnen, sondern auch Herz und Magen in der kalten Jahreszeit erwärmen.

WABERN: Abendkurs Nr. 305055H42

TERMIN: Fr 01.11.2024, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Harler Kochstudio, Küllbergsweg 6 • KOSTEN: 26,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 13 Euro Lebensmittelumlage, bar vor Ort zu zahlen • LEITUNG: Manuela Markowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Indische Küche

Köstlicher Geschmack

Die indischen Gerichte, Currys & Chutneys, sind so vielfältig wie das Land selber. Gewürzkombinationen (Bio Gewürze) bringen den köstlichen Geschmack in Ihr zu Hause. Huhn, Gemüse, Früchte und Gewürze harmonisieren köstlich und bekömmlich miteinander. Lernen Sie die indische Küche kennen und lassen Sie sich begeistern.

WABERN: Abendkurs Nr. 305056H42

TERMIN: Di 24.09.2024, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Harler Kochstudio, Küllbergsweg 6 • KOSTEN: 26,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 13 Euro Lebensmittelumlage, bar vor Ort zu zahlen • LEITUNG: Manuela Markowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Ayurvedische Gewürzkunde

Wussten Sie, dass Gewürze nicht nur für den Geschmack im Essen sorgen, sondern dass sie auch eine fördernde Wirkung für Verdauung und Wohlbefinden haben können? Lassen Sie uns gemeinsam die Welt der Gewürze kennenlernen. Im Ayurveda spielen die Gewürze eine zentrale Rolle - nicht nur in der Küche. In diesem Vortrag lernen Sie eine Palette an Gewürzen kennen, von heimischen bis exotischen, von bekannten

bis unbekannten Gewürzen. Sie erhalten Informationen zu Wirkungen und Anwendungsgebieten ausgewählter Gewürze sowie dem Anlegen einer Gewürz-Hausapotheke.

FRITZLAR: Vortrag Nr. 305058H42

TERMIN: So 13.10.2024, 9.30 bis 11.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 9,00 Euro für 2 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Corinna Thamke • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Ayurvedische Ernährungslehre

Gesunde Verdauung

Ayurveda ist ein ganzheitliches System, das Körper, Geist und Seele mit einbezieht. Nicht nur die tägliche Ernährungsweise, sondern der gesamte Lebensstil nimmt Einfluss auf die Darmgesundheit. Sie erhalten Informationen über die ayurvedische Betrachtungsweise des Verdauungssystems. In diesem Vortrag können Sie außerdem herausfinden, wie gut Ihr Verdauungssystem aktuell funktioniert und erhalten Tipps, die Ihnen im Alltag dabei helfen können, Ihre Verdauung kraftvoll und gesund zu halten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 305059H42

TERMIN: So 15.12.2024, 10.00 bis 11.30 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss: 12.12.2024 • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 9,00 Euro für 2 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Corinna Thamke • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Vegetarisch Ayurvedische Küche

Traditionelle indische Küche

Immer mehr Menschen interessieren sich für die ayurvedische Küche, die mit ihren farbenfrohen Gerichten, typgerechten Rezepturen und ihrer kulinarischen Vielfalt einen festen Stellenwert innerhalb der indischen Kultur hat. Eingangs wird kurz über die Grundprinzipien der ayurvedischen Küche informiert und gesprochen, anschließend werden gemeinsam leckere Vorspeisen, Hauptgerichte und Nachspeisen nach ayurvedischem Rezept zubereitet. Abgerundet wird das Menü - je nach Außentemperatur - mit einem ayurvedischen Getränk.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 305054H42

TERMIN: Do 19.09.2024, 17.30 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 20,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 12 Euro Lebensmittelkosten (bar vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Cornelius Eggert • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

vhs Volkshochschule Schwalm-Eder

Curry - Ganz individuell Tasting

Kreieren Sie Ihre eigene, individuell zusammengestellte Currygewürzmischung für genussvolle Mahlzeiten oder bereichern Sie den Gin Genuss für sich und im Freundeskreis. Für Ihr perfektes Curry bekommen Sie 15 aromatischen und außergewöhnlichen Gewürze zur Hand. Jedes Gewürz für sich ist schon ein Aromenerlebnis und diese Gewürze vereint, bringen jedes Mal noch zusätzliche Geschmacksexplosionen. Nach Anmeldung erhalten Sie eine Gewürzbox mit ausreichend Gewürzen für 1 bis 4 Personen, einen Online-Zugang und einen Einkaufsgutschein im Wert von 10 Euro. Vor Kursbeginn erhalten Sie die Gewürzbox per Post und den Teilnahme-Link per E-Mail.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500052A42

TERMIN: Do 31.10.2024, 19.00 bis 21.15 Uhr, 1 Termin • ORT: Virtueller Kursraum • KOSTEN: 45,00 Euro für 3 U-Std., ab 1 Teiln., Voraussetzung für die digitale Teilnahme ist ein Smartphone, Tablet oder Laptop mit einer stabilen Internetverbindung sowie ein Mikrofon und evtl. eine Kamera. • LEITUNG: Ute Oehlen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Besondere Gewürze erfahren

Tasting

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

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500053A42

TERMIN: Do 14.11.2024, 19.00 bis 21.15 Uhr, 1 Termin • ORT: Virtueller Kursraum • KOSTEN: 45,00 Euro für 3 U-Std., ab 1 Teiln., Voraussetzung für die digitale Teilnahme ist ein Smartphone, Tablet oder Laptop mit einer stabilen Internetverbindung sowie ein Mikrofon und evtl. eine Kamera. • LEITUNG: Ute Oehlen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Pfeffer - Ein Gewürz für besondere Gelegenheiten Tasting

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". Nach Anmeldung erhalten Sie eine Pfefferbox mit ausreichend Gewürzen für 1 bis 4 Personen, einen Online-Zugang und einen Einkaufsgutschein im Wert von 10 Euro. Vor Kursbeginn erhalten Sie die Pfefferbox per Post und den Teilnahme-Link per E-Mail.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500054A42

TERMIN: Mo 25.11.2024, 19.00 bis 21.15 Uhr, 1 Termin • ORT: Virtueller Kursraum • KOSTEN: 49,00 Euro für 3 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

Tasting

Salz ist gleich Salz? Mitnichten - Sie können ganz bequem von zu Hause aromatische Salze und deren Unterschiede kennenlernen, genießen und experimentieren. Sie erhalten 18 verschiedene Gewürze (16 Salze und 2 Salzgewürzmischungen) mit einer Kurzbeschreibung zu jedem Produkt. Nach Anmeldung erhalten Sie eine Gewürzbox mit ausreichend Gewürzen für 1 bis 4 Personen, einen Online-Zugang und einen Einkaufsgutschein im Wert von 10 Euro. Vor Kursbeginn erhalten Sie die Gewürzbox per Post und den Teilnahme-Link per E-Mail.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500051A42

TERMIN: Mo 23.09.2024, 19.00 bis 21.15 Uhr, 1 Termin • ORT: Virtueller Kursraum • KOSTEN: 45,00 Euro für 3 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.

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: Nachmittagskurs Nr. 500029A41

TERMIN: So 08.09.2024, 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.



Wine & Chocolate

Weinprobe

Wenn zwei sich treffen, genießt der Dritte. In diesem Fall korrespondieren Weine zur passender Schokolade und wir genießen. Entdecken Sie mit professioneller Sommeliére Begleitung, was es für genussvolle Kombinationen gibt, an die man noch so gar nicht gedacht hat. Was das Mundgefühl, Aroma und eben auch die Qualität beider Komponenten ausmachen.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 500055A42

TERMIN: Sa 16.11.2024, 19.00 bis 21.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Lido Tagesbar, Am Hospital 23 • KOSTEN: 56,00 Euro für 3 U-Std., ab 3 Teiln. • LEITUNG: Frau Giorgia Karolyi • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

Weitere Back- und Kochkurse finden Sie auf Seite 22 und Seite 23



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.

⇒ Kinder von 4 bis 6 Jahren

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 180151P42

INFO: Fr 30.8., 15.15 Uhr, BEGINN: Fr 06.09.2024, 14.30 bis 15.30 Uhr, 10 Termine • 0RT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 32,50 Euro für 13 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jürgen Hamborg • AUSKUNFT: Tel. 06691 24881 ab 20.30 Uhr • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 180152P42

INF0: Fr 30.8., 15.15 Uhr, BEGINN: Fr 06.09.2024, 15.30 bis 16.30 Uhr, 10 Termine • 0RT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 32,50 Euro für 13 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jürgen Hamborg • AUSKUNFT: Tel. 06691 24881 ab 20.30 Uhr • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

Kinder von 7 bis 10 Jahren

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 180153P42

INFO: Fr 30.8., 15.15 Uhr, BEGINN: Fr 06.09.2024, 16.30 bis 17.30 Uhr, 10 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 32,50 Euro für 13 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jürgen Hamborg • AUSKUNFT: Tel. 06691 24881 ab 20.30 Uhr • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

Bewegungsspaß für Mini-Kids

Für Kinder von 1 bis 2 Jahren

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

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 180150L42

BEGINN: Mo 28.10.2024, 15.15 bis 16.30 Uhr, 18 Termine • ORT: Schule an den Türmen, Neustädter Str. 15 • KOSTEN: 90,00 Euro für 30 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Ursula Nießner • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Babyschwimmen und Wassergewöhnung

Für Babys ohne Wasser-Erfahrung

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 33 und auf unserer Webseite.

FRIELENDORF: Vormittagskurs Nr. 302750H42

BEGINN: Do 19.09.2024, 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.

"tRaumwelten"

Ein Spiel- und Trickfilmprojekt in den Ferien für Jugendliche von 10 bis 18 Jahren

Dreht euren eigenen Film! In einer Woche von der Idee zum fertigen Film. Du lernst den Umgang mit Kamera, Ton und Schnitt. Du entwickelst mit anderen zusammen aus eigenen Ideen und Geschichten ein gemeinsames Drehbuch und kannst somit die Realität ganz neu erfinden. Dabei nutzt du neben dem Spielfilm auch die Methoden des Trickfilms und Filmtricks (z.B. Green Screen/Chromakey,

Stop Motion, Figurenanimation und Pixilation). Die kreative filmische Arbeit ermöglicht dir das Ausbrechen aus dem Alltag und das Schaffen von Illusionen. Reise in ferne Länder, andere Dimensionen, oder auf fremde Planeten.

SCHWALMSTADT: Wochenkurs Nr. 211051L42

TERMINE: Mo 21.10. bis Fr 25.10.24, jeweils 10 bis 16 Uhr bzw. Fr bis 18.30 Uhr • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: kostenfrei, 43 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Benjamin Porps in Kooperation mit thearte Theaterkunst und Kommunikation e.V. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Nähen macht Spaß - Für Groß und Klein Mit und ohne Vorkenntnisse

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 19 und auf unserer Webseite.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 209053L42

BEGINN: Do 07.11.2024, 17.00 bis 19.30 Uhr, 4 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • 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.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 209052L42

BEGINN: Do 19.12.2024, 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.

