

Volkshochschule Hilden-Haan
Entwurf des Arbeitsplans für das 2. Semester 2019
Inhaltsübersicht

Fachbereiche	Seite
Vorbemerkungen zum Fachbereich 1	1
1 Weltansichten: Europa, Politik und Gesellschaft, Umwelt und Natur, Mensch und Familie	2 - 19
Vorbemerkungen zum Fachbereich 2, 3	20 - 21
2 Kunst-voll: Kultur, Kreativität und Hobby	22 - 37
3 Gesundes Leben: Kochen, Gesundheit, Bewegung und Entspannung	38 - 54
Vorbemerkungen zum Fachbereich 4	55 - 56
4 Verständigung: Deutsch und Fremdsprachen	57 - 83
Vorbemerkungen zum Fachbereich 5, 6 und 7	84
5. Weiterkommen!: Berufliche Weiterbildung, EDV	85 - 100
6 Zweite Chance: Schulabschlüsse	101 - 103

Vorbemerkungen zum Fachbereich

1 Weltansichten

im Semester II / 2019

Zuständig: Martin Kurth

Nach wie vor spielt der Themenbereich „Europa“ in der Politischen Bildung der VHS Hilden Haan eine besondere Rolle.

Nachdem im ersten Halbjahr eine Exkursion mit Übernachtung stattfand, ist für das zweite Halbjahr eine Tagesexkursion nach Den Haag geplant. Die Haaner Rathausgespräche werden fortgesetzt, neu im Themenbereich „Europa“ ist eine Multivisionsshow mit dem Titel „Magische Orte Europas“.

Fortgesetzt werden die Kooperationsveranstaltungen mit der Evangelischen Erwachsenenbildung „Was ich zu sagen habe“ und „Brennpunkte der Weltpolitik“. Im Rahmen der „Brennpunkt“-Veranstaltungen werden unter anderem die politischen Situationen in Venezuela und im Iran betrachtet.

Die Exkursion „Land des Hermann“ führt in den Teutoburger Wald. Am Beispiel der „Germanen-Mythos“ soll kritisch unsere Interpretation von Geschichte hinterfragt und diskutiert werden, welche Funktion Geschichtsbilder in politischen (extremen) Ideologien erfüllen können.

Die Stadtführungen in Hilden und Haan sind gut besucht und werden in bewährter Form beibehalten. Die unterschiedlichen Formate in den Themenfeldern Produktionsbesichtigungen, Studienfahrten, landeskundliche Vorträge sowie Beratungsangebote zu rechtlichen Fragen und Vorträgen in den Bereichen Psychologie, Persönlichkeitsentwicklung, Gesprächskreise und Pädagogik laufen ebenfalls mit teils veränderten Schwerpunkten, aber im bisherigen Umfang weiter.

Das Informationsangebot zum Thema „Daytrading“ wird thematisch weiterentwickelt und erneut angeboten, ebenso die überaus erfolgreiche „Gartenkosmetik“.

Noch im Planungsstatus und in diesem vorläufigen Programm noch nicht enthalten sind die KIWI-Kurse für Kinder von 6-10, sowie eine Gedenkveranstaltung zum Jahrestag der Befreiung der beiden Konzentrations- und des Vernichtungslagers Auschwitz in Kooperation mit der Musikschule Haan und eine gemeinsame Tagesveranstaltung der Fachbereiche 1 und 3, in deren Rahmen Vor- und Nachteile der Nutzung von „Fitness-Apps“ beleuchtet werden.



HAANER RATHAUSGESPRÄCHE

Haaner Rathausgespräche zu Europa in Zusammenarbeit mit dem Kulturredamt der Stadt Haan und der Europa-Union Haan

N.N.

Text folgt

Montag, 07.10.2019
jeweils 19.30 - 21.00 Uhr
Rathaus, Kaiserstraße 85, Haan
Ratssaal
2 UStd.; gebührenfrei

R10001 Haan

Haaner Rathausgespräche zu Europa in Zusammenarbeit mit dem Kulturredamt der Stadt Haan und der Europa-Union Haan

NN

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. R10001

Montag, 25.11.2019
jeweils 19.30 - 21.00 Uhr
Rathaus, Kaiserstraße 85, Haan
Ratssaal
2 UStd.; gebührenfrei

R10002 Haan

EUROPA UNTERWEGS

Europäisch - historisch - königlich Tagesexkursion nach Den Haag in Zusammenarbeit mit der Europa-Union Haan

Martin Kurth

Mit über 530.000 Einwohnern ist Den Haag die drittgrößte Stadt der Niederlande und Sitz der niederländischen Regierung. Unsere Tagesexkursion zum Nachbarn führt uns unter anderem an die deutsche Botschaft und das historische Museum „Atlantikwall“
Ein Programmablauf folgt noch.

Abfahrt:

07:15 Uhr Hilden: Am Lindenplatz, an der PKW-Ausfahrt Baustraße
07:30 Uhr Haan: VHS-Haus, Dieker Straße 49, 42781 Haan



Mittwoch, 9. Oktober 2019, 8.00 - 22.00 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
18,67 UStd.; 49,- €
Anmeldung erforderlich

R10005 Studienfahrt

Vorträge

Europa und die Welt - Die Erörterung aktueller Ereignisse im historischen Kontext

Vortragsreihe in Kooperation mit der Europa-Union Haan

in Zusammenarbeit mit der Europa-Union Haan

Horst A. Wessel

Vielleicht ist ja die früher häufig zitierte Redewendung von dem in China umgefallenen Sack Reis deshalb aus der Mode gekommen, weil sie nicht mehr zutrifft. Jedenfalls zeigen die Meldungen u. a. der Abendnachrichten tagtäglich, dass heute nichts mehr auf der Welt, und sei es im entlegensten Winkel, passiert, das uns nichts angeht. Das, was sich irgendwo ereignet, das ist oft nicht allein medial ein Thema, sondern betrifft uns direkt - sei es ein Atomunglück in Japan, ein Erdbeben in den Ferienregionen Indonesiens oder eine Entscheidung des us-amerikanischen Präsidenten.

Viele politische Entscheidungen haben, inzwischen in Vergessenheit geratene, historische Wurzeln.

Das Umfallen des Sacks Reis hat nicht nur Folgen, sondern auch eine Vorgeschichte. Ohne das Wissen darum erscheint uns manches rätselhaft und unerklärlich; dagegegen erlaubt uns die Kenntnis der Vergangenheit eine bessere Einschätzung dessen, wie und was entschieden wird und was daraus folgen kann.

Das gilt nicht zuletzt für Europa, und zwar für das Handeln der europäischen Staaten untereinander sowie miteinander, also gemeinsam im Umgang mit einzelnen Drittstaaten sowie mit den von diesen gebildeten Bündnissen jeder Art.

Der von Prof. Dr. Horst A. Wessel, Heinrich-Heine-Universität, Düsseldorf, geleitete offene Gesprächskreis trifft sich monatlich, um in gemeinsamer Runde die aktuellen europarelevanten Ereignisse zu erörtern und, so weit möglich, in den zugehörigen historischen Kontext einzuordnen.

Termine:

17.09.19

29.10.19

19.11.19

10.12.19

4 x dienstags, 19.00 - 20.30 Uhr
Beginn: 17. September 2019
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
8 UStd.; gebührenfrei
Anmeldung erforderlich

R10011 Haan



Kochabend in Zusammenarbeit mit der Europa-Union Haan

Peter Kannemann / Steffen Borth

Die anfallenden Kosten werden auf die Teilnehmer umgelegt.

Freitag, 18. Oktober 2019, 17.00 - 22.00 Uhr
Küche im Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
Zufahrt über Wiesengrundstraße
5 ZStd.; gebührenfrei
Persönliche Anmeldung erforderlich

R10012 Haan

Multivision: Magische Orte Europas Eine abenteuerliche Reise zu Europas mystischen Stätten

Hartmut Krinitz

Seit Jahrtausenden faszinieren uns »Magische Orte« wie Stonehenge, Mont Saint-Michel, Meteora und Carnac, die wir in einer von der Ratio geprägten Zeit wieder zunehmend neu entdecken. Hier versammelten sich unsere Ahnen, feierten, zelebrierten Rituale, suchten Kontakt zu den Göttern und vermaßen den Lauf der Gestirne. Doch was zeichnet diese Orte aus, zu denen wir uns seit Urzeiten hingezogen fühlen?

Die Suche nach ihrem Geheimnis führte Hartmut Krinitz nicht nur zu weltbekannten Monumenten, sondern auf abenteuerlichen Wegen zu »vergessenen« Stätten. Verteilt über 10 Jahre unternahm er ungezählte Reisen kreuz und quer durch Europa, vom griechischen Berg Athos über die Bretagne zu winddurchwehten Inseln im Nordatlantik und von Lappland über Deutschland weiter nach Galizien, nach Finisterre, ans Ende der Welt. Er besuchte Steinkreise und Dolmen in den weiten Landschaften Großbritanniens, Irlands, Portugals oder Schwedens, Felszeichnungen am Polarmeer und in den Alpen, Klöster und Burgen an uralten Versammlungsplätzen, mystische Gipfel und Kaps, an denen mit dem letzten Schritt auch die ewige Suche des Menschen endet.

Erleben Sie eine live präsentierte Sammlung aus Literaturzitate, einer großen Fülle an Musik und Originaltönen sowie zahlreichen Bildern.

Montag, 20. Januar 2020, 18.30 - 21.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Strangmeier-Saal
12,- € (Barzahlung vor Ort möglich)
Bitte melden Sie sich rechtzeitig an! Eine Anmeldung garantiert die Teilnahme bei hohem Interesse und eine Information über Ausfall/Verschiebung.
Schriftliche Anmeldung erforderlich bis zum 19. Januar 2020

R10013 Hilden

GESCHICHTE

Erlebt! Frauengeschichtliche Arbeitsgruppe

N.N.

Wir begeben uns auf Spurensuche, wie Frauen das Leben in ihren Familien, den Alltag ihrer Städte und sogar nicht selten auch die große Geschichte prägten. Veränderungen des persönlichen Lebens von eigener Kindheit und Jugend im Zusammenhang der Zeitgeschichte bringen wir dabei ein. Alltagsgeschichten zu Mode, Freizeitverhalten, Erziehung, Bildung und Arbeit oder sozialen Beziehungen werden besprochen. Welchen Einfluss haben der Wertewandel und jeweils geltende Gesetze?

Biographien interessanter Frauen aus unserer Stadt oder quer durch Länder und Zeiten lassen uns Besonderheiten und Gemeinsamkeiten erkennen. Wenn uns Informationen fehlen, ziehen wir auch das Internet zu Rate, schauen kleine Filme und hören Tondokumente. Willkommen sind alle Frauen, ob 50plus oder jünger, ob aus Haan, Hilden oder von weiter zugezogen. Spezielle Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Themen stimmen wir jeweils gemeinsam ab.

Donnerstag, 12.09.2019, 10.10.2019, 14.11.2019,
12.12.2019, 16.01.2020
jeweils 10.40 - 12.10 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
10 UStd.; 8,- €
Anmeldung erforderlich

R11000 Hilden

„Land des Hermann“ Die Entdeckung der Germanen - Ideologie und Politik im 19. und 20. Jahrhundert

Martin Kurth

Hermann, Varus und der Teutoburger Wald - Auch im Rheinland ist die sagenumwobene Varusschlacht bekannt, genauso wie die vermeintliche germanische Kultstätte „Externsteine“. Seit jeher prägt Verklärung unser Bild auf das Germanentum, auf den zweiten Blick aber entpuppt sich vieles als konstruierte Vergangenheit - politisch motiviert und in der Moderne geschaffen, um dem vergleichsweise jungen Deutschen Reich identitätsstiftende Helden zu liefern. Auch heute werden „die Germanen“ als Projektionsfläche unterschiedlichster politischer Erwartungen Gegenstand von Ideologiebildungen, insbesondere in rechtsextremistischen Kreisen.

Gehen Sie im Rahmen dieser Exkursion mit uns auf eine Entdeckungsreise in den Teutoburger Wald. Neben zahlreichen spannenden Vorträgen besuchen wir im Rahmen des Seminars die Externsteine sowie die Wewelsburg. Wir hinterfragen kritisch unsere Interpretation von Geschichte und diskutieren, welche Funktion Geschichtsbilder in politischen Ideologien erfüllen können.

In der Gebühr enthalten sind:

- Alle Transfers (mit einem modernen Reisebus)
- Unterkunft im Doppelzimmer (EZ auf Anfrage und gegen einen Aufpreis) im Tagungshaus „Haus Neuland“ in Bielefeld - Senne-stadt
- Verpflegung bis zum Mittagessen des Zweiten Tages. (2x Mittagessen, 1xKaffee, 1x Abendessen, 1x Frühstück)
- Vorträge und Exkursionen

Abfahrt:

08:15 Uhr Hilden: Am Lindenplatz, an der PKW-Ausfahrt Baustraße

08:30 Uhr Haan: VHS-Haus, Dieker Straße 49, 42781 Haan

Rückkehr am 17.10. um ca. 19.00 Uhr

Die Exkursion ist nicht barrierefrei!



16.-17. Oktober 2019
 Zeiten: siehe Ausschreibungstext
 8 UStd.; 139,- €
 Schriftliche Anmeldung erforderlich bis zum 20. September 2019

R11010 Hilden

Brennpunkte der Weltpolitik

Die Welt taumelt geföhlt von Krise zu Krise, aber: Laut Konfliktforschern nimmt die Anzahl bewaffneter Konflikte seit Ende des Ost-Westkonfliktes kontinuierlich ab. Warum ist das so? Welche Rolle spielen Religionen, die Wirtschaft oder Kultur in der internationalen Politik?

Haben Sie Interesse daran, sich zu den Fragen internationaler Politik, Krieg und Frieden in ausgewählten Regionen der Welt oder unter thematischen Schwerpunkten, wie beispielsweise „Konfliktlösungen“, genauer zu informieren?

Die VHS Hilden-Haan und die Evangelische Erwachsenenbildung Hilden bieten Ihnen die Möglichkeit, mit Expertinnen und Experten zu Fragen der internationalen Politik zu diskutieren. Mit drei spannenden Vorträgen setzen wir diese neue Reihe auch 2019 fort - Begleiten Sie uns zu den „Brennpunkten der Weltpolitik“!

Brennpunkte der Weltpolitik - Iran In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden



Sepideh Parsa

Text folgt

Dienstag, 17. September 2019, 18.30 - 20.00 Uhr
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 2 UStd.; 8,- € (Kasse vor Ort, wegen begrenzter Platzzahl
 dennoch bitte anmelden!)
 Anmeldung erforderlich

R11115 Hilden

Brennpunkte der Weltpolitik In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden



David Jacobs

Venezuela, das Land mit den größten Erdölreserven der Welt, befindet sich seit vielen Jahren in einer ökonomisch, politisch sowie gesellschaftlich extrem angespannten Lage. Das Mandat Nicolás Maduros wird, aufgrund von Unregelmäßigkeiten während der Präsidentschaftswahlen 2018, von der Opposition nicht mehr als rechtmäßig angesehen. Die Situation spitzte sich 2019 weiter zu, als sich der Präsident der Nationalversammlung, Juan Guaidó, zum Interimspräsidenten erklärte und er Ende April zum Sturz Maduros aufrief. Verschiedene internationale Interessengruppen spielen im Venezuelakonflikt eine wichtige Rolle: Die USA und die Europäische Union haben Guaidó bereits als Interimspräsidenten anerkannt. Russland,

China und einige andere Staaten unterstützen Maduro. Der Vortrag soll Erklärungsansätze bieten, um die Situation in Venezuela verstehen zu können und auch Denkanstöße für mögliche Entwicklungen aufzeigen.

Dienstag, 29. Oktober 2019, 18.30 - 20.00 Uhr
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 2 UStd.; 8,- € (Kasse vor Ort, wegen begrenzter Platzzahl
 dennoch bitte anmelden!)
 Anmeldung erforderlich

R11116 Hilden

Brennpunkte der Weltpolitik - neue Gesichter des Krieges



In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Martin Kurth

Die Frage nach Krieg und Frieden ist eine der grundlegendsten Fragen der internationalen Politik. Im Laufe der Jahrhunderte hat der Krieg jedoch mehrmals seine Gestalt geändert und parallel dazu auch die Definition von Frieden.

Spätestens seit dem Ende des Ost-West-Konflikts werden Kriege kaum noch von organisierten Armeen auf dem „Schlachtfeld“ ausgefochten, die Mehrheit der Kriege werden innerstaatlich und unter Beteiligung verschiedenster Akteure geführt. Für dieses Phänomen hat sich der Topos „Neue Kriege“ etabliert den wir in dieser Veranstaltung kontrovers diskutieren.

Dienstag, 26. November 2019, 18.00 - 19.30 Uhr
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 2 UStd.; 8,- € (Kasse vor Ort, wegen begrenzter Platzzahl
 dennoch bitte anmelden!)
 Anmeldung erforderlich

R11117 Hilden

GLAUBENSFRAGEN

Glaube als Passion Zur Funktion der Religion für Seele und Gesellschaft

Torsten Reters

Nichts ist im Moment mehr en voque als die Frage, woran man sein Leben ausrichten soll: Religiöse Themen drängen (wieder) in die Politik; islamistische und christliche Organisationen träumen vom „Heiligen Krieg“; Esoterik feiert kommerzielle Erfolge in einer scheinbar aufgeklärten Gesellschaft.

Der Autor Torsten Reter bespricht in seinem Buch „Glaube als Passion“ vor allem Chancen und Risiken religiöser Orientierungen für die Seele des Einzelnen und für die Gesellschaft im Ganzen.

Es gibt eine Abendkasse vor Ort, wir bitten Sie dennoch um Anmeldung. Sollten nicht genug Anmeldungen vorliegen, kann die Veranstaltung nicht stattfinden.



Donnerstag, 7. November 2019, 18.45 - 21.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
3 UStd.; 9,- €

R11201 Hilden

Säkularer Buddhismus

Bork Drewer

Im Rahmen dieses Vortrags werden die Kernaussagen der buddhistischen Lehre in säkularer Form präsentiert. Die Teilnehmer haben darüber hinaus die Möglichkeit Fragen zum Thema Buddhismus zu stellen.

Der Referent lebt seit mehreren Jahren in tibetisch-buddhistischen Klöstern in Europa und hat zusätzlich einige Zeit in Myanmar Theravada-Meditation praktiziert.

Es gibt eine Abendkasse vor Ort, für die bessere Planbarkeit bitten wir Sie dennoch um Anmeldung.

Donnerstag, 16. Januar 2020, 18.30 - 20.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2,67 UStd.; 6,- €
Anmeldung erforderlich

R11202 Hilden

Anstoß

Die Veranstaltungsreihe „Anstoß“ - eine Kooperation der Katholischen Kirche Hilden in Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei und der VHS - wird auch in diesem Semester fortgesetzt.

Zum Drucktermin des Programmes standen leider noch nicht alle Anstoß-Termine und Themen fest; Wenn nicht ausdrücklich ein anderer Termin erwähnt wird, finden die Vorträge aber am letzten Freitag im Monat statt und werden zuvor online bekanntgegeben. Die aktuellen Informationen erhalten Sie unter www.vhs-hilden-haan.de, in der Rubrik „Veranstaltungen“ unter www.hilden.de, in der Tagespresse oder über die beteiligten Einrichtungen.

Es besteht die Möglichkeit zu spenden. Grundsätzlich ist die Veranstaltungsreihe aber gebührenfrei. Im Anschluss an den Vortrag sind die Zuhörer/-innen jeweils herzlich zum offenen Gespräch eingeladen.

Anstoß: Neue Ansätze in der Jugendseelsorge - ein erster Erfahrungsbericht



In Zusammenarbeit mit der Katholischen Kirche Hilden und der Stadtbücherei Hilden

Norbert Fink

Seit mehr als einem Jahr ist Pfarrer Fink als Jugendseelsorger für die Stadt Düsseldorf sowie die Kreise Mettmann und Neuss zuständig. Im Juli 2017 stellte er sich mit seinem persönlichen Bekenntnis zum Glauben bei einem „Anstoß“ in Hilden vor. Er möchte vor allem jungen Menschen Mut machen, Gott zu suchen und mit ihm zu leben.

Bei der Jugendarbeit wählt er neue Ansätze, darunter digitale Medien, eine ehrliche einfache Sprache und innovative Gottesdienstformen. Über erste Erfahrungen berichtet er in seinem aktuellen Vortrag.

Norbert Fink, geboren 1975, wurde 2003 zum Priester geweiht. Er ist Kino-Fan und Rap-Texter aus Leidenschaft, außerdem Autor der YOUCAT-Taschenkalender 2013-2015 sowie des Buchs „Hallo Kirche, hier Welt - Von einem, der auszog, den Glauben zu rocken“ und einem größeren TV-Publikum durch die Trauung von Daniela Katzenberger und Lucas Cordalis bekannt. Von 2007 bis 2017 war er Jugendseelsorger im Oberbergischen Kreis. Seit September 2017 ist Pfarrer Fink als Jugendseelsorger für die Stadt Düsseldorf sowie die Kreise Mettmann und Neuss zuständig.

Es besteht die Möglichkeit zu spenden. Generell ist die Veranstaltungsreihe aber gebührenfrei. Im Anschluss an den Vortrag sind die Zuhörer/-innen jeweils herzlich zum offenen Gespräch eingeladen.

Freitag, 27. September 2019, 19.30 - 21.00 Uhr
Stadtbücherei Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
2 UStd.; gebührenfrei

R11401 Hilden

Gutes Plastik, schlechtes Plastik? Europas schwerer Weg zur Kreislaufwirtschaft In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Henning Wilts

Jahrzehntelang haben wir uns als „Recyclingweltmeister“ gefühlt, heute beschleicht uns speziell in der Diskussion um Plastikabfälle das Gefühl, dass rein technische Lösungen hier vielleicht doch nicht ausreichen: Landen unsere Abfälle nicht illegal in Malaysia und werden dort auf wilden Müllkippen abgelagert? Und wird nicht hier die Hälfte unserer Abfälle einfach verbrannt? Als VerbraucherInnen fühlen wir uns massiv verunsichert, was eigentlich noch sinnvoll und richtig ist: Hilft es tatsächlich, Plastiktüten zu verbieten? Der Vortrag versucht die Fakten zum aktuellen Status Quo darzustellen und geht darauf ein, wo die Chancen und Herausforderungen einer Kreislaufwirtschaft liegen, die sowohl für die Zukunft unseres Planeten als auch die Wettbewerbsfähigkeit unserer Industrie absolut unabdingbar sein wird. Dazu gibt es aber auch ganz praktische Tipps für den abfallarmen Alltag.

Dienstag, 8. Oktober 2019, 18.30 - 20.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 UStd.; 8,- € (Kasse vor Ort, wegen begrenzter Platzzahl dennoch bitte anmelden!)
Anmeldung erforderlich

R12004 Hilden

Werden Sie Energiewender!

In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Henning Wilts



Donnerstag, 26. September 2019, 19.00 - 20.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
2 UStd.; 8,- € (Kasse vor Ort, wegen begrenzter Platzzahl
dennoch bitte anmelden!)
Anmeldung erforderlich

R12005 Hilden

Samstag, 7. Dezember 2019, 9.45 - 11.45 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
2 ZStd.; 17,50 € (incl. 2,50 € für Lehrmaterial)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende
Anmeldung erforderlich

R12053 Haan

KIWI - KINDER und WISSENSCHAFT

KiWi - das ist die wissenschaftliche Reihe der VHS Hilden-Haan für Kinder im Grundschulalter:

Kinder wollen lernen, wollen erforschen und wissen „Warum?“ . Diesem Drang folgen wir: In Kleingruppen von 6 bis 10 Kindern gehen wir verschiedenen Themen experimentell auf den Grund.

JungeVHS - KiWi

Für Kinder zwischen 6 und 10 Jahren

Walther Enßlin / Roswitha Dickenscheid-Simon

Thema und Text folgen

Samstag, 17. August 2019, 9.45 - 11.45 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
115,- € (incl. 2,50 € für Lehrmaterial) (inkl. 2,50 € Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende
Anmeldung erforderlich

R12051 Haan

JungeVHS - KiWi

Für Kinder zwischen 6 und 10 Jahren

Walther Enßlin / Roswitha Dickenscheid-Simon

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. R12051

Samstag, 19. Oktober 2019, 9.45 - 11.45 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
2 ZStd.; 17,50 € (incl. 2,50 € für Lehrmaterial)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende
Anmeldung erforderlich

R12052 Haan

JungeVHS - KiWi

Für Kinder zwischen 6 und 10 Jahren

Walther Enßlin / Roswitha Dickenscheid-Simon

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. R12051

Bitte beachten Sie die verbindlichen Altersangaben! Bei einem Abweichen von der vorgegebenen Altersgruppe behalten wir uns aus pädagogischen Gründen eine Nichtaufnahme vor.

Das Leben vor 100 Jahren und heute Eine kleine Zeitreise in die Tage um 1900, als man noch...

Thomas Bernhardt

Wir sprechen über die Schule damals und darüber, wie sie heute aussieht, wir reden über die Küche aus Omas Zeiten und wie sie heute aussieht, wir gehen gedanklich um 1900 einkaufen und vergleichen mit modernem Shopping und Einkauf, schauen uns Bilder von damals an u.v.m.

6 x donnerstags, 17.00 - 17.45 Uhr
Beginn: 7. November 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
6 UStd.; 15,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 8 / Max. 10 Teilnehmende
Schriftliche Anmeldung erforderlich bis zum 1. November 2019

R12060 Hilden

Stadtgeschichte spielerisch

Memo-Spiele, Würfelspiele oder Stadt-Rallye selber machen!

Thomas Bernhardt

- Spielerisch sollen die jungen TeilnehmerInnen bei dem Projekt mit der Stadtgeschichte vertraut gemacht werden - ein besonderer Schwerpunkt dabei ist die Innenstadt und die Anfänge Hildens.
- Spielerisch heißt dabei, dass die Kinder Informationen, Eindrücke von Rundgängen oder Besuchen in Form von Endergebnissen, wie z.B. Stadtteil-Rallye, Würfelspiel, oder Memory-Karten ausarbeiten. Die Kinder stellen selber Spiele her, mit denen sie und ihre Freunde spielen können und dabei die Stadtgeschichte „nebenbei“ erfahren.
- Spielerisch gehen die jungen Stadtforscher dabei auf Spurensuche und schreiben, malen, fotografieren die Themen zur Stadt. Dazu gehören Gebäude, Denkmäler, Straßennamen u.v. m. oder ein Besuch im Stadtarchiv oder Wilhelm-Fabry-Museum. Die Informationen werden in VHS-Räumen als Vorlagen ausgearbeitet. Es werden Karten gebastelt, Textideen entwickelt oder Spielfelder gestaltet. - Spielerisch befassen sich die Kinder auf Exkursionen und bei den (Team-)Arbeiten mit Ereignissen aus der Geschichte der



Stadt und bekommen einen leichteren Zugang zu den Themen. Mit Kreativität und daraus resultierendem Spaß bleiben die Inhalte (die Stadtgeschichte) somit nachhaltig in den Köpfen der jungen Forscher und schaffen mehr Identität mit unserer Stadt.

- Spielerisch werden die Endergebnisse der Kinder - die gebastelten Spiele - als Multiplikatoren in den Familien, in Freundeskreisen und in der Schule dienen. So werden kleine und große Geschichten zu einer großen Geschichte: die des Lebens in einer über 158 Jahre alten Stadt, bzw. in einem über 1000 Jahre alten Ort!

6 x donnerstags, 16.30 - 18.00 Uhr
 Beginn: 23. Januar 2020
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 12 UStd.; 20,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 8 / Max. 10 Teilnehmende
 Schriftliche Anmeldung erforderlich bis zum 12. Januar 2020

R12061 Hilden

werden wir wichtige Speisepilze von ihren giftigen Doppelgängern unterscheiden lernen, und Pilzbestimmung mit Hilfe eines Bestimmungsbuchs üben.

Bitte bringen Sie mit: festes Schuhwerk, witterungsgerechte Bekleidung, Regenschutz, Körbchen bzw. Stoffbeutel, Notizbuch und Stift, Taschenmesser; wenn vorhanden: Lupe, Bestimmungsbuch, Fotoapparat.

Treffpunkt: Wander-Parkplatz Hermgesberg, Ecke Hahnenfurther Weg / Hermgesberg. Der Parkplatz liegt in Haan-Gruiten nah an der Stadtgrenze zu Wuppertal.

1 x mittwochs, 15.00 - 18.00 Uhr
 Beginn: 16. Oktober 2019
 Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
 4 UStd.; 10,- €
 Anmeldung erforderlich

R12226 Haan

NATUR UND UMWELT

Gartenkosmetik - So machen Sie Ihren Garten fit für den Herbst/ Winter

Anja Berger

Nach der erfolgreichen Veranstaltung im Frühjahr bereitet Sie Gärtnermeisterin Anja Berger nun vor auf Herbst und Winter. Es werden alle anstehenden Arbeiten im Garten besprochen, z.B. Gehölzschnitt, Rasenpflege im Herbst, Überwinterung von Kübelpflanzen und Teichpflege.

Thema ist auch, was jetzt im Herbst für Arbeiten in den Staudenbeeten anfallen, bzw. unterlassen werden sollen. Ein Hauptaugenmerk ist die Vorstellung eines Spätsommerblüher Sortimentes, robuster Gräser sowie das Pflanzen von robusten Blumenzwiebeln. Gerade bei den Blumenzwiebeln ist die Sortenwahl für eine mehrjährige dauerhafte Blüte im Garten wichtig.

Samstag, 28. September 2019, 14.00 - 16.00 Uhr
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 2 ZStd.; 14,- €
 Anmeldung erforderlich

R12225 Hilden

Der Hildener Stadtwald gehört als Bestandteil der Hildener Heide zusammen mit den weiter südlich gelegenen Gebieten Ohligser Heide, Further Moor und Wahner Heide zur Bergischen Heideterrasse. Er ist gekennzeichnet durch nährstoffarmen sandigen Boden und beherbergt einige Naturschutzgebiete, auf deren Betreten wir verzichten werden.

Wir werden das artenreiche Vorkommen von Großpilzen in den Waldbereichen überwiegend unter Rotbuchen, Waldkiefern, Eichen und Birken sowie auf einer Waldwiese und an totem Holz untersuchen. Außerdem werden die ökologischen Standortansprüche der Großpilze kennenlernen. Wir werden uns mit den Begriffen Saprophyten, Parasiten und Mykorrhiza vertraut machen. Je nach Wetter vergleichen wir wichtige Speisepilze und ihre giftigen Doppelgänger miteinander, und werden auch exemplarisch das Bestimmen der Pilze mit Hilfe eines Bestimmungsbuchs üben.

Bitte bringen Sie mit: festes Schuhwerk, wettergerechte Bekleidung, Regenschutz, Körbchen, Notizbuch, Stift, Taschenmesser und wenn vorhanden: Lupe, Bestimmungsbuch, Fotoapparat
 Treffpunkt: Hilden, Parkplatz Im Loch / an der Bibelskirch, nahe dem Pfannkuchenhaus

Sonntag, 27. Oktober 2019, 9.00 - 12.00 Uhr
 Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
 4 UStd.; 10,- €
 Anmeldung erforderlich

R12227 Hilden

Pilzkundliche Exkursion in das Waldgebiet Osterholz

Regina Thebud-Lassak

Diese Exkursion führt uns in ein totholzreiches Mischwaldgebiet südwestlich eines Kalksteinbruchs. Neben Eichen und Rotbuchen gedeihen hier Vogelkirschen, Hainbuchen, Birken, Weiden, Ilex, Holunder, einige Lärchen sowie ein kleiner Fichtenforst. Der Reichtum an Gehölzarten spiegelt sich im Pilzbewuchs wider. Wir werden die Fruchtkörper verschiedener Arten höherer Pilze kennenlernen und ihre ökologischen Standortansprüche untersuchen. Außerdem

Besichtigung der Baumschule Selders

Birgit Schlickmann

Welche Bedeutung haben Pflanzen und Bäume in ihrer jeweiligen Umgebung? Welche Nutzpflanzen braucht die Gesellschaft? Um wer sorgt dafür, dass uns das Holz nicht ausgeht?

Im Rahmen unseres Besuchs bei der Baumschule Selders werden Ihnen auf dem Acker die unterschiedlichen Bäume und Sträucher gezeigt. Sie lernen den Produktionsablauf vom Sämling bis zum Baum kennen und erfahren, welche Maschinen und Geräte für die Produktion, Pflege und Erntearbeiten verwendet werden sowie



welche Vor- und Nachteile unsere Bodenverhältnisse haben. Wer sich vorab informieren möchte, kann dies im Internet unter www.baumschule-selders.de tun.

Da wir durch die weitläufigen Flächen der Baumschule laufen, sollte festes Schuhwerk und etwas Kondition mitgebracht werden. Die Anreise erfolgt privat. Treffpunkt: Elberfelderstr. 217, 42781 Haan

Mittwoch, 11. September 2019, 10.00 - 12.00 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
2 ZStd.; 6,- €
Anmeldung erforderlich

R12228 Hilden

STADT(ver)FÜHRUNGEN in Hilden und Haan

Unsere Stadtrundgänge wenden sich ebenso an Alteingesessene wie an Zugezogene. Jede Führung ist ein wenig anders; jeder Stadtführer/jede Stadtführerin hat irgendwo ein anderes „Geschichtchen“ ausgegraben.

Lassen Sie sich überraschen von der Vielfalt Ihrer Stadt! Informationen zu privat buchbaren Führungen für Firmen, Feiern etc. finden Sie am Ende des Blocks unter der Nummer M13040.

Ein Sommerabend im historischen Hilden Stadtführung

Günther Tollkötter

Erleben Sie das historische Hilden an einem Spätsommerabend! Der Weg beginnt am ältesten Gebäude in Hilden, der Reformationskirche, beim Alten Markt mit dem Denkmal von Wilhelm Fabry. Über die Mittelstraße geht es zum Stadtpark, dann an der Itter entlang (u.a. am Haus auf der Bech), teilweise durch stille Gassen bis zur Jacobus-Kirche und wieder zurück zur Reformationskirche.

Unterwegs machen Sie Halt an verschiedenen Punkten wie dem alten Rathaus und einigen unserer wunderschönen Hildener Fachwerkhäuser.

Nach der kurzweiligen Zeitreise sind Sie um etliches Wissen reicher zur Geschichte Ihrer Stadt aus den verschiedenen Epochen bis in die Gegenwart.

Mittwoch, 28. August 2019, 18.00 - 19.30 Uhr
Treffpunkt: Reformationskirche, Markt 18, Hilden, - vor dem Eingang am Kirchturm
5,- €
Anmeldung erforderlich

R13015 Hilden

Auf den Spuren der ehemaligen Hildener Industrie

Stadtführung

Gerhard Wollmann

Westlich der Benrather Straße und des „Fritz-Gressard Platzes“ pulsierte im 19. Jahrhundert die Textilindustrie Gressard & Co, Kampf und Spindler, Schlieper & Laag, die Stanzerei Brüninghaus sowie die Backmaschinenfabrik Robert Zapp. Wir erkunden die noch sichtba-

ren Spuren, die sie hinterlassen haben.

Samstag, 12. Oktober 2019, 15.00 - 16.30 Uhr
Treffpunkt: Itterbrücke auf dem Fritz-Gressard Platz
2 UStd.; 5,- €
Anmeldung erforderlich

R13016 Hilden

“Herbstschauer“ (Emil Barth) Jahreszeitenführung durch die Haaner Innenstadt - Teil 1

Martin Banniza

Mit Texten und Bildern aus Haan (Carl und Emil Barth, August Lomberg u.a.) widmen wir uns - am Tage der Zeitumstellung - der Bedeutung der Jahreszeiten im Alltagsleben früherer Zeiten und in den Werken Haaner Kunstschaffender. Wann hatten die Kartoffeln Ferien?

Sonntag, 27. Oktober 2019, 15.00 - 16.30 Uhr
Treffpunkt: Alter Kirchplatz (vor dem Hallenbad), Haan
2 UStd.; 5,- €
Anmeldung erforderlich

R13017 Haan

Abendlicher Stadtrundgang durch Hilden

Wilfried Vielgraf

Anderthalb Stunden führt uns der abendliche Rundgang durch den Hildener Innenstadtbereich. Der Weg beginnt am ältesten Gebäude in Hilden, der Reformationskirche. Vom Alten Markt mit dem Denkmal von Wilhelm Fabry laufen wir zum Stadtpark. Weiter geht es vorbei an Fachwerkhäusern, der Itter, dem Rathaus und der St. Jacobus-Kirche, bis wir schließlich wieder auf den Alten Markt zurückkehren. Lassen Sie sich überraschen! Sie werden neue Einblicke gewinnen und nicht nur Geschichte, sondern auch Geschichten aus Hilden mitnehmen...

Freitag, 25. Oktober 2019, 18.00 - 19.30 Uhr
Treffpunkt: Reformationskirche, Markt 18, Hilden, - vor dem Eingang am Kirchturm
15,- €
Anmeldung erforderlich

R13018 Hilden

Führung durch das „Alte Helmholtz“

Gerhard Wollmann

Im ehemaligen Schulgebäude „Altes Helmholtz“ gehen die Besucher ein und aus. Sie bilden sich in Musik- und Volkshochschule weiter oder Sie gehen zu Konzerten und Theaterveranstaltungen. Auf dem Parcour durch das Gebäude stellen wir die Fragen: Wann wurde das Schulgebäude gebaut und wer war der Architekt? Warum mussten die Schüler nach den Kriegen ausziehen? Warum zog das Helmholtz-Gymnasium um?



Samstag, 30. November 2019, 14.00 - 15.30 Uhr
Treffpunkt: Eingang „Altes Helmholtz“ ; Gerresheimer Str. 20
15,- €
Anmeldung erforderlich

R13019 Hilden

Die Sankt Jakobuskirche in der Mittelstraße Barrierefreie Kirchenführung für jedes Wetter

Reinhold Brüning

Lassen Sie uns auf eine geschichtliche Reise gehen, vom Neubeginn Ende des 17. Jahrhunderts bis zur heutigen Sankt Jakobuskirche. Entdecken Sie mit mir den neugotischen Kirchbau, mit seinen kunstvollen Fenstern und Altären.

Dienstag, 29. Oktober 2019, 15.30 - 17.00 Uhr
Informationstafel am Eingang der Sankt Jakobuskirche
2 UStd.; 5,- €
Anmeldung erforderlich

R13020 Hilden

Das Künstlerhaus H6 - von draußen und drinnen

Bernd Gemeiner

Wer möchte da nicht gern mal rein? Hilden hat ein wunderschönes Haus für Künstler mit Ateliers, Ausstellungsraum und einem verwunschenen Garten. Im letzten Hildener Kutscherhaus, liebevoll restauriert, gibt es viel zu schauen - und auch eine Tasse Kaffee.

Dienstag, 27. August 2019, 15.00 - 16.30 Uhr
Treffpunkt: Hofstraße 6
2 UStd.; 5,- €
Anmeldung erforderlich

R13021 Hilden

Kunst und Kneipe Schlender-Führung durch Hilden

Bernd Gemeiner

Kunst und Kneipe - beides geht zusammen! Lassen Sie sich überraschen - vom Bahnhof bis zum alten Markt geht die Reise. Es gibt viel zu entdecken - Geschichten, Kunst, Hildener Geschichte - und natürlich geht es auch hinein in die Kneipe!

Sonntag, 13. Oktober 2019, 15.00 - 16.30 Uhr
Treffpunkt: Bahnhof Hilden, Bahnhofsallee 5, 40721 Hilden
Bahnsteig
2 UStd.; 5,- €
Anmeldung erforderlich

R13022 Hilden

Hilden, so wie Sie Hilden noch nicht kennen Stadtführung

Gerhard Wollmann

Beim Spaziergang durch Hilden entdecken Sie gemeinsam mit Ihrem Stadtführer mit anderen Augen interessante Orte und Details, an denen Sie sonst vorbeigelaufen wären.

Samstag, 21. September 2019, 15.00 - 16.30 Uhr
Treffpunkt: Tür am Turm der Reformationskirche, Markt 18
1,5 ZStd.; 5,- €
Anmeldung erforderlich

R13023 Hilden

Der Hauptfriedhof - Geschichte für die Ewigkeit

Barrierefreie Führung über den Friedhof Kirchhofstraße

Reinhold Brüning

Ein Spaziergang über den Hauptfriedhof ist ein Spaziergang durch die Stadtgeschichte. Vor über 200 Jahren wurde der Hildener Hauptfriedhof angelegt. Wenn Sie hören und zuhören wollen, werden Sie heute einiges mehr über den Friedhof, die Stadt und ihre Persönlichkeiten erfahren. Der Friedhof als grüne Lunge der Stadt.

Die ältesten Gräber befinden sich im Eingangsbereich an der Kirchhofstraße. Hier liegen Persönlichkeiten, die das Leben und städtische Erscheinungsbild geprägt haben.

Gräber der Bombenopfer, der Zwangsarbeiter und der gefallenen Soldaten beider Weltkriege nehmen einen großen Teil des Friedhofs ein. Grabmale sind stille Zeitzeugen.

Donnerstag, 17. Oktober 2019, 16.00 - 17.30 Uhr
Hauptfriedhof Hilden, Kirchhofstraße 61
15,- €
Anmeldung erforderlich

R13024 Hilden

1000 Jahre Hilden

Historische Stadtführung für Familien mit Kindern

Heidemarie Linke

Vor 1000 Jahren war Hilden nur ein kleines Dorf an der Itter. Wir gehen auf Spurensuche. Was finden wir noch aus dieser Zeit und wie hat sich der Ort im Laufe der Jahrhunderte zu einer großen Stadt entwickelt?

Hilden erleben für Eltern und Großeltern, vor allem aber für Kinder.

Samstag, 31. August 2019, 15.00 - 16.00 Uhr
Treffpunkt: Reformationskirche, Markt 18, Hilden - vor dem Eingang
1,33 UStd.; 4,- € für Erwachsene, 2,- € pro Kind
Anmeldung erforderlich

R13030 Haan



Schiffsschaukel und Super-Looper-Booster-Scooter

Rundgang über die fast fertige Haaner Kirmes

Martin Banniza

Den Kindergarten-Knirpsen machen wir es nach und schauen uns am Tag vor dem Kirmesbeginn die „Stadt in der Stadt“ an, die mit eigener Infrastruktur wie Rathaus, Kirche, Krankenhaus - vielleicht auch wieder Theater und Eisenbahnlinie - aufwarten kann. Ein Ausflug über die fast autofreie Hauptstraße in die Haaner Geschichte und die eigenen Kirmeserinnerungen! (keine Backstage-Tour!)

Freitag, 20. September 2019, 11.00 - 12.30 Uhr
Kaufhaus, Windhövel 1, Haan am Treppenaufgang Kaiserstraße
1,5 ZStd.; 5,- €
Anmeldung erforderlich

R13031 Haan

- Hauptfriedhof Hilden
- Gartenstadt Haan
- barrierefreie Führungen
- weitere Themen nach Anfrage oder im offenen VHS-Programm

Unsere Stadtführer und Stadtführerinnen sind:

- Martin Banniza M.A.
- Reinhold Brüning
- Bernd Gemeiner
- Heidemarie Linke
- Günther Tollkötter
- Wilfried Vielgraf
- Dr. Gerhard Wollmann

Termin nach Vereinbarung,
Treffpunkt nach Absprache
Standardführung: 70,- €, max. 20 Teilnehmende
Persönliche Anmeldung erforderlich

R13040 Hilden

STADT(ver)FÜHRUNGEN buchen

STADT(ver)FÜHRUNGEN in Hilden und Haan Private Stadtführungen nach Wunsch buchen

N.N.

Die Hildener und Haaner Stadtführer und Stadtführerinnen wurden 2012/2013 in einem gemeinschaftlichen Projekt von der Stadt Hilden (Archiv, Denkmalbehörde), dem Museums- und Heimatverein Hilden e.V. und der VHS Hilden-Haan ausgebildet. Die Damen und Herren bieten offene Führungen über das VHS-Programm, aber auch Führungen auf Wunsch an:

Sie suchen ein besonderes Programm für Ihre Hochzeit, ein Klassentreffen, eine Familienfeier oder einen Kindergeburtstag?

Sie planen eine Firmenveranstaltung, einen Betriebsausflug oder ein Vereinsfest?

Sie benötigen ein besonderes Geschenk?

Buchen Sie doch Ihre eigene Stadtführung!

Und: Wir gehen auch mit Ihnen allein durch die Stadt, wenn Sie wollen...

Sprechen Sie uns an!

Eine Standardführung dauert 90 Minuten. Die Gebühr dafür beträgt 70,- €. Es können maximal 20 Personen daran teilnehmen. Individuelle Absprachen zu Route, Dauer und Inhalten sind möglich.

Anfragen bitte an: Martin Kurth
Tel.: 02103-5005-33
E-Mail: kurth@vhs-hilden-haan.de

Die Stadtführer und Stadtführerinnen bieten u.a. folgende Themen an:

- allgemeine Innenstadtführungen
- Familienführungen mit Kindern ab 6 Jahren
- Industriegeschichte
- Kunst im Öffentlichen Raum (nur Hilden, auch als Fahrradführung)
- Kunst und Kneipe (nur Hilden)
- Reformation/Ökumene in Hilden und Haan
- Reformationskirche in Hilden
- Haaner Kirchengeschichte

PRODUKTIONSWEGE

Betriebsbesichtigung: Kabel Premium Pulp & Paper GmbH

Birgit Schlickmann

Kabel Premium Pulp & Paper ist einer der führenden europäischen Herstellern hochwertiger gestrichener grafischer Papiere. Das Werk Kabel ist mit einer Gesamtfläche von 475.000 qm und einer Produktionskapazität von rund 450.000t Magazin- und Katalogdruckpapier eine moderne und leistungsfähige Produktionsstätte. Die Papierherstellung hat am Standort eine Tradition von bald 120 Jahren; seit je her ist das Werk Kabel für das gute Verhältnis zu seinen Kunden bekannt.

Aus Sicherheitsgründen beträgt das Mindestalter für Besucher 15 Jahre. Für die Besichtigung unseres Betriebes empfiehlt sich generell wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk. Wegen der hohen Temperaturen und Luftfeuchtigkeit in einzelnen Bereichen unserer Papiermaschinen sowie des Gehens auf zum Teil durchsichtigen Gittern in 2-3 Metern Höhe ist eine Betriebsbesichtigung für Gäste mit Herz-/ Kreislauf-erkrankungen, Schwindelgefühlen, Fallängsten sowie für Schwangere nicht zu empfehlen.

Die Gebühr umfasst die An- und Abreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln.

Treffpunkt: Bahnhof Haan, 11.50 Uhr, Bahnsteig 1, Ri. Wuppertal; Rückkehr zum ca. 18.30 Uhr

Dienstag, 12. November 2019, 11.50 - 18.30 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
6,67 ZStd.; 19,- €
Anmeldung erforderlich

R13104 Hilden

Betriebsbesichtigung: Haaner Felsenquelle

Birgit Schlickmann

Wie kommt das Mineralwasser von der Quelle in die Flasche? Sie



sind unverwechselbar aus der Region, einzigartig mineralisiert und sie bringen die Bergische Frische auf den Tisch: Als einziger Mineralbrunnen im Bergischen Land ist die Haaner Felsenquelle mit ihren Hauptmarken Bergische Waldquelle und Haaner Felsenquelle der Mineralwasser-Nahversorger für die Region sowie die heimischen Metropolen Düsseldorf und Köln. Seit 1909 wird in Haan das Mineralwasser in Flaschen abgefüllt. Heute ist der in der dritten Generation inhabergeführte Mineralbrunnen ein Traditionsunternehmen und aus der Region nicht mehr wegzudenken.

Am Unternehmenssitz an der Flurstraße in Haan sprudeln die Ideen und es werden kreative Produkte entwickelt und auf den Markt gebracht. Wir lernen vor Ort die Vielfalt des Sortiments kennen und lassen uns unter dem Motto „Wie kommt das Mineralwasser von der Quelle in die Flasche“ durch die modernen Abfüllanlagen des Familienunternehmens führen. Hier werfen wir einen Blick hinter die Kulissen.

