

FUTURE SKILLS



Programmheft 1. Halbjahr 2025

Kompetenzen für morgen

Neue Kurse ab 10. Februar



#zukunftsorort_vhs

www.vhs-schwalm-eder.de



Landrat Winfried Becker



In eigener Sache

Sehr geehrte Mitbürgerinnen und Mitbürger!

In einer Welt, die sich ständig verändert, ist es unerlässlich, dass wir uns aktiv auf die Herausforderungen der Zukunft vorbereiten. Die Volkshochschule steht seit jeher für lebenslanges Lernen und die Vermittlung von Kompetenzen, die uns nicht nur im Alltag, sondern auch im Beruf weiterbringen. Mit unserem neuen Semesterthema **#zukunftsart_vhs – Kompetenzen für morgen** möchten wir Ihnen Angebote präsentieren, die darauf ausgerichtet sind, Sie für die Anforderungen von morgen zu rüsten.

#zukunftsart_vhs

In unserem neuen Programm bieten wir Ihnen die Möglichkeit, gezielt an Fähigkeiten wie beispielsweise kritisches Denken, Kreativität, Konfliktlösung oder digitaler Kompetenz zu arbeiten.

Gemeinsam gestalten wir die Zukunft – in einem Lernumfeld, das Raum für Austausch und persönliche Entwicklung bietet. Lassen Sie uns zusammen die Herausforderungen angehen und Perspektiven erweitern.

Kompetenzen...

Die zunehmende Digitalisierung, der Klimawandel und gesellschaftliche Veränderungen erfordern neue Fähigkeiten und Denkweisen. Die Kurse der Volkshochschule decken ein breites Spektrum ab, von digitalen Kompetenzen über kreative Fähigkeiten bis hin zu sozialen und interkulturellen Kompetenzen. Wir laden ein, neue Horizonte zu entdecken und individuellen Stärken weiterzuentwickeln.

... für morgen

In einer Zeit, in der Fachkräftesicherung und -gewinnung mehr denn je im Fokus stehen, wird die Bedeutung von „Future Skills“ immer deutlicher. Die Anforderungen an zukünftige Fachkräfte gehen weit über technologische und fachliche Kenntnisse hinaus. Sie benötigen auch überfachliche Fähigkeiten, die in Zeiten rasanter technischer und gesellschaftlicher Transformation für jeden Einzelnen unerlässlich sind, um zukünftigen Herausforderungen auf Augenhöhe begegnen zu können.

Werden Sie selbst Teil des Volks-HOCHschulGEFÜHL: Andere bilden, selbst weiterkommen als Kursleitung an unserer Volkshochschule. Sprechen Sie das Team der Volkshochschule an.

Wie immer gilt: Den Kurs bestimmen Sie!

Winfried Becker



www.vrb-meinebank.de/ausbildung

Du bist die Zukunft – komm in unser Team.

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

- Spannende und verantwortungsvolle Aufgaben
- überdurchschnittliche Ausbildungsvergütung
- zahlreiche Benefits wie z. B. Bike-Leasing
- 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

Für Fragen ist unser Ausbildungsleiter Danny Cziupka unter Telefon: 03695 678-343 oder E-Mail: danny.cziupka@vrb-meinebank.de gern für dich da.



VR-Bank

Bad Salzungen Schmalkalden eG



Das Team der Volkshochschule

Pädagogisches Team

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



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



Hannah Beier
Gesundheitsbildung
Tel. 05681 775-4039



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



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



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



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



Geschäftszeiten:

Montag bis Mittwoch

8.00 bis 16.00 Uhr

Donnerstag

8.00 bis 17.30 Uhr

Freitag

8.00 bis 13.00 Uhr

Volkshochschule des Schwalm-Eder-Kreises

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

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

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

Verwaltungsteam

Mario Wissemann
Verwaltungsleitung
Tel. 05681 775-4033



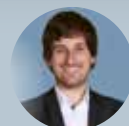
Ramona Stückradt
Schulabschl., Kindertages-
pfl. Gesellschaft, Kultur
Tel. 05681 775-4041



Marlen Lesch
Gesundheitsbildung,
Sprachen
Tel. 05681 775-4034



Patrick Krieger
Sprachen, Berufliche
Bildung, BAMF-Kurse
Tel. 05681 775-4031



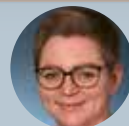
Juliane Dölcher
Deutsch Einstiegsangebote
Tel. 05681 775- 4045



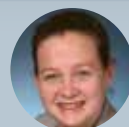
Martina Wagner
BAMF-Kurse
Tel. 05681 775-4032



Katrin Ellenberger
BAMF-Kurse
Tel. 05681 775-4037



Anika Geißler
BAMF-Kurse
Tel. 05681 775-4036



Jessica Kurz
BAMF-Kurse
Tel. 05681 775-4043



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



A

Acrobat 60
Adam von Trott 6
Affinity 60
AGB 67
Ägypten 6
Andalusien 7
Android 58
Ansprechpartner 3
Antisemitismus 8
Aqua-Fitness 33
Arabisch 50
Aschenberg 11
Außenstellen 25
AutoCAD 62
Ayurveda 35

B

Babys 12
Babyschwimmen 34
Bargeld 57
Bärlauch 35
BBP-Training 30
Bauchtanz 17
Bauen 23
Beikost 12
Betreuungsrecht 9
Bewegung 11, 26 - 33
Bewerbungstrain. 65
Bierbrauen 23
Bildungsurlaub 54 - 55
Body-Forming 31
Bridge 8
Brotbacken 22
Buchclub 16
Business English 43-44

C

CAD-Anwend. 62
ChatGPT 58, 59
Chines. Kalligraphie 17
Computer 58
Curry 35
Cybercrimeprävent. 13

D

Dance-Workout 31
Datendiebstahl 13
Demokratie 8
Deutsch 38 - 40
Digitale Identitäten 13
Digit. Familientalk 59
Digitaler Nachlass 13
Discofox 16

E

Eltern 12
Englisch 40 - 44
Entspannungstr. 26-27
Entwicklungsförd. 12
Excel 60 - 64

F

Fantasiereise 27
Farbberatung 8, 9
Filzen 20
Finanzen 57
Fitness 30 - 33
Fit + aktiv im Alter 11
Fotografie 21
Französisch 44 - 45
Frauentag 10

G

Gebäck 22
Gebärdensprache 49
Gedächtnistraining 11
Geld 57
Geschäftsstellen 25
Geschichte 6 - 7
Gesundheitsprävent. 27
Gewürztastings 34, 35
Glück 10
Gold 57
Goldschmieden 20
Grafik 17 - 19
Grillgebäck 22
Gymnastik 31

H

Handwerkskunst 22-24
Hatha-Yoga 28
Hauptschulabschl. 65
Hefegebäcke 22
Heimatkunde 6, 7
Holzarbeiten 24
Holzbildhauerei 20
Holzkohle 24
Homöopathie 9

I

Illustrator 60
Immobilienpreise 57
Impressum 66
Indesign 60
Inflation 57
Internat. Frauentag 10
Interneteinkauf 13
Italienisch 46 - 47

J

Japanisch 50, 51
Jugendliche 36 - 37
Junge vhs 36 - 37

K

Kalligraphie 17
Kerzen ziehen 22
Kinder 12, 36, 37
Kindertagespflege 65
Kino 10
Kleinbahn 7
Kleinkinder 12
Kochkurse 34, 35
Köhlern 24
Kommunikation 10, 11
Kompetenztraining 11
Koriander 34
Kreibüchereitref. 16
Kroatisch 51
Künstl. Intellig. (KI) 58, 59
Kursleitung werden 53
Kurssystem 39

L

Lateintanz 17
Lehm 23
Lesen 16
Linux 58

M

Macarons 22
Malen 18, 19
Meditation 17, 30
Mental Load 11
Messer schärfen 23
Metalza® 32
Mobile Geräte 58
Mosaik 19
Museen 66
Musizieren 21

N

Nada-Yoga 29
Nähen 20
Neurografik 17
Niveaustufen 39

O

Obstbaumschnitt 10
Online-Kurse 14, 15
Outfitberatung 9
Outlook 63

P

Paartanz 17
Party-Brote 22
Pastaherstellung 35
Patientenverfügung 9
Pausengestaltung 26
Permakultur 10
Pfeffer 34
Philosophie 11
Photoshop 60
Pilates Flow 32
Plunder-Snacks 22
Politik 7, 8
Polnisch 51
Portrait zeichnen 18, 19
Portugiesisch 51
PowerPoint 63
Projektmanagement 64

Q

Qigong 29

R

Raqs Scharqi 17
Realschulabschl. 65
Rückentraining 31
Rumänisch 51
Russisch 52

S

Sakrale Geometrie 17
Salz 34
Schlaf 12
Schmieden 24
Schreiben 16
Schulabschlüsse 65
Schwedisch 52
Schweißen 64
Segelfliegen 33
Selbstreflexion 10, 11
Selbstwert stärken 10
Sicherheit im Internet 13
Smartphones 13, 58
Songwriting 21
Spanisch 47 - 49
Spot-if-AI 59
Standardtanz 17
Steinarbeiten 24
Step-Aerobic 32
Stilberatung 8
Stillen 12
Stimmtraining 21
Streetfood 35
Stricken 20
Super Callanetics® 32

T

Tabellenkalkulation 60-64
Tablets 58
Tai Chi 29
Tastschreiben 62
Textverarbeitung 63
TikTok 59
Töpfern 19
Torten 22
TrophoTraining® 27
Türkisch 52
Tuschemalerei 17
Typberatung 9

U

Ukrainisch 52

V

Verbraucherfragen 8, 9
Vorsorgevollmacht 9

W

Wandern 11, 27, 35
Wassergymnastik 33
Webseite 60
Weimarer Republik 7
Weinprobe 34, 35
Wellness Mix 27
Widerrufsbelehrung 66
Word 63 - 64
WordPress 59 - 60

X

Xpert 56

Y

Yin & Yang Yoga 28
Yoga 28, 29

Z

Zeichnen 18, 19
Zen-Art 17
Zinsen 57

Gesellschaft & Leben

6-13



Geschichte u. Heimat	6
Politik, Gesellschaft	7
Verbraucherfragen	8
Haus und Garten	10
Selbstrefl. u. Kommun.	10
Fit und Aktiv im Alter	11
Eltern und Kinder	12
Sicherheit im Internet	13

Kultur & Kreativität

16-21



Lesen u. Schreiben	16
Tanzen	16
Grafik u. Gestaltung	17
Plastisches Gestalten	19
Textiles Gestalten	20
Fotografie	21
Musik u. Stimme	21

Gesundheit & Fitness

26-35



Entspannung	26
Yoga	28
Tai Chi u. Qigong	29
Meditation	30
Bewegung u. Fitness	30
Segelfliegen	33
Bewegung im Wasser	33
Essen u. Trinken	34

Sprachen & Kommunikation

38-52



Deutsch	38
Englisch	40
Französisch	44
Italienisch	46
Spanisch	47
Sprachen spezial	49

Beruf & Computer

56-65



Xpert-Kurssystem	56
Finanzen und Geld	57
Mobile Geräte	58
Computerwissen	58
Medienkompetenz	58
Internet	59
Layout u. Kreativität	60
Tabellenkalkulation	60
CAD-Anwendungen	62
Tastatschreiben	62
Textverarbeitung	63
Office-Anwendungen	63
Heimwerken	64
Schule und Beruf	65
Kindertagespflege	65

Und sonst

Online-Kurse	14
Musikschulen	21
Handwerkskunst	22
Geschäftsstellen	25
Junge vhs	36
Familienzentrum	37
Einbürgerungstest	38
Kursleitung werden	53
Bildungsurlaube	54
Museen	66
Widerrufsrecht	66
AGB, Anmeldungen	67

Geschichte und Heimatkunde

Ägypten - Das Land der Pharaonen

Hatschepsut-Tempel, das Millionenjahrhaus

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

SCHWALMSTADT: Vortrag Nr. 101001L51

TERMIN: Do 15.05.2025, 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.

Hessische Geschichte: Hessen baulich

Für Geschichtsinteressierte und Ehrenamtliche

Dass sich die meisten Hochhäuser in Deutschland in Frankfurt befinden, mag bekannt sein, dass aber das größte Bodendenkmal, der Limes, ebenfalls in großen Teilen durch Hessen geht ist wohl weniger geläufig. Auch, dass der älteste Steinbau nördlich des Limes, die größte romanische Kirchenruine und der älteste gotische Hallenbau ebenfalls hier in Nordhessen stehen ist wohl weniger bekannt. Grund genug einmal den Fragen nachzugehen, was hier eigentlich alles gebaut worden ist und was innovativ war und was Nachfolger waren. Der Kurs richtet sich an alle die gerne einmal die „Schule des Sehens“ besuchen möchten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 101003V51

BEGINN: Mo 24.02.2025, 18.00 bis 19.30 Uhr, 8 Termine, 14-tägig • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 35,20 Euro für 16 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Dr. Dirk Richhardt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**Deutsche Geschichte: Orte der Geschichte**

Für Geschichtsinteressierte und Ehrenamtliche

Orte der Geschichte, das ist ein großes Wort. Was macht einen Ort so wichtig für die Geschichte? Wofür steht das Hermannsdenkmal, welche Bedeutung hat Aachen? Ist Memleben wichtiger als Speyer? Ist die Wartburg nur für Luther oder ist Sedan ohne Bad Ems denkbar? Fragen an die deutsche Geschichte. Das Seminar wird in der ersten Stunde solche Fragen sammeln und dann in loser Reihenfolge, anhand von Bild- und Quellenmaterial besprechen.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 101004V51

BEGINN: Mo 24.02.2025, 19.30 bis 21.00 Uhr, 8 Termine, 14-tägig • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 35,20 Euro für 16 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Dr. Dirk Richhardt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 101005V51

BEGINN: Di 04.03.2025, 19.00 bis 20.30 Uhr, 2 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 10,00 Euro für 4 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Wilfried Bernhardt • AUSKUNFT: Tel. 05665 5839 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Aufarbeitung der Geschichte der Vertreibung

Etwa 29.000 sudetendeutsche Heimatvertriebene wurden 1946 aus den Regionen des Sudetenlandes in das Gebiet des heutigen Schwalm-Eder-Kreises verfrachtet. Das Autorenpaar Marlene und Horst Gömpel und die Gruppe „AntiKomplex, Prag“ beschäftigen sich in deutscher und tschechischer Sprache durch Ausstellungen und Publikationen mit der Geschichte der Vertreibung. Was bisher in Tschechien und Deutschland bei den Nachkriegsgenerationen hinsichtlich des Themas erarbeitet worden ist, wird im Rahmen dieses Vortrags dargestellt.

SCHWALMSTADT: Vortrag Nr. 101002V51

TERMIN: Mi 26.03.2025, 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.

„1925 - Die Wahl Hindenburgs zum Reichspräsidenten

Vorbild oder Totengräber der Weimarer Republik?

Der Kurs thematisiert die Wahl Hindenburgs zum Reichspräsidenten. Es werden die folgenden Aspekte behandelt: Hindenburgs militärische Rolle bis zum Ende des 1. Weltkriegs, seine Rolle in der Anfangsphase der Republik, seine Unterstützer und seine Wahl durch das Volk, seine Rolle in der Weltwirtschaftskrise, seine Rolle vom Machtantritt Hitlers bis zum „Ermächtigungsgesetz“. Der Kurs schließt mit einer Analyse und einem Fazit zum Verhältnis Hindenburgs zum demokratischen Staat.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 101006V51

BEGINN: Do 06.03.2025, 19.00 bis 20.30 Uhr, 2 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • 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

Schicksalsjahre der Weimarer Republik

Als die Nazis die nordhessische Region eroberten

Dieser Kurs untersucht die Auswirkungen der Weltwirtschaftskrise auf die Region Kassel und Nordhessen sowie die Rolle der NSDAP in der politischen Radikalisierung. Anhand von Wahlergebnissen, der Errichtung der NS-Diktatur und der Verfolgung politischer Gegner werden lokale Entwicklungen analysiert. Der „Historische Spaziergang“ über das Gelände des ehemaligen KZ Breitenau ergänzt und veranschaulicht den Vortrag.



MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 101008V51

TERMINE: Di 18.3., Di 25.3. und Di 1.4.25, jeweils 19 bis 20.30 Uhr und Sa 29.3.25, 14 bis 15.30 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 20,00 Euro für 8 U-Std., ab 5 Teiln., Kurs mit historischem Spaziergang • LEITUNG: Wilfried Bernhardt • AUSKUNFT: Tel. 05665 5839 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Kriegsende 1945: Kapitulation oder Befreiung?

Zusammenbruch - Besatzungszonen - Entnazifizierung

Dieser Kurs bietet einen Überblick über die zentralen Ereignisse in Deutschland nach dem Zweiten Weltkrieg. Themen sind die Folgen der totalen Niederlage, die Konferenzen der Alliierten, die politischen Konzepte der Besatzungsmächte, der Neuaufbau in West und Ost sowie die Teilung Deutschlands im Kontext des Kalten Krieges. Für alle, die an den geschichtlichen Hintergründen der deutschen Teilung interessiert sind.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 101007V51

BEGINN: Do 06.02.2025, 19.00 bis 20.30 Uhr, 3 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 15,00 Euro für 6 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Wilfried Bernhardt • AUSKUNFT: Tel. 05665 5839 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Die Gudensberger Kleinbahn

Ein Meilenstein der Mobilität

Erkunden Sie die Geschichte der Bahnlinie von Grifte nach Gudensberg, von den Gründen für ihren Bau über ihren Aufschwung bis zum Niedergang nach dem Zweiten Weltkrieg. Wir beleuchten die Entwicklungen während der Weimarer Republik und des NS-Staates, den Fahrzeugpark und Ideen zur Erweiterung der Strecke. Abschließend diskutieren wir, ob eine Wiederbelebung der Strecke heute sinnvoll wäre. Die zusätzliche Teilnahme an der geführten Radtour entlang der ehemaligen Gudensberger Kleinbahn (Kurs 101010V51) wird empfohlen und rundet die Thematik ab.

GUDENSBERG: Abendkurs Nr. 101009V51

BEGINN: Do 20.03.2025, 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.

Geführte Radtour entlang der ehemaligen Gudensberger Kleinbahn

Spurensuche und Erläuterungen zur Kleinbahn

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

GUDENSBERG: Exkursion Nr. 101010V51

TERMIN: Sa 05.04.2025, 14.00 bis 16.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Ehemaliges Bahnhofsgebäude, Bahnhofstraße • KOSTEN: 12,00 Euro für 3 U-Std., ab 6 Teiln., Treffpunkt vor dem ehemaligen Bahnhofsgebäude Gudensberg, Stadtseite • LEITUNG: Wilfried Bernhardt • AUSKUNFT: Tel. 05665 5839 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Politik, Gesellschaft und Zusammenleben

Bildungsurlaub Andalusien

Gesellschaftspolitische und wirtschaftliche Lage - Ein Blick hinter die Kulissen sonnenverwöhnter Sandstrände

Das Städtchen Isla Cristina liegt im Westen von Andalusien an der Grenze zu Portugal. Der Tourismus ist hier eher zaghaft vertreten und der Küstenort ist geprägt von seinem traditionsreichen und lebendigen Fischereihafen. Wie leben die Menschen hier und wovon leben sie? Wie steht es um die Abwanderung junger qualifizierter Arbeitskräfte? Und was bedeutet das für die Sesshaften? Ziel des Bildungsurlaubes ist es verschiedene Wirtschaftszweige an der Costa de la Luz kennenzulernen und mit einheimischen Akteuren und Akteurinnen ins Gespräch zu kommen. Im Rahmen des vielfältigen Programms befassen wir uns anhand von Beispielen und persönlichen Perspektiven mit der lokalen Geschichte sowie der wirtschaftlichen, sozialen und politischen Lage der Region.

ISLA CRISTINA: Bildungsurlaub Nr. 102001X42

TERMINE: Mo 5.5. bis Fr 9.5.25, jeweils 9 bis 16.45 Uhr, Anreise am So., 4.5. Abreise am Sa., 10.5.; Anmeldeschluss: 01.03.2025 • ORT: Oficina de Turismo de Isla Cristina, C. San Francisco 12 • KOSTEN: 270,00 Euro für 40 U-Std., ab 12 Teiln., zzgl. Kosten für An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung i.H.v. in etwa 800 Euro, abhängig vom aktuellen Marktpreis, Aktenzeichen: III7-55n-4145-0213-24-2391 • LEITUNG: Holger Melchior • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Die Physikalisch-Technische Bundesanstalt Nationales Metrologieinstitut

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

BRAUNSCHWEIG: Studienfahrt Nr. 500027A51

TERMIN: Mo 16.06.2025, 8.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • ORT: N.N. • KOSTEN: 30,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln., Eine Ermäßigung ist nicht möglich. Je nach Anzahl der Teilnehmenden, reduziert sich das Entgelt bis auf 25 Euro., Busabfahrt: 8 Uhr ab Homberg Busbahnhof. Andere Zustiege in Fahrtrichtung möglich • LEITUNG: Franz Drescher • 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. 500050A52

BEGINN: Do 09.10.2025, 19.15 bis 21.45 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: kostenfrei, 30 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Torsten Skibbe • AUSKUNFT: Tel. 05622 916126 oder E-Mail: skibbe@t-online.de • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Antisemitismus - erkennen, verstehen, handeln Fortbildung Antisemitismus Teil 1

Antisemitische Bilder und Vorstellungen sind auch 80 Jahre nach dem Ende des Zweiten Weltkriegs tief in der deutschen Gesellschaft verankert. Infolge seiner allgemeinen gesellschaftlichen Tabuisierung manifestieren sie sich nach der Shoah häufig auch unbewusst - in Form von Codes, Vergleichen und antisemitischer Bildsprache. Doch für jüdische Menschen ist Antisemitismus eine alltagsprägende Konstante, das zeigen neue Studien sowie die antisemitischen Angriffe auf jüdische Menschen vor allem nach dem 7. Oktober 2023 auch in Deutschland eindeutig. Wie haben sich antisemitische Bilder von jüdischen Menschen im Laufe der Geschichte gewandelt? In welchen Erscheinungsformen tritt Antisemitismus auf? Welche Erfahrungen mit Antisemitismus machen jüdische Menschen in Deutschland heute? Diese und ähnliche Fragen werden im Rahmen des Vortrags thematisiert.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 102002V51

TERMIN: Mi 19.02.2025, 18.30 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Virtueller Kursraum • KOSTEN: kostenfrei, 2 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Robert Zenker in Kooperation mit der DEXT-Fachstelle des Schwalm-Eder-Kreises und der Gedenkstätte und Museum Trutzhain • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Handlungsstrategien und Umgang mit Antisemitismus in der pädagogischen Praxis Fortbildung Antisemitismus Teil 2

Wie haben sich antisemitische Bilder von jüdischen Menschen im Laufe der Geschichte gewandelt? In welchen Erscheinungsformen tritt Antisemitismus auf? Wo verläuft die Grenze zwischen legitimer Kritik am Staat Israel und Antisemitismus? Welche Erfahrungen mit Antisemitismus machen jüdische Menschen in Deutschland heute? Welche Auswirkungen haben die Massaker der Hamas an der israelischen Zivilbevölkerung vom 7. Oktober 2023 und der darauffolgende Krieg in Gaza in Schulen in Deutschland? Und welche Reaktionsweisen sind geeignet, wenn es zu antisemitischen Vorfällen in der Bildungsarbeit kommt? Diese und ähnliche Fragen werden im Rahmen der Fortbildung gemeinsam besprochen.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 102003V51

