



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



Programm 1. Semester 2025

Januar bis Juli '25

Programm Wilhelmsfeld ab Seite 57



Liebe Teilnehmerinnen, liebe Teilnehmer,

es ist immer wieder ein tolles Gefühl das fertige Programmheft vor sich liegen zu haben, erst Recht, wenn man dann auch noch Zustimmung dafür erhält. So wie gestern Abend, als wir das positive Feedback und die damit verbundene einstimmige Verabschiedung des aktuellen Programms durch den Schriesheimer Gemeinderat bekommen haben:



© Christoph Bastert

Es ist ein vielseitiger Mix aus alten und neuen Themen, wir sprechen Menschen von 6 bis 99 an, wir haben tolle und engagierte Dozentinnen und Dozenten und (nicht nur) durch unsere Kooperationen mit Vereinen und kommunalen Institutionen sind wir ein wichtiger und lebendiger Teil dieser Stadt ...

Das ist Lob und Ansporn zugleich, auch beim nächsten Mal wieder „Vollgas“ zu geben. Denn nach dem Programm ist bekanntlich vor dem (nächsten) Programm, und wir haben auch schon wieder jede Menge neuer Ideen dafür – lassen Sie sich überraschen!

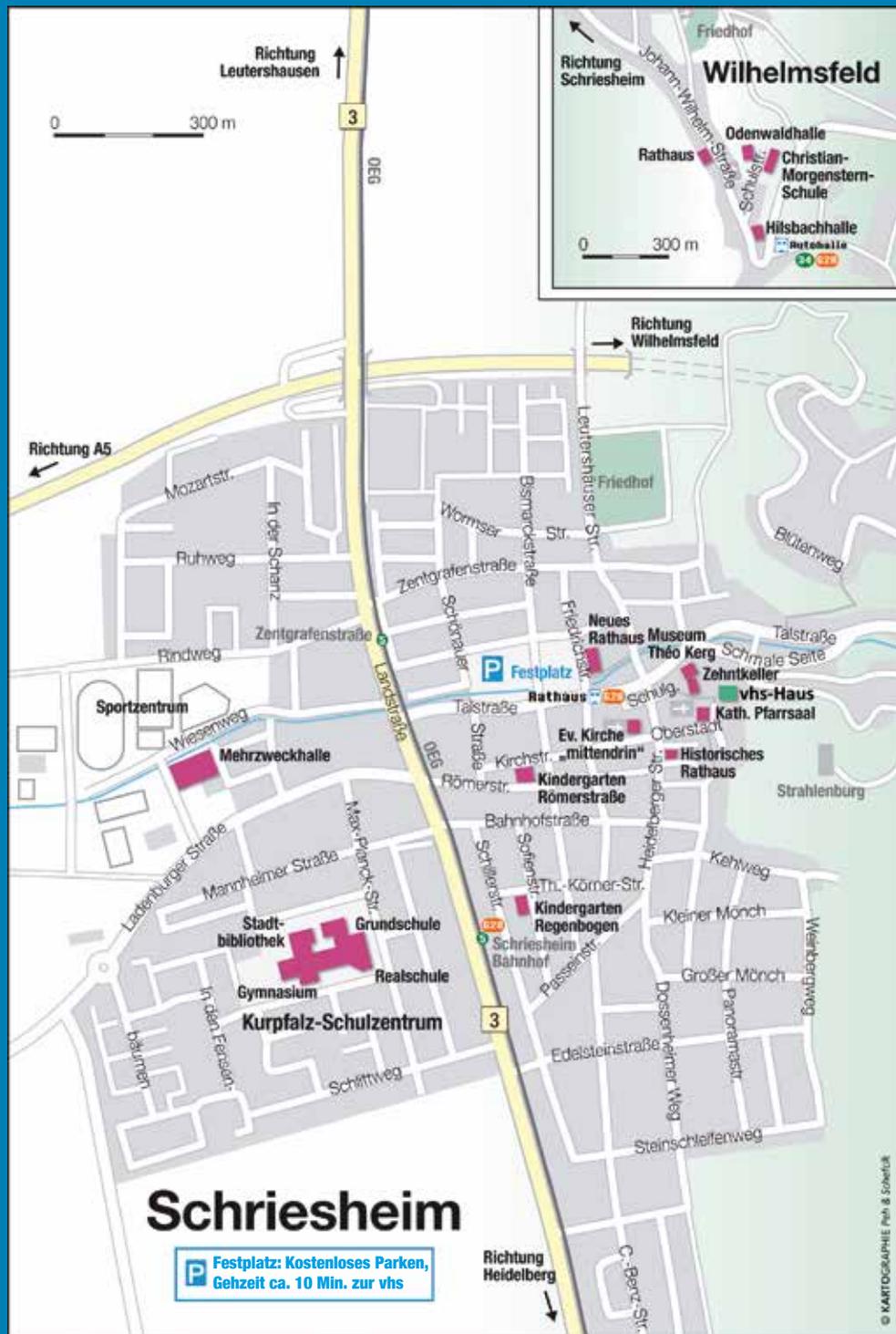
In der Zwischenzeit wünschen wir Ihnen viel Spaß beim Stöbern durch dieses Programmheft und beim Finden Ihres nächsten Lieblingskurses!

Auf ein spannendes Semester,

Ihre Sonja Althoff, vhs-Leiterin
Sabine Stumpe, vhs-Sekretariat
Leyla Mink, FSJ-Ierin der vhs

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.



Wichtige Termine im Überblick

VHS UNTERWEGS

- Studienreisen
- Tagesfahrten
- Führungen

GESELLSCHAFT

- Sonderveranstaltungen
- Umwelt und Technik
- Geschichte
- Kunst
- Persönlichkeit
- Gesundheit
- Geld
- Literatur
- Gesprächs- & Arbeitskreise

KULTUR

- Konzerte
- Kunst
- Kunsthandwerk
- Fotografie

GESUNDHEIT

- Herz- & Lungensport
- Rücken- & Wirbelsäulengymnastik
- Fitness für den Mann
- Yoga
- Pilates
- Entspannung
- Fitness & Bewegung
- Tanzen
- Selbstbehauptung
- Kochen & Ernährung
- Beauty

5 SPRACHEN

- Gebührentabelle 36
- Niveaustufen unserer Sprachkurse 37
- 6 Deutsch 38
- 6 Englisch 38
- 8 Französisch 40
- Italienisch 42
- Spanisch 44
- Neugriechisch 45

11 BERUF

- 12 EDV 47
- 12 Firmenseminare 49
- 13 EDV-Einzelschulungen 49
- 13 Business Online-Seminare 50

16 JUNGE VHS

- Natur & Umwelt/ScienceLab-Kurse 53
- Deutsch 55
- Englisch 55
- Mathe 55
- Kreativität 56
- Sport & Spiel 56

AUSSENSTELLE WILHELMSFELD

- 24 Gesundheit 57
- 25 Tanzen 57
- 26 Fitness 58
- 27 Entspannung 58
- 27 Englisch 59
- 29 Volkshochschulen der Region 60
- 30 Ferienkalender & Impressum 61
- 30 Allgemeine Geschäftsbedingungen 62
- 31 Anmeldeformular 65
- 32 Datenschutzhinweise 66

WICHTIGE TERMINE IM 1. SEMESTER 2025

11.01.25	Ihr Zukunftstag: So wird 2025 Ihr Jahr		Schriesheim
21.01.25	Beyond the Barracks: Spuren von Heidelbergs Amerika	11./12.04.25	Abenteuer Acrylmalerei
25.01.25	Obstgehölz – Fachgerechter Schnitt	03.05.25	Forschervormittag: Unser Körper – ein Wunderwerk der Natur
25.01.25	Forschervormittag: Luft – Atmen, Fliegen und mehr ...	04.05.25	Am 11. Mai ist Muttertag! Geschenke selbst gemacht
25./26.01.25	Tango Argentino – Schnupper-Wochenende	08.05.25	Kleopatra: Königin, Schönheitsikone und Legende
28.01.25	Fit ins Frühjahr mit selbstgemachten Hausmitteln	09.05.25	Weinseminar: Périgord
01.02.25	Persische Genussküche: Festmahlzeiten aus Täbris	13.05.25	Konzertmatinée: Durch Blumen gesungen
13.02.25	Pflegebedürftig – was nun?	15.05.25	Afterwork Kochkurs
22.02.25	Achtsamkeit am Samstag	14.05.25	Exkursion: Caesar und Kleopatra im histor. Museum Speyer
22.02.25	Professionelles Zeichnen für Anfänger und Fortgeschrittene	18.05.25	Fotokurs - Einsteigerkurs
22.02.25	Forschervormittag: Mikroskopie – die Welt im Kleinen ganz groß	22.05.25	Von Burg zu Burg ... Ehrenbreitstein, Marksburg und Burg Eltz
23.02.25	DIY-Kosmetik: Startschuss in den Frühling	24.05.25	Forschervormittag: Elektrowerkstatt – mir geht ein Licht auf!
23.02.25	DIY-Kosmetik: Schöne Hände und Füße	25.05.25	Historische Stadtführung
02.03.25	Historische Stadtführung	30.05.25	Lesung Britta und Christian „Chako“ Habekost in der Stadtbibliothek
13.03.25	Lesung Sabine Thiesler in der Stadtbibliothek	07.06.25	Professionelles Zeichnen für Anfänger und Fortgeschrittene
19.03.25	Finanzbildung kommt von Finanz Bildung	24.06.25	DIY-Kosmetik: Leichte Sommerkosmetik I
22.03.25	Forschervormittag: Der Weltraum – unendliche Weiten	28.06.25	Forschervormittag: Bunt, bunt, bunt sind alle meine Kleider
29.03.25	Acryl-Workshop	29.06.25	Historische Stadtführung
29.03.25	Persische Genussküche mit vegan-vegetarischen Rezepten	04.07.25	Zur Geschichte des Herzens
29.03.25	Crashkurs Word	05.07.25	Serenade im Schlosshof
01./08.04.25	Perlen & Ketten		Neckarhausen mit dem Stamitz-Orchester Mannheim
02.04.25	Frida Kahlo		DIY-Kosmetik: Leichte Sommerkosmetik II
03.04.25	Protest im Südwesten: Tagesfahrt nach Stuttgart	06.07.25	DIY-Kosmetik: Alles für die Haare
03.04.25	Crashkurs Outlook	06.07.25	Historische Stadtführung
04.04.25	Nacht der Bibliotheken: Lesung Ingrid Noll in der Stadtbibliothek	13.07.25	Historische Stadtführung
05.04.25	Das perfekte Make-Up	17.08.25	Studienreise nach Slowenien
06.04.25	Historische Stadtführung	25.09.-	Forschervormittag: Wasser ist nicht nur zum Waschen da
06.04.25	DIY: Ostergeschenke selbst gemacht	01.10.25	
09.04.25	Führung durch das jüdische	27.09.25	

VHS UNTERWEGS

STUDIENREISEN



© Pixabay

Studienreise nach Slowenien 25.09.-01.10.2025

Slowenien ist das Land der tausend Gesichter. Auf engstem Raum finden sich herrlichste Landschaften, die unterschiedlicher nicht sein könnten: die hohen Berggipfel der Julischen Alpen mit Schluchten und Flusstälern, faszinierende Höhlen und Karstgebiete, fröhliche Weindörfer und malerische Küstenstädtchen ... Wir haben im letzten Semester bereits einen Teil dieses wunderschönen Landes kennenlernen dürfen und starten mit unserer bewährten Reiseleiterin Corinna Harbig er-

neut durch, um die Flecken zu erkunden, die wir noch nicht gesehen haben ... Dieses Mal sind wir im 4-Sterne-Hotel *Ajda* in Moravske Toplice im Nordosten des Landes mit Zugang zum größten Thermalpark Sloweniens „Terme 3000“ untergebracht.

Kurs 252-2100-F

Sonja Althoff, vhs Schriesheim
Corinna Harbig, Slowenien

Weitere Infos sowie das ausführliche Programm dieser Studienreise senden wir Ihnen gerne zu: info@vhs-schriesheim.de, Telefon: 06203 18949-60.

TAGESFAHRTEN



© Wikipedia: Muskiproz

Stuttgart Hauptbahnhof, 06.09.2010

Protest im Südwesten: Vom Bauernkrieg zu Stuttgart 21 In Kooperation mit der vhs Heddesheim

Inzwischen ist es um Stuttgart 21 etwas ruhi-

ger geworden, aber wer erinnert sich nicht an die Proteste, die trotz Volksabstimmung und Schlichtung nicht aufhören wollten? Unser Besuch in Stuttgart führt uns durch den Bahnhof, wo wir sehen können, wie es dort inzwischen aussieht und wie es damit weitergeht. Außerdem erfahren wir, welche technischen Probleme gelöst werden müssen und welche Herausforderungen mit dem Erhalt von historischer Bausubstanz verbunden sind. Weiter geht es in das Europaviertel ganz in der Nähe: Wo bis in die 1980-er Jahre ein Güterbahnhof lag, steht heute ein modernes Wohn- und Geschäftsviertel, in dem sich unter anderem der 2011 eröffnete Neubau der Stadtbibliothek

findet, in den wir einen Blick werfen werden. Nach einer Mittagspause treffen wir uns im Landesmuseum Württemberg. Dort erleben wir die Große Landesausstellung „PROTEST! Von der Wut zur Bewegung“. Ausgehend vom Bauernkrieg, der 1524/25 stattfand, nimmt uns die Ausstellung mit auf eine Reise durch historische und aktuelle Protestbewegungen. Wir erfahren unter anderem, was Menschen auf die Straße treibt und welche Formen Protest annehmen kann. Abschließend geht es auch um die Frage, wie wir in Zukunft leben wollen. Neben dem Besuch der Ausstellung bleibt noch genügend Zeit, um einen Blick in die eindrucksvollen Sammlungsausstellungen des Landesmuseums zu werfen.

Kurs 251-2100-F

Sonja Althoff, vhs Schriesheim
Tina Kaufmann, vhs Heddesheim

Abfahrt: Donnerstag, 03.04.2025

7:05 Uhr	Wilhelmsfeld, Rathaus
7:15 Uhr	Altenbach, Grundschule
7:30 Uhr	Schriesheim, Festplatz
7:45 Uhr	Heddesheim, Parkplatz am Friedhof

Ca. 19:00 Uhr Rückkehr in Schriesheim
€ 59,- (inkl. Busfahrt, Eintritte, Führungen, Trinkgelder, Organisation und Reiseleitung)

Von Burg zu Burg ... Ehrenbreitstein, Marksburg und Burg Eltz

In Kooperation mit der vhs Heddesheim

Unsere Fahrt beginnt an der majestätischen Festung Ehrenbreitstein, die hoch oben auf einem 118 Meter hohen Felsen thront. Von hier aus genießen wir den atemberaubenden Blick auf die Mündung von Rhein und Mosel sowie die Stadt Koblenz. Bei einer informativen Führung erfahren wir mehr über die Geschichte und Architektur dieser beeindruckenden Festung. Anschließend geht es zur Marksburg in Braubach, einer der am besten erhaltenen Burgen am Mittelrhein. Diese beeindruckende Höhenburg bietet nicht nur eine faszinierende

Geschichte, sondern auch einen herrlichen Blick auf das Rheintal. Bei einer Burgführung werden wir in die Welt des Mittelalters entführt und erfahren spannende Geschichten über das Leben der einstigen Bewohner. Unsere Entdeckungstour endet mit einem Besuch der malerischen Burg Eltz bei Wierschem, die majestätisch in den Wäldern des Moseltals thront. Die gut erhaltene Burg ist nicht nur ein architektonisches Meisterwerk, sondern bietet auch einen faszinierenden Einblick in das Leben des Mittelalters. Bei einer Führung erfahren Sie mehr über die Geschichte der Familie von Eltz und die Geheimnisse der Burg.

