



Schriesheim/Wilhelmsfeld
info@vhs-schriesheim.de
www.vhs-schriesheim.de



Programm 1/2023

Januar bis Juli 2023

Programm Wilhelmsfeld ab Seite 61



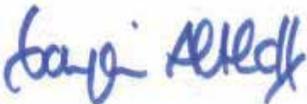
Liebe Teilnehmerinnen, liebe Teilnehmer,

wir wünschen Ihnen ein glückliches und gesundes Jahr 2023 und freuen uns, dass wir Ihnen wieder ein bunt gefächertes interessantes Programm vorstellen dürfen – am besten Sie schauen gleich mal rein, ob etwas passendes für Sie dabei ist!

Uns freut insbesondere, dass wir in Wilhelmsfeld mit zwei neuen DozentInnen wieder unser Programm ausbauen konnten (s. ab Seite 62) und dass alle unsere Kurse sowie die Fahrten und Führungen wieder ohne Auflagen stattfinden können (s. ab Seite 6 – unsere Fahrten haben übrigens immer auch einen Zustieg in Wilhelmsfeld und Altenbach).

So gerne wir nach vorne schauen, möchten wir doch auch kurz zurückblicken und Ihnen für Ihr Verständnis, Ihre Unterstützung und Ihre Treue in den vergangenen Monaten danken! Wir konnten – dank Ihnen! – auch in den schwierigeren, mit Auflagen verbundenen Zeiten unsere Kurse durchführen, unsere Dozenten beschäftigen und den Betrieb der Volkshochschule (fast) wie gewohnt weiterführen. Auch unseren DozentInnen gebührt ein großes Dankeschön, die uns so schnell und unkompliziert bei der Umstellung von Kursen in den Onlinemodus (und wieder zurück) unterstützt haben und auch unter erschwerten Bedingungen mit neuen Ideen und großem Engagement unterrichtet haben.

Die zurückliegende Zeit hat uns allen viel abverlangt. Umso mehr wünschen wir uns, dass wir 2023 wieder „normale Zeiten“ haben in denen wir Ihnen ohne Einschränkungen den Besuch unserer Veranstaltungen anbieten können – wir freuen uns schon darauf – und auf Sie!



Ihre Sonja Althoff & das Team der Volkshochschule



© privat

Unser Angebot: Hörunterstützung mit der mobilen städtischen Höranlage (FM) Wenn Sie es Leid sind im Kurs oder Vortrag nicht immer alles perfekt zu verstehen, nutzen Sie doch unsere mobile Höranlage – damit entgeht Ihnen nichts mehr! Dazu müssen Sie sich lediglich eine Woche vor der Veranstaltung bei uns melden – wir kümmern uns um den Rest, damit die Höranlage pünktlich und geladen für Sie bereit steht. Sollten Sie ein Hörgerät tragen, benötigen Sie für die Nutzung eine aktivierte Induktions- bzw. Telefonspule in ihrem Hörgerät. Ihr Akustiker berät Sie gerne. Ohne Hörgeräteversorgung können Sie die Höranlage per Kopfhörer nutzen. Es stehen leihweise Einohr-Hörer zur Verfügung oder Sie bringen einen eigenen Kopfhörer mit.

IHRE GESUNDHEIT LIEGT UNS AM

Liebe Teilnehmerinnen, liebe Teilnehmer,

derzeit gibt es glücklicherweise keine Zugangsbeschränkungen für unsere Kurse – sollte sich daran etwas ändern, finden Sie den aktuellen Stand stets auf unserer Homepage unter www.vhs-schriesheim.de.

Auch ohne behördliche Vorgaben möchten wir von Seiten der Volkshochschule den gesundheitlichen Schutz unserer TeilnehmerInnen sicherstellen und haben daher die folgende Bitte an Sie:

- Sie schützen sich und andere, wenn Sie beim Betreten des Gebäudes sowie während der Pausen/beim Gang auf die Toilette stets einen medizinischen Mund-Nasen-Schutz tragen. Der Unterricht findet ohne Maske statt.
- Im Gebäude sowie im Unterricht möchten wir nach wie vor einen Abstand von mindestens 1,5 Metern zwischen Personen gewährleisten. Die Bestuhlung in unseren Kursräumen entspricht dieser Vorgabe und wir bitten Sie die entsprechenden Markierungen einzuhalten und die Tische nicht zu verstellen.
- Da wir nach wie vor auf den Abstand achten, stoßen wir teilweise räumlich an unsere Grenzen. Sie sollten sich daher frühzeitig anmelden, um sicher einen Platz im Kurs zu haben. Eine Teilnahme ohne Anmeldung ist nicht möglich.
- Die regelmäßige Belüftung der Kursräume hat weiterhin höchste Priorität – sowohl vor und nach den Kursen als auch während des Unterrichts. Trotz funktionierender Heizung kann es darum manchmal etwas kühler werden und Sie sollten sich immer einen zusätzlichen Pullover/Strickjacke mit zum Unterricht nehmen.
- Bitte kommen Sie nicht zum Kurs, wenn Sie eindeutige Krankheitssymptome verspüren, wobei gelegentliches Husten oder Niesen selbstverständlich keinen Ausschlussgrund darstellen. Die Niesetikette (Armbeuge) ist zu beachten.
- Sollten Sie aufgrund von Symptomen unsicher sein, machen Sie lieber zu Hause einen Test, bevor Sie in Unterricht kommen – so stellen Sie sicher niemanden anzustecken.
- Auch weiterhin halten wir entsprechende Stationen mit Desinfektionsmittel überall im Haus für Sie parat, die Sie gerne fleißig nutzen dürfen.

**Wir wünschen Ihnen und uns Gesundheit
und danken allen, die sich an unsere Regeln halten!
Ihre Volkshochschule Schriesheim/Wilhelmsfeld**

VHS UNTERWEGS

| | |
|--------------|---|
| Tagesfahrten | 6 |
| Führungen | 7 |

GESELLSCHAFT

| | |
|----------------------------|----|
| Sonderveranstaltungen | 10 |
| Umwelt & Technik | 11 |
| Geld | 13 |
| Psychologie | 13 |
| Recht | 14 |
| Gesprächs- & Arbeitskreise | 15 |

KULTUR

| | |
|---------------|----|
| Konzerte | 18 |
| Kunst | 21 |
| Kunsthandwerk | 22 |

GESUNDHEIT

| | |
|---------------------------------|----|
| Rehasport | 25 |
| Rücken- & Wirbelsäulengymnastik | 26 |
| Fitness für den Mann | 27 |
| Yoga | 28 |
| Pilates | 29 |
| Entspannung | 30 |
| Fitness & Bewegung | 31 |
| Tanzen | 32 |
| Selbstbehauptung | 33 |
| Kochen & Ernährung | 34 |
| Beauty | 35 |

SPRACHEN

| | |
|-----------------|----|
| Gebührentabelle | 37 |
| Kurstufen | 38 |
| Deutsch | 39 |
| Englisch | 39 |

| | |
|---------------|----|
| Französisch | 41 |
| Italienisch | 43 |
| Spanisch | 46 |
| Neugriechisch | 47 |
| Kroatisch | 47 |

BERUF

| | |
|--------------------------|----|
| EDV | 49 |
| Firmenseminare | 51 |
| EDV-Einzelschulungen | 51 |
| Business Online-Seminare | 53 |

JUNGE VHS

| | |
|-----------------------------------|----|
| Natur & Umwelt/ScienceLab | 56 |
| Mathematik & Prüfungsvorbereitung | 57 |
| EDV | 58 |
| Beauty | 59 |
| Kreativität | 59 |
| Sport & Spiel | 60 |

AUSSENSTELLE WILHELMSFELD

| | |
|---------------------------------|----|
| vhs unterwegs | 61 |
| Rücken- & Wirbelsäulengymnastik | 61 |
| Yoga | 61 |
| Pilates | 62 |
| Entspannung | 62 |
| Fitness & Bewegung | 63 |
| Englisch | 63 |

Wichtige Termine im Überblick

| | |
|---------------------------------|----|
| Volkshochschulen der Region | 65 |
| Ferienkalender & Impressum | 66 |
| Allgemeine Geschäftsbedingungen | 67 |
| Datenschutzhinweise | 70 |
| Anmeldeformular | 71 |

TAGESFAHRTEN



Idar-Oberstein: Deutsches Edelsteinmuseum, Führung durch die Altstadt und Besuch der Edelstein-Erlebniswelt

In Kooperation mit der vhs Heddesheim

Unser Tag startet mit einer Führung durch das Deutsche Edelsteinmuseum in Idar-Oberstein. Hier werden alle Edelsteinarten der Welt mit mehr als 10.000 Exponaten gezeigt. Wir haben dann Zeit uns rund um den Marktplatz ein schönes Plätzchen zum Mittagessen zu suchen bevor wir mit unserer Führung durch die malerische Kulisse der Obersteiner Altstadt mit ihrer bewegten Geschichte starten. Wir begeben uns auf eine Zeitreise in die Vergangenheit von Burg Bosselstein und Schloss Oberstein sowie die sagenumwobene Geschichte der weltberühmten Felsenkirche. Wir bewundern das älteste noch erhaltene Fachwerkhaus an der Nahe und erfahren auch, wie sich die Edelsteinstadt über 500 Jahre zu der Edelsteinmetropole entwickelte, die sie heute ist. Wir beschließen den Tag mit einem Besuch der europaweit einzigartig fantasievoll gestalteten Edelstein-Erlebniswelt. Hier können kostbarste Edelsteine und Mineralien nicht nur betrachtet sondern auch mit allen Sinnen erfasst werden. Das „Factory Outlet für Schmuck, Edelsteine und Mineralien“ – eine 500 qm große Verkaufsausstellung – bietet eine große Auswahl an Silber- und Goldschmuck von über 40 Herstellern und Firmen der Region zu günstigen Direktverkaufspreisen.

Kurs T4302

Sonja Althoff und Chantal Bresemann,
vhs Schriesheim

Tina Kaufmann, vhs Heddesheim

Abfahrt: **Donnerstag, 04.05.23**

8.00 Uhr Wilhelmsfeld, Rathaus

8.10 Uhr Altenbach, Grundschule

8.30 Uhr Schriesheim, Festplatz

8.45 Uhr Heddesheim, Friedhof

Ca. 20.30 Uhr Rückkehr Schriesheim

€ 49,- (Busfahrt, Eintritte, Führung, Trinkgelder, Organisation und Reiseleitung)



Von Mönchen und Reformatoren: Kloster Maulbronn und Melancthonstadt Bretten

In Kooperation mit der vhs Heddesheim

Nicht weit von hier im Kraichgau liegen Maulbronn und Bretten. Das ehemalige Zisterzienserkloster Maulbronn ist seit 1993 UNESCO-Weltkulturerbe und gilt als die am besten erhaltene mittelalterliche Klosteranlage nördlich der Alpen. In dieser



beeindruckenden, ab dem 12. Jahrhundert errichteten Anlage erfahren wir, wie das Leben und Arbeiten der Mönche und Laienbrüder im Kloster aussah. Danach geht es weiter in die Melanchthonstadt Bretten. Nach einer ausgiebigen Mittagspause (zur freien Verfügung) begeben wir uns auf die Spuren von Philipp Melanchthon, dem wohl berühmtesten Sohn der Stadt. Er ist zwar weniger bekannt als Martin Luther, aber als Reformator nicht weniger bedeutend. Um seinem Leben und Wirken näherzukommen, besuchen wir das Melanchthonhaus, eine der wichtigsten reformationsgeschichtlichen Gedenkstätten in Deutschland. Bei einer Altstadtführung durch Bretten haben wir außerdem die Gelegenheit, die Geschichte der Stadt sowie ihre Sehenswürdigkeiten kennenzulernen, wie z.B. den historischen Marktplatz mit seinen Fachwerkhäusern, den „Hundes-Brunnen“ und Teile der imposanten Befestigungsanlage.

Kurs T4303

Sonja Althoff, vhs Schriesheim
Tina Kaufmann, vhs Heddeshheim

Abfahrt: **Freitag, 16.06.23**

7.45 Uhr Wilhelmsfeld, Rathaus
7.55 Uhr Altenbach, Grundschule
8.15 Uhr Schriesheim, Festplatz
8.30 Uhr Heddeshheim, Friedhof
Ca. 19:15 Uhr Rückkehr Schriesheim
€ 49,- (Busfahrt, Eintritte, Führung, Trinkgelder, Organisation und Reiseleitung)

Bitte melden Sie sich je nach gewünschtem Zustiegsort entweder bei der **vhs Schriesheim** (Zustiege Wilhelmsfeld, Altenbach und Schriesheim) oder bei der **vhs Heddeshheim** (Zustieg Heddeshheim) an und geben bei der Anmeldung unbedingt Ihren Zustiegswunsch an.

FÜHRUNGEN

Historische Stadtführung

Nicht nur für Neubürger eine spannende Erfahrung: Ein geführter Spaziergang durch unser wunderschönes Städtchen Schriesheim.

Kurs T4201, Sonntag, 19.03.23, 11.00 Uhr, Sabine Massoth

Kurs T4202, Sonntag, 16.04.23, 11.00 Uhr, Ralf Weiner

Kurs T4203, Sonntag, 14.05.23, 11.00 Uhr, Ralf Weiner

Treffpunkt vor dem Neuen Rathaus,
€ 6,- (Kinder nehmen kostenlos an der Führung teil.)

Als Neubürger/-in erhalten Sie bei Ihrer Anmeldung im Bürgerbüro einen **Gutschein für die Stadtführung**, den Sie bitte mitbringen.

Bitte melden Sie sich unbedingt vorab an – Sie helfen uns damit sehr bei unserer Planung: Tel. 06203-692699, info@vhs-schriesheim.de





NEU Führung durch das jüdische Schriesheim

Jüdische Familien hatten nach dem Dreißigjährigen Krieg Anteil an der Wiederbesiedlung von Schriesheim und prägten bis zur Zeit des Nationalsozialismus das Leben der Gemeinde mit. Vor zwanzig Jahren, Anfang Mai 2003, konnten die jüdischen Schriesheimer aus den USA auf Einladung der Stadt ihre erste Heimat Schriesheim besuchen. Aus Anlass dieses kleinen Jubiläums lade ich Sie zu einem Rundgang durch das Jüdische Schriesheim ein. Die Führung beginnt mit einer Vorstellung der beiden Ausstellungs-

trinen zum Jüdischen Leben in Schriesheim im neuen Rathaus bevor wir uns auf einen Spaziergang durch den alten Stadtkern zur ehemaligen Synagoge und zu ausgewählten Häusern, die bis 1938/1939 in jüdischem Besitz waren, begeben.

Kurs T4205

Prof. Dr. Joachim Maier

Mittwoch, 03.05.23, 17.00-19.00 Uhr
Treffpunkt vor dem Neuen Rathaus

Die Führung ist kostenfrei, wir bitten jedoch um Voranmeldung, Tel. 06203-692699, info@vhs-schriesheim.de.

MUSEUM *théo Kerg*

6 9 1 9 8 S C H R I E S H E I M - T A L S T R A S S E 5 2

Präsentation

ausgewählter Werke des Künstlers Théo Kerg

Öffnungszeiten: Jeden Sonntag 14.00 - 17.00 Uhr sowie nach Vereinbarung

Immer eine gute Idee...

**Utes
Bücher
Stube**

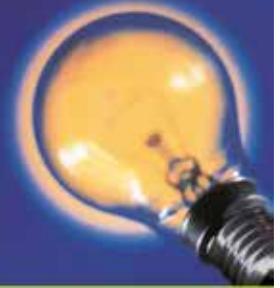
Heidelberger Str. 10-12
69198 Schriesheim

www.utes-buecherstube.de

Buchbestellung: 06203 / 6 21 37
buecher@Utes-Buecherstube.de

Spiel- und Schreibwaren: 06203 / 96 17 47
spiele@Utes-Buecherstube.de

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag: 9 -18:30 Uhr
Samstag: 9 -14:00 Uhr



**Einleuchtend
günstig ...**

Stadtwerke Viernheim

Die Energie in Ihrer Nähe

Stadtwerke Viernheim GmbH

Industriestraße 2
68519 Viernheim
Tel. (06204) 989-0
vertrieb@stadtwerke-viernheim.de

Kundenberatung Hirschberg

Breitgasse 5 A
69493 Hirschberg
Tel. (06201) 875635-7

Öffnungszeiten:

Mo - Do: 8:00 - 16:00 Uhr
Freitag: 8:00 - 12:00 Uhr

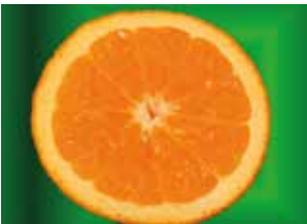
Öffnungszeiten:

Mittwoch: 08:00 - 13:00 Uhr
14:00 - 17:00 Uhr

www.stadtwerke-viernheim.de



SONDERVERANSTALTUNGEN



Die Farben Rot-Grün-Orange und ihre interkulturelle Bedeutung

Rot ist eine Signalfarbe, genau wie Grün und Orange – positiv und negativ zugleich. Rote Rosen symbolisieren die Liebe, Grün bedeutet Hoffnung und Beständigkeit und Orange ist ein Zeichen für die Tiefe. Der Vortrag erklärt die Deutung dieser Farben in den verschiedenen Weltreligionen und Kulturen sowie im europäischen Kulturkreis.

Der Vortrag findet in der Tradition orientalischer Gastfreundschaft statt und es werden Tee und Gebäck gereicht.

Kurs T4304

Dr. Gabriele Berrer-Wallbrecht,
Islamwissenschaftlerin

Freitag, 28.04.23, 19.30-21.00 Uhr

vhs-Haus, Vortragssaal

€ 8,-

WEINSEMINAR: Frankreich – im Schatten der Pyrenäen

In Kooperation mit dem Partnerschaftsverein Schriesheim-Uzès

Die Mittelmeerküste oder der Golf von Biarritz, ja. Aber das Land dazwischen? Frankreichs Süden, über Jahrhunderte ein sehr selbstständiges Gebiet zwischen Frankreich und Spanien, selbstbewusst und sehenswert, das ist das Land im Schatten der Pyrenäen. Das Land der Katharer, das Béarn, Carcassonne, die Corbières, alles Begriffe, die wir schon einmal gehört haben. Herb mag sie sein, diese Landschaft voller Burgen, Eldorado der Radsportler und Bergwanderer. Es ist ein anderes Frankreich, das den aufmerksamen Reisenden aufnimmt.

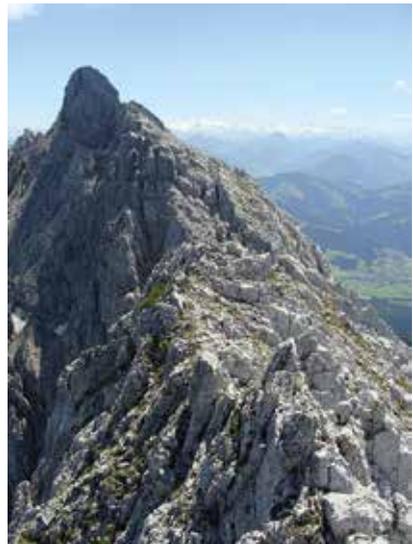
Kurs T4301

Herbert Pott

Freitag, 12.05.23, 19.00-22.30 Uhr

€ 29,- inklusive Weinprobe und Häppchen
Vereinsraum Mehrzweckhalle Schriesheim

Voranmeldung zwingend erforderlich, keine Abendkasse





© Thomas Jungbluth



NEU Vortrag „Wenn es Nacht wird in Schriesheim ...“

Nachfalter und -insekten

Im Kuhberg und am angrenzenden Waldrand leben viele nachtaktive Tiere. Thomas Jungbluth beobachtet seit fünf Jahren Nachfalter und -insekten in Schriesheim und stellt einige davon heute Abend vor, dabei beantwortet er auch gerne Ihre Fragen.

- Nachfalter und andere ausgewählte Insekten am Kuhberg und dem angrenzenden Waldsaum
- Nachfalter: Entwicklungstendenzen in Baden-Württemberg und Schriesheim
- Nachfalter – Nützlinge oder Schädlinge?

Thomas Jungbluth, Umweltreferent der Naturfreunde Schriesheim

Kurs T5509 Vortrag

Freitag, 21.07.23, 20.00-21.30 Uhr

vhs-Haus, Vortragssaal

€ 8,-

Direkt im Anschluss an den Vortrag führt der Dozent mit den Teilnehmenden sowie anderen Interessierten einen so genannten „Leuchtabend“ durch. Die vorherige Teilnahme am Vortrag ist dafür keine Bedingung, aber hilfreich.

NEU Exkursion: Leuchtabend am Kuhberg

- Anlocken von Nachfaltern und -insekten im Weinberg mit einem „Leuchtturm“
- Bestimmung der Falter und optional auch Fotografieren der Falter

Bitte mitbringen: Taschen- oder Stirnlampe sind ein Muss, außerdem ist festes Schuhwerk erforderlich (steile An- und Abstiege). Fotoapparat oder Handy optional. Thomas Jungbluth, Umweltreferent der Naturfreunde Schriesheim

Kurs T5510 Exkursion

Freitag, 21.07.23, 21.30-23.00 Uhr

Treffpunkt: vor dem vhs-Haus

€ 10,-

UMWELT & TECHNIK

Obstgehölz – Fachgerechter Schnitt von Obstbäumen und Beerensträuchern

In Kooperation mit dem Obst- und Gartenbauverein Schriesheim

Dieser Kurs vermittelt die Grundlagen des Obstgehölzschnitts in Theorie und Praxis. Sie lernen dabei vor Ort wie Sie fachgerecht Obstbäume und -sträucher schneiden, um das Wachstum und den Ertrag zu steuern – selbst Hand anlegen ist dabei selbstverständlich inklusive! Tipps zur Pflanzung, Pflanzensor-

ten und ihrer Pflege sowie die Antwort auf Ihre individuellen Fragen runden diesen Seminarworkshop ab.

Wichtig: Bitte tragen Sie der Witterung angepasste Kleidung.

Kurs T5504

Jutta Becker, Dipl.-Ing (FH) Gartenbau

Samstag, 21.01.23, 13.30-16.00 Uhr

Treffpunkt: Aussiedlerhof 7, Schriesheim

€ 8,-

Für die Teilnahme an diesem Kurs müssen Sie sich zwingend vorab anmelden!

NEU **Der Antrieb der Zukunft**

In der aktuellen Diskussion zum Klimawandel und bei der Kaufentscheidung für ein neues Auto stehen viele AutofahrerInnen vor der Frage, welcher Antrieb die besten Zukunftsaussichten hat. Helmut Heusler stellt in seinem Vortrag verschiedene Antriebstechnologien vor und vergleicht ihre Vor- und Nachteile. Als verantwortlicher Entwickler bei einem großen Automobilkonzern hat er an konventionellen und alternativen Antrieben mitgearbeitet und sich daraus einen breiten Erfahrungsschatz erarbeitet.

Kurs T5501

Helmut Heusler, Dipl.-Ing.

Mittwoch, 15.02.23, 19.00-21.00 Uhr

vhs-Haus, Vortragssaal

€ 8,-



Die Welt 4.0 – wo führt uns die Reise hin?

Die Welt hat sich selten so rasant verändert wie im Zuge der Digitalisierung – doch was genau kommt da alles auf uns zu und worauf müssen wir uns künftig einstellen? Kommen Sie mit auf die spannende Reise in eine nicht allzu ferne Zukunft – Sie werden stauen, was heute schon längst umgesetzt ist, ohne dass Sie es bemerkt haben!