TERMIN: Mi 26.02.2025, 14.00 bis 17.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Gedenkstätte und Museum Trutzhain, Seilerweg 1 • KOSTEN: kostenfrei, 5 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Robert Zenker in Kooperation mit der DEXT-Fachstelle des Schwalm-Eder-Kreises und der Gedenkstätte und Museum Trutzhain • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Unsere Demokratie

Kostenfreier Online-Kurs der ZEIT Akademie

Volkshochschulen stärken demokratische Werte und der Kursbesuch fördert die Meinungsbildung. Passend zum 75. Geburtstag des Grundgesetzes ist eine Zusammenarbeit des Deutschen Volkshochschulverbandes (dvv) mit der ZEIT-Akademie gestartet, die eine neue Video-Kursreihe zum Thema Demokratie anbietet. Ab sofort können alle in der vhs.cloud registrierten Personen kostenfrei auf den neuen Online-Kurs „Unsere Demokratie“ zugreifen. Hier geht es zum Login: <https://www.zeitakademie.de/vhs-login/> Format: 4-teilige Kursreihe mit kurzen Video-Lerneinheiten und einer Gesamtspiellänge von jeweils ca. 100 Minuten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 102004V51

BEGINN: Mi 12.02.2025, 9.00 bis 12.20 Uhr, 2 Termine • ORT: vhs cloud • KOSTEN: kostenfrei, 9 U-Std., ab 1 Teiln., Login unter: <https://www.zeitakademie.de/vhs-login/> • LEITUNG: DVV Deutscher Volkshochschulverband • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Verbraucherfragen

Farb- und Stilberatung

Die Farbanalyse und -beratung erfolgen zunächst auf der Basis des 9er-Farbkarten-Systems von Beauty is life. Im nächsten Schritt ermitteln wir Ihr individuelles Farbspektrum. Die wesentlichen Erkenntnisse können fotografisch dokumentiert oder durch einen stoffgebundenen Farbpas festgehalten werden. Auch die Themen Formen, Muster, Stoffe, Accessoires und ihr Zusammenwirken werden besprochen. Bringen Sie gern Kleidung oder Accessoires mit, zu denen Sie Fragen haben.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 104007V51

TERMINE: Fr 21.2., 17 bis 20.15 Uhr und Sa 22.2.25, 10 bis 15 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 50,60 Euro für 11 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Ute Groß • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Farb-Typ-Outfitberatung

Machen Sie das Beste aus Ihrem Typ

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

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 170101V51

BEGINN: Mo 28.04.2025, 18.30 bis 21.30 Uhr, 3 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 54,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. 25 Euro Farbkarte (vor Ort zu zahlen), Bitte ungeschminkt zum Kurs kommen • LEITUNG: Ute Nees-Thiedemann • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Informations- und Einführungsveranstaltung „Betreuungsrecht“

Für ehrenamtlich Betreuende und Interessierte

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

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104013V51

TERMIN: Di 28.01.2025, 18.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Nico Walper in Kooperation mit AWO-Betreuungsverein Homberg (Efze) und Betreuungsverein Schwalm und Eder e.V. (Schwalmstadt) • AUSKUNFT: Tel. 06691 96230 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104011V51

TERMIN: Di 25.03.2025, 18.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Nico Walper in Kooperation mit AWO-Betreuungsverein Homberg (Efze) und Betreuungsverein Schwalm und Eder e.V. (Schwalmstadt) • AUSKUNFT: Tel. 06691 96230 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104010V51

TERMIN: Di 27.05.2025, 18.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Nico Walper in Kooperation mit AWO-Betreuungsverein Homberg (Efze) und Betreuungsverein Schwalm und Eder e.V. (Schwalmstadt) • AUSKUNFT: Tel. 06691 96230 • 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. 104015V51

TERMIN: Di 25.02.2025, 18.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 2 Teiln. • LEITUNG: Nico Walper in Kooperation mit AWO-Betreuungsverein Homberg (Efze) und Betreuungsverein Schwalm und Eder e.V. (Schwalmstadt) • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104012V51

TERMIN: Di 29.04.2025, 18.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 2 Teiln. • LEITUNG: Nico Walper in Kooperation mit AWO-Betreuungsverein Homberg (Efze) und Betreuungsverein Schwalm und Eder e.V. (Schwalmstadt) • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104009V51

TERMIN: Di 24.06.2025, 18.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 2 Teiln. • LEITUNG: Nico Walper in Kooperation mit AWO-Betreuungsverein Homberg (Efze) und Betreuungsverein Schwalm und Eder e.V. (Schwalmstadt) • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104014V51

TERMIN: Di 25.11.2025, 18.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs cloud • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 2 Teiln. • LEITUNG: Nico Walper in Kooperation mit AWO-Betreuungsverein Homberg (Efze) und Betreuungsverein Schwalm und Eder e.V. (Schwalmstadt) • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Die Homöopathische Haus- und Reiseapotheke

In diesem Vortrag lernen Sie homöopathische Medikamente zur Erstversorgung bei Beschwerden wie z.B. Verbrennungen, Insektenstichen, Magen-Darm Infekten oder Erkältungen kennen. Finden Sie so heraus, ob homöopathische Medikamente für Sie ein Mittel sein können, um die körpereigene Immunabwehr zu unterstützen.

HOMBERG: Vortrag Nr. 303001H51

TERMIN: Mo 03.03.2025, 18.30 bis 20.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 9,00 Euro für 2 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Maik Aschenbrenner • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Haus und Garten

Eine Einführung in die Permakultur

In diesem Kurs auf dem Kunst- und Werkhof geht es um die grundlegende Ethik, Methoden und Werkzeuge der Permakultur als Einstieg, die uns als alltagstaugliche Werkzeuge nicht nur beim Gärtnern dienen können. Die wesentlichen Prinzipien werden in einer gemeinsamen Begehung des Gartens veranschaulicht. In einer praktischen Arbeitsaktion von circa 1,5 Stunden geht es diesmal um die Anlage eines „Baumscheibenbeetes“, das die fruchtbaren Zonen von Waldrändern im kleinen Maßstab nutzt. Vermittelt wird der Aufbau der einzelnen Kreissegmente zur Bepflanzung mit Sträuchern, Blumen, Kräutern und Gemüse. Im Anschluss werden die erarbeiteten Grundlagen der Permakultur in einer kleinen Planungsaufgabe wiederholt und gefestigt.

FRIELENDORF: Tageskurs Nr. 104001V51

TERMIN: So 06.04.2025, 10.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kunst- und Werkhof Großropperhausen, Knüllstr. 23 • KOSTEN: 40,50 Euro für 9 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 12 Euro für gemeinsames Mittagessen, Kaffee und Getränke (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Kristina Fiand • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**Naturnaher Schnitt von Obstbäumen**

Ziel des naturnahen Obstbaumschnitts ist es die Vitalität des Baumes möglichst lange zu erhalten. Junge Bäume sollen eine schöne, kräftige Krone entwickeln. Alte Bäume sollen möglichst lange Stabilität aufweisen und eine gute Statik behalten. Die Kurse bestehen aus Theorie- und Praxisanteilen. Der Kurs „Altbaum“ baut inhaltlich auf den Kurs „Jungbaum“ auf. Am Donnerstagabend erlangen die Teilnehmenden grundlegendes theoretisches Wissen über den naturnahen Schnitt von Obstbäumen. An zwei Samstagen infolge wendet die Gruppe das Gelernte praktisch an. Unter fachkundiger Anleitung wird auf der Obstbaumwiese geübt.

➔ **Jungbaum**

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 Leimfeld, 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 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Altbaum**

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 Leimfeld, 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 • ANMELDUNG: 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. 106001V51

TERMIN: Mi 26.03.2025, 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. 106002V51

TERMIN: Mi 02.04.2025, 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 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Glücks-Workshop

Was ist Glück? In diesem Wochenend-Workshop beschäftigen sich die Teilnehmenden intensiv mit dem Thema des individuellen Glücklichsseins. 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. 106003V51

TERMINE: Sa 22.3. und So 23.3.25, jeweils 11.30 bis 15.30 Uhr • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 49,50 Euro für 11 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Daniela Schleicher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Kinoevent am Internationalen Frauentag

Am 08.03.2025 laden wir Sie zu einem gemeinsamen Kinoevent ein, das die Stärke und Vielfalt von Frauen auf der großen Leinwand feiert. Besonderes Highlight: Nach dem Film sorgt das Improtheater ImproKS für interaktive Unterhaltung! Gemeinsam mit den Gästen wird das Gesehene humorvoll und kreativ reflektiert.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 170401P51

TERMIN: Sa 08.03.2025, 17.00 bis 20.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Cine-Royal, Auf der Lache 6 • KOSTEN: kostenfrei, 5 U-Std., ab 25 Teiln. • LEITUNG: Büro für Frauen- und Chancengleichheit des Schwalm-Eder-Kreises in Kooperation mit den Soroptimistinnen Fritzlar • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

Mental Load - Die unsichtbare Last

Für Frauen

Was ist Mental Load eigentlich und wo kommt es her? Wie kann ich aus der Mental-Load-Falle entkommen und wie kann ich gelassener mit Mental Load umgehen? Diese und ähnliche Fragen sollen im Laufe des Vortrags geklärt werden.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 170102V51

TERMIN: Mi 07.05.2025, 19.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 15,30 Euro für 3 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Stefanie Hesse • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Wanderung vor dem Aschenberg mit philosophischen Gesprächen

Philosophische Metaphysik

Auf der 26. Wanderung in dieser Reihe von philosophischen Wanderungen soll uns die Metaphysik beschäftigen, die seit jeher den Kern der Philosophie bildet. Sie versucht die gesamte Wirklichkeit, wie sie uns erscheint, in einen sinnvollen Zusammenhang zu bringen. Außerdem stellt sie die „letzten Fragen“ nach dem Sinn und Zweck allen Seins. Wir berühren wieder die Gedanken einiger Philosophen, mit denen wir uns schon auf früheren Wanderungen beschäftigt haben, darunter Platon, Aristoteles, Descartes, Leibniz und Schopenhauer. Beim Wandern werden wir auch ein Auge für die Landschaft und die Pflanzen am Wege haben.

KNÜLLWALD: Tageskurs Nr. 108001V51

TERMIN: Sa 10.05.2025, 13.00 bis 18.15 Uhr, 1 Termin • ORT: Parkplatz vor dem DGH Knüllwaldschänke, Am Bornrain 4 • KOSTEN: 10,00 Euro für 7 U-Std., ab 5 Teiln., Treffpunkt vor dem DGH „Knüllwaldschänke“ Oberbeisheim • LEITUNG: Dr. Thomas Brandt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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. 108002V51

BEGINN: Sa 08.02.2025, 10.00 bis 12.00 Uhr, 4 Termine, immer am 2. Sa. d. Monats (außer in den Ferien) • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: kostenfrei, 11 U-Std., ab 1 Teiln. • LEITUNG: Dr. Bernd Handschuch • LEHRMATERIAL: Identität erlangen - aber wie? und Identisch bleiben - aber wie? • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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. 107001V51

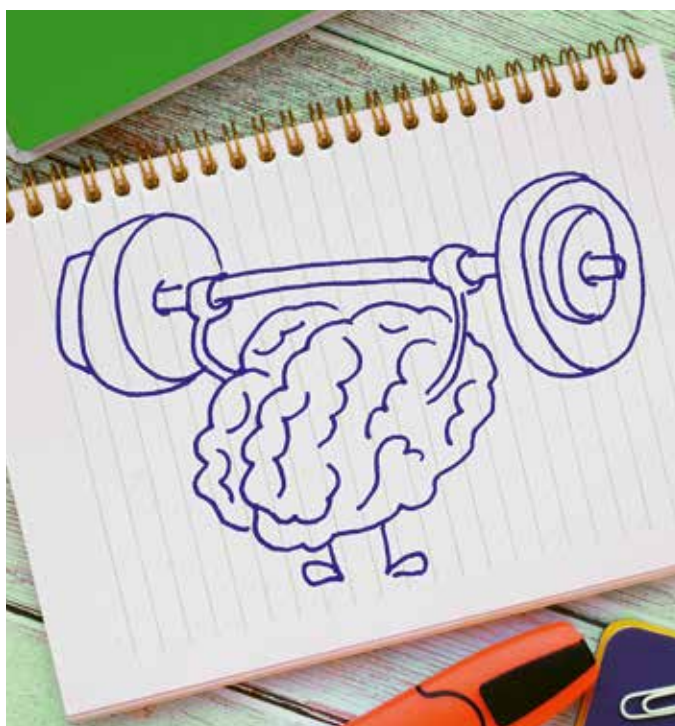
BEGINN: Mi 05.02.2025, 14.30 bis 16.00 Uhr, 10 Termine • ORT: DGH Kleinenglis, Am Vogelsang 1 • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 7 Teiln., zzgl. 4 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Heidi Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

WABERN: Vormittagskurs Nr. 107003V51

BEGINN: Do 13.02.2025, 11.00 bis 12.30 Uhr, 8 Termine • ORT: Familienzentrum & Generationentreff Wabern, Wilhelm-Dilich-Str. 12 • KOSTEN: 54,40 Euro für 16 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. 107002V51

BEGINN: Do 13.02.2025, 13.30 bis 15.00 Uhr, 8 Termine • ORT: Familienzentrum & Generationentreff Wabern, Wilhelm-Dilich-Str. 12 • KOSTEN: 54,40 Euro für 16 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.



Eltern und Kinder

Baby- und Kleinkindschlaf verstehen

Dieser Kurs behandelt gängige Fragen und Mythen über den kindlichen Schlaf: Warum schläft mein Kind nicht durch? Warum dauert es so lange bis zum Einschlafen? Warum heißt es, dass Babys das Schlafen lernen müssen? Es wird die Schlafentwicklung in den ersten Lebensjahren, das Schlafverhalten von Babys und Kleinkindern sowie das Ein- und Durchschlafen in den Blick genommen. Themen wie Schlafumgebung, nächtliches Stillen, Nachtschreck, Schlafen bei unterschiedlichen Betreuungspersonen und vieles mehr werden ebenfalls angesprochen.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 180003V51

TERMIN: Di 13.05.2025, 17.00 bis 19.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 15,30 Euro für 3 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Sarah Vesper • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**Beikost-Workshop**

Gerade bei dem Thema Beikost bekommen Eltern Tipps und Meinungen von allen Seiten. Den Überblick zu behalten ist gar nicht so einfach. In diesem Workshop geht es darum, den Beikoststart mit dem Baby so entspannt wie möglich zu gestalten und den eigenen Weg zu finden. Es werden verschiedene Konzepte wie Brei oder Baby Led Weaning (BLW) vorgestellt.

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 180001V51

TERMIN: Do 03.04.2025, 10.00 bis 12.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 15,30 Euro für 3 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Sarah Vesper • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Stillen Vorbereitungskurs

Dieser Stillvorbereitungskurs setzt sich intensiv mit der Stillzeit auseinander. Der Kurs geht auf den Stillstart direkt nach der Geburt ein (auch nach einem Kaiserschnitt), Sie besprechen, wie das Baby richtig andockt und woran dieses zu erkennen ist. Der Milcheinschuss und die Milchbildung sind ebenso Thema, wie Unterstützungsmöglichkeiten und die gängigen Stillpositionen. Es wird geklärt was es mit Stillen nach Bedarf auf sich hat, wie lange gestillt werden sollte und welche positiven Auswirkungen Stillen auf Mutter und Kind haben kann.

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 180002V51

TERMIN: Do 20.03.2025, 10.00 bis 12.30 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 15,30 Euro für 3 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Sarah Vesper • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Klettern, Schwingen, Spielen

Entwicklungsförderung

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

➔ **Für Kinder von 4 bis 6 Jahren**

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 180101P51

INFO: Fr 31.1., 15.15 Uhr, BEGINN: Fr 07.02.2025, 14.30 bis 15.30 Uhr, 12 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 40,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jürgen Hamborg • AUSKUNFT: Tel. 06691 24881 ab 20.30 Uhr • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 180102P51

INFO: Fr 31.1., 15.15 Uhr, BEGINN: Fr 07.02.2025, 15.30 bis 16.30 Uhr, 12 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 40,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jürgen Hamborg • AUSKUNFT: Tel. 06691 24881 ab 20.30 Uhr • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Für Kinder von 7 bis 10 Jahren**

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 180103P51

INFO: Fr 31.1., 15.15 Uhr, BEGINN: Fr 07.02.2025, 16.30 bis 17.30 Uhr, 12 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 40,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jürgen Hamborg • AUSKUNFT: Tel. 06691 24881 ab 20.30 Uhr • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► **Ein Angebot zum „Digitalen Familientalk für Eltern“ finden Sie auf Seite 59, einen „Babyschwimmkurs“ auf Seite 34.**





Sicherheit im Internet

Eine Vortragsreihe des Polizeipräsidiums Nordhessen



Datendiebstahl - Darknet - Digitaler Nachlass

Vom vernetzten Spielzeug über die Sprachassistenten 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 lohnenswerte Angriffsziele dar. Im Vortrag werden diverse Angriffsmethoden auf die digitale Identität vorgestellt und mit welchen Empfehlungen das Risiko eines Identitätsdiebstahls 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.

FELSBERG: Vortrag Nr. 104002V51

TERMIN: Mi 19.02.2025, 15.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Alter Bahnhof Gensungen, Zur Ederau 2 • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Aniane Emde mit Polizeipräsidium Nordhessen und der Seniorenbeauftragten der Stadt Felsberg • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Digitale Identitäten - Digitaler Nachlass

Unser alltägliches Leben wird zunehmend smarter: Eine Fülle von Online-Daten bilden hierbei unsere „digitalen Identitäten“ ab. Im Vortrag werden diverse Angriffsmethoden auf diese sensiblen Daten vorgestellt und mit welchen Empfehlungen das Risiko eines Identitätsdiebstahls reduziert werden kann. Auch Verträge werden zunehmend online abgeschlossen. Viele wichtige Vertragsdaten oder Informationen sind deshalb nur noch virtuell vorhanden. Bevollmächtigte und Erben haben oft keine Kenntnis von den Online-Accounts und den dazu gehörigen Passwörtern. Zusätzliche Vorsorge- und Nachlassregelungen werden daher immer wichtiger, damit Bevollmächtigte und Erben bei Bedarf schnell handeln können. Der Vortrag richtet sich an Menschen jeglichen Alters, die über Online-Accounts verfügen und dafür eine Regelung treffen wollen.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104004V51

TERMIN: Do 13.02.2025, 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 und Verbraucherzentrale Hessen e.V. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Sicher im Internet bestellen und bezahlen

Das Einkaufen im Internet wird zunehmend beliebter. Auf was muss besonders geachtet werden, wie erkennt man einen seriösen Anbieter oder welche Möglichkeiten der Bezahlung sollten gewählt werden? Die Antworten hierauf und noch vieles mehr wird in dieser Veranstaltung spielerisch erarbeitet: Freuen Sie sich auf eine thematische Geschichte, ein Bild-Bingo und angepasste Übungen aus dem Gedächtnistraining. Diese Veranstaltung ist auch für Personen geeignet, die in die Internetnutzung einsteigen wollen.

FELSBERG: Vortrag Nr. 104003V51

TERMIN: Mo 17.03.2025, 15.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Alter Bahnhof Gensungen, Zur Ederau 2 • KOSTEN: kostenfrei, 3 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Aniane Emde mit Polizeipräsidium Nordhessen und der Seniorenbeauftragten der Stadt Felsberg • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Sicher im Internet bestellen und bezahlen

Online-Shopping ist wunderbar bequem - aber das hat auch seine Kehrseite. Eine kurze Unachtsamkeit und ein Klick an der falschen Stelle können beim Einkauf im Internet unangenehme Folgen haben. Im Vortrag erhalten Sie jede Menge Tipps, wie Sie das Risiko eines Betruges minimieren können, Kostenfallen vermeiden und welche Rechte Sie bei Zahlungsarten und Widerruf haben.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104005V51

TERMIN: Di 25.03.2025, 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 und Verbraucherzentrale Hessen e.V. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Smartphone-Sicherheit

Smartphones und Tablets sind inzwischen -auch im Urlaub- ständige Begleiter geworden. In diesem Vortrag erfahren Sie, welchen Basis-Schutz auch mobile Endgeräte benötigen und mit welchen Empfehlungen die IT-Sicherheit auch im Urlaub erhöht werden kann. Die Themenblöcke „Sicherer Umgang mit Apps“ und öffentliche WLAN-Nutzung beleuchten insbesondere die Datensicherheit. Sie erhalten weitere praktische Tipps, wie Sie die Spuren Ihres digitalen Fußabdrucks minimieren können. Dazu werden u.a. die datenschutzrelevanten und datensicheren Einstellungen an Ihrem eigenen Gerät vorgestellt.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104006V51

TERMIN: Di 13.05.2025, 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 und Verbraucherzentrale Hessen e.V. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Online-Angebote

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.

Antisemitismus – erkennen, verstehen, handeln

Fortbildung Antisemitismus Teil 1

Kursbeschreibung und Termin finden Sie auf Seite 8.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 102002V51

Unsere Demokratie

Kostenfreier Online-Kurs der ZEIT Akademie

Kursbeschreibung und Termin finden Sie auf Seite 8.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 102004V51

Sicher im Internet bestellen und bezahlen

Sicherheit im Internet

Kursbeschreibung und Termin finden Sie auf Seite 13.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104005V51

Digitale Identitäten - Digitaler Nachlass

Sicherheit im Internet

Kursbeschreibung und Termin finden Sie auf Seite 13.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104004V51

Smartphone-Sicherheit

Sicherheit im Internet

Kursbeschreibung und Termin finden Sie auf Seite 13.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104006V51

Salze

Tasting

Kursbeschreibung und Termin finden Sie auf Seite 34.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500005A51

Curry - Ganz individuell

Tasting

Kursbeschreibung und Termin finden Sie auf Seite 35.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500003A51

Pfeffer - Ein Gewürz für besondere Gelegenheiten

Tasting

Kursbeschreibung und Termin finden Sie auf Seite 34.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 500004A51

Realschulabschluss

Kursbeschreibung und Termin finden Sie auf Seite 65.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 602051A52

Informationen zu „Vorsorgevollmachten“ und „Patientenverfügungen“

Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 9.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104015V51

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104012V51

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104009V51

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104014V51

Informationsveranstaltung „Betreuungsrecht“

Für ehrenamtlich Betreuende und Interessierte

Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 9.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104013V51

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104011V51

ONLINE: Onlinekurs Nr. 104010V51



TikTok

Algorithmen und Manipulation

Kursbeschreibung und Termin finden Sie auf Seite 59.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501015A51

Digitaler Familientalk

Kursbeschreibung und Termin finden Sie auf Seite 59.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501017A51

WordPress - Installation und Einrichtung

Modul 1 - Kompaktkurs

Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 59.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501302A51

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501306A51

WordPress - Gutenberg, Themes und Plugins

Modul 2

Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 59.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501303A51

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501307A51

WordPress - Formulare, Sicherheit und Co.

Modul 3

Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 60.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501304A51

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501308A51

WordPress - FAQ und Troubleshooting Workshop

Kursbeschreibung und Termine finden Sie auf Seite 60.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501305A51

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501309A51

Spanisch - Von Anfang an

Niveau A1.01

Kursbeschreibung und Termin finden Sie auf Seite 47.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422105T51

Spanisch - Anfangskenntnisse erweitern

Niveau A1.04

Kursbeschreibung und Termin finden Sie auf Seite 47.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422113T51

Spanisch - Mittelstufe

Niveau B1.01

Kursbeschreibung und Termin finden Sie auf Seite 49.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422304T51

Arabisch - Grundkenntnisse aufbauen

Niveau A2.05

Kursbeschreibung und Termin finden Sie auf Seite 50.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 401203T51

Japanisch - Anfangskenntnisse erweitern

Niveau A1.06 - Hybrid

Kursbeschreibung und Termin finden Sie auf Seite 50.