Die Führung eignet sich auch für Kinder ab 6 Jahren (nicht jünger!). Die Anreise erfolgt individuell. Treffpunkt: Firmeneingang, Flurstraße 140, 42781 Haan

Mittwoch, 23. Oktober 2019, 11.00 - 13.00 Uhr

Treffpunkt siehe Ausschreibungstext

2 ZStd.; 9,- €

Anmeldung erforderlich

R13105 Studienfahrt

Zwischen Handwerkskunst und Massenware Bäckerei Schüren - Firmenbesichtigung mit Frühstück

Birgit Schlickmann

Seit über 100 Jahren gibt es die Bäckerei Schüren. Im Laufe der Jahrzehnte und mit der Übernahme durch die nachfolgenden Generationen hat sich in Angebot und Produktion etliches geändert. Heute ist die Bäckerei mit den grün/weißen Tüten ein moderner, ökologisch und energetisch optimierter Backbetrieb. Zahlreiche Auszeichnungen für die Qualität der Produkte, aber auch für das Energiekonzept gingen in den vergangenen Jahren an die Bäckerei. Neue Wege wurden zudem bei der Werbung von Auszubildenden beschritten, denn der normale Backtag beginnt bereits gegen drei Uhr nachts. Das ist für viele Jugendliche nicht attraktiv.

Welche wegweisenden Ideen die Bäckerei auszeichnen, wie sich Handwerkskunst und Maschineneinsatz heute auf die Produkte auswirken, welche Qualitätsrichtlinien es gibt, wie die Firmenphilosophie den Arbeitsalltag beeinflusst - das alles (und noch mehr) erfahren Sie an diesem Morgen. Und natürlich schauen Sie auch den Bäckern „über die Schulter“.

Da die Produktionsvorgänge nur am frühen Morgen besichtigt werden können, haben wir anschließend die Möglichkeit zum Frühstück eingeplant. Freuen Sie sich nach der Führung also auf ein Frühstück à la Schüren.

Die Gebühr beinhaltet neben der Begleitung die Führungsgebühr bei Schüren und das Frühstück in der Bäckerei.

Treffpunkt: Bäckerei Schüren, Mühlenbachweg 9, Hilden

Mittwoch, 6. November 2019, 7.00 - 9.00 Uhr

Treffpunkt siehe Ausschreibungstext

2,67 UStd.; 19,- € (inkl. Frühstück)

Anmeldung erforderlich

R13106 Hilden

Medientag Köln

Besichtigung der Fernsehstudios MMC STUDIOS

Birgit Schlickmann

Ein besonderes Erlebnis: Die MMC Studios in Köln sind die Heimat beliebter Fernsehserien und die Produktionsstätte zahlreicher populärer TV-Shows. Darüber hinaus werden hier viele Spielfilme mit nationalen und internationalen Stars gedreht. Besuchen Sie die MMC Studios, die von Sir Ben Kingsley als „das Hollywood Europas“ bezeichnet wurden.

Unser Medientag beginnt mit einem Mittagessen in der American Sportsbar Joe Champs. Gut gestärkt findet danach eine interessante und ausführliche Führung durch die Fernsehstudios MMC STUDIOS / COLONEUM KÖLN statt. Je nach Verfügbarkeit besuchen Sie den Regieraum oder das „Green-Screen-Studio“ - hier können Sie auch selber aktiv werden! Sie werfen einen Blick hinter verschiedene Setbauten und Außenkulissen, in die Bühnenbau-Werkstätten oder den Maskenraum. Am Abend sind Sie schließlich zu Gast bei der Fernsehaufzeichnung der Sendung „Kölner Treff“ mit Bettina Böttinger. Die Gebühr umfasst sämtliche Programmpunkte, das Mittagessen, sowie den Transfer im modernen Reisebus.

Abfahrt:

10:15 Uhr Haan: Dieker Straße 49, 42781 Haan, VHS-Haus

10:30 Uhr Hilden, Lindenplatz, an der PKW-Ausfahrt Baustraße

Rückkehr ca. 21.15 Uhr

Der Medientag ist leider nicht geeignet für Gehhilfen, Rollstühle oder Rollatoren.

Freitag, 13. September 2019, 10.00 - 21.30 Uhr

Treffpunkt siehe Ausschreibungstext

15,33 UStd.; 65,- €

Anmeldung erforderlich

R13107 Hilden

Die „Geschichte des Waschens“

Betriebsbesichtigung Miele in Gütersloh mit Besuch des Weihnachtsmarktes Wiedenbrück

Birgit Schlickmann

Mit elf Mitarbeitern, vier Drehbänken und einer Bohrmaschine gründen der Techniker Carl Miele und der Kaufmann Reinhard Zinkann 1899 in Herzebrock eine Firma zur Herstellung von Milchzentrifugen. Heute, mehr als 100 Jahre später, beschäftigt die Miele-Gruppe weltweit 20.098 Menschen, davon 11.225 in Deutschland (Stichtag 30. Juni 2018). Das Unternehmen konzentriert sich dabei auf die Herstellung von Hausgeräten für die Küche, Wäsche- und Bodenpflege sowie Geräte für den Einsatz in Gewerbebetrieben oder medizinischen Einrichtungen und die durchgängige Positionierung im Premiumsegment.

Erleben Sie die „Geschichte des Waschens“ im Stammwerk. Hier entwickelt und fertigt Miele seine Waschmaschinen (Frontlader) und Waschtrockner. Erfahren Sie neben einer Info-Tour über das Werkgelände, einer Besichtigung der Vorfertigung und des Presswerks und der Endmontage für Waschautomaten auch Interessantes zur Entwicklung des Unternehmens Miele.

Außerdem werden Sie eingeladen zu einer Kaffeepause und einem Mittagessen.

Auf dem Rückweg besuchen Sie außerdem den beliebten Weihnachtsmarkt im malerischen Städtchen Wiedenbrück.

Die Gebühr umfasst sämtliche Programmpunkte, die Kaffeepause und das Mittagessen, sowie den Transfer im modernen Reisebus.

Abfahrt:

07:00 Uhr Haan: Dieker Straße 49, 42781 Haan, VHS-Haus



07:20 Uhr Hilden, Lindenplatz, an der PKW-Ausfahrt Baustraße
Rückkehr ca. 19.00 Uhr
Die Führung ist leider nicht geeignet für Gehhilfen, Rollstühle oder Rollatoren.

Dienstag, 3. Dezember 2019, 7.00 - 19.00 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
16 UStd.; 52,- €
Anmeldung erforderlich bis zum 22. November 2019

R13108 Hilden

Betriebsbesichtigung: BIA Kunststoff- + Galvanotechnik GmbH & Co. KG

Birgit Schlickmann

Leichtbau und Eleganz schließen sich nicht aus. Gerade im Fahrzeugbau ist Gewichtseinsparung genauso wichtig wie eine wertige Anmutung. Die Solinger BIA Kunststoff- und Galvanotechnik wird mit ihren Produkten beiden Ansprüchen optimal gerecht. Sie produziert verchromte Kunststoffbauteile für namhafte Automobilhersteller weltweit. Dabei kommen die BIA Produkte sowohl im Interieur wie Exterieur zum Einsatz. Mit sieben Produktionsstandorten in vier Ländern gehört die BIA Gruppe zu den führenden Zulieferern verchromter Automobilbauteile. Am Stammsitz Solingen werden die Kunststoffbauteile gespritzt und anschließend im galvanischen Verfahren verchromt. Jedes einzelne Bauteil wird vor Auslieferung an den Kunden von Hand geprüft. So verlassen rund eine halbe Millionen Teile pro Tag allein die Solinger Fertigung. Das 1996 gegründete Familienunternehmen beschäftigt in Solingen rund 1.000 Mitarbeiter. Mit vier Galvanikanlagen und fast 60 Spritzgussmaschinen gehört BIA zu den größten und modernsten Fertigungsbetrieben dieser Art in Deutschland.

Nach der Führung sind Sie zum Mittagessen in der Kantine eingeladen.

Die Anreise erfolgt individuell und selbst organisiert. Adresse: Lotharstraße 6, 42655 Solingen

Betrieblich bedingt kann es zu einer erhöhten Lautstärke kommen. Es sind in unmittelbarer Nähe zum Werksgelände nur eingeschränkt Parkplätze verfügbar. Das Parken auf dem Firmengelände ist nicht möglich.

Dienstag, 29. Oktober 2019, 10.45 - 13.00 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
2,25 ZStd.; 8,- €
Anmeldung erforderlich

R13109 Hilden

Besichtigung: DB Bereitstellungs- und Instandhaltungswerk Dortmund

Birgit Schlickmann

Die Wurzeln des Werks Dortmund der DB reichen bis in die 1930er Jahre zurück, damals wurden hier noch ausschließlich Dampf- und Dieselloks gewartet. Seit Ende 2002 werden hier neben E-Loks und Reisezugwagen für den Fernverkehr auch die schnellsten Züge der DB, die ICE, instandgesetzt.

In einer 250 m langen Halle sind die Mitarbeiter nahezu rund um die Uhr damit beschäftigt, die ICEs innerhalb kürzester Zeit zu warten. Bremsen, Kupplungen und Fensterscheiben werden überprüft, u. U. müssen sogar ganze Drehgestelle oder Motoren ausgetauscht wer-

den. Wie das geschieht, werden wir uns vor Ort ansehen. Die Gebühr umfasst An- und Abreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln.

Das Mindestalter beträgt 16 Jahre, Wichtig: Bitte praktische, unempfindliche Kleidung und feste Schuhe (keine hohen Absätze) tragen. Das Instandhaltungswerk bzw. die Führung ist nicht barrierefrei zugänglich.

Treffpunkt: 9.10 Uhr Bahnhof Hilden, Gleis 3, S1 Abfahrt 9.21 Uhr

Samstag, 16. November 2019, 9.10 - 16.30 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
7,34 ZStd.; 44,- €
Anmeldung erforderlich

R13110 Hilden

Betriebsbesichtigung: Müllverbrennung Wuppertal

Birgit Schlickmann

Das Müllheizkraftwerk der AWG auf Korzert ist für die regionale Abfallentsorgung unverzichtbar und seit seiner Inbetriebnahme im Jahr 1976 rund um die Uhr an jedem Tag des Jahres in Betrieb. Nach über 40 Jahren kontinuierlichen Betriebs stammen nur noch wenige Aggregate und Bauteile - beispielsweise die Turbine oder der Schornstein - aus den Anfangsjahren. Mit der Fertigstellung und Inbetriebnahme eines neuen Verbrennungskessels - als Ersatz für einen Kessel der 2. Generation - hat 2014 der dritte Erneuerungszyklus der technischen Anlagen des Müllheizkraftwerks begonnen.

Das Mindestalter für die Führung beträgt 8 Jahre.

Festes Schuhwerk wird empfohlen, da auf Gittern gelaufen werden muss.

Die Anreise erfolgt individuell und selbst organisiert. Adresse: Korzert 15, 42349 Wuppertal

Montag, 4. November 2019, 10.00 - 12.30 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
2,5 ZStd.; 7,- €
Anmeldung erforderlich

R13111 Hilden

Betriebsbesichtigung: LyonellBasell Polyolefine GmbH

Birgit Schlickmann

Die Basell Polyolefine GmbH, ein Unternehmen der Lyondellbasell Firmengruppe, produziert am Standort Wesseling Kunststoffe in Form von Grieß und Granulaten. Diese werden unter anderem zu Produkten in der Automobilindustrie, zu Rohren, Flaschen, Folien sowie für medizinische Anwendungen und andere Gegenstände des täglichen Bedarfs weiterverarbeitet. Um die Kunststoffe herzustellen, werden als Vorprodukte die Gase Ethen und Propen benötigt. Diese erzeugt der Standort in seinen beiden Crackern selbst. Basis hierfür ist die bei der Erdölverarbeitung in Raffinerien entstehenden Rohstoff Naphtha (Rohbenzin), Hydrowax, Propan oder Butan. Die Strom- und Dampfversorgung des Betriebsbereiches erfolgt überwiegend durch ein eigenes Kraftwerk. Das Werk ist durch Rohrleitungen mit dem Godorfer Hafen verbunden.

Die Gebühr umfasst An- und Abreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln.

Das Mindestalter beträgt 14 Jahre



Treffpunkt: 10.50 Uhr Haan Bahnhof, Gleis 2, Ri. Köln, RB 48 Abfahrt
11.00 Uhr; Rückkehr: ca. 18:00 Uhr

Donnerstag, 28. November 2019, 10.50 - 18.00 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
7,17 ZStd.; 24,- €
Anmeldung erforderlich

R13112 Hilden

Journalismus

Schreiben wie die Profis Workshop für journalistisches Schreiben in Kooperation mit der Rheinischen Post

N.N.



2 x donnerstags, 18.15 - 19.45 Uhr
Beginn: 12. September 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
3 ZStd.; 7,- €
Anmeldung erforderlich bis zum 8. September 2019

R13190 Hilden

FERNWEH

Fordern Sie für beide Studienreisen bitte den ausführlichen Reiseprospekt bei EDELTOURS Tel 02054-4067 an oder laden ihn unter edeltours.de aus dem Internet herunter. Die VHS ist nicht Veranstalterin dieser Studienreisen. Es gelten daher die Bedingungen des Veranstalters, zu bekommen über EDELTOURS, Geranienweg 12 , 42579 Heiligenhaus, Tel 02054-4067. Auch Anmeldungen sind nur über EDELTOURS möglich.

Sagenhaft - Rundreise durch die Republik Irland und Nordirland 10-tägige Studienreise

Jürgen Schöps

Die Grüne Insel am Westrand Europas wurde früh zu einem Angelpunkt der Kirchengeschichte des Abendlandes. Unzählige Baudenkmäler (Rundtürme und Hochkreuze , Klöster und Burgen) legen davon Zeugnis ab. Doch gerade die Gegenwart erfordert es, dass diese Studienreise nicht nur die Republik Irland berücksichtigt, sondern auch und vor allem den zum United Kingdom gehörenden Norden zu erfassen versucht. In Belfast und Londonderry gibt es genügend Anlässe, sich die jüngste Vergangenheit gegenwärtig werden zu lassen.

Stationen der Reise sind : Dublin - Glendalough - Wicklow Mountains - Kilkenny - Ring of Kerry - Cliffs of Moher - Galway - Connemara - Mayo - Castlebar - Drumcliffe - Donegal - Londonderry - Giants Causeway - Belfast - Armagh-Monasterboice - Dublin

1 x dienstags,
Beginn: 10. September 2019
1990,- €

R13303 Studienfahrt

Tansania - Jenseits von Afrika 10-tägige Studienreise mit 4-tägiger Verlängerung Sansibar (optional)

Jürgen Schöps

Eines der schönsten Länder Afrikas ist ohne Zweifel Tansania. Hier werden unsere Träume von unberührter Natur, einer spektakulären Tierwelt und die Sehnsucht nach Weite und Freiheit Wirklichkeit. Erinnerungen an spannende Dokumentationen von Bernhard und Michael Grzimek bzw. Filme von Hardy Krüger werden wach. Perfekt ist auch die Kombination mit Sansibar zur Entspannung und kulturellen Ergänzung.

Wir erleben den Arusha-Nationalpark, die berühmten Wildschutzgebiete Lake Manyara und Serengeti sowie das faszinierende UNESCO Weltnaturerbe Ngorongoro-Krater. Wir begegnen den stolzen Maasai und den vielfältigen Kulturen des Landes.

Stationen der Reise: Frankfurt - Kilimanjaro - Arusha NP - Lake Manyara - Serengeti - Ngorongoro Krater - Rückflug oder Verlängerung Sansibar

Verlängerung Sansibar: 739,-€ pro Pers. Im DZ

1 x sonntags,
Beginn: 17. November 2019
3598,- €

R13304 Studienfahrt

Winterträume - Weihnachtsstimmung Adventliche Impressionen in winterlicher Natur aus nahen und fernen Regionen



Karl Wilhelm Specht

Mit winterlichen Eindrücken aus den schweizer Hochalpen um Zermatt und dem Oberwallis beginnt die Bilderreise, gefolgt von atemberaubenden Impressionen eisiger Motive an den Gletschern Grönlands und Alaskas. An der Küste der kanadischen Hudson Bay warten die Eisbären auf das Zufrieren der riesigen Meeresbucht, während sich in Oberbayern das Rotwild bereits an den Futterstellen einfindet. In ganz anderer Art spielen sich (vor-) weihnachtliche Festlichkeiten im bunt geschmückten Mexiko ab und stehen im Gegensatz zur tief verschneiten Landschaft im Alpenvorland und auf dem höchsten Berg Deutschlands, der Zugspitze. In adventlicher Beleuchtung ganz unterschiedlichen Charakters erleben wir vorweihnachtliche Stimmung in der englischen Kleinstadt Chagford im Dartmoor und der Ruhrgebiets-Großstadt Mülheim, den beiden Heimatorten des Referenten. Zu den der Jahreszeit entsprechenden Stimmungen gehören auch Bilder aus dem heimeligen Zuhause, wo jeder auf individuelle Weise den Feiertagen entgegenseht, und mit wunderschönen Winterlandschaften im Sauerland und in der Eifel wird der adventliche Bilderbogen beendet.



Mittwoch, 18. Dezember 2019, 18.30 - 20.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 UStd.; 8,- € (Kasse vor Ort, wegen begrenzter Platzzahl
dennoch bitte anmelden!)
Anmeldung erforderlich

R13305 Hilden

Hebräische Lieder - Numi Numi

Sakrale und weltliche Lieder aus dem alten und neuen Israel



in Kooperation mit dem Kulturrat der Stadt Hilden

Esther Lorenz / Peter Kuhz

Mit dem Konzertprogramm „Numi Numi“ benannt nach einem bekannten israelischen Wiegenlied, präsentiert die Sängerin Esther Lorenz am Vorabend des jüdischen Neujahrsfestes „Rosch ha-Schana“ israelische und spanisch-jüdische Musikkultur. Begleitet wird sie dabei von dem Gitarristen Peter Kuhz.

Diese musikalische Reise durch das Judentum beschreibt mit „Bashana haba'a“ die Sommerferien in Israel mit spielenden Kindern und Kranichen, die über den Köpfen hinweg ziehen: Du wirst sehen - alles wird gut - im nächsten Jahr, lässt vertonte Worte des im 11. Jahrhundert geborenen spanisch-jüdischen Gelehrten Solomon Ibn Gabirol erklingen, dessen Verse noch heute zum jüdischen Versöhnungsfestes Jom Kippur gesprochen werden, zitiert die Worte zweier Geliebter aus dem Hohelied („ Dodi li“) und besingt den „Abend der Rosen“ in „Erev shel shoshanim“ - ein modernes israelisches Liebeslied, das oft auf Hochzeiten gespielt und gesungen wird. Weniger bekannt ist die Musik der sephardischen Juden, die sich nach ihrer Vertreibung aus Spanien im Mittelalter in ganz Südeuropa, in Israel sowie in New York ansiedelten.

Erläuterungen über Feiertage und Bräuche, Anekdoten und die berühmte Prise Humor im Judentum vervollständigen dieses musikalische Kaleidoskop, das jüdisches Leben und Fühlen von verschiedenen Seiten beleuchten möchte.

Samstag, 28. September 2019, 20.00 - 21.00 Uhr
Wilhelm-Fabry-Museum, Benrather Str. 32a, Hilden, Fassraum
1,33 UStd.; 12,- €

R14000 Hilden

FERNSICHTEN/LANDESKUNDE

Marokko - lebendiger Orient im westlichsten Land der islamischen Welt

Tonbildvortrag

Jürgen Schöps

Nur wenige Flugstunden von uns entfernt taucht man mit einem Marokkobesuch ein in eine andere Welt. Bunte Märkte, prachtvolle Moscheen und Kasbahs, malerische Oasen, Königsstädte und märchenhafte Medinas gehören zum farnefrohen Strauß der Eindrücke. Da darf auch ein Besuch bei den Beduinen in der Sahara nicht fehlen. Stationen der Reise sind Casablanca - Rabat - Meknes - Moulay Idriss - Volubilis - Fes - Ifrane - Erfoud - Rissani - Todrasch-

lucht - Quarzazate - Marrakesch - Essaouira - Casablanca

Dienstag, 24. September 2019, 18.30 - 20.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 UStd.; 5,- € (Barzahlung vor Ort möglich)
Bitte melden Sie sich an, damit wir Planungssicherheit haben.
Bei sehr geringen Anmeldezahlen kann die Veranstaltung leider ausfallen.
Anmeldung erforderlich

R14001 Hilden

Toskana - Wiege der Renaissance

Tonbildvortrag

Jürgen Schöps

Der Vortrag zeigt die Schönheit dieses vielgeliebten Reisezieles. Dazu gehört nicht nur die außerordentlich reizvolle Landschaft, sondern vor allem die einzigartigen Baudenkmäler. Wir begegnen sowohl den mittelalterlichen Zeugnissen in San Gimignano oder Lucca als auch der Renaissance in all ihrer Pracht wie in Florenz, Pienza, Volterra, Siena oder Pisa. Gerade die Toskana zeigt, wie sich Mensch, Landschaft, Kunst und Geschichte wechselseitig prägen.

Dienstag, 5. November 2019, 18.30 - 20.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
2 UStd.; 5,- € (Barzahlung vor Ort möglich)
Bitte melden Sie sich an, damit wir Planungssicherheit haben.
Bei sehr geringen Anmeldezahlen kann die Veranstaltung leider ausfallen.
Anmeldung erforderlich

R14002 Haan

Vietnam/Kambodscha: Kolonialismus, Kriege, lächelnde Menschen

Tonbildvortrag

Jürgen Schöps

Sie gehen mit auf eine einmalige Reise nach Südostasien. Start ist im Norden in Vietnams Hauptstadt Hanoi. Über die aus vielen Filmen bekannte Halong-Bucht geht es nach Süden in die ehemalige Kaiserstadt Hue. Im Städtchen Hoi An scheint die Zeit stehen geblieben zu sein, während Danang von den Kriegswirren gezeichnet ist. Zentrum des Südens ist das frühere Saigon, heute Ho Chi Minh-City. Von hier aus gelangt man in das Mekong-Delta, eine vom Wasser geprägte Gegend. Auf dem Weg nach Kambodscha sollte man unbedingt in Cu Chi Station machen, dem legendären Ort, an dem der Vietkong sein Hauptquartier hatte.

Kambodschas Hauptstadt Pnom Penh ist noch heute gekennzeichnet von der Willkürherrschaft des kommunistischen Pol-Pott-Regimes. Weltkulturerbe sind die von den Khmer erbauten Tempel von Angkor Wat und Angkor Thom, mit denen die Reise endet.



Dienstag, 3. Dezember 2019, 18.30 - 20.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
2 UStd.; 5,- € (Barzahlung vor Ort möglich)
Bitte melden Sie sich an, damit wir Planungssicherheit haben.
Bei sehr geringen Anmeldezahlen kann die Veranstaltung
leider ausfallen.
Anmeldung erforderlich

R14003 Haan

Die Nationalparks in Nordamerika

Dia-Vortrag in Überblendtechnik

Gabriele Müller

Drei Monate sollte diese Reise dauern, in denen ich 20.000 km zurücklegte und mich in 14 Nationalparks in Nordamerika aufhielt. Am Anfang stand das Mount Rushmore Monument - der Felsen mit den vier Präsidentenköpfen und der Custer State Park mit seinen 950 freilebenden, amerikanischen Bisons. Der Yellowstone Nationalpark war der erste Park der Welt und besticht durch seine Geysire. Durch den Canyonland Nationalpark zur „Westernkulisse“ des Monument Valley mit seinen bizarren Felsen. Dann zum gewaltigen Grand Canyon und durch den Red Canyon zum außergewöhnlichen Bryce Canyon. Sein Anblick ist wahrhaftig atemberaubend. Dann zu den mächtigen Saguaro Kakteen in Arizona und zu dem Nationalpark der Riesenbäume in Kalifornien - den Sequoias. Auch der Yosemite Park mit seinen vielen Wasserfällen imponierte sehr. In San Francisco besuchte ich die Gefängnisinsel „Alcatraz“. Danach weiter zum Mount St. Helens Nationalpark mit seinem Vulkan, der 1980 ausbrach. In Kanada besuchte ich den Banff und Jasper Park und sah auf mehrstündigen Wanderungen viele Biber, Hirsche, Elche und Schwarzbären.

Freitag, 11. Oktober 2019, 16.00 - 17.30 Uhr
Dorotheeviertel Seniorenzentrum; Haus Linde (Café)
2 UStd.; 3,- € (Barzahlung vor Ort möglich)
Anmeldung erforderlich

R14080 Hilden

Einstieg ins Daytrading - Erste Schritte ins Daytrading ohne Bank

Jörg Fahnenstich

Die Teilnehmer lernen die Thematik Daytrading kennen. Wie erstellt man sich einen Chart und benutzt diesen im Daytrading. Wie schätzt man die Märkte ein und reagiert auf diese. Am Ende des Vortrags sollte ein Grundverständnis für das Daytrading vorhanden sein.

Bei dem Vortrag wird nicht für bestimmte Broker geworben und keine Anlageempfehlung ausgesprochen. Ebenso findet keine persönliche Beratung statt.

Freitag, 11. Oktober 2019, 17.30 - 20.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
2,5 ZStd.; 29,- €
Anmeldung erforderlich

R14152 Hilden

Erben und Vererben

Gefördert durch die Sparkassen-Finanzgruppe - Beratungsdienst Geld und Haushalt

Claudia Eckermann-Seel

Interessant für Verbraucherinnen und Verbraucher, die zu Lebzeiten Vermögen übertragen wollen, den Erbfall gut vorbereiten möchten oder kürzlich geerbt haben

Inhalte:

Gesetzliche Erbfolge, Erbvertrag, Testament

Der letzte Wille: Form, Inhalt, Wirkung

Das Pflichtteilsrecht bedenken

Den Nachlass prüfen, verwalten und teilen

Erbschaftssteuer

Schenken statt vererben: wie oft, wie viel, an wen?

Die Erbschaft ausschlagen

Den digitalen Nachlass regeln

Die Referentin ist Volljuristin.

Der gebührenfreie Vortrag kann nur stattfinden, wenn sich ausreichend Teilnehmer/-innen angemeldet haben. Wir bitten daher dringend darum, sich für die Veranstaltung anzumelden!

Dienstag, 1. Oktober 2019, 18.00 - 19.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 UStd.; gebührenfrei, eine Anmeldung ist aber zwingend erforderlich!
Anmeldung erforderlich

R14153 Hilden

Vollmacht, Patientenverfügung und Betreuungsverfügung

Vortrag in Kooperation mit dem Sozialdienst Katholischer Frauen und Männer Hilden

Silvia Möllemann / Hubert Bader / Sabine Becker

Der Vortrag richtet sich an alle, die eine rechtliche Betreuung für einen Familienangehörigen oder auch für Jemanden außerhalb der Familie bereits übernommen haben oder neu übernehmen wollen. Grundsätzlich sind aber auch alle Anderen, die sich für das Thema interessieren, herzlich eingeladen.

Mittwoch, 6. November 2019, 18.00 - 19.30 Uhr
Atrium St. Jacobus (Erdgeschoss)
2 UStd.; gebührenfrei

R14154 Hilden

Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung

Vortrag in Kooperation mit dem Sozialdienst Katholischer Frauen und Männer Hilden

Silvia Möllemann / Hubert Bader / Sabine Becker

Wer sorgt für mich, wenn ich es nicht mehr selbst kann? Wer regelt meine Angelegenheiten? Der Vortrag informiert darüber, was bei der Erteilung einer Vollmacht für einen Dritten zu beachten ist und welche Bedeutung eine Betreuungsverfügung hat.



Mittwoch, 13. November 2019, 18.00 - 19.30 Uhr
Atrium St. Jacobus (Erdgeschoss)
2 UStd.; gebührenfrei

R14155 Hilden

Patientenverfügung

Vortrag in Kooperation mit dem Sozialdienst Katholischer Frauen und Männer Hilden

Hubert Bader / Michael Lipke

Der Vortrag informiert darüber, was bei der Abfassung einer Patientenverfügung wichtig ist. Neben den formalen Anforderungen an eine Patientenverfügung werden insbesondere medizinische Fragen im Mittelpunkt stehen.

Mittwoch, 20. November 2019, 18.00 - 19.30 Uhr
Atrium St. Jacobus (Erdgeschoss)
2 UStd.; gebührenfrei

R14156 Hilden

ZWISCHENMENSCHLICHES

Mit Leichtigkeit zum Ziel

Tipps und Tricks zum Thema „Selbstmotivation“ - mit Hilfe von NLP

Niklas Düllings

Wie kann ich meinen inneren Schweinehund überwinden? Wie schaffe ich es, das zu tun, was ich mir vorgenommen habe? Wie kann ich meine schlechten Gewohnheiten ablegen? Was will ich wirklich und wie erreiche ich es? Das und vieles mehr erfahren Sie in diesem Seminar.

Ob Abnehmen, mit dem Rauchen aufhören oder regelmäßiger Sport, ob berufliche oder private Veränderung - viele Menschen stehen vor einer großen Herausforderung, wenn sie ihr Verhalten ändern wollen. Zum Durchhalten ist es nützlich, die Beweggründe hinter Ihrem Ziel zu erkennen, Ihr Durchhaltevermögen zu steigern und sich mit einfachen Tricks unmittelbar motivieren zu können. Für eine nachhaltige Veränderung sollten Sie die unbewussten Denkprozesse hinter Ihrem Verhalten kennen und nutzen lernen. Dieses gelingt unter anderem mit Methoden aus der Psychologie oder dem NLP (Neurolinguistisches Programmieren). Das Seminar setzt dabei in sehr konkreten und praktischen Bezügen zu Ihrem Alltag an.

Gewinnen Sie neue Motivation und lernen Sie, Ihr gewünschtes Verhalten mit Leichtigkeit umzusetzen, um Ihre Ziele zu erreichen!

Samstag, 14.09.2019
jeweils 10.00 - 18.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
8,5 ZStd.; 59,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 7 / Max. 10 Teilnehmende
Anmeldung erforderlich

R16022 Hilden

Was ich zu sagen habe - Hildener Persönlichkeiten

“Hidden champions“ (verborgene Champions) nennt man landläufig Menschen, die „etwas drauf haben“, aber in ihrer eigenen Kommune nur Wenigen bekannt sind. Von anderen liest man öfters in der Zeitung.

Die bekannten und die weniger bekannten Champions werden wir in einer Reihe vorstellen, die gemeinsam von der Volkshochschule und der Evangelischen Erwachsenenbildung ins Leben gerufen wurde. Wir wollen von ihnen wissen, was sie zu sagen haben.

Interviewer wird der Historiker und Journalist Dr. Matthias Dohmen sein. Begleitet wird die Reihe von unserem Medienpartner Rheinische Post.

“Was ich zu sagen habe“ - Gabriele Römer Gesprächsreihe in Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Matthias Dohmen

Mittwoch, 11. September 2019, 18.30 - 20.30 Uhr
Gemeindezentrum Reformationskirche, Markt 18, Hilden
2 ZStd.; 9,- € (Kasse vor Ort, wegen begrenzter Platzzahl dennoch bitte anmelden!)
Anmeldung erforderlich

R16051 Hilden

“Was ich zu sagen habe“ - Nadine Reinhold Gesprächsreihe in Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Matthias Dohmen

Nadine Reinhold, Leiterin der Kinder- und Jugendbuchabteilung der Stadtbibliothek. Berufliche Stationen nach Abschluss des Studiums Öffentliches Bibliothekswesen (in Bonn, 1995 bis 1999) Eschweiler, Stolberg und Wülfrath. Nadine Reinhold, bis vor kurzem noch Leiterin der Stadtbücherei, tritt aus persönlichen Gründen kürzer.



Mittwoch, 9. Oktober 2019, 18.30 - 20.30 Uhr
 Gemeindezentrum Reformationskirche, Markt 18, Hilden
 2 ZStd.; 9,- € (Kasse vor Ort, wegen begrenzter Platzzahl
 dennoch bitte anmelden!)
 Anmeldung erforderlich

R16052 Hilden

“ Was ich zu sagen habe“ - Wolfgang Niederhagen

Gesprächsreihe in Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Matthias Dohmen

Wolfgang Niederhagen, 1933 in Haan geboren und dort heute lebend, ist ausgebildeter Graveur und ein Meister der Malerei, den Kunstexperten in der Tradition Boschs, Breughels, Carl Barths und Picassos sehen. Sein Werk „Haaner Kirmes (Kasperletheater)“ hat das Von-der-Heydt-Museum angekauft. Bekannt wurde er auch mit kleinen Kunstwerken, die er aus Dingen herstellt, die quasi zum Müll gehören.

Mittwoch, 13. November 2019, 18.30 - 20.30 Uhr
 Gemeindezentrum Reformationskirche, Markt 18, Hilden
 2 ZStd.; 9,- € (Kasse vor Ort, wegen begrenzter Platzzahl
 dennoch bitte anmelden!)
 Anmeldung erforderlich

R16053 Hilden

“ Was ich zu sagen habe“ - Oliver Pautsch

Gesprächsreihe in Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Matthias Dohmen

Oliver Pautsch schreibt vor allem Kinderbücher und Krimis, zuletzt noch „Die Fabry-Papiere“. Seine Geschichten über Vico, den Jungen, der ein „Drachenbruder“ ist und darunter leidet, dass er nicht fliegen kann, erscheinen beim renommierten Arena-Verlag. Neben Romanen schreibt er auch Drehbücher. 1965 in Hilden geboren und auch heute in Hilden lebend. Kann auch packen: Spezialist für Flügel- und Klaviertransporte.

Mittwoch, 11. Dezember 2019, 18.30 - 20.30 Uhr
 Gemeindezentrum Reformationskirche, Markt 18, Hilden
 2 ZStd.; 9,- € (Kasse vor Ort, wegen begrenzter Platzzahl
 dennoch bitte anmelden!)
 Anmeldung erforderlich

R16054 Hilden

AUSTAUSCH

Gesprächskreis für Männer ab 50

Matthias Dohmen

Worüber in dieser Runde geredet und debattiert werden soll, macht der Leiter, Matthias Dohmen, weitgehend von den Erwartungen und Interessen der Teilnehmer abhängig.

Eine Runde, in der allein Geselligkeit gepflegt wird, strebt er nicht an. Stattdessen will er mit den Teilnehmern gemeinsam Themen erarbeiten und diskutieren. Sie können tagesaktuell sein oder auch einen persönlichen oder zeitlosen Bezug aufweisen. Er selbst beschäftigt sich mit Themen von Politik und Gesellschaft bis Literatur, von Wirtschaft bis Philosophie.

Geleitet wird die Veranstaltung von dem Journalisten und promovierten Historiker Dr. Matthias Dohmen.

Bitte beachten Sie die Einzeltermine!

Mittwoch, 11.09.2019,
 Mittwoch, 25.09.2019,
 Mittwoch, 09.10.2019,
 Mittwoch, 30.10.2019,
 Mittwoch, 13.11.2019,
 Mittwoch, 27.11.2019,
 Mittwoch, 11.12.2019,
 Mittwoch, 08.01.2020,
 Mittwoch, 22.01.2020,
 jeweils 16.00 - 18.00 Uhr

Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 18 ZStd.; 49,- €
 Anmeldung erforderlich

R16100 Hilden

Gesprächskreis für Männer über 60

“ Willkommen am Runden Tisch“

Johann Wilhelm Abels

Gesprächskreis im zweiwöchentlichen Rhythmus.

Der Kreis trifft sich bereits im 51. Semester und ist relativ stabil, d.h. viele Teilnehmer sind schon seit Jahren mit Freude dabei. Neue Teilnehmer sind bisher gern aufgenommen worden. Die Themen erwachsen aus dem Gespräch in der Gruppe.

Donnerstag, 05.09.2019,
 Donnerstag, 19.09.2019,
 Donnerstag, 14.11.2019,
 Donnerstag, 28.11.2019,
 Donnerstag, 12.12.2019,
 Donnerstag, 09.01.2020,
 Donnerstag, 23.01.2020,
 jeweils 18.30 - 20.30 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
 14 ZStd.; 42,- €
 Anmeldung erforderlich

R16101 Haan

KINDERGEBURTSTAG für die „KLEINEN“ ...

Private Kindergeburtstage buchen für 2-5 Jährige

Monika Scheib

Wer kennt das nicht...der Kindergeburtstag naht und mit ihm die schlaflosen Nächte, weil man keine richtigen Ideen hat, wie man diese Feier gestalten könnte, zu Hause nur wenig Platz zur Verfügung



steht und man auch ein wenig besorgt ist, dass die Rasselbande die ganze Wohnung auf den Kopf stellt.

Das gibt's bei unserem Geburtstags-Angebot alles nicht, denn da heißt es nur :

“ANKOMMEN - FEIERN - SPIELEN - BASTELN - SPASS HABEN - UND GLÜCKLICH NACH HAUSE GEHEN!”

Es gibt dafür einen geeigneten Raum, der viel Platz zum Spielen bietet und auch über Kinder-Tische und -Stühle verfügt.

Angeboten werden Themen-Geburtstage (je nach Wunsch und Alter der Kinder) z.B. Indianerfest / Katzen-Geburstag /Bärenstarke Party / Mickymaus-Feier / Prinzessinnen - Ball, etc.

Zum Ablauf des Nachmittags gehören u.a. Sing - Tanz - Bewegungs - und Wettspiele, Bastelarbeiten, Fingerpuppen-Geschichten, Luftballon -Tanz, Seifenblasen, etc.

Mindestens ein Elternteil des Geburtstagskindes sollte die ganze Zeit mit anwesend sein und (vor allem bei den jüngeren Kindern) können gerne auch die Muttis der Gast-Kinder dabei bleiben, die während dieser Zeit die Möglichkeiten haben, an einer großen Tischreihe gemütlich Kaffee zu trinken und ihrem Kind bei Bedarf helfend zur Seite zu stehen.

Mitzubringen sind nur Essen und Trinken, Laufsocken oder Hausschuhe für Groß und Klein und auf Wunsch (nach Absprache) Preise für die Wettspiele.

Bei Interesse melden Sie sich bitte mit mindestens zwei Wochen Vorlaufzeit bei der VHS.

Sie bekommen dann von uns die Telefonnummer unserer Dozentin (Monika Scheib / Erzieherin), mit der Sie dann den Ablauf des Nachmittags und all' ihre Wünsche persönlich besprechen können.

(Dieses Telefonat vorab ist unverbindlich und verpflichtet nicht zur Buchung!)

Eine Geburtstagsfeier dauert 150 Minuten und soll in der Regel wochentags zwischen 15.00 Uhr und 17.30 Uhr stattfinden. Die Gebühr dafür beträgt 130,- €, bei Vorlage eines Itterpasses 110,- €. Es können maximal 8 Kinder teilnehmen.

Ort: Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden

Anfragen bitte an: Martin Kurth

Tel.: 02103-5005-33

E-Mail: kurth@vhs-hilden-haan.de

Termin nach Vereinbarung,
Treffpunkt nach Absprache
gebührenfrei
Kleingruppen-Angebot:
Min. 4 / Max. 8 Teilnehmende
Persönliche Anmeldung erforderlich

R18023 Hilden

Lernpate - Eine Aufgabe für Sie?

“Lernpaten Hilden“ ist ein Projekt von Ehrenamtlichen in Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei Hilden

N.N.

Sie haben etwas Zeit und den Wunsch, sinnvoll damit umzugehen und etwas für junge Menschen zu tun?

Dann laden wir Sie ein, das Projekt „Lernpaten Hilden“ kennenzulernen. Es will Hildener Kinder mit Lernschwächen auf ihrem Weg durch die Schule ein Stück begleiten und unterstützen. Vorrangig geht es dabei um Schüler/innen vom ersten bis zum siebten Schul-

jahr, die ein- bis zweimal pro Woche einzeln betreut werden. Die ehrenamtlichen Lernpaten helfen auch ausländischen Schülern beim Erlernen der deutschen Sprache.

Was wird von Ihnen erwartet?

- Freude an der Arbeit mit Kindern
- Offenheit und Vorurteilslosigkeit, auch bei schwierigen familiären Verhältnissen
- Durchhaltevermögen und Geduld
- Bereitschaft zur Fortbildung
- Eine pädagogische Vorbildung ist nicht erforderlich.

Weitere Informationen unter: www.lernpaten-hilden.de

Ansprechpartner für den Erstkontakt und vertiefende Informationen: Detlef Recha, Tel. 02103-64011, E-Mail: recha@lernpaten-hilden.de
Birgit Halfkann, Stadtbücherei Hilden, Tel. 02103-72311, E-Mail: birgit.halfkann@hilden.de

Leih-Großeltern-“ Führerschein“

In Kooperation mit dem Stellwerk Hilden - Büro für Familie und Bildung - und der Arbeiterwohlfahrt, Ortsverein Hilden

Barbara Himmelsbach / Thomas Körblein

Sie beschäftigen sich gerne mit Kindern und möchten Ihre Erfahrungen und Ihr Wissen weitergeben?

Sie sind aufgeschlossen, haben Geduld, Verständnis und Interesse daran, die Welt wieder mit Kinderaugen zu sehen?

Dann haben Sie gute Voraussetzungen, Leihgroßmutter oder -vater zu werden.

Leihgroßeltern sind ehrenamtlich engagiert und setzen sich für den aktiven Austausch zwischen den Generationen ein. Sie sind damit ein wichtiger Bestandteil für die Entwicklung eines Kindes, wenn keine eigenen Großeltern erreichbar sind. Sie verbringen eine fest umgrenzte, selbst bestimmbare Zeit mit ihren Leihenkeln.

Im Vordergrund des Engagements stehen der Kontakt zur jeweils anderen Generation und der Aufbau einer verlässlichen, vertrauensvollen und dauerhaften Beziehung. Hierbei entlasten Leihgroßeltern die Familie durch den regelmäßigen Kontakt zum Kind. Leihgroßeltern sind jedoch KEIN Ersatz für eine regelmäßige Kinderbetreuung! Grundlage für die Vermittlung als Leihgroßeltern ist eine Teilnahme an diesem Qualifizierungskurs der VHS Hilden-Haan. Auch, wenn Sie selbst Kinder großgezogen haben oder Kinder betreut haben, vieles hat sich verändert, insbesondere auch das Lebensumfeld von Kindern und deren tägliche Herausforderungen. Dieser Kurs soll Ihnen in lockerer Lernatmosphäre gemeinsam mit Gleichgesinnten aktuelles Wissen vermitteln und Ihnen Sicherheit im Umgang mit Kindern geben. Wir machen Sie fit für die gegenwärtigen Erfordernisse. Folgende Inhalte werden Ihnen im Rahmen des Führerscheines vermittelt:

- Bedürfnisse, Werte und Erziehungsziele früher und heute
- Rollenklärung: Nicht Großeltern, nicht Fremde, aber was dann? Leih-Großeltern sind Begleiter...
- Kommunikation: Wie reden wir miteinander so, dass alle Gehör finden?
- Phasen kindlicher Entwicklung
- Spielimpulse und Spielanregungen
- Grenzen wahrnehmen und eigene Grenzen setzen
- der gelungene erste Kontakt mit der Familie
- rechtliche und finanzielle Rahmenbedingungen, Unterstützung für Leihgroßeltern

Ein Termin widmet sich dem Thema „Erste Hilfe am Kind“ : Was mache ich, wenn ein Kind sich plötzlich verletzt, wenn es Schmerzen hat, blutet, sich verbrennt? Oder einen Fremdkörper verschluckt



oder sich gar in die Nase gesteckt hat?

Kinder unterscheiden sich im Körperaufbau und in der Körperfunktion deutlich von Erwachsenen. Ebenso unterscheidet sich die Erste Hilfe am Kind in wichtigen Punkten von der Ersten Hilfe am Erwachsenen. Die Schulung bereitet gezielt auf Notfälle von Kindern vor. Sie hilft, in eventuellen Extremsituationen besonnen und angemessen zu handeln.

“Leihgroßeltern - für Familien im Einsatz“ ist ein Gemeinschaftsprojekt des Stellwerks Hilden - Büro für Familie und Bildung und der Arbeiterwohlfahrt, Ortsverein Hilden in Kooperation mit der VHS. Hier können Sie sich als Leihgroßmutter/-vater bewerben. Ein persönliches Erstgespräch dort ist die Voraussetzung für die Teilnahme an diesem gebührenfreien Qualifizierungskurs. Nach erfolgreicher Vermittlung als Leihgroßmutter oder -vater stehen Ihnen die AWO und das Stellwerk beratend und begleitend zur Seite, gemeinsame Treffen mit anderen Leihgroßeltern ermöglichen den Austausch zu Fragestellungen untereinander.

Arbeiterwohlfahrt (AWO), Ortsverein Hilden, Robert-Gies-Haus
Heike Cremerius
Clarenbachweg 7, 40724 Hilden
Tel. 02103 - 81 07
robert-gies-haus@awo-hilden.de

oder

Stellwerk Hilden - Büro für Familie und Bildung
Kirsten Max
Bürgerhaus, 1. Etage, Zimmer 12, Mittelstraße 40
Tel. 02103 - 72 504
kirsten.max@hilden.de

Eine Anmeldung über die VHS ist nicht möglich!

4 x dienstags, 9.30 - 12.45 Uhr
Beginn: 29. Oktober 2019
Bürgerhaus Hilden, Mittelstr. 40, Cafeteria, Hilden
14,67 UStd.; gebührenfrei
Anmeldung erforderlich

R18410 Hilden

Vorbemerkungen zu den Fachbereichen

2 Kunst-voll

3 Gesundes Leben

im Semester II / 2019

Zuständig für die Planung: Simone Münzer

Die Studienfahrten in Fachbereich 2 finden trotz neuer Dozenten und sorgfältig durchdachter Programmgestaltung nicht die erwünschte Resonanz. Das Angebot wird deswegen reduziert auf zwei große Kul-Touren und eine bewährte Weihnachtsmarktfahrt zum Arcener Scroogefestival.

Der Literaturbereich wird dafür erweitert um die Vorlese-Werkstatt in Kooperation mit der Stadtbücherei Hilden sowie den Schreibwerkstätten der Haaner Autorin Bettina Lausen.

Ebenfalls in Kooperation mit der Stadtbücherei Hilden startet eine neue Workshopreihe rund ums Nähen, darunter ein Eltern-Kind-Nähworkshop und zwei Angebote zum Nähen von Kinderkleidung bzw. Weihnachtsgeschenken.

Die Junge VHS wird in Fachbereich 2 wieder präserter: Die Kinderkunstkisten sind zurück mit personeller und thematischer Neuausrichtung und sechs Angeboten pro Semester. Außerdem neu im Programm ist ein Face Painting Workshop: Kinderschminken, sei es zu Karneval, Sommerfest oder Halloweenparty, ist zum Profisport geworden.

Der Bereich „Musik“ wird erweitert um einen afrikanisch-lateinamerikanischen Trommelworkshop, für den am 16. November das ganze VHS-Haus Haan geblockt wird.

Fachbereich 3.1 verliert das Angebot „Türkisch kochen“, wird dafür aber bereichert um den neuen Kurs „Algerische Küche“ durch eine Dozentin aus der Reihe „Gesicht zeigen!“ des laufenden Semesters. Durch neu definierte Prozesse in der Küchennutzung wird außerdem auf eine in Zukunft leichtere Dozentenbindung und -gewinnung spekuliert.

Fachbereich 3 startet mit dem neuen großen Themenkomplex „Pflege & Demenz“. In Kooperation mit der AWO Haan wird die Basisqualifizierung „Begleitung von pflegebedürftigen Menschen mit und ohne Demenz“ gemäß § 45 SGB XI wieder in das VHS-Angebot aufgenommen, ergänzt um zwei Angebote zum Stressmanagement für pflegende Angehörige.

Der Bereich „Lebenskunst und persönliche Entwicklung“ entwickelt sich nach der personellen und thematischen Komplettüberarbeitung vom vergangenen Semester wie erhofft stark und wird um weitere Angebote mit neuen Dozenten ergänzt. In Kooperation mit dem Hildener Studio Zwischentöne starten erstmals auch Angebote im Bereich Kunsttherapie sowie zum Übergang Beruf – Rente.

Die Junge VHS wird auch in Fachbereich 3 wieder präserter: Es wird ein Familienworkshop inklusive themen- und altersgerechtem Kinderseminar zum Thema Resilienz angeboten sowie der Kurs „Glückstraining für Kinder“ und ein Stressreduktionsangebot für junge Erwachsene auf dem Weg zur Abschlussprüfung.

Der Sport- und Fitnessbereich wird um einzelne Angebote zu Trendthemen wie „Faszientraining“ erweitert und die Rubrik „Tanzen“ personell und teils auch thematisch neu besetzt.

Und auch die Gesundheit fürs Tier wird um ein neues Angebot ergänzt: Mental- und Körpertraining für Reiter bzw. Hundehalter.