- Welchen Einfluss nehmen die Big Player Amazon, Facebook, und Google schon heute auf unser Leben?
- Bargeld adé – werden wir künftig nur noch mit Daten bezahlen können?
- Cloud Computing: Warum auch Sie bald alles nur noch „in der Wolke“ haben
- Sharing Economy: Wird uns bald nichts mehr gehören, weil wir alles teilen?
- BrainComputer-Interface: Der „USB-Stick“ fürs Gehirn
- Fake News und Filterblasen
- E-Health: Auch unsere Gesundheit wird umfassend digital

Kurs T5502

Marco Fuchs

Mittwoch, 29.03.23, 18.30-21.30 Uhr

vhs-Haus, Vortragssaal

€ 8,-

NEU **Über den Jakobsweg**

Nicht erst seit Hape Kerkelings Bestseller ist der Jakobsweg für viele eine Herausforderung, der sie sich in diesem Leben noch stellen möchten ... Über die schneebedeckten Gipfel der Pyrenäen, durch das Baskenland, Navarra und Rioja bis nach Galicien zum Grab des heiligen Jakob, seit über 1000 Jahren Ziel für Gläubige aus der ganzen Welt! Unsere Spanischdozentin Ana Maria Mena Montes ist den Pilgerweg nicht nur einmal gegangen und berichtet heute von Ihren Erlebnissen und Erfahrungen. Sie bringt außerdem noch eine Vielzahl an Tipps für die Planung einer solchen Reise mit, sie hat in einem kleinen Sprach-Crashkurs die wichtigsten Wörter und Sätze zum Überleben auf Spanisch für Sie im Gepäck, und natürlich beantwortet sie gerne auch alle Ihre Fragen!

Kurs T5508

Ana Maria Mena Montes

Samstag, 20.05.23, 15.00-18.15 Uhr

vhs-Haus, Vortragssaal

€ 9,-



GELD

Immobilienverkauf privat – was muss ich aktuell unbedingt beachten?

Vor dem Hintergrund von Corona, gestiegenen Energiekosten, neuen steuerlichen Richtlinien bei der Grundsteuer usw. ... hat sich vieles geändert, das auch Auswirkungen auf den privaten Immobilienverkauf hat. Markus Popp, Projektentwickler und Geschäftsführer einer Immobilienagentur, gibt Ihnen einen fundierten Überblick über die aktuelle Situation und beantwortet gerne Ihre Fragen dazu:

- Welche Auswirkungen hat die gegenwärtige Situation auf den Wert meiner Immobilie?
- Welche Unterlagen benötige ich zum erfolgreichen Verkauf?
- Wie vermeide ich teure Fehler?
- Welche Kniffe gibt es, um den Wert meiner Immobilie zu steigern?
- Was muss ich beim Besichtigen beachten und wie kann ich sicher präsentieren?

Kurs T1401

Markus Popp, Immobilienberater und Dipl.-Betriebswirt (FH)

Dienstag, 04.07.23, 18.00-19.30 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal
€ 8,-

PSYCHOLOGIE

Ziele setzen, erreichen, sichern

Wir alle haben Ziele und die guten Vorsätze um sie endlich umzusetzen, kennt jeder. Aber warum geht das so oft schief? Ich weiß genau, was ich möchte, bin auch hochmotiviert – und dann lande ich doch wieder in meiner Komfortzone und verschiebe den nächsten Schritt auf morgen ... Wie Sie da wieder rauskommen, lernen Sie in diesem Seminar und erarbeiten gemeinsam mit der Trainerin einen individuellen Leitfaden zur Erreichung Ihrer persönlichen Ziele.

- Was genau will ich eigentlich? Mit der konkreten Zielbeschreibung fängt alles an!
- Will ich es wirklich? Wie Sie Ziele von bloßen „Nice-to-haves“ abgrenzen.
- Warum ist es mir so wichtig? Starke Motive für Ihr Durchhaltevermögen.
- Wie tappe ich nicht in die Falle? Es ist so leicht, aufzugeben ...
- Wann ist das Ziel erreicht und wann lasse ich los, wenn ich merke, dass es nicht (mehr) realistisch ist?

Kurs T2203

Ulrike-Ebba Gräfin von Sparr, Kommunikationswirtin

Dienstag, 18.04.23, 18.15-21.15 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum 2
€ 25,-

NEU Wer bin ich und wo will ich hin? Machen Sie jetzt den Dream-Life-Check!

Wenn Sie auch zu den Menschen gehören, die morgens wenig motiviert in den Tag starten, wenn Sie immer sehnsüchtig den Freitag-nachmittag erwarten, um bereits am Sonntagabend wieder missmutig auf die neue Woche zu schauen, dann wird es Zeit, über eine Veränderung im Leben nachzudenken. In diesem Workshop machen wir uns mit viel Spaß auf die Reise, den momentanen Zustand zu beleuchten und den Weg in ein authentisches Leben zu finden, das wieder Zufriedenheit, Freude, Leichtigkeit und damit auch Erfolg bringt. Sie erhalten ein Workbook, in dem Sie alle Erkenntnisse festhalten und immer wieder nachlesen können. Dr. Renate Mürtz-Weiss, Ärztin, Coach, Trainerin

Kurs T2201

Donnerstag, 20.04.23, 18.30-21.30 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal
€ 25,-

Kurs T2202

Samstag, 13.05.23, 14.00-17.00 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum 2
€ 25,-


NEU Die Streitschule:
Konflikte erfolgreich lösen

Ein Leben ohne Konflikte gibt es nicht, es kommt nur darauf an, wie wir damit umgehen. Konstruktive Konfliktbewältigung ist in erster Linie eine Frage der inneren Haltung. Mit Verständnis, Wertschätzung und Selbstverantwortung entwickeln wir in diesem Seminar effektive Lösungsstrategien und lernen Konflikte als Chance zu nutzen, um Beziehungen neu zu gestalten – und künftig gelassen und souverän auf sie zu reagieren.

- Strategien und Werkzeuge zur Lösung unterschiedlicher Konfliktvarianten
- Sprachmuster und Streitkultur: Hier ticken die Geschlechter verschieden
- Konfliktlösung mit Fokus auf die eigenen Interessen

Kurs T2204

Ulrike-Ebba Gräfin von Sparr,
Kommunikationswirtin

Donnerstag, 04.05.23, 18.15-21.15 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal
€ 25,-

RECHT
Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Zu diesem Dauerbrenner-Thema gibt es nach der Reform einige Neuerungen, die die Dozentin neben der Erläuterung der wichtigsten Begriffe und Maßnahmen für Sie zusammengestellt hat.

Kurs 1501

Petra Nußbaum, Rechtsanwältin

Dienstag, 18.04.23, 18.30-20.00 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal,
€ 8,-

Die Immobilie in der Vermögensnachfolge: Steuern sparen durch lebzeitige Übertragung?

Zu Recht wird oft die Frage gestellt, ob es denn besser wäre, eine Immobilie zu Lebzeiten schon auf die nächste Generation oder sonstige potenzielle Erben zu übertragen, oder ob man dies besser nicht tun sollte, zugunsten der eigenen Absicherung. Alternative zu einer lebzeitigen Übergabe ist eine entsprechende Regelung im Testament. Generell für alle Fälle oder grundsätzlich ist die Frage nicht zu beantworten. Wie so oft im Recht gilt auch hier: „Es kommt darauf an“. Und zwar auf Ihre ganz konkrete und individuelle Situation an, auf die Qualität der Beziehungen innerhalb der Familie, auf besondere Interessen einzelner Familienmitglieder, und natürlich auch auf die steuerliche Gesamtsituation bezüglich der Erbschaft- und Schenkungsteuer. In diesem Vortrag erfahren Sie, welche Kriterien entscheidend sind. So können Sie einschätzen, was in Ihrem besonderen Fall die beste Lösung sein könnte.

Kurs 1502

Petra Nußbaum, Rechtsanwältin

Dienstag, 06.06.23, 18.30-20.00 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal,
€ 8,-

WICHTIG – BITTE BEACHTEN:

Die Anmeldung zu unseren Vorträgen – ob persönlich, per Mail, Fax oder telefonisch, ist verbindlich und Sie verpflichten sich zur Zahlung der Gebühren. Falls Sie an einem gebuchten Vortrag nicht teilnehmen können, müssen Sie sich rechtzeitig abmelden!



GESPRÄCHS- & ARBEITSKREISE

Literaturkreis

In Kooperation mit der Stadtbibliothek Schriesheim

In unserem Literaturkreis steht bei jedem Treffen ein Buch im Mittelpunkt, das bis dahin von allen gelesen wurde und über das nun fleißig diskutiert werden kann. Der perfekte Kurs für alle Leseratten und solche, die es werden möchten!

Kurs T3100

Gabriele Anton

Mittwoch, 01.03.23, 19.30-21.00 Uhr

Mittwoch, 29.03.23, 19.30-21.00 Uhr

Mittwoch, 26.04.23, 19.30-21.00 Uhr

Mittwoch, 24.05.23, 19.30-21.00 Uhr

Mittwoch, 05.07.23, 19.30-21.00 Uhr

Stadtbibliothek Schriesheim,

€ 35,-

© MS-Office ClipArts



Vortrags- und Gesprächsrunde I

Kurs T12101

Sabine Stumpe

dienstags 9.15-11.00 Uhr,

vhs-Haus, Seminarraum 2,

16 Termine, **ab 21.02.23**

€ 104,-

Vortrags- und Gesprächsrunde II

Kurs T12102

Martha Berg

dienstags 9.15-11.30 Uhr,

Katholisches Gemeindehaus,

großer Pfarrsaal,

12 Termine, **ab 28.02.23**

€ 78,-

Vortrags- und Gesprächsrunde III

Kurs T12103

Ursula Seegelken und Ulrike Hebling

mittwochs 9.30-11.15 Uhr

Katholisches Gemeindehaus,

großer Pfarrsaal,

14 Termine, **ab 11.01.23**

€ 91,-

Vortrags- und Gesprächsrunde IV

Kurs T12104

Bärbel Hirsch und Ruth Mertens

donnerstags 9.15-11.00 Uhr,

vhs-Haus, Seminarraum 2,

13 Termine, **ab 02.03.23**

€ 84,-

Unsere „**FRAUEN-ARBEITSKREISE**“ haben bei der Volkshochschule Schriesheim/Wilhelmsfeld eine lange Tradition und sind teilweise schon seit vielen Jahren mit einem festen Teilnehmerstamm etabliert. Selbstverständlich sind auch neue TeilnehmerInnen jederzeit herzlich willkommen! Sie können mit Anmeldung in der Geschäftsstelle (info@vhs-schriesheim.de, 06203-692699) unverbindlich „schnuppern“ oder auch gezielt einzelne Vorträge buchen (€ 9,- pro Vortrag).



| Themen u. Exkursionen unserer Frauen-Arbeitskreise in diesem Semester | Kurs | |
|---|---|----------------|
| 18.01.23 | „Die Normannen“, Reiß-Engelhorn-Museen Mannheim | 12103 |
| 25.01.23 | Hannah Miegfer-Höfer: Eine Zeitreise zurück in die mittelalterliche Vorstellungswelt | 12103 |
| 01.02.23 | Dr. Berrer-Wallbrecht: Jenseitsvorstellungen im Islam | 12103 |
| 08.02.23 | Dieter Maupal: Piemont – am Fuße der Berge | 12103 |
| 15.02.23 | Johannes Wagner: Warum ist das Rondo rund? | 12103 |
| 21.02.23 | Thomas Paeffgen: 30 Jahre Mauerfall | 12101 |
| 28.02.23 | Sabine Massoth: Das Feigenblatt, Waffe wider Unzucht und Schamlosigkeit | 12101 |
| 01.03.23 | Dr. Almut Seiler-Dietrich: Afrikanische Autorinnen | 12103 |
| 02.03.23 | Thomas Paeffgen: Der Ukrainekonflikt | 12104 |
| 07.03.23 | Elisabeth Kramer: Was kommt aufs Kapitell? | 12102 |
| 08.03.23 | Heiko Geier: Wasser in der Literatur | 12103 |
| 09.03.23 | Dieter Mauipai: Elsass | 12104 |
| 14.03.23 | „Die Habsburger im Mittelalter“, Historisches Museum Speyer | 12101 12102 |
| 15.03.23 | Anna Quintus: Max Ernst | 12103 |
| 16.03.23 | Johannes Wagner: Musen und Mäzene (Teil 1) | 12104 |
| 21.03.23 | Dieter Maupal: 8 Tage Kairo | 12101 |
| 21.03.23 | Heiko Geier: Wasser in der Literatur | 12102 |
| 23.03.23 | Dr. Almut Seiler-Dietrich: Das Paradies der Frauen | 12104 |
| 28.03.23 | Christina Riegger: Nelly Sachs | 12101 |
| 28.03.23 | Dieter Maupal: Le Québec – eine frankophone Insel in Nordamerika | 12102 |
| 29.03.23 | Daniela Mancic: Irland – mehr als nur grün | 12103 |
| 30.03.23 | Daniela Mancic: Jenseits des Tweed – auf den Spuren Theodor Fontanes durch Schottland | 12104 |
| 04.04.23 | Johannes Wagner: Ludwig van Beethoven, Teil 2 | 12101 |
| 12.04.23 | Robby Geyer: Politik in Europa | 12103 |
| 18.04.23 | Robby Geyer: Die NATO | 12101 |
| 18.04.23 | Sarah Sprenger: Mozarts Don Giovanni – viel mehr als ein Verführer | 12102 |
| 19.04.23 | Kurt Seilheimer: Unterschied 2er Phänomene in der Biologie | 12103 |
| 20.04.23 | Dr. M. Kitzing-Bretz: Nennt mich Rembrandt | 12104 |



| Themen u. Exkursionen unserer Frauen-Arbeitskreise in diesem Semester | | Kurs |
|---|--|-------|
| 25.04.23 | Thomas Paeffgen: Der Ukraine Konflikt | 12102 |
| 26.04.23 | Angela Stotz: Ist Alter nur ein Nachwort? | 12103 |
| 27.04.23 | Heiko Geier: Robert Menasse – die Vertreibung aus der Hölle – Zeitroman über den Umgang mit Geschichte | 12104 |
| 02.05.23 | Dr. Enno Krüger: Victoria und Albert | 12101 |
| 02.05.23 | Kurt Seilheimer: Tierwanderungen | 12102 |
| 03.05.23 | Christine Riegger: Marion Gräfin Dönhoff | 12103 |
| 04.05.23 | Dorothee Oettli: Heilige oder „Femme fatale“ – das Frauenbild im 19. Jahrhundert | 12104 |
| 09.05.23 | Elisabeth Kramer: Die Affen – unsere nächsten Verwandten | 12101 |
| 09.05.23 | Dorothee Oettli: Heilige oder „Femme fatale“ – das Frauenbild im 19. Jahrhundert | 12102 |
| 10.05.23 | Klaus Weigel: Paris und Berlin am Ende des 2. Weltkrieges | 12103 |
| 11.05.23 | Klaus Weigel: Skandal, Zensur, Verbot – Kunst und Literatur als Provokation | 12104 |
| 16.05.23 | Anna Quintus: Mary Cassatt | 12101 |
| 16.05.23 | Dr. Barbara Kilian: Kunstlandschaften: Venedig | 12102 |
| 23.05.23 | Sarah Sprenger: Heldinnen der Oper | 12101 |
| 23.05.23 | Christina Riegger: Kurt Tucholsky – Leben und Werk | 12102 |
| 25.05.23 | Robby Geyer: Brexit | 12104 |
| 30.05.23 | Brigitte Dahlmann: Sofie Oksanen: Fegefeuer | 12102 |
| 13.06.23 | Robby Geyer: Demokratie u. ihre heutigen Herausforderungen | 12101 |
| 15.06.23 | Elisabeth Kramer: Tropischer Regenwald – Biotop im Luxus | 12104 |
| 20.06.23 | Dagmar Krebaum: „Die Annilinerinnen“ | 12101 |
| 22.06.23 | Otfried Dolich: Faszination Honkong | 12104 |
| 29.06.23 | Johannes Wagner: Musen und Mäzene (Teil 2) | 12104 |

Benachrichtigung per sms!

Wenn Sie uns Ihre Handynummer mitteilen, können wir Sie jederzeit über kurzfristige Kursänderungen informieren. Achten Sie auch bei Änderung Ihrer Nummer darauf, dass uns die aktuelle vorliegt – vielen Dank!

KONZERTE



KONZERTE IM SCHLOSS NECKARHAUSEN

In Kooperation mit der vhs Edingen-Neckarhausen

Auch in diesem Semester werden die traditionellen Konzerte der Volkshochschule fortgesetzt – die einzigartige Akustik und der festliche Glanz des großen Saals im Oberndorff'schen Schloss von Neckarhausen bilden wie immer den ganz besonderen Rahmen dafür.

Musiksalon für Junge Talente: Klavierkonzert mit Tuna Bilgin

Der Musiksalon stellt dem Publikum hochbegabte junge PreisträgerInnen vor und gibt den KünstlerInnen damit Auftrittsmöglichkeiten.

Tuna Bilgin (20) kommt aus Ankara. Er begann mit 4 Jahren Klavier zu spielen, mit 10 Jahren wurde er als Vorstudent an der Bilkent Universität aufgenommen. Seit Oktober 2022 studiert er an der Universität der Künste in Berlin bei Prof. Björn Lehmann. Er gewann nationale und internationale Wettbewerbe, besuchte verschiedene Meisterklassen, konzertierte bei wichtigen öffentlichen politischen und kulturellen Veranstaltungen und komponiert Werke für Klavier.

Samstag, 22.04.23, 19.00 Uhr (Einlass ab 18.30 Uhr)

Schloss Neckarhausen, Hauptstraße 389, 68535 Edingen-Neckarhausen
Großer Sitzungssaal im 1. OG

Der Eintritt ist frei, Künstler und Veranstalter freuen sich aber gleichermaßen über einen Beitrag, der Ihren finanziellen Möglichkeiten entspricht und gleichzeitig respektvoll die Leistung des Künstlers honoriert. Keine Anmeldung erforderlich.



Wir lieben Brahms – Brahms in unserer Zeit

Ein ungewöhnliches Liedprogramm

Daniela Grundmann (Sopran) und Brigitte Becker (Klavier) singen und spielen die schönsten Lieder von Brahms. Dabei sprechen sie über ihr ganz persönliches Verhältnis zu diesen Liedern, erzählen aus ihrem Leben und teilen ihre Gedanken zur Situation der Künstler in unserer Gesellschaft, das knappe Gut Aufmerksamkeit, das viele Künstler unsichtbar macht, womit auch Brahms lange zu kämpfen hatte.

Sonntag, 07.05.23, 17.00 Uhr (Einlass ab 16.30 Uhr)

Schloss Neckarhausen, Hauptstraße 389, 68535 Edingen-Neckarhausen

Großer Sitzungssaal im 1. OG

€ 15,-

Die Konzerte im Schloss Neckarhausen bewerben wir im Rahmen unserer Kooperation der Kleinen Volkshochschulen. Der Erwerb der Karten läuft allerdings aus organisatorischen Gründen direkt über die vhs Edingen-Neckarhausen sowie die Gemeindeverwaltung Edingen, hier die Kontaktdaten für Sie: vhs Edingen-Neckarhausen, Tel.: 06203 808-250, E-Mail: vhs@edingen-neckarhausen.de, Gemeindeverwaltung Edingen, Tel.: 06203 808-0

Sie können sich jederzeit bei uns anmelden:

Tel.: 06203 6926-99 · Fax: 06203 6926-98

info@vhs-schriesheim.de · www.vhs-schriesheim.de

Bezahlen durch Einzugsermächtigung – Ihre Vorteile:

- Sie sind sofort verbindlich angemeldet
- Die Gebühren werden erst nach Kursbeginn abgebucht

Bitte beachten Sie: Die Anmeldung zu unseren Kursen ist verbindlich und Sie verpflichten sich damit zur Zahlung der Kursgebühr. Falls Sie nicht teilnehmen können, müssen Sie sich rechtzeitig vor Kursbeginn bei uns abmelden.



Sabine Stumpe,
Sekretariat der vhs

Die Volkshochschulen der Region Unterer Neckar arbeiten in vielfacher Weise eng zusammen

Badische Bergstraße – Buchen – **Dossenheim** – Eberbach-Neckargemünd – **Edingen-Neckarhausen** – **Heddesheim** – Heidelberg – Hockenheim – **Ladenburg-Ilvesheim** – Leimen – Mannheim – Mosbach – **Schriesheim/Wilhelmsfeld** – Sinsheim – Schwetzingen – Südliche Bergstraße

- sie tauschen ständig Erfahrungen aus
- sie stimmen neue Angebote aufeinander ab
- sie beteiligen sich gemeinsam an größeren Programmen und Vorhaben
- sie machen gemeinsam Fortbildungsangebote für Kursleiter und Kursleiterinnen

Alles mit dem gemeinsamen Ziel, in der gesamten Region ein umfassendes, qualitativ hochwertiges und überall erreichbares Weiterbildungsangebot zu sichern.



agil - erfahren - hilfsbereit

Arbeitskreis Schriesheimer Senioren e.V.

Die Mitglieder des Arbeitskreises Schriesheimer Senioren (ASS) helfen gern, wo Hilfe gebraucht wird.

Wir engagieren uns u.a.

- in den Altenheimen Schriesheims
- in allen Kindergärten und Schulen der Stadt
- für Flüchtlinge in Schriesheim
- für die Wiedereingliederungshilfe „Talhof“
- bei der Unterstützung junger Familien
- und in vielen weiteren Projekten

Alle unsere Unterstützungsleistungen erbringen wir freiwillig und ehrenamtlich. Wir sind parteilich und konfessionell ungebunden. Wir investieren unsere Zeit, unser Wissen, unsere Erfahrung und Können. Wir achten sehr darauf, mit unseren Angeboten keinesfalls in Konkurrenz zu professionellen Anbietern und Dienstleistern zu treten.

Es tut uns ASSlern gut, uns in verschiedenen Aufgaben für Andere zu engagieren.

Aber auch für uns selbst organisieren wir so Einiges:

- regelmäßige ASS-Treffs bei Kaffee und Kuchen fördern Austausch und Geselligkeit
- regelmäßige Spielerunden, die Singgruppe und Fotogruppe sind angenehmer Zeitvertreib
- 2mal jährlich unternehmen wir Tagesausflüge zu interessanten Zielen
- unser Sommerfest und die Weihnachtsfeier sind feste Termine in unserem Jahreskalender

Wir freuen uns immer über neue Mitstreiter, die sich mit uns für Andere einsetzen. Mit Sicherheit finden auch Sie bei uns eine Aufgabe, die Ihnen Freude macht. Immer nur so viel, wie Sie selber wollen oder können, wie es Ihren Wünschen und Möglichkeiten entspricht. Eine Mitgliedschaft im ASS ist übrigens beitragsfrei!

Wir sind jeden Mittwoch von 10-12 Uhr in unserem Büro in der Heidelberger Str. 15 in Schriesheim (Stadtarchiv) persönlich anzutreffen. Informationen und Kontakt auch jederzeit über unsere Internetseite www.ass-schriesheim.de

Arbeitskreis Schriesheimer Senioren e.V.

69198 Schriesheim, Heidelberger Straße 15 (im Haus des Stadtarchivs)

erreichbar jeden Mittwoch von 10 – 12 Uhr,

persönlich oder telefonisch: 0 62 03 - 93 76 25 · Mehr über uns: www.ass-schriesheim.de

KUNST

Zeichnen und Malen unter professioneller Anleitung

Für Anfänger und Fortgeschrittene

Wenn Sie Ihre eigene Kreativität (weiter) entwickeln möchten, sind Sie in diesem Kurs genau richtig! Sie arbeiten mit Gleichgesinnten in angenehmer Atmosphäre und haben die Möglichkeit sich handwerklich-künstlerisch zu beweisen.

Bitte mitbringen: Anfänger benötigen einen A3 -Zeichenblock und Bleistifte H2, H6, B2 und B6, sowie Radier- und Knetgummi (bitte keinen Modellierknetgummi)

Kurs T8101

Sigi Ortanderl
dienstags 13.15-15.45 Uhr,
vhs-Haus, Vortragssaal,
10 Termine, **ab 17.01.23**
€ 106,-

Holzschnittwerkstatt Form und Farbe

Die Kunst des Holzschnidens bietet interessante, spannende und lehrreiche Einblicke in kompositorische Fragen zu Linien, Formen und Flächen. Die Umsetzung einer Bildidee wird im Holzschnitt auf eine Klarheit und Einfachheit reduziert. Die Farbe wird üppig als wesentlicher Bestandteil der Bildsprache eingesetzt. Planung, Umsetzung und Zufall machen den Holzschnitt zum spannenden Prozess. Daneben fließen Eigendynamik und der persönlich-künstlerische Ausdruck mit ein. Durch Veränderung der einzelnen „Druck-Zustände“ entstehen immer wieder völlig neue Variationen. Probedrucke (Handabzüge) machen den jeweiligen Stand sichtbar. Da eine individuelle Betreuung der Teilnehmer im Vordergrund dieses Kurses steht, können Einsteiger und Fortgeschrittene gleichermaßen ihre Freude am schöpferischen Tun ausleben.

