vhs Volkshochschulen Bad Säckingen & Wehr

Programm

Herbst / Winter 2022/23

Programm
vhs Bad Säckingen

ab Seite 3 oder beachten sie die grünen Halbkreise rechts und links an der Seite

Programm
vhs Wehr

ab Seite 35 oder beachten sie die roten Halbkreise rechts und links an der Seite

Onrhein vhs

Die Onrhein vhs:
das neue digitale Lernzentrum
der Volkshochschulen der Region Hochrhein

Mit der Onrhein vhs startete im Sommer 2022 das zentrale Lernportal für Online-Kurse in den drei Landkreisen Konstanz, Waldshut und Lörrach. In Zusammenarbeit mit allen Volkshochschulen der Region Hochrhein bietet die Onrhein vhs ein neues Online-Bildungsangebot entlang des Rheins. Alle Kursangebote und aktuellen Infos gibt es unter www.onrhein-vhs.de. Das Kurs-Angebot wird stetig ergänzt.

Alle Angaben sind ohne Gewähr! Wir behalten uns das Recht vor Änderungen vorzunehemen, die vor allem der Sicherheit unserer Mitarbeiter, Kursleitenden und Kursteilnehmenden gelten.

Mitglied im Volkshochschulverband Baden-Württemberg e.V.

Geschäftsstelle:
Friedrichstraße 33, 79713 Bad Säckingen
Tel.: +49 (7761) 2101
Fax: +49 (7761) 2550
Internet: http://www.vhs-bad-saeckingen.de
E-Mail-Adresse:
verwaltung@vhs-bad-saeckingen.de

Bürozeiten:
Mo. bis Fr. 8.30 -11.30 Uhr

Leitung: Bernd Crößmamnn

Verwaltung: Stefanie Keller

Ferienzeiten:
Herbstferien: 29.10.2022 - 06.11.2022
Winterferien: 21.12.2022 - 08.01.2023
Fasnachtsferien: 20.02.2023 - 25.02.2023

Inhaltsverzeichnis Programm

AGB und Datenschutz 4

Erwachsenenakademie 6

Bezuschussung Krankenkassen 7

Vorträge & Diashows 7

Kultur, Kunst & Musik 8

Gesundheit 10

Junge VHS 16

Ernährung 18

Sprachen 19

EDV, Arbeit, Beruf 26

Allgemeine Geschäftsbedingungen Volkshochschule Bad Säckingen (VHS)

1. Anmeldung

Bei allen Veranstaltungen der VHS, die mit einer Kursnummer versehen sind, ist eine **Anmeldung nach Erscheinen des Programms erforderlich.** Die Anmeldung erfolgt **schriftlich** mit der unterschriebenen Anmeldekarte, per Fax, E-Mail oder online über www.vhs-bad-saeckingen.de. Mit der Anmeldung werden die Geschäftsbedingungen der VHS Bad Säckingen anerkannt. Die erhobenen Daten werden für Verwaltungszwecke elektronisch gespeichert; sie werden nicht an Dritte weitergegeben.

Die Anmeldung ist verbindlich und wird von der VHS nicht bestätigt. Eine Benachrichtigung erhalten Sie nur, wenn der von Ihnen gewählte Kurs ausgebucht ist, abgesagt werden muss oder wenn sich Änderungen gegenüber dem ausgedruckten Programm ergeben.

Die Anmeldung soll spätestens 4 Arbeitstage vor Kursbeginn eingegangen sein. Die Aufnahme in die Kurse erfolgt in der Reihenfolge des Eingangs der Anmeldungen bei der Geschäftsstelle.

2. Zahlung

Die Kursgebühren werden in Rechnung gestellt. Die Rechnungsstellung erfolgt erst dann, wenn die Durchführung des Kurses gesichert ist. Barzahlung ist nicht möglich.

3. Abmeldung/Rücktritt

Angemeldete Kursteilnehmer können sich ohne Angabe von Gründen **schriftlich bei der VHS-Geschäftsstelle abmelden.**

Folgende **Fristen** sind für einen kostenfreien Rücktritt zu beachten:

- bei Kursen mit 7 und weniger Terminen, bei Wochenendkursen und Exkursionen: bis zu 4 Arbeitstage vor Kursbeginn
- bei Kursen mit 8 und mehr Terminen: bis zu 4 Arbeitstage nach dem ersten Kursabend

Für Studienfahrten gelten gesonderte Regelungen. Entscheidend ist der Eingang der Abmeldung bei der VHS-Geschäftsstelle.

Das Fernbleiben vom Kurs bzw. von der Exkursion gilt nicht als Abmeldung!
Bei nicht rechtzeitiger Abmeldung wird die volle Gebühr erhoben.

4. Durchführung der Kurse

Die VHS kann eine Veranstaltung wegen mangelnder Beteiligung, Ausfall eines Kursleiters oder auch aus anderen Gründen absagen. In diesem Fall werden die angemeldeten Kursteilnehmer benachrichtigt. Weitergehende Forderungen gegenüber der VHS sind ausgeschlossen.

Durch Krankheit oder sonstige Verhinderung des Kursleiters ausfallende Stunden werden nachgeholt.
Kurse mit weniger als fünf Teilnehmern können in der Regel nicht durchgeführt werden. Über eine Kurszusammenlegung oder Kursteilung entscheidet die Leitung der Volkshochschule.

5. Teilnahmebescheinigung

Bei der Anmeldung ist zu vermerken, ob eine Teilnahmebescheinigung gewünscht wird. Diese wird gegen Ende des Kurses vom Kursleiter ausgehändigt, wenn mindestens 80% der Kurstermine besucht wurden. Die Gebühr für die Bescheinigung ist in den Kursgebühren enthalten. Kursbescheinigungen, die nach Ablauf eines Semesters verlangt werden, können nur bis 3 Jahre rückwirkend und gegen Zahlung von 3,00 € ausgestellt werden.

6. Unterrichtsräume

Die Teilnehmer werden um pflegliche Behandlung der Räume und Einrichtungen gebeten. Die Hausordnung des jeweiligen Veranstaltungsortes ist zu beachten. In allen Schul- und Unterrichtsräumen ist das Rauchen verboten.

7. Haftung

Die Volkshochschule vermittelt die Veranstaltungen, übernimmt jedoch keine Haftung für irgendwelche Schäden, die bei der Teilnahme an Veranstaltungen und Studienfahrten entstehen können. Dies gilt für die Teilnehmer und die Dozenten. Eltern haften für ihre Kinder. Kursteilnehmer haften für die durch sie verursachten Schäden.

8. Ermäßigungen

Auf Kurse und Seminare mit mindestens 10 voll zahlenden Teilnehmern gewährt die VHS nach Vorlage des entsprechenden Nachweises eine Ermäßigung von 25% der Kursgebühr für folgende Gruppen: Schüler, Studenten und Auszubildende, Schwerbehinderte (GdB 50), Leistungsempfänger ALG II und AsylbLG.
Geschwisterrabatt von 25% für das 2. Kind in Kinderkursen. Keine Ermäßigung wird gewährt auf Studienreisen, Exkursionen und Führungen.

Datenschutzbestimmungen

1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Volkshochschule Bad Säckingen, Friedrichstr. 33, 79713 Bad Säckingen (nachfolgend „VHS“ oder „wir“ genannt) ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

2. Kursanmeldung

Die im Anmeldeformular abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, Volljährigkeit ja/nein) kann kein Vertrag geschlossen werden.
Die Abfrage von Telefonnummer und/oder E-Mail-Adresse erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.
Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

3. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen und – soweit angegeben – Telefonnummer und/oder E-Mail-Adresse an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Telc-Sprachprüfungen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Einbürgerungstests und Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.
Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Volljährigkeit ja/nein) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

4. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

5. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung gesperrt.
Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

6.Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.
Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Erwachsenen-Akademie der Volkshochschule Bad Säckingen

In Kooperation mit der Musikschule Bad Säckingen führt die Volkshochschule eine Erwachsenen-Akademie durch. Sie richtet sich an alle, die Interesse an der Musik allgemein oder dem Erlernen eines Instruments haben. Ob in Einzelunterricht oder Gruppen und Ensembles, können theoretische und praktische Fertigkeiten erworben und vertieft werden. Seit 2016 wird außerdem Ballett für Erwachsene angeboten.

Ebenso wird auch Musikerinnen und Musikern in Vereinen und Gruppen die Möglichkeit geboten, sich gemeinsam über Workshops und Kurse weiterzubilden.

Wollten Sie schon immer ein Instrument lernen? Möchten Sie nach längerer Pause einen Wiedereinstieg wagen? Tanzen Sie gerne?

Dozentinnen und Dozenten der Volkshochschule (überwiegend Lehrkräfte der Musikschule) bieten in der Geschäftsstelle der Volkshochschule und Musikschule in der Friedrichstraße, aber auch auf Anfrage in diversen Außenstellen oder Vereinsheimen, eine breite Palette von Kursen an.

Anmeldungsformulare, Preise und weitere Informationen finden Sie auf der Homepage der Musikschule Bad Säckingen:
www.musaek.de.

Gerne können Sie sich auch persönlich oder telefonisch in der Geschäftsstelle beraten lassen.
Montag bis Freitag, 08:00 Uhr bis 12:00 Uhr, 07761/2416

MUSIK

Musikschule Bad Säckingen

SPIEL MIT

Internet: www.musaek.de
E-Mail: info@musaek.de

Gesellschaft - Vorträge

Kurs-Nr.: 1.0303
Kleine Finanzkunde für Grenzgänger

Dozent:	Dr. Michael Ritzau
Termin:	Do. 27.10.2022
Uhrzeit:	19:30-21:00 Uhr
Ort:	VHS Erdgeschoss Raum 10
Gebühr:	10,00 €

Die Situation der Grenzgänger in die Schweiz bei Altersvorsorge, Steuern und Geldanlage ist komplex. In beiden Ländern gibt es immer wieder Neuerungen wie die Änderung der Besteuerung bei Schweizer Renten in Deutschland 2016. In der Schweiz sind nach der Abstimmungsniederlage der "Altersvorsorge 2020"-Reform schon wieder zwei Reformvorlagen „AHV 21“ und „BVG 22“ mit gravierenden Änderungen bei AHV und 2. Säule auf dem Weg. Für die meisten Grenzgänger stellt die Schweizer Pensionskasse einen erheblichen Teil der Altersvorsorge dar, aber Pensionskassen-Begrifflichkeiten wie "Freizügigkeitskapital", "Koordinationsabzug" oder "überobligatorische Vorsorge" sind nicht selbsterklärend. Der Zweiländer-Status bringt eine Reihe von Fragen mit sich: Wie werden die Schweizer Renten in Deutschland seit 2016 besteuert? Was ist von einer Direktversicherung für Grenzgänger als Steuersparmodell zu halten? Woran muss man denken, wenn man seine Schweizer Stelle aufgibt oder in den Vorruhestand geschickt wird? Natürlich findet man zum Thema Grenzgänger eine Menge Informationen im Netz, aber diese stammen fast ausschließlich von Banken, Versicherungen oder Maklern, also von Firmen und Personen, die Grenzgängern auf Provisionsbasis Finanzprodukte verkaufen wollen. Im Vortrag beleuchtet Dr. Michael Ritzau, ehemals Vizepräsident der Novartis Pensionskasse II, heute bankenunabhängiger Honoraranlageberater und Buchautor ("Die große Fondslüge“), aus unabhängiger Sicht die Situation deutscher Grenzgänger in der Schweiz.

Kurs-Nr.: 1.0304
Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung

Dozent:	Björn Tesch
Termin:	Do. 24.11.2022
Uhrzeit:	19:30-21:00 Uhr
Ort:	VHS Erdgeschoss Raum 10
Gebühr:	kostenfrei

Inhalte des Vortrags:
Die eigenen Interessen wahren: Vorsorgemöglichkeiten im Überblick Vorsorgevollmacht, Bankvollmacht, Patienten-, Sorgerechts- und Betreuungsverfügung: Wirkung, Inhalt, Form, Neues zur Patientenverfügung, Vorsorgeverfügungen und Vollmachten: mögliche Regelungen im Alltag, Vermögensangelegenheiten rechtzeitig regeln, Erstellung, Aufbewahrung, Widerruf

Bezuschussung Krankenkassen

Immer wieder gibt es Anfragen von Kursteilnehmenden zur Bezuschussung unserer Gesundheitskurse durch Krankenkassen. Hier finden Sie Informationen zu diesem Thema:

Die Krankenkassen verlangen die Zertifizierung, das heißt die Anerkennung, jedes einzelnen Gesundheitskurses durch ihre „Zentrale Prüfstelle Prävention“ (ZPP). Die Bedingungen, zu denen die ZPP bereit ist, einen Kurs anzuerkennen, sind sehr umfangreich und in der Regel von der Volkshochschule Bad Säckingen nicht zu erfüllen. Aus diesem Grund kann die VHS Bad Säckingen keine Bescheinigungen nach § 20 Absatz 1 SGB V ausstellen.

Die Bezuschussung von Gesundheitskursen beruht auf einer Vereinbarung zwischen den Krankenkassen und ihren Kunden. Wenn Sie mit der Zuschusspraxis Ihrer Krankenkasse unzufrieden sind, wenden Sie sich bitte direkt an die Kasse. Wir als Volkshochschule haben keinen Einfluss auf die Hürden, die mit der ZPP aufgebaut wurden.

Die Volkshochschule Bad Säckingen bietet ein attraktives Gesundheitsprogramm an, mit dem die Teilnehmer auch ohne Anerkennung durch die Kassen zufrieden sind. Bitte bedenken Sie: Wichtiger als ein Zuschuss ist, dass der Kurs Ihnen gut tut. Gerne stellen wir weiterhin unsere VHS-Teilnahmebescheinigung aus.

Kunst, Kultur, Tanz

Tanz

Kurs-Nr.: 2.0506
Orientalischer Tanz - Anfängerinnen - Basiskurs

Dozent: Cornelia Berg
Beginn: Do. 29.09.2022
Uhrzeit: 19:30-21:00 Uhr
Termine: 10 x donnerstags
Ort: VHS Untergeschoss Raum 18
Gebühr: 80,00 €

Orientalischer Tanz, oder auch Bauchtanz genannt, ist ein ideales Ganzkörpertraining. Bauchtanz kräftigt unseren Körper sanft, schult unser Körpergefühl und ist ein idealer Ausgleich zum Stress beladenen Alltag. Dieser Tanz schenkt uns mehr Weiblichkeit, Sinnlichkeit, Selbstbewusstsein und innere Aufrichtung. Bauchtanzen befreit die Seele! In diesem Kurs lernen wir, die Isolationen und Basisbewegungen des orientalischen Tanzes kennen und miteinander zu kombinieren. Eine kleine Choreographie aus Reihen- oder Kreistänzen wird uns sicher auch gelingen. Im Vordergrund steht aber die Freude an der Bewegung zur Musik und das gemeinsame Sich- frei-Tanzen. Dieser Kurs ist geeignet für alle Frauen, die Freude an der Bewegung zur Musik haben und die ein neues Lebensgefühl suchen - unabhängig von Alter und Figur. Ideal auch um den orientalischen Tanz kennen zu lernen, oder um die Basis nochmals zu wiederholen, zu festigen oder zu perfektionieren. Ein entsprechendes Warm up und rückenschonendes Cool down und eine kleine Entspannung sind fester Bestandteil des Kurses.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, ein großes Handtuch, Tanzschläppchen, Trinken, Hüfttuch (kann ausgeliehen werden)

Orientalischer Tanz -ist das etwas für mich? Für Unentschlossene ein kleiner Hinweis: Nach dem ersten Kurstag hat man 4 Werktage Zeit, die Anmeldung kostenfrei zu stornieren. Einfach reinschnuppern kommen!

Kurs-Nr.: 2.0505
Orientalischer Tanz - Mittelstufe

Dozent: Cornelia Berg
Beginn: Do. 29.09.2022
Uhrzeit: 17:45-19:15 Uhr
Termine: 10 x donnerstags
Ort: VHS Untergeschoss Raum 18
Gebühr: 80,00 €

Isolierte Bewegungen von Kopf, Schultern, Brustkorb, Hüften, Armen und Händen zu langsamen und temperamentvollen orientalisch Rhythmen und die Vertiefung der Bauchwellenbewegungen sowie Shimmy-Techniken stehen im Mittelpunkt des Kurses. Durch diese Isolationen stärken wir unseren Körper gezielt, fördern ihn, bekommen ein neues Körpergefühl mit gelebter Weiblichkeit und Tanzfreude vereint Wir lernen die Grundbewegungen und -figuren zu vertiefen und diese fließendender zu kombinieren und besser zu variieren. Die bereits erlernten Choreographien werden wiederholt und immer wieder aufgefrischt, so dass wir mehr Tanzsicherheit und viel Spaß an dem Erlernten bekommen. Eine neue Choreographie wird uns sicher auch wieder gelingen und für jede Menge Spaß sorgen. Ein entsprechendes warm up und rückenschonendes cool down sowie eine kleine Entspannung sind selbstverständlich. Für Frauen, die die Grundbewegungen gut können und mindestens ein Jahr Tanzerfahrung haben.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Trinken, Hüfttuch (kann ausgeliehen werden)

Studienfahrten

Kurs-Nr.: 2.0605
„Niki de Saint Phalle“ - Fahrt zum Kunsthaus Zürich

Dozent:	Christine Stanzel M.A
Termin:	Sa. 22.10.2022
Uhrzeit:	12:45-18:00 Uhr
Gebühr:	82,00 €
Abfahrt:	12:45 Uhr Wehr, Bahnhof 13:00 Uhr Bad Säckingen, Busbahnhof
Rückkehr:	ca. 18:30 Uhr
Teilnehmer:	18-20

Die Gebühr enthält die Busfahrt mit Einführung, Eintritt und Führung durch die Ausstellung
Niki de Saint Phalle (1930–2002) ist eine der wichtigen Künstlerinnen des 20. Jahrhunderts und wurde weltweit bekannt durch ihre „Nanas“. Diese zeugen von einer scheinbar unbekümmerten Fröhlichkeit, die das Bild der Künstlerin geprägt hat. Aber Niki de Saint Phalles Schaffen ist weit mehr. Ihr Gesamtwerk ist überraschend facettenreich – exzentrisch, emotional, düster und brutal, humorvoll, hintergründig und immer wieder herausfordernd. Das überaus breite Spektrum ihrer Tätigkeit zeigt sich in Malerei und Zeichnung, Assemblagen, Aktionen und großformatigen Skulpturen, aber auch im Theater, im Film, in der Architektur und nicht zuletzt im Tarotgarten, ihrem Lebenswerk. Die Zürcher Retrospektive präsentiert mit rund 100 Werken das außergewöhnliche Schaffen von Niki de Saint Phalle.

Kurs-Nr.: 2.0606
„Ave Cäsar!“ - Fahrt zum Antikenmuseum Basel

Dozent:	Christine Stanzel M.A
Termin:	Sa. 26.11.2022
Uhrzeit:	12:45-18:00 Uhr
Gebühr:	79,00 €
Abfahrt:	12:45 Uhr Wehr, Bahnhof 13:00 Uhr Bad Säckingen, Busbahnhof
Rückkehr:	ca. 18:00 Uhr
Teilnehmer:	18-20

Die Gebühr enthält die Busfahrt mit Einführung, Eintritt und Führung durch die Ausstellung – Reduzierung für Museumspass-Inhaber

Die Ausstellung „Ave Cäsar! Römer, Gallier und Germanen am Rhein“ zeigt die Bedeutung des Rheins für die frühe Geschichte unserer Region und ganz Europas. Bereits in der Antike ist dieser Fluss eine wichtige Handelsroute und Verkehrsachse quer über den Kontinent. Die Schau hebt zunächst die epochale Zäsur hervor, die durch Caesars Feldzüge 58–51 v. Chr. entstand. Thematisiert werden zudem die politischen, kulturellen und wirtschaftlichen Beziehungen zwischen dem Rheingebiet und den Hochkulturen des Mittelmeerraumes vor Caesars Zeit. Der Fluss dient dabei als roter Faden, um spannende Aspekte der Kontakte zwischen dem aufstrebenden Imperium Roms und den ansässigen Stämmen der Gallier und Germanen links und rechts des Ufers aufzuzeigen.

Kunst

Kurs-Nr.: 2.0804
Keramik-Workshop

Dozent:	Marianne Sturn
Beginn:	Mo. 10.10.2022
Uhrzeit:	19:30-22:00 Uhr
Termine:	7 x montags
Ort:	Werner-Kirchhofer-Realschule, Werkraum
Gebühr:	100,00 €

Aus Ton können Sie viele schöne Dinge für Haus und Garten herstellen. Sie werden bei der Umsetzung Ihrer Wünsche und Ideen unterstützt und bekommen Anregungen. Auch für Anfänger geeignet. Materialkosten (je nach Verbrauch) sind bei der Kursleiterin zu bezahlen.

Bitte mitbringen: Töpferwerkzeug (soweit vorhanden), Föhn, Plastiktüten

Kurs-Nr.: 2.0805
Keramik-Workshop

Dozent:	Marianne Sturn
Beginn:	Mi. 12.10.2022
Uhrzeit:	19:30-22:00 Uhr
Termine:	7 x mittwochs
Ort:	Werner-Kirchhofer-Realschule, Werkraum
Gebühr:	100,00 €

Aus Ton können Sie viele schöne Dinge für Haus und Garten herstellen. Sie werden bei der Umsetzung Ihrer Wünsche und Ideen unterstützt und bekommen Anregungen. Auch für Anfänger geeignet. Materialkosten (je nach Verbrauch) sind bei der Kursleiterin zu bezahlen.

Bitte mitbringen: Töpferwerkzeug (soweit vorhanden), Föhn, Plastiktüten

Kurs-Nr.: 2.0806
Kunstobjekte aus Epoxidharz

Dozent:	Marlen Miggler
Beginn:	Mo. 10.10.2022
Uhrzeit:	18:00-20:30 Uhr
Termine:	7 x montags
Ort:	VHS Erdgeschoss Raum 9
Gebühr:	93,50 €

Wir erschaffen mit Epoxidharz in Verbindung Glasfasermatten oder Füllstoffen wetterfeste und stabile Kunstobjekte. Durch die Vielseitigkeit der Anwendungsarten von Epoxydharz sind im künstlerischen Gestalten kaum Grenzen gesetzt. In diesem Kurs erlernen Sie die Grundtechniken der Entstehung von leichten und verwitterungsbeständigen Plastiken aus Epoxydharz. Inhalte: - Grundhandgriffe des Drahtens - Plastisches Gestalten mit verzinktem Maschendraht - Kaschieren der Figuren mit Papier - Spachteln und Laminieren mit Epoxydharz - Oberflächenbearbeitung Modellieren und Schleifen - Grundieren, Einfärben und Bemalen mit Acrylfarben - Oberflächenbeschichtung Inhalte: - Grundhandgriffe des Drahtens Plastisches Gestalten mit verzinktem Maschendraht - Kaschieren der Figuren mit Papier - Spachteln und Laminieren mit Epoxydharz - Oberflächenbearbeitung Modellieren und Schleifen -Grundieren nfärben und Bemalen mit Acrylfarben - Oberflächenbeschichtung

Voraussetzungen: Keine besonderen Vorkenntnisse – Interesse, Experimentierlust und Freude am künstlerische Gestalten.
Materialkosten: nach individuellem Aufwand (ca. 40,00-100,00 €)

Gesundheit

Entspannung & Yoga

Kurs-Nr.: 3.0114
Lach-Yoga, Lach-Geschichten und Lach-Therapie

Dozent:	Rabea Thomas
Beginn:	Di. 13.09.2022
Uhrzeit:	10:00-11:00 Uhr
Termine:	5 x dienstags
Ort:	VHS Untergeschoss Raum 18
Gebühr:	45,00 €

Happy durch den Tag mit Rabea Thomas Lach-Yoga beinhaltet Körperarbeit, Tiefenatmung, Klatschübungen, Dehn- und Streckübungen, Muskelanspannungen und vor allem Muskelentspannung. Beim herzhaften Lachen werden Botenstoffe ausgeschüttet, wie Serotonin, Endorphin, und Dopamin. Ein Cocktail von Glückshormonen, der

Stress abbaut und Schmerzen mindert. Was passiert in einer Lach-Yoga Stunde? Eine Lach-Yoga Stunde beginnt mit Aufwärmübungen, Händeklatschen und wohlwollendem Augenkontakt, weiter folgen verschiedene Lach-und Atem- Übungen. Gemeinsam lassen wir uns auf das kindliche Spiel und auf Lach-Geschichten ein. Zum Ende folgt eine Lach- Meditation mit anschließender Entspannung. Lachen wir mit Freude gemeinsam Lach-Yoga fördert die Gemeinschaft und das gesunde Atmen. Übungen auch für Zuhause und Unterwegs. Weitere Informationen auch direkt bei der Dozentin: Rabea Thomas, systemische Therapeutin, Humorberaterin, Lach-Yoga Trainerin, Email: rabea@therapiethomas.de

Bitte mitbringen: Isomatte oder Decke

Kurs-Nr.: 3.0116
Autogenes Training (AT) nach Prof. J.H. Schultz

Dozent:	Boguslawa Agnes Stelmach
Beginn:	Mo. 19.09.2022
Uhrzeit:	18:00-19:15 Uhr
Termine:	8 x montags
Ort:	VHS Obergeschoss Raum 8
Gebühr:	76,00 €

Autogenes Training (AT) nach Prof. J.H. Schultz ist eine wissenschaftlich anerkannte und leicht zu erlernende Entspannungstechnik. Das auf Autosuggestion (Selbstbeeinflussung) basierende Verfahren führt zu einer tiefen, tranceartigen Entspannung. In der hier praktizierten Grundstufe des ATs sollen, aufbauend auf mehreren Übungen (Ruhe-, Schwere-, Wärme-Übung etc.), körperliche und seelische Spannungen abgebaut und so Ruhe, Gelassenheit und Selbstvertrauen gefördert werden. Neben der präventiven Anwendung, kann AT auch bei stressbedingten Krankheiten, wie z.B. Kopfschmerzen, Bluthochdruck, Schlafstörungen sowie Funktionsstörungen des vegetativen Nervensystems (mit ärztlicher Absprache) helfen.

Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung, eine Decke, ggf. kleines Kissen/Nackenrolle, dicke Socken

Kurs-Nr.: 3.0117
Progressive Muskelrelaxation (PMR) nach E. Jacobson

Dozent:	Boguslawa Agnes Stelmach
Beginn:	Mo. 19.09.2022
Uhrzeit:	19:30-20:45 Uhr
Termine:	8 x montags
Ort:	VHS Obergeschoss Raum 8
Gebühr:	76,00 €

Die Progressive Muskelrelaxation (PMR) nach E. Jacobson ist eine wissenschaftlich anerkannte und leicht zu erlernende Entspannungsmethode. Bei diesem Verfahren soll durch willentliches und bewusstes An- und Entspannen einzelner Muskelgruppen ein Zustand tiefer körperlicher und seelischer Entspannung erreicht werden. PMR kann präventiv eingesetzt werden, um Verspannungen im Körper aufzuspüren und aktiv zu lösen, noch bevor sich Erkrankungen manifestieren. Sie hilft aber ebenso bei stressbedingten Erkrankungen, wie z.B. Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Bluthochdruck, Magen- und Darmerkrankungen sowie Funktionsstörungen des vegetativen Nervensystems (in ärztlicher Absprache). Es eignet sich besonders gut für Menschen, die "aktiv" entspannen wollen.

Bitte mibringen:: Matte, bequeme Kleidung, eine Decke, ggf. kleines Kissen/Nackenrolle, dicke Socken

Kurs-Nr.: 3.0118
Taiji Qi Gong - 18 Harmonische Übungen

Dozent:	Boguslawa Agnes Stelmach
Beginn:	Mi. 21.09.2022
Uhrzeit:	19:30-20:45 Uhr
Termine:	8 x mittwochs
Ort:	VHS Gymnastikraum
Gebühr:	76,00 €

Qi Gong (aus dem Chinesischen: Beharrliches Üben mit der Lebensenergie ⍰Qi⍰). Qi Gong vermittelt durch die Verbindung von harmonischen Bewegungen, Konzentration und Atmung wohltuende Ruhe und Entspannung von Körper und Geist. Durch diese 18, auch für ältere und „unsportlichere“ Menschen, leicht zu erlernenden Übungen wird der gesamte Körper (Skelett, Muskeln, innere Organe, Kreislauf) gestärkt und die körpereigenen Abwehrkräfte verbessert.

Mitzubringen sind: Yogamatte, bequeme Kleidung, Stopper-Socken oder Turnschläppchen oder Qi Gong/Tai Chi-Schuhe, Getränk

Kundalini Yoga für Gesundheit, Körper, Geist und Seele

'Tu'deinem Leib etwas Gutes, damit deine Seele Lust hat darin zu wohnen..' (Teresa von Avila) Kundalini Yoga nach Yogi Bhajan ist für Menschen jeden Alters und jeder körperlichen Verfassung geeignet. Seine wohltuende Wirkung ist schnell spürbar und bietet viele Übungsreihen um uns in unserer physischen Kraft, in unserer inneren Haltung und Ausstrahlung weiter entwickeln zu können. Kundalini Yoga eröffnet einen individuellen Weg zu mehr Gesundheit und Ausgeglichenheit, denn es schult Körperwahrnehmung und Achtsamkeit. Es entstehen dabei Verbindungen zur Mobilisierung der Wirbelsäule mit den energetisierenden Kriyas. In den Übungsreihen werden Themen rund um den Körper vertieft und es wird das mentale Fokussieren durch Meditationstechniken trainiert. Jede Kundalini Yoga Übung hat drei Ebenen: 1. Asana – Körperhaltung 2. Pranayama – Atemführung 3. Dhyan – Meditation Kursablauf: – Aufwärmphase im Stehen – Wahrnehmung der eigenen Atmung in sitzender Position – Einstimmung mit Mantra – Kriya (Übungsreihe) bis zu 15 Übungen – lange tiefe Entspannungsphase (liegend auf dem Rücken) – Meditation (sitzend oder stehend) – Ausklang mit Mantra

Bitte mitbringen: Yogamatte, bequeme Kleidung, Kissen, Decke, Trinken

Kurs-Nr.: 3.0113
Dozent: Gabriela Bauer
Beginn: Mo. 12.09.2022
Uhrzeit: 18:00-19:30 Uhr
Termine: 6 x montags
Ort: VHS Untergeschoss Raum 18
Gebühr: 67,20 €

Kurs-Nr.: 3.0115
Dozent: Gabriela Bauer
Beginn: Di. 13.09.2022
Uhrzeit: 19:00-20:30 Uhr
Termine: 6 x dienstags
Ort: VHS Untergeschoss Raum 18
Gebühr: 67,20 €

Kurs-Nr.: 3.0119
Dozent: Gabriela Bauer
Beginn: Mo. 07.11.2022
Uhrzeit: 18:00-19:30 Uhr
Termine: 6 x montags
Ort: VHS Untergeschoss Raum 18
Gebühr: 67,20 €

Kurs-Nr.: 3.0120
Dozent: Gabriela Bauer
Beginn: Di. 08.11.2022
Uhrzeit: 19:00-20:30 Uhr
Termine: 6 x dienstags
Ort: VHS Untergeschoss Raum 18
Gebühr: 67,20 €

Kurs-Nr.: 3.0101
Dozent: Gabriela Bauer
Beginn: Mo. 09.01.2023
Uhrzeit: 18:00-19:30 Uhr
Termine: 7 x montags
Ort: VHS Untergeschoss Raum 18
Gebühr: 78,40 €

Kurs-Nr.: 3.0102
Dozent: Gabriela Bauer
Beginn: Di. 10.01.2023
Uhrzeit: 19:00-20:30 Uhr
Termine: 7 x dienstags
Ort: VHS Untergeschoss Raum 18
Gebühr: 67,20 €

Gymnastik

Kurs-Nr.: 3.0227
Body-Workout
Dozent: Renate Dathe
Beginn: Mo. 26.09.2022
Uhrzeit: 17:00-18:00 Uhr
Termine: 12 x montags
Ort: VHS Gymnastikraum
Gebühr: 64,00 €

Effektives Figurtraining, Ganzkörperprogramm. Kräftigung und Cardio-Training mit Zusatzgeräten (Kurzhanteln, Tu-

bes, Step, Staby-Bar) ermöglichen einen erhöhten Energieumsatz.

Bitte mitbringen: Matte, feste Sportschuhe, Handtuch

Kurs-Nr.: 3.0228
Step-Aerobic

Dozent:	Renate Dathe
Beginn:	Mo. 26.09.2022
Uhrzeit:	18:00-19:00 Uhr
Termine:	12 x montags
Ort:	VHS Gymnastikraum
Gebühr:	64,00 €

Eine Mischung zwischen low-impact Aerobic und gelenkschonendem Herz-Kreislauftraining mit Hilfe einer höhenverstellbaren Plattform (Step). Hier werden Grundschritte in eine leichte Schrittfolge gepackt, bei der man trotzdem ordentlich ins Schwitzen kommt. Straffung verschiedener Muskelgruppen verbessert die Kondition und die Laune - das alles mit viel Spaß und fetziger Musik.

Bitte mitbringen: Matte, feste Schuhe, Handtuch, Trinken

Kurs-Nr.: 3.0229
Pilates für den Rücken

Dozent:	Patricia Schell
Beginn:	Mo. 26.09.2022
Uhrzeit:	19:15-20:30 Uhr
Termine:	10 x montags
Ort:	VHS Gymnastikraum
Gebühr:	66,50 €

Rückenschmerzen sind Teil unserer modernen Zivilisationskrankheiten. Mit speziellen Übungen aus der Pilates-Technik wird Ihr Rücken "verwöhnt" und die Wirbelsäule als zentrales Gerüst des Körpers stabilisiert. Zusätzliche Mobilisations-, Sensibilisierungs- und Dehnübungen garantieren eine "Rundumerneuerung" Ihres Rückens.

Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung, dicke Socken, Handtuch, Getränk

Kurs-Nr.: 3.0230
Allround-Fitness - Der gesunde Fitnessmix

Dozent:	Ute Hermann
Beginn:	Di. 27.09.2022
Uhrzeit:	08:45-10:00 Uhr
Termine:	15 x montags
Ort:	VHS Gymnastikraum
Gebühr:	100,00 €

Ein effektives Ganzkörpertraining mit Bewegung zu flotter Musik. Steigern Sie die Funktion Ihres Herz-Kreislaufsystems, die Koordination und die Fettverbrennung. Durch die rücken- und gelenkschonende Kräftigung der gesamten Muskulatur - auch mit Gewichten, Staby, Tubes, Ball oder Step - verbessern wir Haltung, Beweglichkeit und Körperbewusstsein. Dehn- und Entspannungsübungen runden unser Training ab.

Bitte mitbringen: Matte, Sportschuhe, Handtuch

Kurs-Nr.: 3.0231
Funktionsgymnastik

Dozent:	Sandra Bühler
Beginn:	Di. 27.09.2022
Uhrzeit:	10:15-11:15 Uhr
Termine:	15 x dienstags
Ort:	VHS Gymnastikraum
Gebühr:	80,00 €

Kurs-Nr.: 3.0232

Dozent:	Sandra Bühler
Beginn:	Di. 27.09.2022
Uhrzeit:	11:25-12:25 Uhr
Termine:	15 x dienstags
Ort:	VHS Gymnastikraum
Gebühr:	80,00 €

Der Begriff Funktionsgymnastik umfasst die Durchführung von Bewegungsübungen, die auf die Funktion des Körpers abgestimmt sind. Durch ausgewählte Dehnungs-, Kräftigungs-, Mobilisations- und Lockerungsübungen kann die körperliche Leistungsfähigkeit erhalten bzw. verbessert werden, um muskuläre Dysbalancen zu vermeiden und Verletzungsneigungen zu minimieren. Zur Unterstützung werden unterschiedliche Kleingeräte eingesetzt, wie z. B. Kleinhanteln, Thera-Bänder, Pezzi-Bälle. Der Kurs ist für jedes Geschlecht sowie für alle Altersgruppen geeignet.