Kurs 251-2101-F

Sonja Althoff, vhs Schriesheim
Tina Kaufmann, vhs Heddesheim

Abfahrt: Donnerstag, 22.05.2025

6:35 Uhr	Wilhelmsfeld, Rathaus
6:45 Uhr	Altenbach, Grundschule
7:00 Uhr	Schriesheim, Festplatz
7:15 Uhr	Heddesheim, Parkplatz am Friedhof

Ca. 20:00 Uhr Rückkehr in Schriesheim
€ 59,- (inkl. Busfahrt, Eintritte, Führungen, Trinkgelder, Organisation und Reiseleitung)



© Pixabay

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

**Veranstalter unserer Studien- und Tagesreisen
ist die Mayer GmbH, Omnibusbetrieb, Brunnacker 3, 69151 Neckargemünd,
Telefon: 06223-1364, bustouristik@reisen-mit-mayer.de**

FÜHRUNGEN

Historische Stadtführung

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

Kurs 251-1900-S

Sabine Massoth

Sonntag, 02.03.25, 11:00-12:30 Uhr
Treffpunkt vor dem Neuen Rathaus
€ 6,-

Kurs 251-1901-S

Ralf Weiner

Sonntag, 06.04.25, 11:00-12:30 Uhr
Treffpunkt vor dem Neuen Rathaus
€ 6,-

Kurs 251-1902-S

Wolfgang Balling

Sonntag, 25.05.25, 11:00-12:30 Uhr
Treffpunkt vor dem Neuen Rathaus
€ 6,-

Kurs 251-1903-S

Wolfgang Balling

Sonntag, 29.06.25, 11:00-12:30 Uhr
Treffpunkt vor dem Neuen Rathaus
€ 6,-

Kurs 251-1904-S

Ralf Weiner

Sonntag, 13.07.25, 11:00-12:30 Uhr
Treffpunkt vor dem Neuen Rathaus
€ 6,-

Kurs 251-1905-S

Wolfgang Balling

Sonntag, 17.08.25, 11:00-12:30 Uhr
Treffpunkt vor dem Neuen Rathaus
€ 6,-

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

Wenn Sie sich vorab zu unseren Führungen anmelden, helfen Sie uns sehr bei unserer Planung: Tel. 06203-18949-60, info@vhs-schriesheim.de. Vielen Dank!

Führung durch das jüdische Schriesheim

Jüdische Familien hatten nach dem Dreißigjährigen Krieg Anteil an der Wiederbesiedlung von Schriesheim und prägten das Leben des Ortes bis ins 20. Jahrhundert mit. Die Plünderung der Schriesheimer Synagoge am 10. November 1938 besiegelte das Ende des jüdischen Gemeindelebens. Bis Herbst 1939 waren alle jüdischen Bürger und Bürgerinnen aus der Stadt geflohen. Viele wurden danach von anderen Orten aus deportiert und ermordet. Die Führung beginnt mit der Vorstellung der beiden Ausstellungsvitrinen im neuen Rathaus. Danach begeben wir uns auf einen Rundgang durch den alten Stadtkern zu ausgewählten Häusern, die bis 1938/1939 in jüdischem Besitz waren. Speziell wird an Karl Heinz Klausmann erinnert. Er konnte vor der drohenden Deportation nach Frankreich fliehen und schloss sich dort der Résistance an. Vor 80 Jahren, wenige Wochen vor dem Ende des Krieges, ist er im Kampf gegen die nationalsozialistische Gewaltherrschaft in den französischen Alpen gefallen. Der Rundgang endet mit der Station vor der ehemaligen Synagoge in der Lutherischen Kirchgasse.

Kurs 251-1920-S

Prof. Dr. Joachim Maier

Mittwoch, 09.04.25, 16:30-18:00 Uhr
Treffpunkt vor dem Neuen Rathaus
€ 6,-

Exkursion zur Ausstellung „Caesar und Kleopatra“ im historischen Museum der Pfalz in Speyer: siehe Seite 11.

BITTE BEACHTEN SIE:

Die Anmeldung zu unseren Kursen, Vorträgen und Tagesfahrten ist verbindlich und Sie verpflichten sich zur Zahlung der Gebühren. Falls Sie an einer gebuchten Veranstaltung nicht teilnehmen können, müssen Sie sich rechtzeitig abmelden! Selbstverständlich können Sie jederzeit auch eine/n Ersatzteilnehmer/in benennen.

Einleuchtend günstig ...

Stadtwerke Viernheim

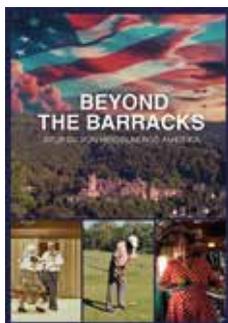
Die Energie in Ihrer Nähe

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



© privat

Beyond the barracks: Spuren von Heidelbergs Amerika

Filmvorführung und Gespräch mit dem Filmautor

Nach dem Zweiten Weltkrieg wurde das malerische Heidelberg zum Hauptquartier der U.S. Army Europe. Ein Jahrzehnt nach dem Abzug des US-Militärs porträtiert Kilian Nagel die besondere Beziehung zwischen der deutschen und amerikanischen Stadtbevölkerung und zieht Bilanz: Was blieb von den USA in Heidelberg? Wandeln Sie mit auf den Spuren von Heidelbergs kleinem Amerika. Der Film wird mit englischen Untertiteln gezeigt, anschließend steht der Filmautor Kilian Nagel für Fragen und Gespräche zur Verfügung.

Kurs 251-1004-S

Kilian Nagel
Dienstag, 21.01.25, 18.30-20.00 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal,
€ 9,-

WEINSEMINAR: Périgord – sehenswertes Frankreich über und unter der Erde

In Kooperation mit dem Partnerschaftsverein Uzès e.V.

Es muss ja nicht gleich Gänsestopfleber sein – daran denken die Freunde lukullischer Genüsse, wenn sie vom Périgord hören. Diese geschichtsträchtige Region im Gebiet der Dordogne steht auch als Synonym für schöne Landschaft, malerische Orte und unzählige Burgen und Schlösser, vor allem aber für die Sehenswürdigkeiten unter der Erde. In zahlreichen (noch) zugänglichen Höhlen, von denen Lascaux die berühmteste ist, haben uns prähistorische Menschen großartige Kunstwerke hinterlassen. Vergangenes und Gegenwart, über und unter der Erde, fürs Auge und für den Gaumen: das Périgord ist heute Abend unser Thema!

Kurs 251-1010-S

Herbert Pott, Udo Lehmann, Claudia Ebert
Freitag, 09.05.25, 19.00-22.30 Uhr
Vereinsraum der Mehrzweckhalle Schriesheim, Am Sportplatz 2, 69198 Schriesheim
€ 29,- inklusive Weinprobe und Häppchen

Zur Geschichte des Herzens

Das Herz gilt organisch-medizinisch und seelisch-geistig als Zentrum des Menschen und ist als Sitz der irdisch-menschlichen und der himmlisch-göttlichen Liebe der Ort der obersten und innersten Wahrheit, der Lauterkeit der Gefühle und der Sitz des göttlichen Geistes. Frau Dr. Berrer-Wallbrecht widmet sich in ihrem heutigen Vortrag den vielfältigen Weisen, in denen alte und neue Autoren dies thematisch umgesetzt haben und zeichnet die Geschichte des Herzens in Literatur und Mystik des Christentums und des Islams für uns nach.

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

Kurs 251-1000-S

Dr. Gabriele Berrer-Wallbrecht, Islamwissenschaftlerin
Freitag, 04.07.25, 19.30-21.00 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal
€ 9,-

UMWELT UND 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, Pflanzensorten

und ihrer Pflege sowie die Antwort auf Ihre individuellen Fragen runden diesen Seminar-klassiker ab.

Wichtig: Bitte tragen Sie der Witterung angepasste Kleidung.

Kurs 242-1410-S

Jutta Becker, Dipl.-Ing (FH) Gartenbau
Samstag, 25.01.25, 13:30-16:00 Uhr
Aussiedlerhof 7, Schriesheim
€ 9,-

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

GESCHICHTE

Kleopatra: Königin, Schönheitsikone und Legende

Kleopatra VII. war die letzte Herrscherin des ägyptischen Reiches und man kann sie mit Fug und Recht als bekannteste Frau der Antike bezeichnen. Die ägyptische Königin aus dem Haus der Ptolemäer ist durch ihre Liebesbeziehungen zu Julius Cäsar und Markus Antonius sowie durch ihren politischen Kampf mit der Großmacht Rom bis heute berühmt. Sie steht für Schönheit, Verführung und politischen Machtwillen. Künstler aller Epochen haben Kleopatra in ihren Werken verewigt und sie so im kulturellen Gedächtnis unsterblich gemacht. Der Vortrag stellt Ihnen die beeindruckende Persönlichkeit mit ihrer Biographie und ihrer Geschichte als letzter Regentin des legendären Reiches der Pharaonen vor.

Kurs 251-1001-S

Diana Liesegang
Donnerstag, 08.05.25, 19.00-20.30 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal
€ 9,-

Exkursion: Caesar und Kleopatra

Historisches Museum der Pfalz in Speyer

Passend zu unserem Vortrag am 8. Mai werden wir heute in eine Zeit des Niedergangs und Aufstiegs entführt, die von Wandel und Be-

ständigkeit, von Hoffnung und Katastrophen erzählt. Caesar und Kleopatra, das wohl berühmteste Liebespaar der Antike, bilden den Ausgangspunkt für eine Erzählung über die dramatische Epoche des Untergangs der Römischen Republik, dem Ende des Ptolemäerreichs und dem Aufstieg des ersten römischen Kaisers Augustus. Die große kulturhistorische Ausstellung erzählt auf Basis historischer Fakten, archäologischer Funde, klassischer Kunstwerke und neusten Rekonstruktionen nicht nur die bewegenden Lebensgeschichten von Kleopatra VII. und Caius Iulius Caesar, sondern widmet sich auch dem politischen, gesellschaftlichen und kulturellen Wandel dieser entscheidenden Ära. Hochkarätige Objekte und Kunstwerke aus renommierten Museen Europas bieten dabei faszinierende Einblicke und nehmen uns mit auf eine spannende Reise in die Vergangenheit.

Kurs 251-1002-F

Diana Liesegang
Mittwoch, 14.05.25, 14.00-15.00 Uhr
Treffpunkt vor dem Historischen Museum in Speyer
€ 28,-



KUNST



© pixabay

Frida Kahlo

Frida Kahlo ist bis heute die bekannteste Malerin Mexicos und ein Besuch in ihrem „Blauen Haus“ in Mexico City ist ein „Muss“ für jeden Kunstfan. Die Gattin des Malers Diego Rivieras erzählt in ihren Bildern – unter denen sich

auch viele Selbstporträts befinden – von ihrer eigenen schillernden Biographie und der Liebe zu ihrer Heimat Mexico und der Kultur des Landes. Ihr künstlerisches Erbe spiegelt ihr großes Talent und außergewöhnliche Kreativität wieder und Sie dürfen sich auf einen spannenden Abend mit ihr freuen!

Kurs 251-1003-S

Diana Liesegang

Mittwoch, 02.04.25, 19.00-20.30 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal
€ 9,-

PERSÖNLICHKEIT

Ihr Zukunftstag: So machen Sie 2025 zu Ihrem Jahr**Vision-Board Workshop**

Sie sind es leid, mit den immer gleichen guten Vorsätzen ins Neue Jahr zu starten und doch auf der Stelle zu treten? In diesem Workshop ist mal der Weg das Ziel: Sie entwerfen Ihr ganz individuelles Zukunftsbild („Vision-Board“), mit dem Sie Ihre Wunschzukunft visualisieren und damit Orientierung und Klarheit für die nächsten Jahre erhalten. Dieser Zukunftstag ist ...

... ein Tag Auszeit nur für Sie

... eine Denkhilfe, die nicht anstrengt, sondern Spaß macht

... Inspiration und Austausch in wohlwollender Gemeinschaft

Kurs 242-1611-S

Eva Falkenstein, Mental- und Jobcoach

Samstag, 11.01.25, 10:00-15:00 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal
€ 24,-

Wir machen eine Mittagspause – gerne alle zusammen im Kaffeehaus, selbstverständlich können Sie sich aber auch Ihren Lunch mitbringen.

Achtsamkeit am Samstag: Der Workshop für alle, die (wieder) mehr auf sich achten möchten

Wir alle wissen, wie wertvoll Zeit ist – umso wichtiger, sich auch mal selbst welche zu schenken! Genau das können Sie in unserem Achtsamkeitsworkshop, der Ihnen die Gelegenheit bietet sich einfach mal für ein paar Stunden aus dem Alltag zurückziehen. Wir werden gemeinsam meditative Übungen in Ruhe und Bewegung durchführen (Vorkenntnisse sind nicht erforderlich), Zeiten der Stille und Zeiten des Austauschs haben und gemeinsam essen.

Bitte mitbringen: Yogamatte, Kissen und Decke, Schreibutensilien für Notizen, etwas zu Trinken und etwas zum Mittagessen

Kurs 251-1612-S

Juliane Oberlinger, zertifizierte Achtsamkeitstrainerin (MBSR/MBPM/mindful2work)

Samstag, 22.02.2025, 10:00-16:00 Uhr
(inklusive gemeinsamer Mittagspause)
vhs-Haus, Seminarraum I+II
€ 29,-



GESUNDHEIT

Pflegebedürftig – was nun?**Die ersten Schritte zur schnellen Hilfe In Kooperation mit der vhs Ladenburg-Ivesheim**

Die meisten kennen das Thema Pflege – dennoch ist häufig unklar, was sich alles dahinter verbirgt und vor allem, wie es im Fall der Fälle funktioniert. In diesem Vortrag erhalten Sie Hilfe für die ersten Schritte im Pflegefall sowie Informationen und einen Überblick über die Ansprechpartner und verschiedenen Pflegegrade.

- Wann ist Pflegebedürftigkeit gegeben?
- Wo können Pflegeleistungen beantragt werden?
- Welche Voraussetzungen müssen für Leistungsansprüche erfüllt sein?

- Wie schnell wird über den Antrag entschieden?
- Was sind Pflegegrade und wie sind sie gestaffelt?
- Welche Leistungen gibt es?
- Wo kann ich mich informieren?

Kurs 251-1500LA

Tanja Gebler, unabhängige Pflegesachverständige nach WIFAP® im Auftrag der Landespflegekammer Rheinland Pfalz und der Vereinigung der Pflegenden in Bayern (KÖR) vhs Ladenburg, Altes Rathaus (Hauptstraße 39, Ladenburg), Raum 1

Donnerstag, 13.02.25, 18:00-20:00 Uhr
€ 20,-

GELD

Finanzbildung kommt von Finanz Bildung

Wenn Sie erste Schritte im Bereich der privaten Vermögensbildung tun möchten ... die Unterschiede zwischen Fonds, ETFs, Aktien und Anleihen kennen wollen ... und nach einer guten Grundlage suchen, um Ihre Finanzen in die eigenen Hände zu nehmen – dann ist dieses Seminar genau das Richtige für Sie! Hier erfahren Sie:

- Was sind Aktien und Anleihen, wo und wie kann man diese kaufen?