Gunda Kupfer

Kurs T8102

Freitag, 10.02.23, 16:00-19:00 Uhr
Samstag, 11.02.23, 10:00-13:00 und
14:00-18:00 Uhr
Sonntag, 12.02.23, 10:00-15:00 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal
€ 86,- zzgl. Material

Kurs T8105

Freitag, 12.05.23, 16:00-19:00 Uhr
Samstag, 13.05.23, 10:00-13:00 und
14:00-18:00 Uhr
Sonntag, 14.05.23, 10:00-15:00 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal
€ 86,- zzgl. Material

Abenteuer Acrylmalerei

Wochenendkurs für Fortgeschrittene

Ganz nach dem Motto „Alles ist erlaubt, was zu einem guten Bild führt“, experimentieren wir mit verschiedenen Techniken. In kleiner Gruppe mit individueller Betreuung lassen wir uns auf das „Abenteuer Acrylmalen“ ein. Beispiele der Kunstgeschichte inspirieren uns zu eigenen Werken. Wir arbeiten an Staffeleien, so sind auch größere Formate möglich.

Bitte mitbringen: (alles Weitere stellt die Kursleiterin zur Verfügung): Künstleracrylfarben (Zitronengelb, Kadmiumgelb, Magenta, Kadmiumrot hell, Coelinblau, Ultramarinblau, Umbra gebrannt, Weiss), Acrylbinder, Modelliermasse, Borstenpinsel rund und flach (verschiedene Größen), bespannte Keilrahmen oder Karton zum Bemalen

Kurs T8103

Elsbeth Lang
Freitag, 17.03.23, 18:00-21:00 Uhr
Samstag, 18.03.23, 10:00-13:00 Uhr und
14:00-17:00 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal
€ 48,-

Farbenliebe

Mal-Workshop für Anfänger und Fortgeschrittene

Das Farbspektrum ist riesengroß: Es gibt intensive und zurückhaltende, manche sind lasierend (durchscheinend), andere deckend. Farben können kalt oder warm wirken, sie sind mal hell, mal dunkel, einfarbig-monochrom, ganz neutral oder auch bunt. In diesem Workshop schweigen wir in Farben und lernen sie spielerisch näher kennen. Wir erkunden einfache Grundlagen der Farbgestaltung und wenden diese auf unseren Bildern an. Dabei sind die TeilnehmerInnen frei in ihrer Motivwahl – ob abstrakt, gegenständlich oder geometrisch: Im Mittelpunkt steht stets die Freude am Malen! Die Kursleiterin bringt Motive zur freien Inspiration mit und fördert jede/n Teilnehmer/in ganz individuell.

- Wie lassen wir Farben leuchten?
- Wie kann ich einen Bildgegenstand größer erscheinen lassen?
- Wie lenken wir Aufmerksamkeit?
- Wie wirkt ein Bild fröhlich?

Bitte mitbringen: Wasserlösliche Farben nach Wahl (Acrylfarben, Gouache, Buntstifte, gerne auch Ölkreiden), Skizzenpapier, Leinwände, Papier oder Malkarton zum Malen, genügend Pinsel in unterschiedlichen Formen und Größen

Kurs T8104

Eva Clemens

Samstag, 06.05.23, 14.00-18.00 Uhr

vhs-Haus, Vortragssaal

€ 21,-

KUNSTHANDWERK

Perlen & Ketten

Sie möchten ein selbst entworfenes Schmuckstück tragen, vielleicht farblich passend zu einem bestimmten Kleidungsstück? Sie haben Ketten oder Armbänder, die aus der Mode gekommen sind oder denen ein funktionierender Verschluss fehlt? Lassen

Sie Ihrer Kreativität freien Lauf: In diesem Kurs können Sie das Aufziehen von Ketten und Armbändern lernen, mit Schmuckdraht oder durch fachgerechtes Knüpfen. Sie werden von Julia Strähle individuell betreut und mit einer Auswahl an verschiedensten Edelstein-, Zucht- und Glasperlen sowie Gold- und Silberelementen können Sie neue Lieblingsstücke gestalten oder vorhandene Schätze aufarbeiten und reparieren. Das notwendige Material (Knüpfseide, Pinzetten, Verschlüsse, Perlen usw.) kann im Kurs direkt bei der Dozentin erworben werden.

Bitte mitbringen: rundes Plastikgefäß (ca. 12 cm Durchmesser)

Julia Strähle

Kurs T8304

Samstag, 21.01.23, 11.00-15.30 Uhr

vhs-Haus, Sprachraum 2

€ 20,-

Kurs T8307

Samstag, 04.03.23, 11.00-15.30 Uhr

vhs-Haus, Sprachraum 2

€ 20,-

Ikebana – Blumensteckkunst für Anfänger und Fortgeschrittene

Ikebana bedeutet auf Deutsch „lebendige Blumen“ und ist eine traditionelle japanische Kunst, in der Gestecke aus frischen Blumen gestaltet werden. Eine Meisterin der Ohara-Schule vermittelt diese Kunst mit dem zugehörigen philosophischen und geschichtlichen Hintergrund.

Bitte mitbringen: Ikebana-Schere oder Gartenschere, eine flache Schale (Durchmesser ca. 20 cm), Schreibzeug, einen Kenzan (Ikebana-Blumenigel, mindestens 300 g). Der Blumenigel und die Schale sind auch bei der Dozentin erhältlich.

Keiko Bierbrauer-Terai, Ikebana-Meisterin

Kurs T8305 – Frühlingskurs

Dienstag, 07.03.23, 19.15-21.00 Uhr

Dienstag, 21.03.23, 19.15-21.00 Uhr

Dienstag, 18.04.23, 19.15-21.00 Uhr

Dienstag, 09.05.23, 19.15-21.00 Uhr

Dienstag, 23.05.23, 19.15-21.00 Uhr



vhs-Haus, Sprachraum 1,
€ 54,- zzgl. Materialkosten für die Blumen

Kurs T8306 – Sommerkurs

Dienstag, 20.06.23, 19.15-21.00 Uhr

Dienstag, 27.06.23, 19.15-21.00 Uhr

Dienstag, 11.07.23, 19.15-21.00 Uhr

Dienstag, 18.07.23, 19.15-21.00 Uhr

vhs-Haus, Sprachraum 1,

€ 43,- zzgl. Materialkosten für die Blumen



© MS-Office ClipArts



Stephanie Müller

Inhaberin

Talstraße 25
69198 Schriesheim

Telefon: (0 62 03) 6 13 67
Telefax: (0 62 03) 92 54 20

*Hier könnte
Ihre Anzeige
stehen!*

**Möchten Sie uns auch
unterstützen?**

**Unter Tel. 06203 6926-99
sowie info@vhs-schriesheim.de
beraten wir Sie gerne bei Ihrer
Anzeigenschaltung.**



Durchblick deine Finanzen.

Finanzplaner, Kontowecker und Multibanking – mit unseren digitalen Banking-Funktionen immer den Überblick behalten. Und den Kopf frei für das, was wichtig ist.

Jetzt freischalten auf www.spkrnn.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Rhein Neckar Nord



PHYSIOTHERAPIE
ANNE BIONDI

TEL.: 0176 / 63 65 58 29
www.physiotherapie-biondi.de



HEILPRAKTIKERIN
OSTEOPATHIE
ULRIKE BRUCKMANN B.SC.

TEL.: 0176 / 43 30 94 52
www.osteopathie4all.de

Hans-Pfitzner-Str. 32, Schriesheim

Suchen Sie noch ein passendes Geschenk?

Mit einem Gutschein der Volkshochschule liegen Sie immer richtig – ob zum Muttertag, zum Geburtstag, zum Namenstag, oder „einfach nur so“.





GESUNDHEIT

Nutzen Sie die Leistungen Ihrer Krankenkasse für Ihren Rehasport!

Bei Vorlage einer ärztlichen Verordnung rechnen wir die Kursgebühren für unsere Herz- und Lungensportkurse direkt mit Ihrer Krankenkasse ab – Sie müssen sich um nichts weiter kümmern und zahlen keinen Cent dazu!

HERZSPORT

Coro-Fit im DOK:TOR

Wenn Sie nach einer Herzerkrankung oder Herzoperation Ihre Leistungsfähigkeit unter Anleitung einer ausgebildeten und erfahrenen Reha-Sportleiterin stabilisieren und verbessern möchten, sind Sie in unseren ambulanten Herzsportgruppen genau richtig! Hier fördern Sie Ihre Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordinationsfähigkeit mit und ohne Geräte. Kleine Einheiten der Entspannung runden die Übungsintervalle ab. Mit Spaß und Spiel und durch das gesellige Miteinander steigt auch Ihre persönliche Motivation, Ihre Gesundheit nachhaltig zu beeinflussen und das Bewusstsein, mit Ihrer Erkrankung gut leben zu können.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, ein großes Badehandtuch, Theraband, Sportschuhe für In- und Outdoor sowie etwas zu trinken
Marita Schreuder-Großkopf, Rehasport-Übungsleiterin-Innere Medizin

Kurs T10340

dienstags 9:00-10:00 Uhr
fortlaufender Kurs (Zustieg jederzeit möglich, sofern wir freie Plätze haben!)
DAS DOK:TOR, Römerstraße 2,
Raum „Alte Pfalz“
€ 110,- (für jeweils 22 Termine)

Kurs T10341

dienstags 10:15-11:15 Uhr
fortlaufender Kurs (Zustieg jederzeit möglich, sofern wir freie Plätze haben!)
DAS DOK:TOR, Römerstraße 2,
Raum „Alte Pfalz“
€ 110,- (für jeweils 22 Termine)

LUNGENSPORT

Pneumo-Fit: Sport für Menschen mit Asthma und COPD

Atemnot, geringe Belastbarkeit und dadurch verminderte Lebensqualität müssen nicht sein – mit dem richtigen Training werden auch Sie wieder leistungsfähig(er) und bewältigen Ihren Alltag leichter! Verbessern Sie mit unserer erfahrenen Übungsleiterin Ihre körperliche Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination und erfahren Sie, wie Sie die Atemübungen auch in Ihren Alltag zu Hause einbauen können. Das Training mit verschiedenen Kleingeräten und kleineren Spielen motiviert und regt zum Austausch mit Gleichgesinnten an. Das Motto des Kurses ist sich wieder mit Freude und Spaß zu bewegen. Die Unterrichtseinheiten sind so gestaltet, dass Sie individuell nach Schweregrad Ihrer Erkrankung mittrainieren können. Spezielle Atem- und Entspannungsübungen runden das Training ab.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, ein großes Badehandtuch, Sportschuhe für In- und Outdoor sowie etwas zu trinken
Marita Schreuder-Großkopf, Rehasport-Übungsleiterin-Innere Medizin

Kurs T10342

mittwochs 11:30-12:30 Uhr
fortlaufender Kurs (Zustieg jederzeit möglich, sofern wir freie Plätze haben!)
Gymnastikraum, vhs-Haus,
Obere Schulgasse 9
€ 110,- (für jeweils 22 Termine)

RÜCKEN- UND WIRBELSÄULENGYMNASTIK

Alle unsere Kursleiterinnen haben eine Krankengymnastik- und/oder sonstige Spezialausbildung.

Wirbelsäulengymnastik

Unsere Wirbelsäulengymnastikkurse vermitteln Ihnen Theorie und Praxis, um rücken-schonende Bewegungsabläufe einzuüben, die Stützmuskulatur der Wirbelsäule gezielt zu kräftigen und Muskelgruppen, die zur Verkürzung neigen, zu dehnen. Neben der Freude an der Bewegung kommt dabei auch die Entspannung nicht zu kurz.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Sportkleidung, Sportschuhe mit heller Sohle oder Gymnastikschläppchen, Theraband, eine Decke oder ein großes Badehandtuch und ein kleines Kissen

Kurs T10301

Christiane Arras, Krankengymnastin
montags 8.30-9.30 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
19 Termine, **ab 16.01.23**
€ 95,-

Kurs T10302

Christiane Arras, Krankengymnastin
montags 9.30-10.30 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
19 Termine, **ab 16.01.23**
€ 95,-

Kurs T10303

Marita Schreuder-Großkopf, Rehasport-
Übungsleiterin-Innere Medizin
dienstags 16.15-17.15 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
11 Termine, **ab 10.01.23**
€ 55,-

Kurs T10304

Marita Schreuder-Großkopf, Rehasport-
Übungsleiterin-Innere Medizin
dienstags 16.15-17.15 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
12 Termine, **ab 18.04.23**
€ 60,-

Kurs T10305

Marita Schreuder-Großkopf, Rehasport-
Übungsleiterin-Innere Medizin
dienstags 17.25-18.25 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
11 Termine, **ab 10.01.23**
€ 55,-

Kurs T10306

Marita Schreuder-Großkopf, Rehasport-
Übungsleiterin-Innere Medizin
dienstags 17.25-18.25 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
12 Termine, **ab 18.04.23**
€ 60,-

Kurs T10307

Marita Schreuder-Großkopf, Rehasport-
Übungsleiterin-Innere Medizin
dienstags 18.35-19.35 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
11 Termine, **ab 10.01.23**
€ 55,-

Kurs T10308

Marita Schreuder-Großkopf, Rehasport-
Übungsleiterin-Innere Medizin
dienstags 18.35-19.35 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
12 Termine, **ab 18.04.23**
€ 60,-

Kurs T10309

Marita Schreuder-Großkopf, Rehasport-
Übungsleiterin-Innere Medizin
dienstags 19.45-20.45 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
11 Termine, **ab 10.01.23**
€ 55,-

Kurs T10310

Marita Schreuder-Großkopf, Rehasport-
Übungsleiterin-Innere Medizin
dienstags 19.45-20.45 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,



12 Termine, **ab 18.04.23**
€ 60,-

Kurs T10311

Monika Bähr, Krankengymnastin
mittwochs 09.00-10.00 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
15 Termine, **ab 01.03.23**
€ 75,-

Kurs T10312

Monika Bähr, Krankengymnastin
mittwochs 10.15-11.15 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
15 Termine, **ab 01.03.23**
€ 75,-

Kurs T10313

Monika Bähr, Krankengymnastin
freitags 09.45-10.45 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
15 Termine, **ab 03.03.23**
€ 75,-

Kurs T10314

Monika Bähr, Krankengymnastin
freitags 11.00-12.00 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
15 Termine, **ab 03.03.23**
€ 75,-

Kurs T10315

Christiane Arras, Krankengymnastin
donnerstags 19.10-20.10 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
19 Termine, **ab 19.01.23**
€ 95,-

FITNESS FÜR DEN MANN

Präventives Rückentraining

Einseitige körperliche Belastungen sind häufig die Ursache für Haltungsfehler und muskuläre Dysbalancen, die auf Dauer zu Bewegungseinschränkungen und Schmerzen führen. Mit einem rückschonenden Bewegungsverhalten können Sie dem vorzeitig entgegenwirken. In diesem Kurs stehen die Stärkung, Dehnung und Mobilisierung der Muskulatur im Vordergrund und wir arbeiten mit dem eigenen Körpergewicht sowie

modernen Handgeräten. Verschiedene Entspannungsmethoden runden das Training ab. Fit im Alltag und beweglich bis ins hohe Alter – das ist unser Ziel!

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Sportbekleidung, Theraband, ein Handtuch und ein kleines Kissen
Marita Schreuder-Großkopf, Rehasport-Übungsleiterin-Innere Medizin

Kurs T10316

donnerstags 12.00-13.00 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
10 Termine, **ab 12.01.23**
€ 50,-

Kurs T10317

donnerstags 12.00-13.00 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
10 Termine, **ab 27.04.23**
€ 50,-

Men's Fitness intensiv

Nach einem kurzen, aber intensiven Herz-Kreislauf-Training werden die Problemzonen des Mannes wie der Rücken, die Brust und der Bauch mit gezielten, spezifischen Übungen trainiert. Ein beweglichkeitsförderndes Stretching und Entspannungsübungen schließen das Powertraining ab.

Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, Sportschuhe mit heller Sohle, Getränk und Handtuch
Katrin Baumert

Kurs T10318

donnerstags 20.20-21.20 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
10 Termine, **ab 26.01.23**
€ 50,-

Kurs T10319

donnerstags 20.20-21.20 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
9 Termine, **ab 04.05.23**
€ 45,-

YOGA

© MS-Office ClipArts



Yoga

Für TeilnehmerInnen jeden Alters, mit und ohne Vorkenntnisse

Lernen Sie ausgewählte Körperstellungen (Asanas) kennen, die Ihnen dabei helfen, Kraft, Beweglichkeit und Stabilität zu entwickeln und zu erhalten. Atemübungen und kurze Entspannungsphasen runden das Programm ab. Die Übungsreihe fördert längerfristig Ihre körperliche, hormonelle und mentale Ausgeglichenheit.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, bequeme Kleidung und warme Socken

Kurs T10201

Florentina Ionescu, Heilpraktikerin
montags 18.00-19.30 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 2,
10 Termine, **ab 09.01.23**
€ 76,-

Kurs T10202

Florentina Ionescu, Heilpraktikerin
montags 18.00-19.30 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 2,
10 Termine, **ab 17.04.23**
€ 76,-

Kurs T10203

Florentina Ionescu, Heilpraktikerin
montags 19.30-21.00 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 2,
10 Termine, **ab 09.01.23**
€ 76,-

Kurs T10204

Florentina Ionescu, Heilpraktikerin
montags 19.30-21.00 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 2,
10 Termine, **ab 17.04.23**
€ 76,-

Kurs T10205

Astrid Hendricks, BDY/EYU
dienstags 18.30-20.00 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 1,
12 Termine, **ab 17.01.23**
€ 89,-

Kurs T10206

Astrid Hendricks, BDY/EYU
dienstags 18.30-20.00 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 1,
10 Termine, **ab 02.05.23**
€ 76,-

Kurs T10207

Astrid Hendricks, BDY/EYU
dienstags 20.15-21.45 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 1,
12 Termine, **ab 17.01.23**
€ 89,-

Kurs T10208

Astrid Hendricks, BDY/EYU
dienstags 20.15-21.45 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 1,
10 Termine, **ab 02.05.23**
€ 76,-



PILATES



© MS-Office ClipArts

Pilates mit Beckenbodentraining Ein Rundum-Wohlfühlprogramm für alle Altersgruppen

Neben bekannten Pilatesübungen, die einen Fokus auf die Körpermitte mit den tief liegenden Muskeln der Bauch- und Rückenmuskulatur legen, wird dieser Kurs durch ein spezielles Beckenbodentraining ergänzt. Er ist das Fundament unseres Körpers und je mehr wir ihn stärken, desto mehr Lebensqualität gewinnen wir.

Bitte mitbringen: ein Handtuch und etwas zu trinken

Julie Schöpfel, lizenzierte Beckenbodentherapeutin und Rückenschulleiterin

Kurs T10320

montags 17.30-18.30 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 1,
8 Termine, **ab 16.01.23**
€ 40,-

Kurs T10321

montags 17.30-18.30 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 1,
10 Termine, **ab 17.04.23**
€ 50,-

Kurs T10322

montags 18.40-19.40 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 1,
8 Termine, **ab 16.01.23**
€ 40,-

Kurs T10323

montags 18.40-19.40 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 1,
10 Termine, **ab 17.04.23**
€ 50,-

Atmung und Bewegung im Ein- klang mit den 7 Pilates-Prinzipien Basisübungen für Neueinsteiger und modifizierte für Fortgeschrittene

Mit den 7 Prinzipien von Joseph Hubertus Pilates können Männer und Frauen jeden Alters ohne Leistungsorientierung ihre Beweglichkeit, Konzentration, Koordination und Kondition fördern. Sanfte Dehn- und Streckübungen, verbunden mit einer intensiven Brustkorbatmung, bewirken schon nach kurzer Zeit ein neues Körpergefühl und Körperbewusstsein. Sie stabilisieren und kräftigen Ihre Körpermitte und stärken Ihre Bauch-, Beckenboden und Rückenmuskulatur – so wirken Sie auch Beschwerden der Wirbelsäule entgegen. Durch Aktivierung der Tiefenmuskulatur und Sauerstoffaufnahme wird die Durchblutung der Organe und Muskeln verbessert.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Decke, ein Getränk, Handtuch, Kissen, Matte, dicke Socken

Marianne Maier, qualifizierte Pilates-Übungsleiterin und zertifizierte Entspannungspädagogin

Kurs T10324

mittwochs 17.30-19.00 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 1,
12 Termine, **ab 18.01.23**
€ 74,-

Kurs T10325

mittwochs 17.30-19.00 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 1,
10 Termine, **ab 03.05.23**
€ 62,-

Pilates

Das Ganzkörpertraining nach Joseph Pilates kombiniert Atemtechnik, Kraftübungen, Balance, Koordination und Stretching. Im Zentrum stehen Bauch, Beckenboden, Rücken, Beine und Gesäß. Pilates kräftigt, entspannt und dehnt auf sanfte Weise die tiefen Muskeln. Der Körper wird straff und geschmeidig, die Haltung aufrechter. Die Bewegungen werden sehr bewusst und konzentriert in der Gruppe ausgeführt. Die Übungen sind sehr effektiv und zeigen spürbare Erfolge. Wie intensiv das Training ist, können Sie individuell variieren. Gut für alle, die sich ein sanftes und effektives Training für den ganzen Körper wünschen.

Bitte mitbringen: ein größeres Handtuch, bequeme Sportkleidung bei Bedarf dicke Socken
 Michaela Fischer, Group-Fitness-Trainerin, Pilates-Trainerin (BASI)

Kurs T10334

donnerstags 10.30-11.30 Uhr,
 11 Termine, **ab 12.01.23**

Onlinekurs

€ 55,-

Kurs T10335

donnerstags 10.30-11.30 Uhr,
 10 Termine, **ab 20.04.23**

Onlinekurs

€ 50,-

ENTSPANNUNG



Methode „Liangong in 18 Übungsreihen – befreien Sie Nacken, Schultern, Arme und Rücken von Verspannungen und Blockaden, daneben spendet die Methode „Fünf Elemente“ Freude und innere Zufriedenheit. Der Kurs ist so gestaltet, dass sowohl AnfängerInnen als auch Fortgeschrittene daran teilnehmen können.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und flache Schuhe.
 Cecilia Lima-Wüst, Taijiquan- und Qi-Gong-Lehrerin

Kurs T10209

donnerstags 19.15-20.45 Uhr,
 vhs-Haus, Seminarraum 1,
 10 Termine, **ab 19.01.23**
 € 74,-

Kurs T10210

donnerstags 19.15-20.45 Uhr,
 vhs-Haus, Seminarraum 1,
 9 Termine, **ab 27.04.23**
 € 67,-

QiGong

Für Einsteiger und Fortgeschrittene

Qi Gong ist die Verbindung von Meditation (= Sammlung des Geistes), Atmung und Körperbewegungen. Sie lernen in diesem Kurs Ihr Qi (= Lebensenergie) zu aktivieren und es mit Vorstellungskraft und Körperbewegungen im Organismus kreisen zu lassen. Mit der



FITNESS & BEWEGUNG

„Slowpower“: Sanftes Training für den ganzen Körper

Sport treiben ohne Pulsrasen und Gelenkschmerzen? Das geht, und zwar hier! Der Kurs kombiniert Übungen aus den Bereichen Pilates, Yoga und Faszientraining. Durch ein fließendes Körpertraining lockern und kräftigen wir alle Muskelgruppen, lernen Kraft aus unserer Körpermitte „Powerhouse“ zu aktivieren und dabei bewusst zu atmen. Dieses langsame, gezielte Arbeiten mit Körper und Atmung führt zu einer besseren und entspannten Körperwahrnehmung. Wir steigern Beweglichkeit, lösen Verspannungen und finden zu einem einzigartigen Körpergefühl. Am Ende jeder Kurseinheit steht eine 10-minütige Entspannung, ganz nach dem Motto: „In der Ruhe liegt die Kraft“. Der Kurs richtet sich an alle, die einen Ersatz oder eine Ergänzung zu den üblichen Workout-Kursen suchen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, Socken, Handtuch, evtl. Decke, Kissen und etwas zu trinken.
Ilka Krebs

Kurs T10326

mittwochs 18.00-19.15 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
7 Termine, **ab 22.02.23**
€ 42,-

Kurs T10327

mittwochs 18.00-19.15 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
11 Termine, **ab 26.04.23**
€ 65,-

Bodyforming: Weg mit den Problemzonen!