Jonglage, Balance, Akrobatik

Grundlagen verschiedener Zirkusdisziplinen für Erwachsene und Familien

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 16 und auf unserer Webseite.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 204050L42

TERMIN: Sa 28.09.2024, 10.00 bis 13.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Christian-Bitter-Schule, Franz-Gleim-Str. 64 • KOSTEN: 20,00 Euro für 4 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Isabelle Elsässer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 204051L42

TERMIN: Sa 09.11.2024, 10.00 bis 13.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Christian-Bitter-Schule, Franz-Gleim-Str. 64 • KOSTEN: 20,00 Euro für 4 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Isabelle Elsässer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.





Vorlesetag mit der vhs

Für Erwachsene und Kinder

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 40 und auf unserer Webseite.

SCHWALM-EDER-KREIS: Tageskurs Nr. 400101S42

BEGINN: Do 14.11.2024, 10.00 bis 19.00 Uhr, 1 Termin • ORT: an verschiedenen Orten (Melsungen, Fritzlar, Schwalmstadt, Borken, Homberg) • LEITUNG: Gertraud Mergner-Wudy und weitere Kursleitende, in Koop. mit Buchhandlungen · ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

Arabisch - Von Anfang an

Für Kinder von 7 bis 12 Jahren

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 51 und auf unserer Webseite.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 401101T42

BEGINN: Do 05.09.2024, 16.00 bis 17.30 Uhr, 8 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • KOSTEN: 51,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Arej Alraja ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Japanisch - Von Anfang an - Für Schüler Niveau A1.01

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 51 und auf unserer Webseite.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 410101T42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 13.50 bis 14.50 Uhr, 12 Termine • ORT: Bundespräsident-Theodor-Heuss-Schule, Ziegenhainer Str. 8 • KOSTEN: 21,00 Euro für 16 U-Std., ab 20 Teiln., bei Unterschreiten der Mindestteilnehmendenzahl von 20 wird das Entgelt erhöht • LEITUNG: Akiko Izumi • LEHRMATERIAL: 3A Corporation: Minna no Nihongo. Version Syokyu 1 Second Ed. Main Textbook 1. ISBN: 978-88319-603-6 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Stricken für Jung und Alt

Mit und ohne Vorkenntnisse

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 18 und auf unserer Webseite.

BORKEN: Abendkurs Nr. 209050L42

BEGINN: Do 07.11.2024, 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., Material kann bei der Kursleitung erworben werden • LEITUNG: Kerstin Wetter • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Künstliche Intelligenz in der Praxis

Für Kids ab der Klasse 8

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 59 und auf unserer Webseite.

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 501062A42

TERMINE: Mo 21.10., Mi 23.10. und Fr 25.10., jeweils 9 bis 12.15 Uhr, In den Ferien • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 60,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Bernd Kessler • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 501063A42

TERMINE: Mo 6.1., Mi 8.1. und Fr 10.1., jeweils 9 bis 12.15 Uhr, In den Ferien • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 60,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Bernd Kessler ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Tastschreiben am PC

Für Kinder und Erwachsene

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 63 und auf unserer Webseite.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 504058A42

TERMINE: Mo 21.10., Mi 23.10. und Fr 25.10., jeweils 9 bis 12.15 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 • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 504059A42

TERMINE: Mo 6.1., Mi 8.1. und Fr 10.1., jeweils 9 bis 12.15 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.

Business English: Presentation

Niveau A2-B1. Für Jugendliche und Erwachsene

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 43 und auf unserer Webseite.

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 406241T42

TERMIN: Sa 09.11.2024, 8.45 bis 11.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss: 28.10.2024 • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 KOSTEN: 29,00 Euro für 3 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. 8,50 Euro für Material (vor Ort zu zahlen), auch für Schülerinnen und Schüler geeignet • LEITUNG: Udo Grenzebach • LEHRMATE-RIAL: Material wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Chinesisch - Von Anfang an

Niveau A1-B1. Für Jugendliche und Erwachsene

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 51 und auf unserer Webseite.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 402151T42

BEGINN: Mi 02.10.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 5 Termine • ORT: Geschwister-Scholl-Schule, Dreuxallee 32 • KOSTEN: 51,00 Euro für 10 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Fengjuan Greiner • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird zu Beginn gestellt ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Türkisch - Von Anfang an

Niveau A1.01. Für Jugendliche und Erwachsene

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 53 und auf unserer Webseite.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 424101T42

BEGINN: Mo 16.09.2024, 17.30 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Ayla Bektas LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.





Einstufungstest Deutsch

Die Einstufung der Vorkenntnisse ist eine Grundvoraussetzung zur Teilnahme am Integrationskurs. 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 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 13.30 bis 16.00 Uhr (Änderungen möglich)



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 - 7755

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
 - 100 Unterrichtsstunden Orientierungskurs (Vermittlung von Grundwissen über Politik, Geschichte und Gesellschaft in Deutschland)
- Ein Integrationskurs zur Alphabetisierung umfasst mindestens 900 Unterrichtsstunden:
- 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 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

Notwendig zur Beantragung der deutschen Staatsbürgerschaft (33 Multiple-Choice Fragen zu Politik, Geschichte und Kultur Deutschlands)

Prüfungsgebühr:

25 Euro

Dauer:

60 Minuten

Hinweis:

beliebig oft wiederholbar

Termine:

in der Regel 1x pro Monat donnerstags (aktuelle Termine auf der Homepage)



Berufsbezogenes Deutsch lernen

Das Bundesministerium für Arbeit und Soziales bietet Berufssprachkurse für Menschen mit Migrationshintergrund an. Diese bauen auf den Integrationskursen auf, in denen die Zugewanderten die deutsche Alltagssprache erlernen. In Berufssprachkursen werden arbeitssuchende Migranten und Geflüchtete kontinuierlich auf den Arbeitsmarkt vorbereitet.

Wer kann teilnehmen?

- Sie sind arbeitsuchend gemeldet 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, erfahren Sie 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 775-7755





Deutsch

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

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

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

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

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.

Wir setzen auf Schulungsunterlagen von

HERDT

www.herdt.com



Vorlesetag mit der vhs

Für Erwachsene und Kinder

Am bundesweiten Vorlesetag werden wir an verschiedenen Orten im Landkreis (u.a. Schwalmstadt, Homberg, Fritzlar, Borken, Melsungen) Vorleseaktionen mit der Volkshochschule für Groß und Klein organisieren. Es wird in Deutsch und in anderen Sprachen vorgelesen, für die sich Vorlesende zur Verfügung stellen. In verschiedenen Sprachen werden Gedichte, Kurzgeschichten und Bilderbücher vorgelesen. Das genaue Progamm erhalten Sie bei Anmeldung rechtzeitig von der vhs Schwalm-Eder oder Sie finden es auf unserer Homepage. Wir freuen uns über Ihre Beteiligung. Rufen Sie uns an.

SCHWALM-EDER-KREIS: Tageskurs Nr. 400101S42

BEGINN: Do 14.11.2024, 10.00 bis 19.00 Uhr, 1 Termin • ORT: an verschiedenen Orten (Melsungen, Fritzlar, Schwalmstadt, Borken, Homberg) • LEITUNG: Gertraud Mergner-Wudy und weitere Kursleitende, in Koop. mit Buchhandlungen • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

vhs-Lerntreff Lerncafé

Lesen und Schreiben für Alltag und Beruf

Dieser Lerntreff richtet sich an Erwachsene, die ihre Muttersprache oder ihre Zweitsprache Deutsch gut sprechen können, aber beim Lesen oder Schreiben Schwierigkeiten haben. Die Teilnehmenden üben individuell in kleinen Schritten und im eigenen Tempo. Anhand von Gebrauchstexten oder Formularen aus dem Alltag werden idividuelle Interessen abgedeckt. So bauen sie Sicherheit im Umgang mit der Schriftsprache auf. Unterstützung für das Lernen zu Hause (auch online) wird angeboten. Der Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich. Für eine Anfrage ist es nie zu spät. Wir beraten Sie individuell. Diskretion sichern wir Ihnen zu: Tel. vhs 05681 775-4038. Kurse an vier Orten im Landkreis (vhs Fritzlar, vhs Melsungen, Gudensberg, vhs Schwalmstadt-Treysa) zu unterschiedlichen Zeiten und Wochentagen. Bitte rufen Sie uns an für weitere Informationen oder schauen Sie auf die aktuelle Homepage.

VERSCHIEDENE ORTE: Tageskurs Nr. 405121T42

Beginn: Mo 09.09.2024 • ORT: N.N. • KOSTEN: kostenfrei, ab 10 Teiln., zum Semesterstart detailierte Info. Nach Start Zugang jeder Zeit möglich • LEITUNG: N.N. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



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: Nachmittagskurs Nr. 406153T42

BEGINN: Di 01.10.2024, 14.00 bis 15.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln., Ferientermine nach Absprache • LEITUNG: N.N. • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstermin bekanntgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 406152T42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 12 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: N.N. • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy English A1.1. ISBN: 978-3-06-520805-5, ab Lektion 1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

⇒ Niveau A1.01 - in der Mittagspause

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 406151T42

BEGINN: Di 10.09.2024, 12.00 bis 13.30 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Sarah Jane Friedrich • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy English A1.1. ISBN: 978-3-06-520805-5 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

⇒ Niveau A1.1

ONLINE: Onlinekurs Nr. 406154T42

BEGINN: Mi 18.09.2024, 17.30 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs cloud, 1. Termin in Geschwister-Scholl-Schule, Dreuxallee 32, Melsungen • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln., LEITUNG: Evemarie Klein LEHRMATE-RIAL: Cornelsen: Easy English A1.1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Englisch - Anfangskenntnisse erweitern

Ideal zum Weiterlernen oder Wiedereinstieg 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 A1.03

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 406156T42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 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: Olha Savenko • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy English A1.1. ISBN: 978-3-06-520805-5, ab Lektion ca. 5 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

⇒ (Niveau A1.04)

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 406157T42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 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 English A1.1. ISBN: 978-3-06-520805-5, ab Lektion ca. 10 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Englisch intensiv - Anfangskenntnisse erweitern

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

⇒ Niveau A1.2

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406113X52

TERMINE: Mo 13.10. bis Fr 17.10.25, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen HBUG: III1A-55n-4145-0213-23-1974 vom 06.12.23 gültig bis 18.08.26 LEITUNG: Ilona Kroeger
 LEHRMATERIAL: Klett: Great! A1 ISBN 978-3-12501750-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 406111X42

TERMINE: Mo 27.1. bis Fr 31.1.25, 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 HBUG: III1A-55n-4145-0213-23-0885 vom 15.08.23 gültig bis 18.08.26 LEITUNG: Ilona Kroeger
 LEHRMATERIAL: Klett: Great! A1 ISBN 978-3-12501750-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 406112X51

TERMINE: Mo 12.5. bis Fr 16.5.25, 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 HBUG: III1A-55n-4145-0213-23-1974 vom 06.12.23 gültig bis 18.08.26 LEITUNG: Ilona Kroeger
 LEHRMATERIAL: Klett: Great! A1 ISBN 978-3-12501750-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.