HYBRID: Abendkurs Nr. 410103T51

ChatGPT

Funktionsweise, Grenzen und Möglichkeiten

Kursbeschreibung und Termin finden Sie auf Seite 59.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501013A51

Spot-if-AI

Prompt Engineering mit generativer KI

Kursbeschreibung und Termin finden Sie auf Seite 59.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501014A51





Machen Sie mit!

vhs in Kooperation

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

Dann wenden Sie sich gern an uns unter:

vhs@schwalm-eder-kreis.de oder

05681 775-7755

Lesen und Schreiben

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. 202001K51

BEGINN: Mo 10.02.2025, 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., Bitte vor dem Kursbeginn bei Kursleitung melden • LEITUNG: Veronika Bruckner in Kooperation mit Stadtbücherei Borken (Hessen) • AUSKUNFT: Tel. 05682 5737 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

Einladung zum Schreiben

Doris Dörrie sagt in ihrem wunderbaren Buch *Leben Schreiben Atmen*, dass, „wenn man schreibt, (man) immer über sich selbst (schreibt)“. Wie könnte es auch anders sein? Das eigene Leben ist ein ganzer Roman mit vielen Kapiteln. Einige davon möchten wir im Kurs zusammen lebendig werden lassen, so dass kleine Texte entstehen. Denn jede und jeder bringt Erinnerungen an Personen, Farben oder Orte - also Schreibaniße aus der Vergangenheit - mit, die spielerisch und leicht in vielfältigen Textformen Ausdruck finden können. Gedächtnis- und Bewegungsübungen helfen dabei, der Kreativität freien Lauf zu lassen.

SCHWALMSTADT: Kompaktkurs Nr. 202002V51

TERMINE: Fr 21.2., 16 bis 18 Uhr und Sa 22.2.25, 10 bis 15.30 Uhr • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 34,00 Euro für 10 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Ute Rauscher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Kompaktkurs Nr. 202003V51

TERMINE: Fr 9.5., 16 bis 18 Uhr und Sa 10.5.25, 10 bis 15.30 Uhr • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 34,00 Euro für 10 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Ute Rauscher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Schreibwerkstatt

Wie entsteht aus einer Idee eine Geschichte? Wie lässt sich die Spannung aufbauen und darüber das Interesse von Lesenden halten? Wie werden Figuren, Szenen und Dialoge lebendig? Handwerkliche Tipps aus dem Werkzeugkasten der bekannten nordhessischen Autorin Nicole Braun werden mit Schreibimpulsen und Kreativitätstechniken ergänzt. Feedback durch die Gruppe und die Möglichkeit der Überarbeitung der eigenen Texte gehören selbstverständlich dazu.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 202004L51

BEGINN: Mi 30.04.2025, 18.00 bis 19.30 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 45,60 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Nicole Zaspel • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Kreisbüchereitreffen

Für ehren- und hauptamtliche Büchereimitarbeitende

Im Rahmen dieses Seminars erwartet die Kreisbücherei-mitarbeitenden ein spannender Impulsvortrag. Dazu finden aktuelle Informationen aus der Hessischen Fachstelle und interaktive Elemente für den fachlichen Erfahrungsaustausch im Programm ihren Platz.

GUXHAGEN: Vormittagskurs Nr. 102001V51

BEGINN: Sa 26.04.25, 10.00 bis 14.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Schul- und Gemeindebücherei Guxhagen, Schöne Aussicht 13 • KOSTEN: kostenfrei, 5 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Dietlind Lembke • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Tanzen

**Discofox Einführung**

Mit und ohne Vorkenntnisse

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. Neben der Einführung und der Basis erlernen Sie erste Figuren und bekommen wertvolle Tipps zu Haltung und Führung.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 205012L51

BEGINN: Mo 24.02.2025, 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.

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. 205004L51

BEGINN: So 02.03.2025, 13.00 bis 14.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Stellbergsschule, 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. 205005L51

BEGINN: Mi 19.02.2025, 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

Standard- und Lateintänze für Paare

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.

➔ Ohne Vorkenntnisse - Stufe 1

WABERN: Abendkurs Nr. 205008L51

BEGINN: Do 20.02.2025, 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.

➔ Ohne oder geringe Vorkenntnisse - Stufe 1 und 2

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 205003L51

BEGINN: So 02.03.2025, 11.00 bis 12.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Stellbergsschule, 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.

➔ Mit geringen Vorkenntnissen - Stufe 2 und 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. 205006L51

BEGINN: Di 18.02.2025, 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.

WABERN: Abendkurs Nr. 205007L51

BEGINN: Di 18.02.2025, 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. 205009L51

BEGINN: Do 20.02.2025, 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.

➔ Tanzveranstaltung für alle Let's dance Kurse

Ein gemeinsamer Tanzabend als Abschluss der Frühjahrskurse „Let's dance“ und Beginn der Herbstkurse. Weitere Information können bei der Kursleitung erfragt werden.

WABERN: Abendkurs Nr. 205010K51

TERMIN: Sa 06.09.2025, 19.00 bis 23.45 Uhr, 1 Termin • ORT: DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • KOSTEN: kostenfrei für Teilnehmende der Kurse v. Frau Plasberg, ab 10 Teiln. • LEITUNG: Iris Plasberg • AUSKUNFT: Tel. 0171 2132084 • ANMELDUNG: Am 1. Kurstermin.

Raqs Scharqi - Klassischer Bauchtanz

Die weichen wie auch rhythmischen Bewegungen 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 klassischem Bauchtanz und vorbereitenden Körperübungen zur Stärkung der Wirbelsäule und der Rückenmuskulatur.



➔ Ohne Vorkenntnisse

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 205002L51

BEGINN: Mi 12.02.2025, 19.00 bis 20.30 Uhr, 17 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 102,00 Euro für 34 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Yvonne Sonnenschein • AUSKUNFT: Tel. 05662 1464 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Mit Vorkenntnissen

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 205001L51

BEGINN: Mi 12.02.2025, 17.30 bis 19.00 Uhr, 17 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 102,00 Euro für 34 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Yvonne Sonnenschein • AUSKUNFT: Tel. 05662 1464 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Malerei, Grafik und Gestaltung

Chinesische Kalligraphie und Tuschemalerei

Ein Kurs des Künstlers Xiaoming Song

Die chinesische Schrift übt auf viele Menschen eine große Faszination aus. Sie ist die älteste und einzige Schrift, die bis heute lebendig geblieben ist. In diesem Kurs lernen Sie den Ursprung der Zeichen und ihre Entwicklung aus der Knochenschrift kennen. Anhand von Übungen können einfache chinesische Schriftzeichen erlernt werden. Außerdem erfahren Sie einen Einstieg in die traditionelle wie moderne chinesische Tuschemalerei.

BAD ZWESTEN: Wochenendkurs Nr. 207012L51

TERMINE: Fr 9.5., 17 bis 19 Uhr und Sa 10.5.25, 11 bis 16 Uhr • ORT: Laden Kunst, Zum Kurpark 2 • KOSTEN: 45,90 Euro für 9 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. ca. 5 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Xiaoming Song • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Meditation durch Grafik

Zen-Art, Neurografik und Sakrale Geometrie

Entdecken Sie die beruhigende Kraft des Zeichnens! In diesem Kurs lernen Sie verschiedene grafische Techniken wie Dudling, Zentangle, Neurografik und Sakrale Geometrie kennen, um Stress abzubauen und Ihre Kreativität zu entfalten. Durch einfache Formen und Muster tauchen Sie in einen meditativen Flow ein und schaffen dabei einzigartige Kunstwerke.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 207011L51

BEGINN: Do 13.02.2025, 18.30 bis 20.00 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 54,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Ilona Kuosman • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Malen nach Herzenslust

Farben und Formen sind Werkzeuge der Kunst. Wir können durch Malerei 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.

NEUKIRCHEN: Wochenendkurs Nr. 207001L51

TERMINE: Fr 14.3., 14 bis 18 Uhr und Sa 15.3.25, 10 bis 18 Uhr • ORT: Steinwaldschule, Reißmannweg 7 • KOSTEN: 60,00 Euro für 15 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 7 Euro Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Astrid Schlemmer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Malen mit Erden, Öl und Acryl

Ein Workshop in der Scheune

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

GILSERBERG: Wochenendkurs Nr. 207009L51

TERMINE: Fr 22.8., 16 bis 20 Uhr, Sa 23.8., 9 bis 18 Uhr und So 24.8.25, 10 bis 14 Uhr • ORT: Malscheune Winterscheid, Denkmalstr. 6 • KOSTEN: 85,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Gerlinde Vestweber • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Malen im Atelier

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

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 207003L51

BEGINN: Mo 05.05.2025, 16.30 bis 18.30 Uhr, 3 Termine • ORT: Atelier Farbenhaus, Wagnergasse 1 • KOSTEN: 15,00 Euro für 8 U-Std., ab 1 Teiln., inklusive Materialkosten • LEITUNG: Sabine Brusius in Kooperation mit der Hephata Diakonie • AUSKUNFT: Tel. 06691 9110396 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Malen mit Acrylfarbe und Gouache

Individuelle Projekte verfolgen

An diesen zwei Tagen haben Sie Zeit Ihre eigenen Projekte anzugehen. Die Kursleitung unterstützt bei individuellen Projekten und inspiriert mit vielen verschiedenen Beispielen. Es kann am Tisch oder an der Staffelei gearbeitet werden und vielfältige Materialien stehen zur Verfügung. Dabei können Sie sowohl experimentelle Techniken, wie Spachteln oder Malen mit Sand anwenden als auch sich mit dem genauen Nachmalen von Vorlagen beschäftigen.

MORSCHEN: Wochenendkurs Nr. 207006L51

TERMINE: Fr 28.2., 17 bis 20 Uhr und Sa 1.3.25, 10 bis 17 Uhr • ORT: Kunstwerkstatt Anders, Ottenstr. 9 • KOSTEN: 66,30 Euro für 13 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. ca. 15 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Elke Anders • AUSKUNFT: Tel. 05664 930776 • 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. Dies ist ein inklusiver Kurs in Zusammenarbeit mit der Hephata Diakonie.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 207002L51

BEGINN: Mo 03.03.2025, 16.30 bis 19.00 Uhr, 5 Termine • ORT: Atelier Farbenhaus, Wagnergasse 1 • KOSTEN: 60,00 Euro für 17 U-Std., ab 1 Teiln., inklusive Materialkosten • LEITUNG: Sabine Brusius in Kooperation mit der Hephata Diakonie • AUSKUNFT: Tel. 06691 9110396 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Malatelier

Ein Kurs des Künstlers Xiaoming Song

Malinteressierte können in diesem Kurs ihre künstlerischen Fähigkeiten entdecken, vertiefen und erweitern. Maltechniken (verschiedene Aquarelltechniken, Tusche-Acryl- und Ölmalerei) können entsprechend der Wünsche der Teilnehmenden vermittelt werden. Bei der Umsetzung der Bildprojekte werden sie vom Künstler begleitet und beraten. Durch die Gruppe kann ein lebendiger Austausch entstehen. Die Nähe zum Kurpark macht es möglich auch in die Natur zu gehen, um dort zu skizzieren, oder zu malen.

BAD ZWESTEN: Abendkurs Nr. 207014L51

BEGINN: Di 06.05.2025, 17.00 bis 19.00 Uhr, 9 Termine • ORT: Laden K unst, Zum Kurpark 2 • KOSTEN: 122,40 Euro für 24 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. ca. 5 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Xiaoming Song • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Zeichnen und Malen

Als Mittel zur Entspannung

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

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 501401A51

BEGINN: Mi 26.02.2025, 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.

Ein Portrait zeichnen und malen

Ein Kurs des Künstlers Xiaoming Song

Das Portrait ist ein besonderes Genre in der gegenständlichen Malerei, da nicht nur die Ähnlichkeit, sondern auch die Individualität des Modells zum Ausdruck gebracht werden. In diesem Kurs wird Ihnen das klassische Zeichnen nach Modell und das Zeichnen bzw. Malen nach fotografischer Vorlage näher gebracht.

BAD ZWESTEN: Wochenendkurs Nr. 207013L51

TERMINE: Sa 24.5., 10 bis 16 Uhr und So 25.5.25, 10 bis 14 Uhr • ORT: Laden K unst, Zum Kurpark 2 • KOSTEN: 66,30 Euro für 13 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. ca. 5 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Xiaoming Song • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Malen und Zeichnen: Portraits mal anders

Unter dem Motto „Porträt“ können wir uns vielfältig künstlerisch betätigen. Wir zeichnen unser Spiegelbild, sitzen einander Modell oder zeichnen und malen Fotos von Menschen oder Tieren ab. Dabei muss es nicht immer fotografisch-realistisch hergehen, sondern darf auch kritzelig, schwungvoll oder gar zerknittert oder quietsch-bunt sein. Interessant wird es auch dann, wenn die eigene Umsetzungsidee experimentell ausprobiert und die eigene Handschrift erforscht werden kann, dafür haben wir genug Zeit in der entspannten Wohlfühlatmosphäre im Atelier der Kunstwerkstatt Anders.

MORSCHEN: Abendkurs Nr. 207004L51

BEGINN: Mi 12.02.2025, 17.00 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • ORT: Kunstwerkstatt Anders, Ottenstr. 9 • KOSTEN: 163,20 Euro für 32 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. ca. 35 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Elke Anders • AUSKUNFT: Tel. 05664 930776 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Zeichnen am Vormittag

Den Interessen der Teilnehmenden folgend, schwingen wir den Stift. Dabei üben wir uns im Abzeichnen, im Zeichnen von phantasievollen Formen und Figuren, im Schraffieren und im Spontanzeichnen. Das Ganze in Wohlfühlatmosphäre und mit Spaß.

MORSCHEN: Vormittagskurs Nr. 207005L51

BEGINN: Di 25.03.2025, 9.30 bis 12.30 Uhr, 3 Termine • ORT: Kunstwerkstatt Anders, Ottenstr. 9 • KOSTEN: 61,20 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. ca. 10 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Elke Anders • AUSKUNFT: Tel. 05664 930776 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Zeichnen für Jugendliche ab 14 Jahren

Ein Kurs des Künstlers Xiaoming Song

Dieser Kurs richtet sich an junge Menschen, die Spaß und Interesse am Zeichnen haben und ihre Fähigkeiten ausbauen und entwickeln wollen. Zeichnerische Grundlagen der Bleistift- und Kohlezeichnung (Stillleben mit einfachen Formen, Schatten, Komposition, Perspektive) werden vermittelt. Anhand von Übungen werden verschiedene Techniken des Zeichnens erlernt sowie eine Grundlage der klassischen Zeichenlehre vermittelt und mit Übungen das genaue Hinsehen und Skizzieren eines Objektes trainiert.

BAD ZWESTEN: Abendkurs Nr. 207015L51

BEGINN: Mi 30.04.2025, 17.00 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Laden Kunst, Zum Kurpark 2 • KOSTEN: 102,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. ca. 5 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Xiaoming Song • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Zeichnen lernen

Klassische Zeichenschule

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

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 207010L51

INFO: Di 18.2., 18 Uhr, BEGINN: Di 25.02.2025, 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.

Plastisches Gestalten

Töpfern

Wir bauen Schönes für den Garten

Möchten Sie Ihrem Baum ein Gesicht aus Ton schenken oder lustige Figuren für die Zaunpfähle bauen? Ein Schmetterlings-Mobile zum Aufhängen oder eine Vogeltränke im Garten haben? Oder hätten Sie gerne ganz individuelle Schilder für Ihre Kräuter oder ein Feen-Türchen? An den ersten zwei Kurstagen haben Sie genug Zeit Ihre Gartenobjekte zu gestalten. Am dritte Termin werden die gebrannten Teile glasiert.

MORSCHEN: Kompaktkurs Nr. 207007L51

TERMINE: Fr 28.3., 16 bis 20 Uhr, Sa 29.3., 10 bis 17 Uhr und Fr 16.5.25, 16 bis 20 Uhr • ORT: Kunstwerkstatt Anders, Ottenstr. 9 • KOSTEN: 102,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. Materialkosten 1,50 Euro/kg Ton + 8,50 Euro/kg Glasurbrennen nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Elke Anders • AUSKUNFT: Tel. 05664 930776 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Mosaik

Aus alten Scherben neue Kunstwerke erschaffen

Im Kurs werden Fliesenstücke nach Ihrer Vorstellung gelegt und geklebt. Das Motiv kann z.B. ein Schmetterling, eine Eidechse, eine Pflanzenranke oder auch ein schönes Muster sein. Zunächst kleben wir flache Mosaikbilder auf einer Fliese, anschließend wagen wir uns an ein größeres Projekt: Sie bekleben dabei Ihr mitgebrachtes Objekt, das kann z.B. ein Blumentopf, eine Kugel aus Styropor oder Ton, ein großer Stein oder eine Form aus Ytong, die Sie vor Ort bearbeitet haben, sein.

MORSCHEN: Wochenendkurs Nr. 207008L51

TERMINE: Fr 23.5., 16 bis 20 Uhr, Sa 24.5., 10 bis 17 Uhr und So 25.5.25, 11 bis 14.15 Uhr • ORT: Kunstwerkstatt Anders, Ottenstr. 9 • KOSTEN: 96,90 Euro für 19 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. ca. 25 Euro Materialkosten (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Elke Anders • AUSKUNFT: Tel. 05664 930776 • 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. 210003L51

TERMIN: Sa 15.02.2025, 10.00 bis 18.15 Uhr, 1 Termin • ORT: Werkstatt Vohnhof, 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 Vohnhof • AUSKUNFT: Tel. 05661 53654 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Holzbildhauerei: Holz ist Kunst-Stoff

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

➔ Kompaktkurs

SCHWALMSTADT: Kompaktkurs Nr. 210004L51

TERMINE: Mi 7.5., 14 bis 17 Uhr und Do 8.5. bis So 11.5.25, jeweils 10 bis 17 Uhr • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 175,50 Euro für 39 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 25 Euro für Material- und Werkzeugleihgebühr (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Christine Ermer • AUSKUNFT: Tel. 0177 7300737 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Sommerwerkstatt

SCHWALMSTADT: Kompaktkurs Nr. 210005L51

TERMINE: Di 12.8., 14 bis 17 Uhr, Mi 13.8. bis So 17.8.25, jeweils 10 bis 17 Uhr • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 211,50 Euro für 47 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 25 Euro für Material- und Werkzeugleihgebühr vor Ort zu zahlen • LEITUNG: Christine Ermer • AUSKUNFT: Tel. 0177 7300737 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► Ab Seite 22 finden Sie weitere handwerkliche Kursangebote

Textiles Gestalten

Nähen leicht gemacht

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

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 209005L51

INFO: Do 13.2., 18 Uhr, BEGINN: Do 20.02.2025, 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.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 209003L51

BEGINN: Do 20.02.2025, 17.00 bis 19.15 Uhr, 4 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 48,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 2 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch und ggf. 10 Euro Leihgebühr für Nähmaschine und weiteres Zubehör (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Judith Schwerdtfeger-Asbrand • AUSKUNFT: Tel. 0177 1695280 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 209004L51

BEGINN: Do 05.06.2025, 17.00 bis 19.15 Uhr, 4 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 48,00 Euro für 12 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.

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. 209002L51

BEGINN: Do 13.02.2025, 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.

Filzen was das Herz begehrt

Wolle filzen ist eine alte Handwerkskunst, die seit Jahrhunderten praktiziert wird. Die Technik, bei der Wolle durch Feuchtigkeit und Reibung zu einem dichten Stoff verfilzt wird, hat bis heute nichts an Faszination verloren. Der gefilzte Stoff kann zu verschiedenen Zwecken genutzt werden: Kleidung, Taschen, Schmuck oder Kunstwerken können geformt werden. In diesem Kurs entscheiden Sie selbst woran Sie arbeiten möchten. In Absprache mit der vhs und der Kursleitung sind Alternativtermine möglich.

FRIELENDORF: Abendkurs Nr. 210002L51

TERMIN: Di 11.02.2025, 18.00 bis 20.00 Uhr, 1 Termin, nach Absprache sind weitere Kursangebote möglich • ORT: Atelier Barwe, Gerstenbergweg 23 • KOSTEN: 13,50 Euro für 3 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 10 bis 20 Euro Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Hella Barwe • AUSKUNFT: Tel. 06691 5985 • 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. 211002L51

BEGINN: Mo 03.02.2025, 16.30 bis 18.00 Uhr, 10 Termine
• ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 70,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: 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. 211001L51

BEGINN: Mo 03.02.2025, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine
• ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 70,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Kilian Schloemp • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Musik und Stimme



Songwriting Workshop

Im Songwriting Workshop lernen Teilnehmende Schritt für Schritt, ihr (erstes) eigenes Lied zu schreiben. Dazu gehört: Thema, Assoziationen, Reimschema, Struktur, Melodie, Hook u.v.m. In Kleingruppen, Einzelarbeit und 1:1-Begleitung bekommen die Workshop-Teilnehmenden Feedback, Tipps und Handouts für einen motivierenden Start.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 213003V51

BEGINN: Do 27.02.2025, 17.00 bis 20.30 Uhr, 3 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 53,20 Euro für 14 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Alexander Pepler • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Die Stimme trainieren

Stimmbildung mit Atemübungen

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



FRITZLAR: Abendkurs Nr. 213002L51

INFO: Mi 26.2., 18 Uhr, BEGINN: Mi 05.03.2025, 18.00 bis 19.00 Uhr, 6 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 32,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elena Huber • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Ensemble 50 plus

Gemeinsames Musizieren 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. 213001K51

BEGINN: Do 13.02.2025, 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.

Musikschulen im Schwalm-Eder-Kreis

im Verband deutscher Musikschulen VdM

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

Musikschule Schwalm-Eder Nord

im Bildungsbahnhof
34212 Melsungen

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

Musikschule Schwalm-Eder

Untergasse 25
34576 Homberg (Efze)

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



Handwerkskunst

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. 500023A51

TERMIN: Fr 14.02.2025, 14.00 bis 17.00 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. 500024A51

TERMIN: Fr 14.03.2025, 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.

Torten Klassiker

Wie wäre es, wenn Sie demnächst Ihre Gäste mit einer traditionelle Torte verzaubern? In diesem Basiskurs werden Torten Klassiker gebacken, gefüllt und dekoriert. Vom Frankfurter Kranz, über die bayrische Prinzregententorte, die fast vergessene Linzer Torte oder die weltweit bekannte Schwarzwälder Kirsch. Wir gehen aufs Backen von Biskuitböden ein, stellen verschiedene Füllungen her, lernen verschiedene Spritzmuster kennen und weitere hilfreiche Tipps und Tricks.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 500006A51

TERMIN: Sa 22.02.2025, 9.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 51,00 Euro für 9 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Materialkosten • LEITUNG: Cornelia Cordt-Nimbs • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Plunder-Snacks und Gebäck

Nach dem Hefeteig kommt der tourierte 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. 500007A51

TERMIN: Sa 08.03.2025, 9.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 48,00 Euro für 9 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Materialkosten • LEITUNG: Cornelia Cordt-Nimbs • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Hefeflechtgebäcke

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

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 500008A51

TERMIN: Sa 29.03.2025, 9.00 bis 16.00 Uhr, 1 Termin • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 46,00 Euro für 9 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Materialkosten • LEITUNG: Cornelia Cordt-Nimbs • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Grill- und Party-Brote

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

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 500009A51

TERMIN: Sa 26.04.2025, 9.00 bis 15.00 Uhr, 1 Termin • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 44,00 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Materialkosten • LEITUNG: Cornelia Cordt-Nimbs • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Macarons - Das bunte Trendgebäck

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

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 500010A51

TERMIN: Sa 24.05.2025, 9.00 bis 17.00 Uhr, 1 Termin • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 55,00 Euro für 10 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Materialkosten • LEITUNG: Cornelia Cordt-Nimbs • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Brotbacken - Nach alter Tradition

Lernen Sie die traditionelle Art des Brotbackens kennen. Alle erforderlichen Schritte von der richtigen Auswahl des Mehls über den erforderlichen Sauerteig, den Einsatz von Hefe und Salz bis hin zum Backen des Brotes werden praxisnah und anschaulich erläutert. Am ersten Kurstag werden zunächst die notwendigen Arbeitsschritte und Ablauf besprochen sowie der Teig zum Säuern angesetzt. Der zweite Kurstag dient dem Fertigstellen des Teiges, Ausformen der Brotlaibe und Backen des Brotes im traditionellen Backhaus. Außerdem besteht die Möglichkeit die „Obermühle“ in Kerstenhausen der Familie Lux zu besichtigen und mehr über die Erzeugung und Herstellung des Rohstoffes Mehl für das Backerlebnis zu Hause zu erfahren.