Mit diesem Training bringen Sie die Muskulatur aller Problemzonen, insbesondere Bauch, Po und Oberschenkel, wirksam in Form. Teilweise mit Hilfe von diversem Trainingsequipment (Steps, Hanteln, Bällen, Brasils, Pilatesringen, Bändern usw.) strafft Bodyforming die Figur und korrigiert die

Körperhaltung. Mit Elementen aus dem Stretching wird die Beweglichkeit verbessert und Elemente aus dem Pilates unterstützen Sie dabei Ihren Körper sanft zu formen, zu kräftigen und strecken.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, bequeme Sportkleidung, Turnschuhe mit heller Sohle, Getränk und ein Handtuch
Michaela Fischer, Group-Fitness-Trainerin, Pilates-Trainerin (BASI)

Kurs T10336

donnerstags 17.30-18.30 Uhr,
11 Termine, **ab 12.01.23**

Onlinekurs

€ 55,-

Kurs T10337

donnerstags 17.30-18.30 Uhr,
10 Termine, **ab 20.04.23**

Onlinekurs

€ 50,-

Workout mit Babybauch

Kraft und Beweglichkeit für Schwangere

Dieser Kurs ist ein auf Ihre schwangerschaftsbedingten Bedürfnisse abgestimmtes Ganzkörpertraining. Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit werden hier auf sanfte Weise trainiert. Neben den Übungen erhalten Sie Informationen rund um Ihren Körper während der Schwangerschaft sowie wertvolle Praxistipps für einen gesunden Alltag. Der perfekte Kurs für werdende Mütter zwischen der 12. und 40. Schwangerschaftswoche

... für mehr Energie und Wohlbefinden in der Schwangerschaft

... zur Vorbeugung sowie Linderung typischer Schwangerschaftsbeschwerden

... zur Vorbereitung auf die Geburt

für eine schnellere Regeneration nach der Entbindung

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, einen Bademantelgürtel oder Schal, ein Handtuch und etwas zum Trinken

Kerstin Kreutzer, zertifizierte Fitnesstrainerin mit Beckenboden-Fortbildung, zertifizierte Post- und Pränataltrainerin

Kurs T10330

montags 11.00-12.15 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
8 Termine, **ab 30.01.23**
€ 52,- (Kurstermine, die nach Ihrem Geburtstermin liegen, werden anteilig verrechnet und müssen nicht bezahlt werden)

Kurs T10331

montags 11.00-12.15 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
8 Termine, **ab 17.04.23**
€ 52,- (Kurstermine, die nach Ihrem Geburtstermin liegen, werden anteilig verrechnet und müssen nicht bezahlt werden)

**Ganzkörperkräftigung
– speziell für Mütter!**

Wer sich täglich um Job, Familie, Haushalt und noch viel mehr kümmert, braucht ein regelmäßiges Wohlfühl-Training, ganz egal wie alt die Kinder sind.

- Wir kräftigen den Beckenboden und straffen den Bauch
 - Wir stärken unseren Rücken und sammeln Kraft für den anstrengenden Alltag
 - Wir steigern unsere Fitness und verbrennen Kalorien
 - Verspannungen werden gelockert
- In diesem zertifizierten Kurs erhalten Sie neben viel Spaß und jeder Menge Bewegung auch Handouts und praxisorientierte Tipps für ein gesundes Alltagsverhalten.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, einen Bademantelgürtel oder Schal, ein Handtuch und etwas zum Trinken
Kerstin Kreutzer, zertifizierte Fitnesstrainerin mit Beckenboden-Fortbildung, zertifizierte Post- und Pränataltrainerin

Kurs T10332

montags 12.30-13.45 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
8 Termine, **ab 30.01.23**
€ 52,-

Kurs T10333

montags 12.30-13.45 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
8 Termine, **ab 17.04.23**
€ 52,-

TANZEN



© MS-Office ClipArts

**Tanz Dich fit!
Dance Workout & Pilates**

Ob Dance-Classics, aktuelle Charts oder Latin: Hauptsache die Musik geht in die Beine und wir haben Spaß! Dabei trainieren wir zu abwechslungsreichen Choreografien Koordination, Haltung und Beweglichkeit. Nach 60 Minuten Dance Workout schließt sich ein halbstündiges Pilatetraining an – für eine bessere Körperwahrnehmung, eine aufrechte Haltung verbunden mit größerer Beweglichkeit und ein spürbares körperliches Wohlbefinden, das Sie auch im Alltag trägt. Die perfekte Kurskombination – einfach ausprobieren! Empfohlen für TeilnehmerInnen, die bisherige Tanz-Dich-Fit-Kurse besucht haben oder andere Tanzerfahrung mitbringen (Zumba, Fitnesstanz usw.).

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Turnschuhe mit heller Sohle und für den Pilatesteil eine Gymnastikmatte sowie ein Handtuch zum Unterlegen – und natürlich etwas zu trinken.
Claudia Wölfer

Kurs T10328

montags 19.15-20.45 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
10 Termine, **ab 16.01.23**
€ 69,-

Kurs T10329

montags 19.15-20.45 Uhr,
vhs-Haus, Gymnastikraum,
11 Termine, **ab 17.04.23**
€ 76,-



SELBSTBEHAUPTUNG

Tai Chi für Anfänger und Fortgeschrittene

Tai Chi ist eine von daoistischen Mönchen entwickelte Kampfkunst, die drei Ziele verfolgt: Verteidigung, Erhaltung der Gesundheit und spirituelle Entwicklung. Mit ihren anmutigen Bewegungen, langsam und mit vollem Einsatz ausgeführt, ist diese Kampfkunst ein gesundes und therapeutisches Training, das dem zentralen Nervensystem zugutekommt, die Durchblutung stärkt, Blockaden löst, die Verdauung und den Stoffwechsel verbessert und Freude und innere Zufriedenheit spendet. In diesem Kurs lernen Sie Übungen und eine Grundform des Yang-Stils kennen. Der Kurs ist so gestaltet, dass sowohl AnfängerInnen als auch Fortgeschrittene daran teilnehmen können.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und flache Schuhe.

Cecilia Lima-Wüst, Taijiquan- und Qi-Gong-Lehrerin

Kurs T10211

donnerstags 18.00-19.00 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 1,
10 Termine, **ab 19.01.23**
€ 50,-

Kurs T10212

donnerstags 18.00-19.00 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 1,
9 Termine, **ab 27.04.23**
€ 45,-

Selbstverteidigung Wing Tsun – effektiv und schnell erlernbar

In Kooperation mit der vhs Dossenheim

Wing Tsun bietet ein effektives Programm zur Selbstverteidigung. Man lernt innerhalb kürzester Zeit, sich effektiv und sicher gegen die verschiedensten Angriffe zu wehren. Dabei helfen die Techniken des WingTsun das Selbstvertrauen zu steigern und Sie erlernen einen souveränen Umgang mit Gefahrensituationen. Lernziele dieses Kurses sind richtiges Verhalten in kritischen Situations-

nen, der Aufbau von Selbstbewusstsein und Selbstsicherheit, schnelle und effektive Reaktion auf körperliche Angriffe und WingTsun Techniken zur aktiven Verteidigung im Notfall. Es sind keine Vorkenntnisse und keine besondere sportliche Konstitution notwendig.

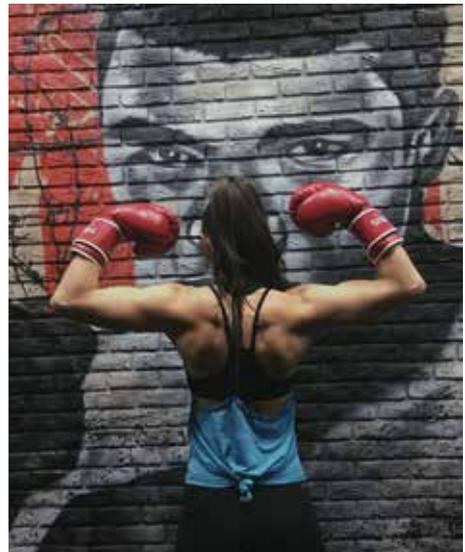
Inhalte:

- Theorie, rechtliche Aspekte
- Was ist meine größte Befürchtung und wie verteidige ich mich dagegen?
- Sicheres Auftreten
- Angriffe gegen Schubsen, Greifen und Halten
- Angriffe gegen Umklammern, Würgen, Ohrfeigen
- Hilfsmittel richtig einsetzen
- Tipps zum Thema Geldbeutel und Papiere

Alexandra Graetz

Kurs DO-231-1700

montags, 19.30-21.00 Uhr
4 Termine, **ab 12.06.23**
Mühlbachhalle UG, Am Sportplatz 1,
Dossenheim
€ 36,-



KOCHEN & ERNÄHRUNG

Persische Genussküche: Faszination der Datteln und Granatäpfel **Süd- und nordiranische Küche**

Genießen Sie diesen erlebnisreichen Kochkurs der exotischen Küche: Wir bereiten Datteln und Granatäpfel in vielen ungewöhnlichen Variationen zu. Wir backen Fladenbrot, löffeln eine großartige Suppe, lassen uns von vielen leckeren Vorspeisen verwöhnen, dazu gibt es delikate Hauptspeisen, Safranreis, Nachtisch und noch vieles mehr
Ghodrat Ramzani

Kurs T9201

Samstag, 04.02.23, 14.00-20.00 Uhr
Küche der Kurpfalz-Grund- und Realschule, € 29,- zzgl. Lebensmittelumlage (beträgt je nach Teilnehmerzahl maximal € 25,- und ist direkt beim Dozenten im Kurs zu bezahlen.)

Kurs T9202

Samstag, 04.03.23, 14.00-20.00 Uhr
Küche der Kurpfalz-Grund- und Realschule, € 29,- zzgl. Lebensmittelumlage (beträgt je nach Teilnehmerzahl maximal € 25,- und ist direkt beim Dozenten im Kurs zu bezahlen.)

Magie des Geschmacks: **Persische-orientalische Küche** **Vegan-vegetarische Küche – viele neue Rezepte**

Ich lade Sie auf eine traumhafte Reise ins Reich der persisch-orientalischen/vegetarisch-veganen Genussküche ein. Erleben Sie eine mehrgängige gesunde Gaumenfreude, die zugleich Ihre Geschmacksnerven erfreut und Ihre Seele baumeln lässt. Traumhafte Aromen, fettarme und leichte Leckereien sowie Safranreis und ein Dessert werden Sie begeistern.

Kurs T9204

Ghodrat Ramzani
Samstag, 29.04.23, 14.00-20.00 Uhr
Küche der Kurpfalz-Grund- und Realschule € 29,- zzgl. Lebensmittelumlage (beträgt je nach Teilnehmerzahl maximal € 25,- und ist direkt beim Dozenten im Kurs zu bezahlen.)



© MS-Office ClipArts

A Tavola: Kochen und genießen wie in Bella Italia

Die Originalrezepte für Vorspeisen, erste Gänge, Hauptgerichte, Beilagen und Desserts sind Ausdruck regionaler Produkte und machen die italienische Küche zu einer Fundgrube für Gerichte, die mit Tradition, Geschichte und Festen verbunden sind. Entdecken Sie originale und landestypische Rezepte, die die italienische Küche weltbekannt und beliebt gemacht haben.
Fiorangela Schlösser

Kurs T9203

freitags 18.30-21.30 Uhr,
4 Termine, **ab 21.04.23**
Küche der Kurpfalz-Grund- und Realschule € 58,- (zzgl. Lebensmittelumlage, beträgt je nach Teilnehmerzahl maximal € 20,- pro Termin und ist direkt bei der Dozentin im Kurs zu bezahlen)

Tasting: „Schokolade & Wein“ **In Kooperation mit der vhs Ladenburg**

Wein und Schokolade können sich geschmacklich perfekt ergänzen – wenn man einige Regeln beachtet, insbesondere spielen die Auswahl der Produkte sowie die Reihenfolge der Verkostung eine große Rolle für ein ge-



lungenes Zusammenspiel. Entdeckt mit uns an diesem Abend gemeinsam die Verbindung der Aromen der Weine mit den Nuancen der Schokolade – ein Tasting für alle Sinne! Bruntje Schmidt

Kurs LA 231-33207

Donnerstag, 23.03.23, 19.00-21.00 Uhr
Volkshochschule Ladenburg, Altes Rathaus, Hauptstraße 39, Ladenburg, Raum 4
€ 45,- (Weine sind in der Gebühr enthalten, das Team vom Weingut Rosenhof verkostet drei Weine aus dem Sortiment mit drei ausgewählten Schokoladen).

Rezept für alle Kochkurse ...

- bringen Sie bitte eine Schürze, Hand- und Geschirrtücher, sowie einen Notizblock zum Notieren wichtiger Tipps mit
- es empfiehlt sich immer Behältnisse für Kostproben und etwas zu trinken mitzubringen
- bitte kommen Sie pünktlich zum Kochkurs – damit Sie nichts verpassen!



BEAUTY

© MS-Office ClipArts



NEU Kosmetik selbstgemacht

In diesem aktiven Mitmachkurs lernen Sie Kosmetik selbst herzustellen:

- Bodypeeling
 - Lipgloss (farblos)
 - Badekugeln in verschiedenen Varianten
- Die fertigen Produkte können Sie anschließend mit nach Hause nehmen, benutzen, verschenken ...

Bitte mitbringen: eine kleine Schüssel, Teelöffel, 2 leere Gläser mit Deckel

Kurs T8901

Nadine Münch, staatl. anerk. Kosmetikerin
Montag, 20.03.23, 18.00-21.00 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal
€ 29,- (inkl. Material)

Das perfekte Make-Up

Neues Make-Up – neuer Mensch? Visagistin Sandra Röger lässt Sie in ihren Schminktöpfen stöbern und zeigt Ihnen, welche Facetten noch in Ihnen schlummern. Außerdem erhalten Sie eine kurze Hautdiagnose um Ihren Hauttyp zu bestimmen.

Bitte mitbringen: kleines Gästehandtuch (Schminkmaterial wird gestellt)
Sandra Röger, selbstständige Schönheitsberaterin und Visagistin

Kurs T8902

Samstag, 11.02.23, 13.00-16.00 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 2
€ 29,- inkl. Material

Kurs T8903

Samstag, 13.05.23, 13.00-16.00 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 2
€ 29,- inkl. Material



Hauptgeschäft & Bäckerei:
 Heidelberger Straße 16
 Telefon 0 62 03-6 12 85
 info@heissebaecker.de
 www.heissebaecker.de

Seit 1918
Der Heiße Bäcker
 Die „Heiße“
 Adresse für Frische
 und Qualität

Filiale
 Hübsch'sche Mühle
 Talstraße 1
 Tel. 0 62 03-95 38 17



Einige unserer Leistungen:

- Briefbögen
- Broschüren
- Bücher
- Endlosformulare
- Festschriften
- Flyer
- Kataloge
- Visitenkarten
- Zeitschriften

Charlotte Günther
Fotosatz pick-up
Druckvorlagenherstellung

In der Schanz 1
69198 Schriesheim
Tel.: (0 62 03) 6 34 94
Mobil (01 71) 9 33 35 29
kontakt@fotosatz-pickup.de
www.fotosatz-pickup.de

Suchen Sie noch ein passendes Geschenk?

Mit einem Gutschein der Volkshochschule liegen Sie immer richtig – ob zum Muttertag, zum Geburtstag, zum Namenstag, oder „einfach nur so“.





Fremdsprachen sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biographie geworden. Sprachkompetenz ermöglicht Unabhängigkeit und die Verfolgung beruflicher Ziele. Sprachkurse vermitteln interkulturelles Grundverständnis und fördern die Offenheit für andere Kulturen. Wie keine andere Bildungseinrichtung unterstützen Volkshochschulen die Menschen in Europa dabei, das sprachpolitische Ziel „Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas zu fördern.

Welcher Kurs ist der richtige für mich?

- Damit Sie den für sich passenden Kurs finden, dürfen Sie nach Ihrer unverbindlichen Anmeldung gerne die **erste Kurstunde schnuppern** und erst anschließend entscheiden, ob Sie verbindlich am Kurs teilnehmen möchten.*
- Zusätzlich bieten wir eine **kostenlose telefonische Dozentenberatung** an, damit Sie schon vor der ersten Kursstunde eingrenzen können, welches Level das Richtige für Sie ist.

* Da wir die tatsächliche Durchführung des Kurses erst ab 5 Teilnehmern garantieren und viele Teilnehmer die erste Stunde noch unverbindlich „schnuppern“, **bitten wir Sie, sich das Lehrbuch erst zum zweiten Termin zu besorgen**. Sie erhalten im ersten Termin Kopien von allen benötigten Inhalten. Für die Richtigkeit der bei den Lehrbüchern angegebenen ISBN-Nummern übernehmen wir keine Gewähr.

Die Gebühren für die Sprachkurse richten sich nach der Anzahl der Termine und der Teilnehmerzahl

| Unterrichtseinheiten | 90 Min./Termin bei 12 Terminen | 90 Min./Termin bei 10 Terminen | 60 Min./Termin bei 12 Terminen | 60 Min./Termin bei 10 Terminen |
|---|---|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| Kursgebühr bei 10 Teilnehmern | € 68,00 | € 56,00 | € 45,00 | € 38,00 |
| Kursgebühr bei 9 Teilnehmern | € 76,00 | € 62,00 | € 50,00 | € 42,00 |
| Kursgebühr bei 8 Teilnehmern | € 84,00 | € 69,00 | € 56,00 | € 48,00 |
| Kursgebühr bei 7 Teilnehmern | € 95,00 | € 76,00 | € 63,00 | € 54,00 |
| Kursgebühr bei 6 Teilnehmern | € 106,00 | € 89,00 | € 72,00 | € 62,00 |
| Kursgebühr bei 5 Teilnehmern | € 117,00 | € 102,00 | € 84,00 | € 74,00 |
| Kursgebühr bei 4 Teilnehmern | € 146,00 | € 128,00 | € 105,00 | € 93,00 |
| Kursgebühr bei unter 4 Teilnehmern | Individuelle Lösung in Absprache zwischen Teilnehmern, Dozent/-in und Geschäftsstelle der vhs | | | |

Nach dem „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für das Lehren und Lernen von Sprachen“ (GER) werden die Kurse in Niveaustufen eingeteilt:

| GRUNDSTUFE | | |
|-------------------|---|---|
| | Niveaustufe A1 | Niveaustufe A2 |
| Hören | einfache Wörter und Sätze über vertraute Themen verstehen | einfache Alltagsgespräche und das Wesentliche von kurzen Mitteilungen verstehen |
| Sprechen | sich auf einfache Art über vertraute Themen verständigen | kurze einfache Gespräche in Situationen des Alltags führen |
| Lesen | einzelne Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z. B. auf Schildern und Plakaten | kurze einfache Texte, z. B. Anzeigen, Speisekarten verstehen |
| Schreiben | einfache Standardformulare, z. B. im Hotel ausfüllen | kurze Notizen und Mitteilungen abfassen |

| MITTELSTUFE | | |
|--------------------|---|--|
| | Niveaustufe B1 | Niveaustufe B2 |
| Hören | das Wesentliche von Unterhaltungen und Nachrichten verstehen, wenn langsam gesprochen wird | im Fernsehen die meisten Sendungen und Filme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird |
| Sprechen | in einfachen zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen, Ereignisse beschreiben und Meinungen wiedergeben | sich relativ mühelos an einer Diskussion beteiligen und ihre Ansichten vertreten |
| Lesen | Texte aus der Alltags- und Berufswelt verstehen | Artikel und Berichte über aktuelle Fragen der Gegenwart verstehen |
| Schreiben | persönliche Briefe schreiben | detaillierte Texte, z. B. Aufsätze oder Berichte schreiben |

| AUFBAUSTUFE | | |
|--------------------|--|---|
| | Niveaustufe C1 | Niveaustufe C2 |
| Hören | Unterhaltungen und Radio- und Fernsehsendungen relativ mühelos verstehen | ohne Schwierigkeiten die gesprochene Sprache verstehen |
| Sprechen | sich spontan in den meisten Situationen fließend ausdrücken | sich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen sicher und angemessen beteiligen |
| Lesen | komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen | jede Art geschriebenen Textes mühelos lesen |
| Schreiben | sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben | anspruchsvolle Briefe und komplexe Berichte verfassen und sich differenziert ausdrücken |



SPRACHEN

DEUTSCH

Deutsch-Integrationskurse



In Kooperation mit der vhs Badische Bergstraße

Integrationskurse sind vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge geförderte Deutschkurse für Neuzuwanderer und Personen, die bereits länger in Deutschland leben. Der Integrationskurs umfasst einen Sprachkurs und einen Orientierungskurs.

Sprachkurs: Der Sprachkurs umfasst 600 Unterrichtsstunden, aufgeteilt in 6 Module mit jeweils 100 Unterrichtsstunden und wird mit der Zertifikatsprüfung „Deutsch-Test für Zuwanderer“ abgeschlossen. Der erfolgreiche Abschluss der Prüfung ermöglicht ein selbstständiges sprachliches Zurechtfinden im alltäglichen Leben.

Orientierungskurs: Der Orientierungskurs umfasst 100 Unterrichtsstunden. Er informiert über das Leben in Deutschland und vermittelt Kenntnisse über die Rechtsordnung, über die Kultur sowie über die Geschichte. Der Orientierungskurs schließt mit dem Test „Leben in Deutschland“ ab. Mit dem bestandenen Test können bei der Einbürgerungsbehörde staatsbürgerliche Kenntnisse nachgewiesen werden.

Kurs 7105

montags bis freitags, 8:30-12:30 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal

Vor der Anmeldung für einen Integrationskurs sind ein Beratungsgespräch und ein Einstufungstest notwendig. Liegt noch kein Berechtigungsschein für einen Integrationskurs vor, kann die Antragstellung mit Unterstützung der Volkshochschule erfolgen. Bei Fragen hierzu rufen Sie uns gerne an: 06203 692699.

Die Gebühren für unsere Sprachkurse richten sich nach der jeweiligen Teilnehmerzahl. Eine Übersicht dazu haben wir in der Tabelle auf Seite 37 für Sie zusammengestellt.

ENGLISCH

„Nice to meet you!“:
Englisch für Jung-
gebliebene
Grundstufe



Man sagt, Reisen bildet. Sprachen lernen bildet aber auch und Sie können beides wunderbar miteinander verbinden. Um sich im Ausland verständlich zu machen, helfen bereits Grundkenntnisse und die wichtigsten Basics der englischen Sprache, die in diesem Kurs vermittelt werden. Hier üben Sie gängige Situationen beim Reisen anhand von Rollenspielen und abwechslungsreichen Übungen zu Grammatik und Wortschatz. Um das Ganze lebendig zu gestalten und damit der Spaß nicht zu kurz kommt, komplettieren kleine amüsante Texte, Songs und Rätsel den Unterricht. Jede Reise beginnt mit dem ersten Schritt ... gehen Sie ihn doch mit uns!
Renate Bürk-Dornblüth

Kurs T7201 – Grundstufe A1.1
donnerstags 15.00-16.30 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 1,
10 Termine, **ab 19.01.23**

Kurs T7202 – Grundstufe A1.2
donnerstags 15.00-16.30 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 1,
9 Termine, **ab 27.04.23**

Englisch für Wiedereinsteiger
mit Vorkenntnissen
Grundstufe A1.2

Sie haben zwar schon mal Englisch gelernt, gefühlt ist davon aber „nichts“ mehr da. Seien Sie versichert: Wenn man mit den richtigen Tricks danach „gräbt“, kommen auch wieder die alten Kenntnisse zum Vorschein und gemeinsam in einer Runde

Gleichgesinnter geht sowieso alles gleich viel leichter. In diesem Kurs liegt der Fokus auf der Grammatik und dem freien Sprechen.
Andrina Woodhead

Kurs T7207

mittwochs 17.30-19.00 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 2,
10 Termine, **ab 11.01.23**

Kurs T7208

mittwochs 17.30-19.00 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 2,
10 Termine, **ab 26.04.23**

Business English after work

Sprachlevel A2/B1

Englisch ist im Joballtag kaum noch wegzu-denken. Dabei ist es nicht unbedingt er-forderlich, dass Sie die englische Sprache grammatikalisch einwandfrei beherrschen. Viel wichtiger ist es, mit internationalen Kontakten, Kunden und Kollegen respekt-voll, freundlich, und dennoch zielführend zu kommunizieren.