English - New Refresher

Englischkurs mit schneller Progression - geeignet für Teilnehmende, die Vorkenntnisse auf Niveau A1 bis A2 vorweisen und diese 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. Tauchen Sie jede Woche ein in das englische Sprachbad.

⇒ Niveau A1.2

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 406158T42

BEGINN: Di 10.09.2024, 16.00 bis 18.15 Uhr, 4 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 101,00 Euro für 12 U-Std., ab 3 Teiln., ab 5 TN greift die Entgeltreduzierung • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: National Geographic Learning: Life A1.2 - A2.1 Elementary. 2nd Edition. ISBN: 978-1-337-28549-0 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 406159T42

BEGINN: Sa 28.09.2024, 11.00 bis 12.30 Uhr, 12 Termine • 0RT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATE-RIAL: National Geographic Learning: Life A1.2 - A2.1 Elementary. ISBN: 978-1-337-28549-0, ab Lektion 1 • 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 activties" 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 und Teile von A2 werden vorausgesetzt. "Take your chance!"

⇒ Niveau A2.03

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 406256T42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 12 Termine • ORT: Carl-Bantzer-Schule Zig, Fünftenweg 30 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Javorka Knezevic • LEHRMATERIAL: Klett: Network Now A2.1, ab Lektion ca. 4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A2.04

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 406255T42

BEGINN: Di 10.09.2024, 18.15 bis 19.45 Uhr, 12 Termine • ORT: Carl-Bantzer-Schule Zig, Fünftenweg 30 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Javorka Knezevic • LEHRMATERIAL: Klett: Network Now A2.1, ab Lektion ca. 4

• ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Englisch - Grundkenntnisse aufbauen

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

⇒ Niveau A2.07

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 406259T42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 17.25 bis 18.55 Uhr, 12 Termine • 0RT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Doris Spegel • LEHRMATERIAL: Klett-Langenscheidt: English Network Now A2.2, ab Unit ca. 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406208T42

BEGINN: Mo 23.09.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Geschwister-Scholl-Schule, Dreuxallee 32 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elke Manshausen • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A2, 2nd edition, ab Lektion ca. 6 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

⇒ Niveau A2.2

HOMBERG: Abendkurs Nr. 406206T42

BEGINN: Do 26.09.2024, 17.30 bis 19.00 Uhr, 8 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • KOSTEN: 68,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Dagmar Braun • LEHRMATERIAL: Klett: Let's Enjoy English A2.2 ab Lektion 1. ISBN: 978-3-12-501639-2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Englisch intensiv - Business and more

Geeignet für alle, die Englischkenntnisse in zurückliegender Schulzeit (Niveau A1) erworben haben und diese passiven Kenntnisse intensiv auffrischen und erweitern wollen. Kursinhalte: Festigung und Erweiterung der Sprechund Hörfertigkeit; Schulung des Leseverstehens und der Schreibfertigkeit für das Verfassen einfacher Kurzmitteilungen, auf der Basis von themenbezogener Wortschatz- und Grammatikar-

beit. Ziel ist das Bewältigen einfacher Situationen in Beruf und Alltag in der englischen Sprache. Aspekte aus Politik, Wirtschaft, Kultur und Geschichte englischsprachiger Länder runden die sprachlichen Themen ab. Ein Bildungsurlaub der politischen Bildung für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa.

⇒ Niveau A2

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406255X42

TERMINE: Mo 14.10. bis Fr 18.10.24, 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 • LEHRMA-TERIAL: Cornelsen: Simply Business A2+ inkl. E-book-Lizenz. ISBN: 978-3-06-520460-6 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Auf unserer Webseite finden Sie stets aktuelle Informationen und weitere Kurse



Englisch intensiv - Grundlagen

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

⇒ Niveau A2

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406254X42

TERMINE: Mo 18.11. bis Fr 22.11.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen: III7-55n-4145-0213-24-0175 vom 15.01.2024 gültig bis 07.04.2026 • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: National Geographic Learning: Life A1.2/A2.1 Second Edition Elementary ISBN: 978-1-337-28549-0 • 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 HBUG: III7-55n-4145-0213-24-0175 vom 15.01.24 gültig bis 07.04.26 LEITUNG: Ilona Kroeger
 LEHRMATERIAL: Klett: Great! A2 ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 406201X51

TERMINE: Mo 07.04. bis Fr 11.4.25, 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 HBUG: III7-55n-4145-0213-24-0175 vom 15.01.24 gültig bis 07.04.26 LEITUNG: Ilona Kroeger
 LEHRMATERIAL: Klett: Great! A2 · ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

English - Refresher

Englischkurs mit schneller Progression am Samstag geeignet für Teilnehmende, die ihre Vorkenntnisse auf Niveau A2 bis B1 wiederholen und auffrischen wollen. Anhand internationaler, aktueller Themen und Trends und vielen länderspezifischen Informationen über Kultur und Leben werden Sie sich intensiv und multimedial mit der Sprache beschäftigen und bald Fortschritte vorweisen können. Tauchen Sie jede Woche ein in das englische Sprachbad. Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen!

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 406251T42

BEGINN: Sa 21.09.2024, 9.15 bis 10.45 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMA-TERIAL: National Geographic Learning: Life A2 - B1 Pre-intermediate. ISBN: 978-1-337-2-8570-4, ab Lektion 4 • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

Business English for Telephoning

Dieser berufsorientierte Kurs bietet Ihnen in kompakter und kurzweiliger Form praxisrelevante Sprachmittel im Themenbereich "telephoning" an. Sie lernen alles, was Sie für spontane und geplante mündliche Anwendungen in Telefonaten oder Telefonkonferenzen brauchen.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 406252T42

TERMIN: Di 08.10.2024, 18.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 30,00 Euro für 4 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Sylvia Poschmann • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Business English: Presentation

Präsentationen stellen im Berufsleben einen wichtigen Bestandteil der täglichen Arbeit dar. Egal, ob der Anlass förmlich und offiziell ist, oder ob es sich um einen alltäglichen Anlass handelt, wie zum Beispiel Schulung, Teambesprechungen, Kundenkontakte oder Ergebnisbesprechungen. Dieser Kurs möchte Ihnen nützliche Informationen und Vorschläge geben, um Ihre Themen erfolgreich vorzustellen. Für Jugendliche und Erwachsene geeignet.

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 406241T42

TERMIN: Sa 09.11.2024, 8.45 bis 11.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss: 28.10.2024 • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 KOSTEN: 29,00 Euro für 3 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. 8,50 Euro für Material (vor Ort zu zahlen), auch für Schülerinnen und Schüler geeignet • LEITUNG: Udo Grenzebach • LEHRMATE-RIAL: Material wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Niveau B1

Business English for Meetings

Dieser berufsorientierte Kurs bietet Ihnen in kompakter und kurzweiliger Form praxisrelevante Sprachmittel im Themenbereich "meetings" an. Sie Iernen alles, was Sie für eine aktive Teilnahme an englischsprachigen Meetings brauchen.

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 406253T42

TERMIN: Sa 16.11.2024, 13.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 36,00 Euro für 6 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Sylvia Poschmann • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



English - Literature Session Classic Writers

During this session, we will read a simplified and shortened version of Thomas Hardy's "Far from the Madding Crowd", a captivating and at the same time enchanting drama set in the Victorian age and the beautiful English countryside. This is one of Hardy's most romantic and popular novels which made him famous and allowed him to build Max House where he spent his life as a writer and poet. In addition to reading the above-mentioned book we will watch a short video about Thomas Hardy's life, listen to a dramatized audio version of the story and watch a part of the respective movie on DVD. Enjoy a relaxing evening with us!

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 406231T42

TERMIN: Mi 20.11.2024, 17.30 bis 20.30 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss: 12.11.2024 • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 28,00 Euro für 4 U-Std., ab 4 Teiln., zzgl. 12,20 Euro für Buch (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Udo Grenzebach • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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 obout different subjects. The course is designed to put more contents into your English. Let's get together and update your English.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406230T42

BEGINN: Mo 23.09.2024, 17.00 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Geschwister-Scholl-Schule, Dreuxallee 32 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elke Manshausen • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs vereinbart • 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 activties" an. Es geht um Wortschatz ebenso wie um Grammatik. "Step by step" werden Sie sicherer werden im Verstehen und selbständigen Sprechen der englischen Sprache. Grundkenntnisse A2 werden vorausgesetzt. Take your chance!

⇒ Niveau B1.03

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 406353T42

BEGINN: Di 10.09.2024, 19.45 bis 21.15 Uhr, 12 Termine • ORT: Carl-Bantzer-Schule Zig, Fünftenweg 30 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Javorka Knezevic • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy English B 1.1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

⇒ (Niveau B1.21)

ONLINE: Onlinekurs Nr. 406352T42

BEGINN: Mi 15.01.2025, 17.30 bis 19.00 Uhr, 3 Termine • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 52,00 Euro für 6 U-Std., ab 3 Teiln., ab 4 Teilnehmenden wird das Entgelt reduziert • LEITUNG: Udo Grenzebach • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy English B1.2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Englisch intensiv

Geeignet für alle, die solide Englischkenntnisse in zurückliegender Lernzeit (Niveau A2) erworben haben und diese passiven Kenntnisse intensiv auffrischen und erweitern wollen. Kursinhalte: Festigung und Erweiterung der Sprechund 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 beruflichen Weiterbildung für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa.

○ Niveau B1 - Business and more

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406304X51

TERMINE: Mo 10.2. bis Fr 14.2.25, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen HBUG: III7-55n-4145-0213-23-1186 vom 29.09.23 gültig bis 12.11.25 • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Simply Business B1 inkl. E-book-Lizenz. ISBN: 978-3-06-520456-9 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau B1 - Mittelstufe

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406355X42

TERMINE: Mo 28.10. bis Fr 1.11.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen: III7-55n-4145-0213-24-0721 vom 14.02.2024 gültig bis 02.06.2026 • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: National Geographic Learning: Life. Second Edition A2.2/B1.1 Pre-Intermediate (Split Edition A) + App. ISBN: 978-1-337-63145-7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Enjoy speaking English

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

⇒ Niveau B1

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 406331T42

BEGINN: Mi 11.09.2024. 9.00 bis 10.30 Uhr. 12 Termine. Ferientermine nach Absprache • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Evemarie Klein • LEHRMATERIAL: Klett: Fairway Refresher B1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau B1 - B2

Business English for Meetings

Dieser berufsorientierte Kurs bietet Ihnen in kompakter und kurzweiliger Form praxisrelevante Sprachmittel im Themenbereich "meetings" an. Sie lernen alles, was Sie für eine aktive Teilnahme an englischsprachigen Meetings brauchen.