Bitte mitbringen: Matte, Sportschuhe, Handtuch

Kurs-Nr.: 3.0233
Pilates für den Rücken

Dozent:	Patricia Schell
Beginn:	Di. 27.09.2022
Uhrzeit:	19:15-20:30 Uhr
Termine:	12 x dienstags
Ort:	VHS Gymnastikraum
Gebühr:	80,00 €

Rückenschmerzen sind Teil unserer modernen Zivilisationskrankheiten. Mit speziellen Übungen aus der Pilates-Technik wird Ihr Rücken "verwöhnt" und die Wirbelsäule als zentrales Gerüst des Körpers stabilisiert. Zusätzliche Mobilisations-, Sensibilisierungs- und Dehnübungen garantieren eine "Rundumerneuerung" Ihres Rückens.

Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung, dicke Socken, Handtuch, Getränk

Kurs-Nr.: 3.0234
Funktionsgymnastik

Dozent:	Sandra Bühler
Beginn:	Mi. 28.09.2022
Uhrzeit:	09:00-10:00 Uhr
Termine:	15 x mittwochs
Ort:	VHS Gymnastikraum
Gebühr:	80,00 €

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 3.0231 / 3.0232

Kurs-Nr.: 3.0235
Straffer Bauch - starker Rücken

Dozent:	Renate Dathe
Beginn:	Mi. 28.09.2022
Uhrzeit:	17:00-18:00 Uhr
Termine:	12 x mittwochs
Ort:	VHS Gymnastikraum
Gebühr:	64,00 €

Aktive Bauch- und Rückenfitness Ausdauer - Beweglichkeit - Muskelkräftigung - Entspannung. Für Damen und Herren geeignet - auch für Einsteiger.

Bitte mitbringen: Matte, feste Turnschuhe, Handtuch, Trinken

Kurs-Nr.: 3.0236
Bauch - Beine - Rücken - Po

Dozent:	Renate Dathe
Beginn:	Mi. 28.09.2022
Uhrzeit:	18:00-19:00 Uhr
Termine:	12 x mittwochs
Ort:	VHS Gymnastikraum
Gebühr:	64,00 €

Funktionelle Übungen zur Kräftigung der Bauch-, Beine-, Rücken- und Gesäßmuskulatur. Dabei werden die neuesten Erkenntnisse zum Bauchmuskeltraining berücksichtigt. Effektive Stundengestaltung, auch mit Einsatz von Kleingeräten (Kurzhanteln, Tubes Staby-Bar).

Bitte mitbringen: Matte, feste Sportschuhe, ein Handtuch, Trinken

Kurs-Nr.: 3.0237
Pilates für jedes Level: Einsteiger und Fortgeschrittene

Dozent:	Renate Dathe
Beginn:	Do. 29.09.2022
Uhrzeit:	10:00-11:00 Uhr
Termine:	12 x donnerstags
Ort:	VHS Gymnastikraum
Gebühr:	64,00 €

Pilates arbeitet mit fließenden, weichen Bewegungen, die sich mit der Atmung zu einem gemeinsamen Rhythmus verbinden. Die tiefliegende Rumpfmuskulatur und Beckenbodenmuskulatur wird stabilisiert. Pilates ist ein Fi-

gur formendes Trainingsprogramm, bei dem die Muskeln gekräftigt und auch gedehnt werden. Die Koordination wird verbessert und Rückenbeschwerden vorgebeugt. Der Kurs hilft uns dabei, neue Energie zu tanken und inneres Gleichgewicht zu finden.

Bitte mitbringen: Matte, Handtuch, rutschfeste Socken, Getränk

Kurs-Nr.: 3.0238
Fitnesstraining für Frauen
Dozent: Tanja Rünzi
Beginn: Do. 29.09.2022
Uhrzeit: 16:55-17:55 Uhr
Termine: 12 x donnerstags
Ort: VHS Gymnastikraum
Gebühr: 64,00 €

Fetzige Musik, Ausdauertraining, Kräftigung (mit Theraband, Hanteln, Tube-Band oder ohne Handgerät) helfen fit zu werden oder fit zu bleiben.

Bitte mitbringen: Matte, Sportschuhe, Handtuch, Trinken

Kurs-Nr.: 3.0239
Fitnesstraining für Frauen
Dozent: Tanja Rünzi
Beginn: Do. 29.09.2022
Uhrzeit: 18:00-19:00 Uhr
Termine: 12 x donnerstags
Ort: VHS Gymnastikraum
Gebühr: 64,00 €

Fetzige Musik, Ausdauertraining, Kräftigung (mit Theraband, Hanteln, Tube-Band oder ohne Handgerät) helfen fit zu werden oder fit zu bleiben.

Bitte mitbringen: Matte, Sportschuhe, Handtuch, Trinken

Kurs-Nr.: 3.0240
Ganzkörpertraining
Dozent: Tanja Rünzi
Beginn: Do. 29.09.2022
Uhrzeit: 19:05-20:05 Uhr
Termine: 12 x donnerstags
Ort: VHS Gymnastikraum
Gebühr: 64,00 €

Eine Mischung aus Ausdauertraining zu fetziger Musik und funktionellen Übungen zur Kräftigung der gesamten Muskulatur.

Bitte mitbrigen: Matte, Sportschuhe, ein Handtuch

Kurs-Nr.: 3.0241
Fitnesstraining für Frauen
Dozent: Corinna Bayer
Beginn: Fr. 30.09.2022
Uhrzeit: 09:00-10:00 Uhr
Termine: 15 x freitags
Ort: VHS Gymnastikraum
Gebühr: 80,00 €

Einfach und effektiv! Mit fetziger Musik geht es ran an die Problemzonen. Spezielle Kräftigungsübungen für straffe Beine, einen knackigen Po und eine schlanke Taille.

Bitte mitbringen: Matte, feste Sportschuhe, Handtuch, Trinken

Kurs-Nr.: 3.0242
Bodytoning für Einsteiger
Dozent: Corinna Bayer
Beginn: Fr. 30.09.2022
Uhrzeit: 10:15-11:15 Uhr
Termine: 15 x freitags
Ort: VHS Gymnastikraum
Gebühr: 80,00 €

Hier erwartet Sie ein sehr abwechslungsreiches Ganzkörpertraining, das gezielt Bauch, Beine, Po, Rumpf und Rücken kräftigt. Alle Körperpartien werden gestrafft, Fett wird verbrannt und Muskelgewebe aufgebaut.

Bitte mitbringen: Matte, feste Sportschuhe, Handtuch, Trinken

Kurs-Nr.: 3.0246
ANTARA® - gesunder Rücken
Dozent: Heike Sengstake
Beginn: Fr. 07.10.2022
Uhrzeit: 09:00-10:00 Uhr
Termine: 15 x freitags
Ort: VHS Untergeschoss Raum 18
Gebühr: 80,00 €

Antara® ist ein Bewegungskonzept, das zu einem kräftigen Rücken, zu einem flachen Bauch und zu einer starken Mitte führt. Schwerpunkt des Trainings ist die Ansteuerung der tiefsten Muskelschicht des Rumpfes (Core-System). Diese ist verantwortlich für Stabilität und den Schutz des Rückens, für die Bauchform, für die Kraft des Beckenbodens und für eine funktionelle Atmung. Durch eine Abfolge von ruhigen und funktionellen Übungen optimiert Antara® zuerst das Core-System , um auf diesem gezielt Kraft und Beweglichkeit zu verbessern.

Bitte mitbringen: Matte, Handtuch, Trinken

Junge VHS

Kreativer Kindertanz (3-5 Jahre) NEU
Kurs-Nr.: 2.0503

Dozent:	Ramona Hönig
Beginn:	Mi. 28.09.2022
Uhrzeit:	14:30-15:30 Uhr
Termine:	10 x mittwochs
Ort:	VHS Gymnastikraum
Gebühr:	53,50 €

In diesem Kurs machen wir abwechslungsreiche Tanzübungen und kreative Spiele zur Musik. Das ist ein gutes Bewegungstraining und schafft spielerisch eine bessere Haltung, fördert die Experimentierfreude und das Körper- und Rhythmusgefühl. Mit viel Spaß und Leichtigkeit üben wir auch kleine Tänze ein.

Bitte mitbringen: lockere Kleidung, Trinken

Kurs-Nr.: 2.0504
Kreativer Kindertanz (6-7 Jahre) NEU

Dozent:	Ramona Hönig
Beginn:	Mi. 28.09.2022
Uhrzeit:	15:45-16:45 Uhr
Termine:	10 x mittwochs
Ort:	VHS Gymnastikraum
Gebühr:	53,50 €

In diesem Kurs machen wir abwechslungsreiche Tanzübungen und kreative Spiele zur Musik. Das ist ein gutes Bewegungstraining und schafft spielerisch eine bessere Haltung, fördert die Experimentierfreude und das Körper- und Rhythmusgefühl. Mit viel Spaß und Leichtigkeit üben wir auch kleine Tänze ein.

Bitte mitbringen: lockere Kleidung, Trinken

Kurs-Nr.: 3.0225 NEU
Krabbelkäfer - Bewegungs- und Entwicklungsförderung bei den ganz Kleinen

Dozent:	Ramona Hönig
Beginn:	Mo. 26.09.2022
Uhrzeit:	09:00-10:00 Uhr
Termine:	10 x montags
Ort:	VHS Gymnastikraum
Gebühr:	53,50 €

In diesem Kurs üben wir die Bewegungsförderung bei Babys im 1. Jahr:
- Körpererfahrung mit allen Sinnen
- Wahrnehmungsförderung
- Babymassage
- Lieder und Fingerspiele

Bitte mitbringen: Decke, Getränk

Geben Sie bei der Anmeldung den Namen Ihres Kindes an.

Kurs-Nr.: 3.0226
Zwergenstübchen für Kinder von 1 - 2 Jahre

Dozent:	Ramona Hönig
Beginn:	Mo. 26.09.2022
Uhrzeit:	10:15-11:15 Uhr
Termine:	10 x montags
Ort:	VHS Gymnastikraum
Gebühr:	53,50 €

Das Zwergenstübchen möchte Zeit mit Ihnen und Ihrem Kind gestalten durch Fingerspiele, Kniereiter, Lieder und Tänze im Spielkreis. Anschließend runden Spiele mit Bewegung und Musik, Phantasiespiele und Bewegungsbaustellen die Stunde ab. Ein Schlussritual beendet das Ganze. Die gesamte Entwicklung der Kinder soll gefördert werden und dabei kommt die Freude am gemeinsamen Spiel nicht zu kurz. Die Kleinen sollten gut an der Hand laufen können.

Bitte mitbringen: Turnschuhe oder Stoppersocken, Getränk.

Geben Sie bei der Anmeldung den Namen Ihres Kindes an.

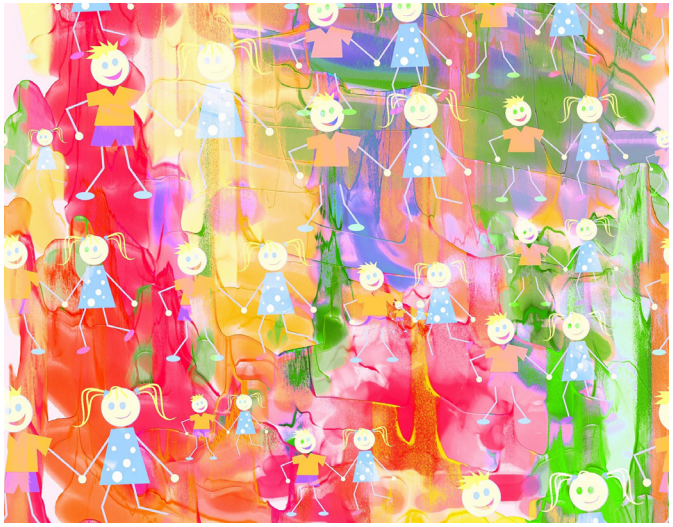
Kurs-Nr.: 3.0245
Bewegungserlebnisse und Spiele für Mutter (oder Vater) mit Kind (2 - 4 Jahre)

Dozent:	Ramona Hönig
Beginn:	Fr. 30.09.2022
Uhrzeit:	16:15-17:15 Uhr
Termine:	10 x freitags
Ort:	Anton-Leo-Schule, Turnhalle
Gebühr:	53,50 €

Nach einer kleinen Auszeit freuen wir uns, dass wir Dank unserer Dozentin Frau Hönig wieder unsere Bewegungskurse für Kinder in der Anton-Leo-Schule anbieten können. Wir wünschen unseren jüngsten Teilnehmern tolle Kursstunden und ein buntes Zusammenkommen.

Ablauf der Stunden: Begrüßungskreis mit Fingerspielen und Tänzen Vielseitige Anregung zu Spiel, Spaß und Bewegung in der Aufwärmphase Bewegungserlebnisse an Großgeräten Der Schlusskreis mit Kreisspielen und Schlusslied rundet die Stunde ab. Ziel der Stunde ist die motorische Förderung der Kinder und das gemeinsame Bewegungserlebnis in der Gruppe. Eine aktive Teilnahme der Mütter/Väter ist erwünscht!
Bitte mitbringen: sportliche Kleidung, Turnschuhe oder rutschfeste Socken, Trinkflasche

Geben Sie bei der Anmeldung auch den Vornamen Ihres Kindes an.



Kurs-Nr.: 3.0244
Bewegungsschulung im Vorschulalter (4 1/2 Jahre bis Schuleintritt)

Dozent:	Ramona Hönig
Beginn:	Fr. 30.09.2022
Uhrzeit:	15:00-16:00 Uhr
Termine:	10 x freitags
Ort:	Anton-Leo-Schule, Turnhalle
Gebühr:	53,50 €

Nach einer kleinen Auszeit freuen wir uns, dass wir Dank unserer Dozentin Frau Hönig wieder unsere Bewegungskurse für Kinder in der Anton-Leo-Schule anbieten können. Wir wünschen unseren jüngsten Teilnehmern tolle Kursstunden und ein buntes Zusammenkommen.

In unserer Übungsstunde steht der Spaß an Bewegung an erster Stelle. Spielerisch werden motorische Grundfertigkeiten wie Laufen, Hüpfen, Klettern, Rollen und Balancieren gefestigt. Kleingeräte (Seil, Ball, Stab, etc.) und Gerätelandschaften motivieren zum Ausprobieren und fördern die Körperwahrnehmung.

Bitte mitbringen: Turnschuhe, Trinkflasche

Geben Sie bei der Anmeldung zusätzlich auch den Namen Ihres Kindes an.

Kurs-Nr.: 3.0243
Bewegung und Spiel für Kinder der Schulklassen 1 - 2

Dozent:	Ramona Hönig
Beginn:	Fr. 30.09.2022
Uhrzeit:	14:00-15:00 Uhr
Termine:	10 x freitags
Ort:	Anton-Leo-Schule, Turnhalle
Gebühr:	53,50 €

Nach einer kleinen Auszeit freuen wir uns, dass wir Dank unserer Dozentin Frau Hönig wieder unsere Bewegungskurse für Kinder in der Anton-Leo-Schule anbieten können. Wir wünschen unseren jüngsten Teilnehmern tolle Kursstunden und ein buntes Zusammenkommen.

In unseren Übungsstunden wollen wir vor allem den Spaß an der Bewegung und die Geschicklichkeit der Kinder fördern. Es gibt Spiele, viele kleine und große Turngeräte und

Gerätelandschaften, um verschiedenste Übungen auszuprobieren und zu erlernen. Ziel ist es, den Kindern eine gute körperliche Grundausbildung zu geben (Körperspannung, Geschicklichkeit, Reaktionsschnelligkeit).

Bitte mitbringen: Turnschuhe, Trinkflasche

Geben Sie bei der Anmeldung zusätzlich auch den Namen Ihres Kindes an.

Ernährung

Kochen rund um die Welt

Wir gehen auf eine kulinarische Entdeckungsreise durch Europa und lernen die Besonderheiten der verschiedensten Länder der Welt kennen.

Kurs-Nr.: 3.0502
Dozent: Brigitte Brell
Termin: Fr. 23.09.2022
Uhrzeit: 18:00-21:30 Uhr
Ort: Hans-Thoma-Schule Lehrküche
Gebühr: 12,00 €

Kurs-Nr.: 3.0503
Dozent: Brigitte Brell
Termin: Fr. 28.10.2022
Uhrzeit: 18:00-21:30 Uhr
Ort: Hans-Thoma-Schule Lehrküche
Gebühr: 12,00 €

Kurs-Nr.: 3.0504
Dozent: Brigitte Brell
Termin: Fr. 25.11.2022
Uhrzeit: 18:00-21:30 Uhr
Ort: Hans-Thoma-Schule Lehrküche
Gebühr: 12,00 €

Kurs-Nr.: 3.0505
Dozent: Brigitte Brell
Termin: Fr. 16.12.2022
Uhrzeit: 18:00-21:30 Uhr
Ort: Hans-Thoma-Schule Lehrküche
Gebühr: 12,00 €

Kurs-Nr.: 3.0501
Dozent: Brigitte Brell
Termin: Fr. 20.01.2023
Uhrzeit: 18:00-21:30 Uhr
Ort: Hans-Thoma-Schule Lehrküche
Gebühr: 12,00 €

Abmeldung/Rücktritt

Angemeldete Kursteilnehmer können sich ohne Angabe von Gründen schriftlich bei der VHS-Geschäftsstelle abmelden.

Folgende Fristen sind für einen kostenfreien Rücktritt zu beachten:

- bei Kursen mit 7 und weniger Terminen, bei Wochenendkursen und Exkursionen: bis zu 4 Arbeitstage vor Kursbeginn
- bei Kursen mit 8 und mehr Terminen: bis zu 4 Arbeitstage nach dem ersten Kursabend

Entscheidend ist der Eingang der Abmeldung bei der VHS-Geschäftsstelle.

Sprachen

vhs-Sprachenschule

Der „Gemeinsame Europäische Referenzrahmen“ in der vhs-Sprachenschule

In der Übersicht finden Sie Angaben zu Lernzielen und sprachlichen Fertigkeiten, die Sie bei regelmäßiger, aktiver Teilnahme auf jeder dieser Stufen (A1 bis C2) erreichen können:

KOMPETENTE SPRACHVERWENDUNG		
C 2	Hören	ohne Schwierigkeit die gesprochene Sprache verstehen
	Sprechen	sich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen sicher und angemessen beteiligen
	Lesen	jede Art geschriebenen Textes mühelos lesen
	Schreiben	anspruchsvolle Briefe und komplexe Berichte verfassen und sich differenziert ausdrücken
C 1	Hören	Unterhaltungen und Radio- und Fernsehsendungen relativ mühelos verstehen
	Sprechen	sich spontan in den meisten Situationen fließend ausdrücken
	Lesen	komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen
	Schreiben	sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben
Selbständige Sprachverwendung		
B 2	Hören	im Fernsehen die meisten Sendungen und Filme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird
	Sprechen	sich relativ mühelos an einer Diskussion beteiligen und Ihre Ansichten vertreten
	Lesen	Artikel und Berichte über aktuelle Fragen der Gegenwart verstehen
	Schreiben	detaillierte Texte, z.B. Aufsätze oder Berichte, schreiben
B 1	Hören	das Wesentliche von Unterhaltungen und Nachrichten verstehen, wenn langsam gesprochen wird
	Sprechen	in einfachen zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen, Ereignisse beschreiben und Meinungen wiedergeben
	Lesen	Texte aus der Alltags- und Berufswelt verstehen
	Schreiben	persönliche Briefe schreiben
Elementare Sprachverwendung		
A 2	Hören	einfache Alltagsgespräche und das Wesentliche von kurzen Mitteilungen verstehen
	Sprechen	kurze einfache Gespräche in Situationen des Alltags führen
	Lesen	kurze einfache Texte, z.B. Anzeigen, Speisekarten, verstehen
	Schreiben	kurze Notizen und Mitteilungen abfassen
A 1	Hören	einfache Wörter und Sätze über vertraute Themen verstehen
	Sprechen	sich auf einfache Art über vertraute Themen verständigen
	Lesen	einzelne Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z.B. auf Schildern und Plakaten
	Schreiben	einfache Standardformulare, z.B. im Hotel ausfüllen

Die Volkshochschule Bad Säckingen führt im Auftrag des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF) Integrationskurse durch und ist Prüfstelle für den Einbürgerungstest.
Beratung und Informationen zu unseren Integrationskursen erhalten Sie direkt auf unserer Volkhochschule.

Einbürgerungstest

05.10.2022 - Anmeldeschluss: 02.09.2022
09.11.2022 - Anmeldeschluss: 07.10.2022
07.12.2022 - Anmeldeschluss: 11.11.2022
18.01.2023 - Anmeldeschluss: 16.12.2022

Anmeldungen sind schriftlich einzureichen. Das Formular steht im Internet zum Download bereit oder kann bei der vhs angefordert werden.
Prüfungsgebühr: 25,00 €

Deutschprüfungen in Zusammenarbeit mit telc (Prüfungsinstitut des Volkshochschulverbandes)

Deutsch Test für Zuwanderer (DTZ/B1)

Sa. 01.10.2022 – Anmeldeschluss: 02.09.2022
Sa. 26.11.2022 – Anmeldeschluss: 28.09.2022
Sa. 28.01.2023 – Anmeldeschluss: 16.12.2022

Prüfungsgebühr: 175,00 EUR

Prüfung Deutsch als Fremdsprache Niveau B2

Sa. 11.02.2023 – Anmeldeschluss: 19.12.2022
Prüfungsgebühr: 195,00 EUR

Anmeldungen sind schriftlich einzureichen. Die Formulare können im Internet heruntergeladen oder bei der vhs Bad Säckingen angefordert werden.

Deutsch als Fremdsprache

Kurs-Nr.: 4.0454
Deutsch als Fremdsprache A1.1

Dozent:	Astrid Sabitzer
Beginn:	Mi. 21.09.2022
Uhrzeit:	16:00-17:30 Uhr
Termine:	15 x mittwochs
Ort:	VHS Untergeschoss Raum 16
Gebühr:	120,00 €

Grundkurs A1.1 - keine Grundkenntnisse in Deutsch erforderlich
Lehrwerk: Einfach gut! Kurs-und Arbeitsbuch A1.1 - Telc
Dieser Kurs ist ein Hybridkurs (Präsenzunterricht und online).

Kurs-Nr.: 4.0450
Deutsch als Fremdsprache A1.2

Dozent:	Astrid Sabitzer
Beginn:	Mo. 19.09.2022
Uhrzeit:	17:30-19:45 Uhr
Termine:	15 x montags
Ort:	VHS Untergeschoss Raum 16
Gebühr:	180,00 €

Grundkenntnisse in Deutsch erforderlich
Lehrwerk: Einfach gut! Kurs-und Arbeitsbuch A1.2 - Telc
Dieser Kurs ist ein Hybridkurs (Präsenzunterricht und online).

Kurs-Nr.: 4.0453
Deutsch als Fremdsprache A2.1 Plus Intensivkurs

Dozent:	Lothar Gatti
Beginn:	Di. 20.09.2022
Uhrzeit:	18:00-19:30 Uhr
Termine:	30 x dienstags und donnerstags
Ort:	Scheffel-Gymnasium Zimmer 1.05
Gebühr:	240,00 €

Dieser Intensivkurs, der zweimal wöchentlich jeweils dienstags und donnerstags stattfindet, richtet sich an Teilnehmer, die bereits Grundlagen bis zur Niveaustufe A 1.2 in der deutschen Sprache besitzen und diese weiter verbessern möchten. Er gilt als Fortsetzungskurs des Sommerkurses. Im Kurs werden die vier Fertigkeiten Hören, Lesen, Schreiben und Sprechen trainiert. Wortschatz und Grammatik werden bei Bedarf wiederholt und aufgefrischt. Hauptsächlich wird auf der Niveaustufe A 2.1 unterrichtet, es werden aber auch Inhalte aus der Niveaustufe A1.2 wiederholt.

Lehrbuch: Telc Einfach gut! Deutsch für Integration, Kurs- und Arbeitsbuch A 2.1

Kurs-Nr.: 4.0456
Deutsch als Fremdsprache Konversationskurs ab A2.2

Dozent: Lothar Gatti
Beginn: Mi. 21.09.2022
Uhrzeit: 18:00-19:30 Uhr
Termine: 15 x mittwochs
Ort: Scheffel-Gymnasium Zimmer 1.05
Gebühr: 130,00 €

Dieser Konversationskurs richtet sich an Teilnehmer, die bereits Grundlagen bis zur Niveaustufe A 2.2 in der deutschen Sprache besitzen und ihren Wortschatz erweitern und speziell ihre Sprechfähigkeit verbessern wollen. Im Mittelpunkt stehen verschiedenen Alltagssituationen, die auf Deutsch sprachlich zu bewältigen sind wie z.B. Einkaufen, Wohnen, Restaurantbesuch, Arbeit, Schule, Behördengänge, Arztbesuche, Freizeit usw.
Der Kurs soll auch eine intensive Vorbereitung auf den Teilbereich SPRECHEN der Prüfung Deutsch als Fremdsprache Niveau B1.1 bieten.

Lehrbuch: Unterrichtsmaterial ist in der Kursgebühr enthalten und wird vom Dozenten individuell angefertigt; kein Buch notwendig

Kurs-Nr.: 4.0460
Deutsch als Fremdsprache Niveau A2/B1

Dozent: Eva Zander
Beginn: Mo. 26.09.2022
Uhrzeit: 18:00-19:30 Uhr
Termine: 20 Kurstage (Dienstag und Donnerstag)
Ort: Scheffel-Gymnasium Zimmer 1.02
Gebühr: 160,00 €

Der Kurs eignet sich vor allem für Teilnehmer, die mehr Kompetz im deutschen Sprachgebrauch entwickeln wollen.

Schwerpunkte sind: Sprechen, Hören, Lesen und Schreiben
Lehrbuch: wird bei Kursstart bekannt gegeben

Kurs-Nr.: 4.0451
Deutsch als Fremdsprache B1.1

Dozent: Lothar Gatti
Beginn: Mo. 19.09.2022
Uhrzeit: 18:00-19:30 Uhr
Termine: 15 x montags
Ort: Scheffel-Gymnasium Zimmer 1.05
Gebühr: 120,00 €

Dieser Intensivkurs, der jeweils montags stattfindet, richtet sich an Teilnehmer, die bereits Grundlagen bis zur Niveaustufe A 2.2 in der deutschen Sprache besitzen und diese weiter verbessern möchten. Hauptsächlich wird auf der Niveaustufe B1.1 unterrichtet.
Der Kurs soll auch eine intensive Vorbereitung auf die Prüfung Deutsch als Fremdsprache Niveau A2.1 / B1.1 bieten.

Lehrbuch: Telc Einfach gut! Deutsch für Integration, Kurs- und Arbeitsbuch B1.1

Kurs-Nr.: 4.0452
Deutsch als Fremdsprache B1.1 Intensivkurs

Dozent: Astrid Sabitzer
Beginn: Di. 20.09.2022
Uhrzeit: 17:30-19:45 Uhr
Termine: 15 Kurstage (Dienstag und Donnerstag
Ort: VHS Untergeschoss Raum 16
Gebühr: 180,00 €

Lehrwerk: Einfach gut! Kurs-und Arbeitsbuch B1.1 - Telc
Dieser Kurs ist ein Hybridkurs (Präsenzunterricht und online).

Kurs-Nr.: 4.0459
Deutsch als Fremdsprache B1.2

Dozent: Lothar Gatti
Beginn: Fr. 23.09.2022
Uhrzeit: 18:00-19:30 Uhr
Termine: 15 x freitags
Ort: Scheffel-Gymnasium Zimmer 1.05
Gebühr: 120,00 €

Dieser Intensivkurs, der jeweils montags stattfindet, richtet sich an Teilnehmer, die bereits Grundlagen bis zur Niveaustufe B1.1 in der deutschen Sprache besitzen und

diese weiter verbessern möchten. Hauptsächlich wird auf der Niveaustufe B1.2 unterrichtet.
Der Kurs soll auch eine intensive Vorbereitung auf die Prüfung Deutsch als Fremdsprache Niveau A2.1 / B1.1 bieten.

Lehrbuch: Telc Einfach gut! Deutsch für Integration, Kurs- und Arbeitsbuch B1.2

Kurs-Nr.: 4.0464
Deutsch als Fremdsprache B1.2 Intensivkurs

Dozent:	Astrid Sabitzer
Beginn:	Do. 17.11.2022
Uhrzeit:	17:30-19:45 Uhr
Termine:	15 Kurstage (Dienstag und Donnerstag)
Ort:	VHS Untergeschoss Raum 16
Gebühr:	180,00 €

Lehrwerk: Einfach gut! Kurs-und Arbeitsbuch B1.2 - Telc
Dieser Kurs ist ein Hybridkurs (Präsenzunterricht und online).

Kurs-Nr.: 4.0458
Deutsch als Fremdsprache B2.2

Dozent:	Astrid Sabitzer
Beginn:	Fr. 23.09.2022
Uhrzeit:	17:30-19:45 Uhr
Termine:	15 x freitags
Ort:	VHS Untergeschoss Raum 16
Gebühr:	180,00 €

Lehrwerk: Einfach weiter! Deutsch B2, Kurs-und Arbeitsbuch - Telc, ab Lektion 4/5
Dieser Kurs ist ein Hybridkurs (Präsenzunterricht und online).

Kurs-Nr.: 4.0461
Deutsch als Fremdsprache B2.2

Dozent:	Lydia Flato
Beginn:	Di. 27.09.2022
Uhrzeit:	18:00-20:15 Uhr
Termine:	12 x dienstags
Ort:	VHS Erdgeschoss Raum 9
Gebühr:	144,00 €

Lehrbuch: Aspekte neu 2, Teil 2 (ab Kapitel 6-10)
Verlag: Ernst Klett Sprachen

Kurs-Nr.: 4.0455
Deutsch als Fremdsprache B2.3

Dozent:	Astrid Sabitzer
Beginn:	Mi. 21.09.2022
Uhrzeit:	17:45-20:00 Uhr
Termine:	15 x mittwochs
Ort:	VHS Untergeschoss Raum 16
Gebühr:	180,00 €

Lehrwerk: Einfach weiter! Deutsch B2, Kurs-und Arbeitsbuch - Telc, ab Lektion 7/8

Dieser Kurs ist ein Hybridkurs (Präsenzunterricht und online).

Kurs-Nr.: 4.0463
Deutsch als Fremdsprache C1.2

Dozent:	Lydia Flato
Beginn:	Mi. 28.09.2022
Uhrzeit:	18:00-20:15 Uhr
Termine:	12 x mittwochs
Ort:	VHS Erdgeschoss Raum 9
Gebühr:	144,00 €

Lehrbuch: Aspekte neu C1, Teil 2 (ab Kapitel 6-10)
Verlag: Ernst Klett Sprachen

Lehrbücher müssen erst nach dem ersten Kursabend angeschafft werden.

Kurs-Nr.: 4.0457
Mittagsmatinee - deutsche Grammatik trifft Mittagspause: Intensiver Grammatik- Grundkurs

Dozent:	Astrid Sabitzer
Beginn:	Do. 22.09.2022
Uhrzeit:	12:30-14:00 Uhr
Termine:	15 x donnerstags
Ort:	VHS Untergeschoss Raum 16
Gebühr:	130,00 €

Dies ist ein reiner Grammatikkurs : Der Fokus ist auf das Erlernen und Verstehen der deutschen Grammatik gelegt.

Durch Übungen und Konversationen wird das Erlernte vertieft. Basis-Vorkenntnisse sind erwünscht aber nicht zwingend

Unterrichtsmaterial wird zur Verfügung gestellt und ist im Kurspreis inbegriffen

Dieser Kurs ist ein Hybridkurs (Präsenzunterricht und online).

Kurs-Nr.: 4.0462
Vorbereitung für den Deutsch-Test-für-Zuwanderer (DTZ/B1-Prüfung)

Dozent:	Eva Zander
Beginn:	Di. 27.09.2022
Uhrzeit:	18:00-19:30 Uhr
Termine:	15 Kurstage (Dienstag und Donnerstag)
Ort:	Scheffel-Gymnasium Zimmer 1.02
Gebühr:	120,00 €

In diesem Kurs werden die 3 Prüfungsteile des Deutsch-Test-für-Zuwanderer auf verschiedene Arten intensiv geübt: Lese-Hörverstehen, Schreiben und Konversation
Für eine Teilnahme an diesem Kurs ist mindestens das Sprachniveau A2 erforderlich.
Lehrbuch: wird bei Kursstart bekannt gegeben

Englisch

Kurs-Nr.: 4.0609
Englisch A1.1

Dozent:	Ghezal Sabir
Beginn:	Mi. 19.10.2022
Uhrzeit:	17:45-19:15 Uhr
Termine:	16 Kurstage (Mittwoch und Freitag)
Ort:	Scheffel-Gymnasium Zimmer 1.03
Gebühr:	128,00 €

This course is designed for beginners and early learners of English language. Basic grammar, speaking, reading and skills will be targeted. Content will be geared towards the students' learning style and abilities.

Workbook: to be determined

Kurs-Nr.: 4.0608
Englisch A1.1

Dozent:	Eva Zander
Beginn:	Fr. 30.09.2022
Uhrzeit:	17:30-19:00 Uhr
Termine:	15 x freitags
Ort:	Scheffel-Gymnasium Zimmer 1.02
Gebühr:	120,00 €

Kurs-Nr.: 4.0606
Englisch A 2.1

Dozent:	Cornelia Hanske
Beginn:	Di. 27.09.2022
Uhrzeit:	17:15-18:45 Uhr
Termine:	15 x dienstags
Ort:	VHS Untergeschoss Raum 18
Gebühr:	120,00 €

Lehrbuch: Headway A2 Gesamtpaket

Kurs-Nr.: 4.0610
English for Tourists (basic level)

Dozent:	Ghezal Sabir
Beginn:	Fr. 21.10.2022
Uhrzeit:	16:00-17:30 Uhr
Termine:	8 x freitags
Ort:	Scheffel-Gymnasium Zimmer 1.03
Gebühr:	64,00 €

This course covers topics of common interest for those planning to visit or those interested in developing basic speaking and understanding skills in English language. Plenty of speaking and conversational opportunities will be provided.

Workbook: to be determined

Kurs-Nr.: 4.0607
English for Tourists + Seniors A2.2/B1.1
Dozent: Cornelia Hanske
Beginn: Do. 29.09.2022
Uhrzeit: 10:15-11:45 Uhr
Termine: 15 x donnerstags
Ort: VHS Untergeschoss Raum 18
Gebühr: 120,00 €

Lehrbuch: Headway B1

Kurs-Nr.: 4.0605
English B1.2 + Conversation
Dozent: Cornelia Hanske
Beginn: Mo. 26.09.2022
Uhrzeit: 10:15-11:45 Uhr
Termine: 15 x montags
Ort: VHS Untergeschoss Raum 18
Gebühr: 120,00 €

Headway B1, Teil 2 Gesamtpaket

Italiensich

Kurs-Nr.: 4.0902
Italienische Literatur: L´Italiano con Andrea Camilleri
Dozent: Dott.ssa Jessica Nicolosi
Beginn: Fr. 07.10.2022
Uhrzeit: 10:00-11:30 Uhr
Termine: 10 x freitags
Ort: VHS Untergeschoss Raum 17
Gebühr: 80,00 €

Un viaggio attraverso l´Italia fra i racconti di Andrea Camilleri, il piu importante scrittore italiano contemporaneo, nato in Sicilia nel 1925. Un corso d´Italiano per la "conversazione" tra letture e racconti per un piacevole studio della "Lingua Italiana", sopratutto parlata

Lehrbuch: wird bei Kursstart bekannt gegeben

Online anmelden unter: www.bsvhs.de

Spanisch

Kurs-Nr.: 4.2207
Spanisch A1.2
Dozent: Joyce Vidal Wuts
Beginn: Mi. 28.09.2022
Uhrzeit: 18:30-20:00 Uhr
Termine: 15 x mittwochs
Ort: VHS Untergeschoss Raum 17
Gebühr: 120,00 €

Lehrbuch: Impresiones A1, ab Lektion 5

Kurs-Nr.: 4.2205
Spanisch B1.
Dozent: Clara Garabato-Hilpert
Beginn: Di. 20.09.2022
Uhrzeit: 18:30-20:00 Uhr
Termine: 15 x dienstags
Ort: VHS Untergeschoss Raum 14
Gebühr: 120,00 €

Das Sprechen steht im Vordergrund. Wir vertiefen unsere Kenntnisse in Wortschatz und Grammatik in entspannter Atmosphäre.