- Was sind die Unterschiede zwischen Fonds und ETFs und was muss ich wissen um da einzusteigen?
- Wie strukturiere ich mein Vermögen um möglichst wenig Schwankungen ausgesetzt zu sein?“

Kurs 251-1300-S

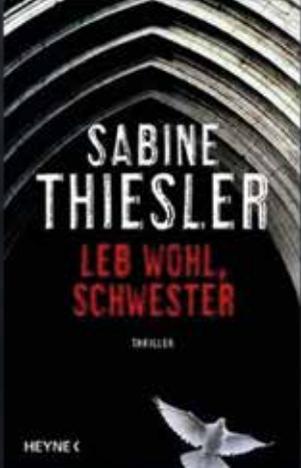
Markus Weber, Experte Investmentfonds
mittwochs, 18:30-20:45 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum 2
3 Termine, **ab 19.03.2025**
€ 49,-

WICHTIG – BITTE BEACHTEN: Die Anmeldung zu unseren Vorträgen – ob persönlich, per Mail 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!

LITERATUR

**Do.,
13.03.2025
19 Uhr**

Sabine Thiesler liest



**Ort: Stadtbibliothek
Schriesheim**

Eine Gemeinschaftsveranstaltung von





LESUNG

Britta und Christian
'Chako' Habekost
lesen aus

Weinbergblut



 am 30. Mai 2025
19 Uhr

 Stadtbibliothek
Schriesheim

Eine Gemeinschaftsveranstaltung
von







Nacht der Bibliotheken

Am 4. April erwartet Sie die Stadtbibliothek Schriesheim mit einem besonderen Programm. Insbesondere wird es eine Lesung mit der Best-seller-Autorin Ingrid Noll geben – Sie dürfen gespannt sein!



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 251-2300-S

Gabriele Anton

Mittwoch, 19.03.25, 19.30-21.00 Uhr

Mittwoch, 09.04.25, 19.30-21.00 Uhr

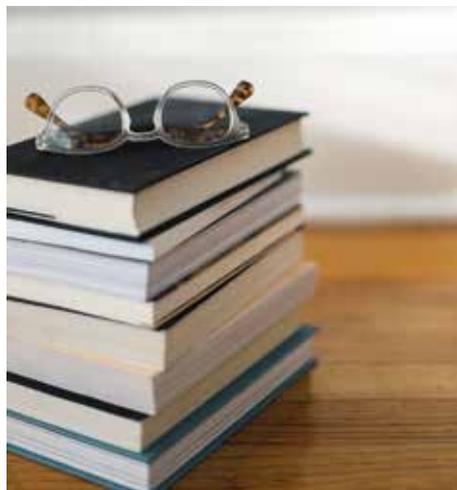
Mittwoch, 07.05.25, 19.30-21.00 Uhr

Mittwoch, 04.06.25, 19.30-21.00 Uhr

Mittwoch, 02.07.25, 19.30-21.00 Uhr

Stadtbibliothek Schriesheim

€ 35,-



GESPRÄCHS- & ARBEITSKREISE

Unsere „**Frauenarbeitskreise**“ 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 unverbindlich „schnuppern“ oder auch gezielt einzelne Vorträge buchen (€ 11,- pro Vortrag):
info@vhs-schriesheim.de, Tel.: 06203 18949-60

Kurs 251-1021-S

Sabine Stumpe

dienstags 9.15-11.00 Uhr

vhs-Haus, Vortragssaal

13 Termine, **ab 04.02.25**

€ 104,-

Kurs 251-1022-S

Martha Berg

dienstags 9.15-11.15 Uhr

Katholisches Gemeindehaus, kleiner Pfarrsaal

12 Termine, **ab 25.02.25**

€ 96,-

Kurs 251-1023-S

Ulrike Hebling und Birgit Ibach-Höfer

mittwochs 9.30-11.15 Uhr

Katholisches Gemeindehaus, großer Pfarrsaal

14 Termine, **ab 15.01.25**

€ 112,-

Kurs 251-1024-S

Bärbel Hirsch und Ruth Mertens

donnerstags 9.15-11.00 Uhr

vhs-Haus, Vortragssaal

12 Termine, **ab 20.02.25**

€ 96,-



Vorträge & Exkursionen der Frauenarbeitskreise in diesem Semester		Kurs
22.01.25	Daniela Mancic: Schottland: Bens, Glens, Lochs und Mee(hr)	251-1023-S
29.01.25	Dr. Thomas Paeffgen: 30 Jahre Mauerfall	251-1023-S
04.02.25	Christina Riegger: Salman Rushdi	251-1021-S
05.02.25	Robby Geyer: USA nach der Wahl	251-1023-S
12.02.25	Dr. Martina Kitzing-Bretz: Jubiläum 100 Jahre Bauhaus Dessau	251-1023-S
18.02.25	Exkursion zur Kunsthalle Mannheim: Die Neue Sachlichkeit	251-1021-S
19.02.25	Regina Keil-Sagawe: Die Frankophonie	251-1023-S
20.02.25	Dr. Martina Kitzing-Bretz: Caspar David Friedrich – zum 250. Todestag	251-1024-S
25.02.25	Dieter Maupai: Guadeloupe – Ein Stück Frankreich in der Karibik	251-1021-S
26.02.25	Hannah Mieger-Höfer: Taten sagen mehr als Worte	251-1023-S
27.02.25	Sabine Massoth: Mount Everest – Mythos Berg	251-1024-S
04.03.25	Wolfgang Balling: Die Geschichte der Kurpfalz	251-1022-S
11.03.25	Wolfgang Balling: Die Kurpfalz-Region im 19. Jahrhundert	251-1021-S
11.03.25	Dr. Barbara Kilian: Vincent van Gogh – Ein Leben für die Malerei	251-1022-S
12.03.25	Dr. Barbara Kilian: Vincent van Gogh – Ein Leben für die Malerei	251-1023-S
18.03.25	Aloisia Föllmer: Henri Matisse	251-1021-S
18.03.25	Dr. Enno Krüger: Van Gogh und sein Arzt Dr. Gachet	251-1022-S
19.03.25	Dr. Enno Krüger: Van Gogh und sein Arzt Dr. Gachet	251-1023-S
20.03.25	Dr. Almut Seiler Dietrich: Unsere Geschichte ist kein Schloss und keine Kathedrale	251-1024-S
25.03.25	Dr. Thomas Paeffgen: Der Nahostkonflikt	251-1021-S
25.03.25	Hannah Mieger-Höfer: Schwarz, „heidnisch“ und Königin?	251-1022-S
26.03.25	Aloisia Föllmer: Picasso, Teil 2	251-1023-S
27.03.25	Aloisia Föllmer: Henri Matisse	251-1024-S
01.04.25	Johannes Wagner: Von Wunderkindern und Frühvollendeten in der Musik	251-1021-S
01.04.25	Gordana Mlakar: Die Perlen der Medici	251-1022-S
02.04.25	Dorothee Oetli: Murals-Wandmalereien in Mannheim und Ludwigshafen	251-1023-S
03.04.25	Dr. Thomas Paeffgen: Die zwanziger Jahre – eine kulturhistorische Rückschau	251-1024-S
08.04.25	Hannah Mieger-Höfer: Schwarz, „heidnisch“ und Königin?	251-1021-S
08.04.25	Karl-Heinz Treiber: Die Geschichte des Iran vom 20. Jahrhundert bis heute	251-1022-S



Vorträge & Exkursionen der Frauenarbeitskreise in diesem Semester		Kurs
09.04.25	Kurt Seilheimer: Insekten, neu eingewanderte Insekten, Schädlinge und Parasiten, Teil 2	251-1023-S
10.04.25	Dr. Enno Krüger: Sammlung Oskar Reinhart in Winterthur	251-1024-S
29.04.25	Robby Geier: Frieden	251-1021-S
29.04.25	Johannes Wagner: Die Musik Italiens, Teil 1	251-1022-S
30.04.25	Heiko Geier: Émile Zola	251-1023-S
06.05.25	Heiko Geier: Der Zauberberg	251-1021-S
06.05.25	Klaus Weigel: Salonkultur vom 17.-19. Jahrhundert	251-1022-S
08.05.25	Heiko Geier: Charles Dickens (1812-1870)	251-1024-S
Dienstag, 13.05.25 11:00 Uhr	Sarah Sprenger (Sopran) und Polina Churbanova (Klavier): „Durch Blumen gesungen“ – Konzertmatinée mit Liedern und Klavierstücken im großen Pfarrsaal im kath. Gemeindehaus	251-1021-S 251-1022-S 251-1023-S 251-1024-S
20.05.25	Dorothee Oetli: Gottfried Böhm – ein begnadeter deutscher Architekt	251-1021-S
20.05.25	Exkursion REM Mannheim-Zeughaus: Carl Theodor, 300 Jahre – Kurfürst auf Zukunftskurs	251-1022-S
22.05.25	Klaus Weigel: Geheimnisumwitterte Templer – Aufstieg und Fall eines geistlichen Ritterordens	251-1024-S
27.05.25	Johannes Wagner: Die Musik Italiens, Teil 2	251-1022-S
05.06.25	Christina Riegger: Marion Gräfin Dönhoff (1909 - 2002)	251-1024-S
26.06.25	Johannes Wagner: Die Musik der 50er, Teil 1	251-1024-S
03.07.25	Johannes Wagner: Die Musik der 50er, Teil 2	251-1024-S

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.

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

„Ihr Fußboden-Spezialist in Heddesheim“

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

Parkett-Studio

Verlege-Service

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

museum théo KERG

69198 SCHRIESHEIM - TALSTRASSE 52

Präsentation

ausgewählter Werke des Künstlers Théo Kerg

Öffnungszeiten: Jeden Sonntag 14.00 – 17.00 Uhr sowie nach Vereinbarung

Wir danken allen unseren Inserenten für ihre Unterstützung!



KONZERTE



© Pixabay

*Durch Blumen gesungen ...***Konzertmatinée mit Sarah Sprenger (Sopran) und Polina Churbanova (Klavier)**

Über Vergleiche des menschlichen Lebens und Liebens mit Blumen und Natur ... Über Blühen, Wachsen und Verblühen, durch alle Jahreszeiten des Liebens, mal durch die Blume gesungen, mal direkt ... Sarah Sprenger und Polina Churbanova gestalten gemeinsam dieses bildreiche, bunte und lebensfrohe Konzert. Richard Strauss steht dabei im Mittelpunkt, daneben erklingen unter anderem Kompositionen von Schumann, Schubert, Beethoven, Grieg, Debussy und Mahler. Sarah Sprenger umrahmt die Lieder und Klavierstücke mit unterhaltsamer Moderation, die die Musik und deren Besonderheiten näher erläutert.

Kurs 251-2901-S

Sarah Sprenger und Polina Churbanova

Dienstag, 13.05.25, 11:00-12:30 Uhr
Großer Pfarrsaal im katholischen Gemeindehaus,
Pfarrer-Seeger-Platz 2, Schriesheim
€ 11,-



© privat

Serenade im Schlosshof mit dem Stamitz-Orchester Mannheim**In Kooperation mit der vhs Edingen-Neckarhausen**

Das Stamitz-Orchester Mannheim zählt zu den facettenreichsten Klangkörpern der Metropolregion Rhein-Neckar. Durch das leidenschaftliche Engagement der rund 90 Amateuermusiker unterschiedlichster Berufs- und Altersgruppen und die professionelle Leitung des Orchesters entstehen immer wieder unvergessliche musikalische Momente. So ausgestaltet lässt sich ein ebenso abwechslungsreiches wie anspruchsvolles Programm realisieren, das von Opern-Galas, Chorkonzerten, Uraufführungen moderner Musik, dem klassisch-romantischen Repertoire eines großen Sinfonieorchesters bis hin zu Solokonzerten mit bekannten Virtuos*innen unserer Zeit und Nachwuchskünstler*innen immer wieder etwas Neues bieten kann. Lassen Sie sich von unserer Leidenschaft für Musik anstecken!

Kurs 251-2902EN

Samstag, 05.07.25, 20:30 Uhr (Einlass ab 19:30 Uhr)

Schlosshof, Schloss Neckarhausen (Bei schlechtem Wetter findet das Konzert in der Eduard-Schläfer-Halle statt.)
€ 20,-



KUNST

Professionelles Zeichnen für Anfänger und Fortgeschrittene

Zeichnen ist kein Buch mit sieben Siegeln, das nur einigen wenigen vorbehalten ist. Im Gegenteil, Zeichnen kann jede/r lernen, die/der Schritt für Schritt ein paar grundlegende Regeln befolgt und diese in ihren/seinen Zeichnungen anwendet. Ob Natur- oder Objektzeichnen, Ornament oder Fantasie. Mit Bleistift, Feder oder Buntstiften, führen alle Möglichkeiten zu erstaunlichen 2D bzw. 3D Ergebnissen. Folgende Themen werden in diesem Kurs behandelt:

- Verläufe mit Bleistift und Farbstiften, als Vorübung für 3D Zeichnen
- Kugel, Kegel, Zylinder in 3D
- Licht und Schatten
- Konstruieren einfacher Objekte
- Perspektive
- Skizzieren
- Anfertigen von 3D Zeichnungen nach Fotos oder Gegenständen (werden vom Dozenten mitgebracht)

Zeichnen ist Balsam für die Seele und der Kurs ist für alle geeignet, die Spaß daran haben!

Bitte mitbringen: Bleistift, Papier, Buntstifte, Radiergummi, Spitzer
Christian Schura, Grafik-Designer und Illustrator

Kurs 242-2702-S

Samstag, 22.02.25, 9.30-16.00 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal
€ 42,-

Kurs 251-2702-S

Samstag, 07.06.25, 9.30-16.00 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal
€ 42,-

Acryl-Workshop**Kompaktkurs am Samstag**

Acrylmalerei ist eine vielfältige Maltechnik, die Mitte des letzten Jahrhunderts bekannt wurde. Die Farbe lässt sich deckend aus der Tube oder wasserverdünnt, lasierend auf den Malgrund wie Karton, Leinwand usw. auftragen und trocknet innerhalb kurzer Zeit wasserfest auf. Für realistische, dekorative und abstrakte Malerei geeignet, begeistern Acrylfarben

sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene durch ihre einfache Handhabung. In diesem Kurs widmen wir uns den Themen Farbkreis, Farbmischen und Malen nach fotografischen Vorlagen aus den Bereichen Natur & Objekt sowie der abstrakten Malerei.

Bitte mitbringen: Flach- und Rundpinsel verschiedener Größen, Acrylfarben, Acrylpapier (Acrylblock) A4 oder A3, Bleistift, Skizzenpapier, alte Zeitungen als Unterlage. Motive bringt der Dozent, Sie können aber auch selbst welche mitbringen

Kurs 251-2700-S

Christian Schura, Grafik-Designer und Illustrator

Samstag, 29.03.25, 9.30-16.00 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal
€ 42,-

Abenteuer Acrylmalerei**Kompaktkurs für Fortgeschrittene**

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

Bitte mitbringen: (alles Weitere stellt die Kursleiterin zur Verfügung):

- Künstleracrylfarben: Zitronengelb, Kadmiungelb, Magenta, Kadmiumrot hell, Coelinblau, Ultramarinblau, Umbra gebrannt, Weiss
- Acrylbinder, Modelliermasse
- Borstenpinsel rund und flach, verschiedene Größen
- Bespannte Keilrahmen oder Karton zum Bemalen

Kurs 251-2701-S

Elsbeth Lang

Freitag, 11.04.25, 18:00-21:00 Uhr und
Samstag, 12.04.25, 10:00-13:00 Uhr
und 14:00-17:00 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal
€ 58,-

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, verschiedene Verschlüsse, Perlen usw.) kann im Kurs direkt bei der Dozentin erworben werden.