KULT-TOUREN

Charles Dickens zu Ehren Das Scroogefestival in Arcen

Birgit Schlickmann

Am 14. und 15. Dezember wird die Zeit zurückgedreht und Arcen, das schöne Dörfchen an der Maas, versetzt seine Besucher wieder in die Zeit um 1850. Hier treffen Sie die Charaktere aus der Weihnachtsgeschichte von Charles Dickens und können die besondere Atmosphäre der damaligen Zeit erleben. Über die stimmungsvolle Route durch das Dorfczentrum machen Sie eine Reise ins 19. Jahrhundert. Unterwegs treffen Sie auf hunderte Leute gekleidet im Stil der Zeit von Charles Dickens. Die damalige Zeit ist zum Greifen nah: Es gibt Theater, Konzerte, Singchöre, Blechbläser oder traditionelle Buden mit zeitgenössischem Schmuck. Genießen Sie die bezaubernde Winteratmosphäre mit flackernden Laternen und knisternden Feuerkörben! Für das leibliche Wohl sorgen zahlreiche Stände entlang der Route. Ein herrlicher Winterausflug, ein Weihnachtsmarkt der anderen Art!

Arcen ist eine kleine niederländische Festungsstadt zehn Kilometer nördlich von Venlo. Seit 2009 herrscht in Arcen alle zwei Jahre im Dezember beim Scrooge-Festival im historischen Zentrum der Ausnahmezustand. Das Festival wurde von der Stiftung Volkskultur Arcen in Zusammenarbeit mit der Gemeinde Venlo, Unternehmern, Verbänden und Personen des Ortes organisiert. Insgesamt sind fast 600 Arcener für das Ereignis auf den Beinen.

In der Gebühr enthalten sind die Busfahrt, Begleitung und Eintritt.

Bitte kleiden Sie sich witterungsgerecht und rechnen Sie mit zahlreichen anderen Gästen vor Ort!

Abfahrt:

11.00 Uhr - Haan, VHS-Haus, Dieker Straße 49

11.15 Uhr - Lindenplatz Hilden, Seitenstreifen an der Baustraße

Rückkehr ca. 20.00/20.30 Uhr.

Samstag, 14. Dezember 2019, 11.00 - 20.00 Uhr

Treffpunkt siehe Ausschreibungstext

45,- €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

R20001 Studienfahrt

Tagesfahrt zur Ausstellung „Vincent van Gogh“

im Städel Museum Frankfurt

Beate Oswald-Carroll

Das Frankfurter Städel Museum zeigt im Herbst 2019 eine umfassende Ausstellung zu einem der berühmtesten Künstler der Welt: Vincent van Gogh (1853 - 1890). Die bis dato größte und aufwendigste Präsentation in der Geschichte des Frankfurter Museums thematisiert die besondere Rolle, die deutsche Galeristen, Sammler, Kritiker und Museen für die Erfolgsgeschichte des Malers spielten, der als Vorreiter der modernen Malerei gilt. Zum anderen wird die entscheidende Rolle van Goghs als Vorbild für die Kunst des deutschen Expressionismus beleuchtet. Zu sehen sind mehr als 120 Gemälde und Arbeiten auf Papier, darunter über 50 zentrale Werke von van Gogh und 70 Werke weiterer für die Moderne bedeutender Künstlerinnen und Künstler.

Die Ausstellung nimmt das Werk van Goghs erstmalig umfassend im Kontext seiner Rezeption in Deutschland in den Blick. Den Ausgangspunkt bildet eine Auswahl von Schlüsselwerken aus allen Schaffensphasen des niederländischen Malers. Darauf aufbauend widmet sich die Präsentation der Bedeutung van Goghs für die Entwicklung der deutschen Kunst zu Beginn des 20. Jahrhunderts. Wichtiger Referenzpunkt ist hierbei die umfangreiche Städel Sammlung von Werken des Expressionismus. Neben bekannten Beispielen von Ernst Ludwig Kirchner (1880-1938), Erich Heckel (1883-1970), Karl Schmidt-Rottluff (1884-1976), Paula Modersohn-Becker (1876-1907), Gabriele Münter (1877-1962) oder Max Beckmann (1884-1950) werden auch weniger bekannte Künstler vorgestellt. In den Gebühren enthalten sind Busfahrt, Eintritt und Führung. Abfahrt:

8:30 Uhr Haan, VHS-Haus Haan, Dieker Straße 49

8:50 Uhr Hilden, Lindenplatz, an der PKW-Ausfahrt Baustraße

Rückkehr ca. 20:30 Uhr

Samstag, 25. Januar 2020, 8.30 - 20.30 Uhr

Treffpunkt siehe Ausschreibungstext

59,- €

Anmeldung erforderlich

R20002 Studienfahrt

Tagesfahrt zu Kunst und Architektur in der Natur

Kröller-Müller-Museum Otterlo

Beate Oswald-Carroll

Verbringen Sie einen Tag im Kröller-Müller-Museum in Otterlo bei Arnheim. Mit nahezu 90 Gemälden und rund 180 Zeichnungen besitzt das Museum die zweitgrößte Van-Gogh-Sammlung der Welt und ist damit das zweite Zuhause der Werke von Vincent van Gogh. Darüber hinaus gehören Spitzenexponate moderner Meister wie Claude Monet, Georges Seurat, Pablo Picasso und Piet Mondrian zur Sammlung. Durch die verschiedenen Sonderausstellungen ist ein Besuch des Museums immer mit neuen Eindrücken auf aktuelle Perspektiven in der Kunstwelt verbunden.

Das Kröller-Müller-Museum ist das Lebenswerk von Helene Kröller-Müller. Zwischen 1907 und 1922 kaufte sie gemeinsam mit ihrem Mann Anton Kröller fast 11.500 Kunstwerke, wodurch ihre Sammlung heute zu den größten Privatsammlungen des zwanzigsten Jahrhunderts zählt. Eröffnet wurde das Kröller-Müller-Museum am 13. Juli 1938. Der Entwurf des Gebäudes stammt vom belgischen Architekten Henry van de Velde. Das Museum wird von einem der größten Skulpturenparks Europas umgeben: ein Ausstellungsraum auf 25 Hektar im Freien, in dem die moderne Bildhauerkunst einen natürlichen Platz findet. Verteilt über den Garten sind über 160 Skulpturen prägender Künstler von Auguste Rodin bis Henry Moore und von Jean Dubuffet bis Joep van Lieshout aufgestellt.

Zwischendurch besteht die Möglichkeit, sich im Café-Restaurant Monsieur Jacques zu treffen und ins Gespräch zu kommen.

In den Gebühren enthalten sind Busfahrt und Eintritt.

Abfahrt:

8:30 Uhr Haan, VHS-Haus Haan, Dieker Straße 49

8:55 Uhr Hilden, Lindenplatz, an der PKW-Ausfahrt Baustraße

Rückkehr ca. 18 Uhr



Freitag, 4. Oktober 2019, 8.30 - 18.00 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
59,- €
Anmeldung erforderlich

R20003 Studienfahrt

Skulpturengarten in Hilden

Führung durch den Skulpturengarten des Hauses Hildener Künstler - Eine Kooperationsveranstaltung

Désirée Astor / Henriette Astor / Friedel W. Warhus

Das Projekt „Skulpturengarten H6“ findet zum 7. Mal vom 07. Mai 2018 bis zum 31. Oktober 2019 statt.

Im Garten des Künstlerhauses H6, eines 130-jährigen Kutscherhauses mitten in der Stadt Hilden gelegen, stellen Künstler aus der Region und aus dem Ausland ihre plastischen Arbeiten aus. Zu sehen sind nur klassische Skulpturen, sondern auch Objekte und Installationen. Die Künstler arbeiteten diesmal ohne eine thematische Vorgabe.

Das Ziel der Ausstellung ist, den Betrachter zu einem verweilenden Schauen einzuladen, die Ruhe des Gartens zu genießen und dort neue räumliche Beziehungen zu entdecken.

Außerdem werden Sie einen Einblick in das alte Kutscherhaus bekommen und die laufende Ausstellung im Galerieraum besuchen können.

Weitere Termine (auch für kleine Gruppen) können vereinbart werden.

Montag, 9. September 2019, 10.30 - 12.00 Uhr
Haus Hildener Künstler, Hofstraße 6, Hilden
2 UStd.; 3,- € (Kinder gebührenfrei)

R20121 Hilden

Skulpturengarten in Hilden

Führung durch den Skulpturengarten des Hauses Hildener Künstler - Eine Kooperationsveranstaltung

Désirée Astor / Henriette Astor / Friedel W. Warhus

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. R20121

Mittwoch, 9. Oktober 2019, 15.00 - 16.30 Uhr
Haus Hildener Künstler, Hofstraße 6, Hilden
2 UStd.; 3,- € (Kinder gebührenfrei)

R20122 Hilden

Melaten - Den Toten zur Ehre

Entdeckungstour über den Melatenfriedhof in Köln

Ulrich Schoenwald

Über 200 Jahre ist er alt und weit über die Stadtgrenzen von Köln bekannt: der Melatenfriedhof. Prominente Kölner wie Willi Ostermann oder die Familie Millowitsch ruhen hier zwischen rund 55.000 Gräbern, imposanten Denkmälern und eindrucksvollen Parkanlagen. Die Ursprünge des Melatenfriedhofs hängen mit dem Einzug der Franzosen im Jahr 1794 zusammen: Aus hygienischen Gründen wurde die Beerdigung innerhalb der Stadtmauern verboten, so dass der Melatenhof, eine Stiftung für Leprakranke an der Aachener

Chaussee, als neuer Friedhofsplatz ausgewählt wurde.

„Melaten“ ist jedoch nicht nur ein Friedhof, sondern auch das Gedächtnis der Stadt Köln und ein Raum für Kunst. In Grabstätten, Motiven, Skulpturen und Symbolen können die Besucher verschiedene Kunstepochen in Form von klassizistischen Grabmälern bis hin zu Neorenaissance und Neubarock auf sich wirken lassen. Auf unserer Entdeckungstour werden wir einige von ihnen sehen.

Der Friedhof ist 435.000 qm groß, das entspricht ca. 60 Fußballfeldern und verdeutlicht, dass wir heute nur einen Ausschnitt des beeindruckenden Geländes erkunden werden. Mal schauen, welche „Bekannten“ wir entdecken werden.

Die Gebühr umfasst die Bahnfahrt, Begleitung und Führung.

Treffpunkt: 13.25 Uhr Bahnhofsvorplatz Haan (Abfahrt: 13:34 Uhr, RB 48)

Rückkehr ca. 17.55 Uhr

Sonntag, 10. November 2019, 13.25 - 17.55 Uhr

Treffpunkt: Bahnhofsvorplatz Haan

6 UStd.; 28,- €

R20211 Studienfahrt

LITERATUR

Frieden in der Literatur von der Antike bis heute

Nicht müde werden // sondern dem Wunder / leise// wie einem Vogel // die Hand hinhalten.

(Hilde Domin, 1909-2008)

in Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Elke Nußbaum

Literatur hat in allen historischen Epochen (auch) die Sehnsucht nach Frieden zum Ausdruck gebracht. Literarische Beispiele aus den chinesischen, altindischen, vorderasiatischen und mediterranen Kulturen bezeugen schon sehr früh eine weltweite Auseinandersetzung mit Friedensfragen. Für die Literatur des Mittelalters und der frühen Neuzeit stehen z. B. Erasmus von Rotterdam mit seiner bürgerlichen Kriegserklärung an den Krieg und Andreas Gryphius mit seiner Klage über die Folgen des 30-jährigen Krieges. Literatur der Neuzeit und Gegenwart sind geprägt von der beißenden Kritik Kurt Tucholskys am Militarismus, der stark getragenen Front von Intellektuellen gegen Faschismus und Krieg, der kritischen Aufarbeitung des Nationalsozialismus und des zweiten Weltkrieges durch Borchert, Böll, Grass, gegen den Einsatz von Atomwaffen, Wiederbewaffnung durch Erich Fried und Dorothee Sölle. Kunst erlaubt die Vorstellung dessen, was nicht ist, aber sein könnte. Wie andere Künste auch kann Literatur zu einer Kultur des Friedens beitragen.

Bitte melden Sie sich für den Vortrag an! Eine Anmeldung garantiert die Teilnahme bei hohem Interesse und eine Information über Ausfall/Verschiebung.

Donnerstag, 7. November 2019, 18.00 - 19.30 Uhr

Gemeindezentrum Reformationskirche, Markt 18, Hilden

1,5 ZStd.; 6,- € (Barzahlung vor Ort möglich)

R21070 Hilden



Vorlese-Werkstatt

Ein Training für Vorlesepaten und Vorlesepatinnen In Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei Hilden

Dipl.-Bibl. Helga Schwarze

Sie lesen gerne, haben Freude am Umgang mit Kindern und/oder Senioren und wollen Ihre Lesefreude weitergeben? Sie haben Interesse an einer ehrenamtlichen Tätigkeit als Vorlesepatin oder Vorlesepate in Kindergärten, Grundschulen oder im Seniorenheim?

Das Vorlesen ist für Kinder der erste Einstieg in die Welt der Literatur. Die Art des Vorlesens hat wesentlichen Anteil daran, ob ein Kind später selber Bücher liest oder nicht.

Sie lernen die Techniken des Vorlesens von Kinderliteratur sowie geeignete Vorlesebücher und Methoden für deren Einsatz kennen. Damit werden Sie fit gemacht für die Gestaltung von Vorlesestunden! Vorherige Anmeldung erforderlich, bitte nur bei der VHS Hilden-Haan!

Montag, 7. Oktober 2019, 9.00 - 13.00 Uhr
Stadtbücherei Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
4 ZStd.; 12,- €

R21104 Hilden

Kurzgeschichten schreiben

Bettina Lausen

Sie haben etwas zu erzählen, finden aber nicht die richtigen Worte? Sie möchten eine Kurzgeschichte schreiben, wissen aber nicht, wie Sie anfangen sollen? Sie schreiben gerne, haben aber noch nicht die richtige „Form“ gefunden? Oder Sie haben bereits Geschichten geschrieben und wünschen sich ein Feedback und Tipps von einem Profi? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig.

Sie erfahren, wie eine Kurzgeschichte aufgebaut ist und was sie alles benötigt, um für den Leser interessant und spannend zu sein. Anschließend werden Sie mindestens eine eigene Kurzgeschichte verfassen. Zu dieser Geschichte erhalten Sie ein ganz persönliches Feedback - in Bezug auf Aufbau, Sprache, Stil, Perspektive und auch zu individuellen Fragen. Bei dem Kurs steht vor allem der Spaß am Schreiben im Vordergrund. Vorkenntnisse zum kreativen Schreiben sind nicht erforderlich.

Die Kursleiterin ist Autorin, die bereits mehrere Kurzgeschichten und zwei Romane veröffentlicht hat.

6 x donnerstags, 18.30 - 20.30 Uhr
Beginn: 31. Oktober 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
12 ZStd.; 65,- € (Kleingruppe, nicht ermäßigbar)

R21105 Hilden

Bitte beachten Sie, dass bei Kleingruppen (Mindestzahl der Teilnehmenden unter 11 Personen) generell keine Ermäßigung möglich ist. Ausnahmen sind angegeben.

Literarischer Salon Haan

Thema: Judith Schalansky, Verzeichnis einiger Verluste

in Kooperation mit der Stadtbücherei Haan

Ina Schubert

In diesem ungewöhnlichen Werk stellt uns die Autorin mit einer wunderbaren Sprachkunst außergewöhnliche, bereits verschwundene bzw. ausgestorbene Dinge vor, die wir längst vergessen glaubten oder noch gar nicht wahrgenommen haben. In unserer Realität kommen solche Augenblicke des Innehaltens immer seltener vor, in denen wir uns mit der Vergänglichkeit und unserer historischen Verantwortung auseinandersetzen. Vom Kaspischen Tiger, der Villa Sacchetti bis zum Palast der Republik der ehemaligen DDR widmet sich diese Sammlung der Bewahrung der Würde dieser schon vergessenen Spezies. Eine besondere und stilistisch feinfühligere Zeitreise erwartet uns.

ISBN: 978-3-518-42824-5

Verlag: Surkamp Verlag Berlin 2018; 252 Seiten, 24 €

Der Kurs trifft sich in einem etwa zweiwöchentlichen Rhythmus. Bitte beachten Sie die Einzeltermine!

Montag, 02.09.2019,
Montag, 16.09.2019,
Montag, 07.10.2019,
Montag, 28.10.2019,
Montag, 11.11.2019,
Montag, 25.11.2019,
Montag, 02.12.2019,
Montag, 16.12.2019,
jeweils 19.30 - 21.00 Uhr
Stadtbücherei Haan, Neuer Markt 17, Haan (Seiteneingang)
16 UStd.; 82,- € (Kleingruppe)

R21200 Haan

Hildener Literatur-Gesprächskreis

Literatur am Dienstagabend

Thema: Francesca Melandri, Alle, außer mir

Elke Nußbaum

Aus dem Italienischen von Esther Hansen. Kennen Sie Ihren Vater? Wissen Sie, wer er wirklich ist? Kennen Sie seine Vergangenheit? Die vierzigjährige Lehrerin Ilaria hätte diese Fragen wohl mit „ja“ beantwortet, und auch ihre Angehörigen glaubte sie zu kennen - bis eines Tages ein junger Afrikaner auf dem Treppenabsatz vor ihrer Wohnung in Rom sitzt und behauptet, mit ihr verwandt zu sein. In seinem Ausweis steht: Attilio Profeti, das ist der Name ihres Vaters... Der aber ist zu alt, um noch Auskunft zu geben. Hier beginnt Ilarias Entdeckungsreise, von hier aus entfaltet Francesca Melandri eine schier unglaubliche Familiengeschichte über drei Generationen und ein schonungsloses Porträt der italienischen Gesellschaft. Und sie holt die bisher verdrängte italienische Kolonialgeschichte des 20. Jahrhunderts in die Literatur: Die Verbindungen Italiens nach Äthiopien und Eritrea bis hin zu den gegenwärtigen politischen Konflikten verknüpft Melandri mit dem Schicksal der heutigen Geflüchteten - und stellt die Schlüsselfragen unserer Zeit: Was bedeutet es, zufällig im „richtigen“ Land geboren zu sein, und wie entstehen Nähe und das Gefühl von Zugehörigkeit?

Der Kurs trifft sich in einem etwa zweiwöchentlichen Rhythmus. Bitte beachten Sie die Einzeltermine!



Dienstag, 10.09.2019,
 Dienstag, 24.09.2019,
 Dienstag, 08.10.2019,
 Dienstag, 29.10.2019,
 Dienstag, 05.11.2019,
 Dienstag, 19.11.2019,
 Dienstag, 03.12.2019,
 Dienstag, 17.12.2019,
 jeweils 19.30 - 21.00 Uhr
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 16 UStd.; 48,- €

R21201 Hilden

OPER

Durch die Kooperation mit der deutschen Oper am Rhein können wir Gruppenbesuche von Opern- und Ballettvorstellungen auch in diesem Semester zu einem besonderen Aktionspreis anbieten. In der Gebühr enthalten sind:

- die Eintrittskarte
- das Programmheft
- eine komprimierte Einführung in Inhalt und Werkgeschichte der Oper eine halbe Stunde vor der Vorstellung (im Foyer)
- die kostenlose Hin- und Rückfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln im VRR

Der Anmeldeschluss liegt jeweils vier Wochen vor der Aufführung.

Die VHS Hilden-Haas tritt bei der Weitergabe der Eintrittskarten nur als Vermittlerin, nicht als Veranstalterin auf.

Die Opernkarten werden Ihnen ca. 10 Tage vor der Vorstellung per Post zugeschickt. Auf die Zuteilung der generell hochwertigen Sitzplätze haben wir als Volkshochschule keinen Einfluss. Sie können bei der Bestellung dennoch angeben, mit wem Sie zusammensitzen möchten. Wir werden versuchen, Ihnen möglichst nah beieinanderliegende Platzkarten zukommen zu lassen. Detailliertere Informationen zu den Inhalten der Kooperationsveranstaltungen und dem weiteren Programm der Deutschen Oper am Rhein erhalten Sie im Internet unter „www.operamrhein.de“.

Geisterritter

Abenteueroper nach dem Bestsellerroman von Cornelia Funke

in Kooperation mit der Deutschen Oper am Rhein Düsseldorf

N.N.

Gruselig, lustig und fesselnd geht es in der Abenteueroper „Geisterritter“ zu, die nach dem gleichnamigen Bestsellerroman von Cornelia Funke entstanden ist. Jon Whitcroft muss aufs Internat nach Salisbury. Dunkle Gemäuer, enge Flure, fremde Gesichter scheinen weniger gefährlich als die Geister, die ihn hier heimsuchen. Doch zum Glück gibt es in Salisbury Menschen, die sich mit Geistern auskennen und Jon von seinen Peinigern befreien.

Eine Kooperation der Deutschen Oper am Rhein mit dem Theater Dortmund und dem Theater Bonn im Rahmen von Junge Opern Rhein Ruhr

Freitag, 20. September 2019, 18.00 - 21.00 Uhr
 Opernhaus Düsseldorf, Heinrich-Heine-Allee 16a, Düsseldorf
 34,- € (eigene Anreise)
 Anmeldung erforderlich bis zum 20. August 2019

R21404 Studienfahrt

Madame Butterfly

Giacomo Puccini

in Kooperation mit der Deutschen Oper am Rhein Düsseldorf

N.N.

Die Geisha Cio-Cio-San, genannt Butterfly, wird dem in Nagasaki stationierten amerikanischen Leutnant Pinkerton als Braut offeriert. Für diesen ist die Hochzeit mit Cio-Cio-San Mittel zum Zweck, um mit ihr eine gemeinsame Nacht zu verbringen. Nach dieser kehrt er zu seiner Verlobten Kate zurück. Butterfly bekommt ein Kind, das Pinkerton, als er nach drei Jahren wieder einmal nach Nagasaki kommt, mit in die westliche Welt nehmen will. Cio-Cio-San begreift, dass sie benutzt und entehrt wurde - und begeht Selbstmord.

Eine Koproduktion mit dem Festival Castell de Peralada

Mittwoch, 15. Januar 2020, 19.30 - 22.00 Uhr
 Opernhaus Düsseldorf, Heinrich-Heine-Allee 16a, Düsseldorf
 34,- € (eigene Anreise)
 Anmeldung erforderlich bis zum 15. Dezember 2019

R21405 Studienfahrt

KOMÖDIE

Die Kooperation mit der Düsseldorfer Komödie an der Steinstraße wird fortgeführt.

Der Anmeldeschluss liegt jeweils vier Wochen vor der Aufführung. Die VHS Hilden-Haas tritt bei der Weitergabe der Eintrittskarten nur als Vermittlerin, nicht als Veranstalterin auf. Die Eintrittskarten hinterlegen am Veranstaltungstag für Sie persönlich an der Kasse der Komödie Steinstraße.

Weitere Informationen zu den Inhalten der Kooperationsveranstaltungen erhalten Sie im Internet unter www.komoedie-steinstrasse.de

Die Mausefalle

in Kooperation mit der Komödie Düsseldorf

N.N.

Eine Kriminalkomödie von Agatha Christie mit viel Witz und Spannung. Ein junges Ehepaar eröffnet bei London auf dem Lande ein kleines Hotel und gleich die erste Nacht mit den ersten Gästen wird zu einem kuriosen Kriminalfall.

Mit: Stefan Bockelmann, Kerstin Bruhn, Ute Stein, Volker Conrad, Verena Wüstkamp, Jens Hajek u.a.



Freitag, 25. Oktober 2019, 19.30 - 21.00 Uhr
 Komödie, Steinstraße 23, Düsseldorf
 22,- € (eigene Anreise)
 Anmeldung erforderlich bis zum 25. September 2019

R21450 Studienfahrt

Rache ist süß

**Komödie von Donald Churchill
 in Kooperation mit der Komödie Düsseldorf**

N.N.

Walter Page wartet unbeirrt auf seinen großen Durchbruch als Schauspieler und jobbt inzwischen als Anstreicher. So soll er das „Studio“ von Mr. Hornbeam neu streichen, während dieser auf Geschäftsreise ist. Mrs. Marcia Hornbeam hat unterdessen Besuch erhalten von der aufgebrachten Ehefrau des Mannes, mit dem sie, Marcia, ein Verhältnis hat. Die Betrogene droht, am Abend wiederzukommen und Mr. Hornbeam die Augen zu öffnen. Als sie gegangen ist, fällt Marcia ein, dass die rachsüchtige Person ihren Mann ja gar nicht kennt, und sie bittet Walter, in die Rolle ihres Mannes zu schlüpfen. Die Gage stimmt, und er willigt ein. Die große Enthüllungsszene wird geprobt, und Walter zieht als gehörnter Ehemann eine so unsägliche Show ab, dass Marcia schwarz sieht für den Abend. Dennoch geht das Täuschungsmanöver über die Bühne. Wenn auch auf eine Weise, wie es sich keiner der Beteiligten hätte träumen lassen.

Mit: Rolf Berg, Nikole Spiekermann, Ilka Luza

Freitag, 29. November 2019, 20.00 - 22.00 Uhr
 Komödie, Steinstraße 23, Düsseldorf
 22,- € (eigene Anreise)
 Anmeldung erforderlich bis zum 29. Oktober 2019

R21451 Studienfahrt

THEATER

Bitte beachten Sie, dass bei Kleingruppen (Mindestzahl der Teilnehmenden unter 11 Personen) generell keine Ermäßigung möglich ist. Ausnahmen sind angegeben.

VHS-Theatergruppe „Die Rampensäue“ Theaterspielen mit den Rampensäuen

Guido Molina

.... Wir starten zu neuen Ufern und nehmen sehr gerne neue Spieler und Spielerinnen mit ins Boot!

Theaterprofis sind genauso willkommen wie Menschen, die ihre Theaterspiel-Leidenschaft erst entdecken wollen. Mut und Engagement, Freude am Spiel, Spaß am Miteinander und am eigenen Ausdruck reichen als Reisegepäck aus.

14 x dienstags, 19.45 - 21.45 Uhr
 Beginn: 10. September 2019
 Aula im Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
 Zufahrt über Wiesengrundstraße
 28 ZStd.; 144,- € (Kleingruppe)

R21600 Haan

BILDENDE KUNST

Bitte beachten Sie, dass bei Kleingruppen (Mindestzahl der Teilnehmenden unter 11 Personen) generell keine Ermäßigung möglich ist. Ausnahmen sind angegeben.

Diskussion vor Bildern

Karin Finke

Der Kurs gibt den Teilnehmern/-innen die Möglichkeit, ihre Acrylbilder, an denen sie gerade arbeiten, einer Gruppe von Künstlerinnen und Künstlern vorzustellen, um mit ihnen gemeinsam Vorstellungen zu entwickeln, die ihnen Anregungen für ihre Weiterarbeit an den Gemälden bieten.

In diesem Kurs wird nicht gemalt. Die Teilnehmer bringen ihre eigenen Gemälde mit.

10 x dienstags, 18.30 - 20.00 Uhr
 Beginn: 10. September 2019
 Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
 20 UStd.; 23,- € (Kleingruppe)

R23002 Hilden

Die Kunst der Zeichnung Objekt, Porträt und freies Zeichnen

Daniela Schmidt

Wer Spaß am Zeichnen hat, ist in diesem Kurs richtig aufgehoben. Sie bekommen eine fundierte Einführung in Technik und Material. Außerdem erhalten Sie einen Einblick in zeichnerische und gestalterische Grundlagen wie Schraffurtechniken, die Auseinandersetzung mit Licht und Schatten und das Messen von Proportionen. Schritt für Schritt lernen Sie Objekte und Porträts zu zeichnen. Sie können vom Objekt oder nach Fotovorlage arbeiten.

Fortgeschrittene werden individuell in ihrer Technik gefördert. Wünsche werden gerne entgegengenommen.

Bitte mitbringen: Das Zeichenmaterial, das Sie gerne benutzen oder kennenlernen möchten: z.B. Bleistifte HB, 2B, Birkenkohle, weiche Pastellkreiden usw., Radiergummi, Skizzenpapier, Tonpapier, Packpapier

Donnerstag, 19.09.2019 , 26.09.2019 , 10.10.2019 ,
 31.10.2019 , 07.11.2019 , 14.11.2019 , 28.11.2019 ,
 05.12.2019 , 12.12.2019
 jeweils 9.45 - 12.00 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
 27 UStd.; 98,- € (max. 50% Ermäßigung)

R23003 Haan



Acrylmalerei für Einsteiger und Fortgeschrittene

Daniela Schmidt

In diesem Kurs erhalten Sie eine fundierte Einführung in die Acrylmalerei. Das Malmaterial in seiner Unterschiedlichkeit, die verschiedenen Maltechniken und Bildträger werden im Kurs vorgestellt. Komposition, Bildaufbau, Farbkontraste, Licht und Schatten werden Inhalt des Kurses sein. Individuelle Wünsche und Anregungen sind willkommen und werden fachkundig unterstützt.

Einsteiger bringen zur ersten Stunde bitte mit: Grundsortiment Acrylfarben, Borstenpinsel, Wasserglas, weißer Porzellanteller, Frischhaltefolie, Mallappen, dickeres Skizzenpapier, Leinwand, Bleistift oder Zeichenkohle, Tesakrepp (alles falls vorhanden... das benötigte Material und dessen Anschaffung wird zu Beginn besprochen).

Zum Schutz der Tische bitte feste Abdeckfolie, wasserundurchlässige Tischdecke o.ä. mitbringen!

10 x dienstags, 9.30 - 11.45 Uhr
Beginn: 17. September 2019
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
30 UStd.; 79,- € (max. 50% Ermäßigung)

R23012 Haan

Acrylmalerei für Einsteiger und Fortgeschrittene

Daniela Schmidt

In diesem Kurs erhalten Sie eine fundierte Einführung in die Acrylmalerei. Das Malmaterial in seiner Unterschiedlichkeit, die verschiedenen Maltechniken und Bildträger werden im Kurs vorgestellt. Komposition, Bildaufbau, Farbkontraste, Licht und Schatten werden Inhalt des Kurses sein. Individuelle Wünsche und Anregungen sind willkommen und werden fachkundig unterstützt.

Einsteiger bringen zur ersten Stunde bitte mit: Grundsortiment Acrylfarben, Borstenpinsel, Wasserglas, weißer Porzellanteller, Frischhaltefolie, Mallappen, dickeres Skizzenpapier, Leinwand, Bleistift oder Zeichenkohle, Tesakrepp (alles falls vorhanden... das benötigte Material und dessen Anschaffung wird zu Beginn besprochen).

Zum Schutz der Tische bitte feste Abdeckfolie, wasserundurchlässige Tischdecke o.ä. mitbringen!

10 x dienstags, 19.30 - 21.45 Uhr
Beginn: 17. September 2019
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
30 UStd.; 79,- € (nicht ermäßigbar)

R23013 Haan

Aquarellmalerei für jede(n)

Manfred Wiskow

Ziel des Kurses ist es, die eigene Kreativität zu entdecken bzw. zu wecken. Dabei werden „beiläufig“ Gesetzmäßigkeiten von Farbe und Komposition sowie unterschiedliche Techniken der Aquarellmalerei vermittelt.

Der Kurs richtet sich an Personen MIT Kenntnissen in der Aquarellmalerei.

Material: Aquarellfarben, Aquarellblock (DIN A3 oder A4), Aquarell-

pinsel (Nr. 4 / Nr. 8 / Nr. 12).

12 x mittwochs, 17.30 - 19.45 Uhr
Beginn: 11. September 2019
Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
Zufahrt über Wiesengrundstraße
36 UStd.; 95,- € (max. 50% Ermäßigung)

R23030 Haan

KREATIV GESTALTEN

Grußkarten mit Brusho und Handlettering Intensiv-Workshop

Anja Bley

Mit Farbpigmenten und Wasser kann man in Sekundenschnelle großartige Hintergründe gestalten. In diesem Kurs können Sie Ihre Farblust ausleben oder auch eher dezente Karten kreieren. Die Trocknungsphase nutzen wir, um uns mit der Kunst des Handletterings zu beschäftigen. Dabei werden Buchstaben kunstvoll aneinandergereiht und ggf. verziert. Erlernen kann das jede/r, auch wenn er/sie nicht zu den „Schönschreibenden“ gehört. In diesem dreistündigen Workshop lernen Sie verschiedene Grundformen kennen und üben konkrete Beispiele. Anschließend erstellen Sie aus den getrockneten Hintergründen und dem neu erlernten Lettering insgesamt fünf Grußkarten. Ganz nebenbei erfahren Sie allgemeine Tipps und Tricks, lernen neue Techniken, Materialien und Hilfsmittel kennen und können diese ausprobieren. Zur Abrundung erstellen wir noch passende und ungewöhnliche Briefumschläge. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Mitzubringen sind (sofern vorhanden): Bastelunterlage (z.B. Schneidematte), Kleberoller oder Klebestift, Lineal, Bleistift, Radiergummi, Lieblingsstift (egal ob Tintenpen, Füller, Kugelschreiber...), Schere und ein Schuhkarton für den sicheren Heimtransport der erstellten Werke.

Sonntag, 27. Oktober 2019, 14.00 - 18.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
6 UStd.; 42,- € (inkl. Materialkosten und Brushpen)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 8 Teilnehmende

R23070 Haan

Enkaustik- Schnupperkurs

Anja Bley

Bei Enkaustik trägt man mit einem speziellen Eisen - ähnlich einem Bügeleisen - farbigen Wachs auf einen geeigneten Untergrund. Mit entsprechendem Material können so richtige Bilder entstehen.

Wir nutzen die Technik im Kurs jedoch abstrakt und kreieren in Sekundenschnelle wundervolle Hintergründe. Diese können Sie zu Postkarten oder Grußkarten weiterverarbeiten oder auch einrahmen. Im Kurs lernen Sie verschiedene Möglichkeiten kennen. Zur Weiterverarbeitung steht Ihnen ein umfangreiches Materialangebot zur Verfügung, aus dem Sie auswählen können. Ganz nebenbei erfahren Sie allgemeine Tipps und Tricks, lernen neue Techniken, Materialien und Hilfsmittel kennen und können diese ausprobieren.



Mitzubringen sind (sofern vorhanden): Bastelunterlage (z.B. Schneidematte), Kleberoller oder Klebestift, Lineal, Bleistift, Radiergummi, Schere und ein Schuhkarton für den sicheren Heimtransport der erstellten Werke.

Sonntag, 17. November 2019, 14.00 - 18.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
6 UStd.; 42,- € (inkl. Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R23071 Haan

Gastgeschenke kreativ verpackt

Anja Bley

Sie wollen Ihren Gästen ein kleines Naschpräsen auf den Teller legen? Oder jemandem als Dankeschön eine hübsch verpackte Kleinigkeit zukommen lassen? Oder Sie suchen noch eine Idee für einen individuellen Adventskalender? In diesem Workshop können Sie aus neun verschiedenen kleinen Verpackungen fünf auswählen, die sich schnell erstellen lassen. Mit Schmucksteinen und Glitzer können diese dann individuell gestaltet werden. Dabei können verspielte, niedliche, romantische, edle oder schlichte Schachteln - je nach Geschmack - entstehen. Im Workshop steht Ihnen ein umfangreiches Materialangebot zur Verfügung, aus dem Sie auswählen können. Ganz nebenbei erfahren Sie allgemeine Tipps und Tricks, lernen neue Techniken, Materialien und Hilfsmittel kennen und können diese ausprobieren. So entstehen in den 5 Kursstunden verschiedene Präseneschachteln. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Mitzubringen sind (sofern vorhanden): Bastelunterlage (z.B. Schneidematte), Kleberoller oder Klebestift, Kugelschreiber, Bleistift, Radiergummi, Falzbeil, Schere, ggf. Pappe zum Kopieren der Vorlagen und ein Schuhkarton für den sicheren Heimtransport der erstellten Werke.

Samstag, 23. November 2019, 14.00 - 17.45 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
5 UStd.; 34,- € (inkl. Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R23072 Haan

KERAMIK

Bitte beachten Sie, dass bei Kleingruppen (Mindestzahl der Teilnehmenden unter 11 Personen) generell keine Ermäßigung möglich ist. Ausnahmen sind angegeben.

Arbeiten mit Ton und Aufbaukeramik für Fortgeschrittene

Mechtild Müller

Der Kurs richtet sich neben den Fortgeschrittenen besonders an Wiedereinsteiger und Wiedereinsteigerinnen, denen die Arbeit mit Ton Freude macht. Sie können hier Ihre kreative Seite ausleben, z.B. bei der Anfertigung von Reliefs, Kleinplastiken oder ganz eigene Ideen entwickeln.

8 x donnerstags, 9.30 - 11.30 Uhr
Beginn: 12. September 2019
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
16 ZStd.; 77,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 8 / Max. 10 Teilnehmende

R23100 Haan

Keramik rundherum - vom Aufbau bis zum Drehen

Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Carina Wendling

Das Gestalten mit Ton ist eine kreative, spannende und vielseitige Beschäftigung. In diesem Kurs werden unterschiedliche Aufbau- und Dekortechniken vermittelt - z.B. Aufbaukeramik mit Wülsten und Platten, Modellieren, Oberflächengestaltung, Glasurtechnik. Wir stellen so beispielsweise Gefäße und Gartenplastiken her und modellieren Figuren. Eigene Ideen können kreativ umgesetzt werden. Das Drehen an der Töpferscheibe braucht viel Übung und ist nach vorheriger telefonischer Rücksprache mit der Kursleiterin (Tel. 0171 7454089, Mo.-Fr. ab 18.00 Uhr) möglich. Es stehen drei elektrische Töpferscheiben zur Verfügung.

8 x montags, 19.00 - 21.15 Uhr
Beginn: 9. September 2019
Helmholtz-Gymnasium Hilden, Werkraum, Am Holterhöfchen 30
24 UStd.; 85,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 8 / Max. 10 Teilnehmende

R23101 Hilden

Keramik rundherum - vom Aufbau bis zum Drehen

Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Carina Wendling

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. R23101

8 x montags, 19.00 - 21.15 Uhr
Beginn: 18. November 2019
Helmholtz-Gymnasium Hilden, Werkraum, Am Holterhöfchen 30
24 UStd.; 85,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 8 / Max. 10 Teilnehmende

R23102 Hilden

Töpferkurs am Nachmittag

Maria Tathoff

Arbeiten mit Ton ist ein Erlebnis, welches einen kreativen Menschen nicht mehr so leicht loslässt. Dieser Kurs ist für Anfänger/innen und Fortgeschrittene gedacht, die mit viel Freude kreativ arbeiten möchten.



Ihre eigenen Ideen werden wir gemeinsam umsetzen - egal, ob es sich um Gebrauchsgegenstände, Gartenplastiken, Reliefs oder ganz andere Objekte handelt.

8 x donnerstags, 14.30 - 16.30 Uhr
 Beginn: 12. September 2019
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
 16 ZStd.; 77,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 8 / Max. 10 Teilnehmende

R23104 Haan

Töpferkurs am Abend

Maria Tathoff

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. R23104

8 x donnerstags, 17.30 - 19.30 Uhr
 Beginn: 12. September 2019
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
 16 ZStd.; 77,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 8 / Max. 10 Teilnehmende

R23105 Haan

Plastisches Gestalten und Modellieren mit Ton

Angelika Rond

In diesem Kurs können sowohl Anfänger/innen als auch Fortgeschrittene in lockerer Atmosphäre ihre persönliche Kreativität mit dem Werkstoff Ton entfalten. Sie lernen Aufbau-, Dekor- und Glasurtechniken kennen und erhalten auf Wunsch Anregungen durch die Kursleiterin oder gestalten nach eigenen Ideen und Entwürfen. Dabei wird Ihr individuelles Gefühl für Proportionen und die Beobachtungsgabe geschult.

8 x dienstags, 10.00 - 12.00 Uhr
 Beginn: 8. Oktober 2019
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
 16 ZStd.; 90,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 7 / Max. 10 Teilnehmende

R23110 Haan

Plastisches Gestalten und Modellieren mit Ton

Angelika Rond

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. R23110

8 x mittwochs, 10.00 - 12.00 Uhr
 Beginn: 9. Oktober 2019
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
 16 ZStd.; 90,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 7 / Max. 10 Teilnehmende

R23111 Haan

Keramik am Wochenende für Anfänger und Fortgeschrittene

Carina Wendling

Das Gestalten mit Ton ist eine kreative, spannende und vielseitige Beschäftigung. In diesem Seminar werden unterschiedliche Aufbau- und Dekortechniken vermittelt, z.B. Aufbaukeramik mit Wülsten und Platten, Modellieren, Oberflächengestaltung, Glasurtechnik. Wir stellen so beispielsweise Gefäße und Gartenplastiken her und modellieren Figuren. Eigene Ideen können kreativ umgesetzt werden. Das erste Wochenende dient dem Formen des Tons, der dann mehrere Wochen trocknen muss. Der letzte Termin ist der Glasurtermin. Anschließend wird das Werkstück gebrannt.

Samstag, 23. November 2019, 10.00 - 15.00 Uhr
 Sonntag, 24. November 2019, 10.00 - 15.00 Uhr
 Samstag, 14. Dezember 2019, 10.00 - 13.30 Uhr
 Helmholtz-Gymnasium Hilden, Werkraum, Am Holterhöfchen 30
 18 UStd.; 82,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 7 / Max. 9 Teilnehmende

R23120 Hilden

Keramik am Wochenende für Anfänger und Fortgeschrittene

Carina Wendling

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. R23120

Samstag, 11. Januar 2020, 10.00 - 15.00 Uhr
 Sonntag, 12. Januar 2020, 10.00 - 15.00 Uhr
 Samstag, 8. Februar 2020, 10.00 - 13.30 Uhr
 Helmholtz-Gymnasium Hilden, Werkraum, Am Holterhöfchen 30
 18 UStd.; 82,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 7 / Max. 9 Teilnehmende

R23121 Hilden

FOTOGRAFIE

VHS-FotoTeamHaan

Rainer Fröhlich



Als FotoTeamHaan sind wir eine Gruppe engagierter FotofreundInnen, die sich regelmäßig zum Austausch über aktuelle Fotothemen trifft. Wesentlich ist dabei die Präsentation und kritische Diskussion der eigenen Fotoarbeit. Wir unternehmen Exkursionen zu interessanten Fotomotiven und arbeiten an gemeinsamen Projekten. Daneben organisieren wir Fotoausstellungen, bei denen wir die aktuellen Ergebnisse unserer Fotoarbeit der Öffentlichkeit vorstellen. Gäste sind willkommen.

Weitere Informationen bei Rainer Fröhlich (Tel. 02104 932045) oder Conny Schoenwald (Tel. 02103 23208).

10 x mittwochs, 20.00 - 22.00 Uhr
Beginn: 11. September 2019
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 7
20 ZStd.; 28,- € (nicht ermäßigbar)

R23201 Haan

Finde deinen fotografischen Stil Motive wirksam in Szene setzen

Helga von Berg-Harder

Das komponierte Foto ist der Traum eines jeden Fotografen. Das eigene Foto ist Ausdruck Ihrer ganz persönlichen Sichtweise zu Dingen, Haltungen und Eindrücken. Der Weg dorthin ist das Ziel dieses fotografischen Lernens in einer Gruppe.

Die Teilnehmer lernen anhand praktischer Beispiele, wechselnder Exkursionsziele - Wünsche können berücksichtigt werden - in der näheren Umgebung, wie man einen kritischen fotografischen Blick entwickelt: ein Kursangebot für alle, die Leidenschaft für die visuelle Umsetzung ihrer fotografischen Vorstellungen haben.

Gemeinsame Bildbesprechungen, die durch die erfahrene Kursleiterin moderiert werden, zeigen unterschiedliche Perspektiven des fotografischen Sehens der Teilnehmer auf. Ziel des Kurses sind wirksame, klar gestaltete Bilder und die Stärkung der persönlichen Handschrift.

Ansprüche an die Fotoausrüstung werden nicht gestellt.

Kursort: Graf-Recke-Stiftung - Dorotheenviertel Hilden, Horster Allee 7, Haus Ahorn, Hochhaus 8. Stock, Tagungsraum 1

5 x mittwochs, 19.00 - 21.00 Uhr
Beginn: 11. September 2019
Dorotheenviertel, Haus Ahorn, Horster Allee 7, Hilden
10 ZStd.; 54,- € (nicht ermäßigbar)

R23204 Hilden

Technik der Fotografie Grundseminar zur digitalen Fotografie

Bettina Kadelka

Wenn wir die Programmautomatik an der Kamera ausschalten, gestalten wir das Bild selbst. Aber wie funktioniert das? Dies wollen wir in diesem Workshop erarbeiten.

Wir klären,

- wie Blende, Zeit und ISO zusammenhängen,
- was der Unterschied zwischen jpg und RAW ist,
- wie wir Bilder heller oder dunkler bekommen,
- wie der Autofocus einzustellen ist,
- wie sich die Perspektive auf das Bild auswirkt.

Auch Begriffe wie Schärfentiefe, Brennweite, Weißabgleich werden dann keine „Fremdwörter“ mehr sein. Theorie und Praxis wechseln

sich ab. Zum Ende schauen wir uns die Ergebnisse an und besprechen diese.

Ziel sind der sichere Umgang mit der Kamera und die Kontrolle über das Bild. Damit auch jede/r Kursteilnehmer/in im Nachhinein Unsicherheiten klären kann, werden Ihnen einige schriftliche Unterlagen ausgehändigt.

Was wird benötigt? Eine digitale Spiegelreflexkamera oder Systemkamera mit Bedienungsanleitung, ein Objektiv, ein voller Akku, ggf. Ersatzakku, leere Speicherkarten und wetterfeste Kleidung. Bitte nehmen Sie sich einen Snack und ggf. Getränke für die kleine Pause mit!

Samstag, 21. September 2019, 13.00 - 18.00 Uhr
Sonntag, 22. September 2019, 10.00 - 15.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
12 UStd.; 59,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R23205 Hilden

Technik der Fotografie Grundseminar zur digitalen Fotografie

Bettina Kadelka

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. R23205

Samstag, 7. Dezember 2019, 13.00 - 18.00 Uhr
Sonntag, 8. Dezember 2019, 10.00 - 15.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
12 UStd.; 59,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R23206 Haan

Technik der Fotografie Aufbauseminar zur digitalen Fotografie

Bettina Kadelka

Blenden- und Zeitautomatik sind bekannt. Wir wollen dieses Wissen vertiefen und die Themen „Belichtung“ und „Bildgestaltung“ erarbeiten.

Wir klären die Fragen Histogramm, Belichtungsmessmethoden, Belichtungskorrektur und Belichtungsspeicherung. Weiterhin setzen wir uns mit Bildstil, Farbraum und Elementen der Bildgestaltung auseinander.

In abwechselnden Theorie- und Praxisteilen werden wir diese Themen erarbeiten. Abschließend schauen wir uns die Ergebnisse an und besprechen diese.

Damit auch jede/r Kursteilnehmer/in im Nachhinein Unsicherheiten klären kann, werden Ihnen einige schriftliche Unterlagen ausgehändigt.

Was wird benötigt? Eine digitale Spiegelreflexkamera oder Systemkamera mit Bedienungsanleitung, ein Objektiv, ein voller Akku, ggf. Ersatzakku, leere Speicherkarten und wetterfeste Kleidung. Bitte nehmen Sie sich einen Snack und ggf. Getränke für die kleine Pause mit!



Samstag, 18. Januar 2020, 13.00 - 18.00 Uhr
 Sonntag, 19. Januar 2020, 10.00 - 15.00 Uhr
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 12 UStd.; 59,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R23207 Hilden

Nachfotografie und Blaue Stunde im Landschaftspark Duisburg Foto-Exkursion zur Industriekultur

Bettina Kadelka

Graues Eisen und rostender Stahl sind oft die ersten Assoziationen beim Gedanken an ein stillgelegtes Hüttenwerk. Welche - teils morbide - Ästhetik diese Industriebeteranen ausstrahlen, zeigt der Landschaftspark Duisburg-Nord. Nachts tauchen unzählige LED-Leuchten die Industrielandschaft in ein faszinierendes Meer von Licht und Farbe. Eine filmreife Kulisse wird zu einem Fest für die Augen - und für Fotografen. Wir wollen dieses Fest an einem Sonnabend feiern. Um herausragende Fotos zu erhalten, besprechen wir am Vorabend (Freitag) wichtige technische Details und kurz den Ablauf der Fahrt. Am Sonnabend wollen wir bei eintretender Dämmerung vor Ort noch die „Blaue Stunde“ mitnehmen. Nach der Fotoaktion geht es zum Aufwärmen und Besprechen der Foto-Ergebnisse in das Café des Landschaftsparks.