Lehrwerk: Impresiones B1, Hueber Verlag

Kurs-Nr.: 4.2206
Spanisch B1.4
Dozent: Joyce Vidal Wuts
Beginn: Mi. 28.09.2022
Uhrzeit: 08:30-10:00 Uhr
Termine: 15 x mittwochs
Ort: VHS Untergeschoss Raum 17
Gebühr: 120,00 €

Lehrbuch: Impresiones B1, ab Lektion 8

Anmeldung!
Nur schriftlich mit der beiliegenden Anmeldekarte, dem Fax-Anmeldeformular und online unter: **www.bsvhs.de** oder per E-Mail möglich!

sonstige Sprachen

Kurs-Nr.: 4.1003
Japanisch für Anfänger-
Schnupperkurs zum Kennenlernen

Dozent: Monika Bruttel
Beginn: Mo. 05.12.2022
Uhrzeit: 18:00-19:30 Uhr
Termine: 10 x montags
Ort: VHS Erdgeschoss Raum 10
Gebühr: 80,00 €

Die japanische Sprache gehört sicherlich zu den faszinierendsten. Ich möchte Dich/ Sie einladen, die japanische Sprache und die Kultur auf interessante und leicht verständliche Weise zu entdecken. Wir werden in kleinen Lernportionen uns an die Sprache herantasten, um für eine spätere Reise als Tourist vorbereitet zu sein. Wie wäre es? Ich freue mich auf jeden, der es einmal probieren will. Herzlich Willkommen!

Lehrbuch: Japanisch, Schritt für Schritt. Band 1. (1. Hälfte)

Bitte beachten Sie: Dieser Kurs ist ein Hybridkurs (Präsenzunterricht und online).

Kurs-Nr.: 4.1004
Japanisch für Fortgeschrittene A1.2

Dozent: Monika Bruttel
Beginn: Mo. 05.12.2022
Uhrzeit: 19:30-21:00 Uhr
Termine: 10 x montags
Ort: VHS Erdgeschoss Raum 10
Gebühr: 80,00 €

Zielgruppe: Teilnehmer mit Vorkenntnissen

Nach dem ersten Einstieg in die Japanische Sprache vertiefen wir mit viel Elan das bisher Gelernte. Die kleinen Lernportionen helfen die uns fremde Sprachstruktur zu durchschauen und zu beherrschen. Dabei legen wir besonderes Gewicht darauf, mit den gelernten Formen, Vokabeln und den Satzmustern kreativ und frei eigene Sätze zu bilden. Auch üben wir uns im Schreiben von Hiragana und ersten jap.Schriftzeichen. Jede Stunde wird mit interessanten Fakten über Land und Leute abgerundet.

Lehrbuch: Japanisch, Schritt für Schritt. Band 1. (2. Hälfte)

Bitte beachten Sie: der Kurs wird voraussichtlich im Wechsel stattfinden, präsens und digital.

Kurs-Nr.: 4.2003
Schwedisch A2.1

Dozent: Mirjam Sahler
Beginn: Di. 27.09.2022
Uhrzeit: 17:30-19:00 Uhr
Termine: 15 x dienstags
Ort: Scheffel-Gymnasium Zimmer 1.04
Gebühr: 120,00 €

Schweden: Das Land der Wälder, Flüsse und Seen, der Elche und Rentiere. Hier gibt es rote Holzhäuser auf dem Land und sympathische, moderne Großstädte wie Stockholm und Göteborg. Astrid Lindgrens Madita ist hier zuhause und Mankells Wallander. Wir bauen unseren Wortschatz, unsere Gesprächskompetenz und Landeskunde aus. Välkomna!

Material: Buch „Javisst aktuell“, Hueber Verlag

Bitte beachten Sie: Dies ist ein Kurs für bereits fortgeschrittene Anfänger.

Anmeldung

Wie melde ich mich an?

– Nur schriftlich nach Erscheinen des Programms
– Anmeldekarten und Fax-Vordruck im Heft
– Per Internet oder E-Mail
– Telefonische Anmeldungen können nicht entgegengenommen werden!

Ihre Anmeldung ist verbindlich!

– Sie wird nicht bestätigt.
– Nur bei Änderungen und Kursabsagen werden Sie benachrichtigt.

Beruf

Präsenz: die Schulung findet ausschließlich bei der VHS Bad Säckingen im Raum 11 statt.

hybrid: die Schulung ist unterteilt in Lernbausteine (Selbstlernphase) und in Live-online-Konferenzen. Bei den Live-online-Konferenzen können Sie wählen, ob Sie im Kursraum der VHS Bad Säckingen oder online teilnehmen möchten. Die Lernbausteine und einen Mitschnitt der Themen von den Live-online-Konferenzen stehen Ihnen persönlich auch nach der Beendigung des Kurses jeweils bis zum Ende des nächsten Quartals online zur Verfügung.
Technische Voraussetzungen:
Eigener PC oder Notebook mit Windows oder iOS
Aktueller Browser
Stabiler Internetzugang
Optional: Headset mit Lautsprecher und Mikrofon
Optional: Webcam (für die Übertragung des eigenen Videobildes)
Optional: zweiter Bildschirm

Bei Fragen können Sie diese gerne an den Trainer Michael Fritz per E-Mail an info@fritzmichael.de senden oder ihn auch telefonisch unter +49 7762 51500 erreichen.

Übersicht Präsenz-Kurse (im Raum 11 bei der VHS Bad Säckingen)

Oktober 2022

Kurs-Nr.	Datum	Uhrzeit		Titel	Preis
50066	28.09.+05./12.10.2022	3x Mi	9.00-11.30	Android Phone / Smartphone - die Praxisschulung (Präsenz)	78,00 €

November 2022

Kurs-Nr.	Datum	Uhrzeit		Titel	Preis
50071	08./15./22.11.2022	3x Di	19.30-22.00	Computerkurs für echte Anfänger/innen (Präsenz)	138,00 €
50073	11./18./25.11.2022	3x Fr	9.00-11.30	Android Phone / Smartphone - die Praxisschulung Aufbau (Präsenz)	78,00 €
50076	17./24.11.+01./ 08./15.12.2022	5x Do	16.45-18.15	Tastaturschreiben - heute (Präsenz)	92,00 €

Übersicht Hybrid-Kurse (Online oder wahlweise im Raum 11 bei der VHS Bad Säckingen)

Oktober 2022

Kurs-Nr.	Datum	Uhrzeit		Titel	Preis
50086	05./12./19./26.10.2022	4x Mi	19.00-22.00	Erstellen einer modernen Website mit WordPress (hybrid)	160,00 €
50067	06./13.10.2022	2x Do	19.30-21.30	Outlook: Adressen, Termine, E-Mails (hybrid)	74,00 €
50068	10./17.10.2022	2x Mo	19.30-21.30	Excel - Visualisierung (hybrid)	74,00 €
50069	11./18./25.10.2022	3x Di	19.30-21.30	Excel - Einsteiger / Auffrischer (hybrid)	116,00 €
50070	14.10.2022	1x Fr	19.00-21.30	Umsteigen auf Windows 11 (hybrid)	58,00 €

November 2022

Kurs-Nr.	Datum	Uhrzeit		Titel	Preis
50072	10./17.11.2022	2x Do	19.30-21.30	Word - Serienbriefe (hybrid)	74,00 €
50074	14./21.11.2022	2x Mo	19.30-21.30	Excel - Pivot-Tabellen / Listenauswertungen (hybrid)	74,00 €
50075	16./23.11.2022	2x Mi	19.30-21.30	PowerPoint (hybrid)	74,00 €
50077	24.11.+01./08.12.2022	3x Do	19.30-21.30	Excel - Einsteiger / Auffrischer (hybrid)	116,00 €
50078	29.11.+06./13.12.2022	3x Di	19.30-21.30	Word - Einsteiger / Auffrischer (hybrid)	116,00 €
50079	30.11.+07.12.2022	2x Mi	19.30-21.30	Excel - PowerQuery (hybrid)	74,00 €

Dezember 2022

Kurs-Nr.	Datum	Uhrzeit		Titel	Preis
50080	12./19.12.2022	2x Mo	19.30-21.30	Excel - Pivot Aufbaukurs (hybrid)	74,00 €

Januar 2023

Kurs-Nr.	Datum	Uhrzeit		Titel	Preis
50081	11./18.01.2023	2x Mi	19.30-21.30	Excel - PowerQuery Aufbau (hybrid)	74,00 €
50082	16./23./30.01.2023	3x Mo	19.30-21.30	Excel - Aufbau (hybrid)	116,00 €
50083	17./24./31.01.2023	3x Di	19.30-21.30	Excel - Einsteiger / Auffrischer (hybrid)	116,00 €
50084	19./26.01.2023	2x Do	19.30-21.30	Outlook: Adressen, Termine, E Mails (hybrid)	74,00 €

Februar 2023

Kurs-Nr.	Datum	Uhrzeit		Titel	Preis
50085	01./08.02.2023	2x Mi	19.30-21.30	Ordnung auf dem Computer halten! (hybrid)	74,00 €

EDV-Kurse

Kurs-Nr.: 5.0066
Android Phone / Smartphone - die Praxisschulung (Präsenz)

Dozent: Michael Fritz
Beginn: Mi. 28.09.2022
Uhrzeit: 09:00-11:30 Uhr
Termine: 3 x mittwochs
Ort: VHS Erdgeschoss Raum 11
Gebühr: 78,00 €

Mi., 28.09.2022 09:00 - 11:30 Uhr
Mi., 05.10.2022 09:00 - 11:30 Uhr
Mi., 12.10.2022 09:00 - 11:30 Uhr

Zielgruppe: Sie haben ein Handy, ein sog. Smartphone mit Android z.B. von Samsung Galaxy, HTC, Sony, LG, etc. und möchten nun Schritt für Schritt die Bedienung kennenlernen?

Hierzu gehören die Knöpfe und Schalter und die Gestenbedienung per Finger, das Verwenden der Bildschirmtastatur und diverse Einstellungen (z.B. WLAN, GPS, Bluetooth, Displayaufbau, etc.)
Was kann dieses Gerät alles? Lernen Sie, was Apps sind, wie Sie sie installieren und nutzen.

Voraussetzungen:
Sie verfügen über ein eigenes Android Phone (Smartphone) und bringen dieses mit vollem Akku in den Kurs mit. Bitte kennen Sie auch die PIN und wenn vorhanden ein Kennwort zu Ihrem Google-Konto (Gmail-Adresse). Achtung: Ein iPhone kann in diesem Kurs NICHT verwendet werden.

Voraussetzungen:
Sie besitzen Kenntnisse über die Bedienung und die Installation von Apps. Bitte bringen Sie nebst Ihrem eigenen Gerät und aller Kabel die Angaben zu Ihrem Google-Konto (Gmail-Adresse) mit in den Kurs.

Kurs-Nr.: 5.0067
Outlook: Adressen, Termine, E-Mails (hybrid)

Dozent: Michael Fritz
Beginn: Do. 06.10.2022
Uhrzeit: 19:30-21:30 Uhr
Ort: online oder wahlweise im Raum 11 bei der VHS Bad Säckingen
Gebühr: 74,00 €

Do., 06.10.2022 Freischaltung Lernbaustein
Do., 13.10.2022 Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr

Zielgruppe: Sie möchten mailen statt telefonieren? Die Termine über den Computer verwalten? Und Adressen jederzeit zur Verfügung haben, egal ob am Computer oder auf Papier?

Inhalte: Kennen Sie auch das Problem, wichtige Termine, Notizen, Adressen usw. auf verschiedenen losen Blättern zu erfassen? Wenn Sie diese Dinge mit wenig Aufwand besser organisieren, Ihren Suchaufwand dadurch verringern und diese Daten anderen Teilnehmern evtl. auch zur Verfügung stellen wollen, dann sollten Sie es einmal mit Outlook probieren.
Outlook ist das Kommunikationswerkzeug von Microsoft Office. Mit diesem Produkt besitzen Sie die Möglichkeit, Termine, Aufgaben, Kontakte bzw. Adressen und Notizen übersichtlich und effizient zu verwalten. Eine E-Mail-Funktion ist ebenfalls vorhanden.

Voraussetzungen: Einfache Kenntnisse im Bedienen von Microsoft Windows - Produkten sind von Vorteil. Sie sollten bereits mit den Grundlagen im Bereich E-Mail vertraut sein.

Kurs-Nr.: 5.0084
Weiterer Kurs: Outlook: Adressen, Termine, E-Mails (hybrid)

Dozent: Michael Fritz
Beginn: Do. 19.01.2023
Uhrzeit: 19:30-21:30 Uhr
Ort: online oder wahlweise im Raum 11 bei der VHS Bad Säckingen
Gebühr: 74,00 €

Do., 19.01.2023 Freischaltung Lernbaustein
Do., 26.01.2023 Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 5.0067

Kurs-Nr.: 5.0068
Excel - Visualisierung (hybrid)

Dozent: Michael Fritz
Beginn: Mo. 10.10.2022
Uhrzeit: 19:30-21:30 Uhr
Ort: online oder wahlweise im Raum 11 bei der VHS Bad Säckingen
Gebühr: 74,00 €

Mo., 10.10.2022 Freischaltung Lernbaustein
Mo., 17.10.2022 Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Zielgruppe: Sie möchten Daten in Excel grafisch bzw. über die Formatierung (z. B. Hintergrundfarbe) automatisiert darstellen, die Werte zusammenfassen z. B. als Anzahl, Summe etc. und in Abhängigkeit von Filtern oder Kriterien automatisiert ermitteln?

In der Praxis werden immer wieder Daten manuell aufbereitet und dann ausgewertet. Excel - welches seit über 30 Jahren auf dem Markt ist - hat mittlerweile viele Features, welche noch nicht allen bekannt sind.

Inhalte:
- bedingte Formatierungen definieren (stark überarbeitet seit 2007)
- Listenfelder für Kriterien in Formeln nutzen
- intelligente Tabellen definieren (seit 2010 vorhanden)
- Datenschnitte verwenden (seit 2013 vorhanden)
- Diagramme verwenden
- Daten mit Sparklines darstellen (seit 2010 vorhanden)
- mehrere Tabellendarstellungsformen für eine Datenbasis (Power Query seit 2016 vorhanden)
- Experten-Tipps vom Trainer

Kurs-Nr.: 5.0069
Excel - Einsteiger / Auffrischer (hybrid)

Dozent: Michael Fritz
Beginn: Di. 11.10.2022
Uhrzeit: 19:30-21:30 Uhr
Ort: online oder wahlweise im Raum 11 bei der VHS Bad Säckingen
Gebühr: 116,00 €

Di., 11.10.2022 Freischaltung Lernbaustein
Di., 18.10.2022 Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr +Freischaltung weiterer Lernbausteine
Di., 25.10.2022 Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Zielgruppe: Sie werten Zahlen und Daten am Computer aus, wollen Berechnungen durchführen lassen bzw. mit Listen in Excel arbeiten.

Inhalte: Da sich sowohl im privaten wie auch im geschäftlichen Bereich unzählige Sachverhalte in tabellarischer Form darstellen lassen, sind Grundkenntnisse in Microsoft Excel heute eigentlich unerlässlich. Nach dem Kurs können Sie Berechnungen mit Hilfe von Formeln durchführen, Formeln auf eine Liste anwenden, Diagramme erstellen und bereiten den Ausdruck Ihrer Tabellen vor.
Weitere Themen sind:
- Grundlagen der Zellformatierung
- Daten sortieren und filtern
- relative und absolute Bezüge in Formeln
- Überschriften und Spalten fixieren
- arbeiten mit Listen
- Seiteneinrichtung

Voraussetzungen: Allgemeiner Umgang mit dem Computer.

Nr.: 5.0077
Weitere Kurse Excel - Einsteiger / Auffrischer (hybrid)

Dozent: Michael Fritz
Beginn: Do. 24.11.2022
Uhrzeit: 19:30-21:30 Uhr
Ort: online oder wahlweise im Raum 11 bei der VHS Bad Säckingen
Gebühr: 116,00 €

Do., 24.11.2022 Freischaltung Lernbaustein
Do., 01.12.2022 Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr +Freischaltung weiterer Lernbausteine
Do., 08.12.2022 Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr

Kurs-Nr.: 5.0070
Umsteigen auf Windows 11 (hybrid)

Dozent: Michael Fritz
Beginn: Fr. 14.10.2022
Uhrzeit: 19:00-21:30 Uhr
Ort: online oder wahlweise im Raum 11 bei der VHS Bad Säckingen
Gebühr: 58,00 €

Fr., 14.10.2022 Live-Online-Konferenz 19:00 - 21:30 Uhr

Zielgruppe: Sie möchten auf Windows 11 umsteigen und wissen, was neu ist und wie es funktioniert?

Inhalt: Windows 11 ist da, aber wie sieht es aus, was ist anders im Vergleich zu den Vorgängerversionen und wo

finde ich eigentlich ...? In dieser Schulung werden Ihnen die Neuerungen und Veränderungen vorgestellt.

Voraussetzungen: Allgemeine Computerkenntnisse

Kurs-Nr.: 5.0071
Computerkurs für echte Anfänger/innen (Präsenz)

Dozent: Michael Fritz
Beginn: Di. 08.11.2022
Uhrzeit: 19:30-22:00 Uhr
Termine: 3 x dienstags
Ort: VHS Erdgeschoss Raum 11
Gebühr: 138,00 €

Di., 08.11.2022 19:30 - 22:00 Uhr
Di., 15.11.2022 19:30 - 22:00 Uhr
Di., 22.11.2022 19:30 - 22:00 Uhr

Zielgruppe: Dieses Seminar richtet sich an Personen, die sich beruflich oder privat mit der Datenverarbeitung auseinandersetzen müssen und noch KEINE Grundkenntnisse haben.

Inhalt: Sie lernen die wichtigsten Handgriffe mit Maus und Tastatur, um Ihren Computer bedienen zu können. Wenn Sie noch gar keine Erfahrung im Umgang mit dem Computer haben oder sogar Angst, den Umgang mit der Technik zu erlernen, ist dieser Kurs für Sie das Richtige.
Sie werden Programme starten und beenden, Dateien speichern und Texte drucken. Außerdem erhalten Sie einen Überblick über wichtige Anwendungsgebiete (Texte schreiben und das Internet).

Voraussetzungen: Es gibt für diesen Kurs keine Zugangsvoraussetzungen.

Kurs-Nr.: 5.0072
Word - Serienbriefe (hybrid)

Dozent: Michael Fritz
Beginn: Do. 10.11.2022
Uhrzeit: 19:30-21:30 Uhr
Ort: online oder wahlweise im Raum 11 bei der VHS Bad Säckingen
Gebühr: 74,00 €
Do., 10.11.2022 Freischaltung Lernbaustein
Do., 17.11.2022 Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr

Zielgruppe: Personen, die Dokumente gleichen Inhalts an verschiedene Empfänger versenden möchten. Egal, ob dies für eine sehr günstige Direktwerbung im Geschäftsbereich oder für z. B. Schriftführer in Vereinen eher privat genutzt werden soll.
Inhalte: Die Möglichkeiten von Serienbriefen in Word werden sehr oft unterschätzt. Es reicht nicht nur eine Datenquelle (Adressen z. B. für die Brieferstellung) und ein Hauptdokument (den eigentlichen Brief) zu erstellen, um das 'mächtige Werkzeug' Seriendruck in Word zu beherrschen. Sie können mit der Seriendruckfunktion Briefe, Umschläge, Etiketten und Listen mit vordefinierten Daten erstellen. Wir trainieren das effiziente Erstellen von Serienbriefen mit verschiedenen Datenquellen (kann auch aus einer Datenbank, wie Access, Excel, etc. kommen) und lernen die Filter- und Sortieroperation kennen. Das Einfügen von nicht in der Datenquelle befindlichen Informationen, wie z. B. eine persönliche Anrede, wird ebenso behandelt, wie das Drucken von Etiketten. In diesem Kurs vermitteln wir auch grundlegende Kenntnisse zur Arbeit mit Feldern und Feldfunktionen (Bedingungsfeldern), welche z. B. auch wichtig sind für die richtige Formatierung von Texten, Zahlen und Datumswerten.

Voraussetzungen: Word-Grundkenntnisse!

Kurs-Nr.: 5.0073
Android Phone / Smartphone - die Praxisschulung Aufbau (Präsenz)

Dozent: Michael Fritz
Beginn: Fr. 11.11.2022
Uhrzeit: 09:00-11:30 Uhr
Termine: 3 x freitags
Ort: VHS Erdgeschoss Raum 11
Gebühr: 78,00 €

Fr., 11.11.2022 09:00 - 11:30 Uhr
Fr., 18.11.2022 09:00 - 11:30 Uhr
Fr., 25.11.2022 09:00 - 11:30 Uhr

Zielgruppe: Sie verwenden Ihr Smartphone schon relativ sicher bzw. kennen die Themen bereits aus unserem Kurs Android Phone / Smartphone - die Praxisschulung (Präsenz)?
Dann lassen Sie uns neue Themen und Möglichkeiten entdecken.
Wie kann ich z. B. Daten vom Smartphone übertragen auf einen PC? Wie kann ich Daten von meinem Smartphone teilen mit anderen Personen. Auch weitere Verbindungsmöglichkeiten mit anderen Geräten (Lautsprecher, Freisprecheinrichtungen, Tastatur, etc.)

werden uns beschäftigen. Weiterhin werden wir die Möglichkeiten im Bereich Kamera erarbeiten und üben. Teilnehmerfragen sind ausdrücklich erwünscht!

Voraussetzungen:
Sie besitzen Kenntnisse über die Bedienung und die Installation von Apps. Bitte bringen Sie nebst Ihrem eigenen Gerät und aller Kabel die Angaben zu Ihrem Google-Konto (Gmail-Adresse) mit in den Kurs.

Kurs-Nr.: 5.0074
Excel - Pivot-Tabellen / Listenauswertungen (hybrid)

Dozent:	Michael Fritz
Beginn:	Mo. 14.11.2022
Uhrzeit:	19:30-21:30 Uhr
Ort:	online oder wahlweise im Raum 11 bei der VHS Bad Säckingen
Gebühr:	74,00 €

Mo., 14.11.2022 Freischaltung Lernbaustein
Mo., 21.11.2022 Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr

Zielgruppe: Sie haben größere Listen in Excel vorliegen und sollen diese analysieren. Hier gibt es in Excel die sog. Pivot-Tabelle. Sollten Sie diese nicht kennen und/oder mehr mit vorhandenen Pivottabellen erreichen wollen, lohnt sich der Kurs für Sie! Die Daten könnten auch per Im- bzw. Export aus z. B. SAP, etc. kommen.

Inhalte:
- Strukturieren von größeren Datenbeständen
- Filtermöglichkeiten (Autofilter, Spezialfilter)
- Gruppierungen und Gliederungen
- Teilergebnisse
- Datenanalyse mit Pivot-Tabellen
- Voraussetzungen für die Analyse mit Pivot
- Die verschiedenen Bereiche in Pivot-Tabellen (Zeile, Spalte, Werte, Seitenfeld)
- Berechnungsmöglichkeiten im Bereich Werte
- Umgang mit geänderten und neuen Datensätzen
- Was ist beim Gruppieren zu beachten (Datum, Zahlen, benutzerdefiniert)?
- Verwenden von intelligenten Tabellen als Datenquellen in Pivot
- Filtern mit Datenschnitten und Zeitachsen
- Drilldown Ihrer Daten
- Experten-Tipps vom Trainer

Voraussetzungen: gute Excelkenntnisse

Kurs-Nr.: 5.0075
PowerPoint (hybrid)

Dozent:	Michael Fritz
Beginn:	Mi. 16.11.2022
Uhrzeit:	19:30-21:30 Uhr
Ort:	online oder wahlweise im Raum 11 bei der VHS Bad Säckingen
Gebühr:	74,00 €

Mi., 16.11.2022 Freischaltung Lernbaustein
Mi., 23.11.2022 Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr

Zielgruppe: Mit Microsoft PowerPoint wird die Erstellung von aussagekräftigen und hochwertigen Präsentationen zur wahren Freude. Richtig angewendet hinterlassen Sie einen bleibenden Eindruck bei Ihren Zuschauern.

Inhalte: Kennen Sie einen sogenannten Master in PowerPoint? Diese wichtige Kenntnis spart enorm viel Zeit bei der Erstellung einer Präsentation und ist deshalb unverzichtbares Grundwissen.

Weitere Kursthemen sind:
- Folienlayout verwenden
- Folienmaster verändern
- Folien aus einer anderen Präsentation übernehmen
- Folienübergänge definieren
- Animationen sinnvoll anwenden
- Tipps für die Bildschirmpräsentation
- Folien, Notizblätter und Handzettel drucken

Voraussetzungen: Einfache Kenntnisse im Umgang mit dem Computer sind von Vorteil.

Kurs-Nr.: 5.0076
Tastaturschreiben - heute (Präsenz)

Dozent:	Michael Fritz
Beginn:	Do. 17.11.2022
Uhrzeit:	16:45-18:15 Uhr
Termine:	5 x donnerstags
Ort:	VHS Erdgeschoss Raum 11
Gebühr:	92,00 €

Termine:
Do. 17.11.2022 16:45-18:15 Uhr
Do. 24.11.2022 16:45-18:15 Uhr
Do. 01.12.2022 16:45-18:15 Uhr
Do. 08.12.2022 16:45-18:15 Uhr
Do. 15.12.2022 16:45-18:15 Uhr

Zielgruppe: Alle, welche eine Einführung in das 10-Finger-Schreiben am Computer erhalten wollen.

Inhalt: In diesem Kurs erlernen Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit einer neuen und schnelleren Lernmethode das Blindschreiben mit der Tastatur. Sie können gerne einen USB Stick mitbringen, damit Sie die verwendete Software zum Üben mitnehmen können.

Voraussetzungen: KEINE

Präsenzveranstaltung: Die Schulung findet ausschließlich im Raum 11 bei der VHS Bad Säckingen statt.

Kurs-Nr.: 5.0078
Word - Einsteiger / Auffrischer (hybrid)

Dozent:	Michael Fritz
Beginn:	Di. 29.11.2022
Uhrzeit:	19:30-21:30 Uhr
Ort:	online oder wahlweise im Raum 11 bei der VHS Bad Säckingen
Gebühr:	116,00 €

Di., 29.11.2022	Freischaltung Lernbaustein
Di., 06.12.2022	Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr +Freischaltung weiterer Lernbausteine
Di., 13.12.2022	Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr

Zielgruppe: Sie möchten Ihre Kenntnisse in Word auffrischen und festigen?
Inhalte: Auch wenn Sie bereits mit Word arbeiten, schleichen sich immer wieder alte Gewohnheiten in der Textbearbeitung ein. Probleme bestehen in der Regel beim Erfassen von listenartigen Texten. Hier gibt es verschiedene Varianten:
- Tabstopps (links, rechts, dezimal, etc.)
- hängender Einzug
- Tabellen

Nicht jede Variante ist austauschbar, sondern hängt tatsächlich vom Text ab.
Es gibt viele Möglichkeiten, Text zu markieren, um die verschiedenen Formatierungsvarianten zu verwenden. Lernen Sie diese zu nutzen und dadurch schnell und effizient in Word zu arbeiten.
Auch das Erstellen von Etiketten, das Ablegen und Auffinden Ihrer Texte, verwenden von Sonderzeichen, das Nutzen von Autokorrektur bzw. Autoformat, Seiten- und Grundeinstellungen, definieren von Textbausteinen und die Ausgabe als PDF-Datei sind weitere Kursthemen. Teilnehmerfragen sind ausdrücklich erwünscht!

Voraussetzungen: Allgemeiner Umgang mit dem Computer.

Kurs-Nr.: 5.0079
Excel - PowerQuery (hybrid)

Dozent:	Michael Fritz
Beginn:	Mi. 30.11.2022
Uhrzeit:	19:30-21:30 Uhr
Ort:	online oder wahlweise im Raum 11 bei der VHS Bad Säckingen
Gebühr:	74,00 €

Mi., 30.11.2022	Freischaltung Lernbaustein
Mi., 07.12.2022	Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr

Zielgruppe: Sie gehören auch zu den Personen, welche Daten - auch größere Datenmengen - aus vielleicht sogar verschiedenen Quellen in kürzester Zeit aufbereiten (transformieren) und analysieren möchten?

Hierfür bietet Microsoft die Software Power Query. Diese ist u. a. in den aktuellen Excel-Versionen integriert.

Datenanalysen, Prognosen und Excel sind eigentlich seit Jahren untrennbar. Aber in der heutigen IT-Landschaft kommen die Daten zur Analyse nicht aus einfachen Excel-Listen, sondern aus komplexen Softwareprodukten mit oftmals eigenen Auswertungsmöglichkeiten. Sie wünschen aber eine individuelle, angepasste Auswertungsmöglichkeit? Dann exportieren Sie die Daten z. B. nach Excel.
Jetzt geht die Arbeit los... Ist das Datenmaterial richtig erkannt als z. B. Zahl, Text bzw. Datum? Muss ich die Uhrzeit vom Datum trennen? Benötige ich Bedingungen, um die Daten korrekt darstellen zu können? Müssen Daten korrigiert werden?

Diese Dinge sollten Sie in Zukunft nicht mehr manuell mit Eingaben oder komplizierten Funktionen lösen, sondern mit Power Query. Ab der Version 2016 ist Power Query im Register „Daten“ unter „Abrufen und transformieren“ fest eingebaut und kann z.B. als Vorstufe für Pivot-Darstellungen oder als eigenständige Auswertungsmöglichkeit verwendet werden. Auch das "Verbinden" von mehreren Tabellen, bisher z. B. über die Funktion SVerweis gelöst, kann hier automatisiert werden.

Voraussetzungen: Einfache Grundlagen in Excel.

Kurs-Nr.: 5.0080
Excel - Pivot Aufbaukurs (hybrid)

Dozent: Michael Fritz
Beginn: Mo. 12.12.2022
Uhrzeit: 19:30-21:30 Uhr
Ort: online oder wahlweise im Raum 11 bei der VHS Bad Säckingen
Gebühr: 74,00 €

Mo., 12.12.2022 Freischaltung Lernbaustein
Mo., 19.12.2022 Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr

Zielgruppe: Sie arbeiten bereits intensiv mit Pivot und kennen sich bei der Erstellung und Veränderung von Pivottabellen aus. Die Darstellungsformen (Kurz-/Gliederungs- und Tabellenformat mit Gesamt- oder Teilergebnissen) sind Ihnen bekannt und auch die Bereiche (Spalten, Zeilen, Werte und Filter) in Pivot können Sie gut zuordnen. Sie möchten aber noch weitere Berechnungen innerhalb einer PivotTabelle erreichen. Auch berechnete Felder bzw. sog. Measures in PowerPivot interessieren Sie? - dann sind sie in diesem Kurs genau richtig.

Inhalte:
- Kreuztabellen in Datensatzlisten umwandeln
- mehrere Datenquellen zusammenführen
- Beziehungen definieren
- Berechnungen dauerhaft hinterlegen
- automatisierte Aktualisierung
- erste Schritte mit DAX - einer neuen Formelsprache
- Erstellen von Pivot-Tabellen auf Basis des Datenmodells
- Datumstabellen verwenden
- Experten-Tipps vom Trainer

Voraussetzungen: siehe Zielgruppe

Kurs-Nr.: 5.0081
Excel - PowerQuery Aufbau (hybrid)

Dozent: Michael Fritz
Beginn: Mi. 11.01.2023
Uhrzeit: 19:30-21:30 Uhr
Ort: online oder wahlweise im Raum 11 bei der VHS Bad Säckingen
Gebühr: 74,00 €

Mi., 11.01.2023 Freischaltung Lernbaustein
Mi., 18.01.2023 Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr

Zielgruppe: Arbeiten Sie bereits mit Power Query und möchten die vielen Möglichkeiten des Datenimports und der Datenaufbereitung perfektionieren?

Dann ist dieser Kurs genau richtig. Erweitern Sie Ihre Power Query-Grundkenntnisse und vertiefen Ihr Power Query-Wissen mithilfe anschaulicher Praxisbeispiele. Die Kombination von einzelnen Transformationsschritten (vertauschen, pivotieren, entpivotieren, Spalten zusammenführen, Suchen und Ersetzen, ...) werden u. a. in diesen Praxisbeispielen dargestellt.

Das Hauptthema ist das Verwenden der Programmiersprache Language M und das Arbeiten mit dem Power Query-Editor. Wir verwenden Parameter, erstellen Funktionen und können damit unsere Arbeit noch effizienter automatisieren. Praxisfragen sind ausdrücklich erwünscht!

Voraussetzungen: Grundlagen im Arbeiten mit Power Query.

Kurs-Nr.: 5.0086
Erstellen einer modernen Website mit WordPress (hybrid)

Dozent: Rudolf Korhummel
Beginn: Mi. 05.10.2022
Uhrzeit: 19:00-22:00 Uhr
Termine: 4 x mittwochs
Ort: online oder wahlweise im Raum 11 bei der VHS Bad Säckingen
Gebühr: 160,00 €

Zielgruppe: Personen, die eine Website für eine Firma, einen Verein oder einen anderen Zweck aufbauen wollen.
Voraussetzungen: Gute Kenntnisse im Umgang mit dem PC. Dies ist ein Hybridkurs. Eine Teilnahme in Präsenz ist ebenso möglich wie online.

Termine:
05.10.2022 19:00-22:00 Uhr
12.10.2022 19:00-22:00 Uhr
19.10.2022 19:00-22:00 Uhr
26.10.2022 19:00-22:00 Uhr

Kurs-Nr.: 5.0082
Excel - Aufbau (hybrid)

Dozent: Michael Fritz
Beginn: Mo. 16.01.2023
Uhrzeit: 19:30-21:30 Uhr
Ort: online oder wahlweise im Raum 11 bei der VHS Bad Säckingen
Gebühr: 116,00 €

Mo., 16.01.2023 Freischaltung Lernbaustein
Mo., 23.01.2023 Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr +Freischaltung weiterer Lernbausteine
Mo., 30.01.2023 Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr

Zielgruppe: Sie nutzen die Tabellenkalkulation Excel bereits? Wollen aber nicht nur einfache Berechnungen durchführen?

In diesem Seminar haben Sie die Möglichkeit, weitere Funktionalitäten von Excel kennen zu lernen. Sie können anschließend komplizierte und verschachtelte Formelausdrücke erstellen.
Weitere Kursinhalte sind:
- nutzen des Funktionsassistenten
- diverse Funktionen anwenden, u. a. Wenn(), ZählenWenn(), Sverweis()
- filtern, sortieren von größeren Datensammlungen
- Datenbankfunktionen von Excel nutzen
- mit Datums- und Zeitfunktionen arbeiten
- Zahlenformate definieren
- Gültigkeitsregeln und bedingte Formatierungen definieren
- Experten-Tipps vom Trainer

Voraussetzungen: Grundfunktionen, wie sie im Kurs Excel - Einsteiger / Auffrischer vermittelt werden, z. B. relative und absolute Zelladressierung, also Sie kennen den Unterschied in den Formeln =A1+B1 bzw. =A1+$B$1

Kurs-Nr.: 5.0083
Excel - Einsteiger / Auffrischer (hybrid)

Dozent: Michael Fritz
Beginn: Di. 17.01.2023
Uhrzeit: 19:30-21:30 Uhr
Ort: online oder wahlweise im Raum 11 bei der VHS Bad Säckingen
Gebühr: 116,00 €

Di., 17.01.2023 Freischaltung Lernbaustein
Di., 24.01.2023 Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr +Freischaltung weiterer Lernbausteine
Di., 31.01.2023 Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 5.0069

Kurs-Nr.: 5.0085
Ordnung auf dem Computer halten! (hybrid)

Dozent: Michael Fritz
Beginn: Mi. 01.02.2023
Uhrzeit: 19:30-21:30 Uhr
Ort: online oder wahlweise im Raum 11 bei der VHS Bad Säckingen
Gebühr: 74,00 €

Mi., 01.02.2023 Freischaltung Lernbaustein
Mi., 08.02.2023 Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr

Zielgruppe: Sie möchten Ihre Festplatte aufräumen und Ihre eigenen Dateien besser organisieren? Sie möchten wissen, wie Sie eine Datensicherung durchführen können?

Lernen Sie die grundlegenden Techniken, um Ordnung auf Ihrem PC zu schaffen. Anlegen von Ordnern, kopieren, verschieben und löschen von Dateien. Mit Hilfe von Beispielen organisieren Sie Ihre Festplatte. Weitere Themen rund um die Festplatte und Ihre Daten sind Inhalte des Kurses. Der Kurs ist hauptsächlich für PCs mit dem Betriebssystem Windows gedacht.