BORKEN: Wochenendkurs Nr. 500011A51

TERMINE: Fr 28.3., 18 bis 20.15 Uhr und Sa 29.3.25, 8 bis 15 Uhr • ORT: DGH Arnsbach, Schulstr. 3 • KOSTEN: 50,00 Euro für 11 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lebensmittelumlage und Nebenkosten • LEITUNG: Margit Keßler • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

BORKEN: Wochenendkurs Nr. 500012A51

TERMINE: Fr 11.4., 18 bis 20.15 Uhr und Sa 12.4.25, 8 bis 15 Uhr • ORT: DGH Arnsbach, Schulstr. 3 • KOSTEN: 50,00 Euro für 11 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lebensmittelumlage und Nebenkosten • LEITUNG: Margit Keßler • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Bierbrauen

Ab 18 Jahren

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

BORKEN: Tageskurs Nr. 500013A51

TERMIN: Sa 15.02.2025, 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. 500014A51

TERMIN: Sa 17.05.2025, 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.



Schärfen

Endlich scharfe Messer, Scheren und Werkzeuge

Ziel des Kurses ist die Vermittlung von Grundlagenwissen und Erlangung von Grundfertigkeiten des Messer- und Scherschärfens 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. 500015A51

TERMIN: Sa 15.03.2025, 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.

FRITZLAR: Tageskurs Nr. 500016A51

TERMIN: Sa 26.04.2025, 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.

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. 500025A51

TERMINE: Fr 23.5., 17 bis 20 Uhr und Sa 24.5.25, 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.

365 Tage

FITNESS

von 7:00 bis 1:00 Uhr

für nur **6,90 €**
pro Woche

*bei Abschluss einer Mitgliedschaft

Body-Forming & Step-Aerobic
Kampfsport für Groß & Klein
Neuer Sauna- & Relax-Bereich

Sport- u. Gesundheitszentrum
OLYMPIC

Bahnhofstr. 55 - 34582 Borken

Tel. (0 56 82) 12 34

Fit-Aktiv
Rehasport Borken e.V.

- ✓ vom Arzt verordnet
- ✓ 100%ige Kostenübernahme der Krankenkasse!
- ✓ bis zu 18 Monate Gesundheitssport
- ✓ wöchentliche Teilnahme
- ✓ Sie können wieder schmerzfrei, belastbar und beweglich werden
- ✓ informieren Sie sich jetzt

Reha-Sprechstunde: montags 14:00 - 18:00 Uhr
Kursraum: Mittelweg 13, 34582 Borken

unter (0 56 82) 1234

www.fit-aktiv-rehasport.de

Fit in Borken



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. 500017A51

TERMIN: Sa 10.05.2025, 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. 500018A51

TERMIN: Sa 14.06.2025, 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.

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. 500026A51

TERMINE: Sa 22.3. und 29.3., jeweils 9 bis 15.30 Uhr • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Dammweg 5 • KOSTEN: 48,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln., zzgl. 15 Euro Materialkosten (an Kursleiter zu zahlen) • LEITUNG: Achim Lingner • 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. 500019A51

TERMINE: Sa 5.4., 9 bis 16.30 Uhr und So 6.4., 11 bis 14 Uhr • ORT: Bächts Scheune, Von-Hund-Gasse 1 • KOSTEN: 52,00 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 50 Euro Material- und Werkzeugkosten vor Ort zu zahlen • LEITUNG: Uwe Bächt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Köhlern - Holzkohle selber herstellen

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

GILSERBERG: Tageskurs Nr. 500020A51

TERMIN: Sa 22.02.2025, 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. 500021A51

TERMIN: Sa 22.03.2025, 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. 500022A51

TERMIN: Sa 19.04.2025, 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.

► Auf Seite 19 und Seite 20 und finden Sie weitere handwerkliche Kursangebote (Goldschmieden, Holzbildhauerei, Töpfern, Mosaik)



FÜR SIE IM SCHWALM-EDER-KREIS

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

Achten Sie auf die vhs-Fahnen im Außenbereich: steht die Fahne draußen, sind Mitarbeitende der Volkshochschule für Sie persönlich vor Ort. Außerdem sind die Außenstellen regelmäßig mittwochs und nach Vereinbarung besetzt.

Selbstverständlich können Sie unsere Angebote auch weiterhin in unseren Büroräumen in Homberg in Anspruch nehmen.

Außenstelle: vhs Fritzlar

Marktplatz 5
34560 Fritzlar

Geschäftszeiten:
Mi und Fr nach Vereinbarung



Außenstelle: vhs Melsungen

Bahnhofstraße 2
34212 Melsungen

Geschäftszeiten:
Mi nach Vereinbarung



Außenstelle: vhs Schwalmstadt

Bahnhofstraße 12-14
34613 Schwalmstadt

Geschäftszeiten:
Mi nach Vereinbarung



Zentrale: vhs Homberg

Parkstraße 6
34576 Homberg (Efze)

Geschäftszeiten:
Mo bis Mi 8.00 bis 16.00 Uhr
Do 8.00 bis 17.30 Uhr
Fr 8.00 bis 13.00 Uhr

Entspannung**Entspannung am Morgen**

Gemeinsam dem Alltag entfliehen und zur Ruhe kommen. Der Fokus des Kurses liegt auf leichten Entspannungsübungen, unterstützt von sanften Klängen und dezenten Düften, die das Wohlbefinden steigern können. Während der gemeinsamen Entspannungszeit lernen Sie z.B. Yogaübungen, Atemübungen, Qigong und Progressive Muskelentspannung kennen.

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 301010H51

BEGINN: Fr 21.02.2025, 10.00 bis 11.00 Uhr, 6 Termine, 14-täglich • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 32,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Manuela Friedrich • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Entspannungstraining

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

OTTRAU: Abendkurs Nr. 301003H51

BEGINN: Fr 21.03.2025, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: DGH Weißenborn, Schulweg 5 a • KOSTEN: 68,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Birgit Balzer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 301006H51

BEGINN: Mo 28.04.2025, 18.00 bis 19.30 Uhr, 8 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 64,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Birgit Balzer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Entspannungstraining

Bewegungsabläufe bewusst machen

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

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 301004H51

BEGINN: Di 04.02.2025, 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. 301005H51

BEGINN: Di 04.02.2025, 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.

Timeout & Relax

Pausengestaltung mit Kurzentspannungsübungen

In diesem Workshop erfahren Sie, wie kleine regelmäßige Pausen Sie dabei unterstützen können, Ihre Stressbalance zu stärken und Energie für den Alltag zu gewinnen. Einleitend erhalten Sie theoretisches Hintergrundwissen. Im Praxisteil werden verschiedene alltagsorientierte Kurzentspannungsübungen vorgestellt und gemeinsam durchgeführt, z.B. leichte Bewegungs- und mentale Entspannungsübungen. In diesem Workshop können Sie Ideen für Ihre persönliche Pausengestaltung sammeln und Anregungen für Ihren Alltag mitnehmen.

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 301017H51

TERMIN: Sa 10.05.2025, 13.30 bis 16.30 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.



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 können so zur Herstellung eines körperlichen, als auch seelischen Gleichgewichts beitragen.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 301001H51

BEGINN: Di 11.02.2025, 17.00 bis 18.30 Uhr, 8 Termine • ORT: DGH Frankenhain, Landgraf-Karl-Str. 31 • KOSTEN: 46,40 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Eva Maria Balkenhol • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Relax Hiking

Entspannte Wanderung durch den Kurpark

Bei einer Wanderung durch den Kurpark genießen Sie die Natur und entspannen bei kurzen Zwischenstopps mit leichten Gesundheits- und Entspannungsübungen (z.B. Yoga, Meditation, Atemübungen). Die Mischung aus Natur, Bewegung und Entspannung kann den Geist befreien und das Wohlbefinden steigern.

BAD ZWESTEN: Vormittagskurs Nr. 301015H51

TERMIN: Sa 10.05.2025, 10.00 bis 13.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kurpark am Kurhaus/Löwenbad, Hardtstraße • KOSTEN: 16,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Manuela Friedrich • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

BAD ZWESTEN: Vormittagskurs Nr. 301016H51

TERMIN: Sa 28.06.2025, 10.00 bis 13.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kurpark am Kurhaus/Löwenbad, Hardtstraße • KOSTEN: 16,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Manuela Friedrich • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Wellness Mix

Mit Elementen aus Yoga, Pilates, Tai Chi und BBP

In diesem Kurs erwarten Sie mobilisierende, vitalisierende und kräftigende Übungen mit Elementen aus Yoga, Pilates, Tai Chi und BBP (Bauch-Beine-Po-Training). Ruhige fließende Bewegungen, Stabilisation und Dehnungen stehen hier im Vordergrund. Abgerundet wird das Programm mit einer ausgiebigen Entspannungseinheit. Ziel ist eine Balance zwischen Aktivität und Entspannung, um Körper und Geist positiv zu beeinflussen.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 301019H51

BEGINN: Do 08.05.2025, 17.45 bis 19.15 Uhr, 7 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 49,00 Euro für 14 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Kerstin Krombholz • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Fantasiereisen zur Entspannung

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

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 301018H51

BEGINN: Fr 13.06.2025, 16.00 bis 17.00 Uhr, 4 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 25,00 Euro für 5 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Daniela Schleicher • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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. 301013H51

TERMIN: Sa 15.02.2025, 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. 301014H51

TERMIN: Sa 29.03.2025, 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.

Gesundheitsprävention in Beruf und Alltag durch Entspannungstechniken

Erhaltung der Lebensqualität und Arbeitskraft in einer sich verändernden Arbeitswelt

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

SCHÖNAU: Bildungsurlaub Nr. 301320X51

TERMINE: Mo 5.5. bis Fr 9.5.25, jeweils 9 bis 16.45 Uhr, Anreise am So., 4.5. Abreise am Sa., 10.5.; Anmeldeschluss: 14.03.2025 • ORT: Buchenhaus, Krennstr. 35-37 • KOSTEN: 538,60 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive 6x Übernachtung mit HP im EZ (bei Belegung eines DZ minus 60 Euro) und inklusive Kurtaxe (3,10 Euro pro Nacht); zzgl. Kosten f.d. individuell zu organisierende Anreise, Aktenzeichen: • LEITUNG: Sonja Fuhrmann • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Yoga**Hatha-Yoga**

Im Vordergrund stehen die für dieses Yoga typischen Körperstellungen (Asanas). Bei regelmäßiger Durchführung unterstützen sie Körperhaltung, Muskelaufbau und Beweglichkeit. Die Übungen werden in Verbindung mit Atemübungen, Pranayama, durchgeführt und durch Entspannungselemente ergänzt.

➔ Für Neulinge bis Mittelstufe**GUDENSBERG:** Abendkurs Nr. 301105H51

BEGINN: Di 11.02.2025, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • KOSTEN: 67,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Elke Klee • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 301108H51

BEGINN: Do 20.02.2025, 19.30 bis 21.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Stellbergsschule, Rudolf-Harbig-Str. 2 • KOSTEN: 58,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Sandra Hesse • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 301111H51

BEGINN: Mi 12.02.2025, 19.15 bis 20.45 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 67,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Xenia Anna Chiara Sauer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 301110H51

BEGINN: Mi 26.03.2025, 9.00 bis 10.30 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 67,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Dominika Fischer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

WABERN: Abendkurs Nr. 301112H51

BEGINN: Mo 17.02.2025, 18.30 bis 20.00 Uhr, 10 Termine • ORT: DGH Niedermöllrich, Ederweg 16 • KOSTEN: 58,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Sandra Hesse • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Für Mittelstufe**BAD ZWESTEN:** Abendkurs Nr. 301102H51

BEGINN: Do 08.05.2025, 17.45 bis 19.15 Uhr, 6 Termine • ORT: Freiraum, Wildunger Str. 1b • KOSTEN: 60,00 Euro für 12 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Horst Weide • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Für Neulinge und Fortgeschrittene**FRIELENDORF:** Abendkurs Nr. 301201H51

BEGINN: Mo 03.02.2025, 18.00 bis 19.30 Uhr, 12 Termine • ORT: Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Hinter den Höfen 6 • KOSTEN: 87,60 Euro für 24 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Petra Rothe-Richberg • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

GUDENSBERG: Nachmittagskurs Nr. 301202H51

BEGINN: Di 11.02.2025, 16.30 bis 18.00 Uhr, 11 Termine • ORT: Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • KOSTEN: 69,60 Euro für 22 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Petra Rothe-Richberg • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 301204H51

BEGINN: Di 11.03.2025, 17.00 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Kulturhalle Zig, Alleeplatz • KOSTEN: 67,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Josefine Scherka • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Yin & Yang Yoga

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

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 301301H51

BEGINN: Mo 10.02.2025, 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 Anna Chiara Sauer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**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 Entspannung.

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 301305H51

BEGINN: Di 25.02.2025, 10.00 bis 11.30 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs Untergasse, Untergasse 35 • KOSTEN: 58,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 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.

FRIITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 301309H51

TERMIN: Fr 11.04.2025, 16.00 bis 18.00 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.

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. 301011H51

BEGINN: Mo 17.02.2025, 18.00 bis 19.00 Uhr, 6 Termine, 14-tägig (außer in den Ferien) • ORT: vhs Untergasse, Untergasse 35 • KOSTEN: 40,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Anastasia Aab • 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. 301313H51

TERMIN: Sa 22.03.2025, 13.00 bis 16.45 Uhr, 1 Termin • ORT: Yoga-Studio Brandt, An der Lehmkaute 8 • KOSTEN: 30,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Heidrun Brandt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Yoga gegen Ängste - Workshop

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

KNÜLLWALD: Nachmittagskurs Nr. 301311H51

TERMIN: Sa 26.04.2025, 13.00 bis 16.45 Uhr, 1 Termin • ORT: Yoga-Studio Brandt, An der Lehmkaute 8 • KOSTEN: 30,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Heidrun Brandt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Yoga fürs Herz - Workshop

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

KNÜLLWALD: Nachmittagskurs Nr. 301312H51

TERMIN: Sa 17.05.2025, 13.00 bis 16.45 Uhr, 1 Termin • ORT: Yoga-Studio Brandt, An der Lehmkaute 8 • KOSTEN: 30,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Heidrun Brandt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Tai Chi und Qigong

Qigong

Qigong 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. 301401H51

BEGINN: Mi 12.02.2025, 18.00 bis 19.00 Uhr, 18 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 84,00 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Frank Barnack • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 301404H51

BEGINN: Do 13.02.2025, 17.30 bis 18.30 Uhr, 14 Termine • ORT: Schule am Dom, Dr.-Jestädt-Platz 5 • KOSTEN: 66,50 Euro für 19 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Frank Barnack • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 301407H51

BEGINN: Mi 12.02.2025, 16.30 bis 17.30 Uhr, 10 Termine • ORT: DGH Rörshain, Reuters Ruh 2 • KOSTEN: 35,10 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Jutta Pietsch • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Tai Chi

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

FRIELEDORF: Abendkurs Nr. 301411H51

BEGINN: Do 24.04.2025, 18.30 bis 20.00 Uhr, 7 Termine • ORT: Multifunktionshaus Todenhausen, Im Dorfe 22 • KOSTEN: 37,80 Euro für 14 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Gudrun Schneider-Zörnig • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

NEUKIRCHEN: Abendkurs Nr. 301412H51

BEGINN: Mi 19.02.2025, 19.00 bis 20.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Steinwaldschule, Reißmannweg 7 • KOSTEN: 70,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Frank Bernhardt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Meditation

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. 301501H51

TERMIN: Sa 28.06.2025, 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. 301502H51

TERMIN: So 29.06.2025, 10.00 bis 14.30 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. 301504H51

TERMIN: Sa 14.06.2025, 13.00 bis 16.45 Uhr, 1 Termin • ORT: Yoga-Studio Brandt, An der Lehmkaute 8 • KOSTEN: 30,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Heidrun Brandt • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Meditation 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. 301507H51

TERMIN: Sa 28.06.2025, 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. 301506H51

TERMINE: So 2.3. und So 16.3.25, 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.

Bewegung und Fitness

Bauch-Beine-Po-Training

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

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 302002H51

BEGINN: Do 13.02.2025, 16.20 bis 17.20 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.



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 Plus und alle, die Lust an Bewegung haben. Ein aufbauendes Ganzkörpertraining für Bewegungsbegeisterte.

BAD ZWESTEN: Vormittagskurs Nr. 302005H51

BEGINN: Mi 12.02.2025, 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.

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-Kreislauf-System 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. 302006H51

BEGINN: Mo 10.02.2025, 18.45 bis 19.45 Uhr, 10 Termine • ORT: Sport- und Gesundheitszentrum „Olympic“, Mittelweg 13 • KOSTEN: 75,00 Euro für 13 U-Std., ab 1 Teiln., Kooperationsveranstaltung - keine Entgeltermäßigung möglich, Der Kurs findet nach Absprache und je nach Wetterlage Indoor oder Outdoor statt • LEITUNG: Rita Pospich • AUSKUNFT: Tel. 05682 1234 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Dance-Workout

Fitness im lateinamerikanischen Rhythmus

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

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302008H51

BEGINN: Di 11.02.2025, 17.00 bis 18.00 Uhr, 16 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 73,50 Euro für 21 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Wera Weller • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302009H51

BEGINN: Di 11.02.2025, 18.00 bis 19.00 Uhr, 16 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 73,50 Euro für 21 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Wera Weller • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Gesunder Rücken

Stark durch den Alltag

Mit funktioneller Rückengymnastik, Muskelaufbautraining, Wahrnehmungsübungen und wohltuender Entspannung kann Ihr Rücken gestärkt und ein Ausgleich für einen den Rücken strapazierenden Alltag geschaffen werden. Haltungsschulung, praxisnahe Tipps und Informationen über rückenfreundliches Verhalten geben Anregungen, sich gesünder und rückengerechter zu bewegen. Diese Angebote ersetzen keine krankengymnastische Behandlung. Bei akuten Beschwerden empfehlen wir Ihnen eine Rücksprache mit Ihrem Arzt.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 302302H51

BEGINN: Di 04.03.2025, 18.00 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 65,00 Euro für 13 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Jan-Uwe Schwarz • 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. 302012H51

BEGINN: Di 04.03.2025, 18.30 bis 19.30 Uhr, 15 Termine • ORT: DGH Heßlar, Rückweg 2 • KOSTEN: 78,00 Euro für 20 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Nicole Funk • 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, können Sie gestärkt in den Tag gehen.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 302013H51

BEGINN: Di 18.02.2025, 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.

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. 302015H51

BEGINN: Di 04.03.2025, 17.30 bis 18.15 Uhr, 15 Termine • ORT: DGH Heßlar, Rückweg 2 • KOSTEN: 58,50 Euro für 15 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Nicole Funk • 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 sphärisch-melodischer Musik aus dem ruhigeren Rock-Genre werden die sanft fließenden Bewegungen kontrolliert und konzentriert ausgeführt. Durch Pilates-Training wird die Tiefenmuskulatur gestärkt und es können muskuläre Dysbalancen ausgeglichen und eine Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit erreicht werden. Sollten Sie an Schwindel oder orthopädischen Wirbelsäulenerkrankungen leiden, lassen Sie sich vor einer Kursbuchung bitte ärztlich beraten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 302019H51

BEGINN: Do 13.02.2025, 17.30 bis 18.30 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. 302020H51

BEGINN: Do 24.04.2025, 17.30 bis 18.30 Uhr, 6 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 30,40 Euro für 8 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Susanne Koller • 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. 302021H51

BEGINN: Di 11.02.2025, 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.

Super Callanetics®

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

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 302025H51

BEGINN: Mo 14.04.2025, 17.00 bis 18.30 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 69,60 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Monika Charlet • AUSKUNFT: Tel. 05661 8010 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► **Auf Seite 11 finden Sie Angebote, um „Fit und Aktiv im Alter“ zu bleiben**

METALZA® - Power-Fitness-Dance

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

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 302017H51

BEGINN: Do 13.02.2025, 18.45 bis 19.45 Uhr, 15 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 76,00 Euro für 20 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Susanne Koller • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

**Präventives Ganzkörper-Training**

Körper & Geist in Einklang bringen

Sie trainieren Ihren Körper ganzheitlich mit dem Ziel, Ihre Muskulatur, Sehnen und Bänder zu kräftigen, dadurch die Beweglichkeit und Leistungsfähigkeit zu verbessern und den Alltagsstress zu reduzieren. Durch die Vielfalt von Übungen und Wiederholungen werden Schmerzsymptome (wie Rücken-, Nacken-, Schulter-, Kniebeschmerzen) reduziert und vorbeugend trainiert. Je nach Themenschwerpunkt werden unterschiedliche Hilfsmittel wie Faszienrolle, Kissen, Handtuch, Gymnastikball, Redondo®-Bälle oder Therabänder® eingesetzt.

GUXHAGEN: Abendkurs Nr. 302030H51

BEGINN: Di 25.02.2025, 17.00 bis 18.00 Uhr, 6 Termine • ORT: Kindergarten Sonnenwiese, Goethestr. 18 • KOSTEN: 23,20 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Margarita Streck-Unser • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

GUXHAGEN: Abendkurs Nr. 302028H51

BEGINN: Do 27.02.2025, 17.00 bis 18.00 Uhr, 6 Termine • ORT: Kindergarten Sonnenwiese, Goethestr. 18 • KOSTEN: 21,60 Euro für 8 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Margarita Streck-Unser • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

GUXHAGEN: Abendkurs Nr. 302031H51

BEGINN: Di 22.04.2025, 17.00 bis 18.00 Uhr, 6 Termine • ORT: Kindergarten Sonnenwiese, Goethestr. 18 • KOSTEN: 23,20 Euro für 8 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Margarita Streck-Unser • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

GUXHAGEN: Abendkurs Nr. 302029H51

BEGINN: Do 24.04.2025, 17.00 bis 18.00 Uhr, 8 Termine • ORT: Kindergarten Sonnenwiese, Goethestr. 18 • KOSTEN: 29,70 Euro für 11 U-Std., ab 10 Teiln. • LEITUNG: Margarita Streck-Unser • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

GUXHAGEN: Abendkurs Nr. 302032H51

BEGINN: Di 03.06.2025, 17.00 bis 18.00 Uhr, 5 Termine • ORT: Kindergarten Sonnenwiese, Goethestr. 18 • KOSTEN: 20,30 Euro für 7 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Margarita Streck-Unser • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

In Bewegung kommen

Sportkurs für mehrgewichtige Frauen

Leichte Bewegungen zum Mitmachen, u.a. aus Yoga, TaiChi, funktioneller Gymnastik und Tanz, werden zu Musik angeboten und Ihren jeweiligen Möglichkeiten angepasst. Es geht vor allem darum, in einem geschützten Rahmen ohne Konkurrenz die Alltagsmobilität zu fördern, damit Bewegung (wieder) Freude macht. Bewegungsmeditationen, Achtsamkeitstechniken und Entspannungsverfahren runden den Abend ab, für ein angenehmes Körpergefühl.