Voraussetzungen: Jede/r Teilnehmer/-in sollte seine/ihre Kamera im manuellen Modus bedienen können. Fotografische Grundkenntnisse sind erforderlich. Die Kamera muss eine Langzeitbelichtung ermöglichen, denn Blende, Zeit und ISO werden vom Teilnehmer manuell eingestellt.

Benötigt werden außerdem: Stativ, leere Speicherkarten, ein zweiter Akku (falls vorhanden) und eine Taschenlampe. Draht- bzw. Fernauslöser nicht vergessen.

Bitte beachten: Festes Schuhwerk und warme, wetterfeste Kleidung sind angebracht.

Für die Fahrt nach Duisburg werden Fahrgemeinschaften gebildet (ggf. Benzinkostenumlage!).

Freitag, 24. Januar 2020, 19.00 - 20.00 Uhr
 Samstag, 25. Januar 2020, 17.00 - 22.00 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
 8 UStd.; 36,- €

R23220 Haan

GOLDSCHMIEDEN

Bitte beachten Sie, dass bei Kleingruppen (Mindestzahl der Teilnehmenden unter 11 Personen) generell keine Ermäßigung möglich ist. Ausnahmen sind angegeben.

Goldschmieden - Grundkurs

Susanne Mayer

Dieser Kurs richtet sich an alle Interessierten, die Schmuckstücke nach eigener Vorstellung herstellen möchten. Schmieden Sie unter individueller handwerklicher und gestalterischer Beratung das

Schmuckstück, welches Ihnen entspricht! Sie erlernen oder vertiefen dabei grundlegende Arbeitstechniken des Goldschmiedehandwerks wie Biegen, Sägen, Feilen, Bohren und Löten. Dazu werden technische Raffinessen und besondere Gestaltungsmöglichkeiten von Oberflächen vermittelt, die zeigen, wie aus Ihren Stücken etwas Besonderes wird. Entdecken und entwickeln Sie gemeinsam mit Anderen das eigene handwerkliche Potential!

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Zusätzliche Materialkosten: 10,- € für Verbrauchsmaterial (Lot, Sägebblätter, Bohrer etc.) werden mit der Dozentin abgerechnet. Edelmetalle sind im Kurs erhältlich und werden nach Verbrauch abgerechnet. Gold nach Absprache, den Bedarf bitte rechtzeitig vorher anmelden!

4 x montags, 18.30 - 21.30 Uhr

Beginn: 9. September 2019

VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1

16 UStd.; 79,- € (zzgl. Materialkosten)

Kleingruppen-Angebot:

Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R23300 Haan

Goldschmieden - Geschenke schmieden Intensivworkshop am Wochenende

Susanne Mayer

Ausgefallene und selbst angefertigte Schmuckstücke als besonderes Geschenk für Ihre Liebsten oder sich selbst können Sie in diesem Workshop herstellen. Armreifen, (Ohr-)Ringe, Anhänger, Manschettenknöpfe u.a. entstehen aus Werkstoffen wie Silber, Kupfer, Messing und können durch Perlen, Steine, Holz und Acryl weiter verziert werden.

Anhand der Techniken Biegen, Sägen, Feilen, Bohren und Löten erlernen Sie grundlegende Arbeitsmethoden des Goldschmiedehandwerks. Dazu werden technische Raffinessen vermittelt, die zeigen, wie aus einfachen Stücken etwas Besonderes wird.

Es werden keine fachlichen Kenntnisse vorausgesetzt. Der Kurs richtet sich sowohl an Anfänger/-innen als auch an Fortgeschrittene. Die handwerkliche und gestalterische Beratung erfolgt individuell.

Zusätzliche Materialkosten: 10,- € für Verbrauchsmaterial (Lot, Bohrer etc.) werden mit der Dozentin abgerechnet. Edelmetalle sind im Kurs erhältlich und werden nach Verbrauch abgerechnet. Gold nach Absprache, den Bedarf bitte rechtzeitig vorher anmelden!

Freitag, 22. November 2019, 18.30 - 21.30 Uhr

Samstag, 23. November 2019, 13.30 - 17.30 Uhr

Sonntag, 24. November 2019, 13.30 - 17.30 Uhr

VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1

11 ZStd.; 62,- € (zzgl. Materialkosten)

Kleingruppen-Angebot:

Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R23301 Haan

Goldschmieden für Fortgeschrittene

Susanne Mayer

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte, die bereits Grundkenntnisse des Goldschmiedehandwerks besitzen (es reichen Vorkenntnisse aus einem Wochenend-Workshop) und Schmuckstücke nach eigener Vorstellung schmieden möchten.



Die Teilnehmer/-innen können vorhandene Kenntnisse vertiefen und weitere Techniken wie z.B. das Erstellen von Wachmodellen, Fassen von Edelsteinen oder Gusstechniken erlernen. Dazu werden technische Raffinessen und besondere Gestaltungsmöglichkeiten von Oberflächen vermittelt, die zeigen, wie aus einfachen Stücken etwas ganz Besonderes wird.

Die handwerkliche und gestalterische Beratung erfolgt individuell. Zusätzliche Materialkosten: 10,- € für Verbrauchsmaterial (Lot, Sägebblätter, Bohrer etc.) werden mit der Dozentin abgerechnet. Edelmetalle sind im Kurs erhältlich und werden nach Verbrauch abgerechnet. Gold nach Absprache, den Bedarf bitte rechtzeitig vorher anmelden!

6 x montags, 18.30 - 21.30 Uhr
Beginn: 4. November 2019
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
24 UStd.; 107,- € (zzgl. Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R23303 Haan

Goldschmieden - Intensivkurs für Einsteiger/-innen und Fortgeschrittene

Susanne Mayer

Dieser Kurs richtet sich an Einsteiger/-innen und Fortgeschrittene, die individuellen und ausgefallenen Schmuck selbst anfertigen möchten.

Sie erlernen oder vertiefen grundlegende Arbeitstechniken des Goldschmiedehandwerks wie Biegen, Sägen, Feilen, Bohren und Lötten. Dazu werden technische Raffinessen und Besonderheiten der Oberflächengestaltung vermittelt, die zeigen, wie aus einfachen Stücken etwas Besonderes wird.

Ringe, Anhänger, Broschen, Manschettenknöpfe u.a. entstehen so aus Werkstoffen wie Silber, Kupfer, Acryl und können mit anderen Materialien wie Edelsteinen, Perlen, Holz kombiniert werden.

Die handwerkliche und gestalterische Beratung erfolgt individuell. Zusätzliche Materialkosten: 10,- € für Verbrauchsmaterial (Lot, Sägebblätter, Bohrer etc.) werden mit der Dozentin abgerechnet. Edelmetalle sind im Kurs erhältlich und werden nach Verbrauch abgerechnet. Gold nach Absprache, den Bedarf bitte rechtzeitig vorher anmelden!

4 x montags, 18.30 - 21.30 Uhr
Beginn: 13. Januar 2020
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
16 UStd.; 79,- € (zzgl. Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R23304 Haan

Goldschmieden Intensivseminar am Wochenende

Susanne Mayer

Dieses Seminar richtet sich an Einsteiger/-innen und Fortgeschrittene, die individuellen und ausgefallenen Schmuck selbst anfertigen möchten.

Sie erlernen oder vertiefen grundlegende Arbeitstechniken des Goldschmiedehandwerks wie Biegen, Sägen, Feilen, Bohren und Lötten.

Dazu werden technische Raffinessen und Besonderheiten der Oberflächengestaltung vermittelt, die zeigen, wie aus einfachen Stücken etwas Besonderes wird.

Ringe, Anhänger, Broschen, Manschettenknöpfe u.a. entstehen so aus Werkstoffen wie Silber, Kupfer, Acryl und können mit anderen Materialien wie Edelsteinen, Perlen, Holz kombiniert werden.

Es werden keine fachlichen Kenntnisse vorausgesetzt. Die handwerkliche und gestalterische Beratung erfolgt individuell. Fortgeschrittene sind gleichermaßen willkommen und können ihre Kenntnisse vertiefen.

Zusätzliche Materialkosten: 10,- € für Verbrauchsmaterial (Lot, Bohrer etc.) werden mit der Dozentin abgerechnet. Edelmetalle sind im Seminar erhältlich und werden nach Verbrauch abgerechnet. Gold nach Absprache, den Bedarf bitte rechtzeitig vorher melden!

Freitag, 24. Januar 2020, 18.30 - 21.30 Uhr
Samstag, 25. Januar 2020, 13.30 - 17.30 Uhr
Sonntag, 26. Januar 2020, 13.30 - 17.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
11 ZStd.; 67,- € (zzgl. Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R23305 Haan

NÄHEN

Bitte beachten Sie, dass bei Kleingruppen (Mindestzahl der Teilnehmenden unter 11 Personen) generell keine Ermäßigung möglich ist. Ausnahmen sind angegeben.

Schneidern für Einsteiger Grundstufe I

Martina Weichselbaum

In der Grundstufe werden alle technischen Grundkenntnisse vermittelt, die zum Erstellen eines modischen Outfits notwendig sind. Die Lerninhalte reichen von der Handhabung der Nähmaschine über Säume, Reißverschlüsse, Schnitt kopieren und Zuschnitt bis zur Fertigung eines einfachen Kleidungsstückes. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Für den ersten Abend bitte mitbringen: Nähmaschine (falls vorhanden), außerdem: Baumwollstoff (nicht elastisch) 50 cm lang, Schere, Steck- und Nähnadeln, Garn, Maßband und Kreide.

Dienstag, 10. September 2019, 18.30 - 20.45 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
12118,- € (Kleingruppe)

R23400 Hilden

Schneidern für Einsteiger Grundstufe II

Martina Weichselbaum

In der Grundstufe II werden weitere technische Kenntnisse vermittelt, die zum Erstellen eines modischen Outfits notwendig sind. Die Lerninhalte reichen von Tipps zur Handhabung der Nähmaschine über die Einarbeitung von Reißverschlüssen, das Schnittkopieren und den Zuschnitt bis zur Fertigung eines Kleidungsstückes. Erste



Grundkenntnisse sind dabei erforderlich.

Bitte mitbringen: Nähmaschine (falls vorhanden), Schnittmuster, passenden Stoff, Schere, Steck- und Nähnadeln, Garn, Maßband und Kreide.

4 x dienstags, 18.30 - 20.45 Uhr
 Beginn: 7. Januar 2020
 Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
 12 UStd.; 48,- € (Kleingruppe)

R23401 Hilden

Schneidern für Fortgeschrittene

Martina Weichselbaum

Der Kurs richtet sich an alle Näh-Begeisterten, die noch tiefer in die Kunst des Schneiderns einsteigen möchten (z.B. Ärmel einsetzen oder ein bereits begonnenes Projekt fertigstellen).

Voraussetzung für diesen Kurs ist, dass Sie bereits mit einigen Grundbegriffen wie Stoffbruch, rechts-auf-rechts, versäubern, verstürzen etc. vertraut sind, flüssig nähen können und schon das ein oder andere Kleidungsstück eigenständig genäht haben. Außerdem ist die Nähmaschine Ihre beste Freundin...

Wir besprechen gemeinsam Ihr Projekt und die Abfolge, und Sie erhalten im Kursverlauf wertvolle Verarbeitungstipps.

Bitte mitbringen: Alle Materialien für Ihr Projekt, evtl. das bereits angefangene Nähprojekt und die dazugehörigen Nähutensilien.

10 x montags, 18.30 - 20.45 Uhr
 Beginn: 9. September 2019
 Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
 30 UStd.; 120,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 7 / Max. 10 Teilnehmende

R23402 Hilden

Schneidern am Wochenende Wochenendworkshop - Vorkenntnisse erforderlich

Edith Gerhards

Nähfans mit einigen Vorkenntnissen können in diesem Kurs ihre individuelle Garderobe fertigen. Von der Modeberatung über Zuschnitt, Anprobe und technische Details bis zum fertigen Modell werden Sie fachmännisch betreut.

Mitzubringen sind: Stoffe, Schnitte, Schnitthefte, Schnittpapier, evtl. angefangene Kleidungsstücke und alle Nähutensilien.

Samstag, 21.09.2019,
 Sonntag, 22.09.2019,
 jeweils 10.00 - 16.30 Uhr
 Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
 16 UStd.; 64,- € (Kleingruppe)

R23403 Hilden

Patchworkshop Maschinenstickerei

Edith Gerhards

Mehr und mehr findet die Nähmaschine in der Textilkunst ihren Platz.



Beim Sticken mit der Nähmaschine sind die Möglichkeiten endlos. Ein schöner Grundstoff, eine kreative Stoffgrundlage wird mit Fäden, Stoffstücken, Bändern oder Ähnlichem überarbeitet. Ein eigenes Werkstück (Patch oder Strick) wird z.B. übernäht. Es ist auch möglich und interessant, nur die Maschinenstiche, auch die zahllosen ungenutzten, endlich einmal anzuwenden und wirken zu lassen.

Mitzubringen sind: interessante Stoffe, eigene Arbeiten, Stoffreste aller Art, Bänder, Fäden unterschiedlicher Stärke, Nähgarne, Quilt oder Stopffüßchen.

Samstag, 16.11.2019,
 Sonntag, 17.11.2019,
 jeweils 10.00 - 16.30 Uhr
 Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
 16 UStd.; 64,- € (Kleingruppe)

R23404 Hilden

JungeVHS - Eltern-Kind-Workshop für Mamas/Papas mit Kindern ab 10 Jahren Wir nähen gemeinsam

Janina Vorwerk

Dieser Workshop richtet sich an Mamas und Papas, die gerne einen Workshop mit ihrem Kind zusammen erleben möchten. Wir werden mit zwei einfachen Näh-Projekten gemeinsam die Nähmaschine erkunden. Hierfür steht für jedes Eltern-Kind-Paar jeweils eine Nähmaschine zur Verfügung. Nähanfänger sind genauso herzlich willkommen wie Teilnehmer, die bereits an der Nähmaschine gesessen und Erfahrung gesammelt haben. Die Gebühren verstehen sich pro Elternteil mit 1 Kind inklusive Materialkosten i.H.v. 15 Euro.

Samstag, 14. September 2019, 10.00 - 13.00 Uhr
 Stadtbücherei Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
 3 ZStd.; 45,- € (Kleingruppe)

R23405 Hilden

Baby- und Kinderkleidung aus elastischen Stoffen nähen

Janina Vorwerk

Dieser Workshop richtet sich an Teilnehmer, die bereits etwas Erfahrung mit der Nähmaschine gesammelt haben und jetzt gerne etwas tiefer eintauchen möchten. Hier geht es rund um das Thema Kinderkleidung. Eine Auswahl an passenden Stoffen wird vor Ort zur Verfügung stehen.

Bitte mitbringen: Nähmaschine (im Einzelfall kann eine Nähmaschine über die VHS reserviert werden), Anleitungen & Schnittmuster in passender Größe, zusätzliche Materialien (Druckknöpfe etc.), die für den Schnitt benötigt werden.

Die Gebühren verstehen sich inklusive Materialkosten i.H.v. 25 Euro.

Samstag, 5. Oktober 2019, 10.00 - 14.00 Uhr
 Stadtbücherei Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
 4 ZStd.; 52,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 8 Teilnehmende

R23406 Hilden





Advents-Workshop

Kleine selbstgemachte Weihnachtsgeschenke und Dekoration nähen

Janina Vorwerk

Dieser Kurs richtet sich an alle, die gerne Selbstgemachtes verschenken oder gerne selber dekorieren. Es werden verschiedene kleine Näh-Projekte angeboten, die zum Thema rund um die Weihnachtszeit passen. Nähanfänger sind genauso herzlich willkommen wie Teilnehmer, die bereits an der Nähmaschine gesessen und Erfahrung gesammelt haben. Nähmaschinen sowie Materialien sind vor Ort vorhanden.

Die Gebühren verstehen sich inklusive Materialkosten i.H.v. 15 Euro.

Donnerstag, 5. Dezember 2019, 16.00 - 19.00 Uhr
Stadtbücherei Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
3 ZStd.; 45,- €

Kleingruppen-Angebot:
Min. 4 / Max. 6 Teilnehmende

R23407 Hilden

FÜR MICH

Bitte beachten Sie, dass bei Kleingruppen (Mindestzahl der Teilnehmenden unter 11 Personen) generell keine Ermäßigung möglich ist. Ausnahmen sind angegeben.

Endlich ich!

Farb-, Typ- und Stilberatung für Frauen

Anke von Garrel

In einer persönlichen Farbanalyse werden Sie IHRE Farben entdecken und erfahren, wie sich diese positiv auf Ihre Persönlichkeit auswirken und wie Sie sie effektiv einsetzen. Dazu gibt es viele Empfehlungen zu den Farben und Formen Ihres Schmucks, der Brille, des Make-ups und der Haarfarbe. Im letzten Teil des Workshops erfahren Sie Wichtiges über Figurtypen und wie Sie Ihre Figur optimal zur Geltung bringen.

Ob Sie im Beruf einen kompetenten und selbstsicheren Eindruck machen wollen oder im Privatleben einen harmonischen, glänzenden Auftritt haben wollen: In diesem Seminar geht es genau darum. Im Anschluss ist es möglich, einen farblichen Einkaufsbegleiter bei der Dozentin zu erwerben.

Bitte kommen Sie ungeschminkt ins Seminar und bringen Ihre persönliche Dekorationskosmetik mit.

Diese Veranstaltung ersetzt kein Make-up-Seminar! Dieses finden Sie unter R23421 und R23422.

Freitag, 13. Dezember 2019, 16.30 - 22.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
7 UStd.; 50,- €

Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R23420 Hilden

Tages-Make-up Kurs

Katharina Rothenbach

Ein tolles Make-up für den Tag zaubern, aber wie? Eine Vielzahl an Produktangeboten und Werbeversprechen macht es uns Frauen nicht leicht, sich im Produktdschungel der Kosmetikindustrie zurechtzufinden. Anhand eines umfangreichen Tages-Make-ups gibt Ihnen eine ausgebildete Visagistin viele nützliche Tipps und Tricks zum Thema Make-up. Von der Wahl der richtigen Grundierung über Puder und Rouge bis hin zum Augen-Make-up mit drei Lidschattenfarben werden Sie Schritt für Schritt angeleitet und können am Ende des Kurses Ihr eigenes Werk im Spiegel bewundern. Sie bringen bitte mit: Sich selbst ungeschminkt, ein kleines Gästehandtuch und gute Laune! Materialkosten von 5 € sind in der Kursgebühr enthalten.

Samstag, 14. September 2019, 14.00 - 17.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
3 ZStd.; 25,- € (inkl. 5,- € Materialkosten)

Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 8 Teilnehmende

R23421 Haan

Tages-Make-up Kurs

Katharina Rothenbach

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. R23421

Samstag, 23. November 2019, 14.00 - 17.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
3 ZStd.; 25,- € (inkl. 5,- € Materialkosten)

Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 8 Teilnehmende

R23422 Hilden

KUNST FÜR KINDER

Unsere Kinder-Kunstkisten gehören zu den „Rennern“ im VHS-Programm, sichern Sie Ihrem Kind daher frühzeitig einen Platz. In der Gebühr sind jeweils die Materialkosten enthalten.

Das Angebot ist für Kinder OHNE elterliche Begleitung. Jüngere Kinder sollten daher in der Lage sein, drei Stunden ohne ihre Eltern in einer Gruppe zu spielen und zu basteln.

Bitte beachten Sie, dass bei Kleingruppen (Mindestzahl der Teilnehmenden unter 11 Personen) generell keine Ermäßigung möglich ist. Ausnahmen sind angegeben.

JungeVHS - Kunstkiste Halloween für Kinder von 4 bis 6 Jahren

Gudrun Mies-Walfort

Diesmal lädt die Kinderkunstkiste die Kids ein, passend rund um das Thema Halloween tolle, wie immer altersgerechte Kreationen zu basteln. Wir werden lustige Fluggespenster basteln, Fledermäuse falten, Mumien wickeln! Die kleinen Künstler können aus den unterschiedlichsten Materialien auswählen und unter professioneller Anleitung ihrer Phantasie freien Lauf lassen. Und als Highlight werden die Kids diesmal sogar passend geschminkt!





Zieht bitte alte Sachen an, falls einmal etwas „daneben“ geht! Und packt etwas zu Essen und zu Trinken für die kreative Pause ein!
Liebe Eltern, bitte geben Sie bei der Anmeldung Geburtsdatum und Namen Ihres Kindes an!

Samstag, 26. Oktober 2019, 10.00 - 13.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
4 UStd.; 26,- € (inkl. 6,- € Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R23510 Haan

JungeVHS - Kunstkiste Halloween für Kinder von 7 bis 10 Jahren



Gudrun Mies-Walfort

Diesmal lädt die Kinderkunstkiste die Kids ein, passend rund um das Thema Halloween tolle, wie immer altersgerechte Kreationen zu basteln. Wir werden lustige Fluggespenster basteln, Fledermäuse falten, Mumien wickeln! Die kleinen Künstler können aus den unterschiedlichsten Materialien auswählen und unter professioneller Anleitung ihrer Phantasie freien Lauf lassen. Und als Highlight werden die Kids diesmal sogar passend geschminkt!

Zieht bitte alte Sachen an, falls einmal etwas „daneben“ geht! Und packt etwas zu Essen und zu Trinken für die kreative Pause ein!
Liebe Eltern, bitte geben Sie bei der Anmeldung Geburtsdatum und Namen Ihres Kindes an!

Samstag, 26. Oktober 2019, 14.00 - 17.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
4 UStd.; 26,- € (inkl. 6,- € Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R23511 Haan

JungeVHS - Kunstkiste Laterne für Kinder von 4 bis 6 Jahren



Gudrun Mies-Walfort

Der Herbst ist da und überall fängt es an, in den Fenstern zu leuchten. St. Martin naht und auch der Nikolaus lässt nicht mehr allzu lang auf sich warten. In dieser Kinderkunstkiste können die Kids unter professioneller Anleitung ihre eigene Laterne basteln. Es wird mit Basismodellen gearbeitet, die die Kids nach Ihren Wünschen und Vorstellungen designen dürfen. Sei es ein Monster, ein Einhorn... gemeinsam finden wir das richtige Modell! Alternativ können auch Gläser bunt dekoriert werden, die mit einem LED-Licht bestückt toll im Kinderzimmer aussehen.

Zieht bitte alte Sachen an, falls einmal etwas „daneben“ geht! Und packt etwas zu Essen und zu Trinken für die kreative Pause ein!
Liebe Eltern, bitte geben Sie bei der Anmeldung Geburtsdatum und Namen Ihres Kindes an!

Samstag, 16. November 2019, 10.00 - 13.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
4 UStd.; 26,- € (inkl. 6,- € Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R23512 Haan

JungeVHS - Kunstkiste Laterne für Kinder von 7 bis 10 Jahren



Gudrun Mies-Walfort

Der Herbst ist da und überall fängt es an, in den Fenstern zu leuchten. St. Martin naht und auch der Nikolaus lässt nicht mehr allzu lang auf sich warten. In dieser Kinderkunstkiste können die Kids unter professioneller Anleitung ihre eigene Laterne basteln. Es wird mit Basismodellen gearbeitet, die die Kids nach Ihren Wünschen und Vorstellungen designen dürfen. Sei es ein Monster, ein Einhorn... gemeinsam finden wir das richtige Modell! Alternativ können auch Gläser bunt dekoriert werden, die mit einem LED-Licht bestückt toll im Kinderzimmer aussehen.

Zieht bitte alte Sachen an, falls einmal etwas „daneben“ geht! Und packt etwas zu Essen und zu Trinken für die kreative Pause ein!
Liebe Eltern, bitte geben Sie bei der Anmeldung Geburtsdatum und Namen Ihres Kindes an!

Samstag, 16. November 2019, 14.00 - 17.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
4 UStd.; 26,- € (inkl. 6,- € Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R23513 Haan

JungeVHS - Kunstkiste Weihnachten für Kinder von 4 bis 6 Jahren



Gudrun Mies-Walfort

Weihnachten naht und ihr habt immer noch keine Geschenke für Mama, Papa oder die Großeltern? Was gibt es Cooleres, als etwas Selbstgemachtes zu verschenken? Es müssen nicht immer die Riesengeschenke sein, die Freude machen! In dieser Kinderkunstkiste gestalten wir mit den Kindern originelle, mit Liebe hergestellte Weihnachtsbasteleien und kleine Mitbringsel. Es wird unter professioneller Anleitung mit den verschiedensten Materialien gebastelt. Auch hier schauen wir wieder, dass für jedes Alter etwas Passendes dabei sein wird. Und diesmal gibt es als Highlight warmen Kakao für Alle!
Zieht bitte alte Sachen an, falls einmal etwas „daneben“ geht! Und packt etwas zu Essen für die kreative Pause ein!
Liebe Eltern, bitte geben Sie bei der Anmeldung Geburtsdatum und Namen Ihres Kindes an!

Samstag, 14. Dezember 2019, 10.00 - 13.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
4 UStd.; 26,- € (inkl. 6,- € Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R23514 Haan

JungeVHS - Kunstkiste Weihnachten für Kinder von 7 bis 10 Jahren



Gudrun Mies-Walfort

Weihnachten naht und ihr habt immer noch keine Geschenke für Mama, Papa oder die Großeltern? Was gibt es Cooleres, als etwas Selbstgemachtes zu verschenken? Es müssen nicht immer die Riesengeschenke sein, die Freude machen! In dieser Kinderkunstkiste gestalten wir mit den Kindern originelle, mit Liebe hergestellte Weih-



nachtsbasteleien und kleine Mitbringsel. Es wird unter professioneller Anleitung mit den verschiedensten Materialien gebastelt. Auch hier schauen wir wieder, dass für jedes Alter etwas Passendes dabei sein wird. Und diesmal gibt's als Highlight warmen Kakao für Alle! Zieht bitte alte Sachen an, falls einmal etwas „daneben“ geht! Und packt etwas zu Essen für die kreative Pause ein!

Liebe Eltern, bitte geben Sie bei der Anmeldung Geburtsdatum und Namen Ihres Kindes an!

Samstag, 14. Dezember 2019, 14.00 - 17.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
4 UStd.; 26,- € (inkl. 6,- € Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R23515 Haan

KINDERSCHMINKEN

Workshop Face Painting Kinderschminken leicht gemacht!

Gudrun Mies-Walfort



Karneval, Kindergeburtstag, Sommerfest oder Halloween-Party nahen: Die Tochter will als Einhorn, ihr Bruder als gruseliges Monster angemalt werden. Phantastisch, wenn man selber mit Wissen und Talent zum Schminktopf und zum Pinsel greifen kann! Unter Anleitung von Gudrun Mies-Walfort, die über 20 Jahre Erfahrung im Bereich Kinderevents und Facepainting verfügt, werden bei diesem Workshop elementare Basiskenntnisse vermittelt. Anhand einfacher Beispiele schminken sich die Teilnehmer gegenseitig, um so den Umgang mit der Schminke zu erlernen. Mit guten Tipps und Tricks rund um das Thema „Gesichtsbemalung“ blicken Sie den nächsten Partys und Karnevalsveranstaltungen entspannt entgegen.

Das Arbeitsmaterial, welches neben einem Handout unter anderem auch eine hochwertige Schminkpalette und Schminkvorlagen enthält, ist in den Gebühren inbegriffen.

Das Seminar richtet sich an Erwachsene. Auch ErzieherInnen, LehrerInnen oder SportgruppenleiterInnen etc. können ihr Repertoire erweitern.

Samstag, 9. November 2019, 10.00 - 15.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
5 ZStd.; 58,- € (inkl. 25,- € Materialkosten für Schminkpalette)

R23550 Hilden

MUSIK

Spaß am Trommeln - auch für zwei „linke Hände“

Trommelworkshop

Ralf Kunkel



Ein Workshop für alle, die Lust haben, die Klangvielfalt von Trommeln (Djembe und Conga) und anderen interessanten Rhythmusin-

strumenten kennenzulernen. Das Spielen von lateinamerikanischen und afrikanischen Rhythmen, die Entwicklung des Rhythmusgefühls und das Kennenlernen der Anschlagtechnik der Trommeln wird den Kurs im entspannten Rahmen bestimmen. Die Inhalte richten sich jeweils an Interessierte, die bisher keine oder geringe Vorkenntnisse besitzen. Das gemeinsame Grooven an diesem Samstag wird bestimmt noch längere Zeit nachschwingen.

Die Leihgebühr für die Trommeln ist in der Kursgebühr enthalten! Ralf Kunkel ist seit über 30 Jahren begeisterter Trommler, erhielt Unterricht bei verschiedenen Trommlern aus Ghana, Senegal, Brasilien, Curacao, Cuba und Panama und gründete in Wuppertal die Rhythmuschule YENCAGO.

Samstag, 16. November 2019, 11.00 - 14.45 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
5 UStd.; 40,- € (inkl. Leihgebühr für die Trommeln)

R24000 Haan

Einfach singen! Singkreis für Sangesfreudige

Sylvia Dürnhöfer

Einfach singen! - Ohne Vorkenntnisse, ohne Vorsingen, nur mit Freude an Melodien.

Wir singen einfache Lieder aus aller Welt mit Gitarren- oder Klavierbegleitung, für die keine Noten- oder andere Kenntnisse erforderlich sind. Wesentlich ist die Freude am gemeinsamen Singen. Wer mag, kann vielleicht mal ein Rhythmusinstrument ausprobieren.

Was gesungen wird?! Volkslieder, Schlager, Gospels - ein Blumenstrauß an Liedern steht zur Auswahl. Wir singen, - aber beginnen nicht erst - „Mit 66 Jahren“. Wir gehen vielleicht gesanglich „Über sieben Brücken“ oder entlang „An der Nordseeküste“ und sind überzeugt, dass „Kein schöner Land... als hier das uns're“ ist. Manche Stücke sind „Verdamp lang her“ - und irgendwann singen sicherlich alle: „Gute Nacht, Freunde...“ während „Lili Marleen“ vor der Kaserne wartet.

13 x mittwochs, 10.35 - 11.35 Uhr
Beginn: 11. September 2019
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
13 ZStd.; 75,- € (max. 50% Ermäßigung)

R24001 Haan

Einfach singen! - Pop&Jazz unsere Lieblingsstücke

Sylvia Dürnhöfer

Wir singen gemeinsam unsere Lieblingsstücke. Während die eigene Stimme gefördert und gefordert wird und sich entfalten darf, erleben wir uns im gemeinschaftlichen Klang. Sowohl Anfänger als auch Teilnehmende mit Gesangserfahrung sind willkommen; jeder, der Freude am Singen hat, kann mitmachen!

13 x mittwochs, 11.50 - 12.50 Uhr
Beginn: 11. September 2019
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
13 ZStd.; 75,- € (max. 50% Ermäßigung)

R24005 Haan



In Zusammenarbeit mit der Musikschule Haan e.V. bieten wir die Möglichkeit, in Klein- und Kleinstgruppen für Erwachsene ein Instrument zu erproben.

Bevor Sie sich für die Anmeldung in der Musikschule entscheiden, können Sie so - ohne weitere Verpflichtung - ausprobieren, ob Ihnen das Spielen eines der angebotenen Instrumente liegt, Ihren Vorstellungen entspricht und Ihnen Freude macht.

Bitte beachten Sie, dass bei Kleingruppen (Mindestzahl der Teilnehmenden unter 11 Personen) generell keine Ermäßigung möglich ist. Ausnahmen sind angegeben.

4 x samstags, 10.00 - 10.45 Uhr

Beginn: 9. November 2019

Musikschule Haan, Raum OG 17, Dieker Str. 69, Haan

4 UStd.; 43,- €

Kleingruppen-Angebot:

Min. 3 / Max. 4 Teilnehmende

R24120 Haan

Mehr als ein Klang: von Schlüsseln, Klecksen auf Linien, Dur, Moll und geheimnisvollen Zeichen

Eine kleine Reise in die Musiklehre

in Zusammenarbeit mit der Musikschule Haan e.V.

Rita Krevert

Was ist eine Tonart, und welche gibt es?

Wie lese ich Noten und was bedeuten die unterschiedlichen Formen?

Wie erkenne ich einen Takt? Was ist der Unterschied zwischen Takt, Tempo und Rhythmus?

Was heißt hier „Dynamik“ ?

Welche Instrumente gehören in ein Orchester? Welche Instrumente gibt es überhaupt, und wie ergibt sich eine Harmonie zu einer Melodie?

Das und vieles mehr sind Themen, die uns in diesem Kurs beschäftigen werden. Er gibt Einblicke in die Grundlagen der sogenannten „Musiktheorie“ und richtet sich an interessierte Erwachsene. Hilfreich ist er z.B. für Chorsänger, als Ergänzung zum Instrumentalunterricht oder bei purem Interesse an den aufgeführten Fragen.

Bitte Bleistift und Radiergummi mitbringen!

4 x samstags, 10.45 - 11.30 Uhr

Beginn: 9. November 2019

Musikschule Haan, Raum OG 17, Dieker Str. 69, Haan

4 UStd.; 29,- €

Kleingruppen-Angebot:

Min. 5 / Max. 8 Teilnehmende

R24100 Haan

Schnupperkurs Klavier

in Zusammenarbeit mit der Musikschule Haan e.V.

Rita Krevert

“ Man müsste Klavier spielen können...“

Wenn Sie das auch schon öfter gedacht haben, ist dieses Angebot genau das Richtige für Sie!

Es richtet sich an Erwachsene, die unsicher sind, ob sie „in ihrem Alter“ wohl noch mit dem Klavierunterricht beginnen können. Der Einstieg mit diesen Schnupperstunden wird helfen, die Hemmschwelle zu überwinden und es einfach mal zu versuchen. Unter fachkundiger Leitung werden Sie erste kleine Melodien erlernen und 2- bis 8-händig am Klavier musizieren.

Die Instrumente werden durch die Musikschule bereitgestellt.



KOCHKULTUR

Bitte beachten Sie folgende Regelungen für den Bereich Kochen: Bis 48 Stunden vor Kursbeginn unentschuldig fehlende Teilnehmer und Teilnehmerinnen sind von der Zahlung der Lebensmittelkosten NICHT ausgeschlossen. Die Kosten werden mit der Kursgebühr abgebucht oder müssen angewiesen werden. Die Kursleitungen reichen der VHS Hilden-Haas in diesen Fällen die Belege für die jeweiligen Veranstaltungen ein. Bei noch laufenden Kursen ist es möglich, den Betrag vor Ort mit den Kursleitungen abzurechnen.

Aufgrund der knappen Kalkulation ist es in der Regel nicht möglich, Gebührenermäßigungen bei Kochkursen zu gewähren. Tagesseminare sind generell von einer Ermäßigung ausgenommen. Ausnahmen sind angegeben oder können erfragt werden.

Algerische Küche

Atika Belbachir



Die Küche Algeriens ist gleichermaßen orientalisches wie mediterran geprägt. Köstliche Kombinationen aus pikant und süß sowie frische Gemüse-, Fleisch- und Fischspeisen bilden die Grundlage eines jeden orientalischen Festessens. Gekocht wird mit Zimt, Ingwer, Kurkuma, Knoblauch, Petersilie, Muskatnuss, Koriander, Tomatenpaste, getrockneten Früchten und noch viel mehr. Wenn man in Algerien von Fleisch spricht, ist in der Regel von Hammelfleisch die Rede. Aber auch Hühnchen, Fisch und Meeresfrüchte finden ihre Verwendung. Dazu gibt es Feigen, Datteln, Oliven oder Mandeln. Wir werden beim ersten Termin gemeinsam eine Vorspeise und beim zweiten Treffen eine Hauptspeise zubereiten.

Die anteiligen Kosten für die Lebensmittel (ca. 15 Euro pro Person) werden bei der Kursleiterin bezahlt. Bitte bringen Sie eine Schürze, Geschirrtücher und verschließbare Behälter mit.

2 x freitags, 16.00 - 19.00 Uhr
Beginn: 8. November 2019
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
8 UStd.; 32,- € (zzgl. Lebensmittelkosten, Kleingruppe)

R31100 Hilden

Chinesisch Kochen - vegetarisch

Lisa Shih

Für Interessierte und Liebhaber der original chinesischen Küche bereiten wir ein vegetarisches Menü aus traditionellen Köstlichkeiten zu. Dabei wird Ihnen die chinesische Küche mit ihren Besonderheiten bezüglich der Zubereitungsart und -weise sowie dem Einsatz von verschiedenen Gewürzen und landestypischen Zutaten näher gebracht.

Die Lebensmittelumlage von ca. 17 Euro pro Person wird mit der Dozentin abgerechnet.

Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, Ihr Lieblingsküchenmesser, drei Geschirrtücher und Gefäße für etwaige Lebensmittelreste!

Freitag, 27. September 2019, 17.00 - 21.30 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
6 UStd.; 25,- € (zzgl. Lebensmittelkosten, Kleingruppe)

R31118 Hilden

Fleischloser Genuss im Herbst

Regine Steinfert



Vegetarischer Genuss liegt im Trend! Wir greifen ihn auf und kochen heute vegetarische Gerichte, die auch ohne Fleisch lecker und vollwertig sind.

Die anteiligen Kosten für die Lebensmittel (ca. 13 Euro pro Person) werden bei der Kursleiterin bezahlt.

Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, Ihr Lieblingsküchenmesser, drei Geschirrtücher und Gefäße für etwaige Lebensmittelreste!

Dienstag, 8. Oktober 2019, 17.45 - 21.30 Uhr
Küche im Schulzentrum Walder Str. 15, Haas
Zufahrt über Wiesengrundstraße
5 UStd.; 28,- € (zzgl. Lebensmittelkosten, Kleingruppe)

R31204 Haas

Kulinarische weihnachtliche Weltreise

Regine Steinfert



Heute kochen wir internationale Klassiker der Weihnachtszeit nach. Unsere kulinarische Reise wird uns quer durch Europa leiten, aber wir machen auch einen Streifzug durch Asien und Amerika. Die anteiligen Kosten für die Lebensmittel (ca. 13 Euro pro Person) werden bei der Kursleiterin bezahlt.

Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, Ihr Lieblingsküchenmesser, drei Geschirrtücher und Gefäße für etwaige Lebensmittelreste!

Montag, 9. Dezember 2019, 17.45 - 21.30 Uhr
Küche im Schulzentrum Walder Str. 15, Haas
Zufahrt über Wiesengrundstraße
5 UStd.; 28,- € (zzgl. Lebensmittelkosten, Kleingruppe)

R31205 Haas

Ruckzuck nach Feierabend auf den Tisch

Regine Steinfert



Der Kurs richtet sich an alle, die nach Feierabend noch schnell etwas Leckeres auf den Tisch bringen wollen. Alle gekochten Speisen sind absolut alltagstauglich und wir verwenden wie immer frisches Gemüse und Kräuter der Saison. Aber auch Fleischliebhaber kommen auf ihre Kosten.

Die anteiligen Kosten für die Lebensmittel (ca. 13 Euro pro Person) werden bei der Kursleiterin bezahlt.

Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, Ihr Lieblingsküchenmesser, drei Geschirrtücher und Gefäße für etwaige Lebensmittelreste!



Montag, 11. November 2019, 17.45 - 21.30 Uhr
 Küche im Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
 Zufahrt über Wiesengrundstraße
 5 UStd.; 28,- € (zzgl. Lebensmittelkosten, Kleingruppe)

R31206 Haan

Kochen für Männer über 50 - I

Hans-Jürgen Dittert

In diesem Kurs werden nach Möglichkeit sog. „Bio-Produkte“ verwendet.

Generell sind Alkoholika, die zum Menü passen, in den Lebensmittelkosten enthalten. Die Details werden im Kurs besprochen.

Der Kurs bietet den Teilnehmern die Möglichkeit, einen Veranstaltungstermin selbst zu organisieren und eigene Menüs einzubringen. Die Lebensmittelkosten (ca. 13-17 Euro pro Person/Termin) werden anteilig umgelegt und vor Ort mit der Kursleitung abgerechnet.

Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, drei Geschirrtücher und Gefäße für etwaige Lebensmittelreste!

Kochkurs in monatlichen Abständen. Bitte beachten Sie die Einzeltermine!

Mittwoch, 18.09.2019,
 Mittwoch, 09.10.2019,
 Mittwoch, 30.10.2019,
 Mittwoch, 13.11.2019,
 Mittwoch, 18.12.2019,
 Mittwoch, 15.01.2020,
 jeweils 17.00 - 20.45 Uhr
 Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
 30 UStd.; 97,- € (zzgl. Lebensmittelkosten)

R31210 Hilden

Kochen für Männer über 50 - II

André Wieberg

Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, drei Geschirrtücher und Gefäße für etwaige Lebensmittelreste!

Die Lebensmittelkosten werden anteilig umgelegt und vor Ort mit der Kursleitung abgerechnet. Generell sind Alkoholika, die zum Menü passen, in den Lebensmittelkosten enthalten. Die Details werden im Kurs besprochen.

Der Kurs findet in einem ca. zweiwöchigen Rhythmus statt. Bitte beachten Sie die Einzeltermine!

Mittwoch, 11.09.2019,
 Mittwoch, 02.10.2019,
 Mittwoch, 06.11.2019,
 Mittwoch, 20.11.2019,
 Mittwoch, 04.12.2019,
 Mittwoch, 08.01.2020,
 Mittwoch, 22.01.2020,
 jeweils 16.00 - 19.00 Uhr
 Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
 28 UStd.; 114,- € (zzgl. Lebensmittelkosten)

R31211 Hilden

Sushi

Lisa Shih

Mit Fisch und Gemüse, gerollt oder geformt, kreieren wir heute die köstlichen japanischen Sushirollen. Lernen Sie, welche verschiedenen Arten von Sushi es gibt. Außerdem erfahren Sie, wie und mit welchen Zutaten Sie Ihr Lieblings-Sushi auch zu Hause zubereiten können und welche Tipps und Kniffe dazu gehören.

Die Lebensmittelumlage von 22 - 25 Euro pro Person wird mit der Dozentin abgerechnet.

Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, ein sehr scharfes Messer, drei Geschirrtücher und Gefäße für etwaige Lebensmittelreste!

Freitag, 29. November 2019, 17.00 - 21.30 Uhr
 Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
 6 UStd.; 25,- € (zzgl. Lebensmittelkosten, Kleingruppe)

R31300 Hilden

Italienische Küche von A - Z

Suppen, Pasta, Fleisch- und Fischgerichte

Rita Caputo

Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, zwei Geschirrtücher und Gefäße für etwaige Lebensmittelreste!

Die Lebensmittelkosten (ca. 10 Euro pro Person/Termin) werden anteilig umgelegt und vor Ort mit der Kursleitung abgerechnet. Generell ist zum Menü passender Wein in den Lebensmittelkosten enthalten. Die Details werden im Kurs besprochen.

4 x mittwochs, 18.30 - 21.30 Uhr
 Beginn: 18. September 2019
 Küche im Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
 Zufahrt über Wiesengrundstraße
 16 UStd.; 44,- € (zzgl. Lebensmittelkosten)

R31403 Haan

Italienische Küche von A - Z

Suppen, Pasta, Fleisch- und Fischgerichte

Rita Caputo

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. R31403

4 x donnerstags, 18.30 - 21.30 Uhr
 Beginn: 19. September 2019
 Küche im Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
 Zufahrt über Wiesengrundstraße
 16 UStd.; 44,- € (zzgl. Lebensmittelkosten)

R31404 Haan

Italienische Küche von A - Z

Suppen, Pasta, Fleisch- und Fischgerichte

Rita Caputo

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. R31403



4 x mittwochs, 18.30 - 21.30 Uhr
 Beginn: 20. November 2019
 Küche im Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
 Zufahrt über Wiesengrundstraße
 16 UStd.; 44,- € (zzgl. Lebensmittelkosten)

R31405 Haan

Italienische Küche von A - Z Suppen, Pasta, Fleisch- und Fischgerichte

Rita Caputo

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. R31403

4 x donnerstags, 18.30 - 21.30 Uhr
 Beginn: 21. November 2019
 Küche im Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
 Zufahrt über Wiesengrundstraße
 16 UStd.; 44,- € (zzgl. Lebensmittelkosten)

R31406 Haan

Internationale Küche - Kochen für Frauen aus allen Nationen

In Zusammenarbeit mit der Gleichstellungsstelle der
 Stadt Hilden

N.N.

Gemeinsam kochen, etwas Neues ausprobieren und sich austauschen, das ist das Credo des Internationalen Frauentreffs. Die Entscheidung, in welches Land die „Kochreise“ geht, wird im Vorfeld durch die Teilnehmerinnen getroffen. So vielfältig wie die Speisen, die ausprobiert werden, sind auch die Themen, die in entspannter Atmosphäre besprochen werden können. Interessierte Frauen wenden sich für weitere Informationen und zur Anmeldung an die Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Hilden (Tel.: 02103 72-122 oder gleichstellung@hilden.de).

Die Lebensmittelkosten werden anteilig umgelegt und mit der Kursleiterin abgerechnet.

Bitte zum Kochen eine Schürze und zwei Geschirrtücher mitbringen.

Montag, 07.10.2019,
 Montag, 04.11.2019,
 Montag, 02.12.2019,
 jeweils 17.00 - 21.00 Uhr
 Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
 16 UStd.; 4,- €

R31412 Hilden

JungeVHS - Weihnachtsworkshop für Kids Koch- und Backkurs für junge Leute von 10 - 14 Jahren

Regine Steinfort

Ihr habt noch kein Weihnachtsgeschenk für Eltern, Großeltern, Tanten oder Onkel? Kein Problem: Wir machen leckere Kekse, Muffins und Pralinen. Zum Abendessen gibt es ein leckeres Pastagericht. Lebensmittelkosten in Höhe von 9 Euro pro Person sind bereits in

der Kursgebühr enthalten.

Bitte bringt mit: eine Schürze, drei Geschirrtücher und ein paar Plastikbehälter für etwaige Lebensmittelreste.

Liebe Eltern, bitte geben Sie bei der Anmeldung Geburtsdatum und Namen Ihres Kindes an!

Freitag, 13. Dezember 2019, 15.30 - 19.15 Uhr
 Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
 5 UStd.; 39,- € (inkl. 9,- € Lebensmittelkosten)
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 7 / Max. 8 Teilnehmende

R31614 Hilden

ERNÄHRUNGSWISSEN

Die Turbo-Entstressung für die Mittagspause & vor jedem Essen

Training zur Entspannung vor dem Essen für eine
 bessere Verdauung

Chantal Fleurant

Kennen Sie das? Stress? Zeitmangel? Lauter Termine? Coffee to go? Essen in der Schnelle, unterwegs, stehend? Stressbedingte Verdauungsprobleme oder Bauchschmerzen? Essen Sie mit Stress im Bauch oder vollkommen entspannt? Genießen Sie Ihr Essen in aller Ruhe oder mit vollen Gedanken im Kopf? Fühlen Sie sich gehetzt beim Essen oder können Sie sich wunderbar entspannen für eine optimale Verdauung der Nahrung, die Sie zu sich nehmen? Sind Sie oft müde nach dem Essen, antriebslos? Die moderne Esskultur hinterlässt unbemerkt immer deutlichere Spuren in unserem Körper und unserer Stimmung!

In diesem Seminar werden Sie in die Turbo-Entstressung-Methode eingeführt, so dass Sie kurz vor dem Essen und mit 3 einfachen Übungen Ihrer Wahl aus diesem Angebot folgendes erreichen können:

- Verspannungen im Kopf und Körper lösen sich auf
- Sie entspannen nicht nur Magen und Bauch für eine optimale Verdauung
- Der Körper befreit sich vom langen Sitzen und starren Blick vor dem PC
- Sie entwickeln Ihre 5 Sinne für mehr Genuss im Alltag
- Sie gehen ganz einfach vom Leistungsmodus zum Entspannungsmodus

Täglich nur 3 kurze, einfache Übungen aus Ihrer Wahl für die passende Situation vor dem Essen! Diese Tools machen den ganzen Unterschied! Sind Sie dabei? Gewinnen Sie dadurch neue Lebensqualität!

Freitag, 22. November 2019, 17.00 - 20.00 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
 4 UStd.; 42,- € (Kleingruppe)

R31901 Haan

PFLEGE & DEMENZ



Basisqualifizierung „Begleitung von pflegebedürftigen Menschen mit und ohne Demenz“ gemäß § 45 SGB XI

in Kooperation mit der Arbeiterwohlfahrt Ortsverein Haan

Mabel Stickley / Gabriela Wolpers / Thomas Körblein / Monika Thöne / Frieder Braumann / Simone Jakob / N.N. / Jutta Piontek

In der Stadt Haan leben derzeit ca. 500 Menschen, die an Demenz erkrankt sind - Tendenz steigend. Überwiegend werden die Menschen zu Hause von den Angehörigen betreut: i.d.R. eine 24-Stunden-Aufgabe. Das Seminar richtet sich an Ehrenamtliche, Fachpersonal, pflegende Angehörige sowie alle interessierten Menschen. Sie haben die Möglichkeit sich umfassend über Pflegebedürftigkeit zu informieren und erfahren für die tägliche Begleitung wichtige Dinge, die dabei helfen können, den Alltag für alle Beteiligten entspannter zu gestalten.