Voraussetzungen: Allgemeine Computerkenntnisse.

Besuchen Sie uns im Internet:
www.bsvhs.de

Die Anmeldung ist verbindlich und wird von der VHS nicht bestätigt.

Eine Benachrichtigung erfolgt nur bei Änderung, Kursabsagen oder bei Nichtberücksichtigung der Anmeldung wegen Überbelegung!

vhs

Mitglied im Volkshochschulverband Baden-Württemberg e.V.

Geschäftsstelle:
Im Kultur- und Verkehrsamt Wehr,
Hauptstraße 14, 79664 Wehr
Tel.: +49 (7762) 808-602
Fax: +49 (7762) 808-150
Internet: http://www.vhs-wehr.de
E-Mail-Adresse: vhs@wehr.de
Volkshochschule Wehr
vhs_wehr

Bürozeiten:
Mo. bis Fr. 8.00 -12.00 Uhr und
Di. 14.00 -16.00 Uhr
Do. 15.00 -18.30 Uhr

Leitung:
Fatima Zobeidi-Weber, Tel.: +49 (7762) 808-602

VHS-Geschäftsstelle:
Lorena Brigante, Tel.: +49 (7762) 808-601

1. Vorsitzende des Beirates:
Annette Hufschmidt

2. Vorsitzender des Beirates:
Johannes Mulflur

Inhaltsverzeichnis Programm

ABGs / Datenschutz 36

Unsere Highlights 39

Wochenendtermine auf einen Blick 41

Junge VHS 42

Vorträge & Diashows 44

Führungen & Ausflüge 49

Jahresprogramm der Spätlese 51

Kultur, Kunst & Musik 52

Gesundheit & Ernährung 61

Sprachen 72

EDV, Arbeit, Beruf 75

ZBQ Zertifizierte BildungsQualität

Allgemeine Geschäftsbedingungen der Volkshochschule Wehr

Die Volkshochschule der Stadt Wehr ist eine von der Stadt getragene Einrichtung der Weiterbildung, die allen Erwachsenen und Heranwachsenden offen steht.

Anmeldung

Bei allen Veranstaltungen der VHS (Vorträge und Konzerte ausgenommen) ist eine Anmeldung nach Erscheinen des Programms erforderlich. Die Anmeldung erfolgt schriftlich mit der unterschriebenen Anmeldekarte, per Fax, E-Mail oder über die Homepgage der VHS Wehr: www.vhs-wehr.de. Mit der Anmeldung werden die Geschäftsbedingungen der VHS Wehr anerkannt.
Die erhobenen Daten werden für Verwaltungszwecke elektronisch gespeichert; sie werden nicht an Dritte weitergegeben.

Die Anmeldung ist verbindlich. Sie gilt als bestätigt, falls keine schriftliche oder telefonische Absage erteilt wird.
Nur bei Änderungen und Kursabsagen werden Sie benachrichtigt.

Die Anmeldungen sollten spätestens 4 Arbeitstage vor Kursbeginn eingegangen sein. Die Aufnahme in die Kurse erfolgt in der Reihenfolge des Eingangs der Anmeldung bei der Geschäftsstelle.

Weitermeldeliste

Sie haben im Kurs die Möglichkeit sich in die Weitermeldeliste für das nächste Semester einzutragen. Ihre Unterschrift auf der Weitermeldeliste gilt dann als verbindliche Anmeldung für das kommende Semester und Sie sind automatisch angemeldet, vorausgesetzt dieser Kurs wird nochmals angeboten. Die Abmelde- und Rücktrittsmöglichkeiten gelten hier genauso.

Gebühren

Die Gebühren für den Besuch der Veranstaltungen sind im Programmheft ausgewiesen. Bei Kursen mit Materialverbrauch sind die Materialkosten nicht in den Kursgebühren enthalten. Diese Materialkosten werden in der Regel separat ausgewiesen und gemeinsam mit den Kursgebühren in Rechnung gestellt. Die Zahlung der Gebühren erfolgt per Überweisung nach Erhalt der Rechnung. Die Rechnungszustellung erfolgt nach dem 3. Kursabend. Die Kursgebühr ist innerhalb von 14 Tagen ab Rechnungsdatum zu überweisen. Für die Anmahnung von Teilnehmergebühren erhebt die VHS eine Bearbeitungsgebühr von € 4,00. Bei Vorträgen oder Einzelveranstaltungen wird die Gebühr an der Abendkasse bezahlt.

Die VHS gewährt folgende Gebührenermäßigungen:
25 % Ermäßigung für Schüler, Studenten, Auszubildende, ALG –Empfänger, Leistungsempfänger nach dem Asylbewerbergesetz, Schwerbehinderte (GdB 50) auf Kurse und Seminare. Keine Ermäßigung bei Studienreisen, Exkursionen, Führungen und Kinderkursen. Geschwisterrabatt beim 2. Kind 25 %. Diese Regelung gilt nicht für Kurse, mit weniger als 10 voll zahlenden Teilnehmern/innen.

Kinder/Familienangebote mit Ausnahme solcher Kurse, die vom Land Baden-Württemberg nicht gefördert werden, sollen lediglich kostendeckend (d.h. Honorar = Gebühr) kalkuliert werden. Der VHS-Beirat hat die Möglichkeit, diese Kurse, wenn sie von besonderer sozialer Bedeutung sind, zusätzlich günstiger zu gestalten.

Der Ermäßigungsanspruch entfällt bei Kursen mit weniger als 10 voll zahlenden Teilnehmern.
Über weitere Gebührenermäßigungen oder Befreiungen in besonderen Einzelfällen entscheidet der Bürgermeister.

Abmeldung / Rücktritt

Angemeldete Kursteilnehmer können sich ohne Angabe von Gründen schriftlich bei der VHS-Geschäftsstelle abmelden:

Folgende Fristen sind für einen kostenfreien Rücktritt zu beachten:
- bei Kursen mit 7 oder weniger Terminen, bei Wochenend kursen und Exkursionen: bis zu 4 Arbeitstage vor Kursbeginn
- bei Kursen mit 8 oder mehr Terminen: bis zu 4 Arbeitstage nach dem ersten Kursabend
- bei Kursen von E. Romanzin: bis zu 7 Arbeitstage vor Kursbeginn

Entscheidend ist der Eingang der Abmeldung bei der VHS-Geschäftsstelle.
Das Fernbleiben vom Kurs bzw. von der Exkursion gilt nicht als Abmeldung!
Bei nicht rechtzeitiger Abmeldung wird die volle Kursgebühr zuzüglich der Materialgebühr erhoben.

Durchführung der Veranstaltungen

Die VHS kann eine Veranstaltung wegen mangelnder Beteiligung, Ausfall eines Kursleiters oder auch aus anderen Gründen absagen. In diesem Fall werden die angemeldeten Kursteilnehmer benachrichtigt. Weitergehende Forderungen gegenüber der VHS sind ausgeschlossen.

Durch Krankheit oder sonstige Verhinderung des Kursleiters ausfallende Stunden werden nachgeholt.

Ein Sprachkurs kann bei weniger als 8 Teilnehmern in der Regel nur durchgeführt werden, wenn ein von der VHS festgesetzter Preisaufschlag (lt. Tabelle im Programmteil) von allen Kursteilnehmern akzeptiert wird. Die Entscheidung fällt zu Beginn der zweiten Kursveranstaltung.

Über eine Kurszusammenlegung oder Kursteilung entscheidet die Leitung der Volkshochschule.

Teilnahmebescheinigungen

Teilnahmebescheinigungen werden auf Wunsch ausgestellt.

Unterrichtsräume

Die Teilnehmer werden um pflegliche Behandlung der Räume und Einrichtungen gebeten. Die Hausordnung des jeweiligen Veranstaltungsortes ist zu beachten. In allen Schul- und Unterrichtsräumen ist das Rauchen verboten.

Haftung

Die Volkshochschule vermittelt die Veranstaltungen, übernimmt jedoch keine Haftung für irgendwelche Schäden, die bei der Teilnahme an Veranstaltungen und Studienfahrten entstehen können. Dies gilt für die Teilnehmer und die Dozenten. Eltern haften für ihre Kinder. Kursteilnehmer haften für die durch sie verursachten Schäden.

Aktuelle Hinweise

Hinweise über Änderungen bei Veranstaltungen entnehmen Sie bitte dem Lokalteil der örtlichen Tageszeitungen, dem Mitteilungsblatt der Stadt Wehr oder der Homepage www.vhs-wehr.de

Veranstaltungsorte

– Talschule I, Talschule II, Talschule III sowie Talturnhalle (Schulplatz 4-7)
– Gemeinschaftsschule Wehr, Zelgturnhalle (Zelgstraße 39 und 39a)

– Seebodenhalle (Seebodenstr. 21)

– Altes Schloss (beim Rathaus)

– Seminarraum, Hintereingang Stadthalle Wehr (Hauptstr. 14)

– Museum der Stadt Wehr (Hauptstr. 14)

– Gruppenraum, ehemaliger Kindergarten In der Au, Austr. 8

– Grund- und Hauptschule Öflingen (Wehratalstr. 56, Stadtteil Öflingen)

– Stadthalle Wehr (Hauptstr. 14)

– Hallenbad Wehr (Frankenmatt 10)

– Zeitungsleseraum in der Mediathek (Waldstr. 8)

– Evangelischer Pfarrsaal (Bahnstr. 4)

- Bewegungsraum im Familienzentrum Wehr, Georg-Kerner-Str. 12

- Restaurant Storchehus, Hauptstr. 52

- Bewegungsraum im Kiga Seeboden, Breslauer Str. 1

Unterrichtsfreie Zeit

Sofern mit den Kursleitern nicht ausdrücklich etwas anderes vereinbart wird, finden während der Schulferien und an gesetzlichen Feiertagen keine Kurse statt.

Datenschutzbestimmungen der Volkshochschule Wehr

Informationspflicht im Zusammenhang mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung der VHS gem. Art. 13 DSGVO

Die Stadt Wehr nimmt den Schutz der Privatsphäre bei der Verarbeitung persönlicher Daten sehr ernst. Daher berücksichtigen wir die datenschutzrechtlichen Anforderungen der neuen Europäischen Datenschutzgrundverordnung in unseren Geschäfts- und Verwaltungsprozessen.

Wir erheben und verarbeiten die persönlichen Daten gemäß den europäischen und deutschen gesetzgeberischen Bestimmungen. Daher informieren wir als verantwortliche Stelle nachfolgend darüber wie, zu welchem Zweck und auf Grund welcher Rechtsgrundlage wir personenbezogene Daten verarbeiten, die wir ihm Rahmen von Anmeldungen zu VHS-Kursen erheben.

1. Name und Kontaktdaten der verantwortlichen Stelle

Stadt Wehr
Hauptstraße 16
79664 Wehr

Tel: 07762/808-0
E-Mail: stadt@wehr.de
www.wehr.de

Ihr Vertrauen ist uns wichtig und für eine partnerschaftliche Zusammenarbeit unersetzlich. Daher können Sie sich bei Fragen betreffend den Datenschutz an unsere/n Datenschutzverantwortliche/n wenden. Gerne können Sie uns per E-Mail über die Adresse info.datenschutz@wehr.de kontaktieren.

2. Name und Kontaktdaten des Datenschutzbeauftragten

Frau Franziska Malik
E-Mail: datenschutz@wehr.de
Unsere externe Datenschutzbeauftragte Franziska Malik ist über die angegebene E-Mail-Adresse direkt erreichbar.

3. Zweck und Rechtsgrundlage der Verarbeitung der personenbezogenen Daten

Durchführung von vorvertraglichen Informationen und zum Zwecke der Vertragserfüllung bei Anmeldungen zu VHS-Kursen.

Rechtsgrundlage sind Artikel 6 Abs. 1 b der DSGVO sowie die allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS.

4. Empfänger oder Kategorien von Empfängern, denen personenbezogene Daten (noch) offengelegt werden

- Fachabteilung (Kulturamt)
- Finanzabteilung zur Abwicklung des Zahlungsverkehrs
- Dozenten/Dozentinnen

Eine darüberhinausgehende Weitergabe Ihrer personenbezogenen Daten an verbundene Unternehmen oder beauftragte Dritte erfolgt nur, sofern dies zur Vertragserfüllung erforderlich ist. Dies erfolgt im Rahmen einer Auftragsverarbeitung nach Artikel 28 DSGVO. Wir bleiben in diesem Fall für den Schutz Ihrer Daten verantwortlich. Die Dienstleister arbeiten ausschließlich gemäß unseren Weisungen, dies wird durch vertragliche Regelungen, technische und organisatorische Maßnahmen sowie regelmäßige Kontrollen sichergestellt. Des Weiteren sind diese Unternehmen zur Vertraulichkeit der Ihnen übermittelten Daten verpflichtet.

Aufgrund einer rechtlichen Verpflichtung, behördlicher oder gerichtlicher Anordnung sind wir dazu verpflichtet Ihre personenbezogenen Daten weiterzugeben. Dies kann beispielsweise zur Begründung oder zum Schutz von rechtlichen Ansprüchen, zur Abwehr von Klagen, aufgrund einer betrieblichen Prüfung oder Revision oder zur Verhinderung von Missbrauch und sonstiger widerrechtlicher Aktivitäten, erforderlich sein.

5. Übermittlung von personenbezogenen Daten an ein Drittland

Eine Übermittlung Ihrer personenbezogenen Daten an ein Drittland erfolgt nicht.

6. Dauer der Datenspeicherung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungsfristen. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt.

Sollten sie uns für weitere Kontaktaufnahmen wie z. B. für Werbezwecke ausdrücklich schriftlich ermächtigt haben, so erfolgt eine Speicherung Ihrer Daten bis zu Ihrem Widerruf.

7. Ihre Rechte (Betroffenenrechte)

Nach der DSGVO stehen Ihnen folgende Rechte zu:

Werden Ihre personenbezogenen Daten verarbeitet, so haben Sie das Recht, Auskunft über die zu Ihrer Person gespeicherten Daten zu erhalten (Art. 15 DSGVO).

Sollten unrichtige personenbezogene Daten verarbeitet werden, steht Ihnen ein Recht auf Berichtigung zu (Art. 16 DSGVO).

Liegen die gesetzlichen Voraussetzungen vor, so können Sie die Löschung oder Einschränkung der Verarbeitung verlangen sowie Widerspruch gegen die Verarbeitung einlegen oder bei automatisierter Verarbeitung Ihr Recht auf Datenübertragbarkeit einfordern (Art. 17 bis 21 DSGVO).

8. Beschwerderecht bei der Aufsichtsbehörde

Im Falle datenschutzrechtlicher Verstöße oder wenn Sie der Auffassung sind, dass die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten unzulässig ist, steht Ihnen ein Beschwerderecht bei der zuständigen Aufsichtsbehörde zu.

Diesbezüglich können Sie sich in datenschutzrechtlichen Fragen an den Landesbeauftragten für den Datenschutz und die Informationsfreiheit in Baden –Württemberg wenden.

https://www.baden-wuerttemberg.datenschutz.de

9. Bereitstellung der Daten

Ohne die Bereitstellung Ihrer Daten kann kein Vertragsabschluss erfolgen. Eine Teilnahme an einem VHS-Kurs ist damit nicht möglich.

Unsere Highlights

KEIN APPLAUS FÜR PODMANITZKI

Das Theater mit dem Theater
Frei nach Ephraim Kishon
In Kishons Theatersatire beleuchtet die Theatergruppe der VHS-Wehr das „Theater mit dem Theater“ in all seinen Feinheiten. Während die Besucherzahlen bei Theater, Oper und Ballett immer mehr zurückgehen und allenfalls das Musical noch ein paar Erfolge verbuchen kann, bleibt das rege Treiben auf der anderen Seite des Vorhangs bestehen wie eh und je. Regisseure, Schauspieler und Techniker liefern sich alltägliche Scharmützel um Anerkennung, Probenhonorare und Kamillentee, Feilschen um Hauptrollen, Freikarten und um jeden noch so kleinen Auftritt im kommenden Bühnenerfolg. Dabei ziehen alle Beteiligten sämtliche Register der feinen Diplomatie und wenn das nicht hilft, wird schamlos erpresst, geflirtet und genötigt.
Mittendrin im alltäglichen „Bühnenkampf“ steckt der mittelmäßige Schauspieler Jarden Podmanitzki, der es in über zwanzig Jahren Bühnentätigkeit noch nie geschafft hat, alleine im Mittelpunkt des Bühnengeschehens zu stehen und sein wohlverdientes „Brot des Künstlers“, den Applaus des Publikums einzuheimsen.

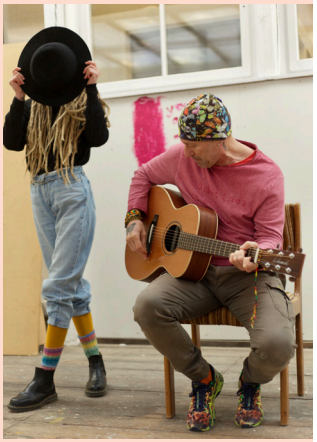
Premiere: Freitag, 09.09.2022 um 13:30 Uhr in der Stadthalle
Weitere Vorstellungen: Samstag, 10.09.2022 und Sonntag, 11.09.2022, jeweils 13:30 Uhr
Eintritt: 7,00 €: Kartenbestellung über die vhs Wehr und an der Abendkasse

Wir sagen Nein zu Gewalt an Frauen

Unter dem Motto "Zonta says No" und "Orange the World" finden in jedem Jahr vom 25. November bis zum 10. Dezember weltweit Projekte zur Bekämpfung und Verhinderung von Gewalt gegenüber Frauen und Mädchen statt. Markante Gebäude, wie die Allianz Arena in München oder die Oper in Dortmund, werden als Zeichen der Solidarität in dieser Zeit orange angestrahlt. Auch in Wehr zeigen orange beleuchtete Gebäude, dass Frauen in Not nicht alleine sind. Zusammen mit dem Zonta Club Südschwarzwald, www.zonta-suedschwarzwald.de, engagiert sich die VHS Wehr gegen Gewalt an Frauen und Mädchen. Dazu sind einige Veranstaltungen im Aktionszeitraum geplant.

ZONTA
CLUB OF SUEDSCHWARZWALD AREA
MEMBER OF ZONTA INTERNATIONAL
EMPOWERING WOMEN THROUGH SERVICE & ADVOCACY

Kurs-Nr.: 222-110511
Samstag, 26.11.2022 um 19:00 Uhr im Storchehus
Eintritt: 12,00 € (Voranmeldung oder Abendkasse)
Klaus Zeh & Adeline: Dunkelziffer



Das Künstlerduo klaus zeh & adeline engagiert sich mit seinem Bühnenprogramm "Dunkelziffer" gegen Gewalt an Kindern und Frauen.
Auch der weltweite Kinderhandel und die Zwangsprostitution stehen im Fokus.
Erzählt wird die Geschichte von Sophia, einem Mädchen, das sein Zuhause verlassen muss und zu einer grausamen Tätigkeit gezwungen wird.
Erschreckende Fakten und aktuelle Stimmen von Menschenrechtsaktivist:innen beleuchten jenen tabuisierten Bereich unserer Gesellschaft.
Songs von bemerkenswerten Frauen aus fünf Jahrzehnten Musikgeschichte und die Eigenkompositio-

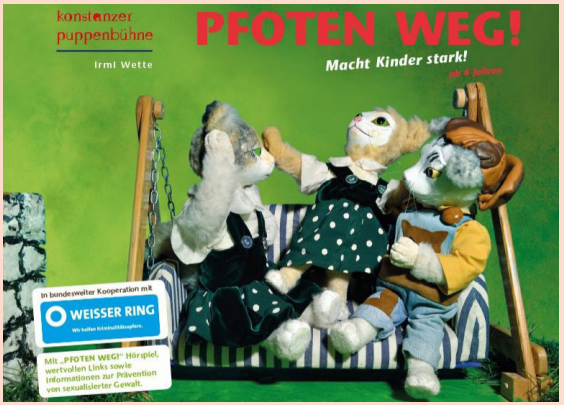
nen des Duos tun das, was Musik am besten kann: Spiegeln, Wege zeigen und Hoffnung schenken.
Klaus Zeh schafft es wie keinanderer, den Weg in den Abgrund zu beschreiben, und nicht den Abgrund selbst." (Reutlinger General-Anzeiger)

Kurs-Nr.: 222-106502
Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen ab 14 Jahren
In Kooperation mit WP Sicherheitsmanagement GbR
www.wp-sicherheitsmanagement.de
Samstag, 26.11.2022 und Samstag, 03.12.2022 jeweils von 10:00 Uhr - 15:00 Uhr
Bewegungsraum im Familienzentrum
Kursgebühr: 90,00 €
Material: Turnschuhe, keine besondere Kleidung nötig – trainiert wird in Alltagskleidung

Ziel des Kurses ist das gezielte Erlernen von Anhaltspunkten zur Erkennung und Einschätzung potentieller Gefahren und Risiken im Alltag. Die gewaltlose Bewältigung von bedrohlichen Situationen durch verbale und nonverbale Deeskalationstechniken steht dabei im Vordergrund. Zusätzlich soll durch das Erlernen von einfachen und realistischen Selbstverteidigungstechniken die Sicherheit erhöht werden. Dabei werden auch Hilfsmittel wie Pfefferspray und der Notwehrstick vorgestellt.
Die Schulungsinhalte sind gezielt auf die physischen und psychischen Eigenschaften von Männern und Frauen angepasst und werden in realen Szenarien und Rollenspielen gezielt vermittelt.

Für die Teilnahme an unserem Selbstverteidigungskurs für Mädchen und Frauen brauchen Sie keine speziellen physischen Voraussetzungen. Persönliche Ängste und andere sensible Themen behandeln wir sehr vertraulich und berücksichtigen diese in der Behandlung.
Ein Teil des Honorars wird vom Dozenten zugunsten des Frauenhauses in Waldshut gespendet!

Veranstaltung in Kooperation mit der Mediathek der Stadt Wehr



„Pfoten weg!" hilft Kindern, „NEIN!" zu sagen

Jedes vierte Mädchen und jeder siebte Junge erlebt in seinem Leben Übergriffe, körperliche oder sexualisierte Gewalt. Übergriffe beginnen meist unmerklich und schleichend. Täter:innen sind überwiegend Personen aus dem vertrauten Nahumfeld.

Das interaktive Figurentheaterstück „Pfoten weg!", der damit verbundene Aktionstag und die vielen Begleitmaterialien wie Bilderbuch oder Hörspiel unterstützen Kinder darin:

- Übergriffe zu erkennen
- Dem eigenen Gefühl zu vertrauen
- Selbstbewusst Grenzen zu setzen
- Sich Hilfe zu holen
- Sich nicht verantwortlich oder schuldig zu fühlen

Daneben werden auch Eltern und Pädagog:innen umfassend geschult darin, Kinder im Setzen von Grenzen zu unterstützen und betroffenen Kindern zu helfen.

Seit 2021 engagiert sich außerdem der gemeinnützige Internationale Verein zur Förderung des pädagogischen Präventionstheaters e.V. „Pfoten weg!" für die internationale Verbreitung des bewährten Präventionskonzepts – unter anderem als mehrsprachiger Kinofilm und mit europaweiten Kinoaktionstagen.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Mediathek der Stadt Wehr statt.
Montag, 28.11.2022 in der Stadthalle Wehr

Weitere Informationen erhalten Sie unter www.mediathek-wehr.de.

MEDIATHEK der Stadt WEHR

Die Wochenend-Termine auf einen Blick…

Junge VHS

Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen ab 14 Jahren,
Kurs-Nr.: 222-106502, 26.11.2022 – 03.12.2022
Selbstverteidigung für Kinder von 7 – 11 Jahren,
Kurs-Nr.: 222-106503, 01.10.2022 – 02.10.2022

Vorträge & Diashows

Dunkelziffer, Kurs-Nr.: 222-110512, 26.11.2022
Theater: KEIN APPLAUS FÜR PODMANITZKI,
Kurs-Nr.: 222-110513, 09.09.2022 – 11.09.2022
Philosophieren mit Frühstück am Markttag
Kurs-Nr.: 222-110516, 24.09.2022
Kurs-Nr.: 222-110517, 22.10.2022
Kurs-Nr.: 222-110518, 26.11.2022
Kurs-Nr.: 222-110519, 10.12.2022

Führungen & Ausflüge

Baselführung I: Innenstadt – Münster,
Kurs-Nr.: 222-110520, 15.10.2022
Baselführung II: St. Alban – Papiermuseum,
Kurs-Nr.: 222-110521, 12.11.2022
Workshop: Bilder wollen gesehen werden.
Wir befragen sie und versuchen ihnen Sinn zu entnehmen,
Kurs-Nr.: 222-110522, 18.11.2022 – 19.11.2022

Kultur, Kunst und Musik

Didgeridoo Workshop, Kurs-Nr.: 222-201504, 01.10.2022
Klang und Stille, Kurs-Nr.: 222-201506, 19.11.2022
Künstlerisches Zeichnen Gruppe A, Kurs-Nr.: 222-201509,
17.09.2022 – 12.11.2022
Künstlerisches Zeichnen Gruppe B,
Kurs-Nr.: 222-201510, 24.09.2022 – 19.11.2022
Reiseskizzen schnell gestalten
(Workshop, Aquarell),
Kurs-Nr.: 222-201520, 17.09.2022
Polarlichter (Workshop, Acryl),
Kurs-Nr.: 222-201521, 24.09.2022
Vereinfachte Perspektive für Skizzen
(Workshop, Zeichnen/Aquarell),
Kurs-Nr.: 222-201522, 22.10.2022
Himmel und Wolken zum Sonnenuntergang
(Workshop, Acryl), Kurs-Nr.: 222-201523, 05.11.2022
Bella Italia in Aquarell: Vespa & Fiat 500
(Workshop, Aquarell), Kurs-Nr.: 222-201524, 12.11.2022
Acrylwerkstatt: Bilder unter Anleitung fertigstellen,
Kurs-Nr.: 222-201525, 19.11.2022
Bergpanorama (2-tägiger Workshop, Acryl),
Kurs-Nr.: 222-201526, 26.11.2022 – 27.11.2022
Informationsnachmittag der Malschule Elena Romanzin,
Kurs-Nr.: 222-201527, 03.12.2022

Gesundheit

PAMF – Power Aerobic Meets Functional,
Kurs-Nr.: 222-300412, 08.10.2022 – 19.11.2022

Ernährung

Syrische Küche
Kurs-Nr.: 222-307502, 10.09.2022
Kurs-Nr.: 222-307503, 15.10.2022
Kurs-Nr.: 222-307504, 05.11.2022
Kurs-Nr.: 222-307505, 03.12.2022

Online Kurse

Gesundheit und Ernährung

Hybrid-Kurs: Mit Kundalini Yoga in den Feierabend,
Kurs-Nr.: 222-301400, 19.09.2022 – 21.11.2022

Hybrid-Kurs: Mit Kundalini Yoga in den Feierabend II,
Kurs-Nr.: 222-301401, 09.01.2023 – 13.02.2023

Online: Meditation,
Kurs-Nr.: 222-301406, 27.09.2022 – 25.10.2022

Sprachen

Online: Französisch für Anfänger*innen (A1),
Kurs-Nr.: 222-408500, 05.10.2022 – 07.12.2022

EDV, Arbeit und Beruf

Outlook: Adressen, Termine, E-Mails,
Kurs-Nr.: 222-50067, 06.10.2022

Excel – Visualisierung,
Kurs-Nr.: 222-50068, 10.10.2022

Excel – Einsteiger / Auffrischer,
Kurs-Nr.: 222-50069, 11.10.2022

Umsteigen aus Windows 11,
Kurs-Nr.: 222-50070, 14.10.2022

Word – Serienbrief,
Kurs-Nr.: 222-50072, 10.11.2022

Excel – Pivot-Tabellen / Listenauswertungen,
Kurs-Nr.: 222-50074, 14.11.2022

PowerPoint,
Kurs-Nr.: 222-50075, 16.11.2022

Excel – Einsteiger / Auffrischer,
Kurs-Nr.: 222-50077, 24.11.2022

Word – Einsteiger / Auffrischer,
Kurs-Nr.: 222-50078, 29.11.2022

Excel – PowerQuery,
Kurs-Nr.: 222-50079, 30.11.2022

Excel – Pivot Aufbaukurs,
Kurs-Nr.: 222-50080, 12.12.2022

Excel – PowerQuery Aufbau,
Kurs-Nr.: 222-50081, 11.01.2023

Excel – Aufbau,
Kurs-Nr.: 222-50082, 16.01.2023

Excel Einsteiger / Auffrischer,
Kurs-Nr.: 222-50083, 17.01.2023

Outlook: Adressen, Termine, E-Mails,
Kurs-Nr.: 222-50084, 19.01.2023

Ordnung auf dem Computer halten!,
Kurs-Nr.: 222-50085, 01.02.2023

Junge VHS

Kurs-Nr.: 222-106500
Kindertöpfern ab 7 Jahren

Dozent/in:	Marianne Sturn
Beginn:	Freitag, 16.09.2022
Termin:	4 x freitags
Uhrzeit:	16:00 Uhr - 18:00 Uhr
Ort:	Werkraum, Schule Öflingen
Kursgebühr:	55,00 €
Material:	15,00 € (Materialkosten werden vor Ort bezahlt)

Gemessen am Alter und der individuellen Fähigkeit des Kindes lernen wir verschiedene Techniken kennen. Das Erlebnis mit dem weichen, formbaren Ton regt die Phantasie sowie die Experimentierfreude des Kindes an und kann somit auch eine emotionale Entspannung bewirken.

Kurs-Nr.: 222-106501
Kindertöpfern ab 7 Jahren II

Dozent/in:	Marianne Sturn
Beginn:	Freitag, 28.10.2022
Termin:	4 x freitags
Uhrzeit:	16:00 Uhr - 18:00 Uhr
Ort:	Werkraum, Schule Öflingen
Kursgebühr:	55,00 €
Material:	15,00 € (Materialkosten werden vor Ort bezahlt)

Siehe Kurs-Nr.: 222-106500

Besuchen Sie uns im Internet:
www.vhs-wehr.de

Kurs-Nr.: 222-106502
Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen ab 14 Jahren

Dozent/in: W&P Sicherheitsmanagement GbR
Beginn: Samstag, 26.11.2022 und Samstag, 03.12.2022
Termin: 2 x samstags
Uhrzeit: 10:00 Uhr - 15:00 Uhr
Ort: Bewegungsraum, Familienzentrum
Kursgebühr: 90,00 €
Material: Turnschuhe, keine besondere Kleidung nötig - trainiert wird in Alltagskleidung.

Ziel des Kurses ist das gezielte Erlernen von Anhaltspunkten zur Erkennung und Einschätzung potentieller Gefahren und Risiken im Alltag. Die gewaltlose Bewältigung von bedrohlichen Situationen durch verbale und non-verbale Deeskalationstechniken steht dabei im Vordergrund. Zusätzlich soll durch das Erlernen von einfachen und realistischen Selbstverteidigungstechniken die Sicherheit erhöht werden. Dabei werden auch Hilfsmittel wie Pfefferspray und der Notwehrstick vorgestellt.

Die Schulungsinhalte sind gezielt auf die physischen und psychischen Eigenschaften von Männern und Frauen angepasst und werden in realen Szenarien und Rollenspielen gezielt vermittelt.

Für die Teilnahme an unserem Selbstverteidigungskurs für Mädchen und Frauen brauchen Sie keine speziellen physischen Voraussetzungen. Persönliche Ängste und andere sensible Themen behandeln wir sehr vertraulich und berücksichtigen diese in der Behandlung der Schulungsinhalte.

Kurs-Nr.: 222-106503
Selbstverteidigung für Kinder von 7 - 11 Jahren

Dozent/in: W&P Sicherheitsmanagement GbR
Beginn: Samstag, 01.10.2022 und Sonntag, 02.10.2022
Termin: 1x samstags/sonntags
Uhrzeit: 10:00 Uhr - 13:00 Uhr
Ort: Bewegungsraum, Familienzentrum
Kursgebühr: 50,00 €
Material: Turnschuhe, keine besondere Kleidung nötig - trainiert wird in Alltagskleidung.

Kinder sind im Alltag, in Schulen oder auf dem Nachhauseweg Gefährdungen unterschiedlichster Art ausgesetzt. Aus diesem Grund hat es sich das Team von W&P Sicherheitsmanagement zur Aufgabe gemacht, Kinder in ihrer Selbstbehauptung und Sicherheit zu schulen. Die Schulungsinhalte sind didaktisch und pädagogisch so gestaltet, dass die ernsten und sensiblen Thematiken mit einem hohen Spaßfaktor vermittelt werden, um die persönliche Sicherheit von Kindern nachhaltig zu erhöhen.
Folgende Kursinhalte werden den Kindern realitätsnah vermittelt:
Sensibilisierung des Umganges mit Fremden, Vertrauen auf das Bauchgefühl, Erkennung und Einschätzung potentieller Gefahren, „Nein“ – Die Verwendung der Stimme als Waffe, Schulung der Selbstbehauptung, das Erlernen einfacher Selbstverteidigungstechniken in Notfallsituationen. Es werden eventuelle Gefahrensituationen des alltäglichen Lebens in praxisbezogenen Rollenspielen aufgezeigt.

Kurs-Nr.: 222-106504
Harmonische Babymassage nach Bruno Walter

Dozent/in: Bianca Beck
Beginn: Freitag, 16.09.2022
Termin: 5 x freitags
Uhrzeit: 10:00 Uhr - 11:00 Uhr
Ort: Galerie, Altes Schloss
Kursgebühr: 54,00 €
Material: Benötigt wird eine Gymnastikmatte, zwei Badehandtücher, eine Mullwindel, sowie bequeme Kleidung.

Die harmonische Babymassage ist eine wundervolle Möglichkeit Ihrem Kind auf ganz einfache und natürliche Art Geborgenheit, Ruhe, Entspannung und Liebe zu geben. Durch die Massage können die Durchblutung gefördert, Muskulatur entspannt, der Stoffwechsel angeregt, Blähungen positiv beeinflusst und Unruhestände verbessert werden. Der Kurs ist für Kinder von ca. 6 Wochen bis ca. 6 Monate ausgerichtet.

Vergessen Sie den Kursbeginn nicht!

Auch bei Nichtteilnahme ist die Kursgebühr fällig, wenn der Rücktritt nicht rechtzeitig erfolgt ist!