BAD ZWESTEN: Abendkurs Nr. 302016H51

BEGINN: Di 18.02.2025, 17.00 bis 18.00 Uhr, 6 Termine • ORT: Freiraum, Wildunger Str. 1b • KOSTEN: 48,00 Euro für 8 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Dorothee Basselli • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Segelfliegen

Fliegen ohne Motor - Segelfliegen kennenlernen Ab 14 Jahren

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

HOMBERG: Tageskurs Nr. 302201H51

TERMIN: Do 29.05.2025, 10.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Flugplatz Mosenberg • KOSTEN: 53,00 Euro für 10 U-Std., ab 2 Teiln., Keine Entgeltermäßigung möglich, Es gelten die AGB des LSV • LEITUNG: Luftsportverein Homberg/Efze • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Tageskurs Nr. 302202H51

TERMIN: Fr 30.05.2025, 10.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Flugplatz Mosenberg • KOSTEN: 53,00 Euro für 10 U-Std., ab 2 Teiln., Keine Entgeltermäßigung möglich, Es gelten die AGB des LSV • LEITUNG: Luftsportverein Homberg/Efze • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Tageskurs Nr. 302203H51

TERMIN: Sa 31.05.2025, 10.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Flugplatz Mosenberg • KOSTEN: 53,00 Euro für 10 U-Std., ab 2 Teiln., Keine Entgeltermäßigung möglich, Es gelten die AGB des LSV • LEITUNG: Luftsportverein Homberg/Efze • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Tageskurs Nr. 302204H51

TERMIN: So 01.06.2025, 10.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Flugplatz Mosenberg • KOSTEN: 53,00 Euro für 10 U-Std., ab 2 Teiln., Keine Entgeltermäßigung möglich, Es gelten die AGB des LSV • LEITUNG: Luftsportverein Homberg/Efze • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Bewegung im Wasser

Aqua-Fitness

Im Nichtschwimmerbecken

Beim Aqua-Fitness findet das Training im stehenden oder tiefen Wasser statt. Der Wasserwiderstand trägt dazu bei, die Muskelbeanspruchung zu intensivieren. Es wird mit oder ohne Auftriebsmittel und mit verschiedenen Kleingeräten gearbeitet, um den Reibungs- und Formwiderstand zu variieren. Ein abwechslungsreiches Training ist durch die Vielfalt von wechselnden Übungen garantiert. Sie trainieren Ihren Körper gelenkschonend und ganzheitlich mit dem Ziel, Ihre allgemeine Fitness und Ihr persönliches Wohlbefinden zu verbessern.

FRIELEDORF: Abendkurs Nr. 302401H51

BEGINN: Di 11.02.2025, 19.00 bis 19.45 Uhr, 10 Termine • ORT: Wellness-Paradies am Silbersee • KOSTEN: 30,00 Euro für 10 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 4,50 Euro Schwimmbadeintritt (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Heike Rudolph • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRIELEDORF: Abendkurs Nr. 302402H51

BEGINN: Di 11.02.2025, 19.45 bis 20.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Wellness-Paradies am Silbersee • KOSTEN: 30,00 Euro für 10 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 4,50 Euro Schwimmbadeintritt (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Heike Rudolph • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRIELEDORF: Nachmittagskurs Nr. 302403H51

BEGINN: Do 13.02.2025, 15.00 bis 16.00 Uhr, 12 Termine • ORT: Wellness-Paradies am Silbersee • KOSTEN: 48,00 Euro für 16 U-Std., ab 13 Teiln., zzgl. 4,50 Euro Schwimmbadeintritt (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Manuela Fritsch • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRIELEDORF: Nachmittagskurs Nr. 302404H51

BEGINN: Fr 14.02.2025, 15.00 bis 16.00 Uhr, 12 Termine • ORT: Wellness-Paradies am Silbersee • KOSTEN: 48,00 Euro für 16 U-Std., ab 13 Teiln., zzgl. 4,50 Euro Schwimmbadeintritt (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Manuela Fritsch • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRIELEDORF: Vormittagskurs Nr. 302405H51

BEGINN: Sa 15.02.2025, 8.15 bis 9.15 Uhr, 10 Termine • ORT: Wellness-Paradies am Silbersee • KOSTEN: 39,00 Euro für 13 U-Std., ab 10 Teiln., zzgl. 4,50 Euro Schwimmbadeintritt (Gruppenerm.), im Bad zu zahlen • LEITUNG: Heike Rudolph • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Für Frauen

HOMBERG: Vormittagskurs Nr. 302418H51

BEGINN: Fr 14.02.2025, 12.00 bis 12.45 Uhr, 6 Termine • ORT: Bewegungsbad Hülse, Spitzenweg 7 • KOSTEN: 26,00 Euro für 6 U-Std., ab 10 Teiln., inklusive Nutzungsentgelt für das Schwimmbad • LEITUNG: Ulrike Spuling • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Babyschwimmen und Wassergewöhnung

Für Babys ohne Wasser-Erfahrung

Unter fachlicher Anleitung bewegen Sie Ihren Säugling (von der 12. 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. 302702H51

BEGINN: Do 13.03.2025, 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

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 6 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. 500004A51

TERMIN: Di 11.03.2025, 19.00 bis 21.15 Uhr, 1 Termin • ORT: Virtueller Kursraum • KOSTEN: 50,00 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 6 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. 500005A51

TERMIN: Di 08.04.2025, 19.00 bis 21.15 Uhr, 1 Termin • ORT: Virtueller Kursraum • KOSTEN: 50,00 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.

Fit in den Frühling

Indisch-vegetarischer Kochkurs

Im Mittelpunkt des Kurses stehen köstliche Gemüse-Currys, aromatische Bio-Gewürze und nährstoffreiche Hülsenfrüchte. Gemüse, Kichererbsen und Linsen werden schmackhaft kombiniert. Die Gerichte können, neben ihrem köstlichen Geschmack, auch eine stoffwechselanregende und vitalisierende Wirkung entfalten. Starten Sie fit und vital in den Frühling.

WABERN: Abendkurs Nr. 305005H51

TERMIN: Di 11.03.2025, 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 im Sommer

Die indischen Gerichte, Currys & Chutneys, sind so vielfältig wie das Land selber. Gewürzkombinationen (Bio Gewürze) bringen den köstlichen Geschmack in Ihr Zuhause. Huhn, Gemüse, Früchte und Gewürze harmonisieren köstlich und bekömmlich miteinander. Mit erfrischenden Zutaten bereiten Sie an diesem Abend schnell und leicht Salat und indische Köstlichkeiten zu. Lernen Sie die indische Küche kennen und lassen Sie sich begeistern.

WABERN: Abendkurs Nr. 305006H51

TERMIN: Mi 25.06.2025, 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.

Gewürzporträt Koriandersamen

Koriander ist in der Ayurvedischen Küche nicht wegzudenken. Der Vortrag geht auf die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten ein, z.B. wie er bei Magen-Darm-Beschwerden oder Blasenentzündung wohltuend sein kann. Sie erfahren außerdem, wie Sie Koriander in der Küche anwenden können.

FRITZLAR: Vortrag Nr. 305007H51

TERMIN: Sa 22.03.2025, 10.00 bis 11.15 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.

Tasting: Wein Beginner

Weinprobe

Sie interessieren sich für Wein? Sie sind über „schmeckt“ und „schmeckt nicht“ noch nicht herausgekommen - möchten das aber? Dann steigen Sie ein in die Faszination Wein. Wir lernen, was Wein überhaupt ist, was vom Weinberg in die Flasche geschieht und wie wir fachgerecht einen Wein verkosten. Stichpunkt: Sensorik. Natürlich reden wir nicht nur darüber, sondern verkosten auch verschiedene Weintypen.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 500002A51

TERMIN: Sa 15.03.2025, 19.00 bis 22.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Lido Tagesbar, Am Hospital 23 • KOSTEN: 59,00 Euro für 4 U-Std., ab 3 Teiln. • LEITUNG: Frau Giorgia Karolyi • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Weinwanderung mit Winzervesper

In den Ederauen

Wein-Wanderung durch die Ederauen. Unterwegs werden 4 verschiedene Weine verkostet, erklärt und eine liebevoll angerichtete Winzervesper, sowie Wasser gereicht.

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 500001A51

TERMIN: So 18.05.2025, 12.00 bis 15.30 Uhr, 1 Termin
• ORT: Ederauen • KOSTEN: 49,00 Euro für 4 U.-Std., ab 1 Teiln.
• LEITUNG: Frau Giorgia Karolyi • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

International Streetfood

Vegetarisches auf die Hand

Neben Falafeln und der heimischen Bratwurst bietet die internationale Küche noch viel mehr an Leckerem auf die Hand. Lernen Sie in diesem Kochkurs die Zubereitung einer Auswahl an vegetarischem Streetfood, das sowohl herzhaft wie auch süß sein wird. Dieser Kurs ist für Beginnende geeignet, aber auch Geübte finden Anregungen und lernen Neues.

GUDENBERG: Abendkurs Nr. 305001H51

TERMIN: Mi 26.03.2025, 18.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss: 19.03.2025 • 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.

Italian Pasta Party

Pasta selbstherstellen

Selbsthergestellte Pasta in verschiedenen Formen ist durchaus ohne Nudelmaschine machbar. Lernen Sie die Zubereitung unterschiedlicher Nudelsorten mit haushaltsüblichen Geräten und den passenden Soßen dazu. Dieser Kurs ist für Beginnende geeignet, aber auch Geübte finden Anregungen und lernen Neues.

GUDENBERG: Abendkurs Nr. 305002H51

TERMIN: Di 27.05.2025, 18.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss: 20.05.2025 • 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.

Bärlauch-Spaziergang

Gemeinsam in der Gruppe besuchen Sie verschiedene Bärlauch-Standorte: Sie können ihn kosten, riechen und betasten. Außerdem lernen Sie etwas über seine Wirkung, die Kulinarik und wie Sie Verwechslungen vermeiden. Es wird genug Bärlauch da sein, um ein Sträußchen für den Sammelkorb zu pflücken.

BORKEN: Nachmittagskurs Nr. 305010H51

TERMIN: So 04.05.2025, 15.00 bis 17.15 Uhr, 1 Termin • ORT: Parkplatz Oberurffer See, Bergfreitheiter Straße / Am Hammer • KOSTEN: 13,50 Euro für 3 U.-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Ute-Rahel Baer • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Kulinarische Kreuzfahrt Baltikum

Herstellung landestypischer Speisen

In diesem Kochkurs lernen Sie die Zubereitung landestypischer Speisen aus den Ostseeanrainerländern kennen. Das Menü wird aus einer Vorspeise wie z.B. Blini und Saltibarčiai, einem Hauptgang mit Fleisch oder Fisch sowie einem Beenddessert bestehen. Dieser Kurs ist für Beginnende geeignet, aber auch Geübte finden Anregungen und lernen Neues.

GUDENBERG: Abendkurs Nr. 305011H51

TERMIN: Mi 18.06.2025, 18.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeschluss: 11.06.2025 • 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.

Inneres Gleichgewicht

Mit Ayurvedischer Verpflegung

In diesem Vortrag lernen Sie Ayurveda und die verschiedenen Konstitutionstypen (Dosha) kennen. Sie erfahren etwas über verschiedene Möglichkeiten (z.B. Ernährung, ätherische Öle), die dazu beitragen können, das innere Gleichgewicht zu stärken. Die Kursleiterin bereitet live vor Ort für Sie eine köstliche vegetarisch-ayurvedische Mittagsmahlzeit zu und erklärt Ihnen dabei die einzelnen Zubereitungsschritte. Sie erhalten außerdem Informationen zu den verwendeten Gewürzen. Diese Mahlzeit soll, zusammen mit den passenden Getränken, Ihren Gaumen verwöhnen und Körper und Geist nähren.

WABERN: Vortrag Nr. 305009H51

TERMIN: Sa 22.03.2025, 10.00 bis 14.30 Uhr, 1 Termin • ORT: Harter Kochstudio, Küllbergsweg 6 • KOSTEN: 39,00 Euro für 6 U.-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 12 Euro Lebensmittelumlage, bar vor Ort zu zahlen • LEITUNG: Manuela Markowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Curry - Ganz individuell

Tasting

Kreieren Sie Ihre eigene, individuell zusammengestellte Currygewürzmischung für genussvolle Mahlzeiten oder bereichern Sie den Gin Genuss für sich und im Freundeskreis. Für Ihr perfektes Curry 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 6 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. 500003A51

TERMIN: Mo 03.02.2025, 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.

► Auf Seite 22 und Seite 23 finden Sie weitere kulinarische Angebote



Junge vhs

Tastschreiben am PC

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 62.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 504002A51

TERMINE: Mo 7.7., Mi 9.7. und Do 10.7., 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.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 504003A51

TERMINE: Mo 4.8., Mi 6.8. und Do 7.8., 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.

Klettern, Schwingen, Spielen

Entwicklungsförderung für Kinder

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 12.

➔ Von 4 bis 6 Jahren

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 180101P51

INFO: Fr 31.1., 15.15 Uhr, BEGINN: Fr 07.02.2025, 14.30 bis 15.30 Uhr, 12 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 40,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jürgen Hamborg • AUSKUNFT: Tel. 06691 24881 ab 20.30 Uhr • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 180102P51

INFO: Fr 31.1., 15.15 Uhr, BEGINN: Fr 07.02.2025, 15.30 bis 16.30 Uhr, 12 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 40,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jürgen Hamborg • AUSKUNFT: Tel. 06691 24881 ab 20.30 Uhr • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Von 7 bis 10 Jahren

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 180103P51

INFO: Fr 31.1., 15.15 Uhr, BEGINN: Fr 07.02.2025, 16.30 bis 17.30 Uhr, 12 Termine • ORT: BerufsschulCampus ZIG, Hessenallee 14 • KOSTEN: 40,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jürgen Hamborg • AUSKUNFT: Tel. 06691 24881 ab 20.30 Uhr • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Nähen macht Spaß - Für Groß und Klein

Mit und ohne Vorkenntnisse

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 20.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 209003L51

BEGINN: Do 20.02.2025, 17.00 bis 19.15 Uhr, 4 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 48,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. ca. 2 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch und ggf. 10 Euro Leihgebühr für Nähmaschine und weiteres Zubehör (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Judith Schwerdtfeger-Asbrand • AUSKUNFT: Tel. 0177 1695280 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 209004L51

BEGINN: Do 05.06.2025, 17.00 bis 19.15 Uhr, 4 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 48,00 Euro für 12 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.

Stricken für Jung und Alt

Mit und ohne Vorkenntnisse

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 20.

BORKEN: Abendkurs Nr. 209002L51

BEGINN: Do 13.02.2025, 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.

Arabisch für Kinder von 7 bis 12 Jahren

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 50.

➔ Von Anfang an

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 401101T51

BEGINN: Mi 05.02.2025, 15.30 bis 17.00 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 • LEHRMATERIAL: Hueber: Kalamuna A1 Kursbuch + Arbeitsbuch ISBN 978-3-19-605253-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Anfangskenntnisse erweitern

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 401102T51

BEGINN: Do 06.02.2025, 15.30 bis 17.00 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 • LEHRMATERIAL: Hueber: Kalamuna A1 Kursbuch + Arbeitsbuch ISBN 978-3-19-605253-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 401111T51

BEGINN: Mi 23.04.2025, 15.30 bis 17.00 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 • LEHRMATERIAL: Hueber: Kalamuna A1 Kursbuch + Arbeitsbuch ISBN 978-3-19-605253-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 401112T51

BEGINN: Do 24.04.2025, 15.30 bis 17.00 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 • LEHRMATERIAL: Hueber: Kalamuna A1 Kursbuch + Arbeitsbuch ISBN 978-3-19-605253-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Digitaler Familientalk

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 59.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501017A51

ORT: Virtueller Kursraum • KOSTEN: kostenfrei • LEITUNG: Landesmedienanstalt Hessen • ANMELDUNG: Link auf S. 36

Babyschwimmen und Wassergewöhnung

Für Babys ohne Wasser-Erfahrung

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 34.

FRIELENDORF: Vormittagskurs Nr. 302702H51

BEGINN: Do 13.03.2025, 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.

Fliegen ohne Motor - Segelfliegen kennenlernen Ab 14 Jahren

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 33.

HOMBERG: Tageskurs Nr. 302201H51

TERMIN: Do 29.05.2025, 10.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Flugplatz Mosenberg • KOSTEN: 53,00 Euro für 10 U-Std., ab 2 Teiln., Keine Entgeltermäßigung möglich, Es gelten die AGB des LSV • LEITUNG: Luftsportverein Homberg/Efze • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Tageskurs Nr. 302202H51

TERMIN: Fr 30.05.2025, 10.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Flugplatz Mosenberg • KOSTEN: 53,00 Euro für 10 U-Std., ab 2 Teiln., Keine Entgeltermäßigung möglich, Es gelten die AGB des LSV • LEITUNG: Luftsportverein Homberg/Efze • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Tageskurs Nr. 302203H51

TERMIN: Sa 31.05.2025, 10.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Flugplatz Mosenberg • KOSTEN: 53,00 Euro für 10 U-Std., ab 2 Teiln., Keine Entgeltermäßigung möglich, Es gelten die AGB des LSV • LEITUNG: Luftsportverein Homberg/Efze • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Tageskurs Nr. 302204H51

TERMIN: So 01.06.2025, 10.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Flugplatz Mosenberg • KOSTEN: 53,00 Euro für 10 U-Std., ab 2 Teiln., Keine Entgeltermäßigung möglich, Es gelten die AGB des LSV • LEITUNG: Luftsportverein Homberg/Efze • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Zeichnen für Jugendliche ab 14 Jahren

Ein Kurs des Künstlers Xiaoming Song

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 19.

BAD ZWESTEN: Abendkurs Nr. 207015L51

BEGINN: Mi 30.04.2025, 17.00 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Laden Kunst, Zum Kurpark 2 • KOSTEN: 102,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln., zzgl. ca. 5 bis 10 Euro Materialkosten nach Verbrauch (vor Ort zu zahlen) • LEITUNG: Xiaoming Song • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Türkisch - Anfangskenntnisse erweitern

Niveau A1.02 - für Jugendliche und Erwachsene

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 52.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 424101T51

BEGINN: Mo 17.02.2025, 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: Klett: Kolay gelsin! neu A1-A2. ISBN 978-3-12-528561-3 oder 978-3-12-528661-0, ab Lektion ca. 2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Wir bieten Bildung und Beratung, ermöglichen Begegnung und Miteinander, unterstützen und stärken Familien und möchten den Zusammenhalt der Generationen fördern. Neben unserer Hauptstelle in Homberg, finden Sie Zweigstellen in Schwalmstadt und Felsberg, außerdem unsere Angebote bei Kooperationspartnern. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Homberg

Marktplatz 15, Tel. 05681 9364631

Sprechzeiten: Mo-Fr 9-12 Uhr

E-Mail: info@faz-se.de

Felsberg

Mehrgenerationenhaus, Untere Birkenallee 19

Tel. 05662 4080853

Schwalmstadt (Ziegenhain)

Steinweg 33

Tel. 06691 9158831

Mehr Informationen erhalten Sie unter:

www.familienzentrum-schwalm-eder.de

Japanisch - von Anfang an

Niveau A1.01 - auch für Kinder und Jugendliche

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 50.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 410101T51

BEGINN: Mo 10.02.2025, 15.30 bis 17.00 Uhr, 7 Termine • ORT: vhs Untergasse, Untergasse 35 • KOSTEN: 60,00 Euro für 14 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Akiko Izumi • LEHRMATERIAL: Japanese Foundation: Marugoto, situation book and grammar book • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Japanisch - Anfangskenntnisse erweitern

Niveau A1.02 - für Kinder und Jugendliche

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 50.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 410111T51

BEGINN: Mo 28.04.2025, 15.30 bis 17.00 Uhr, 9 Termine • ORT: vhs Untergasse, Untergasse 35 • KOSTEN: 76,00 Euro für 18 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Akiko Izumi • LEHRMATERIAL: Japanese Foundation: Marugoto, situation book and grammar book • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Kinder- & Familienbüro der Stadt Melsungen

Familienzentrum | Berufswahlbüro | Integrationsbüro



Wir freuen uns auf
Ihren Besuch!

Förderverein für ein zukunfts-
fähiges Melsungen e.V.

Stiftung für ein kinder- und
familienfreundliches Melsungen

Huberg 4 | 34212 Melsungen | Tel. (05661) 9261931 | www.melsungen-foerdert.de
E-Mail: kinderundfamilienbuero@melsungen-foerdert.de

1

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)

3

Abschlussprüfung

Deutschtest für Zuwanderer (DTZ)

Der Integrationskurs schließt mit dem Deutsch-Test für Zuwanderer ab. Für spezielle Kurse können im Einzelfall Wiederholerstunden 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 den Themenbereichen Politik, Geschichte und Gesellschaft Deutschlands)

Prüfungsgebühr:

25 Euro

Dauer:

60 Minuten

Hinweis:

beliebig oft wiederholbar

Termine:

in der Regel 1x pro Monat donnerstags (aktuelle Termine und Anmeldung über die Webseite)

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:

Aktuell findet eine Neustrukturierung der Berufssprachkurse statt. Das Kursangebot kann sich daher ändern. 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

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

Prüfung TELC Deutsch A2/B1

Externe

Anmeldung zur Interessentenliste über die Webseite oder per E-Mail mit Kopie des gültigen Lichtbildausweises bzw. Aufenthaltstitels und vollständigen Kontaktdaten.

HOMBERG: Tageskurs Nr. 404301TP51

TERMIN: Mi 09.04.2025, 9.00 bis 18.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • KOSTEN: 160,00 Euro, ab 10 Teiln.



Englisch

Niveau A1

Englisch - Neustart

Dieser Englischkurs startet von Anfang an für alle, die endlich Englisch lernen wollen und er richtet sich an Personen, die nach langer Zeit mit Englisch nochmal von vorne anfangen möchten. Er ist rund um Wortschatz, erste Dialoge und Kurztexte einfach gestaltet. Das Sprechen steht im Vordergrund. Wissenswertes über englischsprachige Länder runden den Kurs ab. Welcome!