- Wir üben Telefonieren, Schreiben von E-Mails sowie das Verfassen kurzer Texte.
- Small Talk sowie die erfolgreiche Darbie-tung von Präsentationen sind ebenfalls Themen dieses Kurses.

Nicola Maria Ott

Kurs T7215

dienstags 19.00-20.00 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 2,
10 Termine, **ab 17.01.23**

Kurs T7216

dienstags 19.00-20.00 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 2,
12 Termine, **ab 18.04.23**

English Conversation

Pre-intermediate

Grundstufe A2 bis Mittelstufe B1

Sie trauen sich noch nicht das freie Sprechen

in einem Konversationskurs zu? Kein Pro-blem. In diesem Kurs festigen Sie mithilfe eines Lehrbuchs und anderen Unterrichts-materialien Ihr Englisch, wobei das freie Sprechen nicht zu kurz kommt. Neue Teil-nehmer, die über Vorkenntnisse von min-destens drei Jahren Schulenglisch oder vergleichbare Kenntnisse verfügen, sind herzlich willkommen!

Nicola Maria Ott

Kurs T7213

donnerstags 18.30-20.00 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 1,
10 Termine, **ab 19.01.23**

Kurs T7214

donnerstags 18.30-20.00 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 1,
9 Termine, **ab 27.04.23**

Ihr Comeback auf Englisch

Mittelstufe B1 für Wiedereinsteiger

Mit Vorkenntnissen in Level A und der Basis Ihres Alltagswortschatzes bauen Sie in die-sem Kurs Ihre Englischkenntnisse systema-tisch aus. Schließen Sie sich unserer Runde an und freuen sich auf zwangloses Lernen in guter Atmosphäre!

Christi Argiriadou-Hermann

Kurs T7203

dienstags 16.00-17.30 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 1,
12 Termine, **ab 17.01.23**

Kurs T7204

dienstags 16.00-17.30 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 1,
10 Termine, **ab 02.05.23**

English Class

Mittelstufe B1/B2

Do you like a good mix of grammar, text and conversation? In our class we use every kind of material, from videos to written text, from grammar quiz to small dictations. Feel free to bring your own material.

Die Gebühren für unsere Sprachkurse richten sich nach der jeweiligen Teilnehmerzahl. Eine Übersicht dazu haben wir in der Tabelle auf Seite 37 für Sie zusammengestellt.



Bitte mitbringen: Stift, Textmarker, Papier (Block, Heft, Karteikarten)
Nicola Maria Ott

Kurs T7211

montags 18.30-20.00 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 2,
10 Termine, **ab 16.01.23**

Kurs T7212

montags 18.30-20.00 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 2,
11 Termine, **ab 17.04.23**

English Conversation Class

Mittelstufe B2

Have you ever lived in an english-speaking country or have a strong command of the language, then come along to this course! Simply refresh, practise and of course improve your speaking skills with a native speaker. Topics will be chosen by you, whether it's travel, culture, technology, politics or whatever. Grammar, vocabulary and pronunciation won't be forgotten either.

Andrina Woodhead

Kurs T7209

mittwochs 16.00-17.00 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 2,
10 Termine, **ab 11.01.23**

Kurs T7210

mittwochs 16.00-17.00 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 2,
10 Termine, **ab 26.04.23**

geben, die Umgebung zu beschreiben, oder etwas im Restaurant oder Café bestellen zu können. Ihre Dozentin achtet insbesondere auf die korrekte Aussprache, damit Sie gut verstanden zu werden, aber auch selbstständig verstehen und lesen können. Und dann ... ab nach Frankreich!

Claire Basque

Kurs T7301 – Grundstufe A1.1

donnerstags 16.00-17.00 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 2,
9 Termine, **ab 19.01.23**

Kurs T7302 – Grundstufe A1.2

donnerstags 16.00-17.00 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 2,
9 Termine, **ab 20.04.23**

Französisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

Dieser Kurs dient dazu, ihre anfänglichen französischen Kenntnisse zu konsolidieren und zu erweitern. Wir werden Fragen und Antworten in Form von Dialogen situationsbezogen einüben. Sie werden auch dazu animiert, Handlungen in der Gegenwart, in der Vergangenheit und in der Zukunft zu beschreiben sowie Gefühle und Meinungen in kurze Sätze zu äußern. Dabei fließen moderner Grundwortschatz, die notwendige Grammatik, die formelle und informelle Sprache sowie die Aussprache mit ein. Ihre Dozentin Claire Basque möchte Sie an das „Niveau Seuil“ heranführen, d.h. Sie werden genug Selbstvertrauen in der Sprache erwerben, um sich autonom in Alltagssituationen zu bewegen. Denn eins ist sicher: Nach diesem Training sind Sie nie mehr sprachlos!
Claire Basque

Kurs T7303 – Grundstufe A2.1

donnerstags 17.15-18.45 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 2,
9 Termine, **ab 19.01.23**

FRANZÖSISCH

Französisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse



Grundstufe A1

Wir werden gemeinsam kleine Dialoge auf Französisch üben. Dabei geht es erstmal nur darum, kurze Infos über sich selbst zu

Die Gebühren für unsere Sprachkurse richten sich nach der jeweiligen Teilnehmerzahl. Eine Übersicht dazu haben wir in der Tabelle auf Seite 37 für Sie zusammengestellt.

Kurs T7304 – Grundstufe A2.2

donnerstags 17.15-18.45 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 2,
9 Termine, **ab 20.04.23**

Französisch mit Muße

Grundstufe A2.2

Sie haben schon einmal einen Basiskurs besucht und möchten nun ihre Grundkenntnisse wieder auffrischen, festigen, vertiefen und auch erweitern? In entspannter Atmosphäre und moderatem Tempo wollen wir Grammatik, Hörverständnis, Lesen und Sprechen anhand von Alltagssituationen in unserem Lehrbuch gezielt trainieren. Unser kleiner Kreis freut sich auf neue Teilnehmende.

Ursula Genthner

Kurs T7308

mittwochs 16.30-18.00 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 2,
11 Termine, **ab 11.01.23**

Kurs T7309

mittwochs 16.30-18.00 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 2,
11 Termine, **ab 26.04.23**

Französische Kurzgeschichten

Mittelstufe B1.1

Sie lesen gerne Kurzgeschichten und möchten mehr über Frankreich erfahren – über Land und Leute, besondere Orte und Traditionen? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Anhand verschiedener Geschichten tauchen Sie ins französische Leben ein und frischen so ganz nebenbei Ihre Sprachkenntnisse auf. Sie verbessern Sprechen, Lesen und Verstehen ... Grammatikalische Strukturen werden mittels Übungen gezielt trainiert.

Ursula Genthner

Kurs T7310

montags 18.00-19.30 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 1,
11 Termine, **ab 09.01.23**

Kurs T7311

montags 18.00-19.30 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 1,
10 Termine, **ab 24.04.23**

Französisch Auffrischkurs

Mittelstufe B1.1

Haben Sie sich entschlossen Französisch weiterzulernen und möchten Ihre Kenntnisse wieder systematisch auffrischen? Hut ab, Chapeau! Mit Hilfe eines Lehrbuchs bietet dieser Kurs vielfältige Anlässe zum Hörverstehen und Sprechen, zur Vertiefung des Wortschatzes und zur Wiederholung und Festigung der Grammatik. So werden Sie sicherer im Gebrauch des Französischen. Durch lebensnahe und authentische Texte und weitere vielfältige Materialien lernen Sie auch landeskundliche und kulturelle Aspekte Frankreichs kennen ... Neue Teilnehmende mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.

Ursula Genthner

Kurs T7316

mittwochs 18.15-19.45 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 2,
11 Termine, **ab 11.01.23**

Kurs T7317

mittwochs 18.15-19.45 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 2,
11 Termine, **ab 26.04.23**

Französische Konversation und Grammatik

Sie können sich in Frankreich bereits durch einfache Sätze vorstellen und verständigen. Nun wollen Sie aber auch an Gesprächen teilnehmen, in unerwarteten Situationen und zu Themen, die Sie persönlich interessieren. Sie werden in diesem Kurs animiert, eigene kurze Referate zu aktuellen Gesellschaftsthemen vorzutragen, Ihre Meinung zu formulieren und auf die Ansichten anderer zu reagieren. Sie bekommen Texte, Bilder und

Die Gebühren für unsere Sprachkurse richten sich nach der jeweiligen Teilnehmerzahl. Eine Übersicht dazu haben wir in der Tabelle auf Seite 37 für Sie zusammengestellt.



Links zu Videos, die Sie zu Hause hören oder lesen, und die wir dann im Kurs besprechen. Zusammen mit gezielten Übungen, die Ihnen helfen, nebenbei grammatische Besonderheiten zu bewältigen, Konjugation, Satzbau und Wortschatz zu festigen, werden wir Ihre Gewandtheit steigern.
Claire Basque

Kurs T7305 – Mittelstufe B1.2

donnerstags 19.00-20.30 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 2,
9 Termine, **ab 19.01.23**

Kurs T7306 – Mittelstufe B1.3

donnerstags 19.00-20.30 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 2,
9 Termine, **ab 20.04.23**

Französisch für Fortgeschrittene

Wir sind ein kleiner Kreis von Frankreichliebhabern und sprechen anhand von verschiedenen Texten über interessante und aktuelle Themen. Dabei soll der bisherige Wortschatz erweitert und das freie Sprechen geübt werden. Wichtige Grammatikkapitel werden wiederholt. Neue Teilnehmende sind jederzeit herzlich willkommen.
Ursula Genthner

Kurs T7314 – Mittelstufe B1.4

montags 11.00-12.00 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 2,
11 Termine, **ab 09.01.23**

Kurs T7315 – Mittelstufe B1.5

montags 11.00-12.00 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 2,
10 Termine, **ab 24.04.23**

Pot-Pourri: Französisch für Fortgeschrittene

Mittelstufe B2

Unser kleiner Kreis beschäftigt sich ohne Stress mit Texten aller Art, z. B. Lernkrisis, kurze Lektüren, Zeitschriftenartikel, Chansons ... Grammatikalische Strukturen

werden mittels Übungen wieder aufgefrischt und gefestigt.

Ursula Genthner

Kurs T7312

dienstags 10.30-12.00 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 1,
11 Termine, **ab 10.01.23**

Kurs T7313

dienstags 10.30-12.00 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 1,
11 Termine, **ab 25.04.23**

Conversation française

Mittelstufe B2

Parlons français à propos d'actualités en France. Venez réviser vos connaissances et en acquérir de nouvelles à l'aide de courtes histoires, d'articles de journaux, de chansons ou de petits textes littéraires ou historiques. En discutant vous allez approfondir vos connaissances sur la France et la langue française.

Dr. Ludovic Roy

Kurs T7318

donnerstags 19.30-21.00 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 2,
12 Termine, **ab 02.03.23**

ITALIENISCH



Crashkurs Italienisch am Wochenende



Grundstufe A1.1

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Ein Kurs, der sich auf ein Wochenende konzentriert ...

- um die ersten Regeln der italienischen Sprache zu lernen und zu versuchen, sie sofort in typischen Situationen für diejenigen anzuwenden, die in den Urlaub ins schöne Italien fahren.

Die Gebühren für unsere Sprachkurse richten sich nach der jeweiligen Teilnehmerzahl. Eine Übersicht dazu haben wir in der Tabelle auf Seite 37 für Sie zusammengestellt.

- Im Restaurant zu bestellen, ein Zimmer zu reservieren, wird kein Problem mehr sein.
- Nach diesem Einführungs-Crashkurs können Teilnehmer, die fortfahren möchten, den Kurs A1 Italienisch für Anfänger mit Vorkenntnissen besuchen.

Giuliana Polidoro

Kurs T7423

Freitag, 17.03.23, 18.00-21.00 Uhr

Samstag, 18.03.23, 09.30-12.30 Uhr

Freitag, 24.03.23, 18.00-21.00 Uhr

Samstag, 25.03.23, 09.30-12.30 Uhr

vhs-Haus, Sprachraum 1

Viva le vacanze!

Italienisch für den Urlaub

Grundstufe A1.1

Sie sind Sprachanfänger/in und möchten den Fokus sprachlich auf Ihren nächsten Urlaub legen – nach dem Weg fragen, um die Speisekarte bitten, den Preis der Schuhe im Schaufenster erfahren, Eintrittskarten fürs Museum kaufen Genau dafür ist dieser Urlaubskurs konzipiert – die perfekte Vorbereitung auf Ihre nächste Italien-Reise! Cristiana Lagger

Kurs T7421

donnerstags 11.00-12.30 Uhr,

vhs-Haus, Sprachraum 2,

9 Termine, **ab 19.01.23**

Kurs T7422

donnerstags 11.00-12.30 Uhr,

vhs-Haus, Sprachraum 2,

8 Termine, **ab 20.04.23**

Italienisch für Anfänger mit Vorkenntnissen – Vormittagskurs

Haben Sie geringe Vorkenntnisse auf Italienisch und Lust sich auf eine eventuelle Reise nach Italien vorzubereiten? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig! In angenehmer Atmosphäre werden wir die Grammatik

lernen, den Wortschatz erweitern und üben sich in Alltagssituationen zu verständigen. Wie? Mit Sprachpraxis, die dabei im Kurs im Vordergrund steht.

Daniela Lazzari

Kurs T7409 – Grundstufe A1.2

donnerstags 11.00-12.30 Uhr,

vhs-Haus, Sprachraum 1,

10 Termine, **ab 19.01.23**

Kurs T7410 – Grundstufe A1.3

donnerstags 11.00-12.30 Uhr,

vhs-Haus, Sprachraum 1,

10 Termine, **ab 20.04.23**

Italienisch für Anfänger mit Vorkenntnissen – Abendkurs Grundstufe A1.2

Für alle, die nach Italien in den Urlaub fahren oder einfach „nur so“ diese wunderschöne Sprache beherrschen möchten – in diesem Kurs erwerben Sie einen Grundwortschatz und lernen die wichtigsten Grammatikregeln kennen. Und das Wichtigste: Gemeinsam mit einer tollen, muttersprachlichen Dozentin und netten KurskollegInnen haben Sie Spaß am Italienischsprechen!

Giuliana Polidoro

Kurs T7403

mittwochs 18.00-19.30 Uhr,

vhs-Haus, Sprachraum 1,

11 Termine, **ab 11.01.23**

Kurs T7404

mittwochs 18.00-19.30 Uhr,

vhs-Haus, Sprachraum 1,

10 Termine, **ab 19.04.23**

Stimolante come un caffè Grundstufe A2.2

Proseguendo nello studio della lingua italiana attraverso il giusto equilibrio tra contenuti comunicativi e grammaticali; ci addenteremo sempre di più nella cultura italiana in tutte le sue sfaccettature. Per chi vuole

Die Gebühren für unsere Sprachkurse richten sich nach der jeweiligen Teilnehmerzahl. Eine Übersicht dazu haben wir in der Tabelle auf Seite 37 für Sie zusammengestellt.



raggiungere una competenza linguistica solida; ripassiamo i contenuti fin ora acquisiti, ampliamo il vocabolario e la comunicazione sia scritta che verbale.

Alessandra Filippi

Kurs T7419

montags 10.00-11.30 Uhr,
11 Termine, **ab 09.01.23**

Onlinekurs

Kurs T7420

montags 10.00-11.30 Uhr,
11 Termine, **ab 17.04.23**
vhs-Haus, Sprachraum 1

Italienisch Mittelstufe – Nachmittagskurs

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer mit Vorkenntnissen auf Niveau A2, die gemütlich von zu Hause aus Italienisch lernen möchten. Wir werden zusammen die Grammatik vertiefen, den Wortschatz erweitern und kleine Konversationen über interessanten Themen auf Italienisch durchführen. Das Ziel? Sich besser auf Italienisch zu äußern! Daniela Lazzari

Kurs T7411 – Mittelstufe B1.1

mittwochs 16.15-17.45 Uhr,
10 Termine, **ab 18.01.23**

Onlinekurs

Kurs T7412 – Mittelstufe B1.2

mittwochs 16.15-17.45 Uhr,
12 Termine, **ab 19.04.23**

Onlinekurs

Italienisch Mittelstufe – Abendkurs

In diesem Kurs bauen Sie Ihre Italienischkenntnisse sukzessive aus, lernen sich in Alltagssituationen immer besser zu verständigen und finden sich immer leichter in einfache Konversationen ein – die ideale Vorbereitung für Ihren nächsten Trip nach Italien!

Giuliana Polidoro

Kurs T7405 – Mittelstufe B1.1

mittwochs 19.35-21.05 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 1,
11 Termine, **ab 11.01.23**

Kurs T7406 – Mittelstufe B 1.2

mittwochs 19.35-21.05 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 1,
10 Termine, **ab 19.04.23**

Italienisch Mittelstufe – Vormittagskurs

Dieser Kurs richtet sich an TeilnehmerInnen, die bereits Grundstufe A1 und A2 absolviert haben. Neue TeilnehmerInnen sind jederzeit herzlich willkommen!

Cristiana Lagger

Kurs T7417 – Mittelstufe B1.1

donnerstags 09.15-10.45 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 2,
9 Termine, **ab 19.01.23**

Kurs T7418 – Mittelstufe B1.2

donnerstags 09.15-10.45 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 2,
8 Termine, **ab 20.04.23**

Forte come un espresso Mittelstufe B1.2

Raggiungendo un livello avanzato della conoscenza della lingua autentica; affronteremo con il giusto equilibrio i contenuti grammaticali, comunicativi e socioculturali. Per chi vuole consolidare le conoscenze acquisite; ripassiamo i contenuti, ampliamo il vocabolario e la comunicazione sia scritta che verbale.

Alessandra Filippi

Kurs T7415

mittwochs 10.00-11.30 Uhr,
11 Termine, **ab 11.01.23**

Onlinekurs

Kurs T7416

mittwochs 10.00-11.30 Uhr,
11 Termine, **ab 19.04.23**

Onlinekurs

Die Gebühren für unsere Sprachkurse richten sich nach der jeweiligen Teilnehmerzahl. Eine Übersicht dazu haben wir in der Tabelle auf Seite 37 für Sie zusammengestellt.



Italienisch in der Praxis

Mittelstufe B2.1

In der Theorie ist die italienische Grammatik kein Problem für Sie (Zeiten – Pronomen – Nebensätze), aber Sie möchten alles auch in der Praxis richtig anwenden? Mit einer lockeren und lebendigen Konversation sowie Lesetexten aller Art können Sie in diesem Kurs Ihre Sprachkenntnisse auf die Probe stellen und erweitern. Im Unterricht wird fast nur Italienisch gesprochen.

Giuliana Polidoro

Kurs T7407

freitags 09.30-11.00 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 2,
10 Termine, **ab 13.01.23**

Kurs T7408

freitags 09.30-11.00 Uhr,
vhs-Haus, Seminarraum 2,
10 Termine, **ab 21.04.23**

Conversazione italiana

Mittelstufe B2/C1

Sulla base di testi tratti da riviste, giornali, libri o siti internet italiani, discuteremo insieme di interessanti argomenti riguardanti la cultura, la storia, la geografia, le bellezze e l'attualità del Belpaese. Oltre a conoscere di più l'Italia, impareremo insieme nuove parole ed espressioni, approfondendo brevemente la grammatica e migliorando la lingua parlata. Vi aspetto!

Daniela Lazzari

Kurs T7413

donnerstags 09.15-10.45 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 1,
10 Termine, **ab 19.01.23**

Kurs T7414

donnerstags 09.15-10.45 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 1,
10 Termine, **ab 20.04.23**

SPANISCH

Spanisch am Nachmittag:

Auffrischung, Wiederholung und Vertiefung



Grundstufe A1.1-A.1.3

Dieser Kurs ist für Teilnehmer geeignet, die das Niveau A1 erreicht haben und ihre Kenntnisse auffrischen, Wiederholen und vertiefen möchten. Die Themen sind unter anderen: Bestellen im Restaurant, Reisen, Freizeit und wir sprechen über die Familie. ¡Bienvenidos a este curso de español!

Hinweis: Der Kurs läuft auf Wunsch der bisherigen TeilnehmerInnen aktuell im Onlinemodus – sollte sich die Gruppe anders entscheiden, steht einer Rückkehr in den Präsenzunterricht aber nichts entgegen.

Kurs T7601

Ana Maria Mena Montes
mittwochs 14.00-15.30 Uhr,
15 Termine, **ab 15.02.23**

Onlinekurs



© MS-Office ClipArts

Spanisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

Grundstufe A2

Dieser Kurs richtet sich an TeilnehmerInnen, die bereits vier Semester Spanisch gelernt haben und ihre Kenntnisse spielerisch in der Gruppe ausbauen und vertiefen möchten. Alicia Natalia Mariné

Die Gebühren für unsere Sprachkurse richten sich nach der jeweiligen Teilnehmerzahl. Eine Übersicht dazu haben wir in der Tabelle auf Seite 37 für Sie zusammengestellt.



Kurs T7602

donnerstags 17.30-19.00 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 2,
10 Termine, **ab 19.01.23**

Kurs T7603

donnerstags 17.30-19.00 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 2,
9 Termine, **ab 27.04.23**

NEUGRIECHISCH

**Neugriechisch
für den Urlaub**



**Für Interessierte ohne
Vorkenntnisse, Grundstufe A1**

Dieser Kurs richtet sich an Griechenland-Reisende – Fokus Urlaub! – die sich in möglichst kurzer Zeit das wichtigste Sprachwerkzeug für den Alltag aneignen möchten. Wenn Sie es beim letzten Aufenthalt leid waren, sprachlos zu sein und nichts zu verstehen, sind Sie hier genau richtig. Dieser Kurs ist ganz bewusst nicht als Grammatik- oder Sprachkurs im traditionellen Sinne konzipiert, sondern es sollen anhand von Übungen ausgewählte Situationen erfolgreich gelöst werden.

Chrissi Argiriadou-Hermann

Kurs T7701

dienstags 17.45-19.15 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 1,
12 Termine, **ab 17.01.23**

Kurs T7702

dienstags 17.45-19.15 Uhr,
vhs-Haus, Sprachraum 1,
10 Termine, **ab 02.05.23**

**Neugriechisch für Fortgeschrittene
Mittelstufe B2**

In diesem Semester lesen wir das sehr interessante Buch „Die Stoffpuppe“ der Autorin Eleni Delidimitriou-Tsakmaki. Dabei wiederholen und besprechen wir (schwierige) Grammatikthemen und diskutieren über aktuelle Themen. Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Kurs sind Kenntnisse

der Stufen B1-B2. Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen.

Chrissi Argiriadou-Hermann

Kurs T7703

mittwochs 18.00-19.30 Uhr,
12 Termine, **ab 18.01.23**

Onlinekurs

Kurs T7704

mittwochs 18.00-19.30 Uhr,
10 Termine, **ab 03.05.23**

Onlinekurs

KROATISCH

**Kroatisch für die Reise
„Krenimo na odmor!“**



Grundstufe A1

In Kooperation mit der vhs Ladenburg

Kroatien lockt mit herrlichen Stränden und kristallklarem Wasser. Einige Redewendungen in der Landessprache helfen, sich im Restaurant, bei Besichtigungen oder in Geschäften zurechtzufinden.

Bitte mitbringen: Buch „Krenimo na odmor!“
ISBN 978-3-19-707243-2
Fata Softic

Kurs LA-231-48000

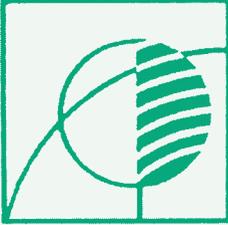
freitags, 17.00-18.30 Uhr
11 Termine, **ab 13.01.23**

vhs Ladenburg, Altes Rathaus,
Hauptstraße 39, Ladenburg, Raum 7
€ 70,00 ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl erhöht sich die Gebühr)

Kurs LA-231-48001

freitags, 17.00-18.30 Uhr
12 Termine, **ab 21.04.23**

vhs Ladenburg, Altes Rathaus,
Hauptstraße 39, Ladenburg, Raum 7
€ 77,00 ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl erhöht sich die Gebühr)



GARTEN-CREATIV

Garten- und Landschaftsbau GmbH
Meisterbetrieb



Farben zu jeder Jahreszeit!