(siehe Geschäftsbedingungen Seite 36)

Vorträge & Diashows

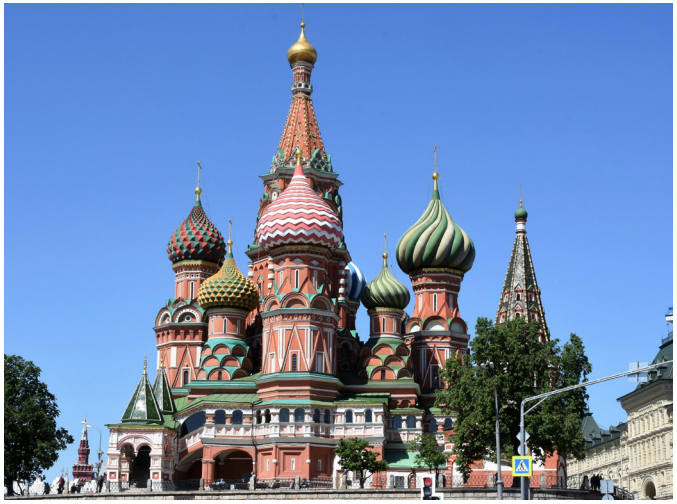
Kurs-Nr.: 222-110500
BILDERVORTRAG: MIT DEM WOHNMOBIL AUF DER SEIDENSTRASSE, TEIL 1

Dozent/in: Tomas Ecker
Beginn: Donnerstag, 17.11.2022
Uhrzeit: 19:00 Uhr
Ort: Großer Saal, Stadthalle Wehr
Eintritt: 6,00 €

Wiederholung vom 20.10.2021

Über Moskau und Suzdal am goldenen Ring, durch die unendlichen Weiten Sibiriens geht es 8000 Km gen Osten zum Baikal-See. Endlose Steppen, Nomaden, das Naadam Fest in Ulaanbaatar und die „grüne" Gobi-Wüste sind einige der Highlights in der Mongolei bevor es in ein weiteres „Riesen-Reich", China, geht. Am Gelben Meer stoßen wir ans Ende der monumentalen Chinesischen Mauer. Hier beginnt unser langer Weg nach Westen, immer wieder stoßen wir auf tausenden von Kilometern auf den antiken Schutzwall; Peking und Xian mit ihrer Terracotta Armee sind auf unserem Weg. In Chang'an, dem heutigen Xian, beginnt (oder endet) die legendäre Seidenstraße. Über Dunhuang, Turpan, die Taklamakan- Wüste, Samarkand, Buchara, Isfahan durften wir die alten Karawanenrouten bereisen. Beeindruckende Kunst und Kultur, fantastische Natur und tolle menschliche Begegnungen waren unsere steten Begleiter auf diesem Abschnitt der Reise durch China, Kyrgistan, Uzbekistan, Turkmenistan und Iran. Über Armenien mit ihren Klöstern und Georgien am Schwarzen Meer ging es zurück nach Europa. Viele Vorurteile konnten wir bei unserer 38' 000 Km langen Reise abbauen und die unendliche Gastfreundschaft vieler Völker genießen. Bleibende Eindrücke für den Rest des Lebens.
Wir laden Sie ein uns auf dieser Traumreise zu begleiten. Der Spendenerlös, einschließlich der Referentengage, geht zu Gunsten des Behindertenheims Granja El Ceibo in Argentinien
Teil 1: Russland, Mongolei, China, Kyrgistan

Über uns:
Tomas (1951), Sohn von Slowenen und Maja (1958), Tochter deutscher Eltern, sind beide in Argentinien geboren und aufgewachsen. Studium, Arbeit und Familiengründung folgten.1988 wurde Tomas von der ehemaligen Ciba Geigy nach Deutschland versetzt. So kam die Familie nach Wehr/ Baden.
Von Beginn an engagieren sich Maja (besonders) und Tomas in wohltätigen und gemeinnützigen Aktivitäten.
Die Campingbegeisterte Familie hat über die Jahre fast ganz Europa bereist. Tomas war beruflich sehr viel in der Welt unterwegs, aber meistens Flughafen, Hotel, Firma und zurück.
Nach Eintritt in den Ruhestand (….eher Unruhestand…) sollte es nun mit mehr Zeit in die weite Welt gehen unter dem Motto
„Die Welt ist wie ein Buch, wer nicht reist liest nur eine Seite"
(Spruch aufgegriffen in einer Fußgängerunterführung in Hong Kong)



Kurs-Nr.: 222-110501
BILDERVORTRAG: MIT DEM WOHNMOBIL AUF DER SEIDENSTRASSE, TEIL 2

Dozent/in: Tomas Ecker
Beginn: Donnerstag, 24.11.2022
Uhrzeit: 19:00 Uhr
Ort: Großer Saal, Stadthalle Wehr
Eintritt: 6,00 €

Wiederholung vom 30.03.2022

Teil 2: Uzbekistan, Turkmenistan, Iran, Armenien, Georgien

Kurs-Nr.: 222-110502 NEU
Reisevortrag: Unterwegs in Mittelamerika
Bildvortrag mit Erzählungen

Dozent/in: Nadine Kiefer
Termin: Donnerstag, 20.10.2022
Uhrzeit: 19:00 Uhr
Ort: Großer Saal, Stadthalle Wehr
Eintritt: 6,00 €

Unterwegs in Mittelamerika
Mexiko-Guatemala-Costa Rica
Von türkisfarbenen Sandstränden mit Karibik-Flair geht es durch das dichte Grün der artenreichen, tropischen Regenwälder über hügelige Kaffee- und Kakaofarmen bis in luftige Höhen aktiver Vulkane. Mittelamerika bietet eine bunte Vielfalt an Landschaften& Kulturen. Nadine Kiefer wird uns mitnehmen auf eine abwechslungsreiche Reise durch Mexiko, Belize, Guatemala und Costa Rica bis nach Panama. Sie sammelte vielerlei Eindrücke und erzählt im neuen Reisebericht vom Unterwegssein mit dem Rucksack in Zentralamerika, von der Mitarbeit in einem Meeresschildkröten-Projekt, von Roadtrips, rasanten Busfahrten und dem Austausch mit Einheimischen.
Hautnahe Begegnungen mit Walhaien, Seelöwen und den freundlichen Grauwalen in den Buchten Baja Californias, feine Sandstrände in Oaxaca, auf den Spuren der Maya der Yucatan Halbinsel, ein Canyon und tiefblaue Flüsse im Hochland Chiapas sowie bunte Kolonialstädte. Weiter nach Guatemala zu lava-speienden Vulkanen, alten Mayastätten im Urwald und an feine Palmstrände in Belize. Costa Rica ist bekannt für seinen Öko-Tourismus und lässt einen über die bunte Tierwelt in nächster Nähe staunen: Affen, Faultiere, Tukane, Pfeilgiftfrösche und viele mehr. Kaffee und Kakao - täglich genießen wir sie und sehen nun, wo diese besonderen Nahrungsmittel angebaut werden.
Bunte Bilder und lebendige Erzählungen einer Reisenden, die immer wieder aufs Neue fasziniert ist von der Vielfalt und Schönheit an Natur und Kulturen unseres Planeten.

Was sie in Ihren Stadtführungen immer nur anreißen konnte, darauf will nun Inge Hemberger in Ihren Vorträgen im Herbst 2022 eingehen: "Was ich schon immer wissen wollte..."

Kurs-Nr.: 222-110503
"Walter von Klingen und seine Klöster"

Dozent/in: Inge Hemberger
Termin: Mittwoch, 05.10.2022
Uhrzeit: 15:00 Uhr
Ort: Bürgersaal, Altes Schloss
Eintritt: 7,00 €

Acht Minnelieder von Walter von Klingen sind in der prachtvollen Manessischen Liederhandschrift in Heidelberg verewigt. Den Text von Lied I werden Sie in der damaligen Sprache hören. Auch hören Sie von den Nonnen, die den Umzug von Wehr nach Basel eingeleitet und dort viel später widerspenstig allen Reformversuchen trotzten, um ihre Freiräume zu verteidigen...

Kurs-Nr.: 222-110504
"Der Graf von Habsburg"

Dozent/in: Inge Hemberger
Termin: Mittwoch, 12.10.2022
Uhrzeit: 15:00 Uhr
Ort: Bürgersaal, Altes Schloss
Eintritt: 7,00 €

Geschichten und Legenden um Rudolf von Habsburg aus dem Wehratal, unter Einbeziehung der Ballade von Friedrich von Schiller.

Kurs-Nr.: 222-110505
"Wibrandis Rosenblatt"
Eine starke Frau inmitten der Pest
Dozent/in: Inge Hemberger
Termin: Mittwoch, 19.10.2022
Uhrzeit: 15:00 Uhr
Ort: Bürgersaal, Altes Schloss
Eintritt: 7,00 €

Wer war die Frau in der Reformationszeit, die mit einem "Wibrandis-Rosenblatt-Weg" in Bad Säckingen geehrt wird?
Lassen Sie uns diese Frau einmal genauer betrachten!

Kurs-Nr.: 222-110506
"Bettina Eichin" - Aufklärerin in der Bildenden Kunst
Dozent/in: Inge Hemberger
Termin: Mittwoch, 26.10.2022
Uhrzeit: 15:00 Uhr
Ort: Bürgersaal, Altes Schloss
Eintritt: 7,00 €

Bettina Eichin - Aufklärerin in der Bildenden Kunst wurde 80 Jahre alt! Die freischaffende Bildhauerin wurde bekannt durch die "Helvetia auf der Reise" auf der Mittleren Rheinbrücke in Basel, aber auch durch andere große Werke! - "Wenn die Begabung einer Frau darauf drängt, gelebt zu werden, hat sie es ungleich schwerer als ein Mann..."

Kurs-Nr.: 222-110507
Wäärerdütsch! Einmal ganz poetisch
Bruno Griener liest Texte von Gertrud Böhler
Dozent/in: Dr. Reinhard Valenta
Beginn: Mittwoch, 21.09.2022
Uhrzeit: 15:00 Uhr - 16:30 Uhr
Ort: Café Enkendorf
Eintritt: 6,00 €

Nachdem Günter Kramer und Dr. Reinhard Valenta zusammen mit über 30 Wehrer Bürgerinnen und Bürgern in einem Projekt der VHS das Buch „Wäärerdütsch“ von Dr. Bruno Schäuble komplett aufgenommen haben, geht es nun im Wehrer Dialekt munter weiter – und zwar poetisch!

Die Heimatdichterin Getrud Böhler (5.10.1919-9.6.2005) hat zahlreiche Gedichte und Geschichten auf Wäärerdütsch geschrieben und diese in drei Büchern veröffentlicht. Die Bände „Heb di guet“, „Deheim im Werredal“ und „Gradus – denäbe“ enthalten nicht nur gelungene Texte, sondern sind auch historische Dokumente des poetischen bzw. literarischen Wäärerdütsch. Bruno Griener liest ausgewählte Gedichte und Geschichten von Getrud Böhler und Dr. Reinhard Valenta erzählt aus dem Leben der Wehrer Mundartdichterin, mit der er im Juli 1992 anlässlich des Stadtjubiläums „900 Jahr Wehr“ ein längeres biografisches Interview geführt und aufgezeichnet hat.

Kurs-Nr.: 222-110508
Ein Faden Freude, ein Faden Leid
Die Geschichte der Weberei im Vorderen Wehratal
Dozent/in: Dr. Reinhard Valenta
Beginn: Donnerstag, 13.10.2022
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 20:30 Uhr
Ort: Großer Saal, Stadthalle Wehr
Eintritt: 6,00 €

Dr. Reinhard Valenta führt die Gäste des Vortrages durch die über 200-jährige Geschichte der Weberei in Wehr und Öflingen. Er stellt die alten Handweberfamilien Öflingens und Wehrs vor, die bis zur Industrialisierung ihrem alten Gewerbe nachgegangen sind. Mit den Webereien Leupold&Cie. (1856) und Fahrländer&Baur (um 1870) in Öflingen sowie Baumgartner&Cie (1863) und Neflin&Rupp (1870) in Wehr traten mechanische Webstühle an die Stelle der alten Handwebstühle aus Holz. Insbesondere seit Gründung der MBB 1881 in Brennet und der Übernahme bzw. dem Ausbau der Wehrer Buntweberei (1888) zum Großbetrieb wurde die Textilindustrie für viele Jahrzehnte zum bestimmenden Wirtschaftsfaktor im Vorderen Wehratal. Dr. Valenta skizziert die Geschichte der Weberei bis zum Ende der Wehra AG 1991/92 und der Aufgabe der Webereiproduktion der Brennet AG am 31. März 2013. Gezeigt werden viele historische Fotos. Vielleicht erkennen die Gäste des Vortrags sich selbst oder ihre Vorfahren.

Bitte beachten Sie unsere Geschäftsbedingungen auf Seite 36.

Kurs-Nr.: 222-110509
Die Wehrer Lesegemeinschaft 1862-1936
Der Aufstieg des Wehrer Bürgertums

Dozent/in: Dr. Reinhard Valenta
Beginn: Mittwoch, 09.11.2022
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 20:30 Uhr
Ort: Großer Saal, Stadthalle Wehr
Eintritt: 6,00 €

Der Papierfabrikant Dieter Lenz war mit Haut und Haar ein Wehrer, obwohl seine Vorfahren aus dem Wiesental stammten. Aus dem Erbe seines Großvaters Carl und seines Vaters Ernst Lenz hat er einen kostbaren Schatz der Wehrer Geschichte vor der Vernichtung bewahrt: Die Protokollbücher der 1862 gegründeten Lesegesellschaft Wehr. Bis auf kleinere Lücken sind sie bis zur Auflösung des Vereins im Jahr 1936 erhalten. Die Lesegesellschaft Wehr war in ihrer Zeit vergleichbar mit heutigen Service-Cöubs wie Rotary oder Lions. Ihr gehörten die Spitzen Wehrer Gesellschaft an. Es handelte sich um führende Handwerker und Bauern, Lehrer, Bürgermeister und Gemeinderäte, Post- und Bahnbeamte und vor allem Industrielle. Namen wir Herosé, Denk, Hummel, Lenz, Neflin, Rupp, Schenz, van Eyck und Weck sind untrennbar mit der Wirtschafts- und Kulturgeschichte des Vorderen Wehratals verbunden - denn die Wehrer Lesegesellschaft nahm auch Mitglieder aus Öflingen auf. Erleben Sie einen seltenen Einblick in die Kultur des aufstrebenden Bürgertums! Gezeigt werden zahlreiche historische Fotografien der Akteure.

Kurs-Nr.: 222-110510
Bildervortrag: WEHRA Aktiengesellschaft - Teppich & Möbelstoffweberei
Vor 30 Jahren schloss die WEHRA – Rückblick von Werner Kramer

Dozent/in: Werner Kramer
Termin: Dienstag, 25.10.2022
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 21:00 Uhr
Ort: Großer Saal, Stadthalle Wehr
Eintritt: 7,00 €

In diesem Jahr 2022 sind es 30 Jahre her, seitdem die Lichter in der WEHRA ausgegangen sind. Aus diesem Anlass blickt Werner Kramer auf die lange Geschichte der Wehra AG und ihrer Vorläuferfirma Neflin&Rupp zurück. Wie kein anderer hatte er seit 1959 tiefe Einblicke in die Arbeit der Firma gewonnen. Damals fing Werner Kramer als Weberlehrling in der legendären Teppichabteilung an und stieg im Laufe der Jahre bis zum Leiter der gesamten Produktion auf. Er erlebte 1992 das Ende der Traditionsfirma mit und wechselte Anfang 1993 als Produktionsleiter zu einem großen Produzenten von Teppichböden nach Bietigheim-Bissingen. Noch heute ist vielen Menschen in Wehr und weit darüber hinaus der Name „WEHRA“ als Garant für beste Webteppiche in Erinnerung. In seinem Bildervortrag berichtet Kramer von der Geschichte der Firma und ihrer Produkte sowie von den Menschen, die dort einmal Arbeit und Brot gefunden haben.

Kurs-Nr.: 222-110511
Vortrag: "Nachlassplanung und Testamentsgestaltung für Ehepaare"

Dozent/in: Thomas Friedmann, Fachanwalt für Erbrecht
Termin: Mittwoch, 11.01.2023
Uhrzeit: 19:00 Uhr
Ort: Kleiner Saal, Stadthalle Wehr
Eintritt: 6,00 €

Viele Ehepaare schieben die Abfassung eines Testamentes vor sich her, bis es zu spät ist. Rechtsanwalt Thomas Friedmann, Kanzlei für Erbrecht in Lörrach, wird in seinem Vortrag anhand einer Checkliste aufzeigen, wie man mit einem maßgeschneiderten Testament seine Nachlassplanung in den Griff bekommt.
Folgende Themen werden behandelt:
- Die gesetzliche Erbfolge
- Patchwork Familie
- Das maßgeschneiderte Testament
- Ausschaltung des Pflichtteils
- Erbschaftssteuer

Kurs-Nr.: 222-110512 NEU
Dunkelziffer
Gegen Gewalt an Kindern und Frauen

Dozent/in: Klaus & Adeleine Zeh
Beginn: Samstag, 26.11.2022
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 20:30 Uhr
Ort: Storchehus Wehr
Eintritt: 12,00 €

Das Künstlerduo klaus zeh & adeline engagiert sich mit seinem Bühnenprogramm "Dunkelziffer" gegen Gewalt an Kindern und Frauen.
Auch der weltweite Kinderhandel und die Zwangsprostitution stehen im Fokus.
Erzählt wird die Geschichte von Sophia, einem Mädchen, das sein Zuhause verlassen muss und zu einer grausamen Tätigkeit gezwungen wird.
Erschreckende Fakten und aktuelle Stimmen von Menschenrechtsaktivist:innen beleuchten jenen tabuisierten Bereich unserer Gesellschaft.
Songs von bemerkenswerten Frauen aus fünf Jahrzehnten Musikgeschichte und die Eigenkompositionen des Duos tun das, was Musik am besten kann: Spiegeln, Wege zeigen und Hoffnung schenken.

Mit seinem Buch "Sophia" hat Klaus Zeh die Literaturszene aufgerüttelt.
Presse und Menschenrechtsorganisationen betonen die Wichtigkeit und Bedeutung des Buches.
Klaus Zeh schafft es wie kein anderer, "den Weg in den Abgrund zu beschreiben, und nicht den Abgrund selbst." (Reutlinger General-Anzeiger)

Seit Jahren begeistern klaus zeh & adeline Publikum und Presse in Deutschland und Irland.

Kurs-Nr.: 222-110513 NEU
Premiere: KEIN APPLAUS FÜR PODMANITZKI
Das Theater mit dem Theater

Dozent/in:	Frank Johannes Wölfl
Beginn:	Freitag, 09.09.2022
Uhrzeit:	13:30 Uhr - 15:30 Uhr
	Eintritt an der Abendkasse
Ort:	Großer Saal, Stadthalle Wehr
Eintritt:	7,00 €

frei nach Ephraim Kishon

In Kishons Theatersatire beleuchtet die Theatergruppe der VHS-Wehr das „Theater mit dem Theater“ in all seinen Feinheiten. Während die Besucherzahlen bei Theater, Oper und Ballett immer mehr zurückgehen und allenfalls das Musical noch ein paar Erfolge verbuchen kann, bleibt das rege Treiben auf der anderen Seite des Vorhangs bestehen wie eh und je. Regisseure, Schauspieler und Techniker liefern sich alltägliche Scharmützel um Anerkennung, Probenhonorare und Kamillentee, Feilschen um Hauptrollen, Freikarten und um jeden noch so kleinen Auftritt im kommenden Bühnenerfolg. Dabei ziehen alle Beteiligten sämtliche Register der feinen Diplomatie und wenn das nicht hilft, wird schamlos erpresst, geflirtet und genötigt.
Mittendrin im alltäglichen „Bühnenkampf“ steckt der mittelmäßige Schauspieler Jarden Podmanitzki, der es in über zwanzig Jahren Bühnentätigkeit noch nie geschafft hat, alleine im Mittelpunkt des Bühnengeschehens zu stehen und sein wohlverdientes „Brot des Künstlers“, den Applaus des Publikums einzuheimsen.

Kurs-Nr.: 222-110514 NEU
KEIN APPLAUS FÜR PODMANITZKI
Das Theater mit dem Theater

Dozent/in:	Frank Johannes Wölfl
Beginn:	Samstag, 10.09.2022
Uhrzeit:	13:30 Uhr - 15:30 Uhr
Ort:	Großer Saal, Stadthalle Wehr
Gebühr:	7,00 €

Siehe Kurs-Nr. 222-110513

Kurs-Nr.: 222-110515 NEU
KEIN APPLAUS FÜR PODMANITZKI
Das Theater mit dem Theater

Dozent/in:	Frank Johannes Wölfl
Beginn:	Sonntag, 11.09.2022
Uhrzeit:	13:30 Uhr - 15:30 Uhr
Ort:	Großer Saal, Stadthalle Wehr
Gebühr:	7,00 €

Siehe Kurs-Nr. 222-110513

Kurs-Nr.: 222-110516 NEU
Philosophieren mit Frühstück am Markttag

Dozent/in:	Dr. Ingrid Bißwurm
Termin:	Samstag, 24.09.2022

Uhrzeit: 11:00 Uhr - 13:30 Uhr
Ort: Storchehus Wehr
Gebühr: 18,00 €

Samstagvormittag, nach den Einkäufen fürs Wochenende: sich Zeit nehmen für ein zweites Frühstück und für einen Moment Innehalten um nachzudenken. Nachzudenken über Fragen in einer Zeit, in der uns vieles bewegt und umtreibt. Wir möchten dies gemeinsam tun und in philosophischer Art angehen, indem wir uns genau zuhören, um uns zu verstehen und verstanden zu werden - auf der Grundlage unseres eigenen Denkens und unserer Erfahrungen.
Wir werden anhand einer gestellten Frage versuchen gemeinsam Antworten zu finden.

Kurs-Nr.: 222-110517 NEU
Philosophieren mit Frühstück am Markttag
Dozent/in: Dr. Ingrid Bißwurm
Termin: Samstag, 22.10.2022
Uhrzeit: 11:00 Uhr - 13:30 Uhr
Ort: Storchehus Wehr
Gebühr: 18,00 €

Siehe Kurs-Nr.: 222-110516

Kurs-Nr.: 222-110518 NEU
Philosophieren mit Frühstück am Markttag
Dozent/in: Dr. Ingrid Bißwurm
Termin: Samstag, 26.11.2022
Uhrzeit: 11:00 Uhr - 13:30 Uhr
Ort: Storchehus Wehr
Gebühr: 18,00 €

Siehe Kurs-Nr.: 222-110516

Kurs-Nr.: 222-110519 NEU
Philosophieren mit Frühstück am Markttag
Dozent/in: Dr. Ingrid Bißwurm
Termin: Samstag, 10.12.2022
Uhrzeit: 11:00 Uhr - 13:30 Uhr
Ort: Storchehus Wehr
Gebühr: 18,00 €

Siehe Kurs-Nr.: 222-110516

Führungen & Ausflüge

Kurs-Nr.: 222-1105120
Baselführung I: Vom Badischen Bahnhof zum Münster und Marktplatz und wieder zurück
Dozent/in: Dr. Ingrid Bißwurm
Termin: Samstag, 15.10.2022
Uhrzeit: 09:30 Uhr - 16:47 Uhr
Treffpunkt: Bahnhof Wehr-Brennet
Kursgebühr: 30,00 €
Nicht inbegriffen sind die Kosten, die in der Mittagspause entstehen und die Fahrkarte für Zug und Fähre.

Die Führung beginnt am Badischen Bahnhof, im 21. Jahrhundert und führt uns durch die Zeiten zurück ins erste vorchristliche Jahrhundert zur Besiedlung durch die Kelten. Vom Bahnhof in Kleinbasel gelangen wir über die Mustermesse und die Clara-Kirche zur Mittleren Rheinbrücke (Kaffeepause). Dort bringt uns die Fähre ins ehemalige kirchliche und politische Zentrum der Stadt zum Münsterberg zu den Ausgrabungen der frühen keltischen Befestigung. Danach führe ich durchs Münster. Von dort begeben wir uns zum Marktplatz und Andreasplatz (Essenspause). Danach führt uns der Weg zum Ausgangspunkt zurück zum Badischen Bahnhof.

Bitte melden Sie sich bis zum 12.10.2022 an, damit ich eine günstige Fahrkarte besorgen kann.

Diese Veranstaltung kann auch jederzeit nach Terminabsprache über die VHS für Gruppen gebucht werden.

Kurs-Nr.: 222-110521
Baselführung II: Vom Badischen Bahnhof entlang des Rheins zum St. Alban- Viertel mit Besuch des Papiermuseums und über den Münsterplatz zurück

Dozent/in: Dr. Ingrid Bißwurm
Termin: Samstag, 12.11.2022
Uhrzeit: 09:30 Uhr - 17:47 Uhr
Treffpunkt: Bahnhof Wehr-Brennet
Kursgebühr: 30,00 €
Nicht inbegriffen sind die Kosten, die in der Mittagspause entstehen, die Fahrkarte für Zug und Fähre, das Eintrittsgeld für das Papiermuseum (mit Museumspass gratis).

Die Führung beginnt am Badischen Bahnhof. Zu Fuß gehen wir ins St. Alban - Viertel vorbei am Tinguely Museum mit seinem Park zur Fähre. Diese bringt uns zur mittelalterlichen Befestigung mit Stadtmauer und Stadttor. Ein Gang durch St. Alban zur St. Albans-Kirche und zur Papiermühle, in der ein Überblick über die Papierherstellung und dessen Weiternutzung gegeben wird. Nach einer Mittagspause führt uns der Rückweg über den Münsterberg zur Mittleren Rheinbrücke zurück zum Badischen Bahnhof.

Bitte melden Sie sich zum 09.11.2022 an, damit ich eine günstige Fahrkarte besorgen kann.

Diese Veranstaltung kann auch jederzeit nach Terminabsprache über die VHS für Gruppen gebucht werden.

Kurs-Nr.: 222-110522
Bilder wollen gesehen werden. Wir befragen sie und versuchen ihnen Sinn zu entnehmen

Dozent/in: Dr. Ingrid Bißwurm
Termin: Freitag, 18.11.22: 16.00 Uhr - 19.00 Uhr
vorbereitende Bildbetrachtung der Werke (Museum der Stadt Wehr)
Samstag, 19.11.22: Treffpunkt Bahnhof Wehr- Brennet 9.30 Uhr
(Abfahrt des Zuges 9.41 Uhr)
Rückfahrt vom Badischen Bahnhof 16.47 Uhr
Kursgebühr: 38,00 €
Nicht inbegriffen sind die Kosten, die in der Mittagspause entstehen, und der Museumseintritt (Museumspass), so wie die Fahrkarte für den Zug.

Vorbereitende Betrachtung von ausgewählten Reproduktionen der Bilder, deren Originale sich im Kunstmuseum Basel befinden. Besuch des Kunstmuseums Basel zum Betrachten der Originale.

Immer für eine Überraschung gut…
Geschenkgutscheine der VHS

Anmeldung

Wie melde ich mich an?

– Nur schriftlich nach Erscheinen des Programms
– Anmeldekarten und Fax-Vordruck im Heft
– Per Internet oder E-Mail
– Telefonische Anmeldungen können nicht entgegengenommen werden!

Ihre Anmeldung ist verbindlich!

– Sie wird nicht bestätigt.
– Nur bei Änderungen und Kursabsagen werden Sie benachrichtigt.

Jahresprogramm der Spätlese

Spätlesefahrt August
Ein Sommertag in luftiger Höhe des Mostel... einfach herrlich!
Donnerstag, 04.08.2022

Spätlesefahrt September
Landesgartenschau in Neuenburg am Rhein
Donnerstag, 01.09.2022

Spätlesefahrt Oktober
Wein und Gesang im Kaiserstuhl mit Winzervesper
Donnerstag, 06.10.2022

Spätlesefahrt November
Fahrt zum Kloster St. Trudbert im Münstertal
Donnerstag, 03.11.2022

Spätlesefahrt Dezember
Jahresabschluss der Spätlese mit Besuch eines Weihnachtsmarktes!
Weihnachtsfeier für unseren treuen Spätlesefahrer*innen
Donnerstag, 01.12.2022

Ihr Spätleseteam Heizmann - Reisen, der Stadtseniorenrat und die Volkshochschule Wehr.

Änderungen vorbehalten!!! Bitte beachten Sie die Pressemitteilungen im Wehratalkurier oder in den Tageszeitungen. Dort werden auch erst die Abfahrtszeiten bekannt gegeben. Bitte beachten Sie auch die Reise- und Stornobedingungen! Wir geben auch gerne telefonische Auskunft, Tel.: 07762/808601 (Volkshochschule Wehr). Anmeldungen werden erst 14 Tage vor der jeweiligen Fahrt bei der Volkshochschule Wehr entgegengenommen.

Kultur, Kunst & Musik

Kurs-Nr.: 222-201500
THEATERGRUPPE DER VHS-WEHR: Improvisation und Theater

Dozent/in: Frank Johannes Wölfl
Beginn: Freitag, 23.09.2022
Termin: 21 x freitags
Uhrzeit: 19:30 Uhr - 21:30 Uhr
Ort: Museum der Stadt Wehr

„Die Bühne ist ein Ort der Imagination – nicht der Imitation“ (Keith Johnstone).
Wer sich dazu entschließt, in eine Rolle zu schlüpfen um selbst einmal auf den Brettern, die die Welt bedeuten, zu treten, wird feststellen, dass es in dieser Welt des Spielens viel Neues zu entdecken gibt.

Die Theatergruppe sucht noch engagierte und experimentierfreudige Typen jeden Alters mit und ohne Theatererfahrung, die sich gerne einmal spielerisch ausprobieren wollen.

Ob Schauspieler, Sänger oder Tänzer, wir freuen uns über jeden Neuzugang. Auch Musiker sind uns herzlich willkommen.

Mit den Mitteln der Improvisation und dem freien Rollenspiel erarbeiten wir uns Szenen, tauchen in den „Theatersport“ ein und begegnen spielerisch den großen Dramentexten der Theatergeschichte.

Und helfende Hände rund um die Ausgestaltung der Stücke, der Licht- und Tontechnik, die Pressarbeit, für den Plakat- und Programmentwurf etc. sind immer willkommen.

WER TRAUT SICH...

Kurs-Nr.: 222-201501
Gitarrenkurs für Anfänger

Dozent/in: Gerhard Urich
Beginn: Montag, 19.09.2022
Termin: 12 x montags
Uhrzeit: 18:00 Uhr - 19:00 Uhr
Ort: Raum N011, EG Realschule Wehr Neubau
Kursgebühr: 84,00 €

Dieser Kurs ist für Anfänger gedacht, die sich elementare Kenntnisse auf der Gitarre aneignen wollen. Bis zum Kursende ist die Begleitung einfacher Lieder möglich. Die Kursteilnehmer sollten mindestens 12 Jahre alt sein, nach oben gibt es keine Grenzen.

Kurs-Nr.: 222-201502
Gitarrenkurs für Fortgeschrittene

Dozent/in: Gerhard Urich
Beginn: Montag, 19.09.2022
Termin: 12 x montags
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 20:00 Uhr
Ort: Raum N011, EG Realschule Wehr Neubau,
Kursgebühr: 84,00 €

Dieser Kurs ist die Weiterführung des Anfängerkurses. Er besteht aus drei Schwerpunkten sowie der Erweiterung des Liedermaterials. Auch Quereinsteiger die schon etwas spielen können sind herzlich willkommen.

Kurs-Nr.: 222-201503
Gitarrenkurs für Fortgeschrittene - 3. Semester

Dozent/in: Gerhard Urich
Beginn: Montag, 19.09.2022
Termin: 12 x montags
Uhrzeit: 20:00 Uhr - 21:00 Uhr
Ort: Raum N011, EG Realschule Wehr Neubau,
Kursgebühr: 84,00 €

Dieser Kurs ist die Weiterführung des Fortgeschrittenenkurses. Er besteht aus der Erweiterung des Liedermaterials. Auch Quereinsteiger die schon etwas spielen können sind herzlich willkommen.

Kurs-Nr.: 222-201504
Didgeridoo Workshop

Dozent/in: Bernhard Keller
Termin: Samstag, 01.10.2022
Uhrzeit: 10:00 Uhr - 17:00 Uhr
Ort: Talschule Brücke
Kursgebühr: 50,00 €
Material: wenn vorhanden ein Didgeridoo

Mein Didgeridoo,
bist Du „Schnarcher“? Dir kann geholfen werden. Eine spezielle Atemtechnik ermöglicht das Spielen ohne Atempause, und? Deine komplette Halsmuskulatur wird trainiert, und was trainiert ist, schlabbert nicht rum! Dass dies funktioniert ist mittlerweile wissenschaftlich belegt. Es gibt so Vieles zu erfahren, zu erleben. Die Themen: Geschichte, Bauarten, Aborigines, Traumzeit, Obertöne, Szene, Video und Soundbeispiele, Live- Erlebnis, auch Du kannst mal ran, Veranstaltungen rund ums Didge, weiterführende Kurse. Eng verwandt mit dem Didgeridoo ist das Obertonsingen. Noch nie gehört…auch das kannst Du live erfahren.
Die Einheit von Natur - Instrument - Mensch ist etwas ganz Besonderes. Sie therapiert Dich nicht nur beim „Schnarchen“. Apnoe, Asthma, Magen, Darm, Stimme, Kreislauf, Psyche. Das sind alles die Bereiche in der das archaische Instrument zum Einsatz kommt.
Du bist eingeladen zu einer Reise in eine unbekannte, mystische Welt…
Wenn du heiß bist auf Rhythmus… das bin ich auch…
Genieße einen Tag von 10:00 bis 17:00 Uhr, und entscheide Dich dann.

Kurs-Nr.: 222-201505
Didgeridoo spielen lernen

Dozent/in: Bernhard Keller
Beginn: Donnerstag, 06.10.2022
Termin: 6 x donnerstags
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 20:30 Uhr
Ort: Bürgersaal, Altes Schloss
Kursgebühr: 86,00 €
Material: wenn vorhanden ein Didgeridoo

Jetzt geht es dem Schnarchen an den Kragen. Die Zirkulier-Atmung, eigentlich nicht mal so schwer, verlangt dennoch eine gewisse Übungsdisziplin. Mit ihr trainieren wir deine Halsmuskulatur und was trainiert ist, schlabbert nicht unnütz im Windkanal der Atmung. Das Üben wird von einem erfahrenen Didgeridoo-Spieler begleitet. Erlebe die steigende Spannung hin zum Spiel ohne Atempause.

Während der Workshop dich über das Instrument informiert, hat dieser Kurs das Ziel, dir das Spielen zu erlernen. Vorkenntnisse brauchst du keine, Insturment auch nicht. Es sind genügend und für jeden das passende Didge vorhanden. Wenn du bereits ein eigenes hast, bring es einfach mit.

Kurs-Nr.: 222-201506
Klang und Stille
Die archaischen Instrumente

Dozent/in: Bernhard Keller
Termin: Samstag, 19.11.2022
Uhrzeit: 14:00 Uhr - 17:00 Uhr
Ort: Naturklang Keller, Waldstraße 5a
Kursgebühr: 50,00 €

Warum spricht man von Klang und nicht von Musik? Was macht den Klang aus? Oder "Stille", ist sie nicht das nervigste Nichts, kaum auszuhalten?
Wenn es um Klang geht, kommen sofort Klangschalen ins Spiel. Sie sind sowas, wie der "Klassiker" in Sachen Klang. Da sind wir ganz schnell bei der gesamten Palette der Archaischen Instrumente, deren Klang die Menschen seit der Urzeit berühren. Wie kommt er zur Verbundenheit mit Klängen?
Genieße die Urgewalt und das Singen des Gongs, die Schwingungen des Körpermonochords, den bassigen

Sound eines Didgeridoo mit seinen vielen Obertönen, den Rhytmus der Schamanentrommel, das Meeresrauschen einer Ocean-Drum, der monotone Soundteppich der Schruttibox. Obertongesang vertärkt die mystischen Klänge.
Der Klang als "Allheilmittel" - nein! Klänge öffnen die Seele des Menschen. "Wo die Sprache endet, beginnt der Klang". So findet die Klangtherapie den Zugang zur Psycho- und Schmerztherapie.
Klang und Stille bei Wellness und Sauna, Entspannung und Ruhe, Körper und Geist zusammenführen.

www.naturklang-keller.de

Kurs-Nr.: 222-201507 NEU
"Selbstgemacht - Geld gespart"
Reperaturen im Haushalt leicht gemacht!

Dozent/in:	Elisabeth Vandea
Beginn:	Montag, 28.11.2022 und Dienstag, 29.11.2022
Termin:	1 x montags/dienstags
Uhrzeit:	18:00 Uhr - 21:00 Uhr
Ort:	Kleiner Saal, Stadthalle Wehr
Kursgebühr:	75,00 €

Der Kurs vermittelt die notwendigen Kenntnisse und Fähigkeiten, wenn:
- der Wasserhahn tropft, der Syphon verstopft ist
- Fenster/Türen undicht sind, Türen nicht exakt schließen
- Lampen aufzuhängen und anzuschließen sind
- Bilder/Spiegel aufzuhängen sind
- Kratzer in Möbeln/Auto zu beseitigen sind
- Silikonfugen zu erneuern sind

Alle Reperaturen werden ausführlich und für Jedermann/-frau verständlich erklärt, die benötigten Werkzeuge und Maschinen besprochen.
Es sind keine Grundkenntnisse notwendig!
Anschließend können Reperaturen unter Anleitung selbstständig im Kurs ausprobiert werden. Lernen Sie die wichtigsten Maschinen und fachgerecht zu handhaben und die häufigsten Reperaturen selbstständig durchzuführen!

Kurs-Nr.: 222-201508
Malkreis Öflingen

Dozent/in:	Hansjörg Bißwurm
Beginn:	Dienstag, 04.10.2022
Termin:	10 x dienstags
Uhrzeit:	19:00 Uhr - 21:00 Uhr
Ort:	BK-Raum, Schule Öflingen
Kursgebühr:	97,00 €

Material: Mitzubringen sind Arbeitsmaterial nach eigener Wahl und Acrylfarben. Alles weitere nach Absprache.