➔ Niveau A1.01

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 406104T51

BEGINN: Mi 12.02.2025, 17.30 bis 19.00 Uhr, 8 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 68,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Udo Grenzbach • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy English Upgrade A1.1. ISBN: 978-3-06-122673-2, ab Lektion 1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 406102T51

BEGINN: Do 13.02.2025, 17.30 bis 19.00 Uhr, 8 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 68,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Marlies Heer • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy English A1.1. ISBN: 978-3-06-520805-5, ab Lektion 1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406101T51

BEGINN: Mi 12.02.2025, 17.30 bis 19.00 Uhr, 10 Termine • ORT: Geschwister-Scholl-Schule, Dreuxallee 32. Auf Wunsch kann das Präsenzangebot mit Online-Terminen ergänzt werden. • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Evemarie Klein • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy English Upgrade A1.1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 406103T51

BEGINN: Di 11.02.2025, 18.00 bis 19.30 Uhr, 8 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 68,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Udo Grenzbach • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy English Upgrade A1.1. ISBN: 978-3-06-122673-2, ab Lektion 1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau A1.02 - Folge**

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 406109T51

BEGINN: Sa 15.02.2025, 10.45 bis 12.15 Uhr, 12 Termine
• ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy English A1.1. ISBN: 978-3-06-122673-2, ab Lektion ca. 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 406114T51

BEGINN: Mi 30.04.2025, 17.30 bis 19.00 Uhr, 7 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 60,00 Euro für 14 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Udo Grenzbebach • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy English Upgrade A1.1. ISBN: 978-3-06-122673-2, ab Lektion ca. 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

GUDENSBERG: Nachmittagskurs Nr. 406106T51

BEGINN: Mi 12.02.2025, 15.30 bis 17.00 Uhr, 8 Termine • ORT: Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • KOSTEN: 68,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln., Ferientermine nach Absprache • LEITUNG: Marlies Heer • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy English A1.1. ISBN: 978-3-06-520805-5, ab Lektion ca. 2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 406112T51

BEGINN: Do 24.04.2025, 17.30 bis 19.00 Uhr, 8 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 68,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Marlies Heer • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy English A1.1. ISBN: 978-3-06-520805-5, ab Lektion ca. 2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 406113T51

BEGINN: Di 29.04.2025, 18.00 bis 19.30 Uhr, 7 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 60,00 Euro für 14 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Udo Grenzbebach • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy English Upgrade A1.1. ISBN: 978-3-06-122673-2, ab Lektion ca. 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Englisch intensiv - von Anfang an

Englischintensivkurs, gut geeignet für alle ohne Vorkenntnisse. Es wird ein „Survival English“ vermittelt, das mit wenig Einsatz große Wirkung erzielen kann. Ob geschäftlich, auf Reisen, für interkulturelle Kommunikation oder Partnerschaftstreffen. 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 A1.1**

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406101X51

TERMINE: Mo 17.3. bis Fr 21.3.25, jeweils 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: Stadtteilzentrum Alte Sparkasse, Birkenweg 2
• KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., AZ: III7-55n-4145-0213-24-1211. Anmeldeschluss: 06.03.2025, freie Plätze werden bis 17.03.25 vergeben • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A1 - ISBN 978-3-12501750-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Englisch - Anfangskenntnisse erweitern

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 A1.03**

GUDENSBERG: Nachmittagskurs Nr. 406116T51

BEGINN: Mi 23.04.2025, 15.30 bis 17.00 Uhr, 10 Termine
• ORT: Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7 • KOSTEN: 84,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Marlies Heer • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy English A1.1. ISBN: 978-3-06-520805-5, ab Lektion ca. 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

EIGENBETRIEB
Jugend- und Freizeiteinrichtungen
des Schwalm-Eder-Kreises

ideal für Gruppen
Buchenhaus
SCHÖNAAU AM KÖNIGSSEE

familiär + strandnah
Haus Schwalm-Eder
WESTERLAND SYLT

Ferienspaß + Meer
Jugendcamp Schwalm-Eder
DAHME

Natur hautnah erleben
Wildpark
NATURZENTRUM KNÜLL

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

WILLKOMMEN

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, je 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen: III1A-55n-4145-0213-23-1974. Anmeldeschluss: 2.10.25, freie Plätze werden bis 13.10. vergeben • 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, je 8.30 bis 16 Uhr
• ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen: III1A-55n-4145-0213-23-1974. Anmeldeschluss: 30.4.25, freie Plätze werden bis 12.5. vergeben • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A1 ISBN 978-3-12501750-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

English - New Refresher

Englischkurs mit schneller Progression in der Kleingruppe - 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.

➔ Niveau A1.2

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 406118T51

BEGINN: Di 18.02.2025, 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 Teiln. 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.

English - New Refresher - Sommerkurs

Ein entspannter Englischkurs im sommerlichen Fritzlar - 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. Eine Woche intensiv mit der Sprache beschäftigen wird Ihnen helfen, schnell Fortschritte vorweisen zu können.

➔ Niveau A1.2

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 406105T51

BEGINN: Mo 21.7. bis Fr 25.7, je 16 bis 19.15 Uhr, 5 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 101,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Doris Spiegel • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy English A1.2. ISBN: 978-3-06-520807-9 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.20

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

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 406107T51

BEGINN: Mo 10.02.2025, 19.00 bis 20.30 Uhr, 15 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladenweg 41 • KOSTEN: 125,00 Euro für 30 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Doris Spiegel • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy English A1.2. ISBN 978-3-06-520807-9 ab Lektion 1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Niveau A2

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 A2.1

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406214X52

TERMINE: Mo 24.11. bis Fr 28.11.25, jeweils 8.30 bis 16 Uhr, Anmeldeschluss: 13.11.2025 • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen HBUG: III17-55n-4145-0213-24-0175 • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: National Geographic Learning: Life A1.2/A2.1 Second Edition Elementary (split edition B) ISBN: 978-1-337-63144-0, ab Unit 7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 406201X51

TERMINE: Mo 7.4. bis Fr 11.4.25, jeweils 8.30 bis 16 Uhr, Anmeldeschluss: 27.03.2025 • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen HBUG: III17-55n-4145-0213-24-0175 • LEITUNG: Ilona Kroeger • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A2 ISBN: 978-3-12-501754-2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Bildungsurlaub Nr. 406202X51

TERMINE: Mo 31.3. bis Fr 4.4.25, 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: III17-55n-4145-0213-24-0175 vom 15.01.24. Anmeldeschluss: 20.03.2025, freie Plätze werden bis 31.03.25 vergeben • LEITUNG: Javorka Knezevic • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A2 ISBN: 978-3-12-501754-2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

English - Refresher Course

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

➔ Niveau A2.05

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 406207T51

BEGINN: Mo 10.02.2025, 18.00 bis 19.30 Uhr, 15 Termine • ORT: Carl-Bantzer-Schule Zig, Fünftenweg 30 • KOSTEN: 125,00 Euro für 30 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Javorka Knezevic • LEHRMATERIAL: Klett: Network Now A2.1. ISBN: 978-3-12-606-591-7. ab Lektion ca. 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 406205T51

BEGINN: Di 11.02.2025, 18.15 bis 19.45 Uhr, 15 Termine • ORT: Carl-Bantzer-Schule Zig, Fünftenweg 30 • KOSTEN: 125,00 Euro für 30 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Javorka Knezevic • LEHRMATERIAL: Klett: Network Now A2.1. ISBN: 978-3-12-606-591-7. ab Lektion ca. 5 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Englisch - Grundkenntnisse aufbauen

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

➔ Niveau A2.08

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 406209T51

BEGINN: Mo 10.02.2025, 17.15 bis 18.45 Uhr, 15 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Schladdenweg 41 • KOSTEN: 125,00 Euro für 30 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Doris Spiegel • LEHRMATERIAL: Klett-Langenscheidt: English Network Now A2.2, ab Unit ca. 4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406208T51

BEGINN: Mo 10.02.2025, 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.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406218T51

BEGINN: Mo 12.05.2025, 18.30 bis 20.00 Uhr, 6 Termine • ORT: Geschwister-Scholl-Schule, Dreuxallee 32 • KOSTEN: 51,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elke Manshausen • LEHRMATERIAL: Klett: Great! A2, 2nd edition, ab Lektion ca. 8 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A2.3

HOMBERG: Abendkurs Nr. 406206T51

BEGINN: Do 06.02.2025, 17.30 bis 19.00 Uhr, 12 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Dagmar Braun • LEHRMATERIAL: Klett: Let's Enjoy English A2.2 ab ca. Lektion 3. ISBN: 978-3-12-501639-2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A2 - B1

Englisch intensiv - Business and more

Geeignet für alle, die Englischkenntnisse auf dem Niveau A2-B1 (Grundlagen) erworben haben und diese passiven Kenntnisse intensiv auffrischen und erweitern wollen. 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.

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406215X51

TERMINE: Mo 5.5. bis Fr 9.5.25, 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 15.01.24. Anmeldeschluss: 24.4.25, freie Plätze werden bis 5.5.25 vergeben • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Simply Business A2+ inkl. E-book-Lizenz. ISBN: 978-3-06-520460-6 • 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 about different subjects. The course is designed to put more contents into your English. Let's get together and update your English.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406230T51

BEGINN: Mo 10.02.2025, 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.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 406231T51

BEGINN: Mo 12.05.2025, 17.00 bis 18.30 Uhr, 6 Termine • ORT: Geschwister-Scholl-Schule, Dreuxallee 32 • KOSTEN: 51,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elke Manshausen • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs vereinbart • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ In der Mittagspause

You want to practice your English from time to time? Here in the lovely old town Treysa you will have the opportunity to talk in different communicative situations. You make this course work by exchanging your opinions with others about different subjects. The course is designed to put more content into your English. Let's get together and have fun.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 406131T51

BEGINN: Fr 14.02.2025, 12.30 bis 14.00 Uhr, 6 Termine, 14-tägig auf Wunsch • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 61,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Javorka Knezevic • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.





Niveau B1

English - Refresher Course

So planen Sie Ihren neuen Start in die englische Sprache: Der Kurs unterstützt Sie dabei, Inventur zu machen und aufzufrischen, was an Kenntnissen aus der Schulzeit oder früheren Englischkursen bis Niveau B1.1 noch vorhanden ist. Wir bieten auf jeden Fall jede Menge an „practice and activities“ an. Es 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 B1.04

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 406353T51

BEGINN: Di 11.02.2025, 19.45 bis 21.15 Uhr, 15 Termine • ORT: Carl-Bantzer-Schule Zig, Fünftenweg 30 • KOSTEN: 125,00 Euro für 30 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Javorka Knezevic • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Easy English B 1.1., ab Lektion ca. 4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

English 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 Sprech- und Hörfertigkeit; Schulung des Leseverstehens und der Schreibfertigkeit für das Verfassen von Kurzmitteilungen, auf der Basis themenbezogener Wortschatz- und Grammatikarbeit. Ziel ist das Bewältigen üblicher Situationen in Beruf und Alltag in der englischen Sprache. Aspekte aus Politik, Wirtschaft, Kultur und Geschichte englischsprachiger Länder runden die sprachlichen Themen ab. Ein Bildungsurlaub der beruflichen Weiterbildung für ein Europa mit einer mehrsprachigen Zivilgesellschaft zur Verbesserung der Kommunikation in Europa.

➔ Niveau B1.1 - Business and more

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406304X51

TERMINE: Mo 31.3. bis Fr 4.4.25, 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. Anmeldeschluss: 20.03.2025, freie Plätze werden bis 31.3.25 vergeben • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Simply Business B1 inkl. E-book-Lizenz. ISBN: 978-3-06-520456-9 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau B1.2 - Mittelstufe

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406321X52

TERMINE: Mo 27.10. bis Fr 31.10.25, 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-4145-0213-24-0721 vom 14.02.2024. Anmeldeschluss: 16.10.2025, freie Plätze werden bis zum 27.10.25 vergeben • LEITUNG: Sylvia Poschmann • LEHRMATERIAL: National Geographic Learning: Life Second Edition B1.2/B2.1 Intermediate Student's Book and Workbook (Combo Split Edition B) ISBN: 978-1-337-63146-4 • 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. 406331T51

BEGINN: Mi 05.02.2025, 9.00 bis 10.30 Uhr, 15 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 125,00 Euro für 30 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. In der Kleingruppe werden Sie intensiv gefördert und können viel sprechen.

FRITZLAR: Nachmittagskurs Nr. 406301T51

TERMIN: Sa 22.03.2025, 14.15 bis 18.15 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 45,00 Euro für 5 U-Std., ab 4 Teiln. • LEITUNG: Sylvia Poschmann • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Französisch



Niveau A1

Französisch

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

➔ Niveau A1.01 - Von Anfang an

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 408101T51

BEGINN: Di 18.02.2025, 9.30 bis 11.00 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 61,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Udo Grenzbach • LEHRMATERIAL: Klett: Voyages A1 ISBN: 978-3-12-529412-7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 408102T51

BEGINN: Di 18.02.2025, 16.15 bis 17.45 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 61,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Udo Grenzbach • LEHRMATERIAL: Klett: Voyages A1 ISBN: 978-3-12-529412-7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 408111T51

BEGINN: Di 29.04.2025, 9.30 bis 11.00 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 61,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Udo Grenzebach • LEHRMATERIAL: Klett: Voyages A1 ISBN: 978-3-12-529412-7, ab Lektion ca. 2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 408112T51

BEGINN: Di 29.04.2025, 16.15 bis 17.45 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 61,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Udo Grenzebach • LEHRMATERIAL: Klett: Voyages A1 ISBN: 978-3-12-529412-7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau A1.03 - 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!

NIEDENSTEIN: Abendkurs Nr. 408105T51

BEGINN: Do 13.02.2025, 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. • LEITUNG: Irmhild Schnurawa • LEHRMATERIAL: Klett: Voyages A1 ISBN: 978-3-12-529412-7, ab Lektion ca. 5 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ **Niveau A1.04 - Anfangskenntnisse erweitern**

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 408106T51

BEGINN: Do 13.02.2025, 10.00 bis 11.30 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 100,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln., ab 6 Teilnehmenden erfolgt eine Entgeltstärkung • LEITUNG: Doris Spiegel • LEHRMATERIAL: Klett: Voyages neu A1 ISBN: 978-3-12-529412-7, ab Lektion ca. 8 • 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. Wer schon mal dabei war, ist wieder sehr willkommen. Es gibt Neues.

SCHWALMSTADT: Tageskurs Nr. 408131T51

TERMIN: Sa 15.03.2025, 11.00 bis 14.00 Uhr, 1 Termin, Anmeldeabschluss: 05.03.2025 • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 21,00 Euro für 4 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Françoise Fumeau • LEHRMATERIAL: Material 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. 408207T51

BEGINN: Do 23.01.2025, 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.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 408217T51

BEGINN: Do 24.04.2025, 19.30 bis 21.00 Uhr, 9 Termine • ORT: Geschwister-Scholl-Schule, Dreuxallee 32 • KOSTEN: 76,00 Euro für 18 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. 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau B1

Französisch - Mittelstufe

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

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 408303T51

BEGINN: Do 23.01.2025, 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.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 408313T51

BEGINN: Do 24.04.2025, 17.50 bis 19.20 Uhr, 9 Termine • ORT: Geschwister-Scholl-Schule, Dreuxallee 32 • KOSTEN: 76,00 Euro für 18 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. 4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau B1 - B2

Francais - Par les textes

Vous êtes francophile, vous aimez parler français, vous avez appris le français à l'école ou chez nous à la VHS, alors vous êtes le bienvenu dans notre groupe de conversation pour parler de la vie courante, de voyages, de loisirs, de la littérature etc.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 408401T51

BEGINN: Mi 26.02.2025, 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 vereinbart • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Italienisch

Niveau A1

Italienisch - Anfangskenntnisse erweitern

Für Lernende mit Kenntnissen aus einem vorangegangenen Anfängerkurs und für alle, die mit Anfangskenntnissen nach einer Lernpause nochmals starten möchten. Der Lektionsstand gibt einen Hinweis auf die erforderlichen Vorkenntnisse.

➔ Niveau A1.02

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409102T51

BEGINN: Do 06.02.2025, 19.15 bis 20.45 Uhr, 9 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 Verlag: Nuovo Espresso A1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409105T51

BEGINN: Mi 26.02.2025, 18.00 bis 19.30 Uhr, 12 Termine • ORT: Geschwister-Scholl-Schule, Dreuxallee 32 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: N.N. • LEHRMATERIAL: Hueber: Espresso neu A1 ISBN 978-3-19-215438-6, ab Lektion ca. 2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Vormittagskurs Nr. 409103T51

BEGINN: Fr 14.02.2025, 11.00 bis 12.30 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Daria Völker • LEHRMATERIAL: Hueber: Espresso neu A1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.04

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 409104T51

BEGINN: Do 06.02.2025, 10.00 bis 11.30 Uhr, 9 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 76,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHRMATERIAL: Hueber Verlag: Nuovo Espresso A1, ab Lektion ca. 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.07

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 409106T51

BEGINN: Di 25.02.2025, 19.00 bis 20.30 Uhr, 12 Termine • ORT: Geschwister-Scholl-Schule, Dreuxallee 32 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: N.N. • LEHRMATERIAL: Hueber: Espresso neu A1, ab Lektion ca. 8 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.08

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409107T51

BEGINN: Mo 17.02.2025, 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. 9 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.09

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409108T51

BEGINN: Di 04.02.2025, 18.30 bis 20.00 Uhr, 9 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 76,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHRMATERIAL: Hueber: Nuovo Espresso A1, ab Lektion ca. 10 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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 ist bei der Kursleitung zu erhalten. Ein Infogespräch für die Teilnehmenden wird nach Anmeldung von der Kursleiterin angeboten. Eine kostenfreie schriftliche Abmeldung ist möglich bis zum 05.05.2025. Danach entsteht die Verpflichtung zur Zahlung des vollen Entgelts. Der Abschluss einer Reiserücktritts- und einer Seminarversicherung ist möglich. Aktenzeichen für den anerkannten Bildungsurlaub auf Nachfrage.

➔ Niveau A1.2 - A2

CASINA / ITALIEN: Bildungsurlaub Nr. 409205X51

TERMINE: Mo 23.6. bis Fr 27.6.25, jeweils 9.30 bis 17 Uhr, Anmeldeschluss: 05.05.2025 • ORT: Casina Reggio Emilia Italien • KOSTEN: 498,00 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 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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 A2.04

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 409207T51

BEGINN: Do 06.02.2025, 17.30 bis 19.00 Uhr, 9 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 76,00 Euro für 18 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. 409258T51

BEGINN: Di 04.02.2025, 10.00 bis 11.30 Uhr, 9 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 76,00 Euro für 18 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Andrea Morra-Hehenkamp • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstermin bekanntgegeben • 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: Abendkurs Nr. 422104T51

BEGINN: Mi 23.04.2025, 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: Adela Davila-Nienhaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422105T51

BEGINN: Do 27.03.2025, 18.30 bis 20.00 Uhr, 7 Termine • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 71,00 Euro für 14 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Adela Davila-Nienhaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1, ab Lektion 1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Spanisch - Anfangskenntnisse erweitern

Mitmachen können alle, die geringe Vorkenntnisse haben oder nach einer Lernpause wieder in die Sprache einsteigen wollen. Es 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. Angaben zum Lektionsstand geben einen Hinweis auf die erforderlichen Vorkenntnisse. Ein herzliches „Bienvenidos“!

➔ Niveau A1.02

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 422106T51

BEGINN: Mo 10.02.2025, 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: Repaso A1. ab Lektion 5 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.03

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 422108T51

BEGINN: Mi 26.03.2025, 16.45 bis 18.15 Uhr, 12 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Adela Davila-Nienhaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1, ab Lektion ca. 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.04

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422113T51

BEGINN: Di 25.03.2025, 18.00 bis 19.30 Uhr, 10 Termine • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 100,00 Euro für 20 U-Std., ab 5 Teiln., auch in den Ferien, ab 6 TN wird das Entgelt reduziert • LEITUNG: Adela Davila-Nienhaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1, ab Lektion ca. 7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.06

HOMBERG: Abendkurs Nr. 422107T51

BEGINN: Mo 10.02.2025, 18.30 bis 20.00 Uhr, 17 Termine • ORT: Erich-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • KOSTEN: 141,00 Euro für 34 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Werner Müller-Klevinghaus • LEHRMATERIAL: Klett: Con Gusto Nuevo A1, ab Lektion ca. 8 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Spanisch intensiv Sommerkurs

Sie erwerben rasch verwertbare Spanischkenntnisse für die mündliche und schriftliche Kommunikation im Alltag und in den sozialen Medien. Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse.

➔ Niveau A1.1 - Von Anfang an

SCHWALMSTADT: Nachmittagskurs Nr. 422101T51

TERMINE: Mo 14.7. bis Fr 18.7.25, jeweils 14.30 bis 17.45 Uhr • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 100,00 Euro für 20 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Termin festgelegt • 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. 422101X42

TERMINE: Mo 3.2. bis Fr 7.2.25, 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. Anmeldeschluss: 23.01.2025, freie Plätze werden bis 3.2.25 vergeben • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.2 - Anfangskenntnisse erweitern

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 422121X52

TERMINE: Mo 17.11. bis Fr 21.11.25, jeweils 8.30 bis 16 Uhr, Anmeldeschluss: 06.11.25, freie Plätze werden bis 17.11.25 vergeben • ORT: vhs Untergasse, Untergasse 35 • KOSTEN: 220,00 Euro für 40 U-Std., ab 6 Teiln., Aktenzeichen nach HBUG: III7-55n-4145-0213-24-2524 • 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 A2.06

HOMBERG: Abendkurs Nr. 422207T51

BEGINN: Mi 12.02.2025, 18.30 bis 20.00 Uhr, 19 Termine • ORT: Erich-Kästner-Schule, Schlesierweg 1 • KOSTEN: 149,00 Euro für 36 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 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 A2.1

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 422201X51

TERMINE: Mo 10.2. bis Fr 14.2.25 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-4145-0213-24-0174 vom 15.01.24. Anmeldeschluss: 30.01.2025, freie Plätze werden bis 10.2.25 vergeben • LEITUNG: Galya Constanza Velasco Uribe • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • 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 A2.2

MELSUNGEN: Nachmittagskurs Nr. 422203T51

BEGINN: Di 11.02.2025, 16.45 bis 18.15 Uhr, 12 Termine
• ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Estefanía Valera de Heuser • LEHRMATERIAL: Cornelsen: Perspectivas A2, ab Lektion 4. ISBN 978-3-06-120935-3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau A2 - B1

Spanisch - Sprechvergnügen

In diesem Kurs finden Sie viele Gelegenheiten zum Sprechen und Anwenden der spanischen Sprache in alltäglichen Gesprächssituationen. So erweitern Sie Ihren Wortschatz, entwickeln ein Gefühl für angewandte Grammatik und gewinnen Erfolgserlebnisse, die Sie sprachlich weiter bringen und Ihnen Selbstbewusstsein geben. Der Kurs ist ideal zum Weiterlernen, Vertiefen von Grundkenntnissen oder Wiedereinsteigen ab dem Niveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen.

FRITZLAR: Vormittagskurs Nr. 422331T51

BEGINN: Mo 10.02.2025, 9.00 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 • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Niveau B1

Spanisch - Mittelstufe

Ideal zum Weiterlernen oder Wiedereinsteigen nach vhs-Kursen auf dem A2-Niveau des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen oder mit vergleichbaren Vorkenntnissen. Sie lernen in entspannter Atmosphäre, können Grammatikkenntnisse ausbauen und haben viel Gelegenheit zum Sprechen. So können Sie sich bald selbstständig in routinemäßigen Situationen auf Spanisch bewegen. Wissenswertes über die spanischsprachigen Länder runden den Kurs ab. Bienvenidos!