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 406351T42

TERMIN: Sa 02.11.2024, 13.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 36,00 Euro für 6 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Sylvia Poschmann • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau B2

Englisch intensiv - Business and more

Geeignet für alle, die solide Englischkenntnisse (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 auf der Basis themenbezogener Wortschatz- und Grammatikarbeit. Ziel ist das Bewältigen anspruchsvoller 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 beruflichen Weiterbildung 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 HBUG: III7-55n-4145-0213-24-1653 vom 13.05.24 gültig bis 01.09.26 • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Basis for Business B2 + inkl. E-book-Lizenz. ISBN: 978-3-06-122156-0 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406456X42

TERMINE: Mo 13.1. bis Fr 17.1.25, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen HBUG: III7-55n-4145-0213-24-1653 vom 13.05.2024 gültig bis 01.09.2026 • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Basis for Business B2 + inkl. E-book-Lizenz. ISBN: 978-3-06-122156-0 • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

Französisch

Niveau A1

Französisch - Von Anfang an

Es erwartet Sie ein Französischkurs, der das Erlernen der Sprache unserer Nachbarn rund um Wortschatz, kleine Dialoge und Kurztexte einfach gestaltet. Die Themenfelder drehen sich ganz praktisch um Alltagssituationen. Die Aussprache kommt nicht zu kurz. Wissenswertes über Frankreich und andere französischsprechende Länder weltweit runden den Kurs ab. Bienvenue!

⇒ Niveau A1.01

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 408101T42

BEGINN: Mi 25.09.2024, 16.30 bis 18.00 Uhr, 8 Termine • ORT: Geschwister-Scholl-Schule, Dreuxallee 32 • KOSTEN: 81,00 Euro für 16 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: N.N. • LEHRMATE-RIAL: Hueber: On y va, A1 - Aktualisierte Ausgabe ISBN 978-3-19-103325-5 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Vormittagskurs Nr. 408151T42

BEGINN: Di 10.09.2024, 10.00 bis 11.30 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Sarah Jane Friedrich • LEHRMATERIAL: Hueber: On y va, A1 - Aktualisierte Ausgabe ISBN 978-3-19-103325-5 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Französisch - Anfangskenntnisse erweitern

Ideal zum Weiterlernen oder Wiedereinsteigen nach vorangegangenen vhs-Kursen auf der A1-Stufe oder mit vergleichbaren geringen Vorkenntnissen. Sie lernen in entspannter Atmosphäre und haben viel Gelegenheit zum Sprechen und Üben. Bienvenue!

Niveau A1.02

NIEDENSTEIN: Abendkurs Nr. 408152T42

BEGINN: Do 05.09.2024, 17.30 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • ORT: DGH Metze, Besser Str. 1 • KOSTEN: 100,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln., keine Termine am 19. und 26.09.24, in Hebstferien nach Absprache • LEITUNG: Irmhild Schnurawa • LEHRMATERIAL: Klett: Voyages A1 ISBN: 978-3-12-529412-7, ab Lektion ca. 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

(Niveau A1.03)

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 408153T42

BEGINN: Do 12.09.2024, 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 Spegel • LEHRMATERIAL: Klett: Voyages neu A1 ISBN: 978-3-12-529412-7, ab Lektion ca. 5 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 408156T42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 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. 6 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen



Niveau B1

Niveau A1 - A2

Französisch - Soirée littéraire

Konversation und Unterhaltung werden unterlegt mit einem kleinen literarischen Text. Wir planen hier einen Zeitvertreib für alle, die Frankreich lieben (oder gelegentlich dorthin reisen), in einfacher Sprache und ohne allzu sehr festgelegtes Programm. Es geht vielmehr darum, ein unkonventionelles Treffen abzuhalten, das die Teilnehmenden motiviert, die französische Sprache anzuwenden.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 408251T42

TERMIN: Mi 27.11.2024, 19.15 bis 21.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 21,00 Euro für 3 U-Std., ab 4 Teiln., ab 5 TN Entgeltreduzierung • LEITUNG: Udo Grenzebach • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Niveau A1 - B1

Französisch - Chansons d'amour

Sie haben vor einer langen Zeit Französisch gelernt und glauben, Sie hätten alles vergessen. Sie mögen jedoch diese Sprache sehr und würden sich freuen, sie wieder zu hören und zu verstehen. Mit Chansons fällt Ihnen der Wiedereinstieg leichter, um Wörter und Sätze zu verstehen. Sie werden sich wundern, dass es Ihnen gelingt Ihre Kenntnisse aufzufrischen und neue zu erwerben. Beschwingt und mit schönem Gefühl gehen Sie dann nach Hause.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 408131T42

TERMIN: Sa 23.11.2024, 11.00 bis 14.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 19,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Francoise Fumeau • 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 Kurztexte einfach gestaltet. Die Themenfelder drehen sich ganz praktisch um Alltagssituationen. Die Aussprache kommt nicht zu kurz. Wissenswertes über Frankreich und die französischen Nachbarn runden den Kurs ab. Bienvenue!

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 408257T42

BEGINN: Do 12.09.2024, 19.30 bis 21.00 Uhr, 11 Termine • ORT: Geschwister-Scholl-Schule, Dreuxallee 32 • KOSTEN: 92,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Brigitte Wagner • LEHRMATERIAL: Hueber: On y va, A2 - Aktualisierte Ausgabe, ISBN 978-3-19-103351-4, ab Lektion ca. 2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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. 408353T42

BEGINN: Do 12.09.2024, 17.50 bis 19.20 Uhr, 11 Termine • ORT: Geschwister-Scholl-Schule, Dreuxallee 32 • KOSTEN: 92,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Brigitte Wagner • LEHRMATERIAL: Hueber: On y va B1- Aktualisiert Ausgabe. ISBN 978-3-19-103354-5, ab Lektion ca. 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau B1 - B2

Français - 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 Iernen 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. 408451T42

BEGINN: Mi 11.09.2024, 19.00 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • ORT: Carl-Bantzer-Schule Zig, Fünftenweg 30 • KOSTEN: 53,00 Euro für 11 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Gabriele Mollenhauer • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Italienisch

Niveau A1

Italienisch - von Anfang an

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

⇒ Niveau A1.01

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409152T42

BEGINN: Do 31.10.2024, 19.30 bis 21.00 Uhr, 8 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 68,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHRMA-TERIAL: Hueber Verlag: Nuovo Espresso A1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409153T42

BEGINN: Mi 18.09.2024, 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: Hueber: Espresso neu A1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Vormittagskurs Nr. 409151T42

BEGINN: Fr 20.09.2024, 9.00 bis 10.30 Uhr, 8 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 · KOSTEN: 81,00 Euro für 16 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Daria Völker • LEHR-MATERIAL: Hueber: Espresso neu A1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Italienisch - Anfangskenntnisse erweitern

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

⇒ Niveau A1.03

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 409154T42

BEGINN: Do 31.10.2024, 10.00 bis 11.30 Uhr, 8 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 68,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHRMA-TERIAL: Hueber Verlag: Nuovo Espresso A1, ab Lektion ca. 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

⇒ Niveau A1.06

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409156T42

BEGINN: Di 17.09.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Geschwister-Scholl-Schule, Dreuxallee 32 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Sandra Cimaglia • LEHRMATERIAL: Hueber: Espresso neu A1, ab Lektion ca. 6 ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A1.07

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409157T42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 17.30 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Karin Casorati-Kerpen • LEHRMATERIAL: Hueber: Espresso Nuovo 1, ab Lektion ca. 8 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

⇒ Niveau A1.08

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409158T42

BEGINN: Di 29.10.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 68,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHRMATERIAL: Hueber: Nuovo Espresso A1, ab Lektion ca. 10 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A1.2 - A2

Italienisch intensiv in Casina/Emilia Romagna

Ein Bildungsurlaub der beruflichen Weiterbildung für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa. Ein Sprachkurs in Italien mit sprachlicher Qualifizierung in authentischen Situationen und mit Themen aus Alltag, Beruf, Politik und Wirtschaft an Beispielen vor Ort. Vermittelt werden Grundkenntnisse der italienischen Sprache in realer Kommunikation mit Einheimischen in Casina. Die Erweiterung persönlicher und beruflicher Kompetenzen wird unterstützt. Die Themenschwerpunkte zur Landeskunde sind ausgerichtet an den lokalen Besonderheiten der Region Emilia Romagna wie die Herstellung von Spezialitäten, z.B. Aceto Balsamico und Pasta. Wirtschaftspolitische und kulturorientierte Aspekte werden im Unterricht und vor Ort erschlossen. Der Bildungsurlaub ist ideal für Personen mit Vorkenntnissen auf Niveau A1.2 und besonders geeignet für die Berufsbereiche Wirtschaft, Handel, Gastronomie, Tourismus und Soziales. Die Organisation der An- und Abreise sowie die Buchung der vorgesehenen Unterkunft in Casina 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 sind 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 05.05.2025. Danach entsteht die Verpflichtung zur Zahlung des vollen Entgelts. Der Abschluss einer Reiserücktritts- und einer Seminarversicherung wird empfohlen.

CASINA/EMILIA/ITALIEN: Bildungsurlaub Nr. 409205X51

TERMINE: Mo 23.6. bis Fr 27.6.25, jeweils 9.30 bis 17 Uhr, Anmeldeschluss: 05.05.2025 • ORT: Italien • KOSTEN: 499,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung, Details und Aktenzeichen auf Nachfrage • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

vhs Volkshochschu Schwalm-Eder 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



Niveau B1

Niveau A2

Italienisch - Grundkenntnisse aufbauen

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

Niveau A2.02

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409256T42

BEGINN: Mo 16.09.2024, 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 auf Nachfrage • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A2.03

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409257T42

BEGINN: Do 31.10.2024, 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. 409258T42

BEGINN: Di 29.10.2024, 10.00 bis 11.30 Uhr, 8 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 68,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHR-MATERIAL: 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 aus vorherigen Kursen. Sie lernen in entspannter Atmosphäre, wiederholen Wortschatz und Grammatik und erhalten reichlich Gelegenheit zum Sprechen.