Der MALKREIS ÖFLINGEN ist der Ort für alle, die in ihrer künstlerischen Entwicklung ihren eigenen Weg gehen wollen.
Im Malkreis treffen sich weiterhin Menschen jeden Alters, von nah und fern, mit Interesse am Malen. Schwerpunkte sind die technischen und kreativen Möglichkeiten der Acrylmalerei, die erprobt und weiterentwickelt werden für die eigenen Bedürfnisse und Bildideen. Aber auch andere Farben und Techniken können gerne eingebracht und auf Wunsch erlernt werden.
Es wird teilnehmerorientiert in einer Gruppe bis zehn Personen gearbeitet. Ob Anfänger/in oder Fortgeschrittene/r: Individuelle Anregungen des Kursleiters und gegenseitige Anregungen sowie das Malen in einer Gruppe wecken und entwickeln die Freude am Malen.

Online anmelden unter: www.vhs-wehr.de

Kurs-Nr.: 222-201509 NEU
Künstlerisches Zeichnen Gruppe A
Dozent/in: Marion Fichtl
Beginn: Samstag, 17.09.2022
Termin: 5 x samstags alle 2 Wochen
Uhrzeit: 10:00 Uhr - 12:00 Uhr
Ort: Werrachstraße 25, 79664 Wehr
Kursgebühr: 75,00 €
Material: Das Material wird gestellt.

Zeichnen steht als Kunstform für sich und ist gleichzeitig eine wichtige Grundlage für andere Kunstformen wie z. B. die Malerei. Die beim Zeichnen erlernten Fähigkeiten wie das Entwickeln von Strukturen finden direkte Anwendung beim Malen mit dem Pinsel. Im Kurs geht es vor allem um Grundlagen des Zeichnens (Strukturen, Lockerheit, Formerfassung, Kreativität)
Techniken: Stifte und Kreide in schwarz/weiß oder farbig, nach Motiv oder frei nach Phantasie. Später kommt das Malen mit dem Pinsel dazu.

Für einen kostenlosen Rücktritt können Sie sich vier Arbeitstage nach Ihrer ersten Teilnahme schriftlich bei der vhs abmelden.

Bei Bedarf kann der Kurs auch an anderen Wochentagen bzw. Uhrzeiten organisiert werden. Sprechen Sie uns dazu bitte an.

Kurs-Nr.: 222-201510 NEU
Künstlerisches Zeichnen Gruppe B
Dozent/in: Marion Fichtl
Beginn: Samstag, 24.09.2022
Termin: 5 x samstags alle 2 Wochen
Uhrzeit: 10:00 Uhr - 12:00 Uhr
Ort: Werrachstraße 25, 79664 Wehr
Kursgebühr: 75,00 €
Material: Das Material wird gestellt.

Siehe Kurs-Nr. 222-201509

Besuchen Sie uns im Internet:
www.vhs-wehr.de

Kurs-Nr.: 222-201511 NEU
Künstlerisches Zeichnen Gruppe A II
Dozent/in: Marion Fichtl
Beginn: Samstag, 26.11.2022
Termin: 5 x samstags alle 2 Wochen
Uhrzeit: 10:00 Uhr - 12:00 Uhr
Ort: Werrachstraße 25, 79664 Wehr,
Kursgebühr: 75,00 €
Material: Das Material wird gestellt.

Siehe Kurs-Nr. 222-201509

Kurs-Nr.: 222-201512 NEU
Künstlerisches Zeichnen Gruppe B II
Dozent/in: Marion Fichtl
Beginn: Samstag, 03.12.2022
Termin: 5 x samstags alle 2 Wochen
Uhrzeit: 10:00 Uhr - 12:00 Uhr
Ort: Werrachstraße 25, 79664 Wehr
Kursgebühr: 75,00 €
Material: Das Material wird gestellt.

Siehe Kurs-Nr. 222-201509

Abmeldung/Rücktritt

Angemeldete Kursteilnehmer können sich ohne Angabe von Gründen schriftlich bei der VHS-Geschäftsstelle abmelden.

Folgende Fristen sind für einen kostenfreien Rücktritt zu beachten:

- bei Kursen mit 7 und weniger Terminen, bei Wochenendkursen und Exkursionen: bis zu 4 Arbeitstage vor Kursbeginn
- bei Kursen mit 8 und mehr Terminen: bis zu 4 Arbeitstage nach dem ersten Kursabend

Entscheidend ist der Eingang der Abmeldung bei der VHS-Geschäftsstelle.

MALSCHULE
ELENA ROMANZIN
Kurse, Workshops & Malreisen
www.elenaromanzin.com/malschule

Die Malschule Elena Romanzin bietet gemeinsam mit der VHS Wehr 1- & 2-tägige in sich abgeschlossene **Wochenend-Workshops** in verschiedenen Maltechniken, sowie **wöchentliche Maltechnik-Kurse** an. Die Dozentin berücksichtigt den jeweiligen Stand der einzelnen Teilnehmer und passt den Anspruch mit dem persönlichen Fortschritt individuell an. Weitere Infos: **www.elenaromanzin.com/malschule**

MALTECHNIK-Kurse (wöchentlich in Acryl und Aquarell, 10 Wochen, 20 Stunden)

Die wöchentlichen **Maltechnik-Kurse** richten sich an diejenigen, die die Acryl- und auch die Aquarellmalerei von der Pike auf erlernen und kontinuierlich verbessern möchten.

ab Mo 12.09.22	Acrylmalerei für Fortgeschrittene am Montag	Acryl	Seite 57
ab Di 13.09.22	Zeichenkurs am Vormittag	Zeichnen	Seite 57
ab Di 13.09.22	Aquarellmalerei am Nachmittag	Aquarell	Seite 57
ab Mi 13.09.22	Acrylmalerei für Fortgeschrittene am Dienstag	Acryl	Seite 57
ab Mi 14.09.22	Ölmalerei am Vormittag	Öl	Seite 58
ab Mi 14.09.22	Landschaftsmalerei am Nachmittag	Acryl	Seite 58
ab Mi 14.09.22	Landschaftsmalerei am Abend	Acryl	Seite 58

WORKSHOPS (am Wochenende in verschiedenen Maltechniken, 1/2-tägig) Die Wochenend-Workshops richten sich an all diejenigen, die in die jeweilige Maltechnik hinein schnuppern wollen, unter Anleitung eine neue Stilrichtung erlernen oder vertiefen möchten, ohne bereits in die Malmittel investieren zu müssen. Vorhandene Grundkenntnisse sind willkommen. Sie führen zu realistischeren Ergebnissen, sind aber keine Voraussetzung. In der einstündigen Mittagspause ist für Interessenten ein gemeinsamer Mittagstisch organisiert.

Sa 17.09.22	Reiseskizzen schnell gestalten	Aquarell	Seite 59
So 24.09.22	Polarlichter	Acryl	Seite 59
Sa 22.10.22	Vereinfachte Perspektive für Skizzen	Zeichnen/Aquarell	Seite 59
So 05.11.22	Himmel und Wolken zum Sonnenuntergang	Acryl	Seite 60
Sa 12.11.22	Bella Italia: Vespa & Fiat 500	Aquarell	Seite 60
Sa 19.11.22	Acrylwerkstatt: Bilder unter Anleitung fertigstellen	Acryl	Seite 60
Sa/So 26./27.11.	Bergpanorama	Acryl	Seite 61
Sa 03.12.22	Informationsnachmittag	Info	Seite 61

Die Materialgebühr ist jeweils beim ersten Kurstag bei der Dozentin zu entrichten. Sie beinhaltet alle Verbrauchsmaterialien, Leinwand, alle Zeichen-/Malmaterialien. Es wird teilnehmerorientiert in einer Gruppe bis sieben Personen gearbeitet. Ob Anfänger*in oder Fortgeschrittene*r: Individuelle Anregungen des Kursleiters und gegenseitige Anregungen, sowie das Malen in einer Gruppe wecken und entwickeln die Freude am Malen.

Kurs-Nr.: 222-201513
Acrylmalerei für Fortgeschrittene am Montag
Dozent/in: Elena Romanzin
Beginn: Montag, 12.09.2022
Termin: 10 x montags
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 21:15 Uhr
Ort: Gruppenraum 1, Austr. 8
Kursgebühr: 155,00 €
Material: 25,00 €
Bitte mitbringen: Tischstaffelei und Pinsel für die Acrylmalerei nach Absprache mit der Dozentin, eine Schutzfolie für den Tisch, Paletten, Lappen, Küchenpapier, Wasserglas, Küchenfolie.

Dieser wöchentliche Maltechnik-Kurs ist die Fortsetzung des laufenden Montagskurses für Fortgeschrittene aus dem letzten Semester. Es richtet sich an diejenigen, die bereits an Elena Romanzins regulären Kursen in figurativer Acrylmalerei (Landschaft, Porträt, Stillleben) teilgenommen haben und daher über die Grundlagen der Technik verfügen. Basierend auf den individuellen Vorkenntnissen vermittelt die Dozentin weiterführende Maltechniken.

Kurs-Nr.: 222-201514
Zeichenkurs am Dienstagvormittag
Dozent/in: Elena Romanzin
Beginn: Dienstag, 13.09.2022
Termin: 10 x dienstags
Uhrzeit: 10:00 Uhr - 12:15 Uhr
Ort: Gruppenraum 1, Austr. 8
Kursgebühr: 155,00 €
Material: Die Teilnehmer verwenden ihre eigene Ausrüstung (Bleistifte, Papier, Zeichenmaterial usw.). Bitte kontaktieren Sie die Dozentin vor Kursbeginn, um die Materialliste zu erhalten.

Der wöchentliche Zeichenkurs widmet sich dem Zeichnen und Skizzieren auf Papier mit Bleistift, Kreide, Kohle und anderen Trockenmaltechniken. In diesem Semester liegt der Schwerpunkt auf Porträts und menschlichen Gesichtszügen. Die Dozentin erklärt und demonstriert Zeichentechniken, Bildkomposition und wichtige Faktoren, die für die Erstellung einer Zeichnung grundlegend sind. Sie erhalten Schritt für Schritt einen Einblick in die Aspekte, die eine gute Porträtzeichnung ausmachen: Verständnis der grundlegenden Anatomie, Erkennen von Formen, Einsatz von Licht und Schatten. Der Kurs ist ein guter Einstieg in die Welt des Porträtzeichnens, mit fortgeschrittenen Kenntnissen werden die Übungen anspruchsvoller und komplexer.

Kurs-Nr.: 222-201515
Aquarellmalerei am Dienstagnachmittag
Dozent/in: Elena Romanzin
Beginn: Dienstag, 13.09.2022
Termin: 10 x dienstags
Uhrzeit: 16:15 Uhr - 18:30 Uhr
Ort: Gruppenraum 1, Austr. 8
Kursgebühr: 155,00 €
Material: Die Teilnehmer verwenden ihre eigene Ausrüstung (Farben, Pinsel, Papier u.s.w.). Bitte kontaktieren Sie die Dozentin vor Kursbeginn, um die Materialliste zu erhalten.

Dies ist ein MALTECHNIK-Kurs für Aquarell. Die Grundlagen der Aquarellmalerei, inklusive Materialien, Zeichnung, Farbmischung und Komposition werden anhand von praktischen Beispielen und Demonstrationen erläutert. An jedem Kurstermin wird dabei zu einem neuen Thema gemalt. Die Dozentin führt in anschaulichen Schritt-für-Schritt-Anleitungen jedes Mal zunächst durch die Zeichnung sowie anschließend den Aquarellteil. Die Maltechnik Aquarell führt zu schnellen Ergebnissen, sodass wir in diesem Kurs eine ganze Reihe kleiner Aquarellbilder und Übungen erstellen können. Er ist sowohl für Anfänger, als auch für erfahrene Aquarellmaler geeignet. Es sind die Motive, die je nach individuellem Fortschritt anspruchsvoller werden können.

Kurs-Nr.: 222-201516
Acrylmalerei für Fortgeschrittene am Dienstag
Dozent/in: Elena Romanzin
Beginn: Dienstag, 13.09.2022
Termin: 10 x dienstags
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 21:15 Uhr
Ort: Gruppenraum 1, Austr. 8
Kursgebühr: 155,00 €
Material: 25,00 €

Dieser wöchentliche Maltechnik-Kurs ist die Fortsetzung des laufenden Dienstagskurses für Fortgeschritte-

ne aus dem letzten Semester. Es richtet sich an diejenigen, die bereits an Elena Romanzins regulären Kursen in figurativer Acrylmalerei (Landschaft, Porträt, Stillleben) teilgenommen haben und daher über die Grundlagen der Technik verfügen. Basierend auf den individuellen Vorkenntnissen vermittelt die Dozentin weiterführende Maltechniken.

Kurs-Nr.: 222-201517 NEU
Ölmalerei am Mittwochvormittag
Dozent/in: Elena Romanzin
Beginn: Mittwoch, 14.09.2022
Termin: 10 x mittwochs
Uhrzeit: 10:00 Uhr - 12:15 Uhr
Ort: Gruppenraum 1, Austr. 8
Kursgebühr: 155,00 €
Material: 6,00 €
Material: Die Teilnehmer verwenden außerdem ihre eigene Ausrüstung (Farben, Pinsel, usw.). Bitte kontaktieren Sie die Dozentin vor Kursbeginn, um die Materialliste zu erhalten. Schürze und Einweghandschuhe werden empfohlen.

Dies ist der neuste wöchentliche Kurs der Malschule Elena Romanzin und der erste Kurs in Ölmalerei. Der Kurs ist eine Einführung in die Ölmalerei, ausgehend von den Grundlagen: Erklärung der Ölmedien, Arbeiten mit einer reduzierten Palette mit spezifischen Pigmenten, die Alla-Prima-Technik und die Lasurtechnik, Untermalung, Grisaille, Fett-über-Mager-Konzept, Sicherheitsfragen zu Lösungsmitteln. Während des Kurses werden einige kleine Gemälde zu verschiedenen Themen angefertigt, sowie Übungen zur Farbtheorie und -mischung.

Dieser Kurs ist offen für alle, die die Königsdisziplin der Malerei von Grund auf erlernen bzw. vertiefen wollen.

Kurs-Nr.: 222-201518
Landschaftsmalerei am Mittwochnachmittag (Acryl)
Dozent/in: Elena Romanzin
Beginn: Mittwoch, 14.09.2022
Termin: 10 x mittwochs
Uhrzeit: 16:15 Uhr - 18:30 Uhr
Ort: Gruppenraum 1, Austr. 8
Kursgebühr: 155,00 €
Material: 25,00 €
Bitte mitbringen: Tischstaffelei und Pinsel für die Acrylmalerei nach Absprache mit der Dozentin, eine Schutzfolie für den Tisch, Paletten, Lappen, Küchenpapier, Wasserglas, Küchenfolie.

Dieser Kurs widmet sich der Landschaftsmalerei mit Themen wie Natur und Wasserlandschaften, Wäldern, Bergen, Landszenen mit Bauernhäusern oder Blumenfeldern. Der Kurs erfordert keine Vorkenntnisse und eignet sich auch für diejenigen, die unter Anleitung die Acrylmalerei als eine neue Stilrichtung erlernen wollen. Neueinsteiger beginnen idealerweise mit einfacheren Motiven. Ein wesentlicher Bestandteil des Kurses ist das Mischen von Farben ausgehend von den Primärfarben. Basierend auf den individuellen Vorkenntnissen vermittelt die Dozentin weiterführende Maltechniken und zunehmend anspruchsvollere und komplexere Inhalte.

Kurs-Nr.: 222-201519
Landschaftsmalerei am Mittwochabend (Acryl)
Dozent/in: Elena Romanzin
Beginn: Mittwoch, 14.09.2022
Termin: 10 x mittwochs
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 21:15 Uhr
Ort: Gruppenraum 1, Austr. 8
Kursgebühr: 155,00 €
Material: 25,00 €
Bitte mitbringen: Tischstaffelei und Pinsel für die Acrylmalerei nach Absprache mit der Dozentin, eine Schutzfolie für den Tisch, Paletten, Lappen, Küchenpapier, Wasserglas, Küchenfolie.

Siehe Kurs-Nr. 222-201518

Die Anmeldung ist verbindlich und wird von der VHS nicht bestätigt.

Eine Benachrichtigung erfolgt nur bei Änderung, Kursabsagen oder bei Nichtberücksichtigung der Anmeldung wegen Überbelegung!

Kurs-Nr.: 222-201520
Reiseskizzen schnell gestalten (Workshop, Aquarell)
Dozent/in: Elena Romanzin
Termin: Samstag, 17.09.2022
Uhrzeit: 09:00 Uhr - 16:00 Uhr
Ort: Gruppenraum 1, Austr. 8
Kursgebühr: 69,00 €
Material: 8,00 €
Bitte mitbringen: ein Reise-Aquarellbuch im Querformat in etwa A5, einen schwarzen Fineliner (wasserfest), Picknick/ Lunchpaket (für eine 30-minütige Mittagspause), unempfindliche Arbeitskleidung. Wenn Sie noch kein Aquarellbuch und Fineliner haben, wenden Sie sich für Hilfestellungen bis spätestens 2 Wochen vor dem Workshop an die Dozentin

Reisen bedeutet, neue Orte zu entdecken und sich Zeit zu nehmen, um Bilder und Gedanken für unsere Erinnerungen festzuhalten. Diese Erinnerungen können durch das Malen der Szenen und Details, von denen wir beeindruckt sind, nachhaltiger unser Bewusstsein prägen. Außerdem macht es auch einen großen Spaß, ein kreatives Tagebuch mit selbst gemachten Skizzen zu führen, während wir noch im Urlaub sind. In diesem Workshop zeigt die Dozentin, wie man die Seiten eines Reiseskizzenbuchs gestaltet, wo man anfängt, welche Materialien man verwendet und welche Materialien auf einer Reise gemäß den Reisevorschriften problemlos mitgenommen werden können. So können Sie in Ihrem nächsten Urlaub Ihr Skizzenbuch mitnehmen und Erinnerungen in Form eines gemalten Tagebuchs mit nach Hause nehmen! Bringen Sie für diesen Workshop einige Ihrer Urlaubsfotos mit Landschaften, Objekten und Menschenszenen. Daran erlernen Sie, wie man ein Bild auf das Wesentliche reduziert und wie man fesselnde und interessante Seiten erstellt.

Kurs-Nr.: 222-201521 NEU
Polarlichter (Workshop, Acryl)
Dozent/in: Elena Romanzin
Termin: Samstag, 24.09.2022
Uhrzeit: 09:00 Uhr - 16:00 Uhr
Ort: Gruppenraum 1, Austr. 8
Kursgebühr: 69,00 €
Material: 20,00 €
Bitte mitbringen: Picknick / Lunchpaket (für eine 30-minütige Mittagspause), unempfindliche Arbeitskleidung.

Die Aurora Borealis, auch als Polarlicht bekannt, ist ein faszinierendes Phänomen. Stark farbige Lichter erhellen den Himmel und verwandeln ihn in visionäre und fantastische Landschaften. Sujet dieses Kurses ist die Schaffung einer typischen nördlichen Nachtlandschaft, die durch kontrastierende und stark pigmentierte Strahlen erhellt wird. Sie werden lernen, mit undurchsichtigen hellen Farben auf einem dunklen Hintergrund zu malen, wie Sie die Farbübergänge auf sanfte Weise malen, wie Sie Sterne malen, die realistisch aussehen. Der Workshop beinhaltet einen theoretischen und praktischen Teil, Demonstrationen von der Dozentin und Praxis. Der Kurs richtet sich sowohl an Anfänger als auch an Fortgeschrittene.

Kurs-Nr.: 222-201522 NEU
Vereinfachte Perspektive für Skizzen (Workshop, Zeichnen/Aquarell)
Dozent/in: Elena Romanzin
Termin: Samstag, 22.10.2022
Uhrzeit: 09:00 Uhr - 16:00 Uhr
Ort: Gruppenraum 1, Austr. 8
Kursgebühr: 69,00 €
Material: 8,00 €
Bitte mitbringen: ein Reise-Aquarellbuch im Querformat in etwa A5, einen schwarzen Fineliner (wasserfest), Picknick/ Lunchpaket (für eine 30-minütige Mittagspause), unempfindliche Arbeitskleidung. Wenn Sie noch kein Aquarellbuch und Fineliner haben, wenden Sie sich für Hilfestellungen bis spätestens 2 Wochen vor dem Workshop an die Dozentin.

Urban Sketching ist der Trend der letzten Jahre und bedeutet nichts anderes als das Skizzieren vor Ort, speziell in städtischen Umgebungen mit Gebäuden, Häusern, Industrieruinen und hervorstechenden Markmalen.
Aber manchmal kann das Skizzieren von Gebäuden entmutigend sein, besonders, wenn man Elemente einer komplexen Architektur in einem Skizzenbuch vereinfacht darstellen möchte.
In diesem Workshop liegt der Schwerpunkt auf dem Verständnis grundlegender perspektivischer Regeln für das schnelle Skizzieren, damit das, was wir skizzieren, richtig und gleichzeitig sehr locker aussieht.
Der Workshop ist sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene geeignet.

Kurs-Nr.: 222-201523 NEU
Himmel und Wolken zum Sonnenuntergang (Workshop, Acryl)
Dozent/in: Elena Romanzin
Termin: Samstag, 05.11.2022
Uhrzeit: 09:00 Uhr - 16:00 Uhr
Ort: Gruppenraum 1, Austr. 8
Kursgebühr: 69,00 €
Material: 20,00 €
Bitte mitbringen: Picknick/ Lunchpaket (für eine 30-minütige Mittagspause), unempfindliche Arbeitskleidung.

Der Himmel bei Sonnenuntergang ist eine beeindruckende Naturshow: feurige orange und gelbe Streifen, Wolken, die von lila in dunkelgrau wechseln, die Sonne hell und leuchtend vor einem noch leicht blauen Himmel. Wie fügt man das alles mit diesen kontrastreichen Farben in einem Gemälde zusammen? Das Malen eines Sonnenuntergangs kann sehr anspruchsvoll sein. Ihre Abendszene soll dabei in den Farben leuchten, nicht in dunklen Mischungen untergehen. In diesem Workshop führt Sie die Dozentin durch wichtige Technikfragen, um schwierige Farben nebeneinander kombinieren zu können und einen lebendigen und schimmernden Abendhimmel zu erzielen. Anhand der Grundlagen der Farbtheorie zeigt sie Ihnen Methoden zur Vermeidung optischer Fehler und erklärt, wie Farbpaletten kombiniert werden können, die die warme Helligkeit der Sonne aus einem dunkleren und farbigen Himmel hervorheben.

Kurs-Nr.: 222-201524 NEU
Bella Italia in Aquarell: Vespa & Fiat 500 (Workshop, Aquarell)
Dozent/in: Elena Romanzin
Termin: Samstag, 12.11.2022
Uhrzeit: 09:00 Uhr - 16:00 Uhr
Ort: Gruppenraum 1, Austr. 8
Kursgebühr: 69,00 €
Material: 8,00 €
Bitte mitbringen: ein Reise-Aquarellbuch im Querformat in etwa A5, einen schwarzen Fineliner (wasserfest), Picknick/ Lunchpaket (für eine 30-minütige Mittagspause), unempfindliche Arbeitskleidung. Wenn Sie noch kein Aquarellbuch und Fineliner haben, wenden Sie sich bis spätestens 2 Wochen vor dem Workshop an die Dozentin.

Italien hat den Flair, der jeden anzieht: Lebensstil, großartige Küche und Wein, die Lebensart, die die Italiener La Dolce Vita nennen sowie einzigartige Designprodukte, die in der ganzen Welt zu Ikonen des "Made in Italy" geworden sind.
Zu diesen Ikonen gehören die Vespa, die von allen Generationen geliebt wird, und der coole kultige Kleinwagen Cinquecento (Fiat 500). Genau diese beiden Ikonen werden wir in diesem Kurs malen, aus verschiedenen Blickwinkeln und in verschiedenen Farben!
Wenn Sie also das nächste Mal mit Ihrem Skizzenbuch in Italien im Urlaub sind und eine dieser Ikonen sehen, werden Sie wissen, wie Sie sie auf Papier verewigen können!
Die Dozentin ist Italienerin und möchte die Liebe zu ihrem Bella Italia weitergeben, indem sie in einer Reihe von Aquarell-Workshops zeigt, wie man ikonische italienische Symbole malt. Dies ist der erste dieser Reihe. Während des Workshops können Sie auch ein paar italienische Wörter und Anekdoten über Italien lernen!

Kurs-Nr.: 222-201525
Acrylwerkstatt: Bilder unter Anleitung fertigstellen
Dozent/in: Elena Romanzin
Termin: Samstag, 19.11.2022
Uhrzeit: 09:00 Uhr - 16:00 Uhr
Ort: Gruppenraum 1, Austr. 8
Kursgebühr: 69,00 €
Material: Für diejenigen, die Farben und Pinsel benötigen, werden Acrylfarben in Studienqualität und die Verwendung von Da-Vinci-Pinseln für 6,00 € angeboten.
Bitte mitbringen: Ihre unfertigen Acrylbilder, an denen Sie weiterarbeiten möchten, Ihre Fotovorlage, die Acrylfarben und Pinsel, die Sie verwendet haben, eine Schutzfolie für den Tisch, Lappen, Paletten, Küchenpapier, Wasserglas. Dazu bitte Picknick/ Lunchpaket (für eine 30-minütige Mittagspause), unempfindliche Arbeitskleidung.

Manchmal beginnt man zu Hause ein Bild und bleibt in der Ausarbeitung stecken, merkt, dass etwas fehlt, weiß aber nicht was. Etwas sieht nicht richtig aus, aber man weiß nicht, was genau. Oder vielleicht gibt es einen Fehler, von dem man glaubt, dass er nicht korrigiert werden kann, oder man hätte gerne ein paar Anregungen, um zu verstehen, wie man weiter vorgehen soll.
Dies ist ein spezieller Tag, an dem es darum geht, ein

angefangenes Bild zu vollenden oder weiterzumalen, mit dem man alleine nicht weitergekommen ist. Den ganzen Tag über werden Sie von der Kursleiterin angeleitet, um zu verstehen, wie Sie auf die Fertigstellung des Bildes hinarbeiten können.
Der Workshop richtet sich an diejenigen, die in einem anderen Kurs oder alleine ein Acrylbild begonnen haben und Hilfe bei der Fertigstellung benötigen.
Wichtig: In diesem Kurs werden keine neuen Bilder begonnen!

Kurs-Nr.: 222-201526 NEU
Bergpanorama (2-tägiger Workshop, Acryl)

Dozent/in:	Elena Romanzin
Beginn:	Samstag, 26.11.2022 und Sonntag, 27.11.2022
Termin:	1x samstags/sonntags
Uhrzeit:	09:00 Uhr - 16:00 Uhr
Ort:	Gruppenraum 1, Austr. 8
Kursgebühr:	109,00 €
Material:	24,00 €

Bitte mitbringen: Picknick/ Lunchpaket (für eine 30-minütige Mittagspause), unempfindliche Arbeitskleidung.

Berge und deren Panoramen sind ein wesentlicher Bestandteil der Landschaftsmalerei. Majestätisch und atemberaubend mit all ihren Facetten, ob sie nun mit Bäumen, Schnee oder reinem Felsen bedeckt sind, können sie sehr schwierig zu malen sein, wenn man nicht weiß, wie man anfangen soll.

In diesem 2-tägigen Workshop dreht sich alles um Berge, ihre Formen und Farben. Die Dozentin führt durch die verschiedenen Phasen des Bildes, beginnend mit der Zeichnung, über die Untermalung bis hin zur Fertigstellung mit den richtigen, naturgetreuen Farben.

Inhalte des Workshops sind unter anderem die Luftperspektive, die Komposition, die Farbmischung und die Schichtung der Farben, sowie das Verständnis, wie die Lichtquelle die Formen beeinflusst.

Fotovorlagen von Bergen im Panoramaformat werden am Tag des Workshops zur Verfügung stehen.
Der Kurs ist gleichermaßen für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Basierend auf den individuellen Vorkenntnissen vermittelt die Dozentin anspruchsvollere und komplexere Inhalte.

Kurs-Nr.: 222-201527
Informationsnachmittag der Malschule Elena Romanzin

Dozent/in:	Elena Romanzin
Termin:	Samstag, 03.12.2022
Uhrzeit:	15:00 Uhr - 17:00 Uhr
Ort:	Gruppenraum 1, Austr. 8

Informationsnachmittag der Malschule Elena Romanzin
Wer die Malerei von der Pike auf lernen will oder nur einmal in die ein oder andere Maltechnik hinein schnuppern will, ist in der Malschule Elena Romanzin gut aufgehoben. Aber was genau muss ich können bzw. mitbringen oder was genau wird in den neuen Kursen vermittelt? Für alle offenen Fragen, kleine Präsentationen und ein erstes Kennenlernen gibt es diesen Info-Nachmittag. Die neuen Kurse und Workshops für das Frühjahr 2023 werden präsentiert, erklärt und mit Beispielen veranschaulicht. Kommen Sie uns unverbindlich in dem Veranstaltungsort der Kurse besuchen!

Gesundheit & Ernährung

Kurs-Nr.: 222-300400
Herzwoche 2022
Vorhofflimmern

Dozent/in:	Ärzteteam der Kardiologie-Hochrhein Bad Säckingen
Termin:	Dienstag, 08.11.2022
Uhrzeit:	19:00 - 21:00 Uhr
Ort:	Großer Saal, Stadthalle Wehr

Gebühr frei!

Kurs-Nr.: 222-300401
Wirbelsäulengymnastik

Dozent/in:	Beate Frommherz
Beginn:	Montag, 19.09.2022
Termin:	11 x montags
Uhrzeit:	19:00 Uhr - 20:00 Uhr
Ort:	Gymnastikraum, Schule Öflingen
Gebühr:	48,00 €
Material:	Sportkleidung und eine Matte

In diesem Kurs wollen wir unsere Muskulatur gezielt kräftigen, dehnen und natürlich entspannen. Denn nur eine gesunde, ausgeglichene Muskulatur hilft unserer Wirbelsäule, dem großen Haltungsproblem "Rücken-

schmerzen" entgegenzutreten. Unser gezieltes Training soll zu einer gekräftigten und entlasteten Wirbelsäule führen.

Kurs-Nr.: 222-300402
Wirbelsäulengymnastik

Dozent/in:	Beate Frommherz
Beginn:	Montag, 19.09.2022
Termin:	11 x montags
Uhrzeit:	20:00 Uhr - 21:00 Uhr
Ort:	Gymnastikraum, Schule Öflingen
Gebühr:	48,00 €
Material:	Sportkleidung und eine Matte

Siehe Kurs-Nr. 222-300401

Kurs-Nr.: 222-300403
Wirbelsäulengymnastik

Dozent/in:	Beate Frommherz
Beginn:	Dienstag, 20.09.2022
Termin:	11 x dienstags
Uhrzeit:	19:00 Uhr - 20:00 Uhr
Ort:	Kraftraum, Seebodenhalle
Gebühr:	48,00 €
Material:	Sportkleidung und eine Matte

Siehe Kurs-Nr. 222-300401

Kurs-Nr.: 222-300404
Callanetics

Dozent/in:	Ursula Kramer
Beginn:	Dienstag, 20.09.2022
Termin:	12 x dienstags
Uhrzeit:	19:45 Uhr - 20:45 Uhr
Ort:	Galerie, Altes Schloss
Gebühr:	64,00 €
Material:	Isomatte oder Decke

Callanetics ist:
- ein Übungsprogramm für die Tiefenmuskulatur
- die Methode für einen schönen, straffen Körper
- gezieltes Training ohne Belastung der Gelenke

Besuchen Sie uns im Internet:
www.vhs-wehr.de

Kurs-Nr.: 222-300405
Callanetics

Dozent/in:	Ursula Kramer
Beginn:	Freitag, 23.09.2022
Termin:	12 x freitags
Uhrzeit:	19:00 Uhr - 20:00 Uhr
Ort:	Galerie, Altes Schloss
Gebühr:	64,00 €
Material:	Isomatte oder Decke

Siehe Kurs-Nr. 222-300404

Kurs-Nr.: 222-300406
Callanetics

Dozent/in:	Ursula Kramer
Beginn:	Freitag, 23.09.2022
Termin:	12 x freitags
Uhrzeit:	20:00 Uhr - 21:00 Uhr
Ort:	Galerie, Altes Schloss
Gebühr:	64,00 €
Material:	Isomatte oder Decke

Siehe Kurs-Nr. 300404

Kurs-Nr.: 222-300407
Zumba - Fitness

Dozent/in:	Mariola Lau
Beginn:	Mittwoch, 28.09.2022
Termin:	8 x mittwochs
Uhrzeit:	18:30 Uhr - 19:30 Uhr

Ort: Evangelischer Pfarrsaal
Kursgebühr: 43,00 €
Material: Mitzubringen sind bequeme Sportschuhe, etwas zu Trinken und ein Handtuch.

Zumba ist ein Wort aus dem spanischen Slang für Bewegung und Spaß haben und ist weltweit ein riesiger Erfolg. Zumba verbindet Elemente aus Aerobic und Intervall-Training. Allerdings bewegen wir uns hier zu lateinamerikanischen, heißen Rhythmen und lernen viele Musik-Stilrichtungen kennen (Salsa, Merengue, Cumbia, Reggeaton usw.). Mit Spaß und großartiger Partystimmung zu mitreißendem Musik-Mix tanzen wir hier nicht nur die überflüssigen Pfunde, sondern auch den ganzen Alltagsstress weg. Alles in einem: ein Power-Workout mit Gute-Laune-Suchtfaktor!
Der Kurs richtet sich an alle zwischen 17 und 65 Jahren.

Kurs-Nr.: 222-300408
Zumba Gold®
Dozent/in: Mariola Lau
Beginn: Donnerstag, 06.10.2022
Termin: 5 x donnerstags
Uhrzeit: 18:45 Uhr - 19:45 Uhr
Ort: Bewegungsraum, Familienzentrum
Kursgebühr: 27,00 €
Material: Handtuch, eventuell Matte, etwas zu trinken, bequeme Sportschuhe und -bekleidung

Du denkst, du bist zu alt, zu unbeweglich oder gar zu schwer?
NICHT für Zumba Gold!!Dieses leichte Fitnessprogramm (konzipiert für aktive, ältere Erwachsene oder Personen mit leichten körperlichen Einschränkungen) verbindet die gute-Laune-Latino-Musik mit einfachen Bewegungsabläufen, ohne Sprünge, ohne komplizierte Choreografien und ohne die hohe Intensität eines Aerobic-Kurses. Der Fokus ist auf Beweglichkeits- und Balanceübungen ausgerichtet und das alles zu feurigen Salsa, Chachacha, Merenge und moderner Popmusik.
Freu dich auf viel Hüftschwung, Spaß und eine lange Entspannungsphase am Ende der Trainingseinheit.

Bitte beachten Sie:
Telefonische Anmeldungen können wir nicht entgegennehmen.

Kurs-Nr.: 222-300409
Salsa Tanzkurs (Paartanz)
Grundkurs - Level 1
Dozent/in: Wolfgang Schäfer
Beginn: Donnerstag, 06.10.2022
Termin: 10 x donnerstags
Uhrzeit: 21:10 Uhr - 21:55 Uhr
Ort: Bewegungsraum, Familienzentrum
Kursgebühr: 50,00 €

Wer Spaß und Freude an Bewegung hat und von der Musik des Salsa mitgenommen wird, ist bei diesem Kurs genau richtig. Salsa ist ein Paartanz, der ursprünglich aus Kuba stammt und von den Latinos nach Puertorico und Kolumbien gebracht wurde. Später haben sich dann auch Tanzstile in NY und LA entwickelt. Hier werden die ersten Grundschritte und Figurenkombinationen vermittelt und die Unterschiede der einzelnen Tanzstile aufgezeigt. Gelernt wird hauptsächlich der Salsa-Puertoricana. Dieser Kurs ist die Fortsetzung des Anfängerkurses aus dem letzten Jahr. Geringe Vorkenntnisse werden vorausgesetzt.