Der Kurs wird von FachreferentInnen durchgeführt und hat eine kontinuierliche Begleitung.

Über die Teilnahme an der Basisqualifizierung erhalten Sie eine Bescheinigung.

Der Kurs wird im Wechsel mit der Stadt Hilden angeboten und wendet sich an Haaner und Hildener BürgerInnen.

Eine kostenlose Informationsveranstaltung findet am Montag, den 16.09.2019 um 18 Uhr statt.

Termine:

30.09. von 18:00 - 20:15 Uhr

Einführung: Einstieg ins Thema, Motivation, Erwartungen, Erfahrungen

Mabel Stickley

07.10. von 18:00 - 21:00 Uhr

Notfall-Wissen

Thomas Körblein; Malteser Hilfsdienst e.V.

14.10 von 18:00 - 20:15 Uhr

Basiswissen zu Krankheits- und Behinderungsbildern

Tanja Achtelik; Krankenschwester; PDL; freiberufliche Referentin

21.10 von 18:00 - 20:15 Uhr

Bewegung erleichtern - Mobilität erhalten

Jutta Piontek; Krankenschwester; PDL; Fachwirtin für Alten- und Krankenpflege

28.10. von 18:00 - 20:15 Uhr

Bedeutung der Biografie in der Begleitung von Menschen mit Pflegebedarf

Gabriele Wolpers; Dipl.-Sozialpädagogin; M.A.

04.11. von 18:00 - 20:15 Uhr

Umgang mit akuten Krisen und Konflikten

Monika Thöne; Dipl.-Pädagogin; Tanztherapeutin

09.11. von 10:00 - 15:15 Uhr

Alltagsgestaltung und Möglichkeiten der Unterstützung

Mabel Stickley

11.11. von 18:00 - 20:15 Uhr

Für sich selber sorgen, eigene Bedürfnisse erkennen, Grenzen setzen und akzeptieren

Gabriela Wolpers; Dipl.-Sozialpädagogin; M.A.

25.11. von 18:00 - 20:15 Uhr

Abschieds- und Trauererfahrung in der Begleitung von Personen mit Pflegebedarf

Simone Jakob / Frieder Braumann

Christliche Hospiz- und Trauerbegleitung Haan e.V.

30.11. von 10:00 - 15:15 Uhr

Wertschätzende Kommunikation

Monika Thöne; Dipl.-Pädagogin; Tanztherapeutin

02.12. von 18:00 - 20:15 Uhr

Auswertung - Perspektiven - Zertifikatsverleihung

Mabel Stickley

Montag, 30. September 2019, 18.00 - 20.15 Uhr

Montag, 7. Oktober 2019, 18.00 - 21.00 Uhr

Montag, 7. Oktober 2019, 18.00 - 21.00 Uhr

Montag, 14. Oktober 2019, 18.00 - 20.15 Uhr

Montag, 21. Oktober 2019, 18.00 - 20.15 Uhr

Montag, 21. Oktober 2019, 18.00 - 20.15 Uhr

Montag, 28. Oktober 2019, 18.00 - 20.15 Uhr

Montag, 28. Oktober 2019, 18.00 - 20.15 Uhr

Montag, 4. November 2019, 18.00 - 20.15 Uhr

Montag, 4. November 2019, 18.00 - 20.15 Uhr

Samstag, 9. November 2019, 10.00 - 15.15 Uhr

Montag, 11. November 2019, 18.00 - 20.15 Uhr

Montag, 11. November 2019, 18.00 - 20.15 Uhr

Montag, 25. November 2019, 18.00 - 20.15 Uhr

Montag, 25. November 2019, 18.00 - 20.15 Uhr

Montag, 25. November 2019, 18.00 - 20.15 Uhr

Samstag, 30. November 2019, 10.00 - 15.15 Uhr

Samstag, 30. November 2019, 10.00 - 15.15 Uhr

Montag, 2. Dezember 2019, 18.00 - 20.15 Uhr

AWO Haan, Breidenhofer Str. 7, Haan

40 UStd.; 140,- €

R32000 Haan

Wege weg vom Stress

Stressmanagement im Alltag für pflegende Angehörige

Daniel De Paola



Gerade pflegende Angehörige werden durch ihren Alltag so bestimmt, dass sie, nur um allem gerecht zu werden, sich selbst ganz hintenanstellen. Das, was ihnen selbst wichtig ist, wird verdrängt. Viele Betroffene denken zu wenig an sich selbst, was dauerhaft dazu führt, dass sie sich auch nicht mehr spüren und Belastbarkeit, Lebensfreude und vor allem Gesundheit schwinden.

In diesem Kurs möchte Daniel De Paola die oft schon mitten im Stress befindlichen Teilnehmer dort abholen, wo sie gerade sind, und ihnen zeigen, wie sie mit einfachen, manchmal überraschenden Methoden wieder ruhiger und gelassener werden können.

Angesprochen sind diejenigen, die sich mit dem Thema Pflege Angehöriger befassen, aber auch allgemein alle, die besser leben möchten, präventiv denken oder in besonderen Stresssituationen stecken.

Das können Sie erwarten:

- Was ist Stress? Was stresst?
- Reaktionsstufen des Stresses
- Selbstbetrachtung, SelbstBEWUSSTSEIN
- Achtsamkeit und Langsamkeit
- Kindheit und Erziehung vs. Jetzt und Heute
- das schlechte Gewissen
- Perfektionismus
- Suche nach Lob und Anerkennung
- Kurzmeditationen und Entspannungstechniken
- Schlafen, Hobbys, Zeit für mich

Die Workshops sind interaktiv gestaltet und sprechen nicht nur den Hörsinn an. Am Ende soll jeder Teilnehmer mindestens einen Weg für sich gefunden haben, wie er sein Stresslevel senken kann. Die eigene Gesundheit wird als das wichtigste Gut erkannt und dementsprechend gepflegt. Wieder an sich selbst zu denken, ohne dabei egoistisch zu sein bedeutet: Das schlechte Gewissen soll keine so große Rolle mehr spielen.



5 x donnerstags, 18.30 - 20.30 Uhr
 Beginn: 19. September 2019
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
 10 UStd.; 57,- € (max. 50% ermäßigbar)

R32002 Haan

Stress-weg-Tag

Stressmanagement im Alltag für pflegende Angehörige

Daniel De Paola

Komprimiertes Tagesseminar mit den Inhalten aus R32002.



Samstag, 18. Januar 2020, 10.00 - 16.00 Uhr
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 8 UStd.; 33,- € (max. 50% ermäßigbar)

R32003 Hilden

LEBENSKUNST & PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

Digitale Selbstvermessung

N.N.



2 x samstags, 14.00 - 18.00 Uhr
 Beginn: 9. November 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 10,67 UStd.; gebührenfrei
 Kleingruppen-Angebot:
 Max. 0 Teilnehmende

R32005 Hilden

“ Entschuldigung, ist das mein Konflikt oder ist das Ihrer?“

Vortrag

Anke Schiwy

Konflikte beschäftigen uns leider oft sehr lange und lösen Stress in uns aus. Aber ist es denn wirklich mein Konflikt? Oder ziehe ich mir gerade einen Schuh an, der gar nicht passt? Und vielleicht sogar nie für mich bestimmt war? Schauen wir uns doch das Konfliktpotential mal gemeinsam an. Woher kommt unsere eigene Reaktion? Wonach beurteilen wir die Situation: Fakten oder Erfahrungen? Eigene Erfahrungen oder Hörensagen? Analytisch oder emotional? Und wie kann ich es eigentlich ändern? Dieser Vortrag liefert Antworten.



Freitag, 8. November 2019, 17.30 - 19.00 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
 2 UStd.; 15,- € (nicht ermäßigbar)

R32030 Haan

Das Ding mit der Motivation

Vortrag

Anke Schiwy

Schon tausendmal gestartet und immer noch nicht „schlank“, „Nicht-raucher“, „sportlich“ oder „aktiv“! Das Ding mit der Motivation: Es fängt supertoll an, alles fällt leicht und diese Sicherheit, es diesmal zu schaffen, fühlt sich so gut an. Kurze Zeit später melden sich die alten Gewohnheiten zurück, locken auf verschiedene Weisen und suggerieren das eigentliche Wohlfühlgefühl. Kann zu viel Motivation auch frustrieren? Dieser Vortrag verrät es Ihnen!



Freitag, 10. Januar 2020, 17.30 - 19.00 Uhr
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 2 UStd.; 15,- € (nicht ermäßigbar)

R32031 Hilden

Glück und Gehirn - Wie Glück sich trainieren lässt

Chantal Fleurant

Wir alle streben nach Glück. Wie kommt es, dass es bei manchen Personen so scheint, als würde Ihnen einfach Glück in den Schoß fallen, während andere ständig dafür kämpfen und es nie wirklich erreichen? Auch viele Methoden der Persönlichkeitsentwicklung verhelfen unvollständig zum Glück. Sie setzen sich hauptsächlich mit psychologischen und weniger mit neurologischen Aspekten auseinander. Wussten Sie, dass unser Gehirn Sie daran hindern kann, Glück zu erreichen?

In diesem Vortrag werden Sie über die verschiedenen Zusammenhänge unseres Gehirns mit Glück erfahren:

- Wie das Reptilienhirn funktioniert: wie das Hirn hauptsächlich zum Überleben erschaffen wurde
- Die Plastizität des Hirns: das Gehirn als fantastische Anpassungsmaschine und wie Sie es mit den richtigen Techniken modellieren können
- Wie lassen sich das limbische Gehirn und der Neocortex trainieren, damit Sie dauerhaft glücklich sind
- Entdecken Sie die 4 Hormone, die Sie direkt zum Glück bringen und wie Sie sie aktivieren können

Neugierig? Eine bunte Palette von neusten Informationen aus der Neurowissenschaft mit den richtigen Tools wartet auf Sie. Lassen Sie sich überraschen!

Freitag, 8. November 2019, 18.30 - 20.00 Uhr
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 2 UStd.; 18,- € (nicht ermäßigbar)

R32035 Hilden

Grenzen setzen

Seminar zur Persönlichkeitsbildung mit Medi-





tationen

Brigitte Krings

Fällt es Ihnen schwer, Grenzen zu setzen und Nein zu sagen? Lassen Sie sich häufig ausnutzen und ärgern sich dann, dass andere Ihre Grenzen nicht respektieren? Sind Sie oft zu sehr bemüht, die Anforderungen und Erwartungen anderer an Sie zu erfüllen? Häufig machen wir uns nicht klar, was wir wirklich wollen und was unsere Bedürfnisse sind. In diesem Kurs mit Meditationen und Selbstreflexionen lernen Sie, in Berührung zu kommen mit Ihren Bedürfnissen und Wünschen sowie Ihren körperlichen und seelischen Grenzen. Erst wenn Sie diese Grenzen wahrgenommen und akzeptiert haben, können Sie endlich selbstbewusst Nein sagen.

3 x dienstags, 18.30 - 20.00 Uhr
Beginn: 29. Oktober 2019
Nachbarschaftszentrum und Seniorentreff, St. Marien, Meide 2, Hilden
6 UStd.; 26,- €

R32094 Hilden

Die Kraft des Loslassens

Brigitte Krings

Die Kunst eines erfüllten Lebens ist die Kunst des Lassens: Zulassen, Loslassen, Neuankommenlassen.

Oft sind wir an Altes und Belastendes gebunden, das wir glauben festhalten zu müssen. Dieses behindert uns aber bei unserer Weiterentwicklung.

In diesem Kurs lernen Sie mit Hilfe praktischer Meditationsübungen Altes und Vergangenes loszulassen und zu verabschieden, um so Neues entstehen und wachsen lassen zu können.

Das Loslassen wird in diesem Kurs mit Hilfe von verschiedenen Meditationsmethoden, u.a. Achtsamkeitsmeditationen, eingeübt. Spezielle Übungen zur Zielfindung ergänzen das Angebot.

4 x dienstags, 18.30 - 20.00 Uhr
Beginn: 17. September 2019
Nachbarschaftszentrum und Seniorentreff, St. Marien, Meide 2, Hilden
8 UStd.; 36,- € (max. 50% ermäßigbar)

R32095 Hilden

Intuitives Malen

Tina Borrenkott



„Kreativität ist Intelligenz, die Spaß hat“, sagte Albert Einstein. Und genau das möchte ich mit Ihnen ausprobieren! Wir lassen uns auf Experimente ein und arbeiten mit Farben und Materialien, bis sich etwas richtig anfühlt oder eben einfach „nur“ Spaß macht. Auf dem Weg probieren wir Ideen aus, ändern unsere Meinung, experimentieren, lassen uns auf Neues ein und werden vielleicht einfach überrascht! Rationale Entscheidungen und intuitive Malprozesse gehören zusammen und profitieren voneinander. Wie im Leben selbst entsteht hier eine ganzheitliche Schaffensphase, die durch Spaß überzeugt. Wer Acrylfarben, Pinsel in verschiedenen Stärken und andere Malutensilien hat, kann sie gerne mitbringen. Weitere Farben, Materialien und großformatige Papiere lege ich in meinem Studio bereit. Ich freue mich auf einen entspannten und kreativen Ausflug mit Ihnen. Die Gebühren verstehen sich inklusive Materialkosten in Höhe von 12 Euro.

5 x dienstags, 17.30 - 19.00 Uhr
Beginn: 29. Oktober 2019
Studio Zwischentöne, Poststr. 40, 40721 Hilden
10 UStd.; 97,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 4 / Max. 6 Teilnehmende

R32096 Hilden

Eine Frage der Haltung Stressmanagement und Burnoutprävention mal aus anderer Perspektive



Tina Borrenkott

Gesundheitsförderung in Beruf und Alltag ist in aller Munde und soll möglichst in jedem Betrieb, jeder Abteilung, ja jedem Team installiert werden. Die Frage ist wie? Erste Schritte zur Veränderung liegen in uns. Diese Zusammenhänge spüren wir auf, konkretisieren sie für uns in Abhängigkeit der gegebenen Situation und beleuchten die wichtigen und wesentlichen perspektivischen Blickwinkel, die uns Denkanstöße und Handlungsmöglichkeiten zur Erreichung neuer Ziele eröffnen. Wir machen uns vorhandene Fähigkeiten und Ressourcen bewusst, entdecken Neues und stellen uns auf diese Weise einen Methodenkoffer zusammen, der systemische Zusammenhänge und gesundheitliche Begriffe zu organisatorischen und persönlichen Notwendigkeiten werden lässt.

2 x dienstags, 18.30 - 20.00 Uhr
Beginn: 14. Januar 2020
Studio Zwischentöne, Poststr. 40, 40721 Hilden
4 UStd.; 18,- € (Kleingruppe)

R32097 Hilden

Der Schritt in die große Freiheit „Watt nu?“



Tina Borrenkott

Und wieder gibt es eine große Veränderung im Leben: Ob es die wohlverdiente Rente, ein Altersteilzeitprojekt oder andere Wege aus der Arbeitswelt heraus sind, der Arbeitsalltag wird nicht mehr den Großteil des Tages ausmachen - wie schön...Manchmal ist die Vorstellung aber auch nicht nur schön - klar, erst einmal ist es wie Urlaub. Und in unserer individualisierten Gesellschaft finden sich zunächst große Ziele, die endlich verwirklicht werden können oder sollen oder müssen oder vielleicht...doch etwas ganz anderes? Wenn sich uns der Tag auf Dauer ganz anders zeigt, als wir es bisher gewohnt sind, können auch fremde, nicht nur vor Freude strotzende Gedanken sich den Weg in unseren Kopf bahnen. Unsicherheiten dürfen auch sein! Und vielleicht ist es mutiger und professionell, diese anzunehmen, zu beleuchten, mit ihnen umzugehen, zu leben und aktives und kreatives Handeln entstehen zu lassen. Alles darf sein - solange und damit es jedem Einzelnen gut geht. Ich möchte Sie einladen, sich Raum und Zeit zu nehmen für neue Zeiten.

2 x dienstags, 18.30 - 20.00 Uhr
Beginn: 1. Oktober 2019
Studio Zwischentöne, Poststr. 40, 40721 Hilden
4 UStd.; 18,- € (Kleingruppe)

R32098 Hilden



RESILIENZ FÜR KINDER

“ Den Mutigen gehört die Welt von morgen!“

Resilienz in der Familie

Familienworkshop inklusive themen- und altersgerechtem Kinderseminar (ab 4 Jahren)

Gudrun Mies-Walfort

Als Resilienz bezeichnet man die Fähigkeit, bei schwierigen Herausforderungen Kräfte zu aktivieren, um diese Zeiten unbeschadet zu überstehen und wie ein Fels in der Brandung gelassen und optimistisch zu bleiben. Das Tolle daran ist, dass Resilienz erlernbar ist! Für Kinder ist es in der heutigen, schnelllebigen Zeit wichtig zu erfahren, dass sie genau diese Stärke aus sich selbst heraus entwickeln können. Um dieses Grundgefühl der Geborgenheit im Leben entwickeln zu können und um zu lernen mit Risikofaktoren geschickt umzugehen, brauchen Kinder in ihrem alltäglichen Umfeld Erwachsene, die stark und gefestigt sind, und verlässlich für sie da sind. Wenn Kinder diese Fähigkeit anhand kleiner Übungen und Selbsterfahrungswerte erleben, können sie Stolpersteine auf ihrem spannenden Weg ins Leben aus dem Weg räumen und Herausforderungen des Lebens gelassener entgegenblicken.

Erfahren Sie, wie Sie Kindern zuhause, im Kindergarten, der Schule, dem Sportverein oder im Entspannungskurs einen gelasseneren Umgang mit Stress und belastenden Situationen näher bringen können.

Sie gehen mit einem prall gefüllten „Handwerksköffchen“ nach Hause: Definition von Resilienz, Analyse des eigenen Status, Einflussmöglichkeiten auf die Stimmung und das Umfeld, die Kraft von klaren Anweisungen und Entscheidungen, stressmindernde Wirkung von wertschätzender Kommunikation, Achtsamkeit & innere Wertschätzung, der „Pausenclown“: Innehalten, Entspannen, Loslassen und Reflektieren, kindgerechte Gelassenheitsübungen durch Selbstwahrnehmung, Atemtechniken und achtsames Erleben, kreative Übungen (Bastelideen/Spielvorschläge).

Falls Sie Ihr(e) Kind(er) während des Seminars thematisch begleitet und betreut haben möchten, fallen Gebühren i.H.v. 10 Euro pro Kind an, die Sie vor Ort bei der Kursleitung bezahlen. Materialkosten sind inklusive.



mes? Nein! Und auch das finden Kinder in diesem Training heraus. Sie erfahren, was sie alles glücklich machen kann. Vor allem aber verbessern und stärken sie ihre eigenen sozialen Kompetenzen. Ein besseres Miteinander schafft im Alltag weniger Probleme. Im persönlichen Glücksbuch werden alle schönen, positiven Gefühle, Momente, Erlebnisse und Erfolge festgehalten.

8 x montags, 15.00 - 16.30 Uhr
Beginn: 16. September 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
16 UStd.; 98,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 8 Teilnehmende

R32101 Hilden

JungeVHS - Die stressfreie Reise zum Schulabschluss

für junge Erwachsene ab 16 Jahren

Gudrun Mies-Walfort

Angst vor Prüfungen, schlechten Noten und davor, keinen guten Schulabschluss machen zu können erleben Schülerinnen und Schüler als besonders stressig. Auch der alltägliche Termindruck, Streit in der Familie und Konflikte mit Freunden verursachen Stress. Negative Gedanken, Katastrophenbilder und Filme in unserem Kopf setzen uns körperlich und mental in Angst und Panik. Das Gehirn klinkt sich sozusagen aus. Prüfungsangst ist nicht angeboren, sondern meist unbewusst erlernt worden. Das Phantastische daran ist: Man kann sie auch wieder verlernen.

Der Coach wird in diesem Kurs den jungen „Reisegästen“ dabei helfen, die für sie richtige Marschroute zum Schulabschluss mit allen Sinnen zu entdecken und diese gestärkt mit den eigenen Ressourcen zu gehen. Die Schülerinnen und Schüler lernen, wie Prüfungsangst entsteht, kennen den Teufelskreis der Angst sowie die körperlichen Auswirkungen und analysieren ihren individuellen Stress. Diese Erkenntnisse werden durch das Ausprobieren verschiedener Stressbewältigungsstrategien unterstützt. Die Jugendlichen bekommen einen „Handwerkskoffer“ an Methoden und sind so in der Lage, ihre Ressourcen zu mobilisieren. Es werden Problemlöseansätze erarbeitet, die positive Selbstinstruktion geschult und klare Ziele formuliert: persönliches Zeit- und Stressmanagement erstellen, unterschiedliche Entspannungstechniken erfahren, gehirngerechtes Lernen erlernen, Ressourcenstärkung / Resilienztraining und Unterstützung durch Elemente aus der Positiven Psychologie.

10 x donnerstags, 16.00 - 17.30 Uhr
Beginn: 19. September 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
20 UStd.; 96,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 8 / Max. 10 Teilnehmende

R32105 Hilden

JungeVHS - Glückstraining für Kinder für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Gudrun Mies-Walfort

Beim Glückstraining durchlaufen Kinder ein Trainingsprogramm, in dem sie Selbstbewusstsein, Selbstvertrauen, Mut und seelische Widerstandskraft trainieren. Die im Fachjargon bezeichnete Resilienz - unsere innere Stärke, Konflikte und Misserfolge meistern zu können - kann und muss erlernt werden, denn sie ist uns nicht angeboren. Wie gehe ich damit um, etwas nicht zu schaffen? Und wie werde ich dann zu einem „Stehaufmännchen“? Sind Fehler etwas Schlim-





Immer mehr Eltern sehnen sich nach Ruhe, Stille und Innehalten in der Vorweihnachtszeit. Schenken Sie sich bewusst, gemeinsam mit Ihren Kindern, Zeit der Entspannung. Thematisch abgestimmt auf die Vorweihnachtszeit können Sie gemeinsam mit Ihren Kindern durch verschiedene Entspannungstechniken wie Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, Krafttierkarten, Körperfühlübungen und Wohlfühlmassage - kindgerecht und in Geschichten integriert - zur Ruhe kommen.

Bitte eine Decke und etwas zum Trinken mitbringen!

Leitung: Katrin Kepka, Erzieherin, Dipl. Sozialpädagogin, Entspannungspädagogin

Samstag, 30. November 2019, 15.00 - 17.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
2 ZStd.; 12,- € (Die Gebühr versteht sich pro Kind mit einem Elternteil)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 8 / Max. 10 Teilnehmende

R32106 Haan

QIGONG

Qigong

Leichtigkeit durch Stabilität; Kraft durch Ruhe

Manfred Buchta

Qigong ist ein Sammelbegriff für vielfältige Übungsmethoden, die sich mit der eigenen Energie, der Lebenskraft beschäftigen. Innerhalb der traditionellen chinesischen Medizin stellt Qigong, neben Akupunktur und Arzneimitteltherapie, den aktiven Teil dar, dem (im Gegensatz zum passiven Behandelt-Werden) eigenen Bemühen um Gesundheit und Gesunderhaltung.

Bei Übungen in Ruhe und Übungen in Bewegung werden Körper, Atem und die geistigen Kräfte Konzentration und Imagination als Arbeitsmittel genutzt. Sie erzeugen ein ausgewogenes Spiel widerstreitender Kräfte, das als dynamisch ausgeglichen und angeregt entspannt erfahrbar wird.

Qigong verfügt über ein breites Anwendungsspektrum: Prophylaktische Gesundheitspflege, Haltungs- und Bewegungsschulung, Reduktion von Stresssymptomen, Wahrnehmung von Selbstwirksamkeit und „endlich mal Zeit für mich“.

Qigong-Übungen sind gut erlernbar und für jedes Alter geeignet. Besondere körperliche Voraussetzungen sind nicht erforderlich, jedoch sollte die Bereitschaft zum regelmäßigen Üben vorhanden sein.

15 x mittwochs, 10.30 - 12.00 Uhr
Beginn: 11. September 2019
Bürgertreff Lortzingstraße, Lortzingstr. 1, Hilden
30 UStd.; 99,- €

R32121 Hilden

Qigong für Schreibtischtäter

Irmgard Woitas-Ern

Ein weit verbreitetes Problem der Schreibtischarbeit ist ein Verkümmern der Rückenmuskulatur, Nacken- und Schulterbeschwerden so-

wie Überbeanspruchung der Handgelenke und Müdigkeit der Augen. In dieser Qigong-Reihe werden gezielt Übungen für „Schreibtischtäter“ vorgestellt, die sowohl im Stehen als auch im Sitzen ausgeführt werden.

Fitnessgrad: Moderat. Bequeme Kleidung (z.B. Trainingshose, T-Shirt) sowie Hallenschuhe oder ABS-Socken werden empfohlen.

12 x donnerstags, 18.00 - 19.00 Uhr
Beginn: 12. September 2019
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
12 ZStd.; 63,- € (nicht ermäßigbar)

R32123 Haan

Der Ruf des Phönix

Qigong mit Klangkugeln

Irmgard Woitas-Ern



Diese bewegte Qigong-Form umfasst 28 Übungen mit Baoding-Klangkugeln, die im Stehen, Hocken und Liegen ausgeführt werden. Neben Verbesserung der Fitness werden koordinative Fähigkeiten trainiert und Akupunkturpunkte in den Händen stimuliert. Zusammen mit dem angenehmen Klang kann dies zu Stressabbau und Entspannung sowie einer Verbesserung der kognitiven Fähigkeiten führen. Fitnessgrad: Mittel. Bitte Qigong-Kugeln (ca. 4 cm) Ihrer Wahl mitbringen. Bequeme Kleidung und ABS-Socken bzw. Hallenschuhe werden empfohlen.

12 x donnerstags, 17.00 - 18.00 Uhr
Beginn: 12. September 2019
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
12 ZStd.; 63,- € (nicht ermäßigbar)

R32124 Haan

Qi Gong - Leberform

Carola Müller-Otten

Qi Gong ist ein ganzheitliches Übungssystem, das auf jahrtausendaltes Wissen zurückschaut. Qi Gong dient der äußerlichen und innerlichen Kräftigung, fördert Ruhe, Konzentration, Leichtigkeit und Vitalität.

Wer kennt das nicht: Nacken und Schultern sind verspannt, die Beweglichkeit ist etwas eingeschränkt und man hat das Gefühl „einem sitzt etwas im Nacken“. Hier können die speziellen Bewegungen für die Halswirbelsäule Besserung verschaffen. Die Bewegungen werden im Stehen und auch im Sitzen ausgeführt. Die Übungen sind sanft, aber sehr wirkungsvoll. Die Muskulatur wird gekräftigt und Verspannungen lösen sich bei regelmäßigem Üben. Die Bewegungen sind Teil des Neiyanggong - das innen nährend Qi Gong.

Der Kurs ist sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene geeignet. Bequeme Kleidung ist erforderlich.

10 x dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr
Beginn: 10. September 2019
Gesundheitsamt Hilden, Kirchhofstraße 33, Hilden (rechter Eingang)
20 UStd.; 69,- €

R32125 Hilden



Qigong - Körperübungen für die Generation 60+

Heike Sabine Nösner

In diesem Kurs werden Körperübungen vermittelt und geübt, die den Gleichgewichtssinn und ein sicheres Gehen fördern. Es werden Übungen gezeigt, die die Schultern, den oberen Rücken und die Wirbelsäule entlasten. Qigong wirkt immer auf Körper, Geist und Seele: es hellt die Stimmung auf, schafft einen körperlichen Ausgleich zum Alltag, es fördert das Körperbewusstsein und die Fähigkeit zur Koordination und Konzentration.

Bitte bequeme Kleidung und Turn- oder Gymnastikschuhe anziehen.

12 x montags, 14.45 - 16.00 Uhr
Beginn: 9. September 2019
Bürgertreff Lortzingstraße, Lortzingstr. 1, Hilden
20 UStd.; 62,- €

R32130 Hilden

Qigong - Körperübungen für die Generation 60+ für Anfänger mit Vorkenntnissen

Heike Sabine Nösner

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. R32130

12 x montags, 16.15 - 17.30 Uhr
Beginn: 9. September 2019
Bürgertreff Lortzingstraße, Lortzingstr. 1, Hilden
20 UStd.; 62,- €

R32131 Hilden

TAIJI QUAN

Taiji Quan - Kampfkunst und Gesundheitsübung

Manfred Buchta

Im Rahmen von Wushu, dem Sammelbegriff chinesischer Kampfkünste, wird Taiji Quan der Kategorie „Innere Schule“ - einer Verbindung von Verteidigungstechniken und Qigong, dem Lenken von Energie durch Konzentration und Vorstellungskraft - zugeordnet. Charakteristisch für das Erscheinungsbild des Taiji Quan sind die langsamen Bewegungen und der damit verbundene ruhige Fluss. Die Langsamkeit lässt den Übenden Zeit und Raum, sich selbst wahrzunehmen. Achtsamkeit steht im Mittelpunkt des Übungsgeschehens. In Verbindung mit den Taiji Quan-Prinzipien, einem Regelwerk, das körperliche, energetische und geistige Aspekte umfasst, werden die Bewegungen koordiniert, der Körper entspannt, der Atem vertieft sich - der Geist kommt zur Ruhe. In Haltung und Bewegung loslassen zu lernen, in der Spannung zu entspannen, oder Druck elastisch anzunehmen, sind besonders in Stresssituationen von Nutzen. Mit dem Bewahren der Aufmerksamkeit in der Körpermitte entwickelt sich diese zu einem Kraftzentrum, das Ursprung jeder Bewegung und Basis für eine gelassene Lebenshaltung wird.

12 x mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr
Beginn: 11. September 2019
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
24 UStd.; 79,- €

R32140 Haan

YOGA

Yoga Grundstufe

Rose Marie Blereau

Dieser Yogakurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die ein sanftes, entspannendes, regenerierendes Yoga bevorzugen.

Die Verbindung von Yogahaltungen (Asanas), speziellen Atemtechniken (Pranayama) und einer abschließenden Entspannung schaffen die ideale Balance zwischen Körper und Geist.

Bitte Matte, Decke und Kissen mitbringen und bequeme, warme Kleidung anziehen.

10 x donnerstags, 18.30 - 20.00 Uhr
Beginn: 12. September 2019
Gymnastikraum des Helmholtz-Gymnasiums, Am Holterhöfchen 30, Hilden
20 UStd.; 68,- € (max. 50% Ermäßigung)

R32160 Hilden

Yoga Grund- und Aufbaustufe

Rose Marie Blereau

Kombination der Yoga-Haltungen mit Konzentration auf die feinstofflichen Energiezentren (Chakras), um so durch die Lenkung der Aufmerksamkeit die sanfte Wirkung zu erhöhen. Einfache Atemtechniken (Pranayama) zur Förderung nervlicher Stabilität und inneren Gleichgewichts sowie Methoden zur Tiefenentspannung (Yoga Nidra) erweitern das Übungsprogramm.

Bitte Matte, Decke und Kissen mitbringen und bequeme, warme Kleidung anziehen.

10 x donnerstags, 20.05 - 21.35 Uhr
Beginn: 12. September 2019
Gymnastikraum des Helmholtz-Gymnasiums, Am Holterhöfchen 30, Hilden
20 UStd.; 68,- € (max. 50% Ermäßigung)

R32200 Hilden

Yoga Aufbaustufe

Lidia Hoffmann

Durch das Praktizieren von Yoga können wir Körper, Geist und Seele in den Zustand von Gesundheit und Harmonie versetzen. Yoga sieht



den Menschen als Ganzes. Den physischen (Körper), den mentalen oder intellektuellen (Geist) und den spirituellen (Seele) Aspekt der Persönlichkeit. Durch das Üben der Asanas (Körperhaltungen) steigern wir Körperbewusstsein, Vitalität und Beweglichkeit. Pranayama (Atemübungen) verhilft uns u.a. zu größerem Atemvolumen und somit auch zur besseren Aufnahme des Sauerstoffs ins Blut, was sich unweigerlich auf bessere Funktionalität unserer Organe auswirkt. Sie sind eingeladen, den großen Schatz, der auf jahrhundertelanger Yoga-Erfahrung basiert, für sich zu entdecken. Bitte bequeme Kleidung, rutschfeste Yoga-Matte, Decke und Sitzkissen mitbringen.

16 x dienstags, 17.00 - 18.30 Uhr
 Beginn: 10. September 2019
 Stadtwerke Hilden Arena (Sporthalle), Grünstr. 4, Hilden
 32 UStd.; 110,- € (max. 50% Ermäßigung)

R32201 Hilden

Yoga ab 50

Claudia Ponge

Durch Yoga zu mehr innerer Ruhe und körperlicher Beweglichkeit kommen. Bitte bequeme und warme Kleidung (der Raum ist manchmal kühl) sowie eine Yogamatte oder Decke mit rutschfester Unterseite mitbringen!

Donnerstag, 05.09.2019 , 19.09.2019 , 10.10.2019 ,
 17.10.2019 , 31.10.2019 , 07.11.2019 , 14.11.2019 ,
 21.11.2019 , 28.11.2019 , 05.12.2019 , 12.12.2019 ,
 19.12.2019
 jeweils 10.00 - 11.30 Uhr
 Friedensheim Haan, Deller Str. 31, Haan
 24 UStd.; 75,- €

R32240 Haan

PILATES

Pilates für Einsteiger

Ilka Rücken

Statt einzelner Muskelgruppen werden bei dieser Methode nach Joseph Hubert Pilates die Muskelgruppen gemeinsam trainiert, die im natürlichen Bewegungsablauf zusammenhängen.

Die langsame, präzise und konzentrierte Ausführung der Übungen führt zu einer Kräftigung von Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur, dem sog. Powerhouse. Durch die fließenden Bewegungen und die spezielle Atemtechnik werden Osteoporose und Rückenschmerzen vorgebeugt, die Körperwahrnehmung und -haltung verbessert.

Bitte mitbringen: bequeme sportliche Kleidung, Socken, Handtuch und evtl. ein Kissen sowie ein Getränk. Sie können gerne auch die eigene Matte mitbringen.

12 x montags, 15.45 - 16.45 Uhr
 Beginn: 9. September 2019
 Gesundheitsamt Hilden, Kirchhofstraße 33, Hilden (rechter Eingang)
 12 ZStd.; 64,- €

R32250 Hilden

Pilates für Fortgeschrittene

Ilka Rücken

Zum Inhalt siehe Text zu Q32250

Voraussetzung: mindestens einmalige Teilnahme eines Pilates-Anfängerkurses.

12 x montags, 16.50 - 17.50 Uhr
 Beginn: 9. September 2019
 Gesundheitsamt Hilden, Kirchhofstraße 33, Hilden (rechter Eingang)
 12 ZStd.; 64,- €

R32251 Hilden

Pilates

Sylvia Hall

Sie wollen Ihr Pilates-Training vertiefen und Ihren Körper kräftigen und formen, um Ihre Lebensqualität zu steigern? Durch die Übungen ist es möglich, Muskeln aufzubauen, zu dehnen und zu entspannen. Freuen Sie sich jetzt schon auf kraftvolle Übungen, die auf die Atmung abgestimmt sind und die am Ende der Stunde mit einer wohlthuenden Entspannungsphase belohnt werden.

Bitte leichte Sportschuhe oder Antirutschsocken mitbringen.

12 x montags, 18.00 - 19.00 Uhr
 Beginn: 9. September 2019
 Gesundheitsamt Hilden, Kirchhofstraße 33, Hilden (rechter Eingang)
 12 ZStd.; 67,- € (max. 50% Ermäßigung)

R32252 Hilden

AUTOGENES TRAINING

Autogenes Training

in Verbindung mit der Progressiven Muskelrelaxation

Christian Mörsch

Gönnen Sie sich Ihre ganz persönliche Auszeit! Lernen Sie, sich mit den Entspannungstechniken des Autogenen Trainings und der Progressiven Muskelrelaxation zu entspannen und schöpfen Sie neue Kraft für den Alltag, um mit Stresssituationen gelassener umgehen zu können. Das Autogene Training und die Progressive Muskelrelaxation haben sich zur Vorbeugung und begleitenden Behandlung bei einer Vielzahl von stressbedingten Gesundheits- und Schlafstö-



rungen bewährt.

Bei den folgenden Symptomen hat sich das Autogene Training besonders bewährt:

- Verspannungen im Nacken-, Schulter- oder Rückenbereich
- häufig wiederkehrende Spannungskopfschmerzen
- Bluthochdruck
- Hoher Augeninnendruck
- Einschlaf- und Durchschlafschwierigkeiten

Auch bei hoher Allergiefähigkeit und Neurodermitis lassen sich mit dem Autogenen Training häufig positive Erfolge erzielen.

Zudem können Sie mit den in diesem Kurs erlernten Entspannungsmethoden Ängste abbauen (z.B. Prüfungsängste), Ihre Leistungsfähigkeit erhöhen, Ihr Selbstwertgefühl verbessern und Ihr Immunsystem stärken.

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, eine Isomatte und Decke oder Schlafsack mitbringen!

10 x dienstags, 19.45 - 21.15 Uhr
 Beginn: 10. September 2019
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
 20 UStd.; 65,- €

R32270 Haan

HALTUNG

Wirbelsäulengymnastik / Rückenschule

Sylvia Hall

Funktionsgymnastik, die den ganzen Körper trainiert und einen Ausgleich zu oft einseitigen täglichen Belastungen bietet. Besonderer Wert wird in dieser Stunde auf die Stabilisierung der Wirbelsäule und den Ausgleich von Fehlhaltungen gelegt. Dabei werden die betroffenen Muskelgruppen nicht nur gekräftigt und gedehnt. Durch den gezielten Einsatz der Atmung und von Entspannungsübungen wird letztendlich ein effizienterer Muskeleinsatz erreicht, und damit auch im Alltag eine lockerere und entspanntere Haltung.

12 x montags, 19.15 - 20.15 Uhr
 Beginn: 9. September 2019
 Gymnastikraum des Helmholtz-Gymnasiums, Am Holterhöfchen 30, Hilden
 12 ZStd.; 67,- € (max. 50% Ermäßigung)

R33080 Hilden

Wunderwerk Fuß Laufen Sie noch rund?

Thomas Bergfeld

Hat Ihnen schon mal jemand gesagt, Sie haben einen Senk-, Spreiz und oder Knickfuß? Haben Sie vielleicht einen Hallux Valgus, Plattfuß, brauchen Einlagen oder möchten es erst gar nicht so weit kommen lassen? Beschwerden sind oft vielfältig, langwierig und nicht selten folgt daraus eine mangelnde Bewegung, die uns die Freude am Leben nimmt. Wir können nicht mehr so weit gehen, müssen öfters Pausen machen und nehmen meistens Körpergewicht zu - ein Teufelskreis entsteht.

In diesem Seminar erhalten Sie einen Handwerkskoffer an Informationen und Übungen rund um Ihre Füße. Durch die Kombination aus

Theorie und Praxis bringen wir etwas „Licht ins Dunkle“. Mit vielen Übungen aus dem Faszientraining und dem Verständnis dafür, den Fuß spiralig und dynamisch zu bewegen, haben wir Einfluss auf den ganzen Körper. Sie können die Übungen logisch nachvollziehen und haben die Möglichkeit, die faszinierenden Erfolge die sich von den Füßen auf den gesamten Körper auswirken, direkt an Ihrem eigenen Körper zu spüren und wieder in Bewegung zu kommen. Zusätzlich erhalten Sie einen kleinen Gesamtüberblick über den Körper und mögliche Zusammenhänge wie z.B. dass Schulterschmerz seinen Ursprung in den Füßen haben kann.

Bitte tragen Sie enganliegende und bequeme Kleidung und kommen mit uns barfuß in Bewegung (es ist auch möglich mit Stoppersocken teilzunehmen).

Der Dozent ist Orthopädietechnikermeister, Trainer, Sportler und berichtet aus eigener Erfahrung.

Weitere Informationen unter www.bergfeld-bewegt.de.

Samstag, 25. Januar 2020, 10.30 - 13.30 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
 3 ZStd.; 23,- € (nicht ermäßigungsfähig)

R33081 Haan

Wunderwerk Mensch

Wie wichtig ist ein stabiles Becken für einen gesunden Rücken?

Thomas Bergfeld

Rückenbeschwerden sind oft vielfältig, langwierig und nicht selten folgt daraus eine mangelnde Bewegung oder Schonhaltung, die uns die Freude am Leben nimmt. Wir können nicht mehr so lange stehen und gehen - ein Teufelskreis entsteht. Statistisch leidet jeder Deutsche in seinem Leben mindestens einmal unter Rückenschmerzen. Wollen Sie es soweit kommen lassen oder etwas daran ändern?

Der Fokus dieses Seminars liegt auf unserer Hüft- Beckenregion und Beschwerden am Rücken.

Durch die Kombination aus Theorie und Praxis, spiraligen und dynamischen Übungen und Faszientraining bringen wir etwas „Licht ins Dunkel“ und können so wieder in Bewegung kommen.

Sie bekommen die Möglichkeit, die Zusammenhänge logisch nachvollziehen und die faszinierenden Erfolge an Ihrem eigenen Körper zu erleben.

Bitte tragen Sie, wenn möglich, enganliegende und bequeme Kleidung. Der Kurs findet in der Regel barfuß statt, Sie können aber auch Stoppersocken tragen.

Der Dozent ist Orthopädietechnikermeister, Trainer, Sportler und berichtet aus eigener Erfahrung.

Weitere Informationen unter bergfeld-bewegt.de.

Samstag, 25. Januar 2020, 14.00 - 17.00 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
 3 ZStd.; 23,- € (nicht ermäßigungsfähig)

R33082 Haan

Faszientraining Stretchen und Entspannen

Sylvia Hall

Faszien sind ein Bindegewebe, das den Körper komplett durchzieht. Sie umschließen und verbinden Muskeln und Organe; auch Knorpel und Knochen sind durch Faszien verbunden. Sie können Wasser speichern, sind extrem reißfest und gleichzeitig elastisch und für die





Beweglichkeit unseres Körpers herausragend wichtig. Faszien sind noch vor der Haut unser größtes Sinnesorgan und melden Informationen über Bewegung, Lage, Spannung, Druck und Schmerzen ans Gehirn und das vegetative Nervensystem. Einseitige Bewegungen, Fehlhaltungen, Verletzungen und Inaktivität führt dazu, dass das Faszienewebe seine energiereiche und geordnete Struktur verliert. Es bilden sich kleine Knötchen und Verklebungen, die Schmerzen und Unbeweglichkeit verursachen. „Eingerostet zu sein“ ist also vor allem der Zustand eines Körpers mit verklebten Faszien. Aber in jedem Alter gibt es Möglichkeiten, dagegen etwas zu tun, Elastizität und Beweglichkeit zu verbessern und dadurch Schmerzen zu verringern.

In diesem Workshop erhalten Sie Einblicke in ein ausgewogenes Faszientraining. Schwünge und federnde Bewegungen aktivieren alle Strukturen. Wir arbeiten mit Faszienrollen und Golfbällen und dehnen uns endlich einmal wieder in alle Richtungen, so dass das Bindegewebe gut ernährt und wieder strukturiert wird. Sie bekommen Tipps für Ihren Alltag und zu einer fasziengerechten Ernährung.

Bitte bringen Sie Sportbekleidung, Sportschuhe, dicke Socken (besser Antirutschsocken) eventuell ein Handtuch und etwas zum Trinken mit.

Freitag, 27. September 2019, 18.00 - 20.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
2 ZStd.; 34,- €

R33083 Haan

GYMNASTIK & FITNESS

Ausgleichs- und Ganzkörpertraining

Dörte Czepa-Mynarek

Gesunderhaltung und Verbesserung der allgemeinen Kondition. Kräftigung der Muskulatur. Funktionelle Übungen aus der Wirbelsäulengymnastik. Training der wichtigsten Problemzonen (Bauch, Beine, Po). Stretching und Entspannung.

12 x montags, 19.00 - 20.00 Uhr
Beginn: 9. September 2019
Curanum Seniorenstift, Hofstraße 3, Hilden
12 ZStd.; 53,- €

R33180 Hilden

Ausgleichs- und Ganzkörpertraining

Dörte Czepa-Mynarek

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. R33180

12 x mittwochs, 18.30 - 19.30 Uhr
Beginn: 11. September 2019
Curanum Seniorenstift, Hofstraße 3, Hilden
12 ZStd.; 53,- €

R33190 Hilden

Fitness- und Problemzonengymnastik

Dörte Czepa-Mynarek

Fitness, Prävention und Ganzkörpertraining vom Kopf bis zum Fuß mit Musik und Handgeräten.

12 x mittwochs, 19.30 - 20.30 Uhr
Beginn: 11. September 2019
Curanum Seniorenstift, Hofstraße 3, Hilden
12 ZStd.; 53,- €

R33210 Hilden

“ Body-Fitness“ für Frauen

Heike Dziwisch

Dieses Workout-Programm führt zu einer intensiven Kräftigung der wichtigsten Muskelgruppen und zur Verbesserung der eigenen Ausdauer. Einfache Kombinationen und intensives Arbeiten mit Handgeräten bringen garantiert jeden zum Schwitzen. Dazu gibt es motivierende Musik (und gute Laune).

Bitte Gymnastikmatte, feste Turnschuhe und ein Getränk mitbringen.

15 x montags, 17.25 - 18.25 Uhr
Beginn: 9. September 2019
Gymnastikraum des Helmholtz-Gymnasiums, Am Holterhöfchen 30, Hilden
15 ZStd.; 65,- €

R33230 Hilden

“ Easy-Body-Fitness“ für Frauen

Heike Dziwisch

Sie würden gerne fitter sein und etwas für Ausdauer und Muskelaufbau tun, aber meistens ist der sportliche Anspruch bei anderen Kursanbietern zu hoch? Und der innere Schweinehund lässt Sie nicht gern allein trainieren? Dann gemeinsam in diesem Kurs: Zu motivierender Musik gibt es ein 45-minütiges Kompakt-Programm für den gesamten Körper - ganz nach dem Motto: Just do it! Hier werden Sie aufgebaut!

Bitte Gymnastikmatte, feste Turnschuhe und ein Getränk mitbringen und den inneren Schweinehund zu Hause lassen!

15 x montags, 18.25 - 19.10 Uhr
Beginn: 9. September 2019
Gymnastikraum des Helmholtz-Gymnasiums, Am Holterhöfchen 30, Hilden
15 UStd.; 58,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 9 / Max. 10 Teilnehmende

R33231 Hilden

Funktionsgymnastik für Frauen

Marlene Altmann

Ziel ist es, das Muskel- und Gelenkverhalten zu verbessern, um



die Leistungsfähigkeit und die Belastungsverträglichkeit des Bewegungsapparates zu fördern. Für Bodenübungen bitte eine Matte oder Decke mitbringen.

12 x donnerstags, 18.00 - 19.00 Uhr
Beginn: 12. September 2019
Turnhalle der Don-Bosco-Schule, Thienhauser Str.24, Haan
12 ZStd.; 52,- €

R33232 Haan

Minitrampolngymnastik Schwing Dich fit!

Marion Huhn

Trampoltraining ist schon lange nicht mehr nur etwas für Kinder, auch Erwachsene begeistern sich für das gelenkschonende Training. Leichte Bewegungsübungen und Gymnastik auf dem Minitrampolin wirken anders als auf festem Grund: Durch die Schwingungen auf einer weichen Matte ist das Training besonders schonend und vielseitig. Es fördert Beweglichkeit und Sicherheit! Es aktiviert den Lymphfluss, mobilisiert und kräftigt die Muskulatur, steigert Ausdauer, Fitness und Koordination. Der Gleichgewichtssinn und die Trittsicherheit werden gefördert und das Herz-Kreislaufsystem sanft harmonisiert.

Keine Angst - es geht nicht hoch hinaus! Auf Wunsch stehen zusätzliche Haltestangen für mehr Sicherheit zur Verfügung, und bei allen Übungen wird geholfen.

Bitte bequeme Kleidung, rutschfeste Socken und Getränke mitbringen.