⇒ Niveau A2

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409252T42

BEGINN: Di 17.09.2024, 19.00 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • 0RT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 66,00 Euro für 13 U-Std., ab 5 Teiln., Entgeltreduzierung bei 6 Teilnehmenden • LEITUNG: Dr. Giovanna De Santis-Maciossek • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstermin bekanntgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Italienisch - Sprechvergnügen

In der guten Mischung liegt der Erfolg: Treffender Wortschatz, passende Texte, hilfreiche Grammatik, gemischt mit Ihren eigenen Interessen. Einfach probieren und mitmachen!

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 409333T42

BEGINN: Mi 18.09.2024, 16.30 bis 18.00 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: Bonacci editore: Che storia! • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409334T42

BEGINN: Do 19.09.2024, 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: Bonacci editore: Che storia! • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Spanisch

Niveau A1

Spanisch - Von Anfang an

Es erwartet Sie ein Spanischkurs, der den Einstieg in die Sprache rund um Wortschatz, erste Dialoge und 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)

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 422151T42

BEGINN: Mi 18.09.2024, 16.45 bis 18.15 Uhr, 11 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 92,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Adela Davila-Nienhaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Spanisch - Anfangskenntnisse erweitern

Mitmachen können alle, die geringe Vorkenntnisse haben oder nach langer Lernpause neu in die Sprache einsteigen wollen. Im Einstiegskurs mit geringen Vorkenntnissen geht es um typische Redewendungen, die schnell und einfach zum Sprechen führen. Die Themen handeln ganz praktisch von Alltagssituationen. Wir sorgen für eine angenehme, kommunikative Kursatmosphäre. Ein herzliches "Bienvenidos"!

⇒ (Niveau A1.02)

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 422154T42

BEGINN: Mi 18.09.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 11 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 92,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Adela Davila-Nienhaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1, ab Lektion ca. 2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 422152T42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Christian Pfaff • LEHRMATERIAL: Klett: Con gusto A1, ab Lektion ca. 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422153T42

BEGINN: Di 17.09.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 61,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln., auch in den Ferien • LEITUNG: Adela Davila-Nienhaus • LEHRMATE-RIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1, ab Lektion ca. 3 • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

⇒ Niveau A1.04

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 422155T42

BEGINN: Mi 18.09.2024, 9.30 bis 11.00 Uhr, 11 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 92,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln., Keine regelmäßigen Termine. Siehe Homepage "Alle Termine anzeigen" • LEITUNG: Rita Schön-Bachmann • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1. ISBN: 978-3-12-514671-6, ab Lektion ca. 5 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A1.05

HOMBERG: Abendkurs Nr. 422157T42

BEGINN: Mo 30.09.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 9 Termine • ORT: Erich Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • KOSTEN: 76,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Werner Müller-Klevinghaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1, ab Lektion ca. 8 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

⇒ Niveau A1.09

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 422156T42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 11.00 bis 12.30 Uhr, 11 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 92,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1. ISBN: 978-3-12-514671-6, ab Lektion 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Spanisch intensiv

Sie erwerben rasch verwertbare Spanischkenntnisse für die mündliche und schriftliche Kommunikation im Alltag und am Arbeitsplatz. Der Kurs "Von Anfang an" ist für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, der Kurs "Anfangskenntnisse erweitern" erfordert Wissen auf dem Niveau A1.1. Die Kurse umfassen Themen, die auf einen Aufenthalt im spanischsprachigen Ausland vorbereiten. Die Sprachkurse enthalten Informationen zu gesellschafts- und wirtschaftspolitischen Themen spanischsprachiger Länder und eine Einführung in die spanischen und lateinamerikanischen Kulturen. 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. 422151X42

TERMINE: Mo 27.1. bis Fr 31.1.25, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen HBUG: III7-55n-4145-0213-24-1120 am 25.03.2024 gültig bis 14.07.2026 • 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.

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

⇒ Niveau A2.04

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422254T42

BEGINN: Mi 18.09.2024, 10.00 bis 11.30 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 76,00 Euro für 12 U-Std., ab 4 Teiln., ab 5 TN wird das Entgelt reduziert • LEITUNG: Adela Davila-Nienhaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto nuevo A2, ISBN 978-3-12-514677-8, ab Lektion ca. 2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A2.05

HOMBERG: Abendkurs Nr. 422257T42

BEGINN: Mi 02.10.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 9 Termine • ORT: Erich Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • KOSTEN: 76,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Werner Müller-Klevinghaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A2, Bd. 2, ab Lektion ca. 6 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Spanisch - Repaso - Grundkenntnisse

Hier wiederholen Sie Ihr Wissen nach vhs-Kursen auf dem A2-Niveau des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen. Ideal auch zum Wiedereinsteigen mit vergleichbaren Vorkenntnissen. Abwechslungsreiche Themen motivieren zum Sprechen und Anwenden aller Grundlagen.

⇒ Niveau A2

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 422203T42

BEGINN: Di 10.09.2024, 16.45 bis 18.15 Uhr, 11 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 125,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekannt gegeben • 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 inklusive interkultureller Kompetenzen erwerben. Ein Sprachkurs mit Informationen zu gesellschafts- und wirtschaftspolitischen Themen spanischsprachiger Länder und einer Einführung in spanischsprachige Kulturen. Ein Bildungsurlaub der beruflichen Weiterbildung für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa.

⇒ Niveau A2

SCHWALMSTADT: Bildungsurlaub Nr. 422201X51

TERMINE: Mo 10.2. bis Fr 14.2.25 jeweils 8.30 bis16 Uhr • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen HBUG: III7-55n-4145.0213-24-0174 vom 15.01.24 gültig bis 17.03.26 • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Niveau A2 - B1

Spanisch

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 weiterbringen und Ihnen Selbstbewusstsein geben. Der Kurs ist ideal zum Weiterlernen, Vertiefen von Grundkenntnissen oder Wiedereinsteigen ab dem Niveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen.

○ Niveau A2-B1 - Sprechvergnügen

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 422331T42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 9.30 bis 11.00 Uhr, 11 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 110,00 Euro für 22 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • LEHR-MATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau B1 - Fortgeschrittene

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 422301T42

BEGINN: Di 10.09.2024, 18.15 bis 19.45 Uhr, 11 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 92,00 Euro für 22 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • LEHRMATERIAL: Klett: Con gusto nuevo B1, ab Lektion ca. 9 • 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

Espana y, sobro todo, de América Latina considerando especialmente los cambios en la pólitica gubernamental.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 422431T42

BEGINN: Mo 16.09.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Geschwister-Scholl-Schule, Dreuxallee 32 • KOSTEN: 100,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 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

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 A2.04 auch des arabischen Alphabets. Voraussetzung für den Kurs auf Niveau A2.04: Kenntnisse der Buchstaben und etwas Grammatik. Diese Veranstaltung wird vom Hessischen Ministerium für Soziales und Integration für Personen mit Wohnsitz in Hessen gefördert. Teilnehmende (TN) aus anderen Bundesländern müssen das volle Entgelt von 60 Euro für 7 Termine ab mindestens 7 TN (Kurs auf Niveau A2.01) bzw. ein Entgelt in Höhe von 125 Euro für 30 UE ab 7 TN (Kurs auf Niveau A2.04) entrichten.

Niveau A2.01 - Anfangskenntnisse erweitern

HOMBERG: Abendkurs Nr. 401201T42

BEGINN: Di 10.09.2024, 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 A2.04 - Grundkenntnisse aufbauen

ONLINE: Onlinekurs Nr. 401203T42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 20.00 bis 21.30 Uhr, 15 Termine, Auch in den Ferien • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 24,00 Euro für 30 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Nicolas Khoury • LEHRMATE-RIAL: Klett: Salam! neu A1-A2, ab Lektion ca. 7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Arabisch - Von Anfang an

Für Kinder von 7 bis 12 Jahren

Für alle Schülerinnen und Schüler, ob deutsch oder mit anderer Muttersprache, die gerne das arabische Alphabet lernen, schreiben und lesen und auch sprechen lernen wollen. Assalamu aalaykum!

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 401101T42

BEGINN: Do 05.09.2024, 16.00 bis 17.30 Uhr, 8 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • KOSTEN: 51,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Arej Alraja • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Bulgarisch

Niveau A1.01

Bulgarien ist seit 20 Jahren in der Europäischen Union und ein aktiver Faktor im Wirtschaftsraum. Aus beruflichen Gründen ebenso wie für Personen mit Reiseplänen 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. 426151T42

TERMIN: Sa 14.09.2024, 9.30 bis 14.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 33,00 Euro für 6 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Krasimira Dimova-Dunkel • LEHRMA-TERIAL: Lehrmaterial wird am 1. Kurstermin bekanntgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Chinesisch - Von Anfang an Niveau A1-B1

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 beim Üben der Aussprache. Hinzu kommen wertvolle kulturelle, kulinarische und landeskundliche Informationen. Für alle Niveaustufen und für Jugendliche und Erwachsene geeignet.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 402151T42

BEGINN: Mi 02.10.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 5 Termine • ORT: Geschwister-Scholl-Schule, Dreuxallee 32 • KOSTEN: 51,00 Euro für 10 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Fengjuan Greiner • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird zu Beginn gestellt ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Gebärdensprache (DGS)

Einführung in die Sprache der Gehörlosen

Die Gebärdensprache zeigt viele Handbewegungen und Bewegungsabläufe, die Gehörlose und Höreingeschränkte (auch Taubblinde) verstehen. Mit der Gebärdensprache lernen Sie sich auszudrücken und zu verständigen. Im Kurs gibt es Übungen zu Mimik und Gestik, zu Fingeralphabet, Verbgebärden, Namensgebärden sowie Fachgebärden in den unterschiedlichen Themenbereichen: Familie, Zeit, Verkehr, Berufe, Natur und Kultur. Die Gebärden werden mit Mund-, Hand- und Fingerbewegungen gebildet. Hörende können durch die Gebärdensprache mit gehörlosen und höreingeschränkten Menschen kommunizieren, z.B. in Arbeitssituationen: Maße, Protokolle, Arbeitspläne usw. Für unsere Zukunft ist es wichtig sich mit Gebärdensprache bekannt zu machen, um Integration zu leben. Dieser Kurs ist für alle Lernenden geeignet. Der Kursleiter bietet Basiswissen und erweitert auf fortgeschrittener Ebene die Themenauswahl des letzten Kurses.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 400001T42

BEGINN: Mi 25.09.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • ORT: Hephata, Akademie f. Soziale Berufe, Elisabeth-Seitz-Str. 12 KOSTEN: 67,00 Euro für 16 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 - Von Anfang an - Für Schüler Niveau A1.01

Eine Begegnung mit Japan und einer Muttersprachlerin. Wir beginnen mit ersten Einblicken in die japanische Sprache und die Schriftzeichen und hören Faszinierendes über die Menschen, ihre Lebensweise und die japanische Kultur.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 410101T42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 13.50 bis 14.50 Uhr, 12 Termine • ORT: Bundespräsident-Theodor-Heuss-Schule, Ziegenhainer Str. 8 • KOSTEN: 21,00 Euro für 16 U-Std., ab 20 Teiln., bei Unterschreiten der Mindestteilnehmendenzahl von 20 wird das Entgelt erhöht • LEITUNG: Akiko Izumi • LEHRMATERIAL: 3A Corporation: Minna no Nihongo. Version Syokyu 1 Second Ed. Main Textbook 1. ISBN: 978-88319-603-6 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Japanisch - Anfangskenntnisse erweitern

Sie haben bereits Kenntnisse über Kana auf Japanisch? Kennen Sie eine grundlegende Satzstruktur? Dann ist dies der richtige Kurs für Sie, um Ihr Sprachverständnis zu vertiefen. Lernen kann Spaß machen!