Kurs-Nr.: 222-300410
Salsa Tanzkurs (Paartanz)
Mittelstufe - Level 2
Dozent/in: Wolfgang Schäfer
Beginn: Donnerstag, 06.10.2022
Termin: 10 x donnerstags
Uhrzeit: 20:15 Uhr - 21:00 Uhr
Ort: Bewegungsraum, Familienzentrum
Kursgebühr: 50,00 €

Im Level 2 werden weitere Grundelemente des Salsa-Puertoricana unterrichtet. Außerdem werden bereits erlernte Figuren vertieft und miteinander kombiniert. Auch die technischen Aspekte des Salsatanzens kommen nicht zu kurz, damit Figurenkombinationen bequemer geführt und getanzt werden können.

Kursangebote online unter:
www.vhs-wehr.de

Kurs-Nr.: 222-300411
Orientalischer Tanz für alle Stufen

Dozent/in: Angelika Schmitt-Alokpa
Beginn: Freitag, 11.11.2022
Termin: 10 x freitags
Uhrzeit: 17:30 Uhr - 18:45 Uhr
Ort: Bewegungsraum, Kiga Seeboden
Kursgebühr: 85,00 €
Material: Bequeme Kleidung, Tanz- oder Gymnastikschläppchen, Hüfttuch, Matte oder Decke für die Entspannungsübungen, etwas zu Trinken.

Der Kurs richtet sich an Frauen jeden Alters, denn für Bauchtanz gibt es weder Alters- noch Gewichtsgrenzen. Bauchtanz ist Ausdruck weiblichen Selbstbewusstseins, lässt Frauen ihre Mitte und Balance finden und fördert die optimale Haltung des Körpers.

Zu Beginn der Kursstunden tanzen wir leichte Gruppentänze mit einfachen Elementen aus orientalischen Folkloretänzen, die jede Anfängerin bald mittanzen kann.

Während die Anfängerinnen und Wiedereinsteigerinnen die Basisbewegungen üben und vertiefen, lernen die Fortgeschrittenen bekannte und neue Bewegungselemente miteinander zu kombinieren. Accessoires wie Schleier und Zimbeln sorgen für abwechslungsreiche Bauchtanzstunden. Choreographien werden von Zeit zu Zeit wiederholt, ergänzt und aus neuen Bewegungselementen werden neue Tänze kreiert.
Eine rückenfreundliche Entspannungs- und Cool-down-Phase rundet jede Tanzstunde ab.

Kurs-Nr.: 222-300412
PAMF - Power Aerobic Meets Functional!

Dozent/in: Anne Matt
Beginn: Samstag, 08.10.2022
Termin: 7 x samstags
Uhrzeit: 10:00 Uhr - 11:00 Uhr
Ort: Bewegungsraum, Familienzentrum
Kursgebühr: 55,00 €
Material: Matte, Turnschuhe, Handtuch und etwas zu Trinken

Du bist auf der Suche nach einem schweißtreibenden Training, das sowohl den Fettstoffwechsel anregt als auch den Muskelaufbau fördert? Dann ist dieses energiegeladene Intervall Training mit Fun Factor genau das richtige für dich! In diesem Kurs werden kurze aber intensive Aerobic Einheiten im Wechsel mit funktionellen Kräftigungsübungen ausgeführt (45 Sekunden Intervalle). Die Kombination der Cardio Intervalle mit den figurformenden Kräftigungsübungen fördert die Koordination und lässt die Fettpolster schmelzen. Trainiert wird natürlich auf motivierende Musik, die für den richtigen Fun Factor sorgt. Dieser Kurs bietet ein ganzheitliches Trainingsprogramm und lässt dich fit und agil in den Herbst/Winter starten!

Kurs-Nr.: 222-301400
Hybrid-Kurs: Mit Kundalini Yoga in den Feierabend

Dozent/in: Bianca Beck
Beginn: Montag, 19.09.2022
Termin: 8 x montags
Uhrzeit: 18:30 Uhr - 19:30 Uhr
Ort: Kosmetikpraxis Bianca Beck, Kreuzmattstraße 3f, Wehr
Kursgebühr: 48,00 €
Material: Yogamatte, bequeme Kleidung, Decke, Kissen, eine Flasche Wasser
für Online-Teilnahme: Internetfähiger Computer, Tablet oder Smartphone mit Mikrofon und Kamera

Kundalini-Yoga ist ein energetisches und zum Teil dynamisches Yoga, das darauf abzielt, die Energie im Körper zu erhöhen, den Geist zu beruhigen, die Gedanken positiv zu stimmen und die Selbstheilungskräfte zu aktivie-

ren. Zu jeder Stunde gehören Körperübungen, Atemübungen, tiefe Entspannung und Meditation.
Bei der Meditation werden auch häufig Mantren gechantet. Es ist ein Yoga, das viel Spaß macht und Sie entspannt und beschwingt nach Hause gehen lässt.
Der Kurs ist für Anfänger geeignet.

Der Kurs findet hybrid statt, d. h. der Kurs findet als Präsenzkurs statt und wird zeitgleich online übertragen.
Der Kurs findet als Videokonferenz über Zoom statt.

Kurs-Nr.: 222-301401
Hybrid-Kurs: Mit Kundalini Yoga in den Feierabend II
Dozent/in: Bianca Beck
Beginn: Montag, 09.01.2023
Termin: 6 x montags
Uhrzeit: 18:30 Uhr - 19:30 Uhr
Ort: Kosmetikpraxis Bianca Beck, Kreuzmattstrasse 3f, Wehr
Kursgebühr: 48,00 €
Material: Yogamatte, bequeme Kleidung, Decke, Kissen, eine Flasche Wasser
für Online-Teilnahme: Internetfähiger Computer, Tablet oder Smartphone mit Mikrofon und Kamera

Siehe Kurs-Nr. 222-301400

Kurs-Nr.: 222-301402
Meditationskurs
Dozent/in: Annette Lämmle, Heilpraktikerin
Beginn: Montag, 26.09.2022
Termin: 5 x montags
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 20:30 Uhr
Ort: Bewegungsraum, Familienzentrum
Kursgebühr: 41,00 €
Material: Isomatte, Decke, warme Strümpfe, Kissen, Meditationssitzkissen sind im Raum vorhanden!!!

In diesem Meditationskurs lernen Sie verschiedene Meditationsformen kennen.
Sie können erfahren welche Meditationsform am besten zu Ihnen passt und wie Sie Möglichkeiten finden, Meditation in Ihren Alltag zu integrieren.
Mit unterschiedlichen Übungen lernen Sie Ihre Selbstwahrnehmung zu schärfen und Ihr Gedankenkarusell abzustellen um ins Hier und Jetzt zu kommen. Verschiedene Atemtechniken helfen dabei achtsam im gegenwärtigen Moment zu verweilen und dahin immer wieder zurückzukehren.
Es erwarten Sie interessante Erkenntnisse und angenehme Entspannung.
Die positive gesundheitliche Wirkung von Meditation lässt sich mittlerweile medizinisch nachweisen. Meditation trainiert unser Gehirn zum Innehalten. Übt man in ruhigen Momenten das gezielte Abschalten, kann sich die Zentrale im Kopf regenerieren. Auch in turbulenten Zeiten ist man dann in der Lage Ruhe zu bewahren. Meditation ist hilfreich um den immer hektischer werdenden Alltag besser bewältigen zu können.

Kurs-Nr.: 222-301403
Hatha - Yoga für die Wirbelsäule
Dozent/in: Gabi Andlauer
Beginn: Montag, 26.09.2022
Termin: 7 x montags
Uhrzeit: 19:30 Uhr - 21:00 Uhr
Ort: Galerie, Altes Schloss
Kursgebühr: 56,00 €
Material: Bequeme Kleidung, Matte, warme Decke und Sitzkissen

Ein Kurs für alle, die Freude an der Beweglichkeit ihres Körpers haben, sich innere Ruhe und Ausgeglichenheit wünschen. Besonders wichtig ist mir ein achtsamer Umgang mit dem eigenen Körper, vor allem mit der Wirbelsäule.

Nur für Fortgeschrittene.

Kurs-Nr.: 222-301404
Yoga 60 plus

Dozent/in: Edith Obersteiner
Beginn: Montag, 10.10.2022
Termin: 10 x montags
Uhrzeit: 09:00 Uhr - 10:30 Uhr
Ort: Galerie, Altes Schloss
Kursgebühr: 80,00 €
Material: Yogamatte, Wolldecke, warme Socken, bequeme Kleidung

Mit Yogaübungen achtsam den Körper geschmeidig, gekräftigt und gedehnt erhalten und somit aktiv und geistig fit bleiben. Ebenso werden Körper und Geist entspannt und können zur Ruhe kommen. Auch für Anfänger geeignet.

Kurs-Nr.: 222-301405
Yoga für den Rücken

Dozent/in: Edith Obersteiner
Beginn: Dienstag, 04.10.2022
Termin: 10 x dienstags
Uhrzeit: 18:00 Uhr - 19:30 Uhr
Ort: Galerie, Altes Schloss
Kursgebühr: 80,00 €
Material: Yogamatte, bequeme Kleidung, Decke, Sitzkissen

Ein Bewegungsprogramm zur Vorbeugung von Beschwerden und zur Linderung bereits eingetretener Beschwerden im gesamten Rückenbereich. Es stärkt und wappnet außer dem Rücken den gesamten Körper und lässt Sie die wohltuenden Wirkungen des Yoga bis tief in Körper und Geist spüren.
Vorkenntnisse sind erwünscht!

Kurs-Nr.: 222-301406
Online: Meditation

Dozent/in: Nadine Kiefer
Beginn: Dienstag, 27.09.2022
Termin: 5 x dienstags
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 20:00 Uhr
Ort: Zoom-Zugang
Kursgebühr: 40,00 €

Material: Yogamatte oder eine Unterlage, Decke und Kissen bereitlegen

Mit Meditation mehr Achtsamkeit & Entspannung in den Alltag bringen. Meditation wirkt entspannend und beruhigend für Körper und Geist. Auch die Wissenschaft bestätigt die vielfältigen und wohltuenden Wirkungen einer regelmäßigen Meditationspraxis: es wirkt entspannend und stressabbauend, stärkt das Immunsystem und bringt mehr Ausgeglichenheit und Selbstbewusstsein ins Leben.
Dieser Kurs ist an Anfänger oder Menschen mit etwas Vorerfahrung gerichtet. Es wird eine Einführung in die Meditation geben und mit Entspannungs- und sanften Yogaübungen zur Vorbereitung lernen wir verschiedene Techniken kennen. Es kommt darauf an, ganz achtsam im Hier und Jetzt zu sein und dadurch kann sich eine angenehme innere Ruhe einstellen. Eine regelmäßige Meditationspraxis kann einem wertvolle Auszeiten schenken, um mehr in Verbindung mit sich selbst zu kommen und so Achtsamkeit, Balance und Zufriedenheit in den Alltag bringen.
Kursinhalte:
Einführung in die Meditation und die wohltuenden Wirkungen * Achtsamkeit * den optimalen Sitz finden, verschiedene Alternativen * sanfte Yogaübungen für einen guten Sitz * Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen * verschiedene Meditationstechniken, z.B. mithilfe eines Mantras, Visualisierung, Atem u.a. * Anregungen für die Meditationspraxis zuhause.

Hallenbadkurse

In Kooperation mit der Schwimmschule Aquamotion

Bei Drucklegung standen die Gebühren für unsere Hallenbadkurse noch nicht fest. Wir halten Sie hierüber auf unserer Homepage www.vhs-wehr.de und auf unseren Social-Media-Kanälen auf dem Laufenden. Vielen Dank für Ihr Verständnis.

Kurs-Nr.: 222-302400
Babyschwimmen (6 - ca. 18 Monate) I

Dozent/in:	Susanne Dede, Dicksy Holfelder
Beginn:	Donnerstag, 03.11.2022
Termin:	6 x donnerstags
Uhrzeit:	11:00 Uhr - 14:00 Uhr
Ort:	Hallenbad Wehr

Beim Babyschwimmen werden zur Entfaltung des natürlichen Bewegungsdrangs spielerisch Erfahrungen mit dem Element Wasser gemacht. Neben der Gewöhnung an Wasser, der Kräftigung der Muskulatur und der Stimulation und Förderung der taktilen Wahrnehmung, fördert der Kurs durch das gemeinsame Erleben und den intensiven Körperkontakt die Beziehung zwischen Eltern und Baby. Es werden gängige Griffkriterien und Grifftechniken und Bewegungen vermittelt und entwicklungsgerechte Geräte und Materialien eingesetzt.
Keine Schwimmwindel nötig / Wassertemperatur mind. 30°C.

Im genannten Zeitfenster finden mehrere Kurse statt. Jeder Kurs dauert 45 Min. (Wasserzeit 30 Min.).

Bitte bei der Anmeldung den Namen des Kindes angeben. Ein Elternteil ist mit im Wasser!

Kurs-Nr.: 222-302401
Babyschwimmen (6 - ca. 18 Monate) II

Dozent/in:	Susanne Dede, Dicksy Holfelder
Beginn:	Donnerstag, 15.12.2022
Termin:	6 x donnerstags
Uhrzeit:	11:00 Uhr - 14:00 Uhr
Ort:	Hallenbad Wehr

Siehe Kurs-Nr. 222-302400

Kurs-Nr.: 222-302402
Babyschwimmen (6 - ca. 18 Monate) III

Dozent/in:	Susanne Dede, Dicksy Holfelder
Beginn:	Donnerstag, 09.02.2023
Termin:	6 x donnerstags
Uhrzeit:	11:00 Uhr - 14:00 Uhr
Ort:	Hallenbad Wehr

Siehe Kurs-Nr. 222-302400

Kurs-Nr.: 222-302403
Babyschwimmen (6 - ca. 18 Monate) IV

Dozent/in:	Susanne Dede, Dicksy Holfelder
Beginn:	Freitag, 04.11.2022
Termin:	6 x freitags
Uhrzeit:	12:30 Uhr - 14:00 Uhr
Ort:	Hallenbad Wehr

Siehe Kurs-Nr. 222-302400

Vergessen Sie den Kursbeginn nicht!

Auch bei Nichtteilnahme ist die Kursgebühr fällig, wenn der Rücktritt nicht rechtzeitig erfolgt ist!

(siehe Geschäftsbedingungen Seite 5)

Online anmelden unter: www.vhs-wehr.de

Kurs-Nr.: 222-302404
Babyschwimmen (6 - ca. 18 Monate) V
Dozent/in: Susanne Dede, Dicksy Holfelder
Beginn: Freitag, 16.12.2022
Termin: 6 x freitags
Uhrzeit: 12:30 Uhr - 14:00 Uhr
Ort: Hallenbad Wehr

Siehe Kurs-Nr. 222-302400

Kurs-Nr.: 222-302405
Babyschwimmen (6 - ca. 18 Monate) VI
Dozent/in: Susanne Dede, Dicksy Holfelder
Beginn: Freitag, 10.02.2023
Termin: 6 x freitags
Uhrzeit: 12:30 Uhr - 14:00 Uhr
Ort: Hallenbad Wehr

Siehe Kurs-Nr. 222-302400

Kurs-Nr.: 222-302406
Wassersicherheit für Kinder (2,5 - 4 Jahre) I
Dozent/in: Susanne Dede, Dicksy Holfelder
Beginn: Donnerstag, 03.11.2022
Termin: 6 x donnerstags
Uhrzeit: 15:30 Uhr - 16:15 Uhr
Ort: Hallenbad Wehr

In diesem Kurs werden Kleinkinder ab ca. 2,5 Jahren mit jeweils einem Elternteil auf eine sogenannte „Selbstrettung“ vorbereitet werden. Ziel des Kurses ist, dass Kinder alleine ins Wasser springen, tauchen, durch Strampelbewegungen an die Oberfläche kommen und sich am Beckenrand festhalten können oder auf die Eltern zu schwimmen. Geschickte Kinder können auch einige Meter „schwimmen“. Da springen, tauchen und gleiten eine Grundvoraussetzung bzw. Bestandteil des Schwimmkurses (ab 5 Jahren) darstellt, ist dieser Kurs als Vorbereitungskurs geeignet. Zum Abschluss erhält das Kind ein Abzeichen.

Bitte bei der Anmeldung den Namen des Kindes angeben. Ein Elternteil ist mit im Wasser!

Besuchen Sie uns im Internet:
www.vhs-wehr.de

Kurs-Nr.: 222-302407
Wassersicherheit für Kinder (2,5 - 4 Jahre) II
Dozent/in: Susanne Dede, Dicksy Holfelder
Beginn: Donnerstag, 15.12.2022
Termin: 6 x donnerstags
Uhrzeit: 15:30 Uhr - 16:15 Uhr
Ort: Hallenbad Wehr

Siehe Kurs-Nr. 222-302406

Kurs-Nr.: 222-302408
Wassersicherheit für Kinder (2,5 - 4 Jahre) III
Dozent/in: Susanne Dede, Dicksy Holfelder
Beginn: Donnerstag, 09.02.2023
Termin: 6 x donnerstags
Uhrzeit: 15:30 Uhr - 16:15 Uhr
Ort: Hallenbad Wehr

Siehe Kurs-Nr. 222-302406

Kurs-Nr.: 222-302409
Wassersicherheit für Kinder (2,5 - 4 Jahre) IV
Dozent/in: Susanne Dede, Dicksy Holfelder
Beginn: Donnerstag, 03.11.2022
Termin: 6 x donnerstags
Uhrzeit: 16:15 Uhr - 17:00 Uhr
Ort: Hallenbad Wehr

Siehe Kurs-Nr. 222-302406

Kurs-Nr.: 222-302410
Wassersicherheit für Kinder (2,5 - 4 Jahre) V
Dozent/in: Susanne Dede, Dicksy Holfelder
Beginn: Donnerstag, 15.12.2022
Termin: 6 x donnerstags
Uhrzeit: 16:15 Uhr - 17:00 Uhr
Ort: Hallenbad Wehr

Siehe Kurs-Nr. 222-302406

Kurs-Nr.: 222-302411
Wassersicherheit für Kinder (2,5 - 4 Jahre) VI
Dozent/in: Susanne Dede, Dicksy Holfelder
Beginn: Donnerstag, 09.02.2023
Termin: 6 x donnerstags
Uhrzeit: 16:15 Uhr - 17:00 Uhr
Ort: Hallenbad Wehr

Siehe Kurs-Nr. 222-302406

Kurs-Nr.: 222-302412
Kinderschwimmkurs für Anfänger (ab 5 Jahren) I

Dozent/in: Susanne Dede, Dicksy Holfelder
Beginn: Montag, 07.11.2022
Termin: 10 x montags
Uhrzeit: 14:00 Uhr - 14:45 Uhr
Ort: Hallenbad Wehr

Am Anfang des Kurses steht die Wassergewöhnung mit dem Erfahren und Erleben von Auftrieb und Widerstand, gefolgt vom spielerischem Springen, Gleiten, Blubbern und Tauchen. Wir wissen, dass "Augen und Nase im Wasser" für manche Kinder eine echte Überwindung darstellt. Wir versuchen den Kindern mit viel Geduld und Bestärkung die Angst zu nehmen und machen (fast immer) kleine Taucher aus ihnen. Dabei lernen wir Brustschwimmen! Zum Abschluss erhalten alle Kinder unser Delfin-Abzeichen und eine tolle Urkunde. Kinder, die die Voraussetzungen zum Seepferdchen meistern (25 Meter sicheres Schwimmen, Sprung ins Wasser und Heraufholen eines Gegenstandes) bekommen natürlich auch "Ihr Seepferdchen".

Kurs-Nr.: 222-302413
Kinderschwimmkurs für Anfänger (ab 5 Jahren) II

Dozent/in: Susanne Dede, Dicksy Holfelder
Beginn: Montag, 30.01.2023
Termin: 10 x montags
Uhrzeit: 14:00 Uhr - 14:45 Uhr
Ort: Hallenbad Wehr

Siehe Kurs-Nr. 222-302412

Kurs-Nr.: 222-302414
Kinderschwimmkurs für Anfänger (ab 5 Jahren) III

Dozent/in: Susanne Dede, Dicksy Holfelder
Beginn: Montag, 07.11.2022
Termin: 10 x montags
Uhrzeit: 14:45 Uhr - 15:30 Uhr
Ort: Hallenbad Wehr

Siehe Kurs-Nr. 222-302412

Kurs-Nr.: 222-302415
Kinderschwimmkurs für Anfänger (ab 5 Jahren) IV

Dozent/in: Susanne Dede, Dicksy Holfelder
Beginn: Montag, 23.01.2023
Termin: 10 x montags
Uhrzeit: 14:45 Uhr - 15:30 Uhr
Ort: Hallenbad Wehr

Siehe Kurs-Nr. 222-302412

Kurs-Nr.: 222-302416
AQUA-CYCLING

Dozent/in: Susanne Dede
Beginn: Montag, 07.11.2022
Termin: 10 x montags
Uhrzeit: 20:00 Uhr - 20:45 Uhr
Ort: Hallenbad Wehr

Aqua Cycling – Radfahren auf speziellen, stationären Unterwasserrädern - erfreut sich großer Beliebtheit und ist für sportliche Neueinsteiger oder langjährig Aktive geeignet. Aqua Cycling trainiert den ganzen Körper, stärkt die Herz-Kreislauf-Funktion und fördert die Mobilität, Koordination und die Durchblutung der Haut, des Bindegewebes sowie der Muskulatur.
Durch den Einsatz von Aquafitness-Geräten wird Aqua Cycling zum intensiven Ganzkörpertraining und ist dabei absolut gelenkschonend.

Wichtig: Grundsätzlich muss jeder, der in den letzten Jahren nicht regelmäßig sportlich aktiv war oder starke körperliche Veränderungen erfahren hat (auch Krankheiten, Operationen), sein Einverständnis vom Hausarzt einholen! Betreffs der Teilnahme am Kurs und an einzelnen Kursstunden handeln die Teilnehmer eigenverantwortlich und tragen die Risiken ihrer Teilnahme selbst.

Kurs-Nr.: 222-302417
Aquafit für Pfundige

Dozent/in: Susanne Dede
Beginn: Montag, 07.11.2022
Termin: 10 x montags
Uhrzeit: 16:00 Uhr - 16:45 Uhr
Ort: Hallenbad Wehr

Ein Kurs für alle, die sich gerne sportlich betätigen und auch mal gefordert werden wollen. Im Wasser ist ein hervorragendes Ganzkörpertraining möglich. Die Muskulatur wird gelenkschonend gekräftigt. Die Herz-Kreislauf-Fitness, die Beweglichkeit, die Kondition, die Koordination und das Gleichgewicht werden effektiv verbessert. Das Abnehmen wird begünstigt. Bei entsprechender flotter Musik (mit und ohne Sportgeräte) bereitet das abwechslungsreiche Gesundheitstraining viel Freude. Auch für Nichtschwimmer geeignet da Flachwasser!

Wichtig: Grundsätzlich muss jeder, der in den letzten Jahren nicht regelmäßig sportlich aktiv war oder starke körperliche Veränderungen erfahren hat (auch Krankheiten, Operationen), sein Einverständnis vom Hausarzt einholen! Betreffs der Teilnahme am Kurs und an einzelnen Kursstunden handeln die Teilnehmer eigenverantwortlich und tragen die Risiken ihrer Teilnahme selbst.

Kurs-Nr.: 222-302418
Aquafit für Pfundige II

Dozent/in:	Susanne Dede, Dicksy Holfelder
Beginn:	Montag, 23.01.2023
Termin:	10 x montags
Uhrzeit:	16:00 Uhr - 16:45 Uhr
Ort:	Hallenbad Wehr

Siehe Kurs-Nr. 222-302417

Kurs-Nr.: 222-302419
AQUA-JOGGING TIEFWASSER

Dozent/in:	Susanne Dede
Beginn:	Montag, 07.11.2022
Termin:	10 x montags
Uhrzeit:	17:00 Uhr - 17:45 Uhr
Ort:	Hallenbad Wehr

Das vielseitige Krafttraining im Tiefwasser wird mit Auftriebsgürteln ausgeübt und fördert zusätzlich aufgrund der Belastung des gesamten Körpers eine Verbesserung der Herz- Kreislaufsystems. Durch den Einsatz verschiedener Hilfsmittel werden unterschiedliche Muskeln trainiert.

Wichtig: Grundsätzlich muss jeder, der in den letzten Jahren nicht regelmäßig sportlich aktiv war oder starke körperliche Veränderungen erfahren hat (auch Krankheiten, Operationen), sein Einverständnis vom Hausarzt einholen! Betreffs der Teilnahme am Kurs und an einzelnen Kursstunden handeln die Teilnehmer eigenverantwortlich und tragen die Risiken ihrer Teilnahme selbst.

Kurs-Nr.: 222-302420
AQUA-JOGGING TIEFWASSER II

Dozent/in:	Susanne Dede
Beginn:	Montag, 23.01.2023
Termin:	10 x montags
Uhrzeit:	17:00 Uhr - 17:45 Uhr
Ort:	Hallenbad Wehr

Siehe Kurs-Nr. 222-302419

Kurs-Nr.: 222-302421
AQUA-JOGGING TIEFWASSER III

Dozent/in:	Susanne Dede
Beginn:	Donnerstag, 03.11.2022
Termin:	10 x montags
Uhrzeit:	17:00 Uhr - 17:45 Uhr
Ort:	Hallenbad Wehr

Siehe Kurs-Nr. 222-302419

Kurs-Nr.: 222-302422
Fit ins Alter - Wassergymnastik 70 plus (Flachwasser)

Dozent/in:	Susanne Dede
Beginn:	Freitag, 04.11.2022
Termin:	10 x freitags
Uhrzeit:	11:30 Uhr - 12:15 Uhr
Ort:	Hallenbad Wehr

Aquafit ist ein ganzheitliches Bewegungstraining mit positiven Wirkungen auf den gesamten Organismus. Genießen Sie die Bewegung im Wasser, denn durch den Auftrieb wird der Körper leicht, Gelenke und Wirbelsäule werden entlastet. Der Kurs ist für Nichtschwimmer bestens geeignet. Trainiert wird mit verschiedenen Hilfsmitteln, die einerseits den Widerstand erhöhen, andererseits als Auftriebshilfe fungieren und vor allem für Spaß und Abwechslung sorgen.

Wichtig: Grundsätzlich muss jeder, der in den letzten Jahren nicht regelmäßig sportlich aktiv war oder starke körperliche Veränderungen erfahren hat (auch Krankheiten, Operationen), sein Einverständnis vom Hausarzt einholen! Betreffs der Teilnahme am Kurs und an einzelnen Kursstunden handeln die Teilnehmer eigenverantwortlich und tragen die Risiken ihrer Teilnahme selbst.

Ernährung

Kurs-Nr.: 222-307500 NEU
Whisk(e)y-Reise um die Welt (Einsteiger-Seminar)
Dozent/in: Danny Stoll
Termin: Freitag, 16.09.2022
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 22:00 Uhr
Ort: Bürgersaal, Altes Schloss
Kursgebühr: 50,00 €
In der Kursgebühr enthalten sind sechs Whisk(e)yproben, Tafelwasser und original schottisches Gebäck.

„Uisge beatha“, Wasser des Lebens, ist der alte gälische Begriff für das Getränk, das in den letzten Jahren weltweit zum Genusstrend geworden ist. Wir begeben uns gemeinsam in diesem Seminar auf eine Reise um die Welt, auf den Spuren des Whisk(e)ys. Auf dieser Reise lernen wir nicht nur etwas über die Geschichte und Herstellung dieser edelsten aller
Spirituosen in den verschiedenen Ländern, sondern atmen und erschmecken und auch die unterschiedlichen Aromen und Charakteristika von sechs verschiedenen Whisk(e)ynationen. Dabei werden nicht nur unterschiedliche Fassreifungen, sondern auch der Unterschied zwischen „Single Malt“ und „Blend“ sowie „Trink-“ und „Fassstärke“ in den Blick genommen. So unternehmen wir gemeinsam eine Geschmacks- und Bildungsreise, die den interessierten Neulingen, aber auch den fortgeschrittenen Whisk(e)y-LiebhaberInnen viele Facetten rund um diese faszinierenden Gaumenschmeichler eröffnen wird.

Mindestalter für Teilnehmer: 18 Jahre

Kurs-Nr.: 222-307501 NEU
Whisky in bester Verfassung: Verschiedene Fassreifungen unter der Lupe (Fortgeschrittenen-Seminar)
Dozent/in: Danny Stoll
Termin: Freitag, 28.10.2022
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 22:00 Uhr
Ort: Bürgersaal, Altes Schloss
Kursgebühr: 55,00 €
In der Kursgebühr enthalten sind sechs Whisk(e)yproben, Tafelwasser und original schottisches Gebäck.

Sherry, Portwein, Madeira, Rum, Burgunder und Bourbon: Sechs für sich genommen extrem unterschiedliche Getränke haben eine auf den ersten Blick unerwartete Gemeinsamkeit: Die Fässer, in denen sie reiften, bekommen ein zweites Leben eingehaucht, nämlich in der Whiskyherstellung. Und ebenso unterschiedlich wie die Getränke selbst sind auch die in ihren Fässern gelagerten Whiskys. In diesem Seminar werden die TeilnehmerInnen diese Vielfalt mit allen Sinneseindrücken erfahren und außerdem die unterschiedlichen Fass-Größen und -hölzer sowie deren Einfluss auf die Intensität des Whiskys unter die Lupe genommen.
Dieses Seminar wird für fortgeschrittene WhiskyliebhaberInnen empfohlen, da die Geschichte und Herstellung des Whiskys nicht ausführlich behandelt werden wird.
In der Kursgebühr enthalten sind sechs Whiskyproben, Tafelwasser und original schottisches Gebäck.

Mindestalter für Teilnehmer: 18 Jahre

Kurs-Nr.: 222-307502
Syrische Küche - Die beste Küche im Vorderen Orient Freekeh
Dozent/in: Bashira Maai
Termin: Samstag, 10.09.2022
Uhrzeit: 10:00 Uhr - 13:00 Uhr
Ort: Lehrküche, Gemeinschaftsschule Wehr, Neubau
Gebühr: 30,00 €
Material: Schürze und evtl. kleine Vorratsbehälter.
Die Materialgebühr ist in der Kursgebühr enthalten.

Hummus, Baklava und Kebab sind mittlerweile fast auf der ganzen Welt bekannt, aber die Küche des Nahen Ostens hat noch sehr viel mehr zu bieten. Die Syrerin Bashira Maai, die schon beim Wehrer Kochbuchprojekt "Brot & Safran – Frauen kochen um die Welt" mitgewirkt hat, wird uns die syrische Esskultur näherbringen. An diesem Tag steht Freekeh auf der Speisekarte.

Freuen Sie sich auf ein Fest für Gaumen und Auge!

Kurs-Nr.: 222-307503
Syrische Küche - Die beste Küche im Vorderen Orient Kebbeh bil Sanieh
Dozent/in: Bashira Maai
Termin: Samstag, 15.10.2022
Uhrzeit: 10:00 Uhr - 13:00 Uhr
Ort: Lehrküche, Gemeinschaftsschule Wehr, Neubau
Gebühr: 30,00 €
Material: Schürze und evtl. kleine Vorratsbehälter.

Die Materialgebühr ist in der Kursgebühr enthalten.

Siehe Kurs-Nr.: 222-307502
An diesem Tag steht Kebbeh bil Sanieh auf der Speisekarte.

Kurs-Nr.: 222-307504
Syrische Küche - Die beste Küche im Vorderen Orient
Falafel (vegetarisch)
Dozent/in: Bashira Maai
Termin: Samstag, 05.11.2022
Uhrzeit: 10:00 Uhr - 13:00 Uhr
Ort: Lehrküche, Gemeinschaftsschule Wehr, Neubau
Gebühr: 30,00 €
Material: Schürze und evtl. kleine Vorratsbehälter.
Die Materialgebühr ist in der Kursgebühr enthalten.

Siehe Kurs-Nr.: 222-307502
An diesem Tag steht Falafel auf der Speisekarte.

Kurs-Nr.: 222-307505
Syrische Küche - Die beste Küche im Vorderen Orient
Fatteh (vegetarische Variante möglich)
Dozent/in: Bashira Maai
Termin: Samstag, 03.12.2022
Uhrzeit: 10:00 Uhr - 13:00 Uhr
Ort: Lehrküche, Gemeinschaftsschule Wehr, Neubau
Gebühr: 30,00 €
Material: Schürze und evtl. kleine Vorratsbehälter.
Die Materialgebühr ist in der Kursgebühr enthalten.

Siehe Kurs-Nr.: 222-307502
An diesem Tag steht Fatteh auf der Speisekarte.

Besuchen Sie uns im Internet:
www.vhs-wehr.de

Sprachen

Der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen (GER) in der VHS Sprachenschule

Das Kursstufensystem basiert auf dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen, damit Sprachkurse in Europa miteinander vergleichbar sind. Die Übersicht zeigt, was Sie bei regelmäßiger, aktiver Teilnahme am Ende der jeweiligen Stufen können sollten.

A 1
Hören - einfache Wörter und Sätze über vertraute Themen verstehen
Sprechen - sich auf einfache Art über vertraute Themen verständigen
Lesen - einzelne Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z.B. auf Schildern und Plakaten
Schreiben - einfache Standardformulare, z.B. im Hotel ausfüllen

A 2
Hören - einfache Alltagsgespräche und das Wesentliche von kurzen Mitteilungen verstehen
Sprechen - kurze einfache Gespräche in Situationen des Alltags führen
Lesen - kurze einfache Texte, z.B. Anzeigen, Speisekarten, verstehen
Schreiben - kurze Notizen und Mitteilungen abfassen

B 1
Hören - das Wesentliche von Unterhaltungen und Nachrichten verstehen, wenn langsam gesprochen wird
Sprechen - in einfachen zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen, Ereignisse beschreiben und Meinungen wiedergeben
Lesen - Texte aus der Alltags- und Berufswelt verstehen
Schreiben - persönliche Briefe schreiben

B 2
Hören - im Fernsehen die meisten Sendungen und Filme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird
Sprechen - sich relativ mühelos an einer Diskussion beteiligen und Ihre Ansichten vertreten

Lesen - Artikel und Berichte über aktuelle Fragen der Gegenwart verstehen
Schreiben - detaillierte Texte, z.B. Aufsätze oder Berichte, schreiben

C 1
Hören - Unterhaltungen und Radio- und Fernsehsendungen relativ mühelos verstehen
Sprechen - sich spontan in den meisten Situationen fließend ausdrücken
Lesen - komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen
Schreiben - sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben

C 2
Hören - ohne Schwierigkeit die gesprochene Sprache verstehen
Sprechen - sich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen sicher und angemessen beteiligen
Lesen - jede Art geschriebenen Textes mühelos lesen
Schreiben - anspruchsvolle Briefe und komplexe Berichte verfassen und sich differenziert ausdrücken

Gebührenveränderung bei geringer Teilnehmerzahl

Bitte beachten Sie folgende Gebührenstaffelung für Sprachkurse. Die bei den Kursen angegebenen Gebühren beziehen sich auf eine Gruppe ab 8 Teilnehmenden.

Alle Teilnehmer von Sprachkursen werden am ersten Kurstag befragt, ob sie bereit sind, den Kurs weiterhin zu besuchen, falls die Gebühr wegen geringer Teilnehmerzahl erhöht werden muss. Verbleiben am zweiten Kurstag fünf bis sieben Teilnehmer, ist die Durchführung nur möglich, wenn diese der erhöhten Gebühr zugestimmt haben. Kurse mit weniger als fünf Teilnehmern können nicht durchgeführt werden, auch wenn es sich um die Fortsetzung eines Kurses aus dem vergangenen Semester handelt.

Arabisch

Kurs-Nr.: 222-401500
Arabisch für Anfänger*innen (A1)
Dozent/in: Salem Sammain
Beginn: Montag, 19.09.2022
Termin: 15 x montags
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 20:30 Uhr
Ort: Museum der Stadt Wehr
Kursgebühr: 120,00 €
Material: Ein liniertes Heft.
Lehrbuch: Tawfiq Burg

Wollen Sie die arabische Sprache und ihre schöne Schrift kennenlernen? In diesem Kurs beginnen wir mit dem arabischen Alphabet in Wort und Schrift, sprechen und schreiben einfache Sätze und üben Alltagskonversation.