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

Kurs 251-2800-S

Julia Strähle

Dienstag, 01.04.25, 18:00-20:15 Uhr

Dienstag, 08.04.25, 18:00-20:15 Uhr

vhs-Haus, Sprachraum 1

€ 24,-

Ikebana – Japanische Blumensteckkunst

Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Ikebana bedeutet auf Deutsch „lebendige Blumen“ und ist eine alte 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 251-2801-S

Dienstag, 25.03.25, 19.15-21.00 Uhr

Dienstag, 08.04.25, 19.15-21.00 Uhr

Dienstag, 29.04.25, 19.15-21.00 Uhr

Dienstag, 13.05.25, 19.15-21.00 Uhr

Dienstag, 27.05.25, 19.15-21.00 Uhr

vhs-Haus, Sprachraum 1

€ 54,- zzgl. Materialkosten für die Blumen

Kurs 251-2802-S

Dienstag, 03.06.25, 19.15-21.00 Uhr

Dienstag, 24.06.25, 19.15-21.00 Uhr

Dienstag, 01.07.25, 19.15-21.00 Uhr

Dienstag, 15.07.25, 19.15-21.00 Uhr

Dienstag, 29.07.25, 19.15-21.00 Uhr

vhs-Haus, Sprachraum 1

€ 54,- zzgl. Materialkosten für die Blumen



FOTOGRAFIE

Fototechnik – Einsteigerkurs

In Kooperation mit der vhs Ladenburg-Illvesheim

In diesem Kurs lernen wir die digitale Fotografie von Grund auf zu verstehen und Einstellungen der Kamera gezielt am Motiv anzuwenden. Anhand langer sowie kurzer Verschlusszeiten lernen wir, wie man Bewegungen gezielt „einfriert“ oder gekonnt mit „Bewegungsunschärfe“ abbildet. Der Umgang mit der Blende ist ebenfalls wichtig, um Porträts sowie Landschaftsaufnahmen nach eigenen Vorstellungen frei und kreativ zu gestalten. Daneben geht es auch um die experimentellen Seiten der Fotografie, z.B. wie man individuell den Schärfenpunkt bestimmt, und damit ungewünschtes mit dem Autofokussmessfeld einfach ausblendet. Mit der richtigen ISO-Einstellung werden auch spontane Aufnahmen bei schwachen Lichtverhältnissen professionell

umgesetzt ... Neu- und Quereinsteiger lernen in diesem Kurs, was alles in ihrer Kamera und den Objektiven steckt und wissen damit ab sofort immer, mit welchem Werkzeug und welchen Einstellungen sie ihre Ideen richtig umsetzen. Semipros sind ebenfalls willkommen um ihre Grundkenntnisse wieder etwas aufzufrischen. Der Kursleiter geht individuell auf die TeilnehmerInnen, ihre Vorkenntnisse und ihren Leistungsanspruch ein – sein Motto dabei: „Weniger Theorie, sondern mehr Praxis!“. Der Kurs ist für alle Kamera Marken geeignet.

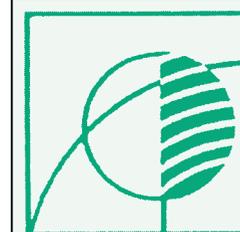
Kurs 251-2400LA

Marius Wenzel

vhs Ladenburg, Altes Rathaus (Hauptstraße 39, Ladenburg), Raum 4: Von unserem Treffpunkt an der vhs starten wir zum Fotowalk durch die Stadt.

Sonntag, 18.05.25, 9:30-12:30 Uhr

€ 20,-



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

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

Kurs 251-3401-S

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 251-3402-S

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: ein großes Badehandtuch, Sportschuhe für In- und Outdoor sowie etwas zu trinken

Kurs 251-3403-S

Marita Schreuder-Großkopf, Rehasport-

Übungsleiterin-Innere Medizin

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 rüchenschonende Bewegungsabläufe einzuüben, die Stütz- und Muskulatur 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: Sportkleidung, Sportschuhe mit heller Sohle/Gymnastikschläppchen, Theraband, Decke oder großes Badehandtuch und ein kleines Kissen

Kurs 251-3300-S

Christiane Arras, Krankengymnastin

montags 8.30-09.30 Uhr

vhs-Haus, Gymnastikraum

10 Termine, **ab 13.01.25**

€ 50,-

Kurs 251-3301-S

Christiane Arras, Krankengymnastin

montags 8.30-09.30 Uhr

vhs-Haus, Gymnastikraum

10 Termine, **ab 07.04.25**

€ 50,-

Kurs 251-3302-S

Christiane Arras, Krankengymnastin

montags 9.30-10.30 Uhr

vhs-Haus, Gymnastikraum

10 Termine, **ab 07.04.25**

€ 50,-

Kurs 251-3303-S

Christiane Arras, Krankengymnastin

montags 9.30-10.30 Uhr

vhs-Haus, Gymnastikraum

10 Termine, **ab 13.01.25**

€ 50,-

Kurs 251-3304-S

Marita Schreuder-Großkopf,

Rehasport-Übungsleiterin-Innere Medizin

dienstags 16.15-17.15 Uhr

vhs-Haus, Gymnastikraum

12 Termine, **ab 14.01.25**

€ 64,-

Kurs 251-3305-S

Marita Schreuder-Großkopf,

Rehasport-Übungsleiterin-Innere Medizin

dienstags 16.15-17.15 Uhr

vhs-Haus, Gymnastikraum

12 Termine, **ab 29.04.25**

€ 64,-

Kurs 251-3306-S

Marita Schreuder-Großkopf,

Rehasport-Übungsleiterin-Innere Medizin

dienstags 17.25-18.25 Uhr

vhs-Haus, Gymnastikraum

12 Termine, **ab 14.01.25**

€ 64,-

Kurs 251-3307-S

Marita Schreuder-Großkopf,

Rehasport-Übungsleiterin-Innere Medizin

dienstags 17.25-18.25 Uhr

vhs-Haus, Gymnastikraum

12 Termine, **ab 29.04.25**

€ 64,-

Kurs 251-3308-S

Marita Schreuder-Großkopf,

Rehasport-Übungsleiterin-Innere Medizin

dienstags 18.35-19.35 Uhr

vhs-Haus, Gymnastikraum

12 Termine, **ab 14.01.25**

€ 64,-

Kurs 251-3309-S

Marita Schreuder-Großkopf,

Rehasport-Übungsleiterin-Innere Medizin

dienstags 18.35-19.35 Uhr

vhs-Haus, Gymnastikraum

12 Termine, **ab 29.04.25**

€ 64,-

Kurs 251-3310-S

Marita Schreuder-Großkopf,
Rehasport-Übungsleiterin-Innere Medizin
dienstags 19.45-20.45 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
12 Termine, **ab 14.01.25**
€ 64,-

Kurs 251-3311-S

Marita Schreuder-Großkopf,
Rehasport-Übungsleiterin-Innere Medizin
dienstags 19.45-20.45 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
12 Termine, **ab 29.04.25**
€ 64,-

Kurs 251-3312-S

Christiane Arras, Krankengymnastin
donnerstags 19.10-20.10 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
20 Termine, **ab 16.01.25**
€ 101,-

Kurs 251-3313-S

Monika Bähr, Krankengymnastin
mittwochs 9.00-10.00 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
15 Termine, **ab 12.02.25**
€ 80,-

Kurs 251-3314-S

Monika Bähr, Krankengymnastin
mittwochs 10.15-11.15 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
15 Termine, **ab 12.02.25**
€ 80,-

Kurs 251-3315-S

Monika Bähr, Krankengymnastin
freitags 9.45-10.45 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
15 Termine, **ab 14.02.25**
€ 80,-

Kurs 251-3316-S

Monika Bähr, Krankengymnastin
freitags 11.00-12.00 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
15 Termine, **ab 14.02.25**
€ 80,-

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

Kurs 251-3340-S

donnerstags 12.00-13.00 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
12 Termine, **ab 16.01.25**
€ 64,-

Kurs 251-3341-S

donnerstags 12.00-13.00 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
10 Termine, **ab 08.05.25**
€ 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, IFAA Core 3D

Kurs 251-3240-S

donnerstags 20.20-21.20 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
12 Termine, **ab 16.01.25**
€ 64,-

Kurs 251-3241-S

donnerstags 20.20-21.20 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
10 Termine, **ab 08.05.25**
€ 54,-

YOGA

Yoga

Für Teilnehmende jeden Alters, mit und ohne Vorkenntnisse

In diesem Kurs 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: bequeme Kleidung und warme Socken

Kurs 251-3101-S

Florentina Ionescu, Heilpraktikerin
montags 18.00-19.30 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum
8 Termine, **ab 10.02.25**
€ 60,-

Kurs 251-3102-S

Florentina Ionescu, Heilpraktikerin
montags 18.00-19.30 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum
8 Termine, **ab 28.04.25**
€ 60,-

Kurs 251-3103-S

Florentina Ionescu, Heilpraktikerin
montags 19.30-21.00 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum
8 Termine, **ab 10.02.25**
€ 60,-

Kurs 251-3104-S

Florentina Ionescu, Heilpraktikerin
montags 19.30-21.00 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum
8 Termine, **ab 28.04.25**
€ 60,-

Kurs 251-3105-S

Astrid Hendricks, BDY/EYU
dienstags 18.30-20.00 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum
10 Termine, **ab 28.01.25**
€ 75,-

Kurs 251-3106-S

Astrid Hendricks, BDY/EYU
dienstags 18.30-20.00 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum
12 Termine, **ab 29.04.25**
€ 90,-

Kurs 251-3107-S

Astrid Hendricks, BDY/EYU
dienstags 20.15-21.45 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum
10 Termine, **ab 28.01.25**
€ 75,-

Kurs 251-3108-S

Astrid Hendricks, BDY/EYU
dienstags 20.15-21.45 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum
12 Termine, **ab 29.04.25**
€ 90,-

PILATES

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 251-3260-S

montags 17.00-18.00 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
10 Termine, **ab 13.01.25**
€ 54,-

Kurs 251-3261-S

montags 17.00-18.00 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
10 Termine, **ab 28.04.25**
€ 54,-

Kurs 251-3262-S

montags 18.10-19.10 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
10 Termine, **ab 13.01.25**
€ 54,-

Kurs 251-3263-S

montags 18.10-19.10 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
10 Termine, **ab 28.04.25**
€ 54,-

**Pilates: Harmonie für Körper,
Seele & Geist**

Jede/r kann Pilates Übungen ausführen – egal wie alt, wie sportlich oder unспортlich man/frau ist ... auch mit leichten Gesundheitseinschränkungen ist das Training möglich. Mit einer speziellen Atemtechnik (Pilatesatmung), die die Bauch- und Rumpfmuskulatur dehnt und kräftigt, fördert dieses Training eine gesunde Körperhaltung aus der ein neues Körperbewusstsein entsteht. Das stärkt unsere Tiefenmuskulatur und hilft gleichzeitig bei der Stressbewältigung. Ohne sich völlig zu verausgaben, werden mit den sieben Prinzipien nach Joseph H. Pilates auf eine schonende und sanfte Art das Körpergefühl, die Körperhaltung und somit auch die Lebensqualität verbessert. Unsere Muskulatur und die Organe erhalten dabei eine optimale Sauerstoffversorgung.

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

Marianne Maier, qualifizierte Pilates-Übungsleiterin und zertifizierte Entspannungspädagogin

Kurs 251-3264-S

mittwochs 17.30-19.00 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum
12 Termine, **ab 22.01.25**
€ 90,-

Kurs 251-3265-S

mittwochs 17.30-19.00 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum
12 Termine, **ab 30.04.25**
€ 90,-

Pilatesstraining
**Nach der Methode von Joseph Pilates
(Matwork)**

Mit dieser Methode des Ganzkörpertrainings kräftigen wir unsere Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur – Joseph H. Pilates hat sie selbst in New York unterrichtet. Das Training spricht vor allem die tiefer liegenden, kleinen und meist schwächeren Muskelgruppen an, die für eine korrekte, aufrechte und gesunde Körperhaltung sorgen. Besonderer Wert wird auf die kontrollierte Ausführung und die bewusste Atmung gelegt. Dadurch schulen wir unsere Körperwahrnehmung und verbessern das Zusammenspiel von Körper und Geist durch ruhige, fließende Bewegungen.

Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung und ein Handtuch.

Kurs 251-3266-S

Karin Rabbe, Pilates-Kursleiterin (BSA)
donnerstags 10.30-11.30 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
10 Termine, **ab 23.01.25**
€ 54,-

ENTSPANNUNG
**Abendroutine – Entspannung und
Achtsamkeit**

Der Tag war lang, der Kopf ist voller Gedanken und das Abschalten fällt schwer? Dann wird es Zeit für die Abendroutine: Übungen zum Loslassen helfen uns, den Tag zu verabschieden. Mit Ritualen zur Entspannung und Achtsamkeit bereiten wir uns auf den Abend vor und begrüßen die Ruhe der Nacht.

Bitte mitbringen: Decke, warme, bequeme Kleidung, dicke Socken, Handtuch und ein Kissen, gern etwas Warmes zum Trinken
Ilka Krebs

Kurs 251-3109-S

mittwochs 19.30-20.15 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
12 Termine, **ab 15.01.25**
€ 45,-

Kurs 251-3110-S

mittwochs 19.30-20.15 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
12 Termine, **ab 30.04.25**
€ 45,-

QiGong

Qi Gong ist ein Bestandteil der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) und wirkt vorbeugend und therapeutisch zugleich regulierend auf den gesamten Organismus. Es entspannt Körper, Geist und Seele. In diesem Kurs werden Sie die Methoden „Die Sechs Heilenden Laute“ und „Die fünf Elemente“ kennenlernen und üben. Der Kurs ist für EinsteigerInnen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und flache Schuhe.

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

Kurs 251-3120-S

donnerstags 19.15-20.45 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum 1
9 Termine, **ab 06.02.25**
€ 68,-

Kurs 251-3121-S

donnerstags 19.15-20.45 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum 1
10 Termine, **ab 08.05.25**
€ 75,-

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 aktivie-

ren und dabei bewusst zu atmen. Dieses langsame, gezielte Arbeiten mit Körper und Atmung führt zu einer besseren und entspannteren Körperwahrnehmung. Wir steigern unsere Beweglichkeit, lösen Verspannungen und finden zu einem einzigartigen Körpergefühl. Am Ende des Kurses steht eine zehninminütige Entspannung. Wenn Sie einen Ersatz oder eine Ergänzung zu den üblichen Workout-Kursen suchen, sind Sie hier genau richtig! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, Handtuch, evt. Decke, Kissen und Getränk.
Ilka Krebs

Kurs 251-3250-S

mittwochs 18.00-19.15 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
12 Termine, **ab 15.01.25**
€ 80,-

Kurs 251-3251-S

mittwochs 18.00-19.15 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
12 Termine, **ab 30.04.25**
€ 80,-

Bodyworkout

Nach einem mobilisierenden Warm-Up trainieren wir mit viel Spaß und zu mitreißender Musik verschiedene Muskelgruppen. Sowohl Bauch, Beine und Po als auch Arme und Rücken werden so gekräftigt und geformt. Dabei arbeiten wir sowohl im Stand als auch auf der Matte. Ein entspannendes Stretching rundet die Stunde ab.

Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, Turnschuhe mit heller Sohle, Getränk und ein Handtuch

Marion Baumann, IFAA A-Lizenz Instruktorin

Kurs 251-3220-S

donnerstags 17.00-18.00 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
12 Termine, **ab 16.01.25**
€ 64,-

Kurs 251-3221-S

donnerstags 17.00-18.00 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
10 Termine, **ab 08.05.25**
€ 50,-

TANZEN

Tanz-Workout

Tanzen macht nicht nur großen Spaß, sondern hält auch fit! Nach dem Warm-Up erarbeiten wir zunächst eine kleine Choreografie zu moderner Musik, die auch für Einsteiger gut nachvollziehbar ist. Mit gezielten Übungen im Stand und auf der Matte kräftigen wir anschließend unsere Muskulatur und trainieren unsere Koordination sowie unser Gleichgewicht. Ein entspannendes Stretching rundet die Kursstunde ab.

Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, Turnschuhe mit heller Sohle, Getränk und ein Handtuch

Marion Baumann, IFAA A-Lizenz Instruktorin

Kurs 251-3203-S

mittwochs 16.45-17.45 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
12 Termine, **ab 15.01.25**
€ 64,-

Kurs 251-3204-S

mittwochs 16.45-17.45 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
12 Termine, **ab 30.04.25**
€ 64,-

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 Pilatestraining 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, Fitnessstanz 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 251-3200-S

montags 19.20-20.50 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
12 Termine, **ab 13.01.25**
€ 96,-

Kurs 251-3201-S

montags 19.20-20.50 Uhr
vhs-Haus, Gymnastikraum
12 Termine, **ab 28.04.25**
€ 96,-

Tango Argentino

Schnupper-Wochenende mit Rita und Oliver
Tanzen macht schön! Und Tango Argentino ganz besonders! Tango ist der Tanz der Gefühle und Eleganz in Haltung und Bewegung. Er ist bis ins hohe Alter erlernbar und die TänzerInnen geben damit der neuen Synapsenbildung nachweislich eine Chance. Rita und Oliver tanzen seit 14 Jahren Tango Argentino und arbeiten hauptberuflich als Dozenten in der Weiterbildung.

Bitte beachten: Die Anmeldung ist nur als Paar (auch gleichgeschlechtlich) möglich
Rita Deutsch und Oliver Hoffbauer

Kurs 251-2600-S

Samstag, 25.01.25, 15:00-18:30 Uhr
Sonntag, 26.01.25, 11:30-13:00 Uhr und
13:30-15:00 Uhr
vhs-Haus, Vortragssaal
€ 98,- pro Paar

SELBSTBEHAUPTUNG

Tai Chi für Anfänger und Fortgeschrittene

Tai Chi (Taiji quan) ist eine traditionelle chinesische Verteidigungs- und Bewegungskunst. Es trainiert Gelenke, Sehnen und Muskeln und fördert eine tiefere Atmung sowie das Gleichgewicht. Die erforderliche geistige Konzentration beim Erlernen der Bewegungen bringt innere Ruhe und baut körperliche und seelische Spannungen ab. In diesem Kurs werden Sie

die acht grundlegenden Tai Chi Handtechniken und fünf Schrittrichtungen (Bafa Wubu) sowie eine kurze Form aus dem Yang-Stil kennen lernen und üben. Der Kurs ist für AnfängerInnen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und flache Schuhe.

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

Kurs 251-3130-S

donnerstags 18.00-19.00 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum
9 Termine, **ab 06.02.25**
€ 45,-

Kurs 251-3131-S

donnerstags 18.00-19.00 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum
10 Termine, **ab 08.05.25**
€ 50,-

KOCHEN & ERNÄHRUNG

Rezept für die Kochkurse der vhs Schriesheim/Wilhelmsfeld ...

- Bringen Sie bitte eine Schürze, Hand- und Geschirrtücher, ein (scharfes) Küchenmesser sowie einen Notizblock zum Notieren wichtiger Tipps mit sowie Behältnisse für Kostproben und wenn Sie möchten, etwas zu trinken.
- Kommen Sie unbedingt pünktlich zum Kurs! Der Dozent/die Dozentin nimmt Sie am Eingang zum Schulgebäude in Empfang – in der Regel wird dieses dann abgeschlossen.
- Die Küche der Kurpfalz-Grund- und Realschule befindet sich im Kurpfalz-Schulzentrum, Hirschberger Straße 1 in Schriesheim. Der Zugang zum Schulgebäude ist der Eingang zur Kurpfalz-Grundschule.



Persische Genussküche: Festmahlzeiten aus Täbris

Täbris, die Hauptstadt Ost-Azarbaijans, bildet heute den Schwerpunkt, wenn wir tief in die Geheimnisse des Norwestirans eintauchen. Nicht nur großartige Teppiche und der größte überdachte Basar der Welt stammen von hier, sondern auch eine exzellente Küche mit wohl-schmeckenden und sehr berühmten Speisen. Die meisterhafte Mischung aus duftenden Gewürzen, feinen Nüssen, tollen Früchten und Safranreis ist dabei einmalig. Der Nachmittag wird Ihren Geschmackssinn begeistern und Ihnen ewig in Erinnerung bleiben. Dabei legt Herr Ramzani sehr viel Wert auf gesunde, hochwertige Zutaten und verwendet überwiegend Bio-Produkte.

Kurs 242-3501-K

Ghodrat Ramzani
Samstag, 01.02.25, 14.00-20.00 Uhr
Küche der Kurpfalz-Grund- und Realschule
€ 40,- zzgl. Lebensmittelumlage (diese beträgt je nach Teilnehmerzahl maximal € 27,- und

wird gemeinsam mit der Kursgebühr nach Kursende von Ihrem Konto abgebucht).

Persische Genussküche mit vegan-vegetarischen Rezepten

Ghodrat Ramzani lädt Sie heute auf eine traumhafte Reise ins Reich der vegetarischen/veganen persischen Genussküche ein. Erleben Sie eine mehrgängige gesunde Gaumenfreude, die sowohl ihre Geschmacksnerven erfreut als auch Ihre Augen und Seele tanzen lässt. Traumhafte Aromen, fettarme und leichte Leckereien sowie Safranreis und ein Dessert werden Sie begeistern.

Kurs 251-3500-K

Ghodrat Ramzani
Samstag, 29.03.25, 14.00-20.00 Uhr
Küche der Kurpfalz-Grund- und Realschule
€ 40,- zzgl. Lebensmittelumlage (diese beträgt je nach Teilnehmerzahl maximal € 27,- und wird gemeinsam mit der Kursgebühr nach Kursende von Ihrem Konto abgebucht).

Afterwork Kochkurs

In Kooperation mit der vhs Dossenheim

Wer nach der Arbeit mit wenig Aufwand schnell etwas Gesundes und Leckereres kochen möchte, ist in diesem Afterwork-Kurs genau richtig! Hier lautet die Devise: wenig Zutaten, schnelle Zubereitung, großer Genuss! Mit unseren Tipps und Tricks wird kochen nach Feierabend zum Highlight des Tages.

Alexandra Scheid

Kurs

Donnerstag, 15.05.25, 19:00-22:00 Uhr
Küche der Kurpfalzschule Dossenheim,
Raum 207, Lessingstraße 11,
69221 Dossenheim

€ 20,- zzgl. Lebensmittelumlage (diese beträgt je nach Teilnehmerzahl ca. € 21,- und wird direkt im Kurs in bar an die Dozentin bezahlt)

BEAUTY

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 (Spiegel und Schminkmaterial werden gestellt)

Kurs 251-3600-S

Sandra Röger, selbstständige Schönheitsberaterin und Visagistin

Samstag, 05.04.25, 13.00-16.00 Uhr

vhs-Haus, Sprachraum 2

€ 29,- inkl. Material



Fit ins Frühjahr: Detox mit Kräutern, Gewürzen und selbstgemachten Hausmitteln

Schon unsere Großeltern wussten um die Heilkraft der Natur, mit der wir auch heute noch Körper, Geist und Wohlbefinden steigern können. „Von innen reinigen und wieder stärken“ lautet das Motto dieses Detox-Kurses, in dem Sie von der Kräuternerlebnispädagogin Sabrina Bauer so manches alte Hausrezept erfahren, das Sie fit für den Frühling macht. Sie lernen, wie Sie ein Wildkräutersalz herstellen, ein reinigendes Fußbadesalz, sowie ein Oxydel mit Frühlingskräutern.

Kurs 251-3607-S

Sabrina Bauer, Kräuter-Erlebnispädagogin

Dienstag, 28.01.25, 18.30-20.30 Uhr

vhs-Haus, Vortragssaal

€ 26,- (inkl. Material und Gefäße zum Mitnehmen)



Kosmetik selbst gemacht:

Unsere DIY-Workshops

Nicht nur, weil es großen Spaß macht... sondern auch und vor allem, weil man so garantiert weiß, was drin ist, wird der Trend zum selbst Herstellen von Kosmetika immer größer. Das ist auch gar nicht so schwer, wie es zunächst den Anschein macht, mit etwas Übung geht es sogar richtig schnell. Die wichtigsten Basics dazu gibt es in unseren Workshops mit Kräuternerlebnispädagogin Sabrina Bauer.

Workshop 1: Startschuss in den Frühling

Der Frühling steht vor der Tür und auch in Sachen Kosmetik wird es damit Zeit uns auf die neue Jahreszeit einzustellen. Wir stellen heute ein Haartonikum, Lippenbalsam und ein belebendes Körperöl her.

Kurs 251-3601-S

Sonntag, 23.02.25, 10.00-12.00 Uhr

vhs-Haus, Vortragssaal

Workshop 2: Schöne Hände und Füße

Gepflegte Hände sind für viele Menschen sehr wichtig. Aber auch die Füße möchten umsorgt werden, die uns unser Leben tragen und damit viel zu tun haben ... Wir kümmern uns heute mit einfachen und natürlichen Mitteln um ihre Pflege: Wir werden ein Fußbadesalz, ein Peeling und ein Nagelpflegeöl herstellen.

Kurs 251-3602-S

Sonntag, 23.02.25, 14.00-16.00 Uhr

vhs-Haus, Vortragssaal

Workshop 3: Leichte Sommerkosmetik I

Auch oder gerade wegen der wärmeren Temperaturen brauchen wir vermehrt Pflege. Heute stellen wir stellen eine leichte Schüttellotion, ein kühlendes Bein- und Körperspray sowie eine Deocreme her.

Kurs 251-3603-S

Dienstag, 24.06.25, 18.30-20.30 Uhr

vhs-Haus, Vortragssaal

Workshop 4: Leichte Sommerkosmetik II

Je höher die Temperaturen steigen, desto mehr sehnen wir uns nach Abkühlung ... Die gibt es heute mit einem selbst hergestellten kühlenden Fußbadesalz, einem frischen Deospray und einer Aftersun-Schüttellotion.

Kurs 251-3604-S

Sonntag, 06.07.25, 10.00-12.00 Uhr

vhs-Haus, Vortragssaal

Workshop 5: Alles für die Haare

Auch unsere Kopfhaut und Haare benötigen Pflege – und im Sommer natürlich auch etwas Abkühlung! Heute erfahren Sie, wie Do-it-yourself für ein Haartonikum, ein Leave-in-Pflegespray und ein Trockenshampoo funktioniert.

Kurs 251-3605-S

Sonntag, 06.07.25, 14.00-16.00 Uhr

vhs-Haus, Vortragssaal

Die Workshops sind einzeln buchbar, Sie können selbstverständlich aber auch zwei oder mehr Kurse buchen.

Gebühr für einen Workshop (inklusive Material):	€ 26,00
Gebühr für zwei Workshops (inklusive Material):	€ 49,00
Gebühr für drei Workshops (inklusive Material):	€ 73,00
Gebühr für vier Workshops (inklusive Material):	€ 96,00
Gebühr für fünf Workshops (inklusive Material):	€ 119,00

Sie können sich jederzeit bei uns anmelden:

Tel.: 06203 1894960 · 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

Einige unserer Leistungen:

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

Charlotte Günther
Fotosatz pick-up
Druckvorlagenherstellung

In der Schanz 1
69198 Schriesheim
Fon: (0 62 03) 6 34 94
Mobil: (0171) 9 33 35 29
kontakt@fotosatz-pickup.de
www.fotosatz-pickup.de



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



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 Geburtstag, zum Muttertag zu Ostern, 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.*

Die Gebühren für unsere Sprachkurse richten sich nach der Anzahl der Termine und der Teilnehmerzahl				
	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 ab 8 Teilnehmern	€ 86,00	€ 71,00	€ 58,00	€ 50,00
Kursgebühr bei 7 Teilnehmern	€ 97,00	€ 78,00	€ 65,00	€ 56,00
Kursgebühr bei 6 Teilnehmern	€ 108,00	€ 91,00	€ 74,00	€ 64,00
Kursgebühr bei 5 Teilnehmern	€ 119,00	€ 104,00	€ 86,00	€ 76,00
Kursgebühr bei 4 Teilnehmern	€ 148,00	€ 130,00	€ 107,00	€ 95,00
Kursgebühr bei unter 4 Teilnehmern	Individuelle Lösung in Absprache zwischen TeilnehmernInnen, Dozent/-in und Geschäftsstelle der vhs			



© Pixabay

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 242-4100-W

montags bis freitags, 8:30-12:30 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum 2

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 18949-60

ENGLISCH



Let's start again! Grundstufe A2

Englisch haben Sie vor längerer Zeit gelernt – und vieles davon auch wieder vergessen ... doch irgendwo im Hinterkopf schlummern noch einige Sprachkenntnisse, die nur darauf warten, wieder aktiviert zu werden. In diesem Kurs nähern wir uns mithilfe gezielter Übungen wieder den grammatikalischen Strukturen an und erweitern sukzessive unseren Wortschatz – Sie erwartet eine bunte und kreative Mischung aus allem, was man beim Sprachenlernen so braucht: Grammatik, Aussprache, Konversation und vieles mehr! Gerne berücksichtigen wir dabei Ihre Wünsche und passen unser Programm individuell an den Bedarf der Gruppe an.

Chrissi Argiriadou-Hermann

Kurs 251-4104-S

dienstags 17.45-19.15 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 2
12 Termine, ab 14.01.25
€ 86,-*

Kurs 251-4105-S

dienstags 17.45-19.15 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 2
12 Termine, ab 29.04.25
€ 86,-*

„Nice to meet you!“: Englisch für Junggebliebene

Grundstufe A2

Man sagt „Reisen bildet“ – Sprachen lernen bildet aber auch! Und das Beste: Man kann beides wunderbar miteinander verbinden. Um sich im Ausland verständlich zu machen, helfen bereits Grundkenntnisse der englischen Sprache. In diesem Kurs lernen Sie die wichtigsten Basics: Sie studieren gängige Situa-

tionen mit Rollenspielen ein, auf die Sie beim Reisen stoßen können und lesen einfache Texte. Sie sprechen über alltägliche Dinge und üben anhand abwechslungsreicher Aufgaben Grammatik und Wortschatz. Im Vordergrund stehen Verständnis und Sprechen sowie der Spaß an der englischen Sprache. Dabei soll mit Muße und ohne jeglichen Leistungsdruck gelernt werden.