Niveau A1.04 - Hybrid

HOMBERG: Abendkurs Nr. 410102T42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 19.45 bis 21.15 Uhr, 13 Termine • 0RT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 109,00 Euro für 26 U-Std., ab 4 Teiln. • LEITUNG: Akiko Izumi • LEHRMATE-RIAL: 3A Corporation: Minna no Nihongo. Version Syokyu 1 Second Ed. Main Textbook 1, ca. Lesson 5. ISBN: 978-88319-603-6 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

⇒ Niveau A1.06

HOMBERG: Abendkurs Nr. 410103T42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 13 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 109,00 Euro für 26 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Akiko Izumi • LEHRMATE-RIAL: 3A Corporation: Minna no Nihongo. Version Syokyu 1 Second Ed. Main Textbook 1, ca. Lesson 7. ISBN: 978-88319-603-6 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Kroatisch

Niveau A1.01

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.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 426161T42

TERMIN: Termin und Kosten auf Nachfrage bei ausreichender Interessentenzahl, bitte melden • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • LEITUNG: Javorka Knezevic • LEHR-MATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

Polnisch - Von Anfang an Niveau A1.01

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 oder privaten Austausch oder eine Dienstreise ins Nachbarland.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 417151T42

BEGINN: Do 19.09.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Jolante Janikowski • LEHRMATERIAL: Klett: Razem, ISBN 978-3-12-528641-2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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

Polnisch - Grundkenntnisse ausbauen Niveau A2.04

Ideal zum Wiedereinstieg oder Weiterlernen nach vhs-Kursen mit Vorkenntnissen des A1-A2 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.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 417251T42

BEGINN: Do 19.09.2024, 17.00 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • 0RT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Anna Schubert • LEHRMATERIAL: Klett: Razem A2, ab Lektion ca. 15 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Portugiesisch - Von Anfang an Niveau A1.01

In diesem Kurs erlernen Sie die portugiesische Sprache durch eine brasilianische Muttersprachlerin. Viel Sprechen soll diesen Kurs lebendig gestalten. Erste Dialoge in typischen Alltagssituationen bestimmen die Themen. Soweit es möglich ist, sollen besonders Ihre Wünsche Berücksichtigung finden. Und natürlich soll die lateinamerikanische Kultur nicht zu kurz kommen. "Bem-vindo!"

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 418151T42

BEGINN: Mi 18.09.2024, 19.30 bis 21.00 Uhr, 8 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 68,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: N.N. • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstermin bekanntgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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. 419151T42

BEGINN: Mi 18.09.2024, 19.00 bis 20.30 Uhr, 10 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elena Huber • LEHRMATERIAL: Klett: Moct 1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A1.03 - Anfangskenntnisse erweitern

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 419152T42

BEGINN: Di 17.09.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elena Huber • LEHRMATERIAL: Klett: Moct 1, ab Lektion ca. 7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Türkisch - Von Anfang an

Niveau A1.01

Wer wollte nicht schon immer mal eine ungewohnte Sprache lernen? Hier ist die Gelegenheit dazu und gleichzeitig ein Angebot zum Gehirnjogging: Spielerisch und konzentriert zugleich beginnt der Einstieg in die neue Sprache. Dabei wird viel gesprochen und das Erlernte in kleinen Schritten ohne Erfolgsdruck angewendet. Vielleicht schon bald in realen Begegnungen? Für Jugendliche und Erwachsene geeignet.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 424101T42

BEGINN: Mo 16.09.2024, 17.30 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Ayla Bektas • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstag bekanntgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Türkisch - Anfangskenntnisse erweitern Niveau A1.03

Viel sprechen, wiederholen und dazulernen in entspannter Lernatmosphäre. So verbessern Sie Ihre Grundkenntnisse und bleiben sprachlich am Ball. Das Lerntempo ist angepasst. Sie wiederholen Grammatik und haben viel Gelegenheit zum Sprechen und Üben. Kurze Wiederholung ab Lektion 1 geplant.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 424102T42

BEGINN: Do 19.09.2024, 17.30 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Geschwister-Scholl-Schule, Dreuxallee 32 • KOSTEN: 100,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Aliye König • LEHRMATERIAL: Dr. Ludwig Reichert-Vlg: Günaydin, ISBN: 978-3-89500-275-5, ab Lektion ca. 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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 und um Themen der ehrenamtlichen Betreuung von Geflüchteten. Übungen zur Aussprache kommen nicht zu kurz. Wissenswertes über ukrainische Kultur runden den Kurs ab. Diese Veranstaltung wird vom Hessischen Ministerium für Soziales und Integration für Personen mit Wohnsitz in Hessen gefördert. Für Teilnehmende (TN) aus anderen Bundesländern ist ein Entgelt in Höhe von 43,- Euro für 10 UE ab 7 TN zu entrichten.

⇒ Niveau A1.01

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 425101T42

BEGINN: Mo 23.09.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 10,00 Euro für 12 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Kateryna Teske • LEHRMATERIAL: Buske-Verlag: Lehrbuch der ukrainischen Sprache. ISBN 978-3-87548-479-3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

⇒ Niveau A1.02

HOMBERG: Abendkurs Nr. 425152T42

BEGINN: Do 12.09.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 6 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 10,00 Euro für 12 U-Std., ab 7 Teiln., Gefördert durch das Hess. Ministerium für Soziales LEITUNG: Hanna Kryven • LEHRMATERIAL: Buske-Verlag: Lehrbuch der ukrainischen Sprache. ISBN 978-3-87548-479-3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Bildungsurlaub: Beruf & Computer

Linux - Das alternative Betriebssystem Basisseminar

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 58 und online auf unserer Webseite.

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 501055X42

TERMINE: Mo 25.11. bis Fr. 29.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Marc-André Pfannkuchen • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Von der Idee zur professionellen Website Mit WordPress

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 58 und online auf unserer Webseite.

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., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-23-1790 vom 31.01.2024 • LEITUNG: Christian Schreiber • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Vom Entwurf zur Druckerei

Affinity Publisher, Photo und Designer

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 60 und online auf unserer Webseite.

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

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 60 und online auf unserer Webseite.

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 502051X42

TERMINE: Mo 11.11. bis Fr 15.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Fit im Büro ab Office 2021 - Aufbaukurs

Word, Excel, PowerPoint, Outlook

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 64 und online auf unserer Webseite.

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., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-23-1599 vom 22.11.2023 • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Die Aktenzeichen werden nach Genehmigung auf unserer Webseite veröffentlicht

Bildungsurlaub: Sprachen

Englisch intensiv - Anfangskenntnisse erweitern Niveau A1.2

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 41 und online auf unserer Webseite.

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 406111X42

TERMINE: Mo 27.1. bis Fr 31.1.25, 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 HBUG: III1A-55n-4145-0213-23-0885 vom 15.08.23 gültig bis 18.08.26 • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A1 ISBN 978-3-12501750-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 406112X51

TERMINE: Mo 12.5. bis Fr 16.5.25, 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 HBUG: III1A-55n-4145-0213-23-1974 vom 06.12.23 gültig bis 18.08.26 • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A1 ISBN 978-3-12501750-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406113X52

TERMINE: Mo 13.10. bis Fr 17.10.25, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen HBUG: III1A-55n-4145-0213-23-1974 vom 06.12.23 gültig bis 18.08.26 • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A1 ISBN 978-3-12501750-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Englisch intensiv - Grundlagen Niveau A2

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 43 und online auf unserer Webseite.

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406254X42

TERMINE: Mo 18.11. bis Fr 22.11.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen: III7-55n-4145-0213-24-0175 vom 15.01.2024 gültig bis 07.04.2026 • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: National Geographic Learning: Life A1.2/A2.1 Second Edition Elementary ISBN: 978-1-337-28549-0 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 406201X51

TERMINE: Mo 07.04. bis Fr 11.4.25, 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 HBUG: III7-55n-4145-0213-24-0175 vom 15.01.24 gültig bis 07.04.26 • 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 HBUG: III755n-4145-0213-24-0175 vom 15.01.24 gültig bis 07.04.26

LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A2

ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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



Englisch intensiv

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 42, Seite 44 und Seite 45 sowie online auf unserer Webseite.

⇒ Niveau A2 - Business and more

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406255X42

TERMINE: Mo 14.10. bis Fr 18.10.24, 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 • LEHRMA-TERIAL: Cornelsen: Simply Business A2+ inkl. E-book-Lizenz. ISBN: 978-3-06-520460-6 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau B1 - Business and more

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406304X51

TERMINE: Mo 10.2. bis Fr 14.2.25, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen HBUG: III7-55n-4145-0213-23-1186 vom 29.09.23 gültig bis 12.11.25 • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Simply Business B1 inkl. E-book-Lizenz. ISBN: 978-3-06-520456-9 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

⇒ Niveau B1 - Mittelstufe

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406355X42

TERMINE: Mo 28.10. bis Fr 1.11.24, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen: III7-55n-4145-0213-24-0721 vom 14.02.2024 gültig bis 02.06.2026 • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: National Geographic Learning: Life. Second Edition A2.2/B1.1 Pre-Intermediate (Split Edition A) + App. ISBN: 978-1-337-63145-7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

⇒ Niveau B2 - Business and more

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 HBUG: III7-55n-4145-0213-24-1653 vom 13.05.24 gültig bis 01.09.26 • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Basis for Business B2 + inkl. E-book-Lizenz. ISBN: 978-3-06-122156-0 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406456X42

TERMINE: Mo 13.1. bis Fr 17.1.25, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen HBUG: III7-55n-4145-0213-24-1653 vom 13.05.2024 gültig bis 01.09.2026 • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Basis for Business B2 + inkl. E-book-Lizenz. ISBN: 978-3-06-122156-0 • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

Wir punkten für Melsungen



Punkten Sie mit!

Förderverein für ein zukunftsfähiges 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



Italienisch intensiv in Casina/Emilia Romagna Niveau A1.2 - A2

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 47 und online auf unserer Webseite.