Niveau B1.01

ONLINE: Onlinekurs Nr. 422304T51

BEGINN: Mi 26.03.2025, 10.00 bis 11.30 Uhr, 6 Termine • **ORT:** vhs cloud • **KOSTEN:** 101,00 Euro für 12 U-Std., ab 3 Teiln., ab 4 TN wird das Entgelt reduziert • **LEITUNG:** Adela Davila-Nienhaus • **LEHRMATERIAL:** Klett: Con gusto nuevo B1 - Hybride Ausgabe allango. ISBN 978-3-12-514693-8 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Niveau B1 - B2

Spanisch - Fortgeschrittene

Hier finden Sie viele Gelegenheiten zum Sprechen und Anwenden der spanischen Sprache in alltäglichen Gesprächssituationen. So erweitern Sie Ihren Wortschatz, entwickeln ein Gefühl für angewandte Grammatik und gewinnen Erfolgserlebnisse, die Sie sprachlich weiter bringen und Ihnen Selbstbewusstsein geben. Der Kurs ist ideal zum Weiterlernen, Vertiefen von Grundkenntnissen oder Wiedereinsteigen ab dem Niveau A2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) für Sprachen.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 422301T51

BEGINN: Di 11.02.2025, 18.45 bis 19.45 Uhr, 12 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 68,00 Euro für 16 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 España y, sobre todo, de América Latina considerando especialmente los cambios en la política gubernamental.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 422431T51

BEGINN: Mo 17.02.2025, 18.30 bis 20.00 Uhr, 12 Termine • **ORT:** Geschwister-Scholl-Schule, Dreuxallee 32 • **KOSTEN:** 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Ralf Ohm • **LEHRMATERIAL:** Klett: Gente hoy 3, Libro del alumno, ISBN 9783125157200 plus Libro de trabajo, ISBN 9783125157217 • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

Sprachen Spezial

Gebärdensprache (DGS)

Einführung in die Sprache der Gehörlosen

Die Gebärdensprache zeigt viele Handbewegungen und Bewegungsabläufe, die Gehörlose und Höreingeschränkte verstehen. Auch Kleinkinder können durch diese Gebärden beim Spracherwerb unterstützt werden. Mit der Gebärdensprache lernen Sie sich auszudrücken und zu verständigen, mit Wörtern und mit Sätzen. Im Kurs gibt es Übungen zu Mimik und Gestik, zu Fingeralphabet, Verbgebärden, Namensgebärden sowie Fachgebärden in den unterschiedlichen Themenbereichen: Familie, Alltag, Zeit, Verkehr, Berufe, Natur und Kultur. Die Themen können in der Gruppe abgesprochen werden. Die Gebärden werden mit Mund-, Hand- und Fingerbewegungen gebildet. Hörende können durch die Gebärdensprache mit gehörlosen und höreingeschränkten Menschen kommunizieren, z.B. in Arbeitssituationen. Für unsere Zukunft ist es wichtig sich mit Gebärdensprache bekannt zu machen, um Integration zu leben. Dieser Kurs ist für Lernende aller Niveaustufen geeignet. Die Kursleitung bietet Basiswissen und erweitert auf fortgeschrittener Ebene die Themenauswahl des letzten Kurses. Im Kurs 400001T51 wird der Kursleiter am 1. Termin und bei Bedarf an einem weiteren Termin von einer zertifizierten Kommunikationsassistentin für Gebärdensprache assistiert.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 400002T51

BEGINN: Mi 05.03.2025, 19.30 bis 21.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • **KOSTEN:** 67,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • **LEITUNG:** Lea Wascher • **LEHRMATERIAL:** Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 400001T51

BEGINN: Mi 12.02.2025, 18.30 bis 20.00 Uhr, 8 Termine • **ORT:** Hephata, Akademie f. Soziale Berufe, Elisabeth-Seitz-Str. 12 • **KOSTEN:** 117,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln., zzgl. 8,40 Euro für Handbuch (vor Ort zu zahlen) • **LEITUNG:** Dietrich Dahmen und Leyla Laupen • **LEHRMATERIAL:** Handbuch des Kursleiters • **ANMELDUNG:** Siehe Infozeilen unten.

vhs Volkshochschule
Schwalm-Eder

Gutschein



**Verschenken
Sie Bildung!**

Bestellen unter

vhs@schwalm-eder-kreis.de oder

Tel. 05681 775-7755



Arabisch für Kinder von 7 bis 12 Jahren

Für alle Kinder, ob deutsch oder mit anderer Muttersprache, die gerne das arabische Alphabet lernen, schreiben und lesen und auch sprechen lernen wollen (Kurs „von Anfang an“) bzw. die schon das arabische Alphabet kennen und besser schreiben und lesen lernen wollen (Kurse „Anfangskenntnisse erweitern“). Assalamu aalaykum!

➔ Von Anfang an

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 401101T51

BEGINN: Mi 05.02.2025, 15.30 bis 17.00 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 • LEHRMATERIAL: Hueber: Kalamuna A1 Kursbuch + Arbeitsbuch ISBN 978-3-19-605253-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Anfangskenntnisse erweitern

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 401102T51

BEGINN: Do 06.02.2025, 15.30 bis 17.00 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 • LEHRMATERIAL: Hueber: Kalamuna A1 Kursbuch + Arbeitsbuch ISBN 978-3-19-605253-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 401111T51

BEGINN: Mi 23.04.2025, 15.30 bis 17.00 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 • LEHRMATERIAL: Hueber: Kalamuna A1 Kursbuch + Arbeitsbuch ISBN 978-3-19-605253-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 401112T51

BEGINN: Do 24.04.2025, 15.30 bis 17.00 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 • LEHRMATERIAL: Hueber: Kalamuna A1 Kursbuch + Arbeitsbuch ISBN 978-3-19-605253-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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. 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 68 Euro für 8 Termine ab mindestens 7 TN bzw. beim Kurs auf Niveau A2.05 158 Euro für 38 UE ab 7 TN entrichten.

➔ Niveau A2.02 - Anfangskenntnisse erweitern

HOMBERG: Abendkurs Nr. 401201T51

BEGINN: Di 11.02.2025, 18.00 bis 19.30 Uhr, 8 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • KOSTEN: 11,00 Euro für 16 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Arej Alraja • LEHRMATERIAL: Hueber: Kalamuna A1 Kursbuch + Arbeitsbuch ISBN 978-3-19-605253-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A2.03 - Anfangskenntnisse erweitern

HOMBERG: Abendkurs Nr. 401211T51

BEGINN: Di 22.04.2025, 18.00 bis 19.30 Uhr, 8 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • KOSTEN: 11,00 Euro für 16 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Arej Alraja • LEHRMATERIAL: Hueber: Kalamuna A1 Kursbuch + Arbeitsbuch ISBN 978-3-19-605253-4 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A2.05 - Grundkenntnisse aufbauen

ONLINE: Onlinekurs Nr. 401203T51

BEGINN: Mo 10.02.2025, 20.00 bis 21.30 Uhr, 19 Termine • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 24,00 Euro für 38 U-Std., ab 7 Teiln. • LEITUNG: Nicolas Khoury • LEHRMATERIAL: Klett: Salam! neu A1-A2, ab Lektion ca. 7 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Japanisch

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. Der Kurs 410111T51 richtet sich an Kinder und Jugendliche, der Kurs 410101T51 ist sowohl für Erwachsene, als auch für Kinder und Jugendliche geeignet.

➔ Niveau A1.01 - von Anfang an

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 410101T51

BEGINN: Mo 10.02.2025, 15.30 bis 17.00 Uhr, 7 Termine • ORT: vhs Untergasse, Untergasse 35 • KOSTEN: 60,00 Euro für 14 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Akiko Izumi • LEHRMATERIAL: Japanese Foundation: Marugoto, situation book and grammar book • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.02 - Anfangskenntnisse erweitern

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 410111T51

BEGINN: Mo 28.04.2025, 15.30 bis 17.00 Uhr, 9 Termine • ORT: vhs Untergasse, Untergasse 35 • KOSTEN: 76,00 Euro für 18 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Akiko Izumi • LEHRMATERIAL: Japanese Foundation: Marugoto, situation book and grammar book • 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! Im Hybrid-Kurs findet ein Teil des Unterrichts auf Englisch statt.

➔ Niveau A1.06 - Hybrid

HOMBERG + ONLINE: Abendkurs Nr. 410103T51

BEGINN: Mo 10.02.2025, 19.45 bis 21.15 Uhr, 17 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 140,00 Euro für 34 U-Std., ab 4 Teiln. • LEITUNG: Akiko Izumi • LEHRMATERIAL: 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 A1.08

HOMBERG: Abendkurs Nr. 410104T51

BEGINN: Mo 10.02.2025, 18.00 bis 19.30 Uhr, 16 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 159,00 Euro für 32 U-Std., ab 5 Teiln., ab 6 TN greift die Entgeltreduzierung • LEITUNG: Akiko Izumi • LEHRMATERIAL: Japanese Foundation: Marugoto, situation book and grammar book • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Japanisch - Für die Reise

Eine Reise nach Japan, ob beruflich oder privat, ist sprachlich eine Herausforderung. Damit Sie im Hinblick auf Schriftzeichen und wichtige Ausdrücke nicht ganz blank verreisen, erhalten Sie hier das wichtigste Handwerkszeug vermittelt und können es mit einer Muttersprachlerin üben. Ein Verständnis für die kulturellen Besonderheiten bekommen Sie ebenso nahegebracht, so dass Sie für Ihre Reise in die japanischen Kultur gut gerüstet sein werden.

➔ Niveau A1

HOMBERG: Abendkurs Nr. 410102T51

BEGINN: Di 22.04.2025, 17.00 bis 18.30 Uhr, 6 Termine
• ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 61,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Akiko Izumi • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs vereinbart • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Kroatisch - Für die Reise

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

➔ Niveau A1.01

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 426101T51

TERMINE: Do 6.3. und 20.3. jeweils 17 bis 18.30 Uhr, Sa 15.3.25, 14 bis 17 Uhr • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 42,00 Euro für 8 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Javorka Knezevic • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Portugiesisch - Von Anfang an

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!“

➔ Niveau A1.01

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 418102T51

BEGINN: Mi 12.02.2025, 18.00 bis 19.30 Uhr, 8 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 68,00 Euro für 16 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Marcia Cristina Weber Martins • LEHRMATERIAL: Klett: Olá Portugal! neu A1-A2. ISBN: 978-3-12-528934-5 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Polnisch - Anfangskenntnisse erweitern

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 Diensteise ins Nachbarland.

➔ Niveau A1.02

HOMBERG: Abendkurs Nr. 417102T51

BEGINN: Do 13.02.2025, 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, ab Lektion ca. 3 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Polnisch - Grundkenntnisse ausbauen

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.

➔ Niveau A2.05

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 417201T51

BEGINN: Do 13.02.2025, 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: Anna Schubert • LEHRMATERIAL: Klett: Razem A2, ab Lektion ca. 17 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Rumänisch für die Reise

Wollen Sie beruflich oder privat nach Rumänien reisen? Dann kommen Sie am Samstag nach dem Einkaufen ins malerische Homberg (Efze) und lassen sich die nötigste sprachliche Ausrüstung mitgeben, damit Sie alle wichtigen Situationen in unserem europäischen Nachbarland meistern können. Die Sprache ist wie ein Schlüssel zum Menschen und fördert das Zusammenwachsen in Europa. Nutzen Sie die wertvollen Informationen über Land, Leute und rumänische Lebensart einer erfahrenen Sprachlehrerin.

➔ Niveau A1.01

HOMBERG: Nachmittagskurs Nr. 426171T51

BEGINN: Sa 15.02.2025, 13.30 bis 15.45 Uhr, 4 Termine • ORT: vhs Untergasse, Untergasse 35 • KOSTEN: 62,00 Euro für 12 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Violeta Ciuntu-Samson • LEHRMATERIAL: Lehrmaterial 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. 419101T51

BEGINN: Di 04.03.2025, 19.30 bis 21.00 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: Mocht 1 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.02 - Anfangskenntnisse erweitern

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 419102T51

BEGINN: Mi 19.02.2025, 19.00 bis 20.30 Uhr, 12 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elena Huber • LEHRMATERIAL: Klett: Mocht 1, ab Lektion 1 Mitte • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.04 - Anfangskenntnisse erweitern

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 419103T51

BEGINN: Di 18.02.2025, 18.00 bis 19.30 Uhr, 12 Termine • ORT: König-Heinrich-Schule, Gebrüder-Seibel-Ring 2 • KOSTEN: 100,00 Euro für 24 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Elena Huber • LEHRMATERIAL: Klett: Mocht 1, ab Lektion ca. 8 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Schwedisch

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

➔ Niveau A1.01 - Für die Reise

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 420102T51

BEGINN: Do 22.05.2025, 18.30 bis 20.00 Uhr, 6 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 51,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Heike Reis • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstermin bekanntgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.01 - Von Anfang an

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 420101T51

BEGINN: Mi 19.02.2025, 18.30 bis 20.00 Uhr, 14 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 117,00 Euro für 28 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Heike Reis • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstermin bekanntgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.03 - Anfangskenntnisse erweitern

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 420103T51

BEGINN: Mo 03.03.2025, 18.00 bis 19.30 Uhr, 14 Termine • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 117,00 Euro für 28 U-Std., ab 6 Teiln., Zugang mit Vorkenntnissen möglich • LEITUNG: Heike Reis • LEHRMATERIAL: Lehrbuch wird am 1. Kurstermin bekanntgegeben • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Türkisch - Anfangskenntnisse erweitern

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.

➔ Niveau A1.02

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 424101T51

BEGINN: Mo 17.02.2025, 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: Klett: Kolay gelsin! neu A1-A2. ISBN 978-3-12-528561-3 oder 978-3-12-528661-0, ab Lektion ca. 2 • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

➔ Niveau A1.04

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

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 424102T51

BEGINN: Do 27.02.2025, 17.30 bis 19.00 Uhr, 7 Termine • ORT: Geschwister-Scholl-Schule, Dreuxallee 32 • KOSTEN: 71,00 Euro für 14 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 - Von Anfang an

Es erwartet Sie ein Sprachkurs, der den Einstieg in die ukrainische Sprache, die Schrift, den Wortschatz, erste Dialoge und Kurztexte einfach und aufbauend gestaltet. Alles dreht sich um die elementare Verständigung im Alltag 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. 425101T51

BEGINN: Mi 19.02.2025, 17.30 bis 19.00 Uhr, 8 Termine • ORT: vhs Schwalmstadt, Bahnhofstraße 12-14 • KOSTEN: 10,00 Euro für 16 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.

Kursleitung an der vhs werden? **HOCH**interessant!



*„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 Volks**HOCH**schul**GEFÜHL** findest Du hier:
kursleitung.vhs-in-hessen.de



Bildungsurlaub

Andalusien - Gesellschaftspolitische und wirtschaftliche Lage

Ein Blick hinter die Kulissen sonnenverwöhnter Sandstrände

Weitere Informationen finden Sie auf Seite 7.

ISLA CRISTINA: Bildungsurlaub Nr. 102001X42
TERMIN: Mo 5.5. bis Fr 9.5.25



Gesundheitsprävention in Beruf und Alltag durch Entspannungstechniken

Erhaltung der Lebensqualität und Arbeitskraft in einer sich verändernden Arbeitswelt

Weitere Informationen finden Sie auf Seite 27.

SCHÖNAU: Bildungsurlaub Nr. 301320X51
TERMIN: Mo 5.5. bis Fr 9.5.25

Von der Idee zur professionellen Website Mit WordPress

Weitere Informationen finden Sie auf Seite 60.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 501351X52
TERMIN: Mo 3.11. bis Fr 7.11.25

Vom Entwurf zur Druckerei

Weitere Informationen finden Sie auf Seite 60.

➔ Photoshop, Indesign, Acrobat und Illustrator CS 5

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 501501X51
TERMIN: Mo 23.6. bis Fr 27.6.25

➔ Affinity Publisher, Photo und Designer

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 501551X52
TERMIN: Mo 10.11. bis Fr 14.11.25

Linux - Das alternative Betriebssystem Basisseminar

Weitere Informationen finden Sie auf Seite 58.

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 501057X52
TERMIN: Mo 24.11. bis Fr 28.11.25

Fit im Büro ab Office 2021

Word, Excel, PowerPoint, Outlook

Weitere Informationen finden Sie auf Seite 63.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 504800X51
TERMIN: Mo 31.3. bis Fr 4.4.25

Excel 2021

Grundkurs

Weitere Informationen finden Sie auf Seite 61.

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 502006X51
TERMIN: Mo 2.6. bis Fr 6.6.25

Spanisch intensiv

Weitere Informationen finden Sie auf Seite 48.

➔ Niveau A1 - von Anfang an

SCHWALMSTADT: Bildungsurlaub Nr. 422101X42
TERMIN: Mo 3.2. bis Fr 7.2.25

➔ Niveau A1.2 - Anfangskenntnisse erweitern

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 422121X52
TERMIN: Mo 17.11. bis Fr 21.11.25

➔ Niveau A2.1 - Grundkenntnisse

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 422201X51
TERMIN: Mo 10.2. bis Fr 14.2.25



Englisch intensiv

Weitere Informationen finden Sie auf den Seiten 41 und 42.

➔ Niveau A1.1 - von Anfang an

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406101X51

TERMIN: Mo 17.3. bis Fr 21.3.25

➔ Niveau A1.2 - Anfangskenntnisse erweitern

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 406113X52

TERMIN: Mo 13.10. bis Fr 17.10.25

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 406112X51

TERMIN: Mo 12.5. bis Fr 16.5.25

Englisch intensiv - Grundlagen

Weitere Informationen finden Sie auf Seite 42.

➔ Niveau A2.1

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406214X52

TERMIN: Mo 24.11. bis Fr 28.11.25

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 406201X51

TERMIN: Mo 7.4. bis Fr 11.4.25

SCHWALMSTADT: Bildungsurlaub Nr. 406202X51

TERMIN: Mo 31.3. bis Fr 4.4.25

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

Englisch intensiv - Business and more

Weitere Informationen finden Sie auf den Seiten 43 und 44.

➔ Niveau A2 - B1

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406215X51

TERMIN: Mo 5.5. bis Fr 9.5.25

➔ Niveau B1.1

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406304X51

TERMIN: Mo 31.3. bis Fr 4.4.25

Englisch intensiv - Mittelstufe

Weitere Informationen finden Sie auf Seite 44.

➔ Niveau B1.2

FRITZLAR: Bildungsurlaub Nr. 406321X52

TERMIN: Mo 27.10. bis Fr 31.10.25

Italienisch intensiv in Casina/Emilia Romagna

Weitere Informationen finden Sie auf Seite 46.

➔ Niveau A1.2 - A2

CASINA/EMILIA ROMAGNA/ITALIEN:

Bildungsurlaub Nr. 409205X51

TERMIN: Mo 23.6. bis Fr 27.6.25

BILDUNG AM PULS DER ZEIT

Aus-, Fort- und weiterbildungen in den Bereichen

▶ Pflege (ambulant und stationär)

▶ Führungskräfteentwicklung

▶ Therapeutische Berufe

▶ Inhouse-Schulungen im Sozial- und Gesundheitswesen

Wir, das Asklepios Bildungszentrum für Gesundheitsfachberufe in Bad Wildungen, freuen uns weiter mit der Kreisvolkshochschule des Schwalm-Eder-Kreises kooperieren zu dürfen. Diese enge Zusammenarbeit bietet, dank des großen Umfangs und einer großen Menge an Vielfalt, eine Reihe von Vorteilen für die Menschen in unserer Region.

Unser breit gefächertes Angebot spricht nicht nur notwendige Fort- und Weiterbildungen im Gesundheitswesen an. Deshalb können auch Interessierte aller Bereiche in unserem Fort- und Weiterbildungsprogramm fündig werden.

Ebenfalls bieten wir ein großes Spektrum an Inhouse-Schulungen im Bereich des Sozial- und Gesundheitswesens an.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Bei Rückfragen sind wir gerne persönlich für Sie da.

Asklepios Bildungszentrum für Gesundheitsfachberufe Nordhessen

Laustraße 37

34537 Bad Wildungen

Tel.: (0 56 21) 795 2410 | Fax: (0 56 21) 795 24 02

Für persönliche Informationen und Fragen

sind wir für Sie in der Zeit von

Montag bis Donnerstag von 07:30-15.00 Uhr und

Freitag von 07:30-14:00 Uhr

unter der oben angegebene Telefonnummer erreichbar.



ASKLEPIOS
BILDUNGSZENTRUM NORDHESSEN

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

www.asklepios-fuw-hessen.de

asklepios_bzg_nordhessen / facebook.com/bzgnordhessen



Xpert Europäischer Computer Pass



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

Xpert

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

Xpert Master

Xpert - Module

(Für Schüler und Schülerinnen):
Xpert Basiszertifikat

Xpert Starter

Xpert Textverarbeitung basic

Xpert Präsentation

Xpert Kommunikation/Organisation

Xpert Tabellenkalkulation

Xpert Datenbank Anwendung

Weitere Infos unter

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

Xpert

Xpert - IT Kenntnisse mit Wirkung

Für Alltag und Beruf

Ein europataugliches EDV-Zertifikat bildet eine entscheidende Voraussetzung für ein erfolgreiches Arbeitsleben. Denn Mitarbeitende eines Betriebes benötigen für einen Großteil der Arbeitsabläufe IT-Kenntnisse. Das Lehrgangssystem „Xpert“ vermittelt umfassende Kenntnisse und praktische Fertigkeiten mit gängigen Anwenderprogrammen im Office-Bereich. Es besteht aus acht Modulen, von denen folgende fünf Module für den „Xpert Master“ empfohlen werden: Starter, Textverarbeitung, Kommunikation, Präsentation und Tabellenkalkulation. Jedes Modul schließt mit einer europaweit einheitlichen Prüfung ab. Im Mittelpunkt des Lehrgangs stehen praxisorientierte Lernmodule, die einen niedrighschwelligen 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 Textverarbeitung 2021

Word für Alltag und Beruf

Dieser Intensivkurs vermittelt eine umfassende Qualifikation für den Umgang mit dem Textverarbeitungsprogramm Word für Windows. Die erlernten Kenntnisse bedeuten eine Arbeitserleichterung im Alltag und Beruf, auf Wunsch mit Prüfung. Lernen Sie zukünftig nicht nur Ihre tägliche Korrespondenz problemlos mit dem PC zu bewältigen, sondern auch mehrseitige Dokumente und Serienbriefe mit Textbausteinen auf Basis einer Dokumentenvorlage zu erstellen. Der Kurs kann alternativ in vier Teilen gebucht werden. Inhalt: • Programmanpassungen vornehmen und die 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. 504007A51

BEGINN: Mo 17.02.2025, 18.30 bis 20.45 Uhr, 15 Termine, immer montags und mittwochs • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 243,00 Euro für 45 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lernmaterial, zzgl. Prüfungsgebühren 52 Euro • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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



Xpert 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/pruefungen/xpert_cp/ abrufbar.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 502000A51

BEGINN: Mo 17.02.2025, 18.30 bis 20.45 Uhr, 18 Termine, immer montags und mittwochs • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 243,00 Euro für 54 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lernmaterial, zzgl. Prüfungsgebühren 48 Euro • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Finanzen und Geld

Das Gold der Deutschen

„Gold ist eine Kostbarkeit. Jedem, der es besitzt, erfüllt es alle Wünsche dieser Welt und verhilft den Seelen ins Paradies.“ Dieses Zitat stammt von Christoph Columbus, der 1492 Amerika entdeckt hat. Mehr als 3000 Tonnen dieses glänzenden Edelmetalls verwaltet heute die Bundesbank im Auftrag für die Bundesrepublik Deutschland, die Hälfte davon lagert im Ausland. Aber so faszinierend das Edelmetall auch ist: Es bringt keine Zinsen und die Lagerung kostet Geld. Ein Experte der Bundesbank erklärt, wie der deutsche Goldschatz entstand, welche Funktion Gold als Währungsreserve heute einnimmt und warum die Bundesbank in der Vergangenheit ihren Goldschatz nicht versilbert hat.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 500032A51

TERMIN: Mo 12.05.2025, 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.

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. 500031A51

TERMIN: Mo 10.03.2025, 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.

Die eigenen vier Wände: Geht wieder was?