Renate Bürk-Dornblüth

Kurs 251-4102-S

donnerstags 15.00-16.30 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 1
12 Termine, ab 16.01.25
€ 86,-*

Kurs 251-4103-S

donnerstags 15.00-16.30 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 1
10 Termine, ab 08.05.25
€ 71,-*

Englisch für WiedereinsteigerInnen mit Vorkenntnissen

Mittelstufe B1

Ihr Englisch war eigentlich immer ganz gut, 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 251-4100-S

mittwochs 17:30-19:00 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum 2
10 Termine, ab 08.01.25
€ 71,-*

Kurs 251-4101-S

mittwochs 17.30-19.00 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum 2
10 Termine, ab 30.04.25
€ 71,-*

English Conversation

Pre-intermediate

Mittelstufe B1

Sie trauen sich noch nicht das freie Sprechen auf Englisch in einem Konversationskurs zu? Kein Problem! In diesem Kurs festigen Sie mithilfe eines Lehrbuchs und anderen Unterrichtsmaterialien Ihre Sprachkenntnisse, wobei das freie Sprechen nicht zu kurz kommt. TeilnehmerInnen, die über Vorkenntnisse von mindestens drei Jahren Schulenglisch oder vergleichbare Kenntnisse verfügen, sind in diesem Kurs herzlich willkommen!

Nicola Maria Ott

Kurs 251-4106-S

donnerstags 18:30-20:00 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 1
12 Termine, ab 16.01.25
€ 86,-*

Kurs 251-4107-S

donnerstags 18:30-20:00 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 1
9 Termine, ab 08.05.25
€ 64,-*

Ihr Comeback auf Englisch

Mittelstufe B1/B2

Mit guten Vorkenntnissen in Englisch sind Sie hier genau richtig! Sie frischen diese mit zahlreichen Wiederholungsübungen auf und ergänzen Sie Schritt für Schritt durch neuen Wortschatz. Dabei liegt unser Fokus auf der mündlichen und schriftlichen Kommunikation. Wir lesen außerdem Charles Dickens' klassischen Roman „Oliver Twist“ (in einer stufengerechten Form) zuende und starten dann – zusätzlich zu unserem Lehrbuch – mit kurzen und spannenden Krimigeschichten. Schließen Sie sich unserer Runde an und freuen sich auf zwangloses Lernen in angenehmer Atmosphäre.

Chrissi Argiriadou-Hermann

* Kursgebühr ab 8 Teilnehmenden – sind es weniger, erhöht sich die Gebühr entsprechend der Gebührentabelle auf Seite 36.

* Kursgebühr ab 8 Teilnehmenden – sind es weniger, erhöht sich die Gebühr entsprechend der Gebührentabelle auf Seite 36.

Kurs 251-4108-S
dienstags 16.00-17.30 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 2
12 Termine, **ab 14.01.25**
€ 86,-*

Kurs 251-4109-S
dienstags 16.00-17.30 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 2
12 Termine, **ab 29.04.25**
€ 86,-*

English Conversation Class Mittelstufe B2/C1

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 include travel, culture, technology, politics or whatever you like. Grammar, vocabulary and pronunciation won't be forgotten either.
Andrina Woodhead

Kurs 251-4110-S
mittwochs 15.45-17.15 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum 2
10 Termine, **ab 08.01.25**
€ 71,-*

Kurs 251-4111-S
mittwochs 15.45-17.15 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum 2
10 Termine, **ab 30.04.25**
€ 71,-*

FRANZÖSISCH



Französisch für alle Grundstufe A1.1 für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen

In diesem Kurs üben wir gemeinsam kleine Dialoge in denen es darum geht, Informationen über sich selbst zu geben, die Umgebung zu beschreiben oder etwas im Café zu bestellen. Oberstes Ziel ist dabei, Fragen zu verstehen und in kurzen Sätzen mit korrektem Satzbau zu antworten – wir fokussieren uns dabei unter anderem darauf, wie man Sätze am besten anfängt. Claire Basque achtet besonders auf die korrekte Aussprache, damit Sie gut verstanden werden und auch selbst ein besseres Hörverständnis bekommen, außerdem wird so auch das Lesen leichter ... Und dann ... ab nach Frankreich!
Claire Basque

Lehrbuch: „Französisch zum Mitreden“
ISBN 978-3-19-529470-6**

Kurs 251-4200-S
donnerstags 16.00-17.00 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 2
12 Termine, **ab 16.01.25**
€ 58,-*

Kurs 251-4201-S
donnerstags 16.00-17.00 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 2
10 Termine, **ab 08.05.25**
€ 50,-*

Französisch auf dem Weg zum Niveau Seuil

Grundstufe A2
In diesem Kurs fokussieren wir uns darauf, mehr Länge und Nuancen in unsere Sätze zu bringen. Wir erweitern situationsbezogen unseren Wortschatz und lernen die Unterschiede zwischen informeller und formeller Sprache kennen, ferner kommen andere Zeitformen zum Präsens hinzu. Das Hörverständnis wird

weiterhin geschult. Unser Ziel ist die Erreichung des „Niveau Seuil“ (A2/B1), also eine gute Autonomie in der Sprache zu erlangen.

Claire Basque

Lehrbuch: „Chapeau A2“
ISBN 978-3-19-103434-4**

Kurs 251-4203-S
donnerstags 17.15-18.45 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum 2
12 Termine, **ab 16.01.25**
€ 86,-*

Kurs 251-4204-S
donnerstags 17.15-18.45 Uhr
vhs-Haus, Seminarraum 2
10 Termine, **ab 08.05.25**
€ 71,-*

Da manche im ersten Termin „schnuppern“ und erst danach feststeht, ob/mit wie vielen Teilnehmenden der Kurs stattfindet, sollten Sie sich das Lehrbuch erst zur zweiten Kursstunde besorgen – selbstverständlich versorgt Sie ihre Dozenten bis dahin mit den nötigen Kopien.

**Für die Richtigkeit der angegebenen ISBN-Nummern übernehmen wir keine Gewähr.

Französisch mit Muße

Grundstufe A2.3
Sie möchten Ihre Grundkenntnisse wieder auffrischen, festigen, vertiefen und erweitern? In entspannter Atmosphäre und mit moderatem Tempo trainieren wir in diesem Kurs Grammatik, Hörverständnis, Lesen und Sprechen anhand von Alltagssituationen.
Ursula Genthner

Kurs 251-4205-S
mittwochs 16.30-18.00 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 2
12 Termine, **ab 15.01.25**
€ 86,-*

Kurs 251-4206-S
mittwochs 16.30-18.00 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 2
11 Termine, **ab 30.04.25**
€ 79,-*

Französisch für Wiedereinsteiger Mittelstufe B1

Lesen Sie gerne Geschichten über Land und Leute sowie deren Eigenheiten und Traditionen? Anhand verschiedener Texte und Geschichten tauchen wir ins französische Leben ein und wiederholen und verbessern nebenbei unsere bereits erworbenen Sprachkenntnisse. Grammatikalische Strukturen werden mittels Übungen wiederholt und gefestigt – der perfekte Kurs für alle Frankreichfans!
Ursula Genthner

Kurs 251-4207-S
montags 17.30-19.00 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 1
12 Termine, **ab 13.01.25**
€ 86,-*

Kurs 251-4208-S
montags 17.30-19.00 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 1
11 Termine, **ab 28.04.25**
€ 79,-*

Französisch Auffrischkurs

Mittelstufe B1.5
Möchten Sie Ihre Französischkenntnisse systematisch auffrischen oder haben Sie sich entschlossen Französisch weiter zu lernen? Hut ab, Chapeau! Dieser Kurs bietet vielfältige Anlässe zum Hörverstehen und Sprechen, zur Vertiefung des Wortschatzes und zur Wiederholung und Festigung der Grammatik. So werden Sie sicherer im Gebrauch der Sprache und lernen durch lebensnahe und authentische Texte sowie weitere vielfältige Materialien auch landeskundliche und kulturelle Aspekte Frankreichs kennen.
Ursula Genthner

*Kursgebühr ab 8 Teilnehmenden – sind es weniger, erhöht sich die Gebühr entsprechend der Gebührentabelle auf Seite 36.

*Kursgebühr ab 8 Teilnehmenden – sind es weniger, erhöht sich die Gebühr entsprechend der Gebührentabelle auf Seite 36.

Kurs 251-4209-S
mittwochs 18.15-19.45 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 2
12 Termine, ab **15.01.25**
€ 86,-*

Kurs 251-4210-S
mittwochs 18.15-19.45 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 2
10 Termine, ab **30.04.25**
€ 71,-*

Französisch für Fortgeschrittene Mittelstufe B1/B2

Wir sind ein kleiner Kreis von Frankreichliebhabern und beschäftigen uns mit Texten aller Gattungen (Beiträge aus Zeitungen und Zeitschriften, Berichte über Land und Leute,

kurze fiktionale Texte und Chansons). Dabei erweitern und verbessern wir unseren Wortschatz, unsere Aussprache und Kommunikationsfähigkeit, Grammatikkenntnisse werden wiederholt und gefestigt.

Ursula Genthner
Kurs 251-4211-S
montags 11.00-12.00 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 2
12 Termine, ab **13.01.25**
€ 58,-*

Kurs 251-4212-S
Ursula Genthner
montags 11.00-12.00 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 2
11 Termine, ab **28.04.25**
€ 53,-*

ITALIENISCH

Italienisch Grundstufe A1.2



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

Kurs 251-4400-H (Hybridkurs)
Giuliana Polidoro
mittwochs 18.00-19.30 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 1
12 Termine, ab **15.01.25**
€ 86,-*

Kurs 251-4401-H (Hybridkurs)
mittwochs 18.00-19.30 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 1
10 Termine, ab 30.04.25
€ 71,-*

Italienisch Für Anfänger mit Vorkenntnissen Grundstufe A2.1/2

Dieser Kurs richtet sich an alle, die bereits gute Vorkenntnisse auf dem Niveau A1 erreichen haben. In angenehmer Atmosphäre werden wir die Grammatik lernen, den Wortschatz erweitern und üben, uns in Alltagssituationen zu verständigen. Wie? Mit Sprachpraxis und viel Spaß, der in diesem Kurs im Vordergrund steht.

Daniela Lazzari
Kurs 251-4402-S
donnerstags 11.00-12.30 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 1
12 Termine, ab **16.01.25**
€ 86,-*

Kurs 251-4403-S
donnerstags 11.00-12.30 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 1
8 Termine, ab **08.05.25**
€ 57,-*

Italienisch Mittelstufe B1.2
In diesem Kurs bauen Sie Ihre Italienischkenntnisse sukzessive aus, lernen sich in Alltagssituationen besser zu verständigen und finden sich immer leichter in einfache Konversationen ein – die ideale Vorbereitung für Ihren nächsten Trip nach Italien!
Giuliana Polidoro

Kurs 251-4406-H (Hybridkurs)
mittwochs 19.35-21.05 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 1
12 Termine, ab **15.01.25**
€ 86,-*

Kurs 251-4407-H (Hybridkurs)
mittwochs 19.35-21.05 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 1
10 Termine, ab **30.04.25**
€ 71,-*

Da Giuliana Polidoro zeitweise in Italien lebt, finden ihre Kurse im Hybridmodus statt: Sie treffen sich weiterhin in der Gruppe und wenn sie in Italien ist, schalten wir Ihnen die Dozentin virtuell in Ihrem Klassenraum zu – alternativ können Sie sich auch zu allen Terminen von zu Hause aus zuschalten.

Italienisch Mittelstufe B1.3
Dieser Kurs ist der richtige für Sie, wenn Sie bereits die Grundstufen von A1 bis B1.3 absolviert haben. Wir vertiefen unsere bereits erworbenen Sprachkenntnisse – unter anderem mit Krimis und Kurzgeschichten – und auch die Grammatikübungen gehören selbstverständlich dazu. Neue TeilnehmerInnen sind uns jederzeit herzlich willkommen.
Cristiana Lagger

Kurs 251-4404-S
donnerstags 10:00-11:30 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 2
12 Termine, ab **16.01.25**
€ 86,-*

Kurs 251-4405-S
donnerstags 10:00-11:30 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 2
6 Termine, ab **08.05.25**
€ 43,-*

Italienisch Mittelstufe B1.6/7
Der perfekte Kurs für alle, die gemütlich von zu Hause aus Italienisch lernen möchten. Wir werden zusammen die Grammatik vertiefen, den Wortschatz erweitern und kleine Konversationen über interessante Themen auf Italienisch durchführen. Das Ziel? Sich besser auf Italienisch auszudrücken!
Daniela Lazzari

Kurs 251-4408-0 (Online)
mittwochs 16.00-17.30 Uhr
12 Termine, ab **15.01.25**
€ 86,-*

Kurs 251-4409-0 (Online)
mittwochs 16.00-17.30 Uhr
10 Termine, ab **30.04.25**
€ 71,-*

**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 251-4410-H (Hybridkurs)
freitags 09.30-11.00 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 2
12 Termine, ab **17.01.25**
€ 86,-*

*Kursgebühr ab 8 Teilnehmenden – sind es weniger, erhöht sich die Gebühr entsprechend der Gebührentabelle auf Seite 36.

*Kursgebühr ab 8 Teilnehmenden – sind es weniger, erhöht sich die Gebühr entsprechend der Gebührentabelle auf Seite 36.

Kurs 251-4411-H (Hybridkurs)

freitags 09.30-11.00 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 2
10 Termine, ab **02.05.25**
€ 71,-*

Da Giuliana Polidoro zeitweise in Italien lebt, finden ihre Kurse im Hybridmodus statt: Sie treffen sich weiterhin in der Gruppe und wenn sie in Italien ist, schalten wir Ihnen die Dozentin virtuell in Ihrem Klassenraum zu – alternativ können Sie sich auch zu allen Terminen von zu Hause aus zuschalten.

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 251-4412-S

donnerstags 9.15-10.45 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 1
12 Termine, ab **16.01.25**
€ 86,-*

Kurs 251-4413-S

donnerstags 9.15-10.45 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 1
8 Termine, ab **08.05.25**
€ 57,-*

SPANISCH

Spanisch: Auffrischung, Wiederholung und Vertiefung



Grundstufe A2.1

Sie möchten bereits vorhandene Spanischkenntnisse erweitern? Sehr gerne, in diesem Kurs sind Sie dafür genau richtig! Unser Schwerpunkt liegt auf der mündlichen Kommunikation, dabei üben wir die Fähigkeit uns flüssig auszudrücken in Partner- und Gruppenarbeiten ein. Durch interessante Lese- und Hör-/Verstehenstexte vermittelt die muttersprachliche Dozentin daneben ein aktuelles Bild der spanischsprachigen Welt.

Kurs 251-4301-0 (Online)

Ana Maria Mena Montes
mittwochs 13.30-14.30 Uhr
12 Termine, ab **22.01.25**
€ 58,-*

¡Descubre el mundo español!