10 x montags, 16.00 - 16.45 Uhr
Beginn: 9. September 2019
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
10 UStd.; 57,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 8 Teilnehmende

R33235 Haan

Mehr Lebensfreude durch Sport

Marlene Altmann

Erhalt und Verbesserung der Beweglichkeit durch Gymnastik und Spiel

12 x dienstags, 15.00 - 16.00 Uhr
Beginn: 10. September 2019
Turnhalle der Don-Bosco-Schule, Thienhauser Str.24, Haan
12 ZStd.; 52,- €

R33236 Haan

SELBSTVERTEIDIGUNG

Frauenselbstverteidigung

Mit Sicherheit kein Opfer sein

Gaby Müller-Richiusa

Wir werden uns in Theorie und Praxis mit der Selbstverteidigung auseinandersetzen.

Theoretische und praktische Anteile wechseln sich ab. Je nach Gruppenzusammenstellung können die Schwerpunkte entsprechend gesetzt werden. Themen wie Angsträume, Distanzen, Angriffspunkte, Einsatz der Stimme, Körpersprache und Techniken zur Verteidigung werden besprochen sowie in der Praxis geübt.

Im Praxisteil werden einfache und schnell erlernbare Techniken (z.B. einfache Hand- und Knietechniken), Lösetechniken gegen Kontaktangriffe sowie Training an den sogenannten Schlagpolstern durchgeführt.

Alter: 16 - 65 Jahre (auf Anfrage ggf. auch andere Altersklassen möglich). Normale Fitness ist ausreichend. Bitte Turnschuhe mitbringen. Die Dozentin ist langjährige Ju-Jutsu-Trainerin und besitzt die Kursleiterlizenz Selbstbehauptung/Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen vom Deutschen Ju-Jutsu Verband (DJJV)

Samstag, 12. Oktober 2019, 9.30 - 16.00 Uhr
Samstag, 12. Oktober 2019, 9.30 - 16.00 Uhr
Sonntag, 13. Oktober 2019, 9.30 - 14.00 Uhr
Sonntag, 13. Oktober 2019, 9.30 - 14.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
13,33 UStd.; 59,- €

R33240 Haan

FIT & AKTIV IM ALTER

Beweglichkeit, Erhalt oder Aufbau der Muskulatur und Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems sind wichtig, um gesund und selbstständig zu sein und zu bleiben. Trainieren Sie mit Gleichgesinnten gezielt bestimmte Körperpartien und stärken Sie Ihre Muskulatur und Ihre Ausdauer. Beugen Sie so gesundheitlichen Problemen vor und sorgen wirkungsvoll und mit Freude für den Erhalt körperlicher Funktionen und Beweglichkeit.

Das Training ist auf den Grundelementen der Gymnastik - Mobilisieren, Kräftigen, Dehnen, Entspannen - aufgebaut. Mit rhythmisch fließenden Bewegungsabläufen wird das Körperbewusstsein geschult und das Wohlbefinden gesteigert.

Gymnastik für Senioren

Eva Knoche

12 x montags, 15.00 - 16.00 Uhr
Beginn: 9. September 2019
Nachbarschaftszentrum und Seniorentreff, St. Marien, Meide 2, Hilden
12 ZStd.; 50,- €

R33310 Hilden

Gymnastik für Senioren

Renate Hoffmann



12 x montags, 9.30 - 10.30 Uhr
 Beginn: 9. September 2019
 Haus am Park, Bismarckstraße 12a, Haan
 12 ZStd.; 48,- €

R33370 Haan

Gymnastik für Senioren

Renate Hoffmann

12 x montags, 10.30 - 11.30 Uhr
 Beginn: 9. September 2019
 Haus am Park, Bismarckstraße 12a, Haan
 12 ZStd.; 48,- €

R33380 Haan

Gymnastik für Senioren

Marlene Altmann

12 x dienstags, 10.00 - 11.00 Uhr
 Beginn: 10. September 2019
 Elisabeth-Strub-Haus,
 Prälat-Marschall-Straße 58, Haan
 12 ZStd.; 52,- €

R33410 Haan

Wirbelsäulengymnastik / Rückenschule für Senioren

Sylvia Hall

Funktionsgymnastik mit Musik.

Die Wirbelsäule wird stabilisiert und Fehlhaltungen ausgeglichen. Die Muskulatur wird gekräftigt und gedehnt, sodass Kraft und Beweglichkeit erhalten bleiben und Alltagsbewegungen leichterfallen. Es gibt Tipps für die individuelle Körperhaltung und ökonomische Bewegungsabläufe. Wir üben im Stehen und Sitzen, und wir benutzen auch immer mal wieder kleine Handgeräte wie Bälle, Hanteln oder Therabänder. Kommen Sie bitte in bequemer Sportbekleidung und bringen Sie feste Schuhe mit.

Viel Spaß beim gemeinsamen Trainieren!

11 x donnerstags, 9.30 - 10.30 Uhr
 Beginn: 12. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Strangmeier-Saal
 11 ZStd.; 62,- € (max. 50% Ermäßigung)

R33450 Hilden

Wirbelsäulengymnastik / Rückenschule für Senioren

Sylvia Hall

11 x donnerstags, 10.30 - 11.30 Uhr
 Beginn: 12. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Strangmeier-Saal
 11 ZStd.; 62,- € (max. 50% Ermäßigung)

R33451 Hilden

AQUAFITNESS

Aquafitness ist die etwas sportlichere Variante der traditionellen Wassergymnastik. Im Vordergrund steht die Schulung der Ausdauer und Beweglichkeit.

Aquafitness I

Marion Huhn

Aquafitness ist ein Ganzkörpertraining, welches im Falchwasser mit und ohne Geräte Arme, Beine, Gesäß, Rumpf und Ausdauer trainiert und für jedermann geeignet ist.

10 x donnerstags, 9.00 - 9.45 Uhr
 Beginn: 12. September 2019
 Hallenbad Haan, Alter Kirchplatz, Haan
 10 UStd.; 68,- € (nicht ermäßigbar)

R33500 Haan

Aquafitness II

Marion Huhn

10 x donnerstags, 9.45 - 10.30 Uhr
 Beginn: 12. September 2019
 Hallenbad Haan, Alter Kirchplatz, Haan
 10 UStd.; 68,- € (nicht ermäßigbar)

R33501 Haan

Aquafitness III

Marion Huhn

10 x donnerstags, 10.30 - 11.15 Uhr
 Beginn: 12. September 2019
 Hallenbad Haan, Alter Kirchplatz, Haan
 10 UStd.; 68,- € (nicht ermäßigbar)

R33502 Haan

TANZEN



Latein und Standard Gesellschaftstanz für Anfänger

Sven Reichelt

Anmeldung nur paarweise!

3 x samstags, 18.30 - 19.45 Uhr
Beginn: 7. September 2019
Tanzschule Reichelt, Schwanenstraße 1-3, 40721 Hilden
3,75 ZStd.; 55,- € p.P. (nicht ermäßigbar)

R34001 Hilden



Samstag, 2. November 2019, 18.30 - 20.30 Uhr
Tanzschule Reichelt, Schwanenstraße 1-3, 40721 Hilden
2 ZStd.; 29,- € p.P. (nicht ermäßigbar)

R34005 Hilden

Latein und Standard Gesellschaftstanz für Anfänger

Sven Reichelt

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. R34001

3 x samstags, 18.30 - 19.45 Uhr
Beginn: 16. November 2019
Tanzschule Reichelt, Schwanenstraße 1-3, 40721 Hilden
3,75 ZStd.; 55,- € p.P. (nicht ermäßigbar)

R34002 Hilden



Discofox-Workshop für Anfänger

Sven Reichelt

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. R34005

Samstag, 18. Januar 2020, 18.30 - 20.30 Uhr
Tanzschule Reichelt, Schwanenstraße 1-3, 40721 Hilden
2 ZStd.; 29,- € p.P. (nicht ermäßigbar)

R34006 Hilden



Linedance Modern/Country

Sven Reichelt

Anmeldung gerne auch einzeln!

3 x samstags, 18.30 - 19.45 Uhr
Beginn: 28. September 2019
Tanzschule Reichelt, Schwanenstraße 1-3, 40721 Hilden
3,75 ZStd.; 55,- € p.P. (nicht ermäßigbar)

R34003 Hilden



Orientalischer Tanz für Neueinsteiger

Sybille Klug

10 x freitags, 18.45 - 19.45 Uhr
Beginn: 13. September 2019
Studio FAYOUM, Richrather Str. 47, Hilden
13,33 UStd.; 75,- €

R34010 Hilden

Linedance Modern/Country

Sven Reichelt

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. R34003

3 x samstags, 18.30 - 19.45 Uhr
Beginn: 14. Dezember 2019
Tanzschule Reichelt, Schwanenstraße 1-3, 40721 Hilden
3,75 ZStd.; 55,- € p.P. (nicht ermäßigbar)

R34004 Hilden



Tanz-Fitness-Training mit lateinamerikanischen Rhythmen

Sybille Klug

10 x montags, 17.30 - 18.30 Uhr
Beginn: 9. September 2019
Studio FAYOUM, Richrather Str. 47, Hilden
13,33 UStd.; 75,- €

R34011 Hilden



Discofox-Workshop für Anfänger

Sven Reichelt

Anmeldung nur paarweise!



Tanzen 50+ Für aktive ältere Neueinsteiger

Sybille Klug

10 x mittwochs, 17.30 - 18.30 Uhr
Beginn: 11. September 2019
Studio FAYOUM, Richrather Str. 47, Hilden
13,33 UStd.; 75,- €

R34012 Hilden



Lindy Hop - Anfängerkurs Spaß und gute Laune zu Swing-Musik

Cornelia Schoenwald / Ulrich Schoenwald



Lindy Hop ist Spaß pur. Der Tanz entstand um 1930 und gewinnt heute immer mehr Fans: Jung und Alt auf der ganzen Welt tanzen ihn mit größtem Vergnügen zum Swing von Glenn Miller bis Robbie Williams. Bringen Sie lockere Kleidung und Sportschuhe mit. Paarweise Anmeldung!

Samstag, 11. Januar 2020 und Sonntag, 12. Januar 2020,
jeweils 11.00 - 15.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
9 ZStd.; 58,- € p.P.

R34090 Haan

Lindy Hop - Fortgeschrittenenkurs Spaß und gute Laune zu Swing-Musik

Cornelia Schoenwald / Ulrich Schoenwald

Lindy Hop ist Spaß pur! Wer den Anfängerkurs (wird wieder im nächsten Semester angeboten) bereits besucht hat, kann sich hier mit uns einmal im Monat treffen, um Neues zu probieren und Bekanntes zu festigen.

Bitte bringen Sie saubere Schuhe zum Wechseln mit. Anmeldung nur paarweise!

Donnerstag, 19.09.2019 , 31.10.2019 , 21.11.2019 ,
12.12.2019 , 16.01.2020
jeweils 19.00 - 21.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
10 ZStd.; 58,- € p.P. (keine Ermäßigung)

R34091 Haan

BOGENSCHIEßEN

Intuitives Bogenschießen

Jana Begall

Intuitives Bogenschießen - ohne Wettbewerb, ohne Erfolgsdruck. Mit kontrollierter Tiefenatmung, Mut, Stolz, Selbstbewusstsein, Selbstwertgefühl und Selbstdisziplin den Körper vom Scheitel bis zur Sohle unter Kontrolle bringen. Um den Pfeil in das Ziel zu bringen, wird der Augenblick des Lösens „intuitiv“ erfahren.

Geübt wird mit leicht zu ziehenden Recurve-Bogen. Das komplette Übungsgerät wird gestellt. Der Kurs findet wetterunabhängig in geeigneten Räumlichkeiten der VHS statt. Mindestalter zur Teilnahme: 10 Jahre.

Mitzubringen: leichte Sportkleidung, Turnschuhe, kleiner Imbiss.

Samstag, 2. November 2019, 10.00 - 17.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
8 UStd.; 58,- € (nicht ermäßigbar)

R35090 Haan

Einführung in das sportliche Bogenschießen

für Erwachsene und Kinder ab 9 Jahren

Klaus Lukat

Seit der Weltausstellung 1900 in Paris und dann regelmäßig seit den Olympischen Sommerspielen 1972 in München zählt der Bogensport zu den olympischen Präzisionssportarten. In diesem Workshop geht es um das sportliche Schießen mit Pfeil und Bogen. Mit modernen Sportbögen und Visier werden die Teilnehmer das Zentrum der Auflage treffen. Die Teilnehmer lernen, richtig zu zielen! Entgegen anderen olympischen Schießdisziplinen gibt es beim Bogenschießen keine starre Achse mit Kimme und Korn. Somit zählt diese Sportart zu den anspruchsvollsten Präzisionssportarten.

Der Workshop findet an zwei Tagen statt. Am Freitag wird die Technik erklärt und die Körperhaltung geschult. Am Samstag haben die Teilnehmer ausreichend Zeit, dieses dann praktisch umzusetzen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Allgemeine körperliche Grundfitness und sportliche Kleidung werden erwartet. Bögen, Pfeile und Schutzausrüstung werden gestellt. Die Teilnehmer müssen haftpflichtversichert sein. Der Workshop wird von einem erfahrenen und anerkannt qualifizierten Lizenz-Trainer geleitet.

Freitag, 4. Oktober 2019, 17.00 - 18.30 Uhr
Samstag, 5. Oktober 2019, 10.00 - 13.45 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
7 UStd.; 70,- € (nicht ermäßigbar)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 5 / Max. 10 Teilnehmende

R35091 Haan

Einführung in das sportliche Bogenschießen für Erwachsene und Kinder ab 9 Jahren

Klaus Lukat

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. R35091

Freitag, 17. Januar 2020, 17.00 - 18.30 Uhr
Samstag, 18. Januar 2020, 10.00 - 13.45 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
7 UStd.; 70,- € (nicht ermäßigbar)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 5 / Max. 10 Teilnehmende

R35092 Haan

GESUNDHEIT RUND UMS TIER

Mental- und Körpertraining (PME) für Pferde- & Hunde-Menschen

Progressive Muskelentspannung für Reiter und Hundehalter

Anke Schiwy

Wir wissen, wie sensibel unsere Tiere auf unsere Stimmungen reagieren. Nun kommen wir von der Arbeit oder von unseren Familien, haben eventuell noch mit dem Auto im Stau gestanden oder gerade einen Konflikt, der uns beschäftigt. Wir freuen uns nach allem, was wir so über Tag erlebt haben, auf unsere Zeit im Stall, auf unser Pferd oder Zeit mit dem Hund, egal ob beim Spaziergang im Wald, auf dem Hundepplatz oder vielleicht auch in der Agility-Trainingshalle. Zumin-





dest bewusst schalten wir ab und entfliehen dem Alltag und dann, dann hat unser geliebtes Tier einen schlechten Tag (?), reagiert nicht wie gewohnt, fühlt sich anders an, die Kommunikation hakt. Das Tier ist unser Spiegel! Also lasst uns an unserer Entspannung arbeiten, um sie dann an Pferd, Hund, Katze & Maus weitergeben zu können. Dieses Seminar ersetzt nicht das Training mit unseren Tieren, aber es verbessert unsere Kommunikation und sorgt insbesondere beim Reiten durch einen verbesserten Muskeltonus für eine tatsächliche Entspannung und „riechbare“ Gelassenheit.

2 x sonntags, 10.30 - 16.30 Uhr
 Beginn: 12. Januar 2020
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
 16 UStd.; 95,- € (nicht ermäßigbar)

R35300 Haan

Mittwoch, 27. November 2019, 18.30 - 20.00 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 8
 2 UStd.; 10,- €

R35302 Haan

Graue Schnauzen - Wenn Hund und Katze alt werden

Sonja Tschöpe

Zum Glück ist Alter keine Krankheit, sondern gehört zum Lauf des Lebens dazu. Jedes Lebewesen kommt in die Jahre und manchmal bemerkt man erst beim Nachrechnen des Alters, dass der geliebte Schatz zu den Tiersenioren gehört. Vielen Tieren merkt man nämlich ihr Rentner-Alter nicht zwingend an. Es gibt zahlreiche ältere Tiere, die über viele Jahre hinweg ihr Alter gut kaschieren. Keine grauen Fellstreifen, kein verändertes Gangbild und munter und spielfreudig wie eh und je. Und dann schlagartig, mit einem Mal, kann sich alles verändern. Umso schöner, wenn man neben der dann in der Regel folgenden tierärztlichen Begleitung weiß, was man mit alltäglichen Tipps, kombiniert mit Wissen aus der Naturheilkunde, tun kann, um den gemeinsamen Lebensabend bestmöglich zu gestalten. In diesem Vortrag werden von Tierheilpraktikerin Sonja Tschöpe für Hunde- und Katzensenioren verschiedene Möglichkeiten aufgezeigt, die das Zusammenleben erleichtern sollen.

Mittwoch, 2. Oktober 2019, 18.30 - 20.00 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
 2 UStd.; 10,- €

R35301 Haan

Bis zum Wiedersehen Wenn unsere Tiere sterben

Sonja Tschöpe



Die Geburt als Anfang und das Sterben als Ende gehören zum Leben dazu. Und doch ist es etwas, an das man sich wohl nie gewöhnen möchte. Denn genau das bedeutet, endgültig Abschied zu nehmen. Während in anderen Ländern die Sterbebegleitung von Menschen im Rahmen einer Hospizeinrichtung bereits Ende der sechziger Jahre startete, bekam sie in Deutschland erst Mitte der Achtziger Aufmerksamkeit. Es ist somit kaum verwunderlich, dass die Sterbebegleitung beim Haustier für viele Menschen auch heute noch schwer vorstellbar ist. Aber warum? Schließlich gehören die meisten Haustiere zur Familie dazu. Im Humanbereich wird durch Hospizarbeit ein sehr wertvoller und vielseitiger Begleitungsweg angeboten. Viele dieser alternativen Therapieformen lassen sich genauso wirkungsvoll bei Tieren anwenden. In diesem Vortrag gehen wir auf Möglichkeiten der Begleitung ein, und zwar nicht nur tierärztlich, sondern auch alternativ.

Vorbemerkungen zum Fachbereich

4 Verständigung

Deutsch und Fremdsprachen

im Semester II / 2019

Zuständig für die Planung: Vanessa Gersonde-Löcher

Fachbereich 4 Verständigung – Deutsch und Fremdsprachen

Der Bereich **Deutsch als Fremdsprache** wird weiterhin nach den Vorgaben des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge durchgeführt. Die Anzahl der angebotenen Integrationskurse hat sich im Vergleich zum Vorsemester wieder leicht verringert, es werden aber wieder ca. 35 Integrationskursmodule mit voraussichtlich 11 Prüfungen angeboten. Der Schwerpunkt scheint sich in Richtung der Deutschsprachförderkurs (DeuFö) mit dem Zielniveau B2 zu verlagern. Nach Absprache mit dem BAMF und dem Job-Center wird es im Herbst auch wieder einen neuen, zusätzlich zu den 2 aktuell laufenden Kursen, geben. Neu im Angebot sind zwei über den Maßnahmenkatalog der Stadt Hilden finanzierte Kurse in Kooperation mit der Stadtbücherei Hilden: „Lass uns sprechen!“ und „Lass uns spielen!“ sind zusätzliche Angebote außerhalb der Klassenräume, die die Deutschlernenden zum Deutsch Sprechen animieren und motivieren sollen. Auch der Kurs „Deutsch auf hohem Niveau“ wird weiterhin für all diejenigen angeboten, die keine weitere Förderung durch das Job-Center erhalten und entsprechend nicht an den DeuFö-Kursen teilnehmen können.

Im aktuellen Programmheft werden die Integrationskurse erstmalig nicht in Module aufgeteilt dargestellt, sondern als komplette Kurse. Dadurch werden zwar auch bereits abgelaufene Module so wie noch stutzufindende Module abgebildet, allerdings sieht man auf einen Blick, wann ein Kurs beginnt und wann er endet, wann Ferienzeiten sind und vor allem wann die Abschlussprüfungen stattfinden. Es liegt eine Rohfassung vor, die für das Programmheft noch gelayoutet wird.

Neu ist dieses Semester für die Sprache **Englisch** ein (Science-)Fiction-Kurs, den wir einmal für Erwachsene und einmal für die Junge VHS anbieten. Diese Kurse richten sich an Filmliebhaber, Comicfreaks und Leseratten, die sich an die Originalversionen Ihrer auf Deutsch bekannten Favoriten begeben wollen. Inhalte könnten hier beispielsweise Harry Potter, Game of Thrones und die Marvel-Comics sein. Außerdem bieten wir dieses Semester erstmalig einen Business-Englischkurs auf mittlerem Niveau an, da die Businesskurse auf hohem Niveau wohl eher in Düsseldorf besucht werden. Da die letzten Liederabende bis auf den letzten Platz ausgebucht waren, wird es auch in diesem Semester wieder musikalisch: Am Nikolausabend singen wir gemeinsam internationale Weihnachtslieder mit dem bekannten Herrn Weitz und im Oktober soll es an einem Sonntagnachmittag einen „Irish Folk Afternoon“ mit der Band Fragile Matt geben, die sehr unterhaltsam traditionelle Folksongs und erheiternde Trinklieder darbieten. Mit „Viva el vino!“ geht es auf **Spanisch** weiter: Auch wenn wir 8 spanische Rotweine verkosten, liegt das Hauptaugenmerk darauf, die Spanischkenntnisse zu erweitern. Eine Spanischdozentin mit dem Zertifikat "Wine Expert Silber" stellt die bekanntesten Weinregionen Spaniens vor und vermittelt das nötige Vokabular, um spanische Weinetiket-

ten zu verstehen und den Wein beschreiben zu können. Eben eine Weinprobe „en español“. In den großen Sprachen **Englisch** und **Italienisch** starten wieder neue 1. Semester. Für **Spanisch** starten wir sogar 2, jeweils ein 1. Semester in Hilden und in Haan, da die Nachfrage hier weiterhin sehr hoch scheint. Da **Französisch** zur Zeit kaum nachgefragt wird, setzen wir dieses Semester aus und starten kein neues 1. Semester. In den kleineren Sprachen **Niederländisch** und **Kroatisch** bieten wir wieder neue 1. Semester an. Zusätzlich bieten wir erstmalig „Kroatisch für Kinder“ an. Die Kurse für **Griechisch** und **Isländisch** werden fortgesetzt. Es startet ein neuer Versuch **Indonesisch für die Reise** zu einer neuen Kurszeit, nachdem der Kurs letztes Semester nicht zustande gekommen ist. Als neue Sprache bieten wir dieses Jahr **Chinesisch (Mandarin)** an; zunächst als Schnupper-Workshop und 1. Semester für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse, bei entsprechendem Interesse können aber auch Kurse für Fortgeschrittene und spezielle Schreibkurse angeboten werden.



ERSTBERATUNG FÜR DEUTSCHKURSE

Erstberatung für Deutschkurse

Unsere Infotheke im Foyer des Weiterbildungszentrums Hilden ist montags bis mittwoch von 9.00 - 12.00 Uhr und donnerstags von 14.00 - 18.00 Uhr besetzt. Hier finden Sie erste Informationen und Hilfe beim Ausfüllen der Formulare und Anträge, die für die Integrationskurse und DeuFö-Kurse benötigt werden.

Außerdem erhalten Sie Termine für Einstufung, Kursanmeldung und weitergehende Beratung.

Auch Interessierte aus Haan bitten wir zur Erstberatung nach Hilden, wir vergeben dann aber Anschlusstermine in Haan, VHS-Haus Haan, Dieker Straße 49.

montags bis mittwochs, jeweils 9.00 - 12.00 Uhr und donnerstags, 14.00 - 18.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholz“, Gerresheimer Str. 20, Hilden, Foyer

R40000 Hilden

SPRACHENBERATUNG FÜR FREMDSPRACHENKURSE

Persönliche Sprachenberatung für Fremdsprachenkurse

Vanessa Gersonde-Löcher

Eine Sprachenberatung für alle Fremdsprachen kann telefonisch oder persönlich erfolgen.

Wenn Sie unsicher sind, auf welchem Sprachniveau Sie sich befinden und welcher Kurs der Richtige für Sie ist, wenden Sie sich bitte an Frau Vanessa Gersonde-Löcher um eine konkrete Anfrage zu stellen, einen Termin zu vereinbaren oder sich beraten zu lassen.

Nutzen Sie nun auch die Möglichkeit, in einen Kurs hinein zu schnuppern! (nähere Details in den AGBs)

Ansprechpartnerin: Vanessa Gersonde-Löcher
Telefon: 02103/50 05 43
Mail: gersonde-loecher@vhs-hilden-haan.de

R40001 Hilden

DEUTSCH INTEGRATIONSKURSE

Wenn Sie in Deutschland leben möchten, sollten Sie Deutsch lernen. Das ist wichtig, wenn Sie Arbeit suchen, Anträge ausfüllen müssen, Ihre Kinder in der Schule unterstützen oder neue Menschen kennen lernen möchten. Außerdem sollten Sie einige Dinge über Deutschland wissen, zum Beispiel über die Geschichte, die Kultur und die Rechtsordnung. All das lernen Sie im Integrationskurs. Rechtliche Grundlage für die Durchführung des Integrationskurses ist § 43 ff Aufenthaltsgesetz (AufenthG). Jeder Integrationskurs besteht aus einem Sprachkurs und einem Orientierungskurs. Der Sprachkurs dauert im allgemeinen Integrationskurs insgesamt 600 Unterrichtseinheiten (UE). Der Sprachkurs schließt mit der Prüfung „Deutsch-Test für Zuwanderer“ (DTZ) ab. Im Anschluss an den Sprachkurs besuchen Sie den Orientierungskurs. Er umfasst 100 Unterrichtseinheiten (UE). Den Orientierungskurs schließen Sie mit dem

Abschlussstest „Leben in Deutschland“ ab. (aus www.bamf.de)

Die Integrationskurse der VHS Hilden-Haan finden in Teilzeit mit 4x4 Unterrichtseinheiten pro Woche statt.

In der Regel beträgt der Selbstkostenbeitrag im Integrationskurs 1,95€ pro Unterrichtseinheit. Diese Kosten werden normalerweise bei einer Verpflichtung durch das Job-Center von eben diesem übernommen.

Weitere Informationen erhalten Sie durch die Erstberatung (siehe auch R40000).

DEUTSCH INTEGRATIONSKURSE AM VORMITTAG

Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Tatevik Tokatlyan-D'Ambrosio / Margarete Mathias-Ehrhardt
Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Grundstufe 1 - Modul 1 - A1.1 (P41111)
29. August 2018 bis 11. Oktober 2018

Grundstufe 2 - Modul 2 - A1.2 (P41122)
29. Oktober 2018 bis 11. Dezember 2018

Grundstufe 3 - Modul 3 - A2.1 (P41133)
12. Dezember 2018 bis 6. Februar 2019

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (Q41141)
11. Februar 2019 bis 27. März 2019

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (Q41152)
1. April 2019 bis 23. Mai 2019

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (Q41163)
27. Mai 2019 bis 12. Juli 2019

Modul 7 - Orientierungskurs (R41171)
28. August 2019 bis 9. Oktober 2019

jeweils montags bis donnerstags, 9.00 - 12.15 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
gewesen 20. Juli 2019

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich 10. Oktober 2019 (siehe auch R41181)

P41001 Hilden



Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Alicja Fuchs / Maria Eberle

Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Grundstufe 1 - Modul 1 - A1.1 (P41113)
12. Dezember 2018 bis 6. Februar 2019

Grundstufe 2 - Modul 2 - A1.2 (Q41121)
11. Februar 2019 bis 27. März 2019

Grundstufe 3 - Modul 3 - A2.1 (Q41132)
1. April 2019 bis 23. Mai 2019

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (Q41143)
27. Mai 2019 bis 12. Juli 2019

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (R41151)
28. August 2019 bis 10. Oktober 2019

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (R41162)
28. Oktober 2019 bis 4. Dezember 2019

Modul 7 - Orientierungskurs (R41173)
9. Dezember 2019 bis 31. Januar 2020

jeweils montags bis donnerstags, 9.00 - 12.15 Uhr
Beginn: 12. Dezember 2018
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
voraussichtlich 7. Dezember 2019 (siehe auch R41521)

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich 1. Februar 2020 (siehe auch R41183)

P41006 Hilden

Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Elisabeth Laabs / Ursula Kerkhoff

Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Grundstufe 1 - Modul 1 - A1.1 (Q41111)
11. Februar 2019 bis 27. März 2019

Grundstufe 2 - Modul 2 - A1.2 (Q41122)
1. April 2019 bis 23. Mai 2019

Grundstufe 3 - Modul 3 - A2.1 (Q41133)
27. Mai 2019 bis 12. Juli 2019

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (R41141)
28. August 2019 bis 10. Oktober 2019

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (R41152)
28. Oktober 2019 bis 6. Dezember 2019

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (R41163)
9. Dezember 2019 bis 31. Januar 2020

Modul 7 - Orientierungskurs (S41171)
3. Februar 2020 bis 18. März 2020

jeweils montags bis donnerstags, 9.00 - 12.15 Uhr
Beginn: 11. Februar 2019
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
voraussichtlich 7. Februar 2020 (siehe auch R41541)

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich 19. März 2020

Q41002 Hilden



Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Nadia Franciscy / Alicja Fuchs

Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Grundstufe 1 - Modul 1 - A1.1 (Q41112)
1. April 2019 bis 23. Mai 2019

Grundstufe 2 - Modul 2 - A1.2 (Q41123)
27. Mai 2019 bis 12. Juli 2019

Grundstufe 3 - Modul 3 - A2.1 (R41131)
28. August 2019 bis 10. Oktober 2019

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (R41142)
28. Oktober 2019 bis 6. Dezember 2019

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (R41153)
9. Dezember 2019 bis 31. Januar 2020

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (S41161)
3. Februar 2020 bis 18. März 2020

Modul 7 - Orientierungskurs (S41172)
23. März 2020 bis 14. Mai 2020

jeweils montags bis donnerstags, 9.00 - 12.15 Uhr
Beginn: 1. April 2019
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
voraussichtlich 20. März 2020

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich 15. Mai 2020

Q41004 Hilden

Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Tibimar Parisi-Ulke / David Bichert

Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Grundstufe 1 - Modul 1 - A1.1 (R41111)
28. August 2019 bis 10. Oktober 2019

Grundstufe 2 - Modul 2 - A1.2 (R41122)
28. Oktober 2019 bis 6. Dezember 2019

Grundstufe 3 - Modul 3 - A2.1 (R41133)
9. Dezember 2019 bis 31. Januar 2020

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (S41141)
3. Februar 2020 bis 18. März 2020

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (S41152)
23. März 2020 bis 14. Mai 2020

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (S41163)
18. Mai 2020 bis 1. Juli 2020

Modul 7 - Orientierungskurs (T41171)
12. August 2020 bis 23. September 2020

jeweils montags bis donnerstags, 9.00 - 12.15 Uhr
Beginn: 28. August 2019
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
voraussichtlich 3. Juli 2020

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich 24. September 2020

R41004 Hilden



Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Tatevik Tokatlyan-D'Ambrosio / Margarete Mathias-Ehrhardt
Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Grundstufe 1 - Modul 1 - A1.1 (R41112)
28. Oktober 2019 bis 6. Dezember 2019

Grundstufe 2 - Modul 2 - A1.2 (R41123)
9. Dezember 2019 bis 31. Januar 2020

Grundstufe 3 - Modul 3 - A2.1 (S41131)
3. Februar 2020 bis 18. März 2020

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (S41142)
23. März 2020 bis 14. Mai 2020

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (S41153)
18. Mai 2020 bis 1. Juli 2020

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (T41161)
12. August 2020 bis 23. September 2020

Modul 7 - Orientierungskurs (T41172)
28. September 2020 bis 20. November 2020

jeweils montags bis donnerstags, 9.00 - 12.15 Uhr
Beginn: 28. Oktober 2019
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
voraussichtlich 25. September 2020

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich 21. November 2020

R41001 Hilden

DEUTSCH INTEGRATIONSKURSE AM ABEND

Integrationskurs am Abend in Hilden

Gizem Akbulut / Diana Matijaca Papdi
Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Grundstufe 1 - Modul 1 - A1.1 (P41012)
29. Oktober 2018 bis 11. Dezember 2018

Grundstufe 2 - Modul 2 - A1.2 (P41023)
12. Dezember 2018 bis 6. Februar 2019

Grundstufe 3 - Modul 3 - A2.1 (Q41031)
11. Februar 2019 bis 27. März 2019

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (Q41042)
1. April 2019 bis 23. Mai 2019

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (Q41053)
27. Mai 2019 bis 12. Juli 2019

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (R41061)
28. August 2019 bis 10. Oktober 2019

Modul 7 - Orientierungskurs (R41072)
28. Oktober 2019 bis 4. Dezember 2019

jeweils montags bis donnerstags, 17.30 - 20.45 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
voraussichtlich 12. Oktober 2019 (siehe auch R41502)

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich 5. Dezember 2019 (siehe auch R41082)

P41004 Hilden



Integrationskurs am Abend in Hilden

Ursula Kerkhoff / David Bichert

Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Grundstufe 1 - Modul 1 - A1.1 (Q41012)
1. April 2019 bis 23. Mai 2019

Grundstufe 2 - Modul 2 - A1.2 (Q41023)
27. Mai 2019 bis 12. Juli 2019

Grundstufe 3 - Modul 3 - A2.1 (R41031)
28. August 2019 bis 10. Oktober 2019

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (R41042)
28. Oktober 2019 bis 6. Dezember 2019

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (R41053)
9. Dezember 2019 bis 31. Januar 2020

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (S41061)
3. Februar 2020 bis 18. März 2020

Modul 7 - Orientierungskurs (S41072)
23. März 2020 bis 14. Mai 2020

jeweils montags bis donnerstags, 17.30 - 20.45 Uhr
Beginn: 1. April 2019
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
voraussichtlich 21. März 2020

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich 15. Mai 2020

Q41003 Hilden

Integrationskurs am Abend in Hilden

Gizem Akbulut / Diana Matijaca Papdi

Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Grundstufe 1 - Modul 1 - A1.1 (R41013)
9. Dezember 2019 bis 31. Januar 2020

Grundstufe 2 - Modul 2 - A1.2 (S41021)
3. Februar 2020 bis 18. März 2020

Grundstufe 3 - Modul 3 - A2.1 (S41032)
23. März 2020 bis 14. Mai 2020

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (S41043)
18. Mai 2020 bis 1. Juli 2020

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (T41051)
12. August 2020 bis 23. September 2020

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (T41062)
28. September 2020 bis 20. November 2020

Modul 7 - Orientierungskurs (T41073)
23. November 2020 bis 22. Januar 2021

jeweils montags bis donnerstags, 17.30 - 20.45 Uhr
Beginn: 9. Dezember 2019
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
voraussichtlich 21. November 2020

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich 21. November 2020

R41003 Hilden



DEUTSCH INTEGRATIONSKURSE FÜR WIEDERHOLER

Wenn Sie nach vollständigem Besuch des Integrationskurses den Sprachtest nicht auf Niveau B1 bestanden haben, kann Sie das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge einmal zur Wiederholung von 300 Unterrichtsstunden zulassen. Diese Zulassung umfasst auch die einmalige kostenlose Wiederholung der Sprachprüfung.

Integrationskurs für Wiederholer am Nachmittag in Hilden

Diana Matijaca Papdi / Karin Horn
Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (Q41242)
1. April 2019 bis 23. Mai 2019

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 ()
27. Mai 2019 bis 12. Juli 2019

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (R41261)
28. August 2019 bis 10. Oktober 2019

Modul 7 - Orientierungskurs (R41272)
28. Oktober 2019 bis 4. Dezember 2019

jeweils montags bis donnerstags, 13.00 - 16.15 Uhr
Beginn: 1. April 2019
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
voraussichtlich 11. Oktober 2019 (siehe auch R41501)

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich 5. Dezember 2019 (siehe auch R41282)

Q41006 Hilden

DEUTSCH INTEGRATIONSKURSE MIT ALPHABETISIERUNG

Nicht nur in der deutschen Bevölkerung, sondern auch bei Zugewanderten gibt es Menschen, die nicht ausreichend lesen und schreiben können. Viele von ihnen müssen eine zusätzliche Hürde bewältigen: Sie sollen nicht nur Deutsch sprechen, sondern gleichzeitig in lateinischer Schrift lesen und schreiben lernen. Aufgabe des Alphabetisierungskurses ist es, die Teilnehmenden innerhalb von maximal 1300 Unterrichtseinheiten (UE) dem Ziel der funktionalen Alphabetisierung möglichst nah zu bringen und gleichzeitig Deutschkenntnisse zu vermitteln. Der Alphabetisierungskurs gliedert sich in 9 Kursabschnitte mit jeweils 100 UE und den Orientierungskurs mit 100 UE.

Integrationskurs mit Alphabetisierung am Vormittag in Haan

Barbara Labudde
Lehrmaterial wird bekannt gegeben.

Spezialmodul Alpha 1 - Modul 1 (P41312)
19. November 2018 bis 14. Januar 2019

Spezialmodul Alpha 2- Modul 2 (Q41320)
15. Januar 2019 bis 26. Februar 2019

Spezialmodul Alpha 3 - Modul 3 (Q41331)
27. Februar 2019 bis 29. April 2019

Grundstufe 1 - Modul 4 (Q41342)
30. April 2019 bis 18. Juni 2019

Grundstufe 2 - Modul 5 (Q41353)
19. Juni 2019 bis 1. August 2019

Grundstufe 3 - Modul 6 (R41361)
28. August 2019 bis 10. Oktober 2019

Aufbaustufe 1 - Modul 7 (R41372)
28. Oktober 2019 bis 6. Dezember 2019

Aufbaustufe 2 - Modul 8 (R41383)
9. Dezember 2019 bis 31. Januar 2020

Aufbaustufe 3 - Modul 9 (S41391)
3. Februar 2020 bis 18. März 2020

Modul 7 - Orientierungskurs (S41472)
23. März 2020 bis 14. Mai 2020

jeweils montags bis donnerstags, 9.00 - 12.15 Uhr
Beginn: 19. November 2018
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich 15. Mai 2020

Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
nach 3 zusätzlichen Wiederholer-Modulen ca. Herbst 2020

P41008 Haan



Integrationskurs mit Alphabetisierung am Vormittag in Hilden

Margarete Mathias-Ehrhardt / Vanessa Kriele
Lehrmaterial wird bekannt gegeben.

Spezialmodul Alpha 1 - Modul 1 (Q41310)
14. Januar 2019 bis 25. Februar 2019

Spezialmodul Alpha 2- Modul 2 (Q41321)
26. Februar 2019 bis 12. April 2019

Spezialmodul Alpha 3 - Modul 3 (Q41332)
15. April 2019 bis 4. Juni 2019

Grundstufe 1 - Modul 4 (Q41343)
15. Juni 2019 bis 19. Juli 2019

Grundstufe 2 - Modul 5 (R41351)
28. August 2019 bis 9. Oktober 2019

Grundstufe 3 - Modul 6 (R41362)
11. Oktober 2019 bis 9. Dezember 2019

Aufbaustufe 1 - Modul 7 (R41373)
10. Dezember 2019 bis 31. Januar 2020

Aufbaustufe 2 - Modul 8 (S41381)
3. Februar 2020 bis 18. März 2020

Aufbaustufe 3 - Modul 9 (S41392)
23. März 2020 bis 14. Mai 2020

Modul 7 - Orientierungskurs (S41473)
18. Mai 2020 bis 1. Juli 2020

jeweils montags bis donnerstags, 9.00 - 12.15 Uhr
Beginn: 14. Januar 2019
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich 2. Juni 2020

Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
nach 3 zusätzlichen Wiederholer-Module ca. Ende 2020

Q41001 Hilden

Integrationskurs mit Alphabetisierung am Vormittag in Hilden

Nina Hauser
Lehrmaterial wird bekannt gegeben.

Spezialmodul Alpha 1 - Modul 1 (Q41311)
11. März 2019 bis 9. Mai 2019

Spezialmodul Alpha 2- Modul 2 (Q41322)
13. Mai 2019 bis 1. Juli 2019

Spezialmodul Alpha 3 - Modul 3 (Q41333)
2. Juli 2019 bis 8. August 2019

Grundstufe 1 - Modul 4 (R41341)
28. August 2019 bis 10. Oktober 2019

Grundstufe 2 - Modul 5 (R41352)
28. Oktober 2019 bis 6. Dezember 2019

Grundstufe 3 - Modul 6 (R41363)
9. Dezember 2019 bis 31. Januar 2020

Aufbaustufe 1 - Modul 7 (S41371)
3. Februar 2020 bis 18. März 2020

Aufbaustufe 2 - Modul 8 (S41382)
23. März 2020 bis 14. Mai 2020

Aufbaustufe 3 - Modul 9 (S41393)
18. Mai 2020 bis 1. Juli 2020

Modul 7 - Orientierungskurs (S41474)
27. Juli 2020 bis 23. September 2020

jeweils montags bis donnerstags, 8.45 - 12.00 Uhr
Beginn: 11. März 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum Kukuk
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich 24. September 2020

Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
nach 3 zusätzlichen Wiederholer-Modulen ca. Frühling 2021

Q41005 Hilden



Integrationskurs mit Alphabetisierung am Nachmittag in Hilden

Nina Hauser / Diana Matijaca Papdi
Lehrmaterial wird bekannt gegeben.

Spezialmodul Alpha 1 - Modul 1 (R41312)
11. November 2019 bis 19. Dezember 2019

Spezialmodul Alpha 2- Modul 2 (R41323)
7. Januar 2020 bis 18. Februar 2020

Spezialmodul Alpha 3 - Modul 3 (S41331)
25. Februar 2020 bis 7. April 2020

Grundstufe 1 - Modul 4 (S41342)
20. April 2020 bis 4. Juni 2020

Grundstufe 2 - Modul 5 (S41353)
8. Juni 2020 bis 17. Juli 2020

Grundstufe 3 - Modul 6 (S41361)
12. August 2020 bis 23. September 2020

Aufbaustufe 1 - Modul 7 (S41372)
28. September 2020 bis 20. November 2020

Aufbaustufe 2 - Modul 8 (S41383)
23. November 2020 bis 22. Januar 2021

Aufbaustufe 3 - Modul 9 (U41391)
25. Januar 2021 bis 12. März 2021

Modul 7 - Orientierungskurs (U41472)
15. März 2021 bis 6. Mai 2021

jeweils montags bis donnerstags, 12.45 - 16.00 Uhr
Beginn: 11. März 2019
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich 7. Mai 2021

Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
nach 3 zusätzlichen Wiederholer-Modulen ca. Herbst 2021

R41002 Hilden

DEUTSCH INTEGRATIONSKURSE MIT ALPHABETISIERUNG FÜR WIEDERHOLER

Nach Ausschöpfen der Grundförderung von 900 UE im Alphabetisierungskurs und bei ordnungsgemäßer Teilnahme am Kurs kann ein Teilnehmender weitere 300 UE Sprachförderung in Anspruch nehmen. Hierfür ist ein Antrag zu stellen. Die Erstberatung (siehe R40000) hilft dabei.

Integrationskurs mit Alphabetisierung Wiederholerkurs am Nachmittag in Hilden

Nina Hauser / Diana Matijaca Papdi
Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Wiederholermodul Alpha 1 - Modul 10 (Q41412)
9. Mai 2019 bis 27. Juni 2019

Wiederholermodul Alpha 2- Modul 11 (Q41423)
1. Juli 2019 bis 13. September 2019

Wiederholermodul Alpha 3 - Modul 12 (R41431)
16. September 2019 bis 7. November 2019

jeweils montags bis donnerstags, 12.45 - 16.00 Uhr
Beginn: 9. Mai 2019
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfung:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
voraussichtlich 8. November 2019 (siehe auch R41511)

Q41007 Hilden

Integrationskurs mit Alphabetisierung Wiederholerkurs am Nachmittag in Hilden

Tibimar Parisi-Ulke / Vanessa Kriele
Lehrmaterial wird bekannt gegeben.

Wiederholermodul Alpha 1 - Modul 10 (Q41413)
27. Mai 2019 bis 12. Juli 2019

Wiederholermodul Alpha 2- Modul 11 (R41421)
28. August 2019 bis 10. Oktober 2019

Wiederholermodul Alpha 3 - Modul 12 (R41432)
28. Oktober 2019 bis 6. Dezember 2019

jeweils montags bis donnerstags, 13.00 - 16.15 Uhr
Beginn: 27. Mai 2019
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfung:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
voraussichtlich 13. Dezember 2019 (siehe auch R41531)

Q41009 Hilden



PRÜFUNGSVORBEREITUNG UND DEUTSCHTEST FÜR ZUWANDERER

Der DTZ besteht aus einer schriftlichen und einer mündlichen Prüfung. Die schriftliche Prüfung dauert 100 Minuten und enthält Aufgaben zum Hören und Lesen. Außerdem müssen Sie einen kurzen Brief schreiben. Der mündliche Prüfungsteil dauert rund 15 Minuten. Am Ende erhalten Sie ein Zertifikat, das Ihnen im Gesamtergebnis Sprachkenntnisse der Stufe B1 oder A2 bescheinigt. Wenn Ihre Sprachkenntnisse unter der Stufe A2 liegen, bekommen Sie eine Mitteilung zu Ihrem Ergebnis.

In der Regel ist die Teilnahme am DTZ mit einer Berechtigung durch das BAMF oder mit einer Verpflichtung durch das Job-Center kostenlos.

Unser Prüfungstraining bereitet auch externe Prüfungsteilnehmer, die an keinem Deutschkurs teilgenommen haben, optimal auf die Prüfung vor.

DTZ - Prüfungstraining zu den DTZ am 11. Oktober, 12. Oktober und 8. November 2019

Tatevik Tokatlyan-D'Ambrosio

Übungsmaterial wird zur Verfügung gestellt.

2 x samstags, 21. und 28. September 2019, jeweils 10.00 - 12.15 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
6 UStd.; 10,- €

R41500 Hilden

Deutschtest für Zuwanderer (DTZ) zu Kurs R41261

Freitag, 11. Oktober 2019, 9.00 - 16.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
105,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich

R41501 Hilden

Deutschtest für Zuwanderer (DTZ) zu Kurs R41061

Samstag, 12. Oktober 2019, 9.00 - 16.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
105,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich

R41502 Hilden

Deutschtest für Zuwanderer (DTZ) zu Kurs R41431

Freitag, 8. November 2019, 9.00 - 16.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
105,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich

R41511 Hilden

DTZ - Prüfungstraining zu den DTZ am 7. und 13. Dezember 2019

Tatevik Tokatlyan-D'Ambrosio

Übungsmaterial wird zur Verfügung gestellt.

2 x samstags, 23. und 30. November 2019, jeweils 10.00 - 12.15 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
6 UStd.; 10,- €

R41520 Hilden

Deutschtest für Zuwanderer (DTZ) zu Kurs R41162

Samstag, 7. Dezember 2019, 9.00 - 16.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
105,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich

R41521 Hilden

Deutschtest für Zuwanderer (DTZ) zu Kurs R41432

Freitag, 13. Dezember 2019, 9.00 - 16.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
105,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich

R41531 Hilden

DTZ - Prüfungstraining zum DTZ am 7. Februar 2020

Tatevik Tokatlyan-D'Ambrosio

Übungsmaterial wird zur Verfügung gestellt.

2 x samstags, 25. Januar und 1. Februar 2020, jeweils 10.00 - 12.15 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
6 UStd.; 10,- €

R41540 Hilden



Deutschtest für Zuwanderer (DTZ) zu Kurs R41163

Freitag, 7. Februar 2020, 9.00 - 16.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden,
105,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich

R41541 Hilden

TESTS „LEBEN IN DEUTSCHLAND“

Der Test „Leben in Deutschland“ findet im Anschluss an einen Orientierungskurs an einem eigenen Termin statt. Er enthält z.B. Fragen zum politischen System Deutschlands, der religiösen Vielfalt und der Gleichberechtigung von Mann und Frau.

Zudem haben Sie bei einer Teilnahme an dem Test „Leben in Deutschland“ die Möglichkeit, auch die für die Einbürgerung geforderten Kenntnisse der Rechts- und Gesellschaftsordnung und der Lebensverhältnisse in Deutschland nachzuweisen (§10 Abs. 1 Satz 1 Nr. 7 StAG), wenn Sie bei diesem mindestens 17 Punkte erreicht haben.