CASINA/EMILIA /ITALIEN: Bildungsurlaub Nr. 409205X51

TERMINE: Mo 23.6. bis Fr 27.6.25, jeweils 9.30 bis 17 Uhr, Anmeldeschluss: $05.05.2025 \cdot \text{ORT: Italien} \cdot \text{KOSTEN: } 499,00$ Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung, Details auf Nachfrage • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen

Spanisch intensiv

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 49 und online auf unserer Webseite.

⇒ (Niveau A1 - von Anfang an)

SCHWALMSTADT: Bildungsurlaub Nr. 422151X42

TERMINE: Mo 27.1. bis Fr 31.1.25, jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen HBUG: III7-55n-4145-0213-24-1120 am 25.03.2024 gültig bis 14.07.2026 • 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 Niveau A2

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 50 und online auf unserer Webseite.

SCHWALMSTADT: Bildungsurlaub Nr. 422201X51

TERMINE: Mo 10.2. bis Fr 14.2.25 jeweils 8.30 bis16 Uhr • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen HBUG: III7-55n-4145.0213-24-0174 vom 15.01.24 gültig bis 17.03.26 • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Xpert Europäischer Computer Pass



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

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

Xpert - 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/prufungen/xpert_cp/

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 niedrigschwelligen Einstieg ermöglichen. Mit Xpert machen Sie sich fit! Es können sich noch Terminverschiebungen/-anpassungen ergeben.

Xpert - 3 Module

Empfohlene Module für den "Xpert": Starter, Textverarbeitung, Kommunikation. 42 Termine; KOSTEN: 711,00 Euro für 126 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterialien und Prüfungsgebühren 3x 48 Euro.

Xpert Master - 5 Module

Empfohlene Module für den "Xpert Master": Starter, Textverarbeitung, Kommunikation, Präsentation und Tabellenkalkulation. 74 Termine; KOSTEN: 999,00 Euro für 222 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lehrmaterialien, zzgl. Prüfungsgebühren je Modul 48 Euro.

Xpert Tabellenkalkulation 2021

Excel für Alltag und Beruf

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

HOMBERG: Abendkurs Nr. 502052A42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 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 48 Euro • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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

(Word für Alltag und Beruf)

Xpert Textverarbeitung 2021

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

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504052A42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 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 Grundlagen

Inhalt: • Programmanpassungen vornehmen und die Hilfefunktionen 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. 504053A42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 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

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. 504054A42

BEGINN: Mi 25.09.2024, 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

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. 504055A42

BEGINN: Mo 28.10.2024, 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

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. 504056A42

BEGINN: Mi 13.11.2024, 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.







Finanzen und Geld

Inflation und Zinsen sind wieder da - Wie geht es weiter?

In diesem Vortrag erläutert ein Experte der Bundesbank die aktuelle geldpolitische Situation in der Europäischen Währungsunion. Wir freuen uns auf Ihre Fragen und auf die Diskussion mit Ihnen.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 500080A42

TERMIN: Di 24.09.2024, 19.30 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: kostenfrei, 2 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Matthias Endres in Kooperation mit Deutscher Bundesbank • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Wird Bargeld zum Auslaufmodell?

Wie zahlen die Deutschen?

Die Bundesbank untersucht das Zahlungsverhalten hierzulande seit 2008 in regelmäßigen Abständen. Ein Experte der Bundesbank erklärt die jüngsten Trends und gibt auch Informationen, wie das Zahlungsverhalten in anderen Ländern in Europa aussieht - und ob das Bargeld bleibt.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 500081A42

TERMIN: Mo 11.11.2024, 19.30 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: kostenfrei, 2 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Matthias Endres in Kooperation mit Deutscher Bundesbank • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Zeitenwende beim Geld: Wird der Euro digital?

Über die mögliche Einführung eines digitalen Euro spricht ein Experte der Bundesbank. Er geht auch darauf ein, welche Auswirkungen die digitale Währung auf Bargeld haben könnte.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 500082A42

TERMIN: Mo 18.11.2024, 19.30 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: kostenfrei, 2 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Matthias Endres in Kooperation mit Deutscher Bundesbank • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Weitere Kurse zum Thema "Geld und Finanzen" finden Sie auf Seite 8

Computer Basiswissen

Computer Basiswissen

Mit Windows 10

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

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 501052A42

BEGINN: Do 31.10.2024, 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. 501053A42

BEGINN: Di 29.10.2024. 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.

Linux Grundlagen

Inhalte: Aufbau eines Linux-Systems, Bedienung der grafischen Oberfläche, Bedienung der Befehlszeile, Systemkonfiguration vornehmen, Internetzugang einrichten, Tipps und Tricks zur Installation.

MELSUNGEN: Tageskurs Nr. 501054A42

TERMIN: Sa 19.10.2024, 10.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 40,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Marc-André Pfannkuchen · ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Linux - Das alternative Betriebssystem Basisseminar

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die grundlegende Kenntnisse in der Bedienung von Computern haben und das etablierte Betriebssystem Linux und dessen Einsatzmöglichkeiten kennenlernen wollen. Die Teilnehmenden bekommen einen Überblick über die effiziente Nutzung einer Linux-Workstation.

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 501055X42

TERMINE: Mo 25.11. bis Fr. 29.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Marc-André Pfannkuchen • 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., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-23-1790 vom 31.01.2024 • LEITUNG: Christian Schreiber • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

WordPress

Die Inhalte und Termine finden Sie auf unserer Webseite.

Modul 1: Installation und Einrichtung

ONLINE: 501352A42, Beginn: 17.10.24, 17.00 Uhr

(Modul 2: Gutenberg, Themes und Plugins)

ONLINE: 501353A42, Beginn: 07.11.24, 17.00 Uhr

Modul 3: Formulare, Sicherheit und Co.

ONLINE: 501354A42, Beginn: 12.12.24, 17.00 Uhr

Workshop: FAQ und Troubleshooting

ONLINE: 501355A42, Beginn: 14.01.25, 17.00 Uhr



Medienkompetenz

Künstliche Intelligenz in der Praxis

Für Kids ab der Klasse 8

Werde zum KI-Entdecker. Entwickle dein eigenes kleines KI-Projekt und lerne die Grundlagen von KI und maschinellem Lernen kennen. Erkunde spannende Anwendungen in Sprache, Kreativität und mehr.

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 501062A42

TERMINE: Mo 21.10., Mi 23.10. und Fr 25.10., jeweils 9 bis 12.15 Uhr, In den Ferien • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 60,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Bernd Kessler • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 501063A42

TERMINE: Mo 6.1., Mi 8.1. und Fr 10.1., jeweils 9 bis 12.15 Uhr, In den Ferien • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 60,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Bernd Kessler ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

ChatGPT

Funktionsweise, Grenzen und Möglichkeiten

Die künstliche Intelligenz ChatGPT ist in aller Munde - doch wie funktioniert ChatGPT eigentlich und was muss bei der Verwendung von ChatGPT beachtet werden? Mit verschiedenen lebensnahen Aufgaben führen wir ChatGPT an seine Grenzen und erfahren, welche Schwierigkeiten sich beim Bearbeiten von Aufgaben mit ChatGPT ergeben, wenn Antworten unreflektiert übernommen werden.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501064A42

TERMIN: Mi 30.10.2024, 18.30 bis 21.45 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 20,00 Euro für 4 U-Std., ab 8 Teiln.

LEITUNG: Jonas Lerch in Kooperation mit Articlett (UG)

• ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Spot-if-Al

Prompt Engineering mit generativer KI

In diesem Workshop lernen Sie, zielführende Anweisungen für generative KI-Systeme wie ChatGPT und DALL-E zu formulieren um überzeugende Bilder und hilfreiche Texte zu erzeugen. Das neu gewonnene Wissen stellen wir dann direkt auf die Probe: Im Spiel "Spot-if-Al" erstellen wir eigene Profile in einem fiktiven Musikstreamingdienst. In der anschließenden Diskussion gilt es zu bestimmen, welche der präsentierten Profile von den Teilnehmenden erschaffen wurden und welche echten Persönlichkeiten entsprechen. Abschließend besprechen wir, welche Methoden es gibt, Fakes zu entlarven.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501065A42

TERMIN: Do 14.11.2024, 18.30 bis 21.45 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 20,00 Euro für 4 U-Std., ab 8 Teiln.

- LEITUNG: Jonas Lerch in Kooperation mit Articlett (UG)
- ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Digitaler Familientalk

Der Familientalk behandelt jeden Monat wechselnde Medienthemen - wie Smartphonenutzung, Fake News, Cybermobbing, Gaming, soziale Medien und Co. Die Teilnahme ist kostenfrei. Einfach dem Link https://www.medienanstalt-hessen.de/digitaler-familientalk/ folgen.

ONLINE: Nr. 501061A42

TikTok

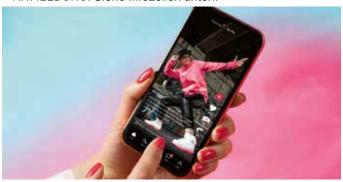
Algorithmen und Manipulation

In diesem Workshop wird der Einfluss des TikTok-Algorithmus und des TikTok-Marketings auf die angezeigten Videos der eigenen "fürdichseite" beleuchtet. Anhand von echten TikTok-Videos erkunden wir, wie der TikTok-Algorithmus und sogenannte Empfehlungssysteme in Grundzügen funktionieren und wie, basierend auf dem eigenen Nutzungsverhalten, neue Videos vorgeschlagen werden.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501066A42

TERMIN: Mi 04.12.2024, 18.30 bis 21.45 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 20,00 Euro für 4 U-Std., ab 8 Teiln. LEITUNG: Jonas Lerch in Kooperation mit Articlett (UG)





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. 501056A42

BEGINN: Do 19.09.2024, 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.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 501060A42

BEGINN: Do 16.01.2025, 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. 501057A42

BEGINN: Di 17.09.2024, 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. 501058A42

BEGINN: Di 10.12.2024, 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. 501059A42

BEGINN: Di 21.01.2025, 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.





Layout und Kreativität am PC

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. 501451A42

BEGINN: Mi 06.11.2024, 18.30 bis 20.00 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 42,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Thilo Hadamovsky • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Vom Entwurf zur Druckerei

Affinity Publisher, Photo und Designer

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

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 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.

Tabellenkalkulation mit Excel

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 Diagrammarten dargestellt werden. Der Kurs vermittelt Kenntnisse über den Aufbau, die Arbeitsweise, die Funktionen und die Leistungsmerkmale des Tabellenkalkulationsprogramms Excel an praktischen Beispielen. Daneben sollen die Auswirkungen des IT-Einsatzes auf die Arbeitsabläufe und die ergonomischen Anforderungen herausgearbeitet werden. Voraussetzung: Windowskenntnisse.