Kein Problem mit Stauden. Ihr Gärtner berät Sie gerne.

Werner-von-Siemens-Str. 12
69198 Schriesheim
Tel. 0 62 03 6 43 92

info@garten-creativ.de
www.garten-creativ.de

Holzfachhandel  Industriestraße 8
GSCHWANDER (Gewerbegebiet Süd)
68542 Heddesheim
T. 06203-6986-0

„Ihr Fußboden-Spezialist in Heddesheim“

- große Auswahl
- kompetente Beratung
- Ausstellung
- Verlege-Service



Parkett-Studio

Verlege-Service



**Weitzer
Parkett**

Besuchen Sie unsere neue Website unter:
www.gschwander-holz.com

**Wir danken allen unseren Inserenten
für ihre Unterstützung!**

BERUF

Weiterkommen mit der vhs

Beruf und Arbeit sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung und Bewahrung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil der Volkshochschularbeit.

EDV

Unsere PC-Kurse finden im modern und bequem ausgestatteten klimatisierten Schulungsraum des vhs-Hauses statt. Sie arbeiten an leistungsfähigen vernetzten PCs. Jedem/r Teilnehmer/in steht ein eigener PC zur Verfügung. Die Kurse folgen den Rahmenlehrplänen des Volkshochschulverbands Baden-Württemberg.

WORD

In diesem Kurs werden die grundlegenden Bestandteile des Programms Word in kompakter Form geschult. Folgende Themen werden behandelt:

- Texte erstellen, kopieren, umstellen, speichern, wieder aufrufen
- Drucken
- Seiten einrichten
- Formatieren (Zeichen, Absatz, Rahmen ...)
- Aufzählung und Nummerierung
- Arbeiten mit Textbausteinen
- Silbentrennung, Rechtschreibung und Autokorrektur
- Tabellen erstellen
- Anwenden der aktuellen DIN-Normen für Ihre Korrespondenz
- Erstellen von Vorlagen (Format- und Dokumentvorlagen)
- Entwerfen und Anwenden von Formeln

In diesem Kurs werden allgemeine PC- und Windowskenntnisse vorausgesetzt.

Kurs T5601

Matthias Dengel

Montag, 27.02.23, 18.00-21.45 Uhr

Montag, 06.03.23, 18.00-21.45 Uhr

vhs-Haus, EDV-Raum

€ 56,-

EXCEL – Formeln und Funktionen

Excel verfügt über eine umfangreiche Formel- und Funktionssammlung. Das Anwenden ist nicht immer einfach, da allein die Namen dieser Funktionen nicht unbedingt aussagekräftig sind. Folgende Themen werden behandelt:

- Arbeiten mit Formeln (relativer und absoluter Bezug)
- Einsatz von Funktionen: Anzahl, Mittelwert, Runden und Kürzen
- RMZ (Zinsen)
- Wenn: „Summewenn“ und „Zählenwenn“ (Logik)
- Vergleich und Verweis (Matrix)
- Datum und Uhrzeit (z.B. Mahnungen erstellen oder Arbeitszeiten berechnen)
- Verschachteln von Funktionen
- Arbeiten mit großen bzw. mehreren Tabellen

In diesem Kurs werden allgemeine PC- und Windowskenntnisse sowie Excel-Grundlagenwissen vorausgesetzt.

Kurs T5602

Matthias Dengel

Montag, 24.04.23, 18.00-21.45 Uhr

Dienstag, 25.04.23, 18.00-21.45 Uhr

vhs-Haus, EDV-Raum

€ 56,-

OUTLOOK: Die wichtigsten Tools des Mailprogramms

- Adressbuch (inkl. Zugriff aus Word)
- Aufgabenlisten
- Kalender
- Postein- und ausgang (E-Mail)

Voraussetzungen: PC-Grundkenntnisse

Kurs T5603

Matthias Dengel

Mittwoch, 03.05.23, 18.00-21.45 Uhr

vhs-Haus, EDV-Raum

€ 28,-

kommen Sie über WLAN ins Internet? Wie senden und empfangen Sie E-Mails? Welche Programme sind nützlich und wie können Sie sie kostenlos einrichten? Wie lassen sich Bilder verschicken? Welche Einstellungen sind ratsam – und welche nicht? Wie werden Sie Programme wieder los, die Sie gar nicht haben wollen? Diese und viele weitere Fragen – gerne auch Ihre ganz persönlichen! – werden in diesem Kurs beantwortet.

Bitte mitbringen: Sie benötigen in diesem Kurs Ihr Smartphone sowie das Passwort Ihres Google Play Store oder Apple App Store Accounts, da Sie sonst nicht mit den Apps arbeiten können. Möchten Sie Ihr Smartphone auch mit Ihrem E-Mail-Konto verbinden, also die entsprechende MailApp auf Ihrem Handy nutzen, benötigen Sie neben Ihrer E-Mail-Adresse auch das zugehörige Passwort für Ihren Mailaccount. Diese Daten kann der Dozent nicht im Rahmen des Kurses in Erfahrung bringen, Sie müssen sie also zwingend mitbringen.

Marco Fuchs

Kurs T5604

Montag, 20.03.23, 15.00-18.00 Uhr

Montag, 27.03.23, 15.00-18.00 Uhr

vhs-Haus, EDV-Raum

€ 44,-

Kurs T5605

Montag, 19.06.23, 15.00-18.00 Uhr

Montag, 26.06.23, 15.00-18.00 Uhr

vhs-Haus, EDV-Raum

€ 44,-



Bild: privat

Tipps & Tricks rund ums Smartphone

Kurs für Einsteiger

Lernen Sie in entspannter Runde die Möglichkeiten Ihres Smartphones kennen: Wie

Teilnahmebescheinigung für EDV-Kurse

Selbstverständlich bestätigen wir Ihnen bei regelmäßiger Teilnahme Gebühr, Dauer und Inhalte des Kurses für Ihre Unterlagen.

WICHTIG – BITTE BEACHTEN:

Die Anmeldung zu unseren Kursen – ob persönlich, per E-Mail, Fax, telefonisch oder auch über die Weitermeldeliste in Ihrem Kurs – ist verbindlich und Sie verpflichten sich zur Zahlung der Gebühren. Falls Sie an einem gebuchten Kurs nicht teilnehmen können, müssen Sie sich rechtzeitig abmelden oder eine/n Ersatzteilnehmer/in benennen.



FIRMENSEMINARE

EDV-SCHULUNGEN FÜR BETRIEBE

Wir stellen nach Ihren Vorgaben EDV-Kurse für Ihre Mitarbeiter zusammen und kümmern uns für Sie um die Organisation von A bis Z, unabhängig davon, ob wir den Kurs in den Räumlichkeiten Ihres Betriebes durchführen oder Sie unseren EDV-Raum nutzen möchten. Fragen Sie uns jederzeit!

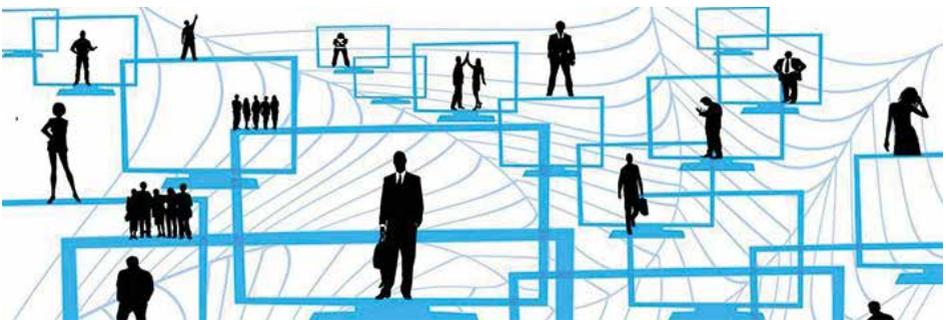
Telefon 06203 6926-99 · Fax -98 · info@vhs-schriesheim.de

EDV-EINZELSCHULUNGEN

Wie könnten Sie sich intensiver weiterbilden, als mit einem persönlichen Coach, der sich speziell auf Ihre individuellen Fragen und Wünsche fokussiert?!

- In unserem EDV-Einzelunterricht erwartet Sie genau das! Unser/e Dozent/in steht die volle Kurszeit nur Ihnen und Ihren Fragen zur Verfügung.
- Sie entscheiden, ob der Unterricht bei Ihnen zu Hause oder in der Volkshochschule stattfindet.
- Dabei können Sie selbstverständlich sämtliche bei uns vorhandene Hardware nutzen – Sie können aber auch an Ihrem eigenen PC arbeiten und sich dort bereits die wichtigsten Arbeitsabläufe einprägen.
- Nennen Sie uns das Programm, Ihre Fragen sowie Ihre(n) Wunschtermin(e) und unser/e Dozent/in wird daraufhin Ihren ganz persönlichen Kurs für Sie zusammenstellen – besser geht's nicht!
- Sei es Word, PowerPoint, Excel, Windows 10, eine Einführung auf Ihrem Tablet-PC, die Umstellung auf Windows 10 ... Sie bestimmen das Thema und wir finden den passenden Dozenten für Sie!
- **Der Preis stimmt auch:** Pro Unterrichtseinheit von 45 Minuten zahlen Sie € 35,-.

Telefon 06203 6926-99 · Fax -98 · info@vhs-schriesheim.de



IHR TOR ZU MEHR GESUNDHEIT

**dental.h Zentrum für
innovative Zahnheilkunde**
Dr. med. dent. Carola Holzmann
Dr. med. dent. Ulrich Holzmann
und Kollegen

Allgemeine Zahnmedizin, Implantologie,
Kinder- und Jugend-Zahnheilkunde

Hausärzte im DOK:TOR
Dr. med. Kai Wachter

Allgemeinmedizin, Sportmedizin,
Chirotherapie, Palliativmedizin

Dr. med. Cornelia Wachter

Allgemeinmedizin, Naturheilkunde,
Homöopathie, Akupunktur,
Umweltmedizin, Lehrbeauftragte und
wissenschaftliche Mitarbeiterin der
Universität Heidelberg Abteilung
Allgemeinmedizin

Dr. med. Georg Raupp

Allgemeinmedizin, Notfallmedizin,
Gesundheitsförderung und Prävention,
Ärztlicher Wundtherapeut

YOGAZEIT Monika Venninger

Yoga für Kinder & Jugendliche
Erwachsene & Schwangere

**Praxis für Physiotherapie
und Training Endreß**

Dr. med. Christian Beck

Kinderheilkunde und Jugendmedizin
Schwerpunkt pädiatrische Onkologie
und Hämatologie

**Dr. med. Silke Hoppe und
Kolleginnen**

Frauenheilkunde, Geburtshilfe,
ganzheitliche Medizin,
Hormonsprechstunde,
Prävention, Psychotherapie

**Praxis für Ergotherapie und
Schmerztherapie Müller**

**Dres. med. Sabine und
Stephan Rewerk**

Gefäßmedizin

Anja Hube

Praxis für Logopädie ah!

Dr. med. Esther Frühauf

Neurologie und Psychiatrie
– Psychotherapie –

**Monika Maurer,
Ernährungswissenschaftlerin**

Praxis für Ernährungsberatung und
Ernährungstherapie

DOK:TOR Apotheke

DAS DOK

TOR

Ärzte und Therapeuten Schriesheim

Ladenburger Straße 1-3 und Römerstraße 2

www.das-doktor.de



XPERT BUSINESS ONLINE-SEMINARE

Berufliche Weiterbildung mit Xpert Business

Anerkannte Abschlüsse auf IHK-Niveau:

- Das Kurssystem ist modular aufgebaut und bietet dadurch maximale Flexibilität.
- Sie können schon vor Kursbeginn mit Unterstützung der Xpert-Hotline die Technik testen.
- Im Anschluss an jeden Kurs kann die bundeseinheitliche Zertifikatsprüfung abgelegt werden, die Prüfungsgebühr beträgt € 95.
- Sie können den Prüfungstermin in Absprache mit der vhs selbst festlegen.
- **Kostenfreier Rücktritt:** Wenn Sie nach dem ersten Kursabend feststellen, dass Ihnen der Kurs nicht zusagt, können Sie ohne Angabe von Gründen kostenfrei zurücktreten.

Bei dieser Online-Kursreihe können Sie von zu Hause an Live-Webseminaren teilnehmen und mit erfahrenen Dozenten kommunizieren. Die komplette Kursreihe besteht aus elf Kursen und deckt die Bereiche Finanz- und Personalwesen ab. Die Kursinhalte werden an zwei Tagen pro Woche live vermittelt (dienstags und donnerstags) und stehen als Aufzeichnung online bis sechs Wochen nach Kursende zur Verfügung.

Weitere Infos zu allen Kursen sowie ein Demo-Webinar finden Sie unter www.xpert-business-lernnetz.de.



Finanzbuchführung Grundlagen 1

Dieser Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse der Buchführung, Bilanzierung und Kontenführung und gibt Einblick in die steuerlichen Pflichten eines Unternehmens. In zahlreichen Beispielen und Übungsaufgaben aus der betrieblichen Praxis wird das neu erworbene Wissen direkt eingesetzt.

Kurs T5620 (Onlinekurs)

20 Termine **ab 07.03.23**
dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
€ 375,- (inkl. Lehrmittel)

Finanzbuchführung 2

In diesem Kurs werden die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisgerecht vertieft. Dazu werden die in der Praxis eingesetzten DATEV-Standardkontenrahmen SKR 03/04 verwendet. Nach erfolgreichem Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel,

Handwerk und Industrie kompetent zu bearbeiten.

Kurs T5621 (Onlinekurs)

20 Termine **ab 07.03.23**
dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
€ 375,- (inkl. Lehrmittel)

Bilanzierung

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Bilanzierung als Bestandteil des externen Rechnungswesens. Sie lernen Jahresabschlüsse und Bilanzen zu erstellen und auszuwerten und wenden dabei die entsprechenden gesetzlichen Grundlagen an. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Lage und Entwicklung eines Unternehmens auf der Grundlage von Kennzahlen beurteilen.

Kurs T5622 (Onlinekurs)

20 Termine **ab 07.03.23**
dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
€ 375,- (inkl. Lehrmittel)

Finanzwirtschaft

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse des Zahlungsverkehrs, der Finanzierung und stellt verschiedene Anlageformen vor. Sie lernen, wie sich ein Unternehmen finanziert, wie sich der Kapitalbedarf ermittelt und nach welchen Regeln Fremd- und Eigenkapital beschafft und eingesetzt werden kann. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Liquidität eines Unternehmens über verschiedene Instrumente und Maßnahmen gezielt planen und steuern.

Kurs T5623 (Onlinekurs)

20 Termine **ab 07.03.23**

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
€ 375,- (inkl. Lehrmittel)

Kosten- und Leistungsrechnung

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Kosten- und Leistungsrechnung als Teil des betrieblichen Rechnungswesens. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie das Betriebsergebnis eines Unternehmens ermitteln und Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche und über die Wirtschaftlichkeit einzelner Produkte treffen.

Kurs T5624 (Onlinekurs)

20 Termine **ab 07.03.23**

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
€ 375,- (inkl. Lehrmittel)

Controlling

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse zum betrieblichen Controlling als Bestandteil des internen Rechnungswesens. Er stellt die Ziele eines Controllings dar und führt in die wichtigsten Controlling-Instrumente und -methoden ein. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie wichtige Unternehmensziele explizit und messbar formulieren und die Zielerreichung überwachen. Sie lernen für alle Bereiche des Unternehmens, wie im Falle von Zielabweichungen Handlungsalternativen und Maßnahmen entwickelt werden.

Kurs T5625 (Onlinekurs)

20 Termine **ab 07.03.23**

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
€ 375,- (inkl. Lehrmittel)

Betriebliche Steuerpraxis

Der Kurs vermittelt die Grundlagen des deutschen Steuerrechts. Sie lernen die wichtigen betrieblichen Steuerarten Umsatzsteuer, Einkommensteuer, Körperschaftsteuer und Gewerbesteuer kennen und erfahren, wie die jeweiligen Steuern ermittelt, entsprechende Steuererklärungen erstellt und Meldeverfahren an das Finanzamt durchgeführt werden. Darüber hinaus werden Sie in der Lage sein, steuerliche Aspekte in wichtige unternehmerische Entscheidungen einzubringen, z.B. bei der Bildung von Rücklagen. Sie können bestehende Alternativen beurteilen und Lösungen im Sinne Ihres Unternehmens finden.

Kurs T5626 (Onlinekurs)

20 Termine **ab 07.03.23**

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
€ 375,- (inkl. Lehrmittel)

Lohn und Gehalt 1

Die Lohn- und Gehaltsabrechnung dient der korrekten Ermittlung des Bruttolohns und der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dabei bringen Reisekosten, Freibeträge, Zuschläge, Sachbezüge oder Minijob und Gleitzone zahlreiche Besonderheiten mit sich. Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse der Lohn- und Gehaltsabrechnung. Nach erfolgreichem Abschluss sind Sie in der Lage, Lohnabrechnungen zu erstellen und die erforderlichen Meldungen an die Sozialversicherung und das Finanzamt zu übermitteln.

Kurs T5627 (Onlinekurs)

20 Termine **ab 07.03.23**

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
€ 375,- (inkl. Lehrmittel)



Lohn und Gehalt 2

Dieser Kurs vermittelt weiterführende und vertiefende Kenntnisse der Lohnbuchhaltung und geht dabei insbesondere auf die zahlreichen Sonderregelungen, verschiedene steuerfreie Einkommensarten und die besondere steuerrechtliche Behandlung bestimmter Arbeitnehmergruppen ein.

Kurs T5628 (Onlinekurs)

20 Termine **ab 07.03.23**

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
€ 375,- (inkl. Lehrmittel)

Personalwirtschaft

Ein professionelles Personalmanagement gehört in großen Unternehmen schon immer zu den Kernaufgaben der Unternehmensführung. Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie die richtigen Mitarbeiter/innen auswählen, optimal einsetzen und so weiterentwickeln können, dass sowohl die Ziele des Unternehmens als auch die Interessen der Arbeitnehmer/innen berücksichtigt werden.

Kurs T5629 (Onlinekurs)

20 Termine **ab 07.03.23**

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
€ 375,- (inkl. Lehrmittel)

Einnahmen – Überschussrechnung

Dieser Kurs vermittelt Fähigkeiten zur Erstellung einer Einnahmen-Überschussrechnung und gibt Einblick in die steuerlichen Besonderheiten. Sie werden Schritt für Schritt anhand von Beispielen durch das Formular zur Erstellung einer EÜR geführt.

Kurs T5630 (Onlinekurs)

11 Termine **ab 07.03.23**

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
€ 215,- (inkl. Lehrmittel)

Finanzbuchführung mit DATEV

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Buchhaltungssoftware DATEV anzuwenden. Sie lernen laufende Geschäftsvorfälle zu buchen, einen Jahresabschluss zu erstellen sowie aussagekräftige Auswertungen zu erzeugen. An zahlreichen Praxisfällen üben

Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms. Für die Dauer dieses Kurses erhalten Sie einen kostenfreien Zugang zur DATEV Software online.

Kurs T5631 (Onlinekurs)

16 Termine **ab 21.03.23**

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
€ 345,- (inkl. Lehrmittel)

Lohn und Gehalt DATEV

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Lohnbuchhaltungs-Software DATEV anzuwenden. Sie lernen Gehaltsabrechnungen für Arbeiter/innen, Angestellte und Aushilfskräfte zu erstellen, Monats- und Jahresmeldungen zu erzeugen und die Datenübermittlung für Lohnsteuer und Sozialversicherung an die staatlichen Stellen vorzunehmen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Kurs T5632 (Onlinekurs)

16 Termine **ab 21.03.23**

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
€ 345,- (inkl. Lehrmittel)

Lohn und Gehalt Lexware

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Lohnbuchhaltungs-Software Lexware anzuwenden. Sie lernen Gehaltsabrechnungen für Arbeiter/innen, Angestellte und Aushilfskräfte zu erstellen, Monats- und Jahresmeldungen zu erzeugen und die Datenübermittlung für Lohnsteuer und Sozialversicherung an die staatlichen Stellen vorzunehmen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms. Für die Dauer dieses Kurses erhalten Sie einen kostenfreien Zugang zur Lexware-Programmversion Lexware financial office.

Kurs T5633 (Onlinekurs)

16 Termine **ab 21.03.23**

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
€ 345,- (inkl. Lehrmittel)

NATUR & UMWELT



Naturwissenschaftliches Denken fördern

Schon die Kleinsten wollen wissen, wie die Welt funktioniert: Wie kommen die Farben in den Regenbogen? Woher kommt das Licht? Warum geht ein Schiff nicht unter? Mit altersgerechten Forscherkursen fördert die unabhängige und gemeinnützige Bildungsinitiative ScienceLab spielerisch das Interesse an Natur, Technik und Umwelt. In kleinen Gruppen von maximal 8-10 Kindern bekommen diese die Gelegenheit, selbst zu experimentieren. Geleitet durch Fragen geschulter ScienceLab-KursleiterInnen lernen sie Hypothesen zu formulieren, diese in Experimenten zu testen, exakt zu beobachten und das Erforschte anschließend im Gespräch zu diskutieren. www.science-lab.org

Kriminalistik: Dem Verbrechen auf der Spur

Für Kinder der 3./4. Klasse (8 bis 10 Jahre)

Wie echte Kriminalisten untersuchen wir Fingerabdrücke. Was ist DNA und wie hilft sie uns Verbrecher zu überführen? All' das und vieles mehr um das Thema Kriminalistik lernen wir in spannenden Mitmachexperimenten.

Bitte mitbringen: Einen kleinen Snack und etwas zu trinken

Susanne Rosenberger, ScienceLab-Kursleiterin, Dipl.-Biologin

Kurs 5505, Samstag, 04.03.23, 10:00-13:00 Uhr, vhs-Haus, Werkraum
€ 25,-



Strom und Energie – Mir geht ein Licht auf!

Für Kinder der 1./2. Klasse (6 bis 8 Jahre)

Was ist Energie und wo kommt sie her? Wir bauen Stromkreise, finden heraus, wie man ein Lämpchen zum Leuchten bringt, bauen Kabel und Schalter und bringen einen Motor zum Laufen.

Bitte mitbringen: Einen kleinen Snack und etwas zu trinken
Susanne Rosenberger, ScienceLab-Kursleiterin, Dipl.-Biologin

Kurs 5506, Samstag, 22.04.23, 10:00-13:00 Uhr,

vhs-Haus, Werkraum
€ 25,-

Weltraum – unendliche Weiten

Für Kinder der 3./3. Klasse (8 bis 10 Jahre)

Was finden wir im Weltall? Wir bauen unser eigenes Sonnensystem, stellen Weltraumschleim her und basteln eine Galaxie in der Flasche. Außerdem stellen wir Raketen her und lassen sie starten.

Bitte mitbringen: Einen kleinen Snack und etwas zu trinken
Susanne Rosenberger, ScienceLab-Kursleiterin, Dipl.-Biologin

Kurs 5507, Samstag, 17.06.23, 10:00-13:00 Uhr,
vhs-Haus, Werkraum
€ 25,-





MATHEMATIK

VORBEREITUNG AUF DIE REALSCHUL-ABSCHLUSSPRÜFUNG 2023

Die schriftliche Abschlussprüfung im Fach Mathematik findet in Baden-Württemberg am Mittwoch, 12. Mai 2023 statt (Nachtermin: Mittwoch, 22. Mai 2023).*

Powerkurs Mathematik

Im Frühjahr 2023 finden die Abschlussprüfungen der Realschule statt. In diesem Kurs bereiten wir Euch intensiv darauf vor, indem wir die wichtigsten Themen und Unterrichtsinhalte wiederholen und/oder vertiefen – z.B. lineare und quadratische Funktionen,

Geometrie, Bruchgleichungen, Zinsrechnungen usw. Selbstverständlich besprechen wir auch die Prüfungsaufgaben des vergangenen Jahres, das Buch „Abschlussprüfung Realschule Baden-Württemberg – Mathematik mit CD-ROM (Abschluss-Prüfungsaufgaben mit Lösungen)“ erhaltet Ihr im Kurs.