Zur Entwicklung der Immobilienpreise

Nur gut 40 Prozent der Deutschen wohnen in den eigenen vier Wänden, die Mehrheit hierzulande zahlt Miete. Die Preise für Häuser und Wohnungen in Deutschland waren bis 2022 gestiegen, ehe sie dann etwas gesunken sind und sich nun seitwärts bewegen. Aber der Wohnungsbau hierzulande ist regelrecht eingebrochen, nicht zuletzt wegen höherer Baukosten und steigender Zinsen. Auf die Entwicklung der Immobilienpreise und deren Auswirkungen für die Wirtschaft geht ein Experte der Bundesbank ein.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 500080A52

TERMIN: Mo 27.10.2025, 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. 500030A51

TERMIN: Mo 24.02.2025, 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.



Ist Deutschland wieder der „kranke Mann“ Europas?

Wie zukunftsfähig ist unser Wirtschaftsstandort?

Miele und Stihl, deutsche Traditionsunternehmen, verlagern Arbeitsplätze ins Ausland. Vielfach wird über eine De-Industrialisierung Deutschlands geschrieben. Neben eigenen strukturellen Problemen, insbesondere durch die demografische Entwicklung, belasten geopolitische Spannungen die stark exportlastige deutsche Wirtschaft. Hat sich das Geschäftsmodell Deutschland überlebt – oder hat es noch eine Zukunft? Ein Experte der Bundesbank wird eine Studie der deutschen Notenbank zur Zukunftsfähigkeit des deutschen Wirtschaftsstandorts erläutern und auf aktuelle Entwicklungen eingehen.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 500081A52

TERMIN: Mo 17.11.2025, 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.



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. 501005A51

BEGINN: Do 27.03.2025, 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.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 501009A51

BEGINN: Do 26.06.2025, 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. 501006A51

BEGINN: Di 25.03.2025, 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.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 501007A51

BEGINN: Di 03.06.2025, 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.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 501008A51

BEGINN: Di 24.06.2025, 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.

Computerwissen

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.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 501002A51

BEGINN: Di 11.02.2025, 18.00 bis 21.15 Uhr, 6 Termine • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 120,00 Euro für 24 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Harald Klug • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 501003A51

BEGINN: Di 22.04.2025, 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.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 501004A51

BEGINN: Do 24.04.2025, 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.

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. 501057X52

TERMINE: Mo 24.11. bis Fr. 28.11.25, 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.

**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. 501011A51

TERMIN: Sa 15.02.2025, 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.

MELSUNGEN: Tageskurs Nr. 501010A51

TERMIN: Sa 15.03.2025, 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.

Medienkompetenz

Einführung in Künstliche Intelligenz (KI) und ChatGPT

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der Künstlichen Intelligenz (KI) und lernen Sie die Grundlagen von ChatGPT kennen. Dieser umfassende Kurs bietet Ihnen das notwendige Wissen und die praktischen Fähigkeiten, um KI-Technologien effektiv zu nutzen und anzuwenden.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 501019A51

TERMIN: Do 20.03.2025, 18.30 bis 21.45 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 20,00 Euro für 4 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 501020A51

TERMIN: Do 15.05.2025, 18.30 bis 21.45 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 20,00 Euro für 4 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • 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. 501013A51

TERMIN: Mi 26.02.2025, 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-AI

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-AI“ 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. 501014A51

TERMIN: Mi 26.03.2025, 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.

TikTok

Algorithmen und Manipulation

In diesem Workshop wird der Einfluss des TikTok-Algorithmus und des TikTok-Marketings auf die angezeigten Videos der eigenen „füridchseite“ 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. 501015A51

TERMIN: Mi 30.04.2025, 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 Smartphonennutzung, Fake News, Cybermobbing, Gaming, soziale Medien und Co. Die Teilnahme ist kostenfrei. Einfach dem Link <https://www.medienanstalt-hessen.de/digitaler-familientalk/> folgen.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501017A51

ORT: Virtueller Kursraum • KOSTEN: kostenfrei • LEITUNG: Landesmedienanstalt Hessen • ANMELDUNG: Siehe Link in Kursbeschreibung.

Internet

WordPress - Installation und Einrichtung

Modul 1 - Kompaktkurs

Zunächst wird WordPress auf einem bereitgestellten Webserver installiert, Grundeinstellungen getätigt und alles eingerichtet, was die Website als „Onepager“ braucht: Texte und Bilder werden eingepflegt sowie rechtliche Vorgaben erörtert und umgesetzt. Zur optischen Anpassung des Systems wird ein vorgegebenes Theme verwendet sowie einige Plugins gesucht und installiert. Voraussetzungen: Sichere Computer- und Internet-Kenntnisse.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501302A51

BEGINN: Di 18.2. bis Do 20.2.25, jeweils 18 bis 20.15 Uhr
• ORT: vhs cloud • KOSTEN: 45,00 Euro für 9 U-Std., ab 8 Teiln.
• LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501306A51

BEGINN: Di 6.5. bis Do 8.5.25, jeweils 18 bis 20.15 Uhr
• ORT: vhs cloud • KOSTEN: 45,00 Euro für 9 U-Std., ab 8 Teiln.
• LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



WordPress - Gutenberg, Themes und Plugins

Modul 2

Ein vorhandenes WordPress auf einem bereitgestellten Webserver wird genutzt, um tiefere Veränderungen am Aussehen einzustellen. Außerdem erweitern wir die Website um Widgets und Menüs. Zur individuellen Anpassung des Systems werden Themes und Plugins gesucht und installiert. Voraussetzungen: Sichere Computer- und Internet-Kenntnisse.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501303A51

BEGINN: Di 25.2. bis Do 27.2.25, jeweils 18 bis 20.15 Uhr
• ORT: vhs cloud • KOSTEN: 30,00 Euro für 6 U-Std., ab 8 Teiln.
• LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501307A51

BEGINN: Di 13.5. bis Do 15.5.25, jeweils 18 bis 20.15 Uhr
• ORT: vhs cloud • KOSTEN: 30,00 Euro für 6 U-Std., ab 8 Teiln.
• LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



WordPress - Formulare, Sicherheit und Co. Modul 3

Ein vorhandenes WordPress auf einem bereitgestellten Webserver wird genutzt, um die Verbesserung der Sicherheit einer Wordpress Installation umzusetzen. Außerdem erweitern wir die Website um ein Formular und testen verschiedene Plugins, mit denen die Website gesichert werden kann. Voraussetzungen: Sichere Computer- und Internet-Kenntnisse.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501304A51

BEGINN: Di 4.3. bis Do 6.3.25, jeweils 18 bis 20.15 Uhr
• ORT: vhs cloud • KOSTEN: 45,00 Euro für 9 U-Std., ab 8 Teiln.
• LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501308A51

BEGINN: Di 20.5. bis Do 22.5.25, jeweils 18 bis 20.15 Uhr
• ORT: vhs cloud • KOSTEN: 45,00 Euro für 9 U-Std., ab 8 Teiln.
• LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

WordPress - FAQ und Troubleshooting Workshop

Sie haben Fragen zu WordPress? Sie wollen ein spezielles Problem lösen? In diesem Workshop klären wir Fragen, probieren aus und suchen Lösungen für individuelle Anliegen. Wir nutzen einen bereitgestellten Web-Server, um in einer Testumgebung Änderungen „gefahrlos“ testen zu können.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501305A51

BEGINN: Di 25.3. bis Do 27.3.25, jeweils 18 bis 20.15 Uhr
• ORT: vhs cloud • KOSTEN: 45,00 Euro für 9 U-Std., ab 4 Teiln., Intensives Lerntraining in Kleinstgruppen • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

ONLINE: Onlinekurs Nr. 501309A51

BEGINN: Di 3.6. bis Do 5.6.25, jeweils 18 bis 20.15 Uhr • ORT: vhs cloud • KOSTEN: 45,00 Euro für 9 U-Std., ab 4 Teiln., Intensives Lerntraining in Kleinstgruppen • LEITUNG: Katja Schirakowski • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Layout und Kreativität am PC

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. 501351X52

TERMINE: Mo 3.11. bis Fr 7.11., 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

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

Photoshop, Indesign, Acrobat und Illustrator CS 5

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 501501X51

TERMINE: Mo 23.6. bis Fr 27.6.25, 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 245,00 Euro für 40 U-Std., ab 8 Teiln., Aktenzeichen III7-55n-4145-0213-23-1708 vom 30.11.2023 • LEITUNG: Thilo Hadamovsky • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Affinity Publisher, Photo und Designer

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 501551X52

TERMINE: Mo 10.11. bis Fr 14.11.25, 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.

► Auf Seite 18 finden Sie einen Mal- bzw. Zeichenkurs mit dem iPad

Tabellenkalkulation mit Excel

Excel 2021 Grundlagen

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

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 502004A51

BEGINN: Di 04.03.2025, 18.00 bis 21.15 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.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 502001A51

BEGINN: Di 22.04.2025, 18.00 bis 21.15 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.

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 502003A51

TERMINE: Sa 1.3. und So 2.3., jeweils 8.30 bis 16 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. 502002A51

TERMINE: Sa 15.2. und So 16.2., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Excel 2021

Grundkurs

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

MELSUNGEN: Bildungsurlaub Nr. 502006X51

TERMINE: Mo 2.6. bis Fr 6.6.25, 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.

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. 502005A51

BEGINN: Sa 08.03.2025, 9.30 bis 16.15 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 Tabellenkalkulation 2021

Excel für Alltag und Beruf

Die Kursbeschreibung finden Sie auf Seite 57.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 502000A51

BEGINN: Mo 17.02.2025, 18.30 bis 20.45 Uhr, 18 Termine, immer montags und mittwochs • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 243,00 Euro für 54 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lernmaterial, zzgl. Prüfungsgebühren 48 Euro • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Excel 2021

Aufbaukurs

Für Teilnehmende, die bereits mit Excel arbeiten und weitergehende Techniken erlernen wollen. Inhalt: Arbeiten mit mehreren Tabellen und Arbeitsmappen • Zielwertsuche • Pivot-Tabellen und Pivot-Charts • Mehrfachoperationen • Filtern von Daten • Datenbankfunktionen • Zellen, Tabellen und Arbeitsmappen schützen • Arbeiten mit Bereichsnamen. Voraussetzung: Kenntnisse entsprechend dem Exceleinführungskurs.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 502101A51

BEGINN: Di 03.06.2025, 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.

Excel 2021 Aufbaukurs

Funktionen, Tabellen, bedingte Formatierung

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

HOMBERG: Wochenendkurs Nr. 502102A51

TERMINE: Sa 22.3. und So 23.3., jeweils 8.30 bis 16 Uhr • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 95,00 Euro für 16 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Excel 2021 - Formeln und Funktionen Workshop

Sie wollen Ihre Excel-Kenntnisse auffrischen oder vertiefen? Dann bietet Ihnen dieser Kompakt-Workshop eine gute Möglichkeit dazu. Schwerpunktmäßig dreht sich alles rund um das Thema Formeln und Funktionen. Von A wie ANZAHL bis Z wie ZÄHLENWENN werden Funktionen unterschiedlicher Themengebiete und deren Anwendungsmöglichkeiten vorgestellt. Dazu gibt es jede Menge Tipps und Tricks, die das Arbeiten mit dem Programm erleichtern.

MELSUNGEN: Abendkurs Nr. 502403A51

TERMIN: Fr 21.02.2025, 17.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: vhs im Bildungs-Bhf., Bahnhofstraße 2 • KOSTEN: 39,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln. • LEITUNG: Heidrun Rösler • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Funktionen, S- und WVerweis in Excel 2021 Workshop

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

HOMBERG: Abendkurs Nr. 502400A51

TERMIN: Fr 14.03.2025, 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. 502401A51

TERMIN: Fr 16.05.2025, 17.00 bis 21.00 Uhr, 1 Termin • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 39,00 Euro für 5 U-Std., ab 5 Teiln., Intensives Lerntraining in Kleinstgruppen • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.



Pivot-Tabellen in Excel 2021

Workshop

Pivot-Tabellen in Excel helfen Ihnen bei der Analyse von Daten. Sie lernen Daten zusammenzufassen, flexibel anzuordnen und auszuwerten. Dabei werden die ursprünglichen Daten gebündelt und sortiert. Bei diesen speziellen Tabellen haben Sie zusätzlich verschiedene Filtermöglichkeiten, die das Auswerten der Daten erleichtern. Das ursprüngliche Datenmaterial bleibt dabei unverändert. Voraussetzung: Gute Excel-Kenntnisse.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 502402A51

TERMIN: Fr 07.03.2025, 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.

Logik und bedingte Formatierung mit Excel 2021

Workshop

In diesem praxisorientierten 5-stündigen Workshop lernen Sie, wie Sie Plausibilitätsprüfungen nutzen können, um große Datenmengen schneller und effektiver zu überblicken. Durch den gezielten Einsatz von bedingten Formatierungen heben Sie wichtige Informationen optisch hervor und verbessern so Ihre Datenanalyse.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 502404A52

TERMIN: Fr 09.05.2025, 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-Kombikurse finden Sie auch in der Rubrik „Office-Anwendungen“ ab Seite 63**

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. 503001A51

BEGINN: Di 22.04.2025, 17.00 bis 20.15 Uhr, 8 Termine • ORT: Reichspr.-F.-Ebert-Schule, Hans-Staden-Allee 12 • KOSTEN: 211,00 Euro für 32 U-Std., ab 8 Teiln. • LEITUNG: Ludwig Prinz • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

CAD mit AutoCAD 202x

Aufbaukurs 2D- und 3D-Konstruktionen

Dieser AutoCAD-Lehrgang baut auf dem 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. 503002A51

BEGINN: Do 24.04.2025, 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.

Tastatschreiben**Tastatschreiben am PC**

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. 504002A51

TERMINE: Mo 7.7., Mi 9.7. und Do 10.7., 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.

MELSUNGEN: Vormittagskurs Nr. 504003A51

TERMINE: Mo 4.8., Mi 6.8. und Do 7.8., 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.

10-Finger-Tastatschreiben

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

SCHWALMSTADT: Abendkurs Nr. 504004A51

BEGINN: Di 11.02.2025, 17.30 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Schwalmgymnasium Treysa, Ascheröder Str. 30 • KOSTEN: 75,00 Euro für 10 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lernmaterial, Keine Entgeltermäßigung möglich • LEITUNG: Siegfried H. Groß in Kooperation mit Stenografenverein Treysa 1925 e.V. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

GILSERBERG: Abendkurs Nr. 504005A51

BEGINN: Mi 12.02.2025, 17.30 bis 18.30 Uhr, 10 Termine • ORT: Hochlandsschule, Bahnhofsstr. 40 a • KOSTEN: 75,00 Euro für 10 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lernmaterial, Keine Entgeltermäßigung möglich • LEITUNG: Siegfried H. Groß in Kooperation mit Stenografenverein Treysa 1925 e.V. • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

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. 504006A51

BEGINN: Sa 07.06.2025, 9.30 bis 16.30 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 56.

HOMBERG: Abendkurs Nr. 504007A51

BEGINN: Mo 17.02.2025, 18.30 bis 20.45 Uhr, 15 Termine, immer montags und mittwochs • ORT: Kreisverwaltung, Parkstr. 6 • KOSTEN: 243,00 Euro für 45 U-Std., ab 8 Teiln., inklusive Lernmaterial, zzgl. Prüfungsgebühren 52 Euro • LEITUNG: Jutta Stöcker • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

► **Word-Kombikurse finden Sie auch in der folgenden Rubrik „Office-Anwendungen“**

Office-Anwendungen

Fit im Büro ab Office 2021

Word, Excel, PowerPoint, Outlook

Zusätzlich zu aufbauenden Textverarbeitungskenntnissen lernen Sie die Grundlagen von Tabellenkalkulation, Präsentation und Terminverwaltung kennen. Mit dem Austausch von Daten zwischen den einzelnen Programmen vervollkommen Sie Ihre Kenntnisse. Inhalt: • Geschäftsbriefe, Protokolle und Berichte • Korrespondenz in Word automatisieren • Dokumentverwaltung mit Windows • Nachrichten mit Outlook senden und empfangen • Kontakte und Adressen in Outlook verwalten • Termine in Outlook planen • Daten kalkulieren und grafisch darstellen mit Excel • Präsentation mit PowerPoint. Voraussetzung: Grundkenntnisse Windows und Word.

HOMBERG: Bildungsurlaub Nr. 504800X51

TERMINE: Mo 31.3. bis Fr 4.4.25, 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.

Eine Unternehmensgruppe

– viele berufliche Möglichkeiten

WWW.HOSPITAL-KARRIERE.DE | WWW.SENIORENSTIFT-FRITZLAR.DE



St. Elisabeth
Seniorenstift
Betreiber Vita Communis gGmbH



IST DER PASSENDE JOB DABEI?
SCHAUEN SIE GLEICH NACH!



SENIORENSTIFT-FRITZLAR



HOSPITAL-KARRIERE



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. 504801A51

TERMINE: Mo 10.3. und Do 13.3.25, jeweils 9 bis 15.45 Uhr
• 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. 507001A51

BEGINN: Mi 23.04.2025, 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.

Heimwerken**Einführungslehrgang Schweißen**

Schweißen für Heimwerkende und Selbermachende

Sammeln Sie erste Erfahrung zur Thematik des Schweißens. Vielleicht finden Sie den Einstieg in ein neues Berufsfeld. Dieser Lehrgang richtet sich an Heimwerkende und Bastelnde mit und ohne Vorkenntnisse. Wir vermitteln elementare Grundkenntnisse im Schweißen auf die man aufbauen kann und die zur Ausführung einfacher Schweißarbeiten ausreichen werden. Für Teilnehmende mit umfangreichen Vorkenntnissen und nicht mehr gültigen Schweißerprüfungen ist dieses Lehrgangsangebot erweiterbar, so dass eine Schweißerprüfung nach DVS-Richtlinie oder EN 287-1 möglich wird.

SCHWALMSTADT: Wochenkurs Nr. 508001A51

TERMINE: Di 21.1. und Do 23.1., jeweils 17.30 bis 20.45 Uhr und Sa 25.1.25, 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.

SCHWALMSTADT: Wochenkurs Nr. 508002A51

TERMINE: Di 18.3. und Do 20.3., jeweils 17.30 bis 20.45 Uhr und Sa 22.3.25, 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.

SCHWALMSTADT: Wochenkurs Nr. 508003A51

TERMINE: Di 10.6. und Do 12.6., jeweils 17.30 bis 20.45 Uhr und Sa 14.6.25, 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.





Schule und Beruf

Sicher in die Bewerbungsphase

In diesem Kurs werden Sie Stück für Stück auf Ihre Bewerbungsphase vorbereitet. Sie erhalten wichtige Tipps zum aktuellen Aufbau einer (schriftlichen) Bewerbung. Außerdem erfolgt eine gründliche Vorbereitung auf die Situation „Vorstellungs-Gespräch“ inklusive der Do's and Dont's im Bewerbungsverfahren.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 500028A51

BEGINN: Mi 26.02.2025, 18.00 bis 20.15 Uhr, 4 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 60,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Manuela Friedrich • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

FRITZLAR: Abendkurs Nr. 500029A51

BEGINN: Mi 23.04.2025, 18.00 bis 20.15 Uhr, 4 Termine • ORT: vhs Fritzlar, Marktplatz 5 • KOSTEN: 60,00 Euro für 12 U-Std., ab 6 Teiln. • LEITUNG: Manuela Friedrich • ANMELDUNG: Siehe Infozeilen unten.

Schulabschlüsse

Ohne Schulabschluss keine Chance im Berufsleben! Es ist aber nie zu spät, einen verpassten Abschluss nachzuholen. In Abendkursen der Volkshochschule können Sie sich auf die Abschlussprüfung vorbereiten. Hunderte von Teilnehmenden haben diese Hürde erfolgreich genommen und damit ihre Startposition verbessert. Die Abschlussprüfungen (schriftlich und mündlich) werden vor einem Prüfungsausschuss des Staatlichen Schulamtes abgelegt. Information und Anmeldung unter 05681 775-7755.

➔ Hauptschulabschluss

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.

SCHWALMSTADT: Beginn 03.03.2025

MELSUNGEN: Beginn 03.03.2025

➔ Realschulabschluss

Dauer des Lehrgangs: ca 1 3/4 Jahre mit je 18 Unterrichtsstunden pro Woche 4-5 Termine (außer in den hessischen Schulferien). Unterrichtsfächer: Deutsch, Englisch, Mathematik, Politik, Geschichte, Erdkunde, Biologie, Physik oder Chemie. Änderungen vorbehalten. Kosten: 92 € monatlich (ermäßigt 23 €). Achtung: Nächster Kursbeginn erst wieder im Sommer 2027 möglich!

ONLINE: Beginn 20.10.2025

Kindertagespflege

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 auf der Homepage der vhs Schwalm-Eder im Menü unter dem Reiter „Kindertagespflege“.

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



Museen im Schwalm-Eder-Kreis

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

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

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

Impressum

Herausgeber: Kreisausschuss des Schwalm-Eder-Kreises, Parkstraße 6, 34576 Homberg (Efze)

Verantwortlich i. S. d. P.: Franz Drescher, vhs-Leiter
 Redaktion, Gestaltung: Hannah Beier

Bildnachweise: Fotoshootings DVV 2023: Fotograf Frank Schemmann (Titelbild, S. 1), stock.adobe.com (S. 5, 6, 7, 10, 11, 12 rechts, 17, 19, 21 rechts, 22, 24, 32, 33, 37 links, 42, 43, 45, 49, 54, 57, 58, 59, 61, 62, 64), Polizeipräsidium Nordhessen (S. 13 Logo), vhs Schwalm-Eder (Gebäude auf S. 25), hvv/ Erdmann&Erdmann (S. 53), Bildlizenzen von Shutterstock.com (S. 3, 8, 9, 12 links, 13, 15 links, 16, 21 links, 23, 26-27, 28, 29, 30, 31, 41, 44, 47, 48, 51, 52, 56, 65)

Druck: Bonifatius, Paderborn

Für Irrtümer und Druckfehler sowie abweichende Preisangaben in diesem Heft sowie im Internet übernehmen wir keine Haftung. Im Zweifel rufen Sie uns gerne an.

Die vhs im Internet

www.vhs-schwalm-eder.de

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

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

Programm im 1. Halbjahr 2025

Kursbeginn: Fortsetzungskurse nach den Weihnachtsferien
 Neue Kurse ab 10. Februar

Schulferien

Osterferien: 05. bis 21. April 2025
 Sommerferien: 05. Juli bis 17. August 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 zurückzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist.

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

Auszug aus den allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB)

Anmeldemöglichkeiten

Internet: www.vhs-schwalm-eder.de

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

Telefonisch: 05681 775-7755

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

Persönlich beim Info bzw. Kursbeginn

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

Schriftlich mit Karte (unten)

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

Spätere Anmeldung

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

Abmeldung

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

Abmeldung vor Kursbeginn

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

Abmeldung nach Kursbeginn

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

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

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

Widerrufsbelehrung: s. Seite links

Teilnahmezahl

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

Entgeltzahlung

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

Datenschutz

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

SEPA-Lastschriftverfahren

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

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

Bitte füllen Sie die untenstehende Kursanmeldung in Druckschrift aus und schicken Sie sie an: Kreisausschuss Schwalm-Eder / vhs, 34574 Homberg (Efze) oder faxen Sie an 05681 775-4059

KURS-ANMELDUNG

Statistische Angaben (freiwillig)

Bitte kreuzen Sie Ihre Altersgruppe an:

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

Antrag auf Entgelt-Ermäßigung (75 %)

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

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

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

Kursnummer, Kurstitel

Name, Vorname

Straße

PLZ/Ort

Tel. tagsüber

E-Mail:

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

Datum / Unterschrift (bei Minderjährigen Unterschrift d. Erziehungsberechtigten)

Ich erkenne die Teilnahmebedingungen der vhs an.

Die obenstehenden Hinweise zum Datenschutz habe ich zur Kenntnis genommen.



50.000 Bäume für die Region.

**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**