Test „Leben in Deutschland“ Prüfung zum Kurs R41272

Donnerstag, 5. Dezember 2019, 13.00 - 14.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
1 ZStd.; 25,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar zu entrichten. Persönliche Anmeldung erforderlich

R41282 Hilden

Test „Leben in Deutschland“ Prüfung zum Kurs R41072

Donnerstag, 5. Dezember 2019, 17.30 - 18.30 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden,
1 ZStd.; 25,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar zu entrichten. Persönliche Anmeldung erforderlich

R41082 Hilden

Test „Leben in Deutschland“ Prüfung zum Kurs R41171

Donnerstag, 10. Oktober 2019, 9.00 - 10.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
1 ZStd.; 25,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar zu entrichten. Persönliche Anmeldung erforderlich

R41181 Hilden

Test „Leben in Deutschland“ Prüfung zum Kurs R41173

Samstag, 1. Februar 2020, 9.00 - 10.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
1 ZStd.; 25,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar zu entrichten. Persönliche Anmeldung erforderlich

R41183 Hilden

EINBÜRGERUNGSTEST

Nach dem Staatsangehörigkeitsgesetz müssen Einbürgerungsbewerber über Kenntnisse der Rechts- und Gesellschaftsordnung und der Lebensverhältnisse in Deutschland verfügen. Diese sind seit dem 01.09.2008 in der Regel durch einen bundeseinheitlichen „Einbürgerungstest“ nachzuweisen, sofern kein deutscher Schulabschluss vorhanden ist. Die Volkshochschule Hilden-Haan ist zugelassene Prüfstelle des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge (BAMF) für die Durchführung dieses Tests. Die Teilnahmegebühr beträgt entsprechend den Bestimmungen des BAMF 25,- €, die bei der Anmeldung in bar zu entrichten sind.

Der Einbürgerungstest umfasst 33 Fragen aus Politik, Geschichte und Kultur in Deutschland, die einem Katalog aus 300 bundeseinheitlichen Fragen und 10 landesspezifischen Fragen entnommen werden. Sprachkompetenzen der Stufe B1 werden vorausgesetzt. Für die Beantwortung der Testfragen haben Sie eine Stunde Zeit. Sie haben bestanden, wenn Sie mindestens 17 der 33 Fragen richtig beantwortet haben.

Den Katalog der möglichen Testfragen finden Sie im Online-Testcenter unter www.bamf.de.

Einbürgerungstest

Vanessa Gersonde-Löcher

Samstag, 9. November 2019, 11.00 - 12.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
25,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich

R41550 Hilden

DEUTSCH MAL ANDERS

Lass uns sprechen! in Kooperation mit der Stadtbücherei Hilden

Nadia Franciscy



Im normalen Deutschunterricht bleibt aufgrund der Vorgaben nur selten Zeit zum Plaudern. Dies ist ein zusätzliches Angebot, dass sich an all diejenigen wendet, die mehr Sicherheit im mündlichen Sprachgebrauch erwerben möchten. Das Angebot wird zu einem Ort der Begegnung und soll sich durch Lernen in „Pausenhofatmosphäre“ auszeichnen. Die freie Kommunikation steht im Vordergrund, jede/r Teilnehmer/-in bekommt ausreichend Redezeit, um aktiv das freie Sprechen zu trainieren.

Die Termine erfragen Sie bitte in der VHS Hilden; die Anmeldung zu einem Kurstermin muss vorab persönlich in der VHS oder über die Dozentin erfolgen.



Termine werden in der Erstberatung und durch die Dozentin bekannt gegeben.
 Stadtbücherei Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
 gebührenfrei; Persönliche Anmeldung erforderlich

R41660 Hilden

FACHKONFERENZ DEUTSCH

Fachkonferenz Deutsch

Vanessa Gersonde-Löcher

Der Termin wird mit den Dozenten und Dozentinnen bei der Fachkonferenz am 24. Mai 2019 abgestimmt und dann entsprechend abgedruckt.

Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01

R41910 Hilden

Lass uns spielen! in Kooperation mit der Stadtbücherei Hilden

Nadia Franciscy



Dieses zusätzliche Lernangebot richtet sich an Mütter oder Väter, die mit ihren Kindern gemeinsam Zeit verbringen möchten und dabei ihre Deutschkenntnisse verbessern wollen.

Gemeinsam mit den Teilnehmer/-innen werden Gesellschaftsspiele gespielt, die sie bei Gefallen auch in der Stadtbücherei ausleihen können. Auch Spiele aus den Heimatländern können vorgestellt werden! Bei gutem Wetter und wenn das sitzen mal schwer fällt, können die verschiedenen Spielplätze in der Stadt erkundet werden.

Die Termine erfragen Sie bitte in der VHS Hilden; die Anmeldung zu einem Kurstermin muss vorab persönlich in der VHS oder über die Dozentin erfolgen.

Termine werden in der Erstberatung und durch die Dozentin bekannt gegeben.
 Stadtbücherei Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
 gebührenfrei; Persönliche Anmeldung erforderlich

R41661 Hilden

DEUTSCH AUF HOHEM NIVEAU

Deutsch verstehen und sprechen auf hohem Niveau

Nadia Franciscy

Sie haben schon ein gutes Sprachniveau (mindestens B1) erreicht und möchten Ihre mündlichen Kompetenzen verbessern? Dann sind Sie herzlich willkommen in diesem Kurs!

An jedem Termin wird ein vorab festgelegtes Thema behandelt, indem die Teilnehmer/-innen auf freiwilliger Basis kleinere Präsentationen vor der Gruppe halten. Wir sprechen über alles, was für die Gruppe von Interesse ist; die Themen bestimmen Sie!

10 x donnerstags, 19.00 - 20.30 Uhr
 Beginn: 12. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 20 UStd.; 78,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende
 Persönliche Anmeldung erforderlich

R41670 Hilden



INTERNATIONAL

Let's sing Weihnachtslieder ein internationales Weihnachtsliedersingen

Walter Weitz



Biegen wir beschwingt in die Schlussgerade vor dem schönsten Fest des Jahres ein: mit Liedern aus 8 Ländern in 7 Sprachen, vom traditionellen Lied aus den Bergen Italiens bis zum Jazz-Standard aus den USA; in den Hauptrollen Santa Claus, Sint Nicolaas, Papa Noël, ein Eselchen auf dem Weg nach Bethlehem und Rudolph, das rotnasige Rentier. Schneetreiben, Schlittenfahrten, Sternenhimmel, Winterkälte und der Wunsch nach Frieden - und das alles zum Mitsingen (auf der Leinwand), Mitsingen oder Mitsummen oder auch nur zum Zuhören.

Es erklären die Texte, stimmen an, begleiten und erzählen die eine oder andere Anekdote zu den Liedern:

Walter Weitz, kabarettierprobter Fremdsprachenfan mit Gitarre, Banjo und Ukulele und Klaus Knierim mit Akkordeon und Banjo.

In der Pause können Sie Wasser und Glühwein „mit“ und „ohne“ käuflich erwerben und sich so für den zweiten Teil stärken.

Freitag, 6. Dezember 2019, 18.00 - 19.45 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
8,- € (Barzahlung vor Ort möglich)
Bitte melden Sie sich rechtzeitig an! Eine Anmeldung garantiert die Teilnahme bei hohem Interesse und eine Information über Ausfall/Verschiebung.

R49999 Haan

ENGLISCH ENGLISCH ZIELNIVEAU A1

Englisch für Anfänger 1. Semester/A1.1 für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse

Carsten Kurte



Lehrmaterial: Easy English A1.1
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520806-2)

Text folgt.

12 x montags, 17.30 - 19.00 Uhr
Beginn: 9. September 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
24 UStd.; 61,- €

R42000 Hilden

Englisch für Anfänger/2. Semester für Teilnehmer/-innen mit geringen Vorkenntnissen

Annette Pfeiffer

Lehrmaterial: Let's enjoy English A1.1 ab unit 7/8
(Klett-Verlag: ISBN: 978-3-12-501630-9)

Dieser moderne Englischkurs wendet sich an Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen und führt Schritt für Schritt zum Lernerfolg. Spaß und Abwechslung kommen nicht zu kurz.

12 x montags, 18.30 - 20.00 Uhr
Beginn: 9. September 2019
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
24 UStd.; 61,- €

R42001 Hilden

Englisch für Anfänger 3. Semester/A1.2 für Teilnehmer/-innen mit geringen Vorkenntnissen

Werner Mäurers

Lehrmaterial: Easy English A1.2 ab unit 11
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520807-9)

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen. Das Lehrbuch ist lebensnah, lernspaßorientiert und die Grammatik steht im Hintergrund.

12 x dienstags, 14.30 - 16.00 Uhr
Beginn: 10. September 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R42002 Hilden

Englisch für Anfänger 3. Semester/A1.2 für Teilnehmer/-innen mit geringen Vorkenntnissen

Werner Mäurers

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. R42002

12 x montags, 12.00 - 13.30 Uhr
Beginn: 9. September 2019
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R42003 Haan

ENGLISCH ZIELNIVEAU A2

Easy English 4. Semester/A2.1 -effektiv- für Teilnehmer mit schneller Progression

Rita Schäfer

Lehrmaterial: Easy English A2.1 zu kleinschrittig
Vorschlag Fr Powell: Cornelsens „Life“ Serie
ansonsten in Absprache mit den TN

Dieser Kurs wendet sich an lerngewohnte Teilnehmende mit Vorkenntnissen, die schnell lernen möchten, wie man sich in alltäglichen Gesprächssituationen verständigt. Parallel dazu wird das entspre-



chende Vokabular sowie die grundlegende Grammatik mit viel Spaß vermittelt.

12 x montags, 18.00 - 19.30 Uhr
Beginn: 9. September 2019
Helmholtz-Gymnasium Hilden, Nebengebäude Sek. II, Raum 2, Am Holterhöfchen 26a, Hilden
24 UStd.; 61,- €

R42004 Hilden

Easy English 6. Semester/A2.1 group 1

Alexandra Schmid

Lehrmaterial: Easy English A2.1
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520815-4) ab unit 1

Dieser Kurs richtet sich an fortgeschrittene Anfänger/-innen. Sie würden in einem englischen Pub nicht verhungern, haben aber noch Hemmungen mit ihrem Tischnachbarn zu plaudern? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen!

12 x donnerstags, 9.00 - 10.30 Uhr
Beginn: 12. September 2019
Bürgerhaus Hilden, Mittelstraße 40, Hilden
Raum 31
24 UStd.; 61,- €

R42005 Hilden

Easy English 6. Semester/A2.1 group 2

Alexandra Schmid

Lehrmaterial: Easy English A2.1
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520815-4) ab unit 1

Dieser Kurs richtet sich an fortgeschrittene Anfänger./-innen. Sie würden in einem englischen Pub nicht verhungern, haben aber noch Hemmungen mit ihrem Tischnachbarn zu plaudern? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen!

12 x donnerstags, 12.15 - 13.45 Uhr
Beginn: 12. September 2019
Bürgerhaus Hilden, Mittelstraße 40, Hilden
Raum 31
24 UStd.; 61,- €

R42006 Hilden

AUFRISCHUNG & KONVERSATION ZIELNIVEAU A1 - B1

Englisch Aufbaukurs A1.2 für Teilnehmer/-innen mit geringen Vorkenntnissen zur Vertiefung



Werner Mäurers

Lehrmaterial: Easy English A1.2
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520807-9)

Ein stressfreier Aufbaukurs für Teilnehmer/-innen mit relativ geringen Vorkenntnissen. Langsam aber sicher zum Erfolg!

12 x freitags, 12.45 - 14.15 Uhr
Beginn: 13. September 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“, Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R42010 Hilden

Refresh your English/A2

Elke Littmann

Lehrmaterial: Enjoy English A2 Review Augmented
(Klett-Verlag, ISBN: 9783125016422) ab unit 1

This course is for people who wish to refresh their knowledge of English. It includes conversation as well as work on grammar, vocabulary and listening. New students are welcome.

12 x montags, 18.00 - 19.30 Uhr
Beginn: 9. September 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“, Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
24 UStd.; 61,- €

R42018 Hilden

Englisch Auffrischung&Konversation/A2

Elke Littmann

Lehrmaterial: Enjoy English A2 Review Augmented
(Klett-Verlag, ISBN: 9783125016422) ab unit 1

Enjoy the English language by reading, listening and talking about travelling, sightseeing, hobbies, family, friends and other interesting topics.

12 x mittwochs, 19.40 - 21.10 Uhr
Beginn: 11. September 2019
Helmholtz-Gymnasium Hilden, Nebengebäude Sek. II, Raum 1, Am Holterhöfchen 26a, Hilden
24 UStd.; 61,- €

R42020 Hilden



Englisch Auffrischung&Konversation A2.2

Werner Mäurers

Lehrmaterial: Easy English A2.2
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520817-8) ab unit 13
Grundlage ist das Lehrwerk, der Dozent ergänzt mit weiterem Material.

Sie möchten Ihre Englischkenntnisse auffrischen und die Sprechhemmungen in der fremden Sprache abbauen? Wir verbinden Auffrischung und Kommunikation in entspannter Atmosphäre, ergänzt um Texte und Grammatik, wovon auch Fortgeschrittene noch profitieren können.

12 x montags, 10.00 - 11.30 Uhr
Beginn: 9. September 2019
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R42025 Haan

Business English for Beginners A2 Intensivkurs

Jasmin Rinn-Erskine

Lehrmaterial: Business English for Beginners A2
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-521067-6)
Bitte kaufen Sie das Lehrwerk erst nach der ersten Unterrichtsstunde!

Der Kurs richtet sich an TN, die vor längerer Zeit Englisch gelernt haben, aber ihre Kenntnisse auffrischen möchten/müssen. Das Lehrwerk bezieht zudem Themen des Business English mit ein. Sie haben irgendwann einmal Englisch gelernt, gefühlt „alles“ wieder vergessen und brauchen nun Englisch in Ihrem Beruf? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie! Ihr gelerntes Wissen wird wiederholt und im beruflichen Kontext vertieft. Ziel ist es, Vertrauen zu schaffen, im beruflichen Alltag auf Englisch zu kommunizieren.

Längere Laufzeit (3 Unterrichtsstunden) pro Unterrichtstag!

12 x freitags, jeweils 16.00 - 18.15 Uhr
Beginn: 13. September 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
36 UStd.; 150,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R42029 Hilden

Englisch Vormittagskurs A2-B1 Conversation and Grammar Revision

Ulrike Lamade-Golz

Lehrmaterial wird von der Dozentin zur Verfügung gestellt.

Leichte Konversation zu interessanten und aktuellen Themen sowie Übungen zur Grammatik sind Inhalt dieses Kurses.

Join this course and have fun.

12 x dienstags, 11.05 - 12.35 Uhr
Beginn: 17. September 2019
Bürgerhaus Hilden, Mittelstraße 40, Hilden
Raum 31
24 UStd.; 61,- €

R42030 Hilden

Englisch Auffrischung&Konversation B1

Werner Mäurers

Lehrmaterial wird vom Dozenten zur Verfügung gestellt.

Sie möchten Ihre Englischkenntnisse auffrischen und die Sprechhemmungen in der fremden Sprache abbauen? Wir verbinden Auffrischung und Kommunikation in entspannter Atmosphäre, ergänzt um Texte und Grammatik, wovon auch Fortgeschrittene noch profitieren können.

12 x montags, 18.00 - 19.30 Uhr
Beginn: 9. September 2019
Förderzentrum Mitte (ehem. Ferdinand-Lieven-Schule)
Lortzingstraße 1, Hilden
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R42035 Hilden

Englisch für Wiedereinsteiger B1.2

Werner Mäurers

Lehrmaterial: Easy English B1.2 ab unit 10
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520823-9)

Dieser Kurs richtet sich an Wiedereinsteiger/-innen, die schon einmal auf fortgeschrittenem Niveau waren (vgl. B1), aber schon längere Zeit die Sprache nicht mehr aktiv benutzt haben. Die verschütteten Kenntnisse sollen wiederbelebt und neu strukturiert werden.

12 x donnerstags, 17.30 - 19.00 Uhr
Beginn: 12. September 2019
Helmholtz-Gymnasium Hilden, Nebengebäude Sek. II,
Am Holterhöfchen 26a, Hilden
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R42060 Hilden

Englisch für Wiedereinsteiger B1.2

Ulrike Lamade-Golz

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die in entspannter Atmosphäre ihre Englischkenntnisse auffrischen und erweitern wollen, um mehr sprachliche Sicherheit in Alltagssituationen und auf Reisen zu gewinnen.





12 x dienstags, 17.00 - 18.30 Uhr
 Beginn: 17. September 2019
 Helmholtz-Gymnasium Hilden, Nebengebäude Sek. II, Raum
 1, Am Holterhöfchen 26a, Hilden
 24 UStd.; 61,- €

R42070 Hilden

12 x mittwochs, 11.00 - 12.30 Uhr
 Beginn: 11. September 2019
 Bürgerhaus Hilden, Mittelstraße 40, Hilden
 Raum 31
 24 UStd.; 61,- €

R42235 Hilden

Englisch Auffrischkurs B1

Ado Petry

Teaching material will be provided by the teacher.

This course is focussed on speaking as well as grammar and vocabulary revision. You will consolidate your knowledge, improve your skills and become a more confident speaker.

12 x donnerstags, 10.00 - 11.30 Uhr
 Beginn: 12. September 2019
 Bürgerhaus Hilden, Mittelstraße 40, Hilden
 Raum 34
 24 UStd.; 61,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 10 / Max. 10 Teilnehmende

R42080 Hilden

Conversation in the evening B1

Elke Littmann

Teaching material will be provided by the teacher.

You are looking for an opportunity to speak English? Why not come and join us? We'll be having talks on topics such as travelling, friends, family, job and other personal fields of interest.

12 x mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr
 Beginn: 11. September 2019
 Helmholtz-Gymnasium Hilden, Nebengebäude Sek. II, Raum
 1, Am Holterhöfchen 26a, Hilden
 24 UStd.; 61,- €

R42240 Hilden

ENGLISCH MAL ANDERS

Language and Conversation Training B1

Alexandra Schmid

Teaching material will be provided by the teacher.

This course will help you lose your fear of talking and become a confident speaker of English. Brush up some grammar, read interesting texts, extend your vocabulary. The focus will be on conversation.

12 x donnerstags, 10.35 - 12.05 Uhr
 Beginn: 12. September 2019
 Bürgerhaus Hilden, Mittelstraße 40, Hilden
 Raum 31
 24 UStd.; 102,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R42230 Hilden

From Hobby To Knowledge Learn English by doing what you love



Carsten Kurte

This course is for all those people who love watching movies, readings books and comics and would like to train their English knowledge via those media. Have you always wanted to get to know your favorites in the original version? Let's do it together! From non-fiction via fiction to science-fiction, from the past to the future everything can be dealt with, as long as you loved the German version and want to experience the original now.

Your teacher is a graduated C2-level speaker, strictly mixing British and American English, flexible as required by the topics of your course, and a movie-comics-books-lover who wants to share his passion with you.

12 x montags, 19.15 - 20.45 Uhr
 Beginn: 9. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 24 UStd.; 102,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R42250 Hilden

Conversation in the morning B1

Rita Schäfer

Teaching material will be provided by the teacher.

We are a conversation circle of nice, open-minded members interested in discussing everyday topics as well as stories, articles, books etc.



ENGLISCH AUF HOHEM NIVEAU AB ZIELNIVEAU B2

Wednesday Morning Conversation I/B2

Annette Pfeiffer

Teaching material is supplied by the teacher.
Presentation technology is sometimes used to bring sound and colour into the classroom.

This lively group enjoys discussing a wide variety of topics. We keep up-to-date with Brexit and other subjects affecting the Anglo-German world and explore seasonal customs in different countries. Short stories, art, sports, music, historical events and social media - you name it, we discuss it! Participants are invited to give a presentation on a subject of their choice as we try to see the world through other people's eyes.

12 x mittwochs, 9.00 - 10.30 Uhr
Beginn: 11. September 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
24 UStd.; 61,- €

R42300 Hilden

Wednesday Morning Conversation II/B2

Annette Pfeiffer

Teaching material is supplied by the teacher.
Presentation technology is sometimes used to bring sound and colour into the classroom.

This lively group enjoys discussing a wide variety of topics. We keep up-to-date with Brexit and other subjects affecting the Anglo-German world and explore seasonal customs in different countries. Short stories, art, sports, music, historical events and social media - you name it, we discuss it! Participants are invited to give a presentation on a subject of their choice as we try to see the world through other people's eyes.

12 x mittwochs, 10.45 - 12.15 Uhr
Beginn: 11. September 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
24 UStd.; 61,- €

R42310 Hilden

Let's get talking B2

Elke Littmann

Teaching material will be provided by the teacher.

Expand your ability and knowledge of English in a relaxed way. This course helps you to extend your vocabulary and to improve your fluency. We will use texts, films, music and grammar games. New members are welcome.

12 x dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr
Beginn: 10. September 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
24 UStd.; 61,- €

R42350 Hilden

Let's Talk I B2/C1

Ado Petry

Teaching material will be provided by the teacher.

This lively group is interested in a variety of subjects and enjoys discussions based on current news stories, travel reports, short stories, song lyrics and other short texts. New members are welcome.

12 x dienstags, 8.45 - 10.15 Uhr
Beginn: 10. September 2019
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 7
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R42380 Haan

Let's Talk II B2/C1

Ado Petry

Teaching material will be provided by the teacher.

This lively group is interested in a variety of subjects and enjoys discussions based on current news stories with an emphasis on politics, travel reports, short stories, and other short texts. New members are welcome.

12 x dienstags, 10.25 - 11.55 Uhr
Beginn: 10. September 2019
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 7
24 UStd.; 61,- €

R42390 Haan

Conversation & Advanced Grammar B2+

Werner Mäurers

Teaching material will be provided by the teacher.

In this course you will improve your already clearly advanced English skills. We'll discuss current topics and amplify your grammar knowledge. We'll work with selected texts in different ways. You'll get the hang of all this!





12 x donnerstags, 16.00 - 17.30 Uhr
 Beginn: 12. September 2019
 Helmholtz-Gymnasium Hilden, Nebengebäude Sek. II, Raum
 1, Am Holterhöfchen 26a, Hilden
 24 UStd.; 102,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R42395 Hilden

ENGLISCHE LEKTÜRE UND LITERATUR

Englisch Lektürekurs am Vormittag B1

Ulrike Lamade-Golz

Teaching material will be provided by the teacher.

In this course we read and discuss varied texts of medium difficulty from a wide range of fictional and non-fictional literature such as short stories, books, newspaper articles etc.

12 x dienstags, 9.30 - 11.00 Uhr
 Beginn: 17. September 2019
 Bürgerhaus Hilden, Mittelstraße 40, Hilden
 Raum 31
 24 UStd.; 61,- €

R42400 Hilden

Literary afternoon tea

Barbara Schnatenberg

Let's meet for a cup of tea and chat about literature. We will discover works of American and English literature as well as British/American customs and traditions. Come along to discuss and exchange ideas while you enjoy your tea.

A selection of books will be presented at the first meeting and the group will choose the one(s) we will talk about together.

Da für diesen Kurs abgesehen von der Sprache auch literaturwissenschaftliche Kenntnisse Voraussetzung sind, bitten wir um vorherige Kontaktaufnahme mit der Sprachenberatung, da ansonsten keine Anmeldung möglich ist.

10 x donnerstags, 16.00 - 17.30 Uhr
 Beginn: 19. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
 20 UStd.; 51,- €

R42410 Hilden

ENGLISCH - JUNGE VHS

JungeVHS - Keep up your English B1 Fit für die Zentrale Abschlussprüfung in Klasse 10

Rainer Kadach

Dieser Kurs ist für Schüler geeignet, die sich auf die zentrale Abschlussprüfung in Englisch am Ende der Klasse 10 vorbereiten. Behandelt werden Übungsaufgaben zu den Kompetenzbereichen „Hörverstehen“, „Leseverstehen“ und „Wortschatz-Verfügbarkeit sprachlicher Mittel“. Außerdem werden wichtige grammatische Themen wiederholt (u.a. Zeiten und unregelmäßige Verben).

12 x dienstags, 17.30 - 19.00 Uhr
 Beginn: 10. September 2019
 Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
 Zufahrt über Wiesengrundstraße
 24 UStd.; 45,- € (bereits ermäßigt)

R42450 Haan

JungeVHS - from hobby to knowledge for Science-Fiction & Fantasy lovers (ab 14 J.)



Carsten Kurte

Dieser Kurs richtet sich an all diejenigen, die Science-Fiction lieben. Egal ob Filme, Comics oder Bücher; wir besprechen alles, was Euch interessiert. Zeigt uns Eure Lieblingsstories, egal auf welchem Medium, und wir wagen uns gemeinsam an die englische Originalversion.

Der Dozent ist ein erfahrener Englischlehrer und seit Jahrzehnten selbst Science-Fiction- und Fantasyfan. „Vielleicht kann man noch dazuschreiben. „Andere Genres wie z. B. Krimis und Comedy können wir auch behandeln.“

Wenn Euch der Kurs gefällt, kann er auf Wunsch fortgesetzt werden.

4 x samstags, 16.00 - 17.30 Uhr
 Beginn: 7. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
 8 UStd.; 28,- € (bereits ermäßigt)
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R42460 Hilden

ENGLISCH - AKTIV ÄLTER WERDEN

Englisch für Senioren in Hilden Refresher A2.2

Werner Mäurers

Lehrmaterial: Easy English A2.2 ab unit 3
 (Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520817-8)

Möchten Sie Ihre Englischkenntnisse auffrischen? Wir treffen uns in netter Runde, um stressfrei unsere vorhandenen Englischkenntnisse zu pflegen und auszubauen. Dabei üben wir leichtere Konversation - mit viel Vergnügen.



12 x dienstags, 16.00 - 17.30 Uhr
 Beginn: 10. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 24 UStd.; 102,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R42501 Hilden

SPANISCH SPANISCH ZIELNIVEAU A1

Spanisch 1. Semester/A1.1 in Haan für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse



Eva Bouscher-Keller

Lehrmaterial: Perspectivas ¡Ya! A1
 (Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-464-20488-7)

Für alle, die noch nie Spanisch gelernt haben und von Beginn an die Sprache erlernen möchten!

12 x montags, 18.00 - 19.30 Uhr
 Beginn: 9. September 2019
 Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
 Zufahrt über Wiesengrundstraße
 24 UStd.; 61,- €

R43000 Haan

Englisch für Senioren in Haan Refresher A2.2

Helga Busch

Lehrmaterial: Easy English A2.2
 (Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520817-8) ab unit 10

Möchten Sie Ihre Englischkenntnisse auffrischen? Wir treffen uns in netter Runde, um stressfrei unsere vorhandenen Englischkenntnisse zu pflegen und auszubauen. Dabei üben wir leichte Konversation - mit viel Vergnügen.

10 x dienstags, 14.00 - 15.30 Uhr
 Beginn: 10. September 2019
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
 20 UStd.; 51,- €

R42505 Haan

Spanisch 1. Semester/A1.1 in Hilden für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse



Sonia Urbina

Wir laden Sie herzlich ein, mit uns in diesem Anfängerkurs spielerisch die Sprache zu erlernen.

12 x mittwochs, 17.35 - 19.05 Uhr
 Beginn: 11. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 24 UStd.; 61,- €

R43001 Hilden

ENGLISCH MAL ANDERS

Irish Folk Afternoon mit Fragile Matt



Eine gelungene Reise durch die irische Musikwelt inklusive Alkoholtest auf die irische Art!

Die Band Fragile Matt, gegründet in Doolin, Irland, in 2008 von dem Iren David Hutchinson, ist mit ihrer Musik in Deutschland, Holland und Irland unterwegs - und nun auch bei uns! Geboten wird ein guter Mix aus traditionellen Folksongs, erheiternden Trinkliedern und anrührenden Klängen.

In der Pause können Sie Getränke käuflich erwerben und sich so für den zweiten Teil stärken.

Sonntag, 6. Oktober 2019, 17.00 - 18.45 Uhr
 2x45 Minuten plus Pause
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
 12,- € (Barzahlung vor Ort möglich)
 Bitte melden Sie sich rechtzeitig an! Eine Anmeldung garantiert die Teilnahme bei hohem Interesse und eine Information über Ausfall/Verschiebung.

R42600 Haan

Spanisch für Anfänger 2. Semester/A1.1 für Teilnehmer/-innen mit geringen Vorkenntnissen

Sonia Urbina

Lehrmaterial: Caminos A1 Neue Ausgabe, Lehr- und Arbeitsbuch
 (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-514954-0) ab unidad 3C

In netter Atmosphäre können Sie hier Ihre ersten Spanischkenntnisse sammeln.

12 x dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr
 Beginn: 10. September 2019
 Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
 Zufahrt über Wiesengrundstraße
 24 UStd.; 61,- €

R43002 Haan



Spanisch 3. Semester/A1.1 -effektiv-

N.N.

Lehrmaterial: Con gusto nuevo A1
(Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-514671-6) ab unidad 7

Dieser Kurs richtet sich an lerngewohnte Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen, die schnell lernen möchten, wie man sich in alltäglichen Gesprächssituationen verständigt. Parallel dazu wird das entsprechende Vokabular sowie die grundlegende Grammatik vermittelt.

12 x dienstags, 17.15 - 18.45 Uhr
Beginn: 10. September 2019
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
24 UStd.; 65,- €

R43003 Haan

Spanisch 4. Semester/A1.1

Tibimar Parisi-Ulke

Lehrmaterial: Perspectivas ¡Ya! A1
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-464-20488-7) ab unidad 11

In diesem Kurs werden Sie bald das Niveau A1 erreichen. Videosequenzen über landeskundliche Themen aus Spanien und Lateinamerika nach jeder Lektion wecken die Lust auf Land und Leute. Neue Teilnehmer, die A1 noch einmal festigen wollen, sind willkommen!

12 x mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr
Beginn: 11. September 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
24 UStd.; 61,- €

R43004 Hilden

Spanisch 5. Semester/A1

Sonia Urbina

Lehrmaterial: Caminos A1 Neue Ausgabe, Lehr- und Arbeitsbuch
(Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-514954-0) ab ca. unidad 9C

12 x mittwochs, 19.15 - 20.45 Uhr
Beginn: 11. September 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R43005 Hilden

SPANISCH FÜR DIE REISE

Spanisch für die Reise Teil 2

Josefa Mellado

Lehrmaterial: Spanisch à la Carte neu - Einstiegskurs für Reisende
(Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-514257-2) ca. ab unidad 7

In diesem Kurs werden die wichtigsten Reisesituationen für einen Urlaub in den spanischsprachigen Ländern trainiert. Sie lernen Nützliches für Ihre Reise und erhalten landeskundliche Informationen. Neue Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen sind herzlich willkommen!

12 x samstags, 11.00 - 12.30 Uhr
Beginn: 14. September 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
24 UStd.; 61,- €

R43006 Hilden

SPANISCH WIEDERHOLUNG A1

Spanisch Intensiv-Wiederholung A1 in den Herbstferien



Eva Bouscher-Keller

Lehrmaterial wird von der Dozentin zur Verfügung gestellt.

Wir laden Sie herzlich zu diesem Spanisch-Intensivkurs ein! In einer Woche wiederholen und vertiefen wir in kompakter Form, was Sie auf dem Niveau A1 gelernt haben sollten (vgl. „Perspectivas ¡Ya! A1“ inkl. indefinido und perfecto). Besonderer Wert wird auf die kommunikative Anwendung gelegt. Es werden z.B. die Sprechsituationen Small Talk, Einkauf&Restaurant, Flughafen&Hotel trainiert. Es ist ein idealer Zwischenkurs, bevor Sie sich auf die nächste Sprachstufe A2 begeben.

1. Ferienwoche, Montag, 14. bis Freitag, 18. Oktober 2019,
jeweils 9.30 - 13.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
25 UStd.; 106,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R43015 Hilden

SPANISCH ZIELNIVEAU A2

Spanisch A2

Josefa Mellado

Lehrmaterial: Perspectivas ¡Ya! A2 - Kurs- und Übungsbuch A2
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-464-20489-4)

Wir sind eine nette Gruppe, die nach einer intensiven A1-Wiederholung nun mit neuem Lerneifer in das Niveau A2 einsteigen.



Neue Teilnehmer mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen!

12 x donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr
 Beginn: 12. September 2019
 Helmholtz-Gymnasium Hilden, Nebengebäude Sek. II, Raum 6, Am Holterhöfchen 26a, Hilden
 24 UStd.; 61,- €

R43016 Hilden

Spanisch A2

Tibimar Parisi-Ulke

Wenn Sie einen Spanischkurs suchen, um Ihre bereits erworbenen Vorkenntnisse zu erweitern, dann sind Sie bei uns richtig! Es wird viel Wert auf einen kommunikativ ausgerichteten Unterricht gelegt. Durch abwechslungsreiche Texte und Aktivitäten werden Sie am Ende dieses Kurses das Niveau A2 abschließen. Viele Übungen dienen zur Festigung einer klar strukturierten Grammatik. Authentische Materialien mit interessanten landeskundlichen Inhalten regen zum freieren Sprechen an.

12 x mittwochs, 19.35 - 21.05 Uhr
 Beginn: 11. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 24 UStd.; 61,- €

R43022 Hilden

SPANISCH WIEDERHOLUNG A2

Spanisch Wiederholung A2

Tibimar Parisi-Ulke

Lehrmaterial: Perspectivas ¡Ya! A2 Kurs- und Übungsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-464-20489-4) ab unidad 13

Sie haben bereits Kurse auf A2-Niveau absolviert und möchten das Gelernte noch festigen und aufbauen? Es werden die wichtigsten Grammatikphänomene und Kommunikationsthemen wiederholt und geübt. Hierbei haben Sie die Möglichkeit, Wünsche und Bedürfnisse zu äußern. Dieser Kurs ist somit optimal für Sie! Durch abwechslungsreiche Texte und Aktivitäten werden Sie am Ende dieses Kurses das Niveau A2 abschließen. Viele Übungen dienen zur Festigung einer klar strukturierten Grammatik. Authentische Materialien mit interessanten landeskundlichen Inhalten regen zum freieren Sprechen an.

12 x dienstags, 9.00 - 10.30 Uhr
 Beginn: 10. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 24 UStd.; 61,- €

R43023 Hilden

SPANISCH ZIELNIVEAU B1

Spanisch 12. Semester/B1

Sonia Urbina

Lehrmaterial: Caminos Neu B1
 (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-514958-8)

Infotext folgt.

Nachdem wir das Lehrbuch Caminos Neu A2 beendet haben, starten wir gemeinsam in das Niveau B1.

12 x montags, 18.00 - 19.30 Uhr
 Beginn: 9. September 2019
 Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
 Zufahrt über Wiesengrundstraße
 24 UStd.; 102,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R43030 Haan

Spanisch für Fortgeschrittene B1 Vormittagskurs

Tibimar Parisi-Ulke

Lehrmaterial: Nuevo Español en Marcha B2
 (Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-414503-0) ab unidad 2

In diesem Kurs werden Sie langsam aber sicher Ihre Sprachkenntnisse von dem Niveau B1 auf das Niveau B2 erweitern. Besonders die kommunikativen Fähigkeiten und die Interaktion werden in diesem Kurs gefördert, indem wir aktuelle Themen behandeln. Außerdem werden Grammatikübungen sowie eine Selbstevaluierung am Ende jeder Lektion gemacht.

12 x dienstags, 10.30 - 12.00 Uhr
 Beginn: 10. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 24 UStd.; 61,- €

R43031 Hilden

SPANISCH ZIELNIVEAU B2

Conversación española avanzada B1-B2

Blanca Richter

Das Lehrmaterial wird von der Dozentin zur Verfügung gestellt.

Dieser Kurs richtet sich an fortgeschrittene Teilnehmer, die ihre guten Grundkenntnisse vertiefen und erweitern möchten.

En este curso los participantes tienen la oportunidad de profundizar y actualizar sus conocimientos del idioma español.



12 x dienstags, 18.15 - 19.45 Uhr
 Beginn: 10. September 2019
 Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
 Zufahrt über Wiesengrundstraße
 24 UStd.; 102,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R43135 Haan

Freitag, 15. November 2019, 18.30 - 22.00 Uhr
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 40,- € (Barzahlung vor Ort möglich)
 Bitte melden Sie sich rechtzeitig an! Eine Anmeldung garan-
 tiert die Teilnahme bei hohem Interesse und eine Information
 über Ausfall/Verschiebung.

R43997 Hilden

Spanisch für Fortgeschrittene B2

Eva Bouscher-Keller

Das Lehrmaterial wird von der Dozentin zur Verfügung gestellt.

Para amantes del español que tengan buenos conocimientos de la lengua y que deseen mejorar la destreza oral, reforzar estructuras gramaticales y ampliar vocabulario a través de conversaciones amenas sobre lecturas y noticias así como debates sobre temas de actualidad.

12 x montags, 19.35 - 21.05 Uhr
 Beginn: 9. September 2019
 Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
 Zufahrt über Wiesengrundstraße
 24 UStd.; 102,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R43140 Haan

SPANISCH MAL ANDERS

¡Viva el vino! Sprache&Wein

Eva Bouscher-Keller



Spanisch lernen bei einem Glas Rotwein...

Bei einer Rotweinprobe lernen Sie Weine aus einigen bekannten spanischen Weinregionen kennen. Wir werden gemeinsam 8 rote Weine verkosten und lernen dabei die Weine auf Spanisch zu beschreiben. Wir beschreiben, wie der Wein schmeckt, die Farbe, den Duft, den Geschmack, die Temperatur, die Konsistenz, die Säuren und die Gerbstoffe.

Ein Seminar in deutscher und spanischer Sprache. Für die Teilnahme sind Spanischkenntnisse der Niveaustufe A1 notwendig. Die Dozentin ist Muttersprachlerin und hat das Zertifikat „Wine Expert Silber“.

Gebühr inkl. Weinprobe 8 Weine, Wasser, Brot und Unterrichtsmaterialien.

ITALIENISCH ITALIENISCH ZIELNIVEAU A1

Italienisch - 1. Semester/A1.1 für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse



Ida Scifo

Lehrmaterial: Nuovo Espresso 1
 (Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-205438-9)

Infotext folgt.

12 x mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr
 Beginn: 11. September 2019
 Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
 24 UStd.; 61,- €

R44001 Hilden

Italienisch 2. Semester/A1.1 für Teilnehmer/-innen mit geringen Vorkenntnissen

Simonetta Gentilini-Schröder

Lehrmaterial: Con Piacere, A1
 (Klett-Verlag: ISBN 978-3-12-525180) ab lezione 2/3
 Weitere Materialien werden zur Verfügung gestellt.

In heiterer, entspannter Atmosphäre wollen wir uns in lockerer Runde der italienischen Sprache widmen. Benvenuti!

12 x mittwochs, 10.35 - 12.05 Uhr
 Beginn: 11. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 24 UStd.; 61,- €

R44002 Hilden

Italienisch 4. Semester/A1

Anna-Maria Altendorf

Lehrmaterial: Con Piacere, A1
 (Klett-Verlag: ISBN 978-3-12-525180) ab lezione 6



12 x donnerstags, 10.00 - 11.30 Uhr
 Beginn: 12. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 24 UStd.; 61,- €

R44004 Hilden

ITALIENISCH WIEDERHOLUNG A1

Italienisch Wiederholung & Auffrischung A1

Simonetta Gentilini-Schröder

Lehrmaterial: Intermezzo A1
 (Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-209600-6) ab lezione 1

Möchten Sie Ihre Italienischkenntnisse auffrischen? Wir treffen uns in netter Runde, um stressfrei unsere vorhandenen Italienischkenntnisse zu pflegen und auszubauen. Dabei üben wir leichte Konversation mit viel Vergnügen.

Neue Teilnehmer/-innen mit entsprechenden Grundkenntnissen sind herzlich willkommen!

12 x montags, 10.00 - 11.30 Uhr
 Beginn: 9. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 24 UStd.; 61,- €

R44010 Hilden

ITALIENISCH ZIELNIVEAU A2

Italienisch A2

Simonetta Gentilini-Schröder

Lehrmaterial: Con Piacere A2, Band 2
 (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-525183-0) ab lezione 1/2
 Weitere Materialien werden zur Verfügung gestellt.

Sie möchten Ihre Italienischkenntnisse auffrischen und die Sprechhemmungen in der fremden Sprache abbauen? Wir verbinden Auffrischung und Kommunikation in entspannter Atmosphäre, ergänzt um Texte und Grammatik, wovon auch Fortgeschrittene noch profitieren können.

12 x mittwochs, 9.00 - 10.30 Uhr
 Beginn: 11. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 24 UStd.; 61,- €

R44023 Hilden

ITALIENISCH ZIELNIVEAU B1

Italienisch für Fortgeschrittene B1

Vita Maragliotti

Lehrmaterial: Con Piacere B1
 (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-525186-1) ab lezione 5

Bella Italia! Bello parlare italiano.

In diesem Kurs können Sie ihre Vorkenntnisse festigen und ausbauen. Wir sind eine sehr fröhliche und offene Gruppe, die mit Spaß und Liebe an der Sprache jedes Semester dazu lernt.

Vor allem aber setzen wir uns jedes Semester thematisch immer wieder neue Ziele. Schauen Sie doch vorbei. Noi vi aspettiamo.

12 x mittwochs, 18.25 - 19.55 Uhr
 Beginn: 11. September 2019
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
 24 UStd.; 61,- €

R44032 Haan

Italienisch für Fortgeschrittene B1 Wiederholung und Vertiefung

Simonetta Gentilini-Schröder

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. R44032

12 x donnerstags, 18.30 - 20.00 Uhr
 Beginn: 12. September 2019
 Helmholtz-Gymnasium Hilden, Nebengebäude Sek. II, Raum
 5, Am Holterhöfchen 26a, Hilden
 24 UStd.; 102,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R44070 Hilden

FRANZÖSISCH FRANZÖSISCH ZIELNIVEAU A1

Französisch 2. Semester/A1.1 für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen

Bettina Spiekermann-Freitag

Lehrmaterial: On y va! A1
 (Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-103325-5) ab leçon 4

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen, die systematisch die französische Sprache erlernen möchten. In Alltagssituationen werden gezielt die 4 Kompetenzen Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben trainiert, wobei besonderer Wert auf die mündliche Kommunikation gelegt wird.



12 x donnerstags, 19.15 - 20.45 Uhr
 Beginn: 12. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 24 UStd.; 102,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R45002 Hilden

12 x mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr
 Beginn: 11. September 2019
 Helmholtz-Gymnasium Hilden, Nebengebäude Sek. II, Raum
 3, Am Holterhöfchen 26a, Hilden
 24 UStd.; 102,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R45115 Hilden**Französisch 4. Semester/A1**

Bettina Spiekermann-Freitag

Lehrmaterial: On y va! A1
 (Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-103325-5) ca. ab leçon 8/9

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen.
 Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen!

12 x freitags, 10.00 - 11.30 Uhr
 Beginn: 13. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 24 UStd.; 61,- €

R45004 Hilden**Französisch 7. Semester/A1**

Chantal Plümacher

Lehrmaterial wird am 1. Unterrichtstag bekannt gegeben.

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die noch Schwierigkeiten haben, frei zu sprechen. Sie haben die Möglichkeit, Ihre Sprechhemmungen abzubauen und das freie Sprechen zu üben. Vorgesehen sind u.a. das Lesen von Lektüren und Gespräche darüber sowie eine systematische Wiederholung der Grammatik.

12 x dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr
 Beginn: 10. September 2019
 Helmholtz-Gymnasium Hilden, Nebengebäude Sek. II, Raum
 3, Am Holterhöfchen 26a, Hilden
 24 UStd.; 61,- €

R45007 Hilden**FRANZÖSISCH ZIELNIVEAU A2****Conversation française facile A2**

Chantal Plümacher

Lehrmaterial: A bientôt 2
 (Klett-Verlag, ISBN: 978-3125282001) ab leçon 4

Der Schwerpunkt dieses Kurses liegt auf der Förderung und Verbesserung der mündlichen Kommunikation. Daneben werden weiterhin die Grammatikkenntnisse wiederholt und aufgefrischt sowie das Lese- und Hörverständnis trainiert.
 A bientôt!

FRANZÖSISCHE KONVERSATION B2**Conversation française B2**

Chantal Plümacher

Conversation de „très bon“ niveau.

Adieu le „stress“ de tous les jours. La porte se ferme, nous sommes en France! Hourra!! Dans une ambiance joyeuse venez:

- Discuter (bien sûr qu'en Français) sur les événements français et mondiaux.
- Lire les articles de journaux.
- Réviser notre „belle“ grammaire.

A bientôt!

12 x dienstags, 9.30 - 11.00 Uhr
 Beginn: 10. September 2019
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 8
 24 UStd.; 102,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R45200 Haan**Conversation française B2****groupe 1**

Chantal Plümacher

Bienvenue dans notre cours de conversation de „haut“ niveau.

- Que se passe-t-il quotidiennement en France et dans le monde? Nous lisons des journaux Français, nous en discutons sans oublier bien sûr, nos coutumes et nos traditions.
 - Venez vous joindre à nous pour exprimer vos idées!
 - Nous vous accueillons tous chaleureusement.
- Ah! Oui nous n'oublions pas les points forts de notre grammaire.

12 x donnerstags, 9.00 - 10.30 Uhr
 Beginn: 12. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 24 UStd.; 102,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R45231 Hilden**Conversation française B2****groupe 2**



Chantal Plümacher

Bienvenue dans notre cours de conversation de „haut“ niveau.

- Que se passe-t-il quotidiennement en France et dans le monde? Nous lisons des journaux Français, nous en discutons sans oublier bien sûr, nos coutumes et nos traditions.
 - Venez vous joindre à nous pour exprimer vos idées!
 - Nous vous accueillons tous chaleureusement.
- Ah! Oui nous n'oublions pas les points forts de notre grammaire.

12 x donnerstags, 10.45 - 12.15 Uhr
 Beginn: 12. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 24 UStd.; 61,- €

R45232 Hilden

Conversation libre

Chantal Plümacher

Bienvenue dans notre conversation libre: c'est à dire que vous conversez librement, sans contrainte! C'est vous qui choisissez les thèmes qui nous motivent à discuter, à prendre part, et à défendre nos idées. Un petit groupe sympathique vous attend! A bientôt!

4 x donnerstags, 10.45 - 12.15 Uhr
 Beginn: 9. Januar 2020
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 8 UStd.; 34,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R45240 Hilden

FRANZÖSISCH - JUNGE VHS

JungeVHS - Französisch-Ferienkurs für Schüler/-innen zur Festigung der Klasse 7 in der 1. Sommerferienwoche

Bettina Spiekermann-Freitag

Lehrmaterial wird von der Dozentin zur Verfügung gestellt.

Der Kurs richtet sich an Schüler/-innen der Klasse 7. Wichtige Grammatikthemen des Schuljahres werden in Rücksprache mit den Schüler(-inne)n gemeinsam wiederholt und gefestigt.

1. Ferienwoche, Montag, 15. bis Freitag, 19. Juli 2019, jeweils 9.30 - 11.00 Uhr
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
 10 UStd.; 35,- € (bereits ermäßigt)
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R45301 Hilden

NIEDERLÄNDISCH

Niederländisch 1. Semester/A1.1 für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse



Tineke Brouwer

Lehrmaterial wird von der Dozentin gestellt.

Haben Sie ein Ferienhaus, ein Boot oder einen Wohnwagen in den Niederlanden? Oder gibt es Niederländische Freunde, einen Niederländischen Schwiegersohn oder eine Schwiegertochter oder sogar Enkelkinder, die Niederländisch sprechen und Sie wollen jetzt endlich die Sprache lernen? Was Sie auch für einen Grund haben, Niederländisch zu lernen, bei uns sind Sie an der richtigen Adresse. Schritt für Schritt lernen wir die Niederländische Sprache durch abwechslungsreiche Übungen und Lernstrategien. Landeskunde fehlt natürlich nicht, und die vielen typisch Niederländischen „Eigenheiten“ werden spür- und erlebbar gemacht.

12 x dienstags, 18.15 - 19.45 Uhr
 Beginn: 10. September 2019
 Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
 24 UStd.; 61,- €

R47001 Hilden

Niederländisch 5. Semester/A1

Tineke Brouwer

Lehrmaterial: Wat leuk A1 (Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-005460-2) ab Lektion 7/8

Sie haben ein paar Semester Niederländisch gelernt und wollen ihre Kenntnisse vertiefen und ausbauen? Dann sind Sie herzlich willkommen im 5. Semester Niederländisch. Auf dem Programm stehen: Abwechslungsreiche Sprechübungen, das vergrößern der Wortschatz, mündliche und schriftliche Aufgaben, ein wenig Rechtschreibung und eine Menge Spaß. Landeskunde fehlt natürlich nicht und durch viele typisch niederländische „Eigenheiten“ wird Ihnen die Niederlande und die Niederländer ein Stück näher gebracht.