Kurs T5101

Dr. Roswitha Kraft

Dienstag, 21.02. bis Freitag, 24.02.23

jeweils 10.00-14.30 Uhr, inklusive Mittagspause (45 Minuten)

vhs-Haus, Vortragssaal

€ 89,-

VORBEREITUNG AUF DAS MATHEMATIK-ABITUR 2023

Die schriftliche Abiturprüfung im Fach Mathematik findet in Baden-Württemberg am Mittwoch, 3. Mai 2023 statt (Nachtermin: Mittwoch, 24. Mai 2023)*.

Kompaktkurs 2: Vektorrechnung in den Winterferien

In diesem Kurs wird die Geometrie im dreidimensionalen Raum (Längen, Flächeninhalte, Winkel) mittels Vektoren behandelt, auch anhand von Aufgaben aus den vorherigen Abiturjahrgängen. Als ein wesentliches Hilfsmittel der Vektorrechnung wird das systematische Lösen Linearer Gleichungssysteme mit dem Gauß-Verfahren ebenfalls ein wichtiges Thema in diesem Kurs sein

Kurs 5103

Jörg Seil, Dipl.-Mathematiker und Lehrkraft an Gymnasien

Mittwoch, 22.02.23, 9.00-12.45 Uhr

Donnerstag, 23.02.23, 9.00-12.45 Uhr

Freitag, 24.02.23, 9.00-12.45 Uhr

mit 15 Minuten Pause an allen Kurstagen

vhs-Haus, Seminarraum 2

€ 75,-

Kompaktkurs 3: Prüfungsaufgaben in den Osterferien

In diesem Kurs gehen wir gezielt auf Prüfungsaufgaben aus vergangenen Jahren ein. Eine Auswahl davon wird unter Anleitung des Dozenten gelöst und individuell besprochen.

Kurs 5104

Jörg Seil, Dipl.-Mathematiker und Lehrkraft an Gymnasien

Dienstag, 11.04.23, 14.15-17.30 Uhr

Mittwoch, 12.04.23, 14.15-17.30 Uhr

Donnerstag, 13.04.23, 14.15-17.30 Uhr

Freitag, 14.04.23, 14.15-17.30 Uhr

mit 15 Minuten Pause an allen Kurstagen

vhs-Haus, Seminarraum 2

€ 85,-

Für alle Mathe-Vorbereitungskurse gilt:

Bitte bringt Schreibunterlagen, gutes Zeichengerät, einen (im Abitur zugelassenen) Taschenrechner sowie eine in der Prüfung zugelassene Formelsammlung mit.

*** Alle Termine ohne Gewähr**

EDV

Computerschreiben intensiv in den Ferien

(Für Kinder ab 9 Jahren)

Wollt ihr mit zehn Fingern am Computer schreiben lernen, weg vom lästigen Zwei-Finger-Such-System? In diesem Kurs lernt ihr fließend schreiben und beherrscht das Tippen bald sogar ohne Blick auf die Tastatur. Dieses so genannte „Blindschreiben“ macht Euch noch schneller, denn die ständige Suche nach dem richtigen Buchstaben kostet einfach Zeit ... so könnt Ihr Eure Mails noch rascher entwerfen und seid bei Texten für die Schule schneller fertig! Vermittelt wird die Beherrschung von A bis Z, auf Ziffern und Zeichen wird hingewiesen, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Ingeborg Neidhart

Kurs 5611 in den Winterferien
Montag, 20.02. bis Freitag, 24.02.23

5 Termine jeweils 10.00-12.00 Uhr
vhs-Haus, EDV-Raum
€ 52,-

Kurs T5612 in den Osterferien
Dienstag, 11.04. bis Samstag, 15.04.23

5 Termine jeweils 10.00-12.00 Uhr
vhs-Haus, EDV-Raum
€ 52,-

Kurs T5613 in den Sommerferien
Montag, 04.09. bis Freitag, 08.09.23

5 Termine jeweils 10.00-12.00 Uhr
vhs-Haus, EDV-Raum
€ 52,-

NEU PowerPoint für GFS-Arbeiten und andere Referate

Für SchülerInnen ab der 7. Klasse

Die GFS ist ein wichtiger Bestandteil der schulischen Notengestaltung. Je intensiver Du Dich darauf vorbereitest, desto besser wird Deine Note ausfallen! In diesem Kurs dreht sich alles um:

- Informationsbeschaffung im Internet
- Methoden zur Texterschließung (markieren, exzerpieren, zusammenfassen, reduzieren)
- Richtiger Umgang mit Quellen
- Inhalte mit PowerPoint visualisieren
- Informationen strukturieren und darstellen (Tabellen, Mindmaps, Diagramme)
- Gestaltung des Handouts mit Word
- Präsentationstraining: Auftreten vor einer Gruppe, Handkarten, Körpersprache, Feedback geben und nehmen

Wenn du schon ein Thema für eine GFS hast, kannst Du natürlich im Kurs direkt daran arbeiten.

Bitte mitbringen: USB-Stick, Getränk und Pausensnack

Kurs T5606
Marco Fuchs

Mittwoch, 12.04.23, 15.00-18.00 Uhr
vhs-Haus, EDV-Raum
€ 18,-

Der Kurs setzt Grundkenntnisse in Word und PowerPoint voraus.

SCHADE! ... hätten wir gewusst, dass Du teilnehmen möchtest, hätten wir den Kurs nicht abgesagt. Daher unsere Bitte: Meldet Dich rechtzeitig an!



BEAUTY

Trendy Nailstyling

Für Jugendliche von 10 bis 15 Jahren

Heute gibt's ein Verwöhnprogramm für unsere Hände! Wir feilen die Fingernägel, machen ein Handpeeling, eine kleine Handmassage, pflegen Hände und Nägel ... Zur perfekten Maniküre gehört dann noch der richtige Nagellack – hier bringt die Kursleiterin eine große Auswahl an Farben, Nageltatoos und allem, was der Trend 2023 so hergibt, mit. Dabei lernen wir, wie wir unsere Hände richtig pflegen und auch, wie man die Nägel professionell lackiert.

Hinweis: Alle im Kurs verwendeten Lacke können mit handelsüblichem Nagellackentferner rückstandslos entfernt werden. Es werden keine Fingernägel angeklebt, verlängert oder mit dauerhaftem Gel bearbeitet. Wir arbeiten nur am natürlichen Fingernagel.

Bitte mitbringen: Etwas zu trinken und einen kleinen Snack
Nadine Münch, staatl. anerk. Kosmetikerin

Kurs T8302

Samstag, 28.01.23, 10.00-13.00 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal
€ 18,- (inkl. Material)

KREATIVITÄT

Das perfekte Ostergeschenk

(Für Kinder von 6 bis 9 Jahren)

Wir gestalten heute kleine, liebevolle Geschenke: einen Badeschaum, Badekugeln und eine Überraschung für Ostern. Es gibt genügend Geschenkpapier um anschließend alles österlich zu verpacken.

Kurs T8301

Nadine Münch, staatl. anerk. Kosmetikerin
Samstag, 01.04.23, 14.30-17.30 Uhr
vhs-Haus, Werkraum
€ 18,- (inkl. Material)

Das perfekte

Muttertagsgeschenk

(Für Kids von 9 bis 14 Jahren)

Für die beste Mama der Welt gestalten wir heute hübsche, individuelle Muttertagsgeschenke, wie z.B. Seifen in Herzform (oder anderer Form), ein Armband, Ohrringe ... und eine Überraschung ist auch noch dabei! Anschließend wird alles liebevoll verpackt.

Kurs T8303

Nadine Münch, staatl. anerk. Kosmetikerin
Freitag, 05.05.23, 15.00-18.00 Uhr
vhs-Haus, Werkraum
€ 18,- (inkl. Material)

Kreatives Schmuck-Design

Wir gestalten heute Schmuck nach Lust und Laune ... Es werden Armbänder, Schlüsselanhänger, Ketten und Ohrringe (nickelfrei) gezaubert. Dabei kann in einer großen Auswahl an Perlen (kleine, große, bunte), Muranoglas, Glitzerelementen (runde, eckige, Buchstaben usw.) gestöbert werden – so stellt jede/r seinen/ihren ganz individuellen Schmuck her. Wir orientieren uns an der aktuellen Trendauswahl 2023, es werden aber auch beliebte Klassiker dabei sein.
Nadine Münch

Kurs 8309

Kurs für Kids von 6 bis 9 Jahren

10.03.23, 15.00-18.00 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal
€ 18,- (inkl. Material)

Kurs 8310

Kurs für Teenies von 10 bis 15 Jahren

16.06.23, 15.00-18.00 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal
€ 18,- (inkl. Material)

SPORT & SPIEL

Schach für Grundschüler der 1. bis 4. Klasse

In Kooperation mit der Strahlenberger-Grundschule

Im Vordergrund steht der Spaß am Spiel, aber selbstverständlich werden die Kinder in die Regeln des Schachspiels eingeführt und auf Wettkämpfe und Schulschachturniere vorbereitet, an denen sie gerne auch teilnehmen dürfen. Um sich taktische Tricks anzueignen, wird mit einem Schachheft gearbeitet und an einem Demonstrations-Schachbrett werden mögliche Eröffnungen gezeigt und behandelt. Die Kinder lernen ebenso die Modifikationen des Schachspiels wie das Würfelschach, LaWi-Schach und Tandem kennen. Natürlich kommt das Spielen dabei nicht zu kurz! Die Schachbretter werden zur Verfügung gestellt. Schachschule Uwe Brandenburger

Kurs T3601

montags 13.45-14.45 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal
10 Termine **ab 13.03.23**
€ 98,- inkl. Schachheft

Kurs T3602

montags 13.45-14.45 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal
6 Termine **ab 12.06.23**
€ 59,- inkl. Schachheft



★ HAPPY ★
BIRTHDAY!

Ihr könnt (fast) jeden Kurs auch für Eure Geburtstagsfeier
zu Hause buchen, wir organisieren das für Euch!
Meldet Euch einfach unter 06203 6926-99 oder
info@vhs-schriesheim.de

Fehlt Euer Lieblingsthema in unserem Kursangebot?

Wenn Ihr Ideen und Anregungen für neue spannende Themen habt, greifen wir sie gerne auf und machen für Euch einen Kurs daraus!

Wir freuen uns auf Eure Vorschläge: info@vhs-schriesheim.de, Tel.: 06203-692699.



Die Ansprechpartnerin unserer Außenstelle in Wilhelmsfeld ist Karin Stangl, Sie erreichen sie:

- Über unsere Hauptgeschäftsstelle in Schriesheim
Telefon: 06203 6926-99, Fax: -98
E-Mail: info@vhs-schriesheim.de
- Über das Rathaus Wilhelmsfeld (vhs-Briefkasten)
Telefax: 06220 50935
E-Mail: vhs@wilhelmsfeld.de
- Telefonisch: 06220 7926
Wenn Sie Ihre Telefonnummer auf dem Anrufbeantworter hinterlassen, werden Sie umgehend zurückgerufen.



Karin Stangl, unsere Mitarbeiterin in Wilhelmsfeld

VHS UNTERWEGS

Für alle Tagesfahrten, Studienreisen, Theater- und Konzertbesuche, die in diesem Programmheft mit Abfahrtszeiten in Schriesheim ausgeschrieben sind, bieten wir jeweils auch einen Zustieg in Wilhelmsfeld an.

GESUNDHEIT

RÜCKEN- UND WIRBELSÄULENGYMNASTIK

Wirbelsäulengymnastik – eine Wohltat für den Rücken

Wenn wir den menschlichen Körper als eine Einheit und die Wirbelsäule als dessen zentralen Träger betrachten, wird schnell klar, wie wichtig unser Rücken für unseren Bewegungsapparat ist – umso wichtiger, Fehlbelastungen zu erkennen und ihnen entgegenzuwirken! Mit kreisenden spiralförmigen Bewegungen lösen wir Muskelverspannungen im Rückenbereich und in den Extremitäten und befreien unsere Wirbelsäule aus dem starren „Korsett“, in das sie im Alltag so häufig gepresst wird. Sie werden schnell spüren, wie sich die funktionellen Bewegungen Ihres Körpers auf natürliche Weise verbessern. Die Kursleiterin geht auf jede/n Teilnehmer/in individuell ein, so dass jede/r auf seinem/ihrer persönlichen Level mitmachen kann – und Spaß macht es obendrein!

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Gymnastik- oder Isomatte und eine Decke
Gabi Haun

Kurs T10351

mittwochs 19.00-20.15 Uhr,
Wilhelmsfeld, Hilsbachhalle,
9 Termine, **ab 18.01.23**
€ 49,-

Kurs T10352

mittwochs 19.00-20.15 Uhr,
Wilhelmsfeld, Hilsbachhalle,
9 Termine, **ab 19.04.23**
€ 49,-

YOGA

NEU Hatha-Yoga

Hatha-Yoga gehört zu den klassischen Yoga-Stilen und zeichnet sich vor allem durch einen Wechsel von Spannung und Entspannung aus. Die Intensität der Übungen wird

dabei auf die TeilnehmerInnen abgestimmt, stärkende und deh nende Elemente wechseln sich in einer ausgewogenen Mischung ab. Die Fokussierung auf den Atem, die Schulung der Körperwahrnehmung und eine ausgiebige Tiefenentspannung helfen, in Balance zu kommen und Stress im Alltag entgegenzuwirken.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, warme Socken und eine Decke
Alexander Derzap

Kurs T10215

mittwochs 20.30-21.45 Uhr,
Wilhelmsfeld, Hilsbachhalle,
10 Termine, **ab 25.01.23**
€ 64,-

PILATES

Ganzkörpertraining für mehr Kraft und Flexibilität

In diesem umfassenden Trainingsprogramm wird Ihr ganzer Körper miteinbezogen und wir bringen Körper und Geist sowie Atem und Bewegung miteinander in Einklang. Ähnlich einem Pilatetraining setzt der Kurs darauf mit dreidimensionalen fließenden Bewegungsabläufen Ihre innere Kraft zu trainieren, Blockaden zu lösen, den gesamten Körper zu stärken und eine bessere Aufrichtung zu ermöglichen. Dabei werden die Gelenke /Strukturen in ihrem vollständigen Bewegungsumfang genutzt – so stärken Sie das Zentrum Ihres Körpers und bauen äußere Anspannung leichter ab. Das Ergebnis ist eine Verbesserung von Kraft, Beweglichkeit und Wohlbefinden. Der Kurs ist für Einsteiger und Fortgeschrittene geeignet, die Übungen werden auf dem Hocker, auf der Matte und im Stehen durchgeführt.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Gymnastik- oder Isomatte und eine Decke
Gabi Haun

Kurs T10353

dienstags 20.30-21.45 Uhr,
Wilhelmsfeld, Hilsbachhalle,
9 Termine, **ab 17.01.23**
€ 49,-

Kurs T10354

dienstags 20.30-21.45 Uhr,
Wilhelmsfeld, Hilsbachhalle,
9 Termine, **ab 18.04.23**
€ 49,-

ENTSPANNUNG

QiGong für innere Ruhe und Stärkung

Qi Gong bedeutet Arbeit mit der Lebensenergie Qi und ist Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin. Deren Ziel ist es, die Gesundheit bis ins hohe Alter zu pflegen und bewahren. Durch langsam fließende Bewegungen werden – im Einklang mit dem Atem – der Geist beruhigt, die Sehnen gelockert, Knochen und Muskeln gestärkt, Verspannungen lösen sich. Die leicht zu erlernenden Übungen wirken auf das Immunsystem und befördern die Funktion der Organe. Beim Üben lernen Sie Ihren Körper besser kennen und erlangen Wohlbefinden. Einige hilfreiche Akupressurpunkte werden angesprochen.

Bitte mitbringen: lockere Kleidung und leichte flache Schuhe oder warme Socken
Dorothea Stotz von der Heide

Kurs T10213

donnerstags 20.00-21.00 Uhr,
Wilhelmsfeld, Hilsbachhalle,
10 Termine, **ab 12.01.23**
€ 50,-

Kurs T10214

donnerstags 20.00-21.00 Uhr,
Wilhelmsfeld, Hilsbachhalle,
10 Termine, **ab 20.04.23**
€ 50,-



FITNESS & BEWEGUNG

NEU Bodyfit

In diesem Kurs wird der ganze Körper von Kopf bis Fuß durchtrainiert. Das rücken-schonende Training ist ein Krafttraining mit Eigengewicht. Ein Warm-up mit Musik bringt den Kreislauf in Schwung und sorgt für eine bessere Ausdauer. Verschiedene rücken-schonende Übungen – individuell abgestimmt auf die Bedürfnisse der TeilnehmerInnen – bringen schnell Erfolge für eine kräftigere Muskulatur und damit einhergehende Haltung bzw. Aufrichtung. Am Schluss jedes Trainings steht eine Stretching-Einheit, mit der wir unsere Beweglichkeit verbessern und die uns ein rundherum angenehmes Körpergefühl vermittelt.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Gymnastik- oder Isomatte und eine Decke
Ursula Wendefeuer

Kurs T10350

montags 19.30-20.30 Uhr,
Wilhelmsfeld, Hilsbachhalle,
9 Termine, **ab 30.01.23**
€ 48,-

ENGLISCH

Englisch für Wiedereinsteiger mit Vorkenntnissen

Grundstufe A2

In diesem Kurs liegt der Fokus auf der Grammatik und dem freien Sprechen.
Andrina Woodhead

Kurs T7205

dienstags 18.30-20.00 Uhr,
Wilhelmsfeld, Christian-Morgenstern-Schule,
10 Termine, **ab 10.01.23**

Kurs T7206

dienstags 18.30-20.00 Uhr,
Wilhelmsfeld, Christian-Morgenstern-Schule,
10 Termine, **ab 25.04.23**

Die Gebühren unserer Sprachkurse richten sich nach der jeweiligen Teilnehmerzahl. Eine Übersicht dazu haben wir in der Tabelle auf Seite 37 für Sie zusammengestellt.

WICHTIGE TERMINE IM 1. SEMESTER 2023

| | | | |
|--------------|--|--------------|---|
| 21.01.23 | Obstgehölz – fachgerechter Schnitt von Obstbäumen und Beerensträuchern | 28.04.23 | Die Farben Rot-Grün-Orange und ihre interkulturelle Bedeutung |
| 21.01.23 | Perlen & Ketten | 29.04.23 | Magie des Geschmacks: Persisch-orientalische Küche (vegan-vegetarisch) |
| 28.01.23 | Trendy Nailstyling (für Jugendliche von 10-15 Jahren) | 03.05.23 | Outlook: Die wichtigsten Tools des Mailprogramms |
| 04.02.23 | Persische Genussküche: Faszination der Datteln und Granatäpfel | 03.05.23 | Führung durch das jüdische Schriesheim |
| 10.-12.02.23 | Holzschnittwerkstatt Form und Farbe | 04.05.23 | Tagesfahrt nach Idar-Oberstein |
| 11.02.23 | Das perfekte Make-Up | 04.05.23 | Die Streitschule: Konflikte erfolgreich lösen |
| 15.02.23 | Der Antrieb der Zukunft | 05.05.23 | Das perfekte Muttertags-geschenk (für Kids von 9-14 Jahren) |
| 04.03.23 | Perlen & Ketten | 06.05.23 | Farbenliebe (Mal-Workshop) |
| 04.03.23 | ScienceLab: Kriminalistik – dem Verbrechen auf der Spur (für Grundschüler) | 07.05.23 | Schloss Neckarhausen: Brahm in unserer Zeit |
| 04.03.23 | Persische Genussküche: Faszination der Datteln und Granatäpfel | 12.05.23 | Weinseminar: Frankreich – im Schatten der Pyrenäen |
| 10.03.23 | Kreatives Schmuckdesign (für Kinder von 6-9 Jahren) | 12.-14.05.23 | Holzschnittwerkstatt Form und Farbe |
| 17./18.03.23 | Abenteuer Acrylmalerei | 13.05.23 | Das perfekte Make-Up |
| 19.03.23 | Historische Stadtführung Schriesheim | 13.05.23 | Wer bin ich und wo will ich hin? Machen Sie jetzt den Dream-Life-Check! |
| 20.03.23 | Kosmetik selbstgemacht | 14.05.23 | Historische Stadtführung Schriesheim |
| 23.03.23 | Tasting: „Schokolade & Wein“ | 20.05.23 | Über den Jakobsweg |
| 29.03.23 | Die Welt 4.0 – wo führt uns die Reise hin? | 06.06.23 | Die Immobilie in der Vermögensnachfolge |
| 01.04.23 | Das perfekte Ostergeschenk (für Kids von 6-9 Jahren) | 16.06.23 | Tagesfahrt zum Kloster Maulbronn und nach Bretten |
| 12.04.23 | PowerPoint für GFS-Arbeiten und andere Referate | 16.06.23 | Kreatives Schmuck-Design (Für Kids von 10-15 Jahren) |
| 16.04.23 | Historische Stadtführung Schriesheim | 17.06.23 | ScienceLab: Weltraum – unendliche Weiten (für Grundschüler) |
| 18.04.23 | Ziele setzen, erreichen und sichern | 04.07.23 | Immobilienverkauf privat |
| 18.04.23 | Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung | 21.07.23 | „Wenn es Nacht wird in Schriesheim ...“ – Nachtfalter und -insekten |
| 20.04.23 | Wer bin ich und wo will ich hin? Machen Sie jetzt den Dream-Life-Check! | 21.07.23 | Exkursion: Leuchtabend am Kuhberg |
| 22.04.23 | ScienceLab: Strom und Energie – mir geht ein Licht auf! (für Grundschüler) | | |
| 22.04.23 | Schloss Neckarhausen: Klavierkonzert mit Tuna Bilgin | | |

Volkshochschule

Badische Bergstraße e.V.

Luisenstr.1, 69469 Weinheim

☎ 06201 9963-0, Fax 06201 996363

Internet: www.vhs-bb.de

E-Mail: info@vhs-bb.de

Volkshochschule Buchen e.V.

Kellereistr. 48, 74722 Buchen

☎ 06281 557930, Fax 06281 5579329

Internet: www.vhs-buchen.de

E-Mail: info@vhs-buchen.de

Volkshochschule Dossenheim

Gerhart-Hauptmann-Str. 7,

69221 Dossenheim

☎ 06221 864555, Fax 06221 864556

Internet: www.vhs-dossenheim.de

E-Mail: vhs@vhs-dossenheim.de

Volkshochschule

Eberbach-Neckargemünd e.V.

Bussemerstr. 2a, 69412 Eberbach

☎ 06271 946210-11, Fax 06271 946219

Internet: www.vhs-eb-ng.de

E-Mail: info@vhs-eberbach-neckargemuend.de

Volkshochschule

Edingen-Neckarhausen

Rathaus Neckarhausen,

68535 Edingen-Neckarhausen

☎ 06203 808250, Fax 06203 808226

Internet: edingen-neckarhausen.de

E-Mail: vhs@edingen-neckarhausen.de

Volkshochschule Heddesheim

Unterdorfstr. 2, 68542 Heddesheim

☎ 06203 101267, Fax 06203 101260

Internet: www.vhs-heddesheim.de

E-Mail: vhs@heddesheim.de

Volkshochschule Heidelberg e.V.

Bergheimer Str. 76, 69115 Heidelberg

Postfach 12 07 15, 69047 Heidelberg

☎ 06221 911911, Fax 06221 165133

Internet: www.vhs-hd.de

E-Mail: info@vhs-hd.de

Volkshochschule Hockenheim e.V.

Heidelberger Str. 16a, 68766 Hockenheim

☎ 06205 922649, Fax 06205 922652

Internet: www.vhs-hockenheim.de

E-Mail: info@vhs-hockenheim.de

Volkshochschule

Ladenburg-Ilvesheim e.V.

Hauptstr. 39, (Altes Rathaus),

68526 Ladenburg

☎ 06203 923200, Fax 06203 180561

Internet: www.vhs-ladenburg.de

E-Mail: anmeldung@vhs-ladenburg.de

Volkshochschule Leimen

Rathausstr. 8, 69181 Leimen

☎ 06224 704291, Fax 06224 704154

E-Mail: vhs@leimen.de

Mannheimer Abendakademie GmbH

U1, 16, 68161 Mannheim

Postfach 121255, 68063 Mannheim

☎ 0621 1076-0, Fax 0621 1076-172

Internet: www.abendakademie-mannheim.de

E-Mail: info@abendakademie-mannheim.de

Volkshochschule Mosbach e.V.