Türkisch

Kurs-Nr.: 222-402500
Türkisch für Anfänger*innen
Dozent/in: Ayfer Karaoglu
Beginn: Freitag, 23.09.2022
Termin: 8 x freitags
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 20:00 Uhr
Ort: Seminarraum, Hintereingang Stadthalle
Kursgebühr: 43,00 €
Lehrbuch: `Kolay gelsin! neu A1-A2: Türkisch für Anfänger benötigt (bitte erst nach der ersten Lektion kaufen)

Durch die sprachpädagogische Vielfalt bildet der Lehrgang die Grundlage für ein lustvolles Lernen. Hauptziel ist es, die kommunikative Kompetenz rezeptiv (Hör-/Leseverständnis) wie produktiv (Sprech-/Schreibfertigkeit) zu entwickeln. Der Kursinhalt wird an die jeweiligen Voraussetzungen der Teilnehmer angepasst.

Russisch

Kurs-Nr.: 222-403500 NEU
Russisch für Anfänger*innen
Dozent/in: Valentyna Zuyeva
Beginn: Donnerstag, 29.09.2022
Termin: 12 x donnerstags

Uhrzeit: 19:00 Uhr - 20:30 Uhr
Ort: Museum der Stadt Wehr
Kursgebühr: 96,00 €
Lehrbuch: wird bei Kursbeginn bekannt gegeben

Als neues Angebot an der vhs Wehr bietet die Ukrainerin Valentyna Zuyeva einen Einsteigerkurs in die russische Sprache an. Das Lehrwerk wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.

Englisch

Kurs-Nr.: 222-406500
Englisch für (nicht ganz) Anfänger*innen (A1)
Dozent/in: Fred Parks
Beginn: Montag, 19.09.2022
Termin: 12 x montags
Uhrzeit: 18:00 - 19:00 Uhr
Ort: Seminarraum, Hintereingang Stadthalle
Kursgebühr: 64,00 €
Lehrbuch: Oxford University Press Headway A1 ISBN 978-0-19-474123-1, Lektion: 8 (bitte erst nach Kursbeginn kaufen)

Folgekurs von 122-406500

Kurs-Nr.: 222-406501
Easy English: Evenings (B1+)
Dozent/in: Fred Parks
Beginn: Montag, 19.09.2022
Termin: 12 x montags
Uhrzeit: 19:15 - 20:30 Uhr
Ort: Seminarraum, Hintereingang Stadthalle
Kursgebühr: 80,00 €
Lehrbuch: Oxford University Press Headway B1+, ISBN: 978-0-19-474147-7, Lesson: 4 (bitte erst nach Kursbeginn kaufen)

Follow up course 122-406501

Weiter Mit Headway English B1+

Französisch

Kurs-Nr.: 222-408500
Online: Französisch für Anfänger*innen (A1)
Dozent/in: Annette Walter
Beginn: Mittwoch, 05.10.2022
Termin: 10 x mittwochs
Uhrzeit: 18:30 Uhr - 20:00 Uhr
Ort: Zoom-Zugang
Kursgebühr: 80,00 €
Lehrbuch: Voyages neu A1, Klett Verlag, ab Lektion 6/7

Haben Sie schon Grundkenntnisse der französischen Sprache? Zum Beispiel, um in Frankreich Urlaub zu machen oder in der Grenznähe auf einem Wochenmarkt einzukaufen? In meinem Kurs lernen Sie vor allem spontane Gespräche zu führen und die französischen Antworten zu verstehen. Für alle, die sich für die französische Sprache interessieren und Konversation in dieser schönen Sprache halten wollen.

Italienisch

Kurs-Nr.: 222-409500
Italienisch Conversando (A2)
Dozent/in: Debora Keser
Beginn: Dienstag, 20.09.2022
Termin: 12 x dienstags
Uhrzeit: 18:00 Uhr - 19:30 Uhr
Ort: Museum der Stadt Wehr
Kursgebühr: 96,00 €
Lektion: Adesso, Spotlight Verlag

Sie haben Freude an der Italienischen Sprache? In diesem Kurs steht das Sprechen im Vordergrund. Wir tauschen uns über interessante Themen aus, die wir gemeinsam mit unserer Dozentin festlegen. Debora Keser lebt in Schwörstadt und ist Italienisch Muttersprachlerin.

Anmeldung!
Nur schriftlich mit der beiliegenden Anmeldekarte, dem Fax-Anmeldeformular und online unter: **www.vhs-wehr.de** oder per E-Mail möglich!

Spanisch

Kurs-Nr.: 222-422500
Spanisch (B1)
Dozent/in: Clara Garabato González-Hilpert
Beginn: Mittwoch, 21.09.2022
Termin: 15 x mittwochs
Uhrzeit: 19:30 Uhr - 21:00 Uhr
Ort: Seminarraum, Hintereingang Stadthalle
Kursgebühr: 120,00 €
Lehrbuch: Bien mirado, Lektion 4

Das Sprechen steht im Vordergrund. Wir vertiefen unsere Kenntnisse in Wortschatz und Grammatik in entspannter Atmosphäre.

Kurs-Nr.: 222-422501
Spanisch Conversación C1
Dozent/in: Clara Garabato González-Hilpert
Beginn: Mittwoch, 21.09.2022
Termin: 15 x mittwochs
Uhrzeit: 10:00 Uhr - 11:30 Uhr
Ort: Museum der Stadt Wehr
Kursgebühr: 120,00 €
Material: Das Material wird von der Kursleiterin gestellt.

Discutiremos sobre temas de actualidad, leeremos un libro y ampliaremos conocimientos gramaticales y de vocabulario.

Wenn ein Sprachkurs mit weniger als zehn Teilnehmern durchgeführt werden soll, müssen höhere Gebühren entrichtet werden. Ein Kurs kann nur dann stattfinden, wenn die Teilnehmenden den Gebührenaufschlag akzeptieren. Sprachkurse unter sieben Teilnehmenden können nur nach Rücksprache mit der VHS-Leitung stattfinden. Die Gebührenveränderung bei weniger als zehn Kursteilnehmern können Sie der Tabelle unter "Fotos" entnehmen.

Kurs-Nr.: 222-422502
Spanisch für Anfänger & Auffrischer (B1)
Dozent/in: Monika Hudec-Plasencia
Beginn: Dienstag, 20.09.2022
Termin: 15 x dienstags
Uhrzeit: 18:00 Uhr - 19:30 Uhr
Ort: Seminarraum, Hintereingang Stadthalle
Kursgebühr: 120,00 €
Lehrbuch: Bien Mirada Aktuell Hueber Verlag, ab Lektion 1 (bitte erst nach Kursbeginn kaufen)

Wir lernen schon ein paar Semester Spanisch.
Wir werden unser Spanisch weiter verbessern und vertiefen.

EDV, Arbeit, Beruf

Kurs-Nr.: 222-211500
Android Phone / Smartphone - die Praxisschulung
Dozent/in: Michael Fritz
Beginn: Montag, 14.11.2022
Termin: 3 x montags
Uhrzeit: 09:00 Uhr - 11:00 Uhr
Ort: Museum der Stadt Wehr
Kursgebühr: 78,00 €

Zielgruppe: Sie haben ein neues Handy ein sog. Smartphone mit Android z.B. Samsung Galaxy, HTC, Sony, LG, etc. und möchten nun Schritt für Schritt die Bedienung kennenlernen?

Hierzu gehören die Knöpfe und Schalter und die Gestenbedienung per Finger, das Verwenden der Bildschirmtastatur und diverse Einstellungen (z.B. WLAN, GPS, Bluetooth, Displayaufbau, etc.)
Was kann dieses Gerät alles? Lernen Sie, was Apps sind, wie Sie sie installieren und nutzen.

Voraussetzungen:
Sie verfügen über ein eigenes Android Phone (Smartphone) und bringen dieses mit vollem Akku in den Kurs mit. Bitte kennen Sie auch die PIN und wenn vorhanden ein Kennwort zu Ihrem Google-Konto (Gmail-Adresse).
Achtung ein iPhone kann in diesem Kurs NICHT verwendet werden!

Kurs-Nr.: 222-211501
Android Phone / Smartphone - die Praxisschulung
Dozent/in: Michael Fritz
Beginn: Montag, 16.01.2023
Termin: 3 x montags
Uhrzeit: 09:00 Uhr - 11:00 Uhr

Ort: Museum der Stadt Wehr
Kursgebühr: 78,00 €

Siehe Kurs-Nr.: 222-211500

Kurs-Nr.: 222-50067
Outlook (Adressen, Termine, E-Mails)
Dozent/in: Michael Fritz
Do., 06.10.2022 - Lernbaustein wird freigeschalten (voraussichtliche Arbeitszeit: 4 Stunden)
Do., 13.10.2022 - Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Ort: www.vhs.cloud
Kursgebühr: 74,00 €

Zielgruppe: Sie möchten mailen statt telefonieren? Die Termine über den Computer verwalten? Und Adressen jederzeit zur Verfügung haben, egal ob am Computer oder auf Papier?

Inhalte: Kennen Sie auch das Problem, wichtige Termine, Notizen, Adressen usw. auf verschiedenen losen Blättern zu erfassen? Wenn Sie diese Dinge mit wenig Aufwand besser organisieren, Ihren Suchaufwand dadurch verringern und diese Daten anderen Teilnehmern evtl. auch zur Verfügung stellen wollen, dann sollten Sie es einmal mit Outlook probieren.
Outlook ist das Kommunikationswerkzeug von Microsoft Office. Mit diesem Produkt besitzen Sie die Möglichkeit, Termine, Aufgaben, Kontakte bzw. Adressen und Notizen übersichtlich und effizient zu verwalten. Eine E-Mail-Funktion ist ebenfalls vorhanden.

Voraussetzungen: Einfache Kenntnisse im Bedienen von Microsoft Windows - Produkten sind von Vorteil. Sie sollten bereits mit den Grundlagen im Bereich E-Mail vertraut sein.

Kurs-Nr.: 222-50068
Excel - Visualisierung
Dozent/in: Michael Fritz
Mo., 10.10.2022 - Lernbaustein wird freigeschalten (voraussichtliche Arbeitszeit: 4 Stunden)
Mo., 17.10.2022 - Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Ort: www.vhs.cloud
Kursgebühr: 74,00 €
Zielgruppe: Sie möchten Daten in Excel grafisch bzw. über die Formatierung (z. B. Hintergrundfarbe) automatisiert darstellen, die Werte zusammenfassen z. B. als Anzahl, Summe etc. und in Abhängigkeit von Filtern oder Kriterien automatisiert ermitteln?

In der Praxis werden immer wieder Daten manuell aufbereitet und dann ausgewertet. Excel - welches seit über 30 Jahren auf dem Markt ist - hat mittlerweile viele Features, welche noch nicht allen bekannt sind.

Inhalte:
- bedingte Formatierungen definieren (stark überarbeitet seit 2007)
- Listenfelder für Kriterien in Formeln nutzen
- intelligente Tabellen definieren (seit 2010 vorhanden)
- Datenschnitte verwenden (seit 2013 vorhanden)
- Diagramme verwenden
- Daten mit Sparklines darstellen (seit 2010 vorhanden)
- mehrere Tabellendarstellungsformen für eine Datenbasis (Power Query seit 2016 vorhanden)
- Experten-Tipps vom Trainer

Kurs-Nr.: 222-50069
Excel - Einsteiger / Auffrischer
Dozent/in: Michael Fritz
Di., 11.10.2022 - Lernbaustein wird freigeschalten (voraussichtliche Arbeitszeit: 4 Stunden)
Di., 18.10.2022 - Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Mi., 19.10.2022 - Nächster Lernbaustein wird freigeschalten (voraussichtliche Arbeitszeit: 4 Stunden)
Di., 25.10.2022 - Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Ort: www.vhs.cloud
Kursgebühr: 116,00 €

Zielgruppe: Sie werten Zahlen und Daten am Computer aus, wollen Berechnungen durchführen lassen bzw. mit Listen in Excel arbeiten.
Inhalte: Da sich sowohl im privaten wie auch im geschäftlichen Bereich unzählige Sachverhalte in tabellarischer Form darstellen lassen, sind Grundkenntnisse in Microsoft Excel heute eigentlich unerlässlich. Nach dem Kurs können Sie Berechnungen mit Hilfe von Formeln durchführen, Formeln auf eine Liste anwenden, Diagramme erstellen und bereiten den Ausdruck Ihrer Tabellen vor.
Weitere Themen sind:
- Grundlagen der Zellformatierung

- Daten sortieren und filtern
- relative und absolute Bezüge in Formeln
- Überschriften und Spalten fixieren
- arbeiten mit Listen
- Seiteneinrichtung

Voraussetzungen: Allgemeiner Umgang mit dem Computer.

Kurs-Nr.: 222-50070
Umsteigen auf Windows 11
Dozent/in: Michael Fritz
Fr., 14.10.2022 - Live-Online-Konferenz 19:00 - 21:30 Uhr
Ort: www.vhs.cloud
Kursgebühr: 58,00 €

Zielgruppe: Sie möchten auf Windows 11 umsteigen und wissen, was neu ist und wie es funktioniert?

Inhalt: Windows 11 ist da, aber wie sieht es aus, was ist anders im Vergleich zu den Vorgängerversionen und wo finde ich eigentlich ...? In dieser Schulung werden Ihnen die Neuerungen und Veränderungen vorgestellt.

Voraussetzungen: Allgemeine Computerkenntnisse

Kurs-Nr.: 222-50072
Word - Serienbriefe
Dozent/in: Michael Fritz
Do., 10.11.2022 - Lernbaustein wird freigeschalten
(voraussichtliche Arbeitszeit: 4 Stunden)
Do., 17.11.2022 - Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Ort: www.vhs.cloud
Kursgebühr: 74,00 €

Zielgruppe: Personen, die Dokumente gleichen Inhalts an verschiedene Empfänger versenden möchten. Egal, ob dies für eine sehr günstige Direktwerbung im Geschäftsbereich, oder für z.B. Schriftführer in Vereinen eher privat genutzt werden soll.

Inhalte: Die Möglichkeiten von Serienbriefen in Word werden sehr oft unterschätzt. Es reicht nicht nur, eine Datenquelle (Adressen z.B. für die Brieferstellung) und ein Hauptdokument (den eigentlichen Brief) zu erstellen, um das "mächtige Werkzeug" Seriendruck in Word zu beherrschen. Sie können mit der Seriendruckfunktion Briefe, Umschläge, Etiketten und Listen mit vordefinierten Daten erstellen. Wir trainieren das effiziente Erstellen von Serienbriefen mit verschiedenen Datenquellen (kann auch aus einer Datenbank, wie Access, Excel, etc. kommen) und lernen die Filter- und Sortieroperation kennen. Das Einfügen von nicht in der Datenquelle befindlichen Informationen, wie z.B. eine persönliche Anrede, wird ebenso behandelt, wie das Drucken von Etiketten. In diesem Kurs vermitteln wir auch grundlegende Kenntnisse zur Arbeit mit Feldern und Feldfunktionen (Bedingungsfeldern), welche z.B. auch wichtig sind für die richtige Formatierung von Texten, Zahlen und Datumswerten.

Voraussetzungen: Word-Grundkenntnisse!

Kurs-Nr.: 222-50074
Excel - Pivot-Tabellen / Listenauswertungen
Dozent/in: Michael Fritz
Mo., 14.11.2022 - Lernbaustein wird freigeschalten
(voraussichtliche Arbeitszeit: 4 Stunden)
Mo., 21.11.2022 - Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Ort: www.vhs.cloud
Kursgebühr: 74,00 €

Zielgruppe: Sie haben größere Listen in Excel vorliegen und sollen diese analysieren. Hier gibt es in Excel die sog. Pivot-Tabelle. Sollten Sie diese nicht kennen und/oder mehr mit vorhandenen Pivottabellen erreichen wollen, lohnt sich der Kurs für Sie! Die Daten könnten auch per Im- bzw. Export aus z. B. SAP, etc. kommen.

Inhalte:
- Strukturieren von größeren Datenbeständen
- Filtermöglichkeiten (Autofilter, Spezialfilter)
- Gruppierungen und Gliederungen
- Teilergebnisse
- Datenanalyse mit Pivot-Tabellen
- Voraussetzungen für die Analyse mit Pivot
- Die verschiedenen Bereiche in Pivot-Tabellen (Zeile, Spalte, Werte, Seitenfeld)
- Berechnungsmöglichkeiten im Bereich Werte
- Umgang mit geänderten und neuen Datensätzen
- Was ist beim Gruppieren zu beachten (Datum, Zahlen, benutzerdefiniert)?

- Verwenden von intelligenten Tabellen als Datenquellen in Pivot
- Filtern mit Datenschnitten und Zeitachsen
- Drilldown Ihrer Daten
- Experten-Tipps vom Trainer

Voraussetzungen: gute Excelkenntnisse

Kurs-Nr.: 222-50075
PowerPoint
Dozent/in: Michael Fritz
Mi., 16.11.2022 - Lernbaustein wird freigeschalten (voraussichtliche Arbeitszeit: 4 Stunden)
Mi., 23.11.2022 - Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Ort: www.vhs.cloud
Kursgebühr: 74,00 €

Zielgruppe: Mit Microsoft PowerPoint wird die Erstellung von aussagekräftigen und hochwertigen Präsentationen zur wahren Freude. Richtig angewendet hinterlassen Sie einen bleibenden Eindruck bei Ihren Zuschauern.

Inhalte: Kennen Sie einen sogenannten Master in PowerPoint? Diese wichtige Kenntnis spart enorm viel Zeit bei der Erstellung einer Präsentation und ist deshalb unverzichtbares Grundwissen.

Weitere Kursthemen sind:
- Folienlayout verwenden
- Folienmaster verändern
- Folien aus einer anderen Präsentation übernehmen
- Folienübergänge definieren
- Animationen sinnvoll anwenden
- Tipps für die Bildschirmpräsentation
- Folien, Notizblätter und Handzettel drucken

Voraussetzungen: Einfache Kenntnisse im Umgang mit dem Computer sind von Vorteil.

Kurs-Nr.: 222-50077
Excel - Einsteiger / Auffrischer
Dozent/in: Michael Fritz
Do., 24.11.2022 - Lernbaustein wird freigeschalten (voraussichtliche Arbeitszeit: 4 Stunden)
Do., 01.12.2022 - Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Fr., 02.12.2022 - Nächster Lernbaustein wird freigeschalten (voraussichtliche Arbeitszeit: 4 Stunden)
Do., 08.12.2022 - Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Ort: www.vhs.cloud
Kursgebühr: 116,00 €

Zielgruppe: Sie werten Zahlen und Daten am Computer aus, wollen Berechnungen durchführen lassen bzw. mit Listen in Excel arbeiten.

Inhalte: Da sich sowohl im privaten wie auch im geschäftlichen Bereich unzählige Sachverhalte in tabellarischer Form darstellen lassen, sind Grundkenntnisse in Microsoft Excel heute eigentlich unerlässlich. Nach dem Kurs können Sie Berechnungen mit Hilfe von Formeln durchführen, Formeln auf eine Liste anwenden, Diagramme erstellen und bereiten den Ausdruck Ihrer Tabellen vor.

Weitere Themen sind:
- Grundlagen der Zellformatierung
- Daten sortieren und filtern
- relative und absolute Bezüge in Formeln
- Überschriften und Spalten fixieren
- arbeiten mit Listen
- Seiteneinrichtung

Voraussetzungen: Allgemeiner Umgang mit dem Computer.

Kurs-Nr.: 222-50078
Word - Einsteiger / Auffrischer
Dozent/in: Michael Fritz
Di., 29.11.2022 - Lernbaustein wird freigeschalten (voraussichtliche Arbeitszeit: 4 Stunden)
Di., 06.12.2022 - Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Mi., 07.12.2022 - Nächster Lernbaustein wird freigeschalten (voraussichtliche Arbeitszeit: 4 Stunden)
Di., 13.12.2022 - Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Ort: www.vhs.cloud
Kursgebühr: 116,00 €

Zielgruppe: Sie möchten Ihre Kenntnisse in Word auffrischen und festigen?

Inhalte: Auch wenn Sie bereits mit Word arbeiten, schleichen sich immer wieder alte Gewohnheiten in der Textbearbeitung ein. Probleme bestehen in der Regel beim Erfassen von listenartigen Texten. Hier gibt es verschiedene Varianten:
- Tabstopps (links, rechts, dezimal, etc.)
- hängender Einzug
- Tabellen

Nicht jede Variante ist austauschbar, sondern hängt tatsächlich vom Text ab.

Es gibt viele Möglichkeiten, Text zu markieren, um die verschiedenen Formatierungsvarianten zu verwenden. Lernen Sie diese zu nutzen und dadurch schnell und effizient in Word zu arbeiten.
Auch das Erstellen von Etiketten, das Ablegen und Auffinden Ihrer Texte, verwenden von Sonderzeichen, das Nutzen von Autokorrektur bzw. Autoformat, Seiten- und Grundeinstellungen, definieren von Textbausteinen und die Ausgabe als PDF-Datei sind weitere Kursthemen.
Teilnehmerfragen sind ausdrücklich erwünscht!

Voraussetzungen: Allgemeiner Umgang mit dem Computer.

Kurs-Nr.: 222-50079
Excel - PowerQuery
Dozent/in: Michael Fritz
Mi., 30.11.2022 - Lernbaustein wird freigeschalten (voraussichtliche Arbeitszeit: 4 Stunden)
Mi., 07.12.2022 - Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Ort: www.vhs.cloud
Kursgebühr: 74,00 €

Zielgruppe: Sie gehören auch zu den Personen, welche Daten - auch größere Datenmengen - aus vielleicht sogar verschiedenen Quellen in kürzester Zeit aufbereiten (transformieren) und analysieren möchten?

Hierfür bietet Microsoft die Software Power Query. Diese ist u. a. in den aktuellen Excel-Versionen integriert.
Datenanalysen, Prognosen und Excel sind eigentlich seit Jahren untrennbar. Aber in der heutigen IT-Landschaft kommen die Daten zur Analyse nicht aus einfachen Excel-Listen, sondern aus komplexen Softwareprodukten mit oftmals eigenen Auswertungsmöglichkeiten. Sie wünschen aber eine individuelle, angepasste Auswertungsmöglichkeit? Dann exportieren Sie die Daten z. B. nach Excel.
Jetzt geht die Arbeit los… Ist das Datenmaterial richtig erkannt als z. B. Zahl, Text bzw. Datum? Muss ich die Uhrzeit vom Datum trennen? Benötige ich Bedingungen, um die Daten korrekt darstellen zu können? Müssen Daten korrigiert werden?

Diese Dinge sollten Sie in Zukunft nicht mehr manuell mit Eingaben oder komplizierten Funktionen lösen, sondern mit Power Query. Ab der Version 2016 ist Power Query im Register „Daten“ unter „Abrufen und transformieren“ fest eingebaut und kann z.B. als Vorstufe für Pivot-Darstellungen oder als eigenständige Auswertungsmöglichkeit verwendet werden. Auch das "Verbinden" von mehreren Tabellen, bisher z. B. über die Funktion SVerweis gelöst, kann hier automatisiert werden.

Voraussetzungen: Einfache Grundlagen in Excel.

Kurs-Nr.: 222-50080
Excel - Pivot Aufbaukurs
Dozent/in: Michael Fritz
Mo., 12.12.2022 - Lernbaustein wird freigeschalten (voraussichtliche Arbeitszeit: 4 Stunden)
Mo., 19.12.2022 - Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Ort: www.vhs.cloud
Kursgebühr: 74,00 €

Zielgruppe: Sie arbeiten bereits intensiv mit Pivot und kennen sich bei der Erstellung und Veränderung von Pivottabellen aus. Die Darstellungsformen (Kurz-/Gliederungs- und Tabellenformat mit Gesamt- oder Teilergebnissen) sind Ihnen bekannt und auch die Bereiche (Spalten, Zeilen, Werte und Filter) in Pivot können Sie gut zuordnen.
Sie möchten aber noch weitere Berechnungen innerhalb einer PivotTabelle erreichen. Auch berechnete Felder bzw. sog. Measures in PowerPivot interessieren Sie? - dann sind sie in diesem Kurs genau richtig.
Inhalte:
- Kreuztabellen in Datensatzlisten umwandeln
- mehrere Datenquellen zusammenführen
- Beziehungen definieren
- Berechnungen dauerhaft hinterlegen
- automatisierte Aktualisierung
- erste Schritte mit DAX - einer neuen Formelsprache

- Erstellen von Pivot-Tabellen auf Basis des Datenmodells
- Datumstabellen verwenden
- Experten-Tipps vom Trainer

Voraussetzungen: siehe Zielgruppe

Kurs-Nr.: 222-50081
Excel - PowerQuery Aufbau
Dozent/in: Michael Fritz
Mi., 11.01.2023 - Lernbaustein wird freigeschalten (voraussichtliche Arbeitszeit: 4 Stunden)
Mi., 18.01.2023 - Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Ort: www.vhs.cloud
Kursgebühr: 74,00 €

Zielgruppe: Arbeiten Sie bereits mit Power Query und möchten die vielen Möglichkeiten des Datenimports und der Datenaufbereitung perfektionieren?

Dann ist dieser Kurs genau richtig. Erweitern Sie Ihre Power Query-Grundkenntnisse und vertiefen Ihr Power Query-Wissen mithilfe anschaulicher Praxisbeispiele. Die Kombination von einzelnen Transformationsschritten (vertauschen, pivotieren, entpivotieren, Spalten zusammenführen, Suchen und Ersetzen, …) werden u. a. in diesen Praxisbeispielen dargestellt.

Das Hauptthema ist das Verwenden der Programmiersprache Language M und das Arbeiten mit dem Power Query-Editor. Wir verwenden Parameter, erstellen Funktionen und können damit unsere Arbeit noch effizienter automatisieren. Praxisfragen sind ausdrücklich erwünscht!

Voraussetzungen: Grundlagen im Arbeiten mit Power Query.

Kurs-Nr.: 222-50082
Excel - Aufbau
Dozent/in: Michael Fritz
Mo., 16.01.2023 - Lernbaustein wird freigeschalten (voraussichtliche Arbeitszeit: 4 Stunden)
Mo., 23.01.2023 - Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Di., 24.01.2023 - Nächster Lernbaustein wird freigeschalten (voraussichtliche Arbeitszeit: 4 Stunden)
Mo., 30.01.2023 - Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Ort: www.vhs.cloud
Kursgebühr: 116,00 €

Zielgruppe: Sie nutzen die Tabellenkalkulation Excel bereits? Wollen aber nicht nur einfache Berechnungen durchführen?

In diesem Seminar haben Sie die Möglichkeit, weitere Funktionalitäten von Excel kennen zu lernen. Sie können anschließend komplizierte und verschachtelte Formelausdrücke erstellen.
Weitere Kursinhalte sind:
- nutzen des Funktionsassistenten
- diverse Funktionen anwenden, u. a. Wenn(), ZählenWenn(), Sverweis()
- filtern, sortieren von größeren Datensammlungen
- Datenbankfunktionen von Excel nutzen
- mit Datums- und Zeitfunktionen arbeiten
- Zahlenformate definieren
- Gültigkeitsregeln und bedingte Formatierungen definieren
- Experten-Tipps vom Trainer

Voraussetzungen: Grundfunktionen, wie sie im Kurs Excel - Einsteiger / Auffrischer vermittelt werden, z. B. relative und absolute Zelladressierung, also Sie kennen den Unterschied in den Formeln =A1+B1 bzw. =A1+$B$1

Kurs-Nr.: 222-50083
Excel - Einsteiger / Auffrischer
Dozent/in: Michael Fritz
Di., 17.01.2023 - Lernbaustein wird freigeschalten (voraussichtliche Arbeitszeit: 4 Stunden)
Di., 24.01.2023 - Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Mi., 25.01.2023 - Nächster Lernbaustein wird freigeschalten (voraussichtliche Arbeitszeit: 4 Stunden)
Di., 31.01.2022 - Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Ort: www.vhs.cloud
Kursgebühr: 116,00 €

Zielgruppe: Sie nutzen die Tabellenkalkulation Excel bereits? Wollen aber nicht nur einfache Berechnungen durchführen?
In diesem Seminar haben Sie die Möglichkeit, weitere Funktionalitäten von Excel kennen zu lernen. Sie kön-

nen anschließend komplizierte und verschachtelte Formelausdrücke erstellen.
Weitere Kursinhalte sind:
- nutzen des Funktionsassistenten
- diverse Funktionen anwenden, u. a. Wenn(), ZählenWenn(), Sverweis()
- filtern, sortieren von größeren Datensammlungen
- Datenbankfunktionen von Excel nutzen
- mit Datums- und Zeitfunktionen arbeiten
- Zahlenformate definieren
- Gültigkeitsregeln und bedingte Formatierungen definieren
- Experten-Tipps vom Trainer

Voraussetzungen: Grundfunktionen, wie sie im Kurs Excel - Einsteiger / Auffrischer vermittelt werden, z. B. relative und absolute Zelladressierung, also Sie kennen den Unterschied in den Formeln =A1+B1 bzw. =A1+$B$1

Kurs-Nr.: 222-50084
Outlook (Adressen, Termine, E-Mails)
Dozent/in: Michael Fritz
Do., 19.01.2023 - Lernbaustein wird freigeschalten (voraussichtliche Arbeitszeit: 4 Stunden)
Do., 26.01.2023 - Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Ort: www.vhs.cloud
Kursgebühr: 74,00 €

Zielgruppe: Sie möchten mailen statt telefonieren? Die Termine über den Computer verwalten? Und Adressen jederzeit zur Verfügung haben, egal ob am Computer oder auf Papier?

Inhalte: Kennen Sie auch das Problem, wichtige Termine, Notizen, Adressen usw. auf verschiedenen losen Blättern zu erfassen? Wenn Sie diese Dinge mit wenig Aufwand besser organisieren, Ihren Suchaufwand dadurch verringern und diese Daten anderen Teilnehmern evtl. auch zur Verfügung stellen wollen, dann sollten Sie es einmal mit Outlook probieren.
Outlook ist das Kommunikationswerkzeug von Microsoft Office. Mit diesem Produkt besitzen Sie die Möglichkeit, Termine, Aufgaben, Kontakte bzw. Adressen und Notizen übersichtlich und effizient zu verwalten. Eine E-Mail-Funktion ist ebenfalls vorhanden.

Voraussetzungen: Einfache Kenntnisse im Bedienen von Microsoft Windows - Produkten sind von Vorteil. Sie sollten bereits mit den Grundlagen im Bereich E-Mail vertraut sein.

Kurs-Nr.: 222-50085
Ordnung auf dem Computer halten!
Dozent/in: Michael Fritz
Mi., 01.02.2023 - Lernbaustein wird freigeschalten (voraussichtliche Arbeitszeit: 4 Stunden)
Mi., 08.02.2023 - Live-Online-Konferenz 19:30 - 21:30 Uhr
Ort: www.vhs.cloud
Kursgebühr: 74,00 €

Zielgruppe: Sie möchten Ihre Festplatte aufräumen und Ihre eigenen Dateien besser organisieren? Sie möchten wissen, wie Sie eine Datensicherung durchführen können?

Lernen Sie die grundlegenden Techniken, um Ordnung auf Ihrem PC zu schaffen. Anlegen von Ordnern, kopieren, verschieben und löschen von Dateien. Mit Hilfe von Beispielen organisieren Sie Ihre Festplatte. Weitere Themen rund um die Festplatte und Ihre Daten sind Inhalte des Kurses. Der Kurs ist hauptsächlich für PCs mit dem Betriebssystem Windows gedacht.

Voraussetzungen: Allgemeine Computerkenntnisse.

Anmeldung

Wie melde ich mich an?

– Nur schriftlich nach Erscheinen des Programms
– Anmeldekarten und Fax-Vordruck im Heft
– Per Internet oder E-Mail
– Telefonische Anmeldungen können nicht entgegengenommen werden!

Ihre Anmeldung ist verbindlich!

– Sie wird nicht bestätigt.
– Nur bei Änderungen und Kursabsagen werden Sie benachrichtigt.

MEDIATHEK der Stadt WEHR

VERANSTALTUNGEN & TERMINE DER MEDIATHEK IM HERBST 2022

KINDERTHEATER

Montag, 14. November 2022 um 15 Uhr, Piggeldy und Frederick, 6,00 €

Die Kultschweine aus dem Sandmännchen und der Sendung mit der Maus erobern die Bühne! Das Figurentheater-Fex präsentiert ein Figuren-Schauspieltheater der besonderen Art. Hintersinnig, vorsinnig, unsinnig, philosophisch und ein großer Spaß.

Montag, 28. November 2022, Pfoten weg

Mehr Infos auf Seite 40

Montag, 05. Dezember 2022 um 15 Uhr, Weihnachtsmann vergiss mich nicht, PATATI-PATATA 6,00 €

Eine kleine, liebevolle Geschichte zur Weihnachtszeit für die kleinsten Theaterbären ab 3 Jahren, nach dem gleichnamigen Bilderbuch von Norbert Landa.

LESUNGEN

Freitag, 21. Oktober 2022 um 20 Uhr, Astrid Fritz: Der dunkle Himmel, 10,00 €

Drei Leben, ein Dorf, eine Weltkrise. Die Bestsellerautorin von «Turm aus Licht» erzählt das berühmte, schicksalhafte Jahr 1816, das «Jahr ohne Sommer»

Freitag, 28. Oktober 2022 um 20 Uhr, Alex Capus: Susanna, 10,00 €

Das ergreifende Abenteuer einer eigenwilligen und wagemutigen Frau – nach einer wahren Begebenheit.

Freitag, 04. November 2022 um 20 Uhr, Claudia Bardelang: Schwarz ist der Wald, 10,00 €

Der Legende nach soll selbst Cäsar sich nicht getraut haben, ihn zu betreten: den sagenumwobenen Schwarzwald.

gemeinsam für mehr Bildung

VHS Grenzach-Wyhlen
Jacob-Burckhardt-Str. 8
79639 Grenzach-Wyhlen
Tel.: 07624 / 1033
Fax: 07624 / 6785
vhs@grenzach-wyhlen.de
www.vhs-gw.de

VHS Kandern
Hauptstr. 18
79400 Kandern
Tel.: 07626 / 973-228
Fax: 07626 / 973-229
vhs@kandern.de
www.kandern.de

VHS Rheinfelden e.V.
Hardtstr. 6
79618 Rheinfelden
Tel.: 07623 / 72400
Fax: 07623 / 724034
info@vhs-rheinfelden.de
www.vhs-rheinfelden.de

VHS Bad Säckingen
Friedrichstr. 33
79713 Bad Säckingen
Tel.: 07761 / 2101
Fax: 07761 / 2550
verwaltung@vhs-bad-saeckingen.de
www.vhs-bad-saeckingen.de

VHS Schopfheim
Joh.-Karl-Grether-Str. 2
79650 Schopfheim
Tel:. 07622 / 6739-180
Fax: 07622 / 6739-179
vhs@schopfheim.de
www.vhs-schopfheim.de

VHS Lörrach und VHS Steinen
Untere Wallbrunnstr. 2
79539 Lörrach
Tel:. 07621 / 9567330
Fax: 07621 / 9567345
vhs@loerrach.de
www.vhs.loerrach.de

VHS Waldshut-Tiengen
Kaiserstr. 28 - 32
79761 Waldshut-Tiengen
Tel.: 07751 / 833149
Fax: 07751 / 833355
vhs@waldshut-tiengen.de
www.vhs-wt.de

VHS Wehr
Hauptstr. 14
79664 Wehr
Tel.: 07762 / 808601
Fax: 07762 / 808150
vhs@wehr.de
www.wehr.de

VHS Weil am Rhein
Humboldtstr. 5
79576 Weil am Rhein
Tel.: 07621 / 704 – 413
Fax: 07621 / 5102012
mail@vhs-weil-am-rhein.de
www.vhs-weil-am-rhein.de

Freiraum ist einfach.

www.sparkasse-hochrhein.de

Wenn durch schnelles, kontaktloses Bezahlen mehr Zeit fürs Leben bleibt.

Einkaufen – Karte an das Terminal halten – fertig. So einfach, schnell und sicher funktioniert das kontaktlose Bezahlen mit Ihren Sparkassen-Karten. Ab sofort ist dies auch mit Ihrem Android-Smartphone möglich. Gewinnen Sie so mehr Zeit für Ihren persönlichen Freiraum – mit Ihren Freunden, Ihrer Familie oder für die alltäglichen Dinge des Lebens.

Mehr Infos in Ihrer Sparkasse oder unter sparkasse.de/kontaktloszahlen.

Jetzt auch mit Android™-Smartphone bezahlen!

Android ist eine Marke von Google LLC

Sparkasse Hochrhein