Spanisch, Grundstufe A2

„Haciendo y mejorando se va aprendiendo.“ Genau das bietet dieser Kurs: Wir lernen durch neue Erfahrungen, Praxisübungen und Korrekturen. So können Sie bereits vorhandenes Sprachwissen nutzen und verbessern Ihre Sprachkompetenz durch neue Kenntnisse. ¡Nos dará gusto verte!
Walter Donald Spiegeler

Kurs 251-4303-S

donnerstags 17.30-19.00 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 2
12 Termine, ab **16.01.25**
€ 86,-*

Kurs 251-4304-S

donnerstags 17.30-19.00 Uhr
vhs-Haus, Sprachraum 2
10 Termine, ab **08.05.25**
€ 71,-*

NEUGRIECHISCH

Neugriechisch Anfängerkurs



Grundstufe A1 für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse

Die griechische Sprache lässt sich über ungefähr 4.000 Jahre bis in die Epochen der antiken Athener, Trojanischen Kriege und griechischen Mythen zurückverfolgen und schon beim Lernen des griechischen Alphabets und der ersten Vokabeln werden Sie merken, dass Ihnen viel mehr davon bekannt ist, als Sie je gedacht hätten! Wir legen in diesem Kurs den Schwerpunkt auf die Kommunikation in verschiedenen Alltagssituationen. Wir lernen anhand vieler praktischer Übungen und Wiederholungen und setzen uns spielerisch und kreativ mit dem Lernstoff auseinander. Dabei fließen auch kulturelle sowie landestypische Aspekte mit ein. Pame! (Los geht's!)

Kurs 251-4503-0 (Online)

Chrissi Argiriadou-Hermann
mittwochs 19.45-21.15 Uhr
8 Termine, ab **30.04.25**
€ 57,-*

Lehrbuch: Pame! Πάμε! A1 Kursbuch, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-005404-6**

Arbeitsbuch: Pame! Πάμε! A1 Arbeitsbuch, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-025404-0**

Da manche Teilnehmer/innen die erste Kursstunde „schnuppern“ und erst danach feststeht, ob/mit wie vielen Teilnehmenden der Kurs stattfindet, sollten Sie sich das Lehrbuch erst zur zweiten Kursstunde besorgen – selbstverständlich versorgt Sie Ihre Dozenten bis dahin mit den nötigen Kopien.

**Für die Richtigkeit der angegebenen ISBN-Nummern übernehmen wir keine Gewähr.

Neugriechisch für Fortgeschrittene Mittelstufe B2

Dieser Kurs setzt ein fortgeschrittenes Sprachniveau voraus, dabei liegt unser Schwerpunkt auf mündlichen und schriftlichen Kommunikationsfähigkeiten sowie auf der Wiederholung grammatikalischer Strukturen. Zusätzlich zu unserem Lehrbuch lesen wir in einer unserer Stufe angepassten Stufe angepassten Form den Klassiker „Παραμυθι χωρίς ονομα“, „Ein Märchen ohne Namen“ der berühmten Autorin Πηνελόπη Λεβτα./ Penelope Delta, das auch in unserer Zeit noch sehr aktuell ist. Außerdem diskutieren wir über aktuelle Themen – und natürlich freuen wir sehr über neue TeilnehmerInnen, die sich unserer netten Gruppe anschließen möchten.
Chrissi Argiriadou-Hermann

Kurs 251-4501-0 (Online)

mittwochs 18.00-19.30 Uhr
12 Termine, ab **15.01.25**
€ 86,-*

Kurs 251-4502-0 (Online)

mittwochs 18.00-19.30 Uhr
12 Termine, ab **30.04.25**
€ 86,-*



*Kursgebühr ab 8 Teilnehmenden – sind es weniger, erhöht sich die Gebühr entsprechend der Gebührentabelle auf Seite 36.

*Kursgebühr ab 8 Teilnehmenden – sind es weniger, erhöht sich die Gebühr entsprechend der Gebührentabelle auf Seite 36.



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

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



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, 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.

Zehnfingerschreiben am Computer Online-Kurs für Erwachsene, Jugendliche und Kinder ab der 4. Klasse

In Kooperation mit der vhs Heddeshaim

Wer professionell Computerschreiben kann, profitiert in vielen Bereichen. Schnell tippen spart Zeit und ist gut für die Gesundheit, denn es schont die Augen und entlastet die Halswirbelsäule. In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden das Computerschreiben blind mit zehn Fingern – und das mit nur drei Kursterminen plus häuslichen Übungen. Sicherheits- und Schnellschreibtraining gehören ebenfalls zum Programm. Bei dieser Lernmethode werden Erkenntnisse aus der Gehirnforschung und dem Gedächtnistraining genutzt und miteinander verbunden: So erfolgt das Lernen ganzheitlich und spielerisch mit Geschichten, Bildern und Musik. Kein stures Erlernen der Tasten – im Gegenteil: Bei dieser Methode steht der Spaß im Vordergrund!

Der Kurs findet über WEBEX statt und die Zugangsdaten werden rechtzeitig vor Kursbeginn versandt.

Voraussetzung: Zur Teilnahme an diesem Onlinekurs wird ein Laptop/PC mit Kamera und Mikrofon (auch Headset möglich) sowie eine gute Internetverbindung benötigt.

Bitte bereithalten: Schreibzeug, 4 Filzstifte: gelb, rot, blau, grün

Dorothea Fudickar, staatlich geprüfte Lehrerin für Textverarbeitung mit jahrelanger Erfahrung und großem Fachwissen

Kurs 251-6601HE

donnerstags, 18:00-21:00 Uhr

3 Termine **ab 13.02.25**

€ 113,- inklusive Kursmaterial (Kursbuch mit Tastatur-Lernkarte und Zugang zu einem passend programmierten Online-Tipptrainer)

Bei Anmeldung bis zum 29. Januar kann das Material auf dem Postweg geschickt werden. Danach muss es in der Geschäftsstelle der vhs Heddeshaim abgeholt werden.

Grundkurs Excel

In diesem Kurs werden die grundlegenden Bestandteile des MS-Office-Programmes Excel in komprimierter Form geschult und folgende Themen behandelt:

- Tabellenblatt erstellen, ändern, speichern, drucken
- Tabelleninhalte und Formeln kopieren bzw. verschieben
- Formatieren
- Arbeiten mit einfachen Formeln
- Nutzen des Funktionsassistenten (Runden, Kürzen, statistische Funktionen ...)
- Erstellung von Präsentationsgrafiken
- Einsatz der Formelüberwachung

Kurs 251-5140-S

Matthias Dengel
mittwochs, 18:00-21:00 Uhr
3 Termine, ab **19.03.25**
vhs-Haus, EDV-Raum
€ 74,-

Crashkurs Outlook

In diesem Kurs gehen wir auf die wichtigsten Outlook-Tools ein und behandeln folgende Themen:

- Adressbuch, inklusive Zugriff aus Word
- Aufgabenlisten
- Kalender
- E-Mails: Posteingang/Postausgang

Kurs 251-5141-S

Matthias Dengel
Donnerstag, 03.04.25, 18.00-21.45 Uhr
vhs-Haus, EDV-Raum
€ 25,-



Crashkurs Word

In diesem Kurs werden die grundlegenden Bestandteile des Microsoft-Office-Programms Word in komprimierter Form geschult und folgende Themen behandelt:

- Texte erstellen, kopieren, umstellen, speichern, wieder aufrufen
- Drucken
- Seiten einrichten
- Formatieren (Zeichen, Absatz, Rahmen ...)
- Aufzählungen und Nummerierungen
- Textbausteine und Tabellen
- Silbentrennung und Rechtschreibprüfung mit Autokorrektur
- DIN-Norm für Briefe und E-Mails

Kurs 251-5142-S

Matthias Dengel
Samstag, 29.03.25, 9.15-16.00 Uhr
vhs-Haus, EDV-Raum
€ 25,-

- Unsere PC-Kurse finden im modern 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.
- Voraussetzungen für unsere Microsoft-Office-Kurse sind allgemeine PC- und Windows-Grundkenntnisse.

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 18949-60 · 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 € 40,-.

Telefon 06203 18949-60 · info@vhs-schriesheim.de

SCHADE! ... hätten wir gewusst, dass Sie teilnehmen möchten, hätten wir den Kurs nicht abgesagt. Daher unsere Bitte: Melden Sie sich rechtzeitig an!

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-, Rechnungs- 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.



© MS-Office ClipArts

Finanzbuchführung 1

Der 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 251-5500-0 (Online)

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
24 Termine, **ab 04.03.25**
€ 445,- inkl. Lehrmittel

Kurs 251-5501-0 (Online)

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
24 Termine, **ab 29.07.25**
€ 445,- 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 ein-

fache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie kompetent zu bearbeiten.

Kurs 251-5502-0 (Online)

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
20 Termine, **ab 04.03.25**
€ 410,- inkl. Lehrmittel

Kurs 251-5503-0 (Online)

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
20 Termine, **ab 29.07.25**
€ 410,- 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 251-5504-0 (Online)

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
20 Termine, **ab 04.03.25**
€ 370,- 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 251-5505-0 (Online)

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
20 Termine, **ab 04.03.25**
€ 370,- 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 251-5506-0 (Online)

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
20 Termine, **ab 04.03.25**
€ 370,- 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 251-5507-0 (Online)

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
24 Termine, **ab 04.03.25**
€ 445,- inkl. Lehrmittel

Kurs 251-5508-0 (Online)

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
24 Termine, **ab 29.07.25**
€ 445,- 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 251-5509-0 (Online)

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
20 Termine, **ab 04.03.25**
€ 370,- inkl. Lehrmittel

Lohn und Gehalt 2

Der 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 251-5510-0 (Online)

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
22 Termine, ab **04.03.25**
€ 410,- inkl. Lehrmittel

Kurs 251-5511-0 (Online)

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
22 Termine, ab **29.07.25**
€ 410,- 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 251-5511-0 (Online)

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
11 Termine, ab **04.03.25**
€ 205,- 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 251-5512-0 (Online)

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
16 Termine, ab **04.03.25**
€ 370,- inkl. Lehrmittel

Kurs 251-5513-0 (Online)

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
16 Termine, ab **29.07.25**
€ 370,- inkl. Lehrmittel

Lohn und Gehalt DATEV

Ziel dieses Kurses ist es, die Erstellung der Lohn- und Gehaltsabrechnungen am PC systematisch und anwendungsbezogen zu vermitteln. Anhand der DATEV Software werden Gehaltsabrechnungen für Arbeiter/innen, Angestellte und Aushilfskräfte erstellt. Dabei werden die wichtigsten Arbeitsschritte wie das Anlegen von Firmenstammdaten, von Personaldateien bis hin zum Ausdruck von Monats- und Jahresmeldungen anhand von praxisnahen Beispielen erklärt.

Kurs 251-5514-0 (Online)

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
16 Termine, ab **04.03.25**
€ 370,- inkl. Lehrmittel

Kurs 251-5515-0 (Online)

dienstags + donnerstags, 18.30-20.30 Uhr
16 Termine, ab **29.07.25**
€ 370,- inkl. Lehrmittel

JUNGE VHS

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 Science-Lab spielerisch das Interesse an Natur, Technik und Umwelt. In kleinen Gruppen bekommen Kinder 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

Luft: Atmen, Fliegen und vieles mehr ...

ScienceLab Forschervormittag für Kinder von 6-10 Jahren

Luft ist nicht nur zum Atmen da – aber was ist Luft überhaupt, wo gibt es sie überall und wofür brauchen wir sie eigentlich? Warum steigt ein Heißluftballon auf, warum kann ein tonnenschweres Flugzeug fliegen? Gemeinsam gehen wir auf Entdeckungstour und finden in spannenden Experimenten heraus, woraus Luft besteht und was sie alles kann. Und natürlich lernen wir verstehen, warum etwas fliegt. Dazu bauen wir Flugobjekte und lassen sie gemeinsam fliegen.

Bitte mitbringen: einen kleinen Snack und etwas zu trinken

Kurs 242-6023-S

Dr. Sabine Rosenberger, Dipl.-Biologin, Kursleiterin bei ScienceLab e. V.

Samstag, 25.01.25, 10:00-13:00 Uhr

vhs-Haus, Werkraum im UG

€ 25,-

Mikroskopie: Die Welt im Kleinen ganz Groß

ScienceLab Forschervormittag für Kinder von 6-10 Jahren

Viele spannende Dinge bleiben uns verborgen, weil sie zu klein sind, um sie mit bloßem Auge zu sehen. Mit Hilfe des Mikro-

skops können wir sie sichtbar machen und entdecken dabei, wie viele Lebewesen sich in einem Tropfen Teichwasser tummeln, wie zauberhaft ein Salzkristall aussieht und vieles mehr ...

Bitte mitbringen: einen kleinen Snack und etwas zu trinken

Kurs 242-6024-S

Dr. Sabine Rosenberger, Dipl.-Biologin, Kursleiterin bei ScienceLab e. V.

Samstag, 22.02.25, 10:00-13:00 Uhr

vhs-Haus, Werkraum im UG

€ 25,-

Der Weltraum: Unendliche Weiten

ScienceLab Forschervormittag für Kinder von 6-10 Jahren

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

Bitte mitbringen: einen kleinen Snack und etwas zu trinken

Kurs 251-6020-S

Dr. Sabine Rosenberger, Dipl.-Biologin, Kursleiterin bei ScienceLab e. V.

Samstag, 22.03.25, 10:00-13:00 Uhr

vhs-Haus, Werkraum im UG

€ 25,-

Unser Körper: Ein Wunderwerk der Natur

ScienceLab Forschervormittag für Kinder von 6-10 Jahren

Wie unser Körper von außen aussieht, wissen wir, aber wie sieht das alles von innen aus? Wie funktionieren unsere Organe? Wie sehen, hören, riechen, schmecken, fühlen wir? Diese und viele weitere Fragen wollen wir in diesem Kurs in spannenden Experimenten beantworten.

Bitte mitbringen: einen kleinen Snack und etwas zu trinken

Kurs 251-6021-S

Dr. Sabine Rosenberger, Dipl.-Biologin, Kursleiterin bei ScienceLab e. V.

Samstag, 03.05.25, 10:00-13:00 Uhr
vhs-Haus, Werkraum im UG
€ 25,-

Elektrowerkstatt: Mir geht ein Licht auf!

ScienceLab Forschervormittag für Kinder von 6-10 Jahren

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

Kurs 251-6022-S

Dr. Sabine Rosenberger, Dipl.-Biologin, Kursleiterin bei ScienceLab e. V.

Samstag, 24.05.25, 10:00-13:00 Uhr
vhs-Haus, Werkraum im UG
€ 25,-

Bunt, bunt, bunt sind alle meine Kleider

ScienceLab Forschervormittag für Kinder von 6-10 Jahren

In unserem Malkasten finden wir viele Farben, auch die Natur ist bunt, aber woher kommt das? Wir lösen aus unterschiedlichen Pflanzen Farbstoffe und stellen unsere eigenen Farben her, die wir natürlich auch sofort ausprobieren. Wenn Ihr Lust auf spannende Experimente rund um das Thema Farbe habt, ist das genau der richtige Kurs für Euch!

Bitte mitbringen: einen kleinen Snack und etwas zu trinken

Kurs 251-6023-S

Dr. Sabine Rosenberger, Dipl.-Biologin, Kursleiterin bei ScienceLab e. V.

Samstag, 28.06.25, 10:00-13:00 Uhr
vhs-Haus, Werkraum im UG
€ 25,-

Wasser ist nicht nur zum Waschen da

ScienceLab Forschervormittag für Kinder von 6-10 Jahren

Wir erforschen die Bedeutung des Wassers ebenso wie seine Eigenschaften und Fähigkeiten. Wie wird zum Beispiel schmutziges Wasser wieder sauber? Wie schwer ist Wasser? Was schwimmt und was geht unter und warum? Diese Fragen beantworten wir mit cleveren Experimenten rund ums Wasser.