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 502051X42

TERMINE: Mo 11.11. bis Fr 15.11., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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. 502056A42

TERMINE: Do 12.9. und Di 17.9., 24.9.,8.10., jeweils 18.15 bis 21.30 • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Holger Dilcher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 502054A42

TERMINE: Sa 2.11. und So 3.11., jeweils 8.30 bis 15.30 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Wochenendkurs Nr. 502053A42

TERMINE: Sa 28.9. und So 29.9., jeweils 8.30 bis 15.30 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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. 502151A42

BEGINN: Di 26.11.2024, 18.15 bis 21.30 Uhr, 4 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Holger Dilcher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Q-Auditor

Tel. 0561 585076 | www.ftk-kassel.de

Gobietstraße 13 | 34123 Kassel-Waldau



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. 502152A42

TERMINE: Sa 16.11. und So 17.11., jeweils 8.30 bis 15.30 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Excel-Kompakt 2021

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

MELSUNGEN: Tageskurs Nr. 502055A42

BEGINN: Mo 23.09.2024, 9.00 bis 15.45 Uhr, 2 Termine • 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. 502450A42

TERMIN: Fr 20.09.2024, 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

HOMBERG: Abendkurs Nr. 502451A42

TERMIN: Fr 29.11.2024, 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.

Excel-Kombi-Kurse finden Sie in der Rubrik "Office Anwendungen" ab Seite 64

Fit für die Praxis Qualifizieren Sie sich im Qualitätsmanagement und erhöhen Sie Ihre OM-Fachkraft Karrierechancen! QM-Beauftragter Interner Auditor ■ Rezertifizierung Q-Manager

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. 502452A42

TERMIN: Fr 13.12.2024, 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

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. 502453A42

TERMIN: Fr 15.11.2024, 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 • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

Xpert Tabellenkalkulation 2021

Excel für Alltag und Beruf

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 56 und online auf unserer Webseite.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 502052A42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 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 48 Euro • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.





CAD-Anwendungen

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. 503052A42

BEGINN: Di 29.10.2024, 17.00 bis 20.15 Uhr, 7 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • KOSTEN: 211,00 Euro für 32 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Ludwig Prinz ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Aufbaukurs 2D- und 3D-Konstruktionen

Dieser AutoCAD-Lehrgang baut auf dem AutoCAD-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. 503053A42

BEGINN: Do 31.10.2024, 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

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. 504051A42

BEGINN: Sa 07.12.2024, 9.00 bis 16.00 Uhr, 2 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Helga Bettenhausen ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Xpert Textverarbeitung 2021

Word für Alltag und Beruf

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 57 und online auf unserer Webseite.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504052A42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 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 Grundlagen

Word für Alltag und Beruf

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 57 und online auf unserer Webseite.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504053A42

BEGINN: Mo 09.09.2024, 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

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 57 und online auf unserer Webseite.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504054A42

BEGINN: Mi 25.09.2024, 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-Kombi-Kurse finden Sie in der Rubrik "Office Anwendungen" ab Seite 64

Tastschreiben am PC

Tastschreiben

Für Kinder und Erwachsene

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

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 504058A42

TERMINE: Mo 21.10., Mi 23.10. und Fr 25.10., jeweils 9 bis 12.15 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 • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 504059A42

TERMINE: Mo 6.1., Mi 8.1. und Fr 10.1., jeweils 9 bis 12.15 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.

Xpert Textverarbeitung Seriendruck, DIN und Automatisierung

Word für Alltag und Beruf

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 57 und online auf unserer Webseite.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504055A42

BEGINN: Mo 28.10.2024, 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

Xpert Textverarbeitung Prüfungstraining Word für Alltag und Beruf

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 57 und online auf unserer Webseite.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504056A42

BEGINN: Mi 13.11.2024, 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.





Office-Anwendungen

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 Power-Point • 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., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-23-1599 vom 22.11.2023 • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Kombikurs: Word, Excel 2021

In diesem Kurs erhalten Sie einen ausführlichen Einblick in die Office-Programme Word und Excel. Sie üben die Textgestaltung mit verschiedenen Layouts, Briefgestaltung, Serienbriefe, bearbeiten und berechnen Tabellen und Diagramme.

MELSUNGEN: Tageskurs Nr. 504851A42

BEGINN: Mo 02.12.2024, 9.00 bis 15.45 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. 507001A42

BEGINN: Mi 30.10.2024, 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.

Schule und Weiterbildung

Ausbilderlehrgang

Vorbereitung auf die Prüfung der IHK

Wer in anerkannten Ausbildungsberufen nach dem BBiG ausbilden will, muss eine Prüfung nach der AEVO absolvieren und den Erwerb der berufs- und arbeitspädagogischen Fertigkeiten, Kenntnisse und Fähigkeiten nach dieser Verordnung nachweisen. Die einen Meisterabschluss vor der Handwerkskammer ablegen wollen, bekommen die Ausbildereignungsprüfung als Teil IV der Meisterprüfung anerkannt. Die Inhalte der vier Handlungsfelder: Ausbildungsvoraussetzungen prüfen und Ausbildung planen; Ausbildung vorbereiten und bei der Einstellung von Auszubildenden mitwirken; Ausbildung durchführen; Ausbildung abschließen. Hinweis: Die Prüfung findet nach der Prüfungsordnung der IHK Kassel statt. Wir setzten Ihre Bereitschaft zur regelmäßigen Vor- und Nachbereitung der Lerninhalte im Eigenstudium voraus. Kann auch ggfs. als Online-Seminar stattfinden.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 500001A42

BEGINN: Mo 04.11.2024. 18.30 bis 21.45 Uhr. 20 Termine. montags und mittwochs ggfs. 1 bis 2 mal samstags • ORT: Geschwister-Scholl-Schule, Dreuxallee 32 • KOSTEN: 495,00 Euro für 80 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. derzeit 230 Euro Prüfungsgebühr IHK und ca. 35 Euro Lernmaterial, IHK-Prüfungstermin ist der erste Dienstag im März 2023 • LEITUNG: N.N. • ANMEL-DUNG: Siehe Infozeilen unten.

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 09.09.2024

SCHWALMSTADT: Beginn 09.09.2024

Meisterlehrgänge und Aufstiegsfortbildungen

z.B. Industriemeister/in IHK

Gepr. Technische/r Betriebswirt/in IHK u.v.m.

Wir kooperieren mit der FTK (Fachschule für Technik Kassel e.V.). Alle Infos und Termine zu den Lehrgängen finden Sie auf

www.ftk-kassel.de



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 September 2025 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 Ihre Bewerbung.

Anschlussqualifizierung "160+"

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

Fortbildungen für tätige Kindertagespflegepersonen

Mit unseren Kursangeboten unterstützen wir Kindertagespflegepersonen dabei, die durch den Gesetzgeber vorgeschriebenen Nachweise von regelmäßigen Fortbildungen zu erbringen. Das gesamte Fortbildungsprogramm finden Sie unter: https://www.vhs-schwalm-eder.de/p/469-CAT-KAT1900243

Weitere Informationen erhalten Sie bei:

Fortbildungen für tätige Kindertagespflegepersonen:

Dr. 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.





Informationen sowie alle Fort- und Weiterbildungen finden Sie auf unserer Webseite: www.asklepios-fuw-hessen.de





Museen im Schwalm-Eder-Kreis

BAD ZWESTEN: Heimatmuseum

BORKEN: Hessisches Braunkohle Bergbaumuseum

FELSBERG: Heimatmuseum (Gensungen); Heimatmuseum u. Webstube (Hesslar);

Heimatstuben (Wolfershausen) FRIELENDORF: Museumsladen

FRITZLAR: Domschatz und Museum des St. Petri Domes: Museum Hochzeitshaus **GUDENSBERG**: Kulturhaus Synagoge **GUXHAGEN**: Schmiedemuseum; Gedenkstätte Breitenau (Breitenau)

HOMBERG: Heimatmuseum;

HohenburgMuseum; Haus der Geschichte KÖRLE: Margret-Knoop-Schellbach-Museum

MALSFELD: Brauereimuseum; Korbmachermuseum (Beiseförth); Heimatmuseum (Dagobertshausen)

MELSUNGEN: Heimatmuseum

NEUENTAL: Dorfmuseum (Zimmersrode)

NEUKIRCHEN: Heimatmuseum

NIEDENSTEIN: Altenburg und Stadtmuseum;

Heimatmuseum (Wichdorf); Archiv

und Heimatstube (Metze)

OTTRAU: Mühlenmuseum (Schorbach)

SCHRECKSBACH: Schwälmer Dorfmuseum (Holzburg)

SCHWALMSTADT: Museum der Schwalm (Ziegenhain); Museum historischer

Schreibmaschinen (Treysa); Museumstöpferei (Treysa); Gedenkstätte/Museum (Trutzhain)

SPANGENBERG: Haus der Begegnung; Heimatmuseum

WILLINGSHAUSEN: Malerstübchen

Weitere Informationen, wie Ansprechpartner, Öffnungszeiten. Kontaktadressen und Internetadressen finden Sie 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: Julian Klagholz (Titelbild-Logo, S. 1), Dr. Klaus-Peter Lorenz (S. 7), stock.adobe.com (S. 9 rechts, S. 17 links, S. 22, S. 23 links, S. 24, S. 27 links, S. 34, S. 35, S. 36 links, S. 50 rechts, S. 51 links, S. 52 links, S. 59, S. 60, S. 62 links), Polizeipräsidium Nordhessen (S. 13), vhs Schwalm-Eder (Gebäude auf S. 21), hvv/ Erdmann&Erdmann (S. 25), Bildlizenzen von Shutterstock.com (alle anderen)

Druck: KS OFFSET Druckcenter Frankfurt GmbH, Frankfurt / M.

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 Internet-

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

Programm im 2. Halbjahr 2024

Fortsetzungskurse nach den Sommerferien Kursbeginn:

Neue Kurse ab 09. September

Schulferien

Herbstferien: 12. bis 27. Oktober 2024

Weihnachtsferien: 21. Dezember 2024 bis 12. Januar 2025

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 zurückzuzahlen, 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.

re²

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 Kursentgelts 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

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

Widerrufsbelehrung: s. Seite links

Vurenummer Vuretital

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
 - **□** 50-64
- **25-34** 65-74
- ☐ 75 und älter

35-49

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.

Name, Vorname	
Straße	
PLZ/Ort	
Tel. tagsüber	E-Mail:
Mobiltelefon (Ich bin eir	nverstanden, dass ich kursbezogene Nachrichten per SMS erhalte
Datum / Unterschrift (be	ei Minderjährigen Unterschrift d. Erziehungsberechtigten)

Die obenstehenden Hinweise zum Datenschutz habe ich zur Kenntnis genommen.



Wir pflanzen 50.000 Eichen im Schwalm-Eder-Kreis.

Helfen Sie mit – wir übernehmen zusätzlich:

- 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