12 x dienstags, 9.30 - 11.00 Uhr
 Beginn: 10. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 24 UStd.; 61,- €

R47005 Hilden

ISLÄNDISCH

Isländisch 3. Semester/A1.1

Jovana Stefansdottir

Lehrmaterial wird am 1. Tag bekannt gegeben.

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die bereits ein wenig Isländisch gelernt haben. Alle Teilnehmer mit Interesse an der isländischen Sprache und Kultur sind herzlich willkommen!



12 x dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr
 Beginn: 10. September 2019
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
 24 UStd.; 102,- €

R47103 Haan

INDONESISCH

Indonesisch für die Reise Schnupper-Workshop

Johannie Koster

Lehrmaterial wird am 1. Tag bekannt gegeben.

In diesem Schnupper-Workshop bekommen Sie einen ersten Einblick in die indonesische Sprache und die indonesische Kultur. Alle Indonesienfreunde sind herzlich willkommen!

An diesen Schnupper-Workshop schließt nahtlos der Kurs „Indonesisch 1. Semester“ an.

4 x freitags, 17.00 - 18.30 Uhr
 Beginn: 13. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
 8 UStd.; 34,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R47200 Hilden

Indonesisch für die Reise 1. Semester/A1.1

Johannie Koster

Lehrmaterial wird am 1. Tag bekannt gegeben.

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmende ohne oder mit geringen Vorkenntnissen.

Teilnehmer/-innen des Schnupper-Workshops sowie neue Teilnehmer sind herzlich willkommen!

Für Interessierte mit Vorkenntnissen kann auf Anfrage ein Fortgeschrittenkurs eingerichtet werden.

8 x freitags, 17.00 - 18.30 Uhr
 Beginn: 8. November 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
 16 UStd.; 68,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R47201 Hilden

CHINESISCH

Chinesisch Schnupper-Workshop für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse

Sandra Klefges



Lehrmaterial wird von der Dozentin zur Verfügung gestellt.

In diesem Schnupper-Workshop bekommen Sie einen ersten Einblick in die jahrtausendealte, faszinierende Sprache Mandarin (Hochchinesisch). Lernen Sie ein wenig Smalltalk, verschaffen Sie sich einen Einblick in die komplizierte Zusammensetzung der Schriftzeichen und erfahren Sie Grundlegendes über die chinesische Kultur. Alle Chinafreunde sind herzlich willkommen!

Die Dozentin ist Magister der Sinologie. Im Zuge ihres Chinesischstudiums hat sie ein Jahr in Taiwan studiert und gearbeitet, war danach in der freien Wirtschaft tätig und widmet sich nun der Erwachsenenbildung, gibt Sprachkurse und hält u.a. Seminare über interkulturelle Kompetenz China.

An diesen Schnupper-Workshop schließt nahtlos der Kurs „Chinesisch 1. Semester/A1.1“ an.

4 x mittwochs, 17.30 - 19.00 Uhr
 Beginn: 18. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
 8 UStd.; 34,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R47300 Hilden

Chinesisch 1. Semester/A1.1 für Teilnehmer/-innen mit sehr geringen Vorkenntnissen

Sandra Klefges



Lehrmaterial: Lóng neu A1-A2 Chinesisch für Anfänger
 Kursbuch (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-528960-4)
 Übungsbuch (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-528961-1)

Lernen Sie auf Chinesisch (Mandarin) Alltagssituationen zu meistern: sich vorstellen, kleine Smalltalks halten, einkaufen, Geld wechseln etc. sind Themen, mit denen Sie vertraut gemacht werden. Dazu werden die wichtigsten Schriftzeichen vermittelt. Selbstverständlich werden auch kleine Exkurse zu kulturellen Gegebenheiten nicht fehlen.

Anfängern wird empfohlen, vorher am Schnupper-Workshop teilzunehmen. Neue Teilnehmer/-innen sind ebenfalls herzlich willkommen, sollten dann aber über geringe Vorkenntnisse verfügen.

Für Interessierte mit Vorkenntnissen kann auf Anfrage ein Fortgeschrittenkurs eingerichtet werden.



8 x mittwochs, 17.30 - 19.00 Uhr
 Beginn: 30. Oktober 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
 16 UStd.; 68,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R47301 Hilden

KROATISCH

Kroatisch für die Reise Schnupper-Workshop

Silva Marjanovic

Lehrmaterial wird am 1. Tag bekannt gegeben.

In diesem Schnupper-Workshop bekommen Sie einen ersten Einblick in die kroatische Sprache und die kroatische Kultur. Alle Kroatiensfreunde sind herzlich willkommen! An diesen Schnupper-Workshop schließt nahtlos der Kurs „Kroatisch für die Reise - 1. Semester/A1.1“ an.



4 x dienstags, 17.45 - 19.15 Uhr
 Beginn: 10. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 8 UStd.; 34,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R47500 Hilden

Kroatisch für die Reise 1. Semester/A1.1

Silva Marjanovic

Lehrmaterial wird am 1. Tag bekannt gegeben.

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmende ohne oder mit geringen Vorkenntnissen. Teilnehmer des Workshops sowie neue Teilnehmer sind herzlich willkommen!

Für Interessierte mit Vorkenntnissen kann auf Anfrage ein Fortgeschrittenkurs eingerichtet werden.



10 x dienstags, 17.45 - 19.15 Uhr
 Beginn: 29. Oktober 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 20 UStd.; 85,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R47501 Hilden

Kroatisch für die Reise 2. Semester/A1.1

Silva Marjanovic

Lehrmaterial: Krenimo na odmor!
 (Hueber Verlag. ISBN: 978-3-19-707243-2) ca. ab Lektion 5

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die bereits ein wenig Kroatisch gelernt haben. Alle Teilnehmer/-innen mit Interesse an der kroatischen Sprache und Kultur sind herzlich willkommen!

12 x montags, 18.30 - 20.00 Uhr
 Beginn: 9. September 2019
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
 24 UStd.; 102,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R47502 Hilden

JungeVHS - Kroatisch für Kinder

Silva Marjanovic



Dieser Kurs ist für alle kroatisch interessierte Schulkinder geeignet! (Mindestalter?)

Ihr wollt Euch endlich auf Kroatisch mit Oma und Opa unterhalten können? Im Urlaub in Kroatien selber Euer Eis bestellen können? Dann ist das genau der richtige Kurs für Euch! Es sind keine sprachlichen Vorkenntnisse nötig; ein zusätzlicher Kurs für Fortgeschrittene kann auf Anfrage eingerichtet werden.

Details sind noch zu klären

R47505

GRIECHISCH

Griechisch 3. Semester/A1.1

Theodore Tsakiridis

Lehrmaterial: Pame! A1 Kursbuch und Arbeitsbuch
 (Hueber-Verlag, ISBN: 978-3190054046 und 978-3190254040) ab Lektion 6

Dieser Kurs wendet sich an alle, die sich für die griechische Sprache, Land und Leute interessieren. Herzlich willkommen sind Teilnehmer/-innen mit vergleichbaren Vorkenntnissen.

12 x mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr
 Beginn: 11. September 2019
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
 24 UStd.; 102,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R47903 Haan



Griechisch für Fortgeschrittene A2

Theodore Tsakiridis

Lehrmaterial wird am 1. Kurstag bekannt gegeben.

Dieser Kurs richtet sich an alle Teilnehmer/-innen, die bereits gute Sprachkenntnisse (vergleichbar Niveau A1/A2) erworben haben und diese nun in netter Runde vertiefen wollen. Diese Gruppe vereint Jung und Alt in Ihrer Liebe zu Griechenland und zur griechischen Sprache - neue Teilnehmer/-innen mit ähnlichen Vorkenntnissen sind herzlich willkommen!

12 x dienstags, 17.30 - 19.00 Uhr
Beginn: 10. September 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
24 UStd.; 120,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 4 / Max. 6 Teilnehmende

R47909 Hilden

INTERNATIONAL

Let's sing Weihnachtslieder ein internationales Weihnachtsliedersingen



Walter Weitz

Biegen wir beschwingt in die Schlussgerade vor dem schönsten Fest des Jahres ein: mit Liedern aus 8 Ländern in 7 Sprachen, vom traditionellen Lied aus den Bergen Italiens bis zum Jazz-Standard aus den USA; in den Hauptrollen Santa Claus, Sint Nicolaas, Papa Noël, ein Eselchen auf dem Weg nach Bethlehem und Rudolph, das rotnasige Rentier. Schneetreiben, Schlittenfahrten, Sternenhimmel, Winterkälte und der Wunsch nach Frieden - und das alles zum Mitsingen (auf der Leinwand), Mitsingen oder Mitsummen oder auch nur zum Zuhören.

Es erklären die Texte, stimmen an, begleiten und erzählen die eine oder andere Anekdote zu den Liedern:

Walter Weitz, kabarettprobter Fremdsprachenfan mit Gitarre, Banjo und Ukulele und Klaus Knierim mit Akkordeon und Banjo.

In der Pause können Sie Wasser und Glühwein „mit“ und „ohne“ käuflich erwerben und sich so für den zweiten Teil stärken.

Freitag, 6. Dezember 2019, 18.00 - 19.45 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
18,- € (Barzahlung vor Ort möglich)
Bitte melden Sie sich rechtzeitig an! Eine Anmeldung garantiert die Teilnahme bei hohem Interesse und eine Information über Ausfall/Verschiebung.

R49999 Haan

Vorbemerkungen zu den Fachbereichen 5, 6 und 7.

Fachbereichsleitung: Dr. Frank Lungenstraß

Im **Bereich der beruflichen Bildung (Kurs-Nr. R55000 ff.)** werden einerseits die bisherigen Angebote für Business- und Firmenschulungen fortgeführt, andererseits Angebote zur beruflichen Entwicklung verfolgt. Das Angebot reicht von der wieder neu aufgelegten Seminarreihe „Finanzbuchführung“ (R55300 ff.) über Stimmtraining (R55110) und Körpersprache (R55112) bis zu Schlagfertigkeitstraining für Frauen (R55111) bzw. für jedermann (R55122). Außerdem ist das Seminar „Social Media für Unternehmen“ (R55502) und auch das Angebot „Ich mache mich selbständig - aber wie“ (R55501) wieder im Programm.

Die Resonanz auf diese Angebote ist teilweise sehr unterschiedlich – offenbar erwarten die Teilnehmer diese Themenfelder nicht unbedingt bei der VHS, so dass eine intensive Werbung sehr wichtig ist. Das Feedback auf alle Seminare ist dann immer sehr positiv, so dass auch neue Angebote immer wieder wichtig sind.

Im **EDV-Bereich (Kurs-Nr. R58000 ff.)** werden auch im kommenden Semester wie bisher attraktive Nischen gesucht und neue Themen angeboten. Gerade Intensivkurse bzw. Kleingruppenangebote sind hier sehr erfolgreich.

Grundlagenkurse für Microsoft Windows 10 und Microsoft Office 2016 werden für verschiedene Zielgruppen und mit unterschiedlichen Schwerpunkten angeboten. Vergleichbare Inhalte werden aber in der Regel nicht parallel als Wochenend-Seminare als auch als Abendkurse angeboten. Bei Aufbaukursen- und Seminaren wird das Angebot im Wesentlichen beibehalten.

Neben den genannten Standardangeboten sind auch im 2. Semester 2019 auch zwei Semester-Aktuelle Themen im Angebot: In Kurs R58401 sollen technische und rechtliche Fragen zur eigenen Website beantwortet werden, denn die klassischen Stolperstellen sorgen bekanntermaßen immer wieder für Probleme. Außerdem geht es im Seminar R58403 um das bevorstehende Support-Ende von Windows 7, das sich immer noch auf rund einem Viertel aller privaten PC's befinden soll. Ganz passend heißt das Thema hier „Das Ende ist nah – was ist zu tun?“

Für die „Junge VHS“ sind wegen der etwas geänderten Nachfrage weiterhin nur zwei unterschiedliche Kurse (R58311 ff.) geplant – die Erfahrungen mit dem etwas höheren Mindestalter von ca. 10 Jahren sind dabei nach wie vor sehr gut.

Im **Bereich Schulabschlüsse (Kurs-Nr. R600 ff.)** werden im kommenden Semester die Angebote im bisherigen Umfang fortgeführt, Änderungen sind nicht geplant. Es beginnen daher im neuen Schuljahr zwei Kurse zum Erwerb des mittleren Schulabschlusses (R608 Nachmittags, R610 Abends) sowie je einen Tageslehrgang zum Erwerb des Hauptschulabschlusses Klasse 9 (R612) bzw. zum Erwerb des mittleren Schulabschlusses in 18 Monaten (R611). Die Lehrgänge R611 und R612 werden über den Europäischen Sozialfonds (ESF) finanziert.

Zum **Fachbereich 7** (Berufsqualifizierung, Firmenschulungen) wird in der Sitzung ggf. kurz berichtet.



Erkennbar besser sein - Image und Charisma - Motivation zur Entfaltung der Persönlichkeit

Monika Scherbaum

Erfolg ist nicht nur das Ergebnis einer großen beruflichen Leistung und Kompetenz, sondern gleichzeitig auch das Ergebnis einer gelungenen Selbstdarstellung und Ausstrahlung.

Eine gute Ausstrahlung ist keine Frage der Schönheit, sondern der Präsenz und Authentizität, und das lässt sich ganz leicht trainieren. Wie Sie sich ins rechte Licht rücken, selbstbewusst auftreten und letztlich erkennbar besser sind, hängt also ganz von Ihnen ab. Sie sind einzigartig - zeigen Sie es!

- Image und Charisma - der Kern Ihrer Persönlichkeit
- Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Selbstmotivation und Zielsetzung
- Erkennen des persönlichen Potentials
- Persönliches Auftreten und dessen Wirkung
- Authentisches Verhalten
- Selbstbewusste Kommunikation
- Besser überzeugen - Souverän einen Standpunkt / eine Meinung vertreten
- Nonverbale und verbale Signale wahrnehmen
- Bewusste Körpersprache
- Menschenkenntnis verbessern

Die Dozentin ist Cheftrainerin des Roland Geisselhart Team NRW.

Samstag, 26.10.2019
jeweils 10.00 - 17.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
8 UStd.; 67,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R55106 Hilden

MOTIVATION & KONZENTRATION

VHS-Intensiv: Erfolg beginnt im Kopf Mental stark, motiviert und leistungsfähig

Monika Scherbaum

Erfolg ist eine Frage der Einstellung - wenn der Kopf nicht mitspielt, kommt auch die berufliche und persönliche Weiterentwicklung nicht zum Tragen.

Dieses interaktive Seminar mit Kurzvorträgen und praktischen Übungen macht Ihnen klar, worauf es wirklich ankommt, um das zu erreichen, was wirklich wichtig ist. Sie lernen zum Beispiel, mit Misserfolgen umzugehen, denn Misserfolge haben ihre Ursache fast immer in uns und nicht in der Aussenwelt. Ihre innere Klarheit, Ihre emotionale Stärke und Ihre kommunikative Kompetenz sind die Kerneigenschaften dafür, das auch Sie eine beeindruckende Persönlichkeit werden. Lernen Sie die Schlüsselfaktoren kennen, um sie wie selbstverständlich in Ihren Alltag einzubinden. Dann steht Ihrem Erfolg nichts mehr im Wege.

- Erkennen des persönlichen Potenzials
- Welche Bedeutung hat das Unterbewusstsein
- Wie lässt sich das Unterbewusstsein steuern?
- Selbstmotivation - Programmierung zum Erfolg
- Ruhe und Kraft für eigene Visionen erlangen
- Ziele setzen und erreichen durch Strategien und Planung
- Emotionen richtig steuern
- Stärkung der Überzeugungskraft

Die Dozentin ist Gedächtnistrainerin und Cheftrainerin des Roland Geisselhart Team NRW

Sonntag, 29.09.2019
jeweils 10.00 - 17.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
8 UStd.; 67,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R55107 Haan

STIMMTRAINING

VHS-Intensiv: Stimmtraining Ihre Stimme - Ihre Wirkung - Ihr Auftritt

Dagmar Kasel

Kennen Sie das?

- In stressigen Situationen rutscht ihre Stimme unangenehm nach oben
 - Sie möchten lauter und mit mehr Klang sprechen
 - Ihre Stimme zittert bei Aufregung
 - Sie möchten gerne sicherer und selbstbewusster wirken
- Dann kann Ihnen dieses Seminar wertvolle Tipps und Hilfestellungen geben.
Die Stimme ist Ausdruck unserer Persönlichkeit. Mit dem Klang unserer Stimme können wir Sympathien wecken. Mit der richtigen Betonung und einer angenehmen Tonmelodie erzielen wir Aufmerksamkeit. Dieses Seminar enthält viele praktische Übungseinheiten zur Artikulation und Betonung, zur Körperhaltung, zum Erlernen der Bauchatmung und zum Trainieren und Pflegen der Stimme. Ihr Sprechen wird dadurch deutlicher, pointierter und lebendiger. Sie lernen einfache Techniken kennen, wie Sie den Klang Ihrer Stimme verbessern und sich dadurch in Konferenzen, Vorträgen oder in Gesprächen besseres Gehör verschaffen können.

Die Dozentin arbeitet schon viele Jahre als selbstständige Trainerin in den Bereichen Kommunikation und Emotionale Kompetenz. Auf den Zusammenhang zwischen Körper, Atmung und Stimmwirkung legt sie dabei besonderen Wert.

2 x donnerstags und freitags, 18.30 - 21.30 Uhr
Beginn: 10. Oktober 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
8 UStd.; 67,- €

R55110 Hilden



STIMMTRAINING

VHS-Intensiv: Selbstbewusst und spontan kontern

Ein Schlagfertigkeitstraining für Frauen

Dagmar Kasel



Kennen Sie diese Gedanken?

- Mir fällt immer erst hinterher ein, was ich hätte sagen können
- Ich möchte besser auf verbale Angriffe reagieren können
- Hoffentlich sieht mir meine Unsicherheit/Aufregung niemand an
- Ich möchte gerne präserter und selbstbewusster wirken

Dann werden Sie in diesem Seminar Antworten, Hilfestellungen, Anregungen und Tipps bekommen.

Das Seminar ist ein Praxisseminar mit besonders vielen Übungsangeboten. Sie werden Übungen zur Körpersprache machen und den Einsatz der eigenen Stimme trainieren. Außerdem werden Sie verschiedene Kommunikations/Schlagfertigkeitstechniken kennenlernen und ausprobieren, die Sie im privaten und beruflichen Alltag nutzen können. So erlangen Sie mehr Sicherheit, um in schwierigen Situationen gelassen und schlagfertig reagieren zu können.

Alle Übungen sind als Angebot zum Mitmachen zu verstehen. Auch wer bei manchen Übungen nur zuschauen möchte, ist herzlich willkommen.

2 x donnerstags und freitags, 18.30 - 21.30 Uhr
Beginn: 12. Dezember 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
8 UStd.; 67,- €

R55111 Hilden

KÖRPERSPRACHE

VHS-Intensiv: Körpersprache wahrnehmen und bewusst einsetzen

Dagmar Kasel



Sind Sie neugierig, darauf, ...

- wie Sie durch gezielten Einsatz Ihrer Körpersprache Ihren Gesamteindruck verändern können?
- wie Sie Körpersprache im Stehen und im Sitzen aktiv einsetzen können
- wie Sie Raum einnehmen können und präserter erscheinen
- wie Sie Verhaltensmuster wie Flucht, Angriff und Starre erkennen und verändern

Dann werden Sie in diesem Seminar Antworten, Anregungen und Tipps bekommen.

Wir werden gemeinsam und in Paaren viele Übungen zur Körpersprache machen. Dabei geht es darum, sie bewusst wahrzunehmen, bewusst einsetzen und ihre Wirkung auf unser Gegenüber zu beobachten und zu reflektieren. Das führt zu mehr Sicherheit, um in den verschiedensten Situationen souverän und angemessen reagieren zu können.

Alle Übungen sind als Angebot zum Mitmachen zu verstehen. Auch

wer bei manchen Übungen nur zuschauen möchte, ist herzlich willkommen.

Samstag, 21. September 2019, 14.30 - 17.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
4 UStd.; 39,50 €

R55112 Hilden

RHETORIK & VORTRAG

JungeVHS - Jetzt rede ich!

Rhetorik-Seminar mit Zertifikat für Schüler und Schülerinnen von 11-14 Jahren in den Osterferien

Monika Scherbaum

Wer kennt das nicht: Inhaltlich ein toll vorbereitetes Referat oder guter Redebeitrag - aber keine tolle Note. Unsicherheit im Auftritt, Lampenfieber oder störende Klassenkollegen, schwacher Vortrag und Ausstrahlung.

Selbstbewusstsein und Selbstsicherheit sind keine natürlichen Begabungen, sondern erlernbar. Die Beherrschung von Grundkenntnissen in der Rhetorik, also wie ich etwas präsentiere, ist notwendig, um bei Zuhörern einen bleibenden guten Eindruck zu hinterlassen. Das gilt für Referate, Prüfungen und mündliche Beiträge in der Klasse, wie auch für den privaten Bereich und stärkt das Selbstvertrauen. Der sichere Umgang mit Körpersprache und Stimme ist ebenfalls sehr wichtig, bewirkt Anerkennung und gibt Selbstsicherheit bei Vorstellungsgesprächen und Bewerbungsgesprächen.

- Referate strategisch klug vorbereiten und gekonnt halten
- Lampenfieber in den Griff bekommen
- Atem, Stimme und Körpersprache
- Selbstbewusst auftreten
- Wortbeiträge strukturieren
- Überzeugend einen Standpunkt vertreten
- Zuhörer und Gesprächspartner überzeugen
- Argumentationsarten - faire und unfaire Argumente
- In Diskussionen bestehen

In dem praxisorientierten Seminar werden schulische und private Situationen geübt, praktisch erprobt und vertieft und rhetorische Fähigkeiten verbessert. Zum Abschluss wird das Teilnahme-Zertifikat ausgehändigt.

Die Dozentin ist Gedächtnistrainerin und Cheftrainerin des Roland Geisselhart Team NRW

2 x mittwochs und donnerstags, 9.30 - 16.00 Uhr
Beginn: 16. Oktober 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
16 UStd.; 87,- € (bereits ermäßigt)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R55115 Hilden

Bitte beachten Sie, dass bei Kleingruppen (Mindestzahl der Teilnehmenden unter 11 Personen) generell keine Ermäßigung möglich ist. Ausnahmen sind angeben.



Schlagfertigkeitstraining - Geistiges Jiu-Jitsu und Verbalkarate

Christoph Dahms

In diesem Seminar wird die Behandlung von Einwänden und Gegenargumenten trainiert. Dadurch werden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in schwierigen Verhandlungen sicher, überzeugend und selbstbewusst. Wir werden den aktiven Wortschatz erweitern, damit auch in den Stresssituationen der harten Auseinandersetzung die erforderlichen Worte spontan einfallen. Dadurch wird deutlich schneller und besser reagiert.

Es werden die Techniken der Schlagfertigkeit vermittelt und in verschiedenen praktischen Übungen effizient trainiert. Die Abwehr unfairer aggressiver Angriffe bildet einen weiteren Schwerpunkt dieses Seminars.

Die Teilnehmenden reflektieren Situationen aus ihrer eigenen Praxis, in denen sie Angriffen und unfairen Mitteln des Gegners ausgesetzt waren.

Einige Inhalte:

- mit Angriffen sicher argumentativ umgehen
- aktiv Zuhören, um Gegenargumente zu entkräften
- in Gesprächen auf unfaire Strategien geeignet reagieren
- Einwände und (unfaire) Angriffe schlagfertig behandeln
- Schlagfertigkeitstechniken gezielt einsetzen
- Manipulation erkennen und abwehren
- professionell Beeinflussungsprozesse gestalten
- eigene Betroffenheit überwinden
- mit Störern erfolgreich umgehen
- aktiven Wortschatz erweitern
- unfairen Dialektik erfolgreich begegnen
- Erfahrungsaustausch mit Teilnehmern und Trainer
- Umsetzungshinweise für den effizienten nachhaltigen Praxistransfer
- Trainingsmöglichkeiten für die Zeit nach dem Seminar

Wenn gewünscht, können die Teilnehmenden zum Preis von 14 € ein zum Thema passendes Trainingsbuch im Seminar erwerben. Aufgrund der begrenzten Teilnehmerzahl ist eine Gebührenermäßigung nicht möglich.

Freitag, 27. September 2019, 17.30 - 21.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
5 UStd.; 79,- €

R55122 Hilden

SCHRIFTVERKEHR ARBEITSTECHNIKEN

Tastschreiben am PC - kompakt

Saskia Lisann Weck

Um das Tastschreiben blind zu beherrschen, benötigt man auf herkömmliche Art mindestens 30 bis 40 Unterrichtsstunden. Ein Trainingsprogramm, welches auf neuartigen wissenschaftlichen Erkenntnissen basiert, führt zu einem wesentlich schnelleren Erlernen der Tastatur durch eine enorme Lernbeschleunigung! Bei dieser Methode werden Langzeit- und Kurzzeitgedächtnis gleichzeitig aktiviert und somit das gesamte Tastaturfeld schnell und präzise eingeprägt.

Dabei werden Sprache und Musik harmonisch miteinander verbunden, mit den Bildern des abstrakten Lehrstoffes verknüpft und vor dem geistigen Auge visualisiert. Dieser Vorgang wird als „Lernen mit Assoziationen“ bezeichnet. Lernen Sie das 10-Finger-System mit Spaß und wenig Zeitaufwand! Sie werden begeistert sein! Teilnehmeralter von 8 - 88 Jahren!

Samstag, 28.09.2019, 05.10.2019
jeweils 16.00 - 18.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
4 ZStd.; 49,- € (incl. 20,- € für Lehrmaterial), (incl. 20,- € für Lehrmaterial)
ermäßigte Gebühr für Schüler/Studenten: € 39,-

R55203 Hilden

JungeVHS - Tastschreiben am PC - kompakt für Jugendliche

Saskia Lisann Weck

Kursbeschreibung s. R55203

Die Gebühr ist bereits ermäßigt und beinhaltet die Schulungshefte.

Samstag, 02.11.2019, 09.11.2019
jeweils 16.00 - 18.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
5,33 UStd.; 39,- € (incl. 20,- € für Lehrmaterial), (incl. 20,- € für Lehrmaterial)

R55205 Haan

KAUFMÄNNISCHE WEITERBILDUNG FINANZBUCHFÜHRUNG

Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung (Xpert Business)



Brigitte Weck

Die Ausbildung umfasst die Module Finanzbuchhaltung 1-3. Wir empfehlen Ihnen, sich für diesen Kurs anzumelden, wenn Sie die Förderung durch den Bildungsscheck oder die Bildungsprämie für die angestrebte Ausbildung in Anspruch nehmen möchten. Im Falle einer Förderung beträgt die gesamte Kursgebühr für Sie nur noch 423,00 € (incl. Lehrmaterial und Prüfungen).

Für diesen Kurs ist keine Gebührenermäßigung möglich.

Die Termine aller Module finden Sie nachfolgend bei den Kursen R55301, R55302 und R55303
Kursgebühr für alle Module 669,- €

R55300 Hilden



Info-Abend „Finanzbuchführung“ Alles Wissenswerte zu unserer Xpert Business-Ausbildung

Brigitte Weck



Anfang Oktober startet unser neues Seminar zur Finanzbuchführung, das mit dem Abschluss zur geprüften Fachkraft für Finanzbuchführung abschließt. (Kurs-Nr. R55300)

Das Seminar ist auf bis zu drei Semester angelegt und kann auch modular besucht werden. Am heutigen Abend informieren wir Sie kostenlos und unverbindlich, dafür aber ausführlich und umfassend über die geplanten Kurse und das Xpert-Business-Zertifikat. Eine Anmeldung für den heutigen Abend ist empfehlenswert!

Dienstag, 10. September 2019, 18.00 - 19.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
1,5 ZStd.; gebührenfrei

R55311 Hilden

Finanzbuchführung 1 - Grundlagen

Brigitte Weck

Dieses Modul ist der klassische Einstieg für eine berufliche Qualifikation im kaufmännischen Bereich. Der Kurs ist eine systematische Einführung in die doppelte Buchführung 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 und geübt. Der Kurs richtet sich an Beschäftigte im Handel, im Handwerk, in der Industrie und in der Verwaltung, die eine Tätigkeit im betrieblichen Rechnungswesen anstreben oder schon ausüben, aber auch an Existenzgründer/innen und Wiedereinsteiger/innen.

- Buchführungs- und Aufzeichnungspflichten
- Inventur, Inventar und Bilanz
- Errichten von Bestandskonten
- Organisation der Buchführung
- Kontenrahmen und Kontenplan
- Erfolgskonten bzw. Ergebniskonten
- Warenkonto
- Umsatzsteuer (Inland)
- Besonderheiten beim Warenverkehr
- Privatkonto
- Aufwendungen mit besonderer Aufzeichnungspflicht
- Berücksichtigung von nicht und beschränkt abzugsfähigen Betriebsausgaben
- Personalkosten einschl. vermögenswirksamer Leistungen
- Steuern und steuerliche Besonderheiten
- Ausblick auf den Folgelehrgang Finanzbuchführung 2
- Prüfungsvorbereitung

Für dieses Modul sind keine fachspezifischen Vorkenntnisse oder Berufserfahrung erforderlich. Im Anschluss an Ihren Kurs können Sie die Xpert Business- Prüfung ablegen (P55304); über die bestandene Prüfung erhalten Sie das Xpert Business- Zertifikat „Finanzbuchführung 1“.

Eine Gebührenermäßigung für diesen Kurs ist nicht möglich. Wenn Sie durch die Teilnahme an allen drei Modulen den Abschluss „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung (XB)“ erhalten möchten, empfehlen wir Ihnen wegen der Fördermöglichkeiten die Anmeldung zu

Kurs P55303. In diesem Fall kann die Kursgebühr zu 50% über den Bildungsscheck oder die Bildungsprämie gefördert werden. Lassen Sie sich hierzu bitte bei uns beraten.

In der Kursgebühr ist das Lehrmaterial (ein Lehrbuch und ein Übungsbuch des EDU-Mediaverlags) enthalten.

14 x dienstags und mittwochs, 18.00 - 21.00 Uhr
Beginn: 1. Oktober 2019
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
56 UStd.; 245,- €

R55301 Hilden

Finanzbuchführung 2 - Aufbau

Brigitte Weck



In diesem Kurs werden - aufbauend auf den Kenntnissen des Kurses „Finanzbuchführung 1“ (vgl. R55300) - die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisbezogen vertieft. Nach Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie fachgerecht zu bearbeiten.

Inhalte:

- Besonderheiten bei Produktionsbetrieben
- Jahresabschluss und Bilanzierungsgrundsätze
- Sachliche und zeitliche Abgrenzung von Aufwendungen und Erträgen
- Umsatzsteuer im Inland, EU und Drittland
- Erhaltene und gezahlte Anzahlungen
- Forderungsverluste
- Abschreibungen
- Bewertungsgrundlagen
- Bewertungen von Anlage- und Umlaufvermögen sowie Verbindlichkeiten
- Die Rückstellungen
- Prüfungsvorbereitung

Im Anschluss an Ihren Kurs können Sie die Xpert Business- Prüfung ablegen; über die bestandene Prüfung erhalten Sie das Xpert Business- Zertifikat „Finanzbuchführung 2“.

Damit Sie erfolgreich diesen Kurs besuchen können, benötigen Sie die fachlichen Grundlagen, wie sie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt werden. Einen kleinen „Test zur Selbsteinschätzung“ finden Sie auf unserer Internetseite zum Download.

In der Kursgebühr ist das Lehrmaterial enthalten.

Eine Gebührenermäßigung für diesen Kurs ist nicht möglich. Wenn Sie durch die Teilnahme an allen drei Modulen den Abschluss „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung (XB)“ erhalten möchten, empfehlen wir Ihnen wegen der Fördermöglichkeiten die Anmeldung zu Kurs R55303. In diesem Fall kann die Kursgebühr zu 50% über den Bildungsscheck oder die Bildungsprämie gefördert werden. Lassen Sie sich hierzu bitte bei uns beraten.

13 x donnerstags, 18.00 - 21.00 Uhr
Der Kurs beginnt im Januar 2019.
(Die genauen Termine werden bis Drucklegung feststehen)
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
52 UStd.; 225,- €

R55302 Hilden



Finanzbuchführung 3 - EDV XPERT Business Zertifikat

Brigitte Weck



Dieser Kurs vermittelt systematisch und anwendungsbezogen die Kenntnisse und Fertigkeiten zur gezielten Nutzung mit der Buchführungssoftware Lexware und setzt dabei Vorkenntnisse voraus, wie sie in den Modulen „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt werden.

Zahlreiche Praxisfälle aus verschiedenen Bereichen im In- und Ausland werden am PC geübt.

Inhalte:

- Einrichten einer Firma mit den erforderlichen Stammdaten, Firmenstammdaten, Sachkontenstammdaten, Personenkontenstammdaten
- Vorkontieren, Buchen und Dokumentieren von regelmäßigen Buchungen (auch EU und Drittland)
- Bestandsveränderungen
- Abgrenzungsbuchungen
- Abschreibungen
- Buchen von Gehaltsabrechnungen
- Buchen von Anzahlungen
- Buchen von Forderungsausfällen
- Anzeigen und Ausdrucken von Listen und Auskünften: Kontoauszüge, Offene Posten, Sachkontenlisten, Debitoren- und Kreditorenlisten, Saldenlisten, Offene Posten-Listen
- Erstellen der Umsatzsteuervoranmeldung
- Periodenabschluss
- Vorbereitung Jahresabschluss
- Interpretation betriebswirtschaftlicher Auswertungen.

Ziele des Kurses sind:

- das Beherrschen der Struktur und Systemlogik der praktischen Buchführung am PC unter Einsatz der Buchführungssoftware Lexware
- die Fertigkeit, mit der Buchführungssoftware Lexware selbstständig zu arbeiten und alle laufenden Geschäftsvorfälle zu buchen
- die Fähigkeit, Auswertungen zu drucken und zu interpretieren sowie Abschlüsse durchzuführen.

Im Anschluss an Ihren Kurs können Sie eine Xpert Business Prüfung ablegen; über die bestandene Prüfung erhalten Sie das Xpert Business-Zertifikat „Finanzbuchführung 3 - EDV“ bzw. in Verbindung mit dem Zertifikat „Xpert Business Finanzbuchführung 2“ den Abschluss „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung (XB)“ . In der Kursgebühr ist das Lehrmaterial des EDU-Mediaverlags enthalten.

Zu der Förderungsmöglichkeit über Bildungsscheck oder Bildungsprämie vgl. R55300.

Für diesen Kurs ist keine Gebührenermäßigung möglich.

8 x donnerstags, 17.00 - 20.00 Uhr
Der Kurs beginnt im April 2019.
(Die genauen Termine werden bis Drucklegung feststehen)
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden , EDV-Raum U.13
40 UStd.; 199,- €

R55303 Hilden

Prüfung - Finanzbuchführung 1 XPERT Business Zertifikat

Brigitte Weck

Bei bestandener Prüfung erhalten Sie das Xpert Business- Zertifikat „Finanzbuchhaltung 1“ . Weitere Informationen über die detaillierten Lernziele wie auch die prüfungsrelevanten Inhalte finden Sie unter www.business-zertifikate.de.

Dienstag, 17. Dezember 2019, 18.00 - 21.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
4 UStd.; 59,- €

R55304 Hilden

Prüfung - Finanzbuchführung 2 XPERT Business Zertifikat

Brigitte Weck

Bei bestandener Prüfung erhalten Sie das Xpert Business- Zertifikat „Finanzbuchhaltung 2“ . Weitere Informationen über die detaillierten Lernziele wie auch die prüfungsrelevanten Inhalte finden Sie unter www.business-zertifikate.de.

Die Prüfung findet im Anschluss an den Kurs P58301 statt. Der genaue Termin stand bei Drucklegung leider noch nicht fest., 18.00 - 21.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
4 UStd.; 59,- €

R55305 Hilden

Prüfung - Finanzbuchführung 3 XPERT Business Zertifikat

Brigitte Weck

Bei bestandener Prüfung erhalten Sie das Xpert Business-Zertifikat „Finanzbuchführung 3 - EDV“ bzw. in Verbindung mit dem Zertifikat „Xpert Business Finanzbuchführung 2“ den Abschluss „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung (XB)“ .

Die Prüfung findet im Anschluss an den Kurs P58302 statt. Der genaue Termin stand bei Drucklegung leider noch nicht fest., 17.00 - 20.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden , EDV-Raum U.13
4 UStd.; 59,- €

R55306 Hilden



WORK AND TRAVEL

JungeVHS - Join the world Au Pair und Work & Travel

Anna Peter

In Kooperation mit AIFS Deutschland - American Institute For Foreign Study

Das Abi oder Bachelorstudium ist geschafft, die Ausbildung oder das Studium beendet. Jetzt möchtest du einfach mal raus aus Deutschland und das nicht nur für ein paar Wochen. Immer heißt ein Auslandsaufenthalt vor allem eins: außergewöhnliche Erfahrungen sammeln in der Kultur eines fremden Landes, neue Freunde finden auf der ganzen Welt und unvergessliche Erlebnisse haben. Zudem ist es auch immer noch die beste Möglichkeit, eine Fremdsprache zu lernen. Verschaffe dir zusammen mit Freunden und Eltern einen ersten Überblick über die verschiedenen Möglichkeiten in Übersee oder Europa zu arbeiten:

- als Au Pair mit Aufgaben der Kinderbetreuung und Hausarbeit in einer Familie
- 2 bis 12-wöchige Freiwilligendienste in Kinderheimen, Schulen, auf Farmen oder im Gesundheitswesen in vielen Ländern der Welt
- Reisen und Arbeiten nach Lust und Geldbeutel mit dem Working-Holiday-Visum

Zielgruppe der Veranstaltung sind junge Erwachsene von 16 bis 30 Jahren und deren Eltern.

Dienstag, 8. Oktober 2019, 19.00 - 20.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 7
2 UStd.; gebührenfrei

R55408 Haan

EXISTENZGRÜNDUNG UND MEHR

Ich mache mich selbständig - aber wie? In Kooperation mit dem STARTERCENTER NRW beim Kreis Mettmann

Frank Patzke

Sie möchten sich selbständig machen und sich vor einer Existenzgründung einen ersten Überblick über die nötigen Schritte verschaffen?

In dieser Veranstaltung geht es um wichtige Fragen auf dem Weg in die Selbständigkeit: Was muss ich bedenken, bevor ich mich selbständig mache?

Welche Faktoren spielen eine wichtige Rolle? Wo finde ich Unterstützung?

Und: Welche Schritte sollten in welcher Reihenfolge gegangen werden - außer der Teilnahme an diesem Informationsabend natürlich!

Nach dem Vortrag beantwortet der Referent Ihre persönlichen Fragen zum Thema.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

Samstag, 30. Dezember 1899, 19.00 - 21.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
2 ZStd.; gebührenfrei

R55501 Haan

VHS-Intensiv: Social Media für Unternehmen So gelingt der Einstieg!

André Meissner

Social Media Marketing ist eines der wichtigsten Entwicklungen im Marketing der letzten Jahre. Die Chancen und Möglichkeiten für Unternehmen haben sich in den letzten Jahren immens verändert und verändern sich noch. Sind Sie auf diese Veränderungen vorbereitet?

In diesem Seminar lernen Sie die Social Media Plattformen kennen und welche Herausforderungen das Social Web an Ihr Unternehmen richtet. Gemeinsam entwickeln wir die Grundlagen einer Social Media Strategie.

Folgende Inhalte werden vermittelt:

- Was ist Social Media Marketing?
- Wie verändert Social Media mein Unternehmen?
- Grundlagen für eine erfolgreiche Social Media Strategie.
- Welche Netzwerke gibt es und was sind deren wichtigste Funktionen?
- Wie wichtig ist ein Blog für mein Unternehmen und wie geht man am besten vor?
- Welche Ziele lassen sich mit Social Media erreichen?
- Wie identifiziere ich meine Zielgruppen?
- Was ist eine Content Strategie und wie setze ich diese für mein Unternehmen um?
- Wie kann ich den Erfolg in den sozialen Medien messen?
- Mit welchen Social Media Tools kann ich meine tägliche Arbeit möglichst effektiv gestalten?
- Wie verhalte ich mich in einer Krisensituation?

In diesem Social Media Seminar setzen wir auf verschiedene Methoden der Wissensvermittlung und werden neben Vorträgen auch Fallbeispiele aus der Praxis besprechen und gemeinsam Lösungen erarbeiten.

Das Mitbringen eines Laptop oder Tablet ist erwünscht. Das Seminar richtet sich an Existenzgründer und Unternehmer, die ihre Unternehmensziele mit Unterstützung der sozialen Medien umsetzen wollen.

Samstag, 16. November 2019, 9.30 - 16.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
6 ZStd.; 67,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R55502 Hilden



Unsere EDV-Kurse

... decken einen weiten Themenbereich ab und orientieren sich an den aktuellen Anforderungen. Bei vielen Kursen ist es auch möglich, nach Abschluss die Zertifikatsprüfung des europäischen Computer-Passes Xpert abzulegen. Diese Kurse sind mit dem Xpert-Logo gekennzeichnet. Bei Interesse an der Xpert-Prüfung fragen Sie einfach die jeweilige Dozentin bzw. den Dozenten!

Soweit bei den Kursen nichts Anderes vermerkt ist, gilt für alle EDV-Angebote eine Mindestteilnehmerzahl von 11 und eine maximale Teilnehmerzahl von 18 Personen. Intensivkurse finden mit maximal 10 Personen statt. Eine rechtzeitige Anmeldung ist bei allen EDV-Angeboten unbedingt zu empfehlen!

Lehrmaterial

... ist bei vielen Kursen und Seminaren in der Kursgebühr enthalten, teilweise bieten unsere Dozenten aber auch eigene Manuskripte zum Nacharbeiten der Kursinhalte zum Selbstkostenpreis an. Soweit dies bei Drucklegung bereits bekannt war, finden Sie einen entsprechenden Hinweis bei den jeweiligen Kursen!

Windows 10 und Office 2016

In unseren EDV-Räumen schulen wir Sie mit dem aktuellen Microsoft-Betriebssystem Windows 10 und Software-Versionen. So kommt für Office-Anwendungen das Office-Paket 2016 zum Einsatz, bei Foto- und Grafikkursen nutzen wir Photoshop bzw. InDesign CS6.

EDV-BERATUNG

Sie investieren persönliches Engagement, Zeit und Geld, wenn Sie ein EDV-Seminar besuchen. Machen Sie deshalb das Beste daraus. Nutzen Sie die Möglichkeit unserer kostenlosen, unverbindlichen und persönlichen Beratung.

Wir beraten und informieren Sie gerne bei der Einschätzung Ihrer Vorkenntnisse, geben Ihnen Informationen zu Kursinhalten und Zielen, mit einem auf Ihre Wünsche abgestimmten Vorschlag zur Kursplanung.

Gerne helfen wir Ihnen auch in der Beratungszeit bei der Lösung kleinerer EDV-Probleme, denn manche Fragestellungen lassen sich ja mit einem Klick an der richtigen Stelle schnell lösen. Bei komplexeren Fragen bekommen Sie ebenfalls Hinweise, wie sich Ihr Problem lösen lässt.

EDV-Beratung live

Wie finde ich den richtigen Computerkurs?

Manfred Brandt

Sie investieren persönliches Engagement, Zeit und Geld, wenn Sie ein EDV-Seminar besuchen. Machen Sie deshalb das Beste daraus. Nutzen Sie die Möglichkeit unserer kostenlosen, unverbindlichen und persönlichen Beratung.

Wir beraten und informieren Sie gerne bei der Einschätzung Ihrer Vorkenntnisse, geben Ihnen Informationen zu Kursinhalten und Zielen, mit einem auf Ihre Wünsche abgestimmten Vorschlag zur Kursplanung.

Gerne helfen wir Ihnen auch in der Beratungszeit bei der Lösung kleinerer EDV-Probleme, denn manche Fragestellungen lassen sich ja mit einem Klick an der richtigen Stelle schnell lösen. Bei komplexeren Fragen bekommen Sie ebenfalls Hinweise, wie sich Ihr Problem lösen lässt.

Anmeldung nicht erforderlich - Telefonische Beratung unter 02103 - 50 05 -30

Montag, 26.08.2019 , 02.09.2019 , 09.09.2019
jeweils 15.00 - 18.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden , EDV-Raum U.13
9 ZStd.; gebührenfrei

R58001 Hilden

Mittwoch, 28.08.2019 , 04.09.2019
jeweils 15.00 - 18.00 Uhr
VHS-Haus Haan; Raum N3, Büro
6 ZStd.; gebührenfrei

R58002 Haan

EINSTEIGER- UND GRUNDLAGEN- KURSE

Windows 10 Basics - Teil 1

Der Einstieg in mein eigenes Notebook mit Windows 10



Gerd Müller

Im ersten Teil haben Sie die Möglichkeit an zwei Terminen Ihr eigenes Laptop / Notebook, die Systemeigenschaften und die Windows Version näher kennen zu lernen und vorhandene Einschränkungen am eigenen Gerät zu beseitigen.

In den folgenden Terminen lernen Sie dann im zweiten Teil das Programm Windows 10 und die Einstellungen an Ihre Wünsche anzupassen. Der Dozent erklärt Ihnen die Funktionen der Tastatur (mit vorhandenen Tastenkombinationen), der Maus, die Bedienoberfläche (Desktop und Taskleiste), die Symbole auf dem Bildschirm anordnen und erstellen, Einstellungen für Datensicherheit und Datensicherung, Energieeinsparungsoptionen, Virenschutz und Firewall einzurichten. Diese Veranstaltung richtet sich an Benutzer die keine Erfahrung mit einem Rechner haben oder Personen, die mit den voreingestellten Programmen oder Werten nicht zurechtkommen. Beide Teile sind bei entsprechenden Vorkenntnisse voneinander unabhängig und Senioren sind herzlich willkommen.

6 x donnerstags, 18.30 - 21.00 Uhr
Beginn: 12. September 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden , EDV-Raum U.13
18 UStd.; 95,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R58101 Hilden



Windows 10 Basics - Teil 2 Der Einstieg in mein eigenes Notebook mit Windows 10

Gerd Müller



Nachdem Sie im ersten Teil in zwei Terminen Ihr eigenes Laptop / Notebook, die Systemeigenschaften und die Windows Version näher kennen gelernt haben, geht es nun darum, Windows 10 und die Einstellungen an Ihre Wünsche anzupassen. Der Dozent erklärt Ihnen die Funktionen der Tastatur (mit vorhandenen Tastenkombinationen), der Maus, die Bedieneroberfläche (Desktop und Taskleiste), die Symbole auf dem Bildschirm anordnen und erstellen, Einstellungen für Datensicherheit und Datensicherung, Energieeinsparungsoptionen, Virenschutz und Firewall einzurichten. Diese Veranstaltung richtet sich an Benutzer die keine Erfahrung mit einem Rechner haben oder Personen, die mit den voreingestellten Programmen oder Werten nicht zurechtkommen.

Beide Teile sind bei entsprechenden Vorkenntnisse voneinander unabhängig und Senioren sind herzlich willkommen.

6 x donnerstags, 18.30 - 21.00 Uhr
Beginn: 14. November 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden , EDV-Raum U.13
18 UStd.; 95,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R58102 Hilden

VHS-Intensiv: Windows 10 - Kennen, nutzen, tunen Wochenend-Seminar

Gerd Müller

In diesem Seminar lernen Sie Windows 10 ausführlich kennen und zu nutzen. Dazu gehören u.a. die Defragmentierung, Sicherung und Bereinigung Ihrer Festplatte, aber auch integrierte Hilfsmittel des Betriebssystems. So hilft z.B. der Ressourcenmonitor beim Suchen nach Anwendungen, die das System ausbremsen, so dass Sie Windows optimieren können. In diesem Kurs haben Sie darüber hinaus die Möglichkeit, Probleme Ihres Gerätes im Teilnehmerkreis zu besprechen.

Samstag, 23. November 2019, 9.30 - 16.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden , EDV-Raum U.13
8 UStd.; 59,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R58103 Hilden

Windows 10 und Microsoft Office 2016 Ein Computergrundlagen-Seminar am Wochenende

Uwe Bredigkeit

Nach einer individuellen Einführung in die Grundelemente eines PCs und den Umgang mit ihnen lernen Sie, wie unter Windows 10 Dateien gespeichert und sortiert werden.