Hauptstr. 22, 74821 Mosbach

☎ 06261 12077, Fax 06261 18226

Internet: www.vhs-mosbach.de

E-Mail: info@vhs-mosbach.de

Volkshochschule

Schriesheim-Wilhelmsfeld

Obere Schulgasse 9, 69198 Schriesheim

☎ 06203 6926-99, Fax 06203 6926-98

Internet: www.vhs-schriesheim.de

E-Mail: info@vhs-schriesheim.de

Volkshochschule

Bezirk Schwetzingen e.V.

Mannheimer Str. 29, 68723 Schwetzingen

☎ 06202 20950, Fax 06202 209540

Internet: www.vhs-schwetzingen.de

E-Mail: info@vhs-schwetzingen.de

Volkshochschule Sinsheim e.V.

Muthstr. 16a, 74889 Sinsheim

☎ 07261 6577-0, Fax 07261 6577-22

Internet: www.vhs-sinsheim.de

E-Mail: info@vhs-sinsheim.de

Volkshochschule

Südliche Bergstraße e. V.

Ringstr. 1, 69168 Wiesloch

☎ 06222 92 96-0, Fax 06222 4710

Internet: www.vhs-sb.de

E-Mail: info@vhs-sb.de

| Ferien im 1. Semester 2023 | Januar | | | | | Februar | | | | | März | | | | | | | |
|--|----------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|-----------|----|----|----|
| | Wo | 52 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Wo | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | Wo | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Mo | | 2 | 9 | 16 | 23 | 30 | Mo | | 6 | 13 | 20 | 27 | Mo | | 6 | 13 | 20 | 27 |
| Di | | 3 | 10 | 17 | 24 | 31 | Di | | 7 | 14 | 21 | 28 | Di | | 7 | 14 | 21 | 28 |
| Mi | | 4 | 11 | 18 | 25 | Mi | 1 | 8 | 15 | 22 | Mi | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 | | |
| Do | | 5 | 12 | 19 | 26 | Do | 2 | 9 | 16 | 23 | Do | 2 | 9 | 16 | 23 | 30 | | |
| Fr | | 6 | 13 | 20 | 27 | Fr | 3 | 10 | 17 | 24 | Fr | 3 | 10 | 17 | 24 | 31 | | |
| Sa | | 7 | 14 | 21 | 28 | Sa | 4 | 11 | 18 | 25 | Sa | 4 | 11 | 18 | 25 | | | |
| So | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 | So | 5 | 12 | 19 | 26 | So | 5 | 12 | 19 | 26 | | | |

| April | | Mai | | | | | Juni | | | | | Juli | | | | | | | | | | | | |
|-----------|----------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|----------|-----------|-----------|-----------|----|----|-----------|
| Wo | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | Wo | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | Wo | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | Wo | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
| Mo | | 3 | 10 | 17 | 24 | Mo | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 | Mo | | 5 | 12 | 19 | 26 | Mo | | 3 | 10 | 17 | 24 | 31 |
| Di | | 4 | 11 | 18 | 25 | Di | 2 | 9 | 16 | 23 | 30 | Di | | 6 | 13 | 20 | 27 | Di | | 4 | 11 | 18 | 25 | |
| M | | 5 | 12 | 19 | 26 | Mi | 3 | 10 | 17 | 24 | 31 | Mi | | 7 | 14 | 21 | 28 | Mi | | 5 | 12 | 19 | 26 | |
| Do | | 6 | 13 | 20 | 27 | Do | 4 | 11 | 18 | 25 | Do | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 | Do | | 6 | 13 | 20 | 27 | | |
| Fr | | 7 | 14 | 21 | 28 | Fr | 5 | 12 | 19 | 26 | Fr | 2 | 9 | 16 | 23 | 30 | Fr | | 7 | 14 | 21 | 28 | | |
| Sa | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 | Sa | 6 | 13 | 20 | 27 | Sa | 3 | 10 | 17 | 24 | Sa | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 | | | |
| So | 2 | 9 | 16 | 23 | 30 | So | 7 | 14 | 21 | 28 | So | 4 | 11 | 18 | 25 | So | 2 | 9 | 16 | 23 | 30 | | | |

Impressum: vhs Programm 1-2023

Herausgeber: Stadt Schriesheim

Volkshochschule Schriesheim/Wilhelmsfeld
 Obere Schulgasse 9 · 69198 Schriesheim
 Telefon: 06203 6926-99 · Fax: 06203 6926-98
 E-Mail: info@vhs-schriesheim.de
 Internet: www.vhs-schriesheim.de

Redaktion: Sonja Althoff

Programmbeirat
 Schriesheim: Bürgermeister Christoph Oeldorf, Stefanie Hummel

Programmbeirat
 Wilhelmsfeld: Bürgermeister Dr. Tobias Dangel, Rainer Stüwe

Satz und Layout: Charlotte Günther Fotosatz pick-up · In der Schanz 1
 69198 Schriesheim · Telefon: 06203 63494

Logos, Symbole: vhs-Design DVV, Kooperationen

Bildquellen: MS-Office ClipArts sofern nicht anders gekennzeichnet
 Umschlagseite © MS-Office ClipArts sowie privat

Druck: M+M Druck GmbH · Mittelgewannweg 15 · 69123 Heidelberg

Auflage: 2.500 Stück

Erscheinungsweise: 2x jährlich

Trotz größter Sorgfalt sind Druckfehler nicht gänzlich auszuschließen.

Alle Angaben ohne Gewähr. Änderungen jederzeit vorbehalten.

ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Auszüge aus Satzung und Entgeltordnung der kommunalen Volkshochschule Schriesheim/Wilhelmsfeld

1. Allgemeines

- (1) Diese AGB gelten für alle Veranstaltungen der Volkshochschule (vhs), auch für solche, die im Wege der elektronischen Datenübermittlung durchgeführt werden.
- (2) Studienreisen und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen, sind keine Veranstaltungen der vhs. Insoweit tritt die vhs nur als Vermittler auf.
- (3) Soweit die vhs als Vermittler – insbesondere bei Studienreisen – auftritt, gelten die Geschäftsbedingungen des jeweiligen Veranstalters, die in der Geschäftsstelle eingesehen werden können.
- (4) Soweit in den Regelungen dieser AGB die weibliche Form verwendet wird, geschieht das lediglich zur sprachlichen Vereinfachung. Die Regelungen gelten gleichermaßen auch für männliche Beteiligte und für juristische Personen.

2. Anmeldung

- (1) Für alle Veranstaltungen ist eine vorherige Anmeldung notwendig. Bei Kursen mit begrenzter Teilnehmerzahl entscheidet die Reihenfolge der Anmeldung.
- (2) Die Anmeldung erfolgt ausschließlich über das SEPA-Lastschriftverfahren: Die Teilnehmerin gibt ihre Bankverbindung an, über die die vhs frühestens nach dem ersten Kurstag das Teilnehmerentgelt abbucht.
- (3) Die Anmeldung ist möglich:

Persönlich in der VHS-Geschäftsstelle, hier erhalten Sie auf Wunsch eine Anmeldebestätigung.

Schriftlich per Anmeldekarte, Telefax (06203-692698) oder E-Mail (info@vhs-schriesheim.de). In diesen Fällen erfolgt seitens der VHS keine schriftliche

Anmeldebestätigung, Sie werden jedoch umgehend informiert, sollten Sie einen Wartelistenplatz erhalten haben, weil der Kurs bereits ausgebucht ist. Ferner benachrichtigt Sie die vhs auch bei jeder Änderung gegenüber der Ausschreibung im Programmheft.

Telefonisch (06203-692699). Sie werden sofort informiert, ob die Kursanmeldung möglich war. Hier erhalten Sie keine schriftliche Anmeldebestätigung.

Online im Kursprogramm auf unserer Homepage www.vhs-schriesheim.de. Hier erhalten Sie zeitnah eine Anmeldebestätigung per Mail.

3. Kursorganisation

- (1) Bei erfolgter Anmeldung erwartet Sie die vhs an dem Tag und Ort zu der Zeit, die im Programm angegeben ist, sofern Sie keine Änderungsmitteilung erhalten haben.
- (2) Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch eine bestimmte Dozentin durchgeführt wird. Das gilt auch dann, wenn die Veranstaltung mit dem Namen einer Dozentin angekündigt wurde.
- (3) Die vhs kann aus sachlichem Grund und in einem den Teilnehmern zumutbaren Umfang Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern.
- (4) Muss eine Veranstaltungseinheit aus von der vhs nicht zu vertretenden Gründen ausfallen (beispielsweise wegen Erkrankung einer Dozentin), kann sie nachgeholt werden. Ein Anspruch hierauf besteht jedoch nicht. Wird die Veranstaltung nicht nachgeholt, gelten die Regelungen zur Erstattung von Teilnehmerentgelten unter 7.

4. Kündigung/Rücktritt von Teilnehmerseite

- (1) Über jeden Rücktritt ist die Geschäftsstelle zu informieren. Das Fernbleiben von einer Veranstaltung gilt nicht als Rücktritt. Die Kursgebühr kann in diesem Fall nicht erstattet werden. Die KursleiterInnen sind nicht berechtigt, Abmeldungen entgegenzunehmen.
- (2) Bis zum Ende der Anmeldezeit (= fünf Werktage vor Veranstaltungsbeginn) ist ein kostenloser Rücktritt formlos möglich.
- (3) Nach Kursbeginn ist bei Kursen mit mehr als sechs Veranstaltungsterminen bis zum Ablauf der ersten Unterrichtswoche noch ein schriftlich erklärter Rücktritt möglich. Die Verwaltungspauschale hierfür beträgt € 15,00.
- (4) Bei Kursen mit bis zu sechs Veranstaltungsterminen (insbesondere Wochenendseminare und Exkursionen) ist bei Rücktritt bis drei Tage vor Kursbeginn 50 % der Gebühr zu zahlen, danach – auch bei Nichtteilnahme – die volle Gebühr. Es ist jedoch jederzeit möglich eine/n Ersatzteilnehmer/in zu benennen.
- (5) Bei Vorliegen zwingender Gründe (Ortswechsel, langwierige Erkrankung) ist bei Nachweis ein schriftlich erklärter Rücktritt bis zum Ende der ersten Kurshälfte möglich. In diesem Fall kann die Gebühr anteilig abzüglich einer Verwaltungspauschale von € 15,- erstattet werden.
- (6) Ist der Kurs von organisatorischen Änderungen betroffen (Ziffer 3.3), die für die Teilnehmerin unzumutbar sind, ist ein Rücktritt jederzeit möglich.
- (7) Ein etwaiges gesetzliches Widerrufsrecht (z.B. bei Fernabsatzgeschäften) bleibt unberührt.

5. Kündigung/Rücktritt von Seiten der vhs

- (1) Mindestteilnehmerzahl: Die im Programm angegebenen Kursgebühren gelten nur bei Erreichen einer Teilnehmerzahl, bei

der Kostendeckung erreicht wird. Melden sich weniger Teilnehmer für den Kurs an, kann die vhs vom Vertrag zurücktreten und den Kurs absagen. Auf Wunsch der Teilnehmer kann die Veranstaltung trotzdem durchgeführt werden. In diesem Fall wird entweder die Kursgebühr nach Absprache mit allen Teilnehmern entsprechend erhöht oder die Kurszeit wird verkürzt.

- (2) Die vhs kann ferner vom Vertrag zurücktreten oder ihn kündigen, wenn eine Veranstaltung aus Gründen, die die vhs nicht zu vertreten hat (z.B. Ausfall einer Dozentin wegen Krankheit) ganz oder teilweise nicht stattfinden kann. In diesem Fall wird das Entgelt nach dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zum Gesamtumfang der Veranstaltung geschuldet.
- (3) Die vhs kann unter den Voraussetzungen des § 314 BGB kündigen. Ein wichtiger Grund liegt insbesondere in folgenden Fällen vor:
 - a. Gemeinschaftswidriges Verhalten in Veranstaltungen trotz vorangehender Abmahnung und Androhung der Kündigung durch die Dozentin, insbesondere Störung des Informations- bzw. Veranstaltungsbetriebes durch Lärm- und Geräuschbelästigungen oder durch querulatorisches Verhalten,
 - b. Ehrverletzungen aller Art gegenüber der Dozentin, gegenüber Teilnehmenden oder Beschäftigten der vhs,
 - c. Diskriminierung von Personen wegen persönlicher Eigenschaften (Alter, Geschlecht, Hautfarbe, Volks- oder Religionszugehörigkeit etc.),
 - d. Missbrauch der Veranstaltungen für parteipolitische oder weltanschauliche Zwecke oder für Agitationen aller Art,
 - e. Beachtliche Verstöße gegen die Hausordnung. Statt einer Kündigung kann die vhs Teilnehmer auch von einer Veranstaltungseinheit aus-

schließen. Der Vergütungsanspruch der vhs wird durch eine solche Kündigung oder durch einen Ausschluss nicht berührt.

- (4) Höhere Gewalt:
- a. Unbeschadet der Möglichkeit einer Kündigung aus wichtigem Grund verlängert sich für den Fall, dass eine Vertragspartei an der Erfüllung des Vertrages durch höhere Gewalt wie Krieg, Endemie, Pandemie, schwere Überschwemmung, Feuer, Taifun, Sturm und Erdbeben, gehindert ist, die Frist für die Erfüllung des Vertrages um den Zeitraum, in dem die höhere Gewalt vorliegt.
 - b. Die betroffene Partei benachrichtigt die andere Partei unverzüglich wenigstens in Textform über den Eintritt Höherer Gewalt sowie über die Aussetzung der Leistungspflicht.
 - c. Entfallen die Voraussetzungen für die Annahme Höherer Gewalt, benachrichtigt die betroffene Partei die andere Partei unverzüglich wenigstens per E-Mail.
 - d. Sollte die Wirkung höherer Gewalt länger als 60 (sechzig) Tage andauern, hat die andere Partei das Recht, den Vertrag fristlos mit der Folge einer Vertragsrückabwicklung nach den gesetzlichen Vorschriften zu kündigen.

6. Ermäßigungen

- (1) Die zu entrichtenden Teilnehmerentgelte können auf schriftlichen Antrag in den Fachbereichen „Datenverarbeitung“ und „Sprachen“ für Arbeitslose und Sozialhilfeempfänger um 10 Prozent gekürzt werden.
- (2) Bei Kinderkursen erhalten Geschwister eine Ermäßigung von € 5,00 auf die zweite (und jede weitere) Anmeldung.

7. Erstattung von Teilnehmerentgelten

- (1) Bereits bezahlte Teilnehmergebühren werden in voller Höhe bis zum Ende des jeweiligen Semesters erstattet, wenn eine angekündigte Veranstaltung abgesagt werden muss.
- (2) Bereits bezahlte Teilnehmergebühren werden anteilig bis zum Ende des jeweiligen Semesters erstattet, wenn mindestens ein Viertel der vorgesehenen Veranstaltungen ausfällt und die Ursache des Ausfalls die vhs zu vertreten hat.
- (3) Bei Rücktritt von Teilnehmerseite gelten die unter Punkt 4 aufgeführten Regelungen.

8. Teilnahmebescheinigungen

Bei regelmäßigem (d.h. mindestens 80 Prozent) Besuch der Veranstaltungen ist auf Anfrage eine Teilnahmebescheinigung erhältlich.

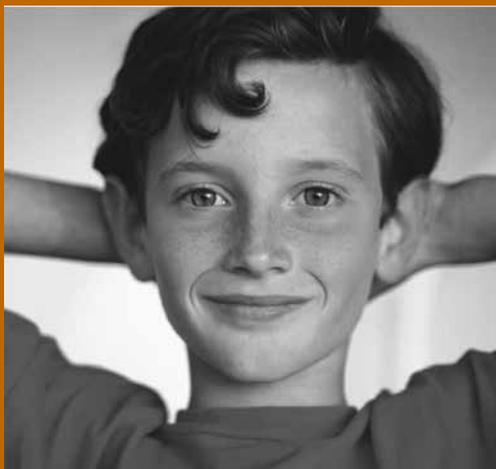
9. Haftung und Schadenersatz

- (1) Eine Haftung der Stadt Schriesheim für Personen-, Sach- und Vermögensschäden jeder Art, die bei Teilnahme an Veranstaltungen der Volkshochschule eintreten, ist ausgeschlossen, soweit dies gesetzlich zulässig ist.
- (2) Schadenersatzansprüche von Teilnehmenden gegen die vhs sind ausgeschlossen, außer bei Vorsatz und grober Fahrlässigkeit.
- (3) Der Ausschluss gemäß Abs. (2) gilt ferner dann nicht, wenn die vhs schuldhaft Rechte der teilnehmenden Vertragspartnerin verletzt, die dieser nach Inhalt und Zweck des Vertrags gerade zu gewähren sind oder deren Erfüllung die ordnungsgemäße Durchführung des Vertrags überhaupt erst ermöglicht und auf deren Einhaltung die Vertragspartnerin regelmäßig vertraut (Kardinalpflichten), ferner nicht bei einer schuldhaften Verletzung von Leben, Körper oder Gesundheit.

Datenschutzrechtliche Einwilligungserklärung für Teilnehmer an Kursen und Veranstaltungen der VHS Schriesheim/Wilhelmsfeld

1. Die Volkshochschule Schriesheim/Wilhelmsfeld, Obere Schulgasse 9, 69198 Schriesheim, vertreten durch den Bürgermeister, Herrn Christoph Oeldorf, beabsichtigt Ihre nachfolgenden personenbezogenen Daten zu verarbeiten: Ihren Namen, Ihre Anschrift, E-Mail-Adresse und Telefonnummer(n), die von Ihnen belegten Kurse, bei Kinderkursen den Namen und das Geburtsjahr Ihres Kindes und Ihre Bankverbindung.
2. Ihre in Nr. 1 genannten personenbezogenen Daten verarbeiten wir, um Ihre Anmeldung zu unseren Kursen zu bearbeiten, Sie zu kontaktieren, Kurslisten (auch für Dozenten/Kursleiter) und Weitermelde-listen für Folgekurse anzufertigen. Wenn Sie sich bei uns für den Kurs einer anderen vhs aus unserem Verbund kleiner Volkshochschulen (Dossenheim, Heddeshcim, Ladenburg-Ilvesheim und Edingen-Neckarhausen) anmelden, geben wir die Daten an die den Kurs ausrichtende vhs weiter. Das Gleiche gilt für Tagesfahrten und Studienreisen, hier geben wir die Daten an den Veranstalter i.S.d. Reisevertragsrechts weiter.
3. Die Rechtsgrundlage für die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten ist Artikel 6 Abs. 1 lit. A der EU-Datenschutzgrundverordnung (DSGVO). Sofern besondere Kategorien personenbezogener Daten im Sinne von Art. 9 Abs. 1 DSGVO verarbeitet werden, ist die Rechtsgrundlage Art. 9 Abs. 2 lit. A DSGVO.
4. Ihre in Nr. 1 genannten personenrelevanten Daten werden nach zehn Jahren nach Durchführung des Kurses gelöscht.
5. Ihre Einwilligung ist freiwillig, Sie sind weder vertraglich noch gesetzlich dazu verpflichtet, diese zu erteilen. Beachten Sie jedoch bitte, dass wir Sie nicht kontaktieren können, wenn Sie nicht in die Verarbeitung Ihrer in Nr. 1 genannten personenbezogenen Daten einwilligen, insbesondere wenn ein Kurs ausfällt.
6. Im Zusammenhang mit der Verarbeitung Ihrer in Nr. 1 genannten personenbezogenen Daten haben Sie folgende Rechte: Auskunftsanspruch nach Art. 15 DSGVO, das Recht auf Berichtigung nach Art. 16 DSGVO, das Recht auf Löschung nach Art. 17 DSGVO, das Recht auf Einschränkung der Verarbeitung nach Art. 18 DSGVO, das Recht auf Widerspruch gegen die Verarbeitung nach Art. 21 DSGVO und das Recht, sich nach Art. 77 Abs. 1 DSGVO bei einer Aufsichtsbehörde über rechtswidrige Datenverarbeitungen zu beschweren.
7. Die Gemeinde Schriesheim hat eine Datenschutzbeauftragte bestellt, in deren Zuständigkeit die Volkshochschule Schriesheim/Wilhelmsfeld fällt. Sie erreichen sie unter Tel.: 06203 602-109 sowie per Mail unter katrin.hartmann@schriesheim.de.
8. Sie haben das Recht Ihre Einwilligung jederzeit ohne Angabe von Gründen gegenüber der Volkshochschule Schriesheim/Wilhelmsfeld zu widerrufen. Im Falle des Widerrufs werden Ihre in Nr. 1 genannten personenbezogenen Daten mit Wirkung für die Zukunft nicht mehr für die Nr. 2 genannten Zwecke verarbeitet.
9. Mit Ihrer Unterschrift auf unserem Anmeldeformular willigen Sie in die Verarbeitung Ihrer in Nr. 1 genannten personenbezogenen Daten zu den in Nr. 2 genannten Zwecken ein. Ihre Einwilligungserklärung ist ab sofort gültig.

| | | |
|--|--|--|
| Anmeldung (Die im aktuellen Programm abgedruckten AGB und die umseitig stehende datenschutzrechtliche Einwilligungserklärung liegen der Anmeldung zugrunde.) | |  |
| Vorname, Name des Teilnehmers | | |
| Straße, Hausnummer | | |
| PLZ, Wohnort | | |
| Telefon Festnetz | | Telefon mobil |
| E-Mail-Adresse | | |
| 1. Kursname und Kursnummer | Gebühr | € |
| 2. Kursname und Kursnummer | Gebühr | € |
| 3. Kursname und Kursnummer | Gebühr | € |
| IBAN _____ | | |
| Name und Sitz des Kreditinstituts | | |
| Name des Kontoinhabers (falls abweichend vom Teilnehmer) | | |
| <input type="checkbox"/> Einzugsermächtigung: Hiermit ermächtige ich die Volkshochschule Schriesheim/ Wilhelmsfeld widerruflich, die von mir zu entrichtende/n Kursgebühr/en zu Lasten meines Girokontos durch das SEPA-Lastschriftverfahren einzuziehen. | | |
| <input type="checkbox"/> Ich habe die im Programmheft abgedruckten Allgemeinen Geschäftsbedingungen gelesen und bin mit ihrer Geltung einverstanden. | | |
| <input type="checkbox"/> Ich habe die umseitige datenschutzrechtliche Einwilligungserklärung gelesen und bin mit ihrer Geltung einverstanden. | | |
| <input type="checkbox"/> Ich bin mit der Zustellung aktueller vhs-Informationen per E-Mail einverstanden. | | |
| Ort und Datum | Unterschrift (bei Minderjährigen Unterschrift des Erziehungsberechtigten) | |



DIE NACHHILFE, DIE HILFT!

Heidelberger Straße 29
69198 Schriesheim
Telefon 0 62 03/618 27
www.unterrichtskreis.de

GEMEINSAM GEHT'S!

UNTERRICHTSKREIS



Glauben Sie, Ihr Kind sitzt zu wenig vor dem PC, dem Handy oder der Spielkonsole? Glauben Sie, mehr Beschäftigung mit diesen Geräten führt zu mehr Lernerfolg? Wenn ja, sollten Sie Ihrem Kind den Zugang zu Lernplattformen ermöglichen.

Wenn nein, ist die sinnvollste Alternative das Lernen mit einer Lehrkraft, die engagiert, kompetent, zuverlässig, empathisch und zugewandt ist, sich auf den jeweiligen Schüler einstellen und einlassen und den Stoff auf unterschiedliche Art und Weise vermitteln kann, um so den Lernerfolg zu sichern.



Lernzentrum CAPITO... mehr als nur Nachhilfe

- Nachhilfe
- Prüfungsvorbereitung
- Lernberatung
- Lerntechniken
- Förderung bei Legasthenie und Dyskalkulie

- Individuelle Förderung
- In 2er-Gruppen
- Im Einzelunterricht

Online oder Präsenzunterricht

(soweit erlaubt)

Unsere aktuellen Standorte finden Sie unter www.lernzentrum-capito.de



Volkshochschule Schriesheim/Wilhelmsfeld

Obere Schulgasse 9 · 69198 Schriesheim
Tel.: 06203 6926-99 · Fax: 06203 6926-98
info@vhs-schriesheim.de · www.vhs-schriesheim.de

Unsere Öffnungszeiten:

Mo./Di./Do./Fr. 10:00 – 12:00 Uhr
Mi. 17:30 – 18:30 Uhr