Bitte mitbringen: einen kleinen Snack und etwas zu trinken

Kurs 252-6003-S

Dr. Sabine Rosenberger, Dipl.-Biologin, Kursleiterin bei ScienceLab e. V.

Samstag, 27.09.25, 10:00-13:00 Uhr
vhs-Haus, Werkraum im UG
€ 25,-

DEUTSCH

Vorbereitung auf den Realschulabschluss im Fach Deutsch

In Kooperation mit der vhs Dossenheim

Noch einmal Vollgas geben und die Zähne zusammenbeißen: So geht Ihr mit einem satelfesten Gefühl in die Abschlussprüfungen. Im Kurs wird explizit auf Eure individuellen Fragen eingegangen und in Kleingruppen bis zu maximal acht TeilnehmerInnen gearbeitet. Roland Belzner

Kurs 251-4001D0

Montag, 14.04.25, 10:00-13:00 Uhr
Dienstag, 15.04.25, 10:00-13:00 Uhr
Mittwoch, 16.04.25, 10:00-13:00 Uhr
vhs Dossenheim, Schauenburghalle
(Gerhart-Hauptmann-Straße 7, 69221 Dossenheim), Raum 5
€ 70,-

ENGLISCH

Vorbereitung auf den Realschulabschluss im Fach Englisch

In Kooperation mit der vhs Dossenheim

Noch einmal Vollgas geben und die Zähne zusammenbeißen: So geht Ihr mit einem satelfesten Gefühl in die Abschlussprüfungen. Im Kurs wird explizit auf Eure individuellen Fragen eingegangen und in Kleingruppen bis zu maximal acht TeilnehmerInnen gearbeitet. Victoria Wicks

Kurs 251-4101D0

Montag, 14.04.25, 10:00-13:00 Uhr
Dienstag, 15.04.25, 10:00-13:00 Uhr
Mittwoch, 16.04.25, 10:00-13:00 Uhr
vhs Dossenheim, Schauenburghalle
(Gerhart-Hauptmann-Straße 7, 69221 Dossenheim), Raum 4
€ 70,-

MATHE

Vorbereitung auf den Realschulabschluss im Fach Mathe

In Kooperation mit der vhs Dossenheim

Noch einmal Vollgas geben und die Zähne zusammenbeißen: So geht Ihr mit einem satelfesten Gefühl in die Abschlussprüfungen. Im Kurs wird explizit auf Eure individuellen Fragen eingegangen und in Kleingruppen bis zu maximal acht TeilnehmerInnen gearbeitet. Michael Pyrsch

Kurs 251-6501D0

Dienstag, 22.04.25, 10:00-13:00 Uhr
Mittwoch, 23.04.25, 10:00-13:00 Uhr
Donnerstag, 24.04.25, 10:00-13:00 Uhr
vhs Dossenheim, Schauenburghalle
(Gerhart-Hauptmann-Straße 7, 69221 Dossenheim), Raum 5
€ 70,-

KREATIVITÄT

DIY: Oster-Geschenke selbst gemacht

(Für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren)

Wie wäre es, wenn Du Geschenke mithilfe von Dingen aus der Natur selbst herstellen könntest? Für deine Lieben und natürlich auch für Dich selbst. Kräutelerlebnispädagogin Sabrina Bauer zeigt Euch heute, wie Ihr einen Aromaroller, ein Kräutersalz (für das Frühstück-Osterei ...) sowie ein duftendes Raumspray herstellt.

Bitte mitbringen: Schürze, altes „Bastel-T-Shirt“ oder ähnliches

Kurs 251-3608-S

Sabrina Bauer, Kräuter-Erlebnispädagogin
Sonntag, 06.04.25, 10.00-12.00 Uhr
 vhs-Haus, Vortragssaal
 € 26,- (inkl. Material und Gefäße zum Mitnehmen)

Am 11. Mai ist Muttertag! Geschenke selbst gemacht

(Für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren)

Die wenigsten Mütter geben einen Wunschzettel ab und somit ist es immer besonders schwer, für sie ein schönes Geschenk zu finden. Dabei freut sie sich in der Regel ohnehin am meisten über Selbstgemachtes ... Wir haben darum einen ganz besonderen Kurs für Euch, in dem Ihr schöne Kleinigkeiten mithilfe von Dingen aus der Natur herstellen könnt. Kräutelerlebnispädagogin Sabrina Bauer freut sich auf Euch und gemeinsam stellt Ihr in Ihrem Workshop drei wundervolle Dinge her ... mehr wird nicht verraten, Ihr wollt Eure Mutter ja überraschen!

Bitte mitbringen: Schürze, altes „Bastel-T-Shirt“ oder ähnliches

Kurs 251-3609-S

Sonntag, 04.05.25, 14.00-16.00 Uhr
 vhs-Haus, Vortragssaal
 € 26,- (inkl. Material und Gefäße zum Mitnehmen)

SPORT & SPIEL

Schach für Grundschüler

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 251-6301-S

montags 13.45-14.45 Uhr
 vhs-Haus, Sprachraum 1
 10 Termine, **ab 10.03.25**
 € 98,- inkl. Schachheft

Kurs 251-6302-S

montags 13.45-14.45 Uhr
 vhs-Haus, Sprachraum 1
 7 Termine, **ab 02.06.25**
 € 69,- inkl. Schachheft

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

- Über unsere Hauptgeschäftsstelle in Schriesheim
 Telefon: 06203 18949-608
 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 schnellstmöglich zurückgerufen.



Karin Stangl, unsere Mitarbeiterin in Wilhelmsfeld

VHS UNTERWEGS

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

GESUNDHEIT

TANZEN

Tanz-Workout

Tanzen macht nicht nur großen Spaß, sondern hält auch fit! Nach dem Warm-Up erarbeiten wir zunächst eine kleine Choreografie zu moderner Musik, die auch für EinsteigerInnen gut nachvollziehbar ist. Anschließend kräftigen wir unsere Muskulatur und trainieren mit gezielten Übungen im Stand und auf der Matte unser Gleichgewicht und unsere Koordination. Ein entspannendes Stretching rundet die Kursstunde ab.

Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, Turnschuhe mit heller Sohle, Getränk und ein Handtuch

Marion Baumann, IFAA A-Lizenz Instruktorin

Kurs 251-3201-W

montags 19.00-20.00 Uhr
 Wilhelmsfeld, Hilsbachhalle
 12 Termine, **ab 13.01.25**
 € 64,-

Kurs 251-3202-W

montags 19.00-20.00 Uhr
 Wilhelmsfeld, Hilsbachhalle
 12 Termine, **ab 28.04.25**
 € 64,-

Line Dance

Line Dance wird derzeit immer populärer und ist für alle geeignet, die gerne tanzen. Der Gruppentanz, für den man/frau keine/n Tanzpartner/in braucht, macht einfach Spaß! Das Besondere dabei: Die Schrittkombinationen werden durch Drehungen in verschiedene Richtungen getanzt. Bei der Musikauswahl ist alles erlaubt, was gefällt. So werden wir zum Beispiel zu aktuellen Popsongs und auch zu Hits aus den 80er und 90er Jahren tanzen. Die einstudierten Choreografien werden wir immer wieder wiederholen und auch neue dazulernen, um ein kleines Repertoire aufzubauen. Vorerfahrung im Tanz ist für diesen Kurs nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, geeignete Sportschuhe, Getränk und ein Handtuch

Marion Baumann, IFAA A-Lizenz Instruktorin

Kurs 251-3205-W

montags 20.10-21.10 Uhr
Wilhelmsfeld, Hilsbachhalle
12 Termine, **ab 13.01.25**
€ 64,-

Kurs 251-3206-W

montags 20.10-21.10 Uhr
Wilhelmsfeld, Hilsbachhalle
12 Termine, **ab 28.04.25**
€ 64,-

FITNESS

Bauch-Beine-Balance

In diesem Kurs trainieren wir durch eine Kombination aus Bauchmuskel-, Bein- und Balanceübungen unsere Kraft und Flexibilität. Individuelle Anpassungen und Modifikationen garantieren dabei, dass jede/r in seinem/ihrer ganz persönlichen Fitnesslevel trainieren kann. Mit abwechslungsreichen Übungen bietet der Kurs ein effektives und spaßiges Workout für einen straffen und ausbalancierten Körper.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, saubere Schuhe, eine Gymnastikmatte und etwas zu trinken

Fatma von Rüdgersch-Ballas, Fitness- und Boxtrainerin

Kurs 251-3222-W

mittwochs 19.00-20.00 Uhr
Wilhelmsfeld, Hilsbachhalle
12 Termine, **ab 15.01.25**
€ 64,-

Kurs 251-3225-W

mittwochs 19.00-20.00 Uhr
Wilhelmsfeld, Hilsbachhalle
12 Termine, **ab 30.04.25**
€ 64,-

ENTSPANNUNG

QiGong: Spiel der fünf Tiere

In diesem Semester geht es um das Spiel der fünf Tiere, das sind medizinische QiGong-Übungen, mit denen wir unser Qi (= Lebensenergie) zirkulieren lassen und damit unseren Gesundheitszustand verbessern. Die Übungen gehen auf den chinesischen Arzt Hua Tuo (110-207 n.Chr.) zurück.

- Die Übungen sorgen für innere Ruhe,
- die Wirbelsäule wird aufgerichtet und gestärkt,
- die Gelenke werden geschmeidig,
- die Muskeln werden gekräftigt,
- die Organe werden positiv beeinflusst.

Die ruhigen, oft kreisförmigen Bewegungen erfolgen im Einklang mit dem Atem, der dabei vertieft wird – und die gute Laune stellt sich ein.

Bitte mitbringen: lockere Kleidung und warme Socken

Dorothea Stotz von der Heide

Kurs 251-3122-W

donnerstags 20.00-21.00 Uhr
Wilhelmsfeld, Hilsbachhalle
12 Termine, **ab 16.01.25**
€ 64,-

Kurs 251-3123-W

donnerstags 20.00-21.00 Uhr
Wilhelmsfeld, Hilsbachhalle
10 Termine, **ab 08.05.25**
€ 50,-

ENGLISCH

Englisch für WiedereinsteigerInnen mit Vorkenntnissen

Mittelstufe B1

In diesem Kurs legen wir unseren Fokus auf die Grammatik und das freie Sprechen.
Andrina Woodhead

Kurs 251-4112-W

dienstags 18:00-19:30 Uhr
10 Termine, **ab 07.01.25**
Wilhelmsfeld, Christian-Morgenstern-Schule
€ 71,-*

Kurs 251-4113-W

dienstags 18.00-19.30 Uhr
10 Termine, **ab 29.04.25**
Wilhelmsfeld, Christian-Morgenstern-Schule
€ 71,-*

***Kursgebühr ab 8 Teilnehmenden – sind es weniger, erhöht sich die Gebühr je nach Teilnehmerzahl entsprechend der Gebührentabelle auf Seite 36.**

BESUCHERBERGWERK

500 Jahre altes Silber- und Vitriolbergwerk in Schriesheim an der Bergstraße

Ein Erlebnis für Alle!

Öffnungszeiten 2025:

31. März bis 27. Oktober an Sonn- und Feiertagen von 11.00 bis 16.00 Uhr.

Für Gruppen 01. April bis 27. Oktober auf Anfrage.

Bergwerksverein Schriesheim e.V.

Talstraße 157 · 69198 Schriesheim

Internet: www.bergwerk-schriesheim.de

eMail: fuehrungen@bergwerk-schriesheim.de



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.

Arndtstraße 2/2, 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 18949-60
 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

	Januar					Februar					März														
	Wo	1	2	3	4	5	Wo	5	6	7	8	9	Wo	9	10	11	12	13	14						
Ferien im 1. Semester 2025	Mo		6	13	20	27	Mo	3	10	17	24	Mo	3	10	17	24	31								
	Di		7	14	21	28	Di	4	11	18	25	Di	4	11	18	25									
	Mi	1	8	15	22	29	Mi	5	12	19	26	Mi	5	12	19	26									
	Do	2	9	16	23	30	Do	6	13	20	27	Do	6	13	20	27									
	Fr	3	10	17	24	31	Fr	7	14	21	28	Fr	7	14	21	28									
	Sa	4	11	18	25		Sa	1	8	15	22	Sa	1	8	15	22	29								
	So	5	12	19	28		So	2	9	16	23	So	2	9	16	23	30								
April					Mai					Juni					Juli										
	Wo	14	15	16	17	18	Wo	18	19	20	21	22	Wo	22	23	24	25	26	27	Wo	27	28	29	30	31
	Mo	7	14	21	28	Mo	5	12	19	26	Mo	2	9	16	23	30	Mo	7	14	21	28				
	Di	1	8	15	22	29	Di	6	13	20	27	Di	3	10	17	24	Di	1	8	15	22	29			
	M	2	9	16	23	30	Mi	7	14	21	28	Mi	4	11	18	25	Mi	2	9	16	23	30			
	Do	3	10	17	24		Do	1	8	15	22	29	Do	5	12	19	26	Do	3	10	17	24	31		
	Fr	4	11	18	25		Fr	2	9	16	23	30	Fr	6	13	20	27	Fr	4	11	18	25			
	Sa	5	12	19	26		Sa	3	10	17	24	31	Sa	7	14	21	28	Sa	5	12	19	26			
	So	6	13	20	27		So	4	11	18	25		So	1	8	15	22	29	So	6	13	20	27		

Impressum: vhs Programm 1-2025

Herausgeber: Stadt Schriesheim
 Volkshochschule Schriesheim/Wilhelmsfeld
 Obere Schulgasse 9 · 69198 Schriesheim
 Telefon: 06203 18949-60
 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, Stefan Lenz

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

Logos, Symbole: vhs-Design DVV, Kooperationen

Bildquellen: Pixabay 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 auch eine Anmeldebestätigung.

Schriftlich per Anmeldekarte, 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 18949-60). 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,-.
- (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.
- (8) Für Studienreisen und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter ausweisen, gelten diese Regelungen nicht. Stattdessen gelten die vom Veranstalter kommunizierten Rücktritts- und Stornobedingungen.

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 ausschließen. 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,- 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.

Anmeldung (Die im aktuellen Programm abgedruckten AGB und die umseitig stehende datenschutzrechtliche Einwilligungserklärung liegen der Anmeldung zugrunde.) 

Vorname, Name des Teilnehmenden

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/r Kontoinhaber/in
(falls abweichend von Teilnehmer/in)

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.

Ich habe die im Programmheft abgedruckten Allgemeinen Geschäftsbedingungen gelesen und bin mit ihrer Geltung einverstanden.

Ich habe die umseitige datenschutzrechtliche Einwilligungserklärung gelesen und bin mit ihrer Geltung einverstanden.

Ich bin mit der Zustellung aktueller vhs-Informationen per E-Mail einverstanden.

Ort und Datum Unterschrift
(bei Minderjährigen Unterschrift des Erziehungsberechtigten)

Datenschutzrechtliche Einwilligungserklärung für Teilnehmer an Kursen und Veranstaltungen der vhs Schriesheim/Wilhelfsfeld

1. Die kommunale Volkshochschule Schriesheim/Wilhelfsfeld, 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, Heddeshelm, 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/Wilhelfsfeld 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/Wilhelfsfeld 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.



DIE NACHHILFE, DIE HILFT!

Heidelberger Straße 29
69198 Schriesheim
Telefon 0 62 03/6 18 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 18949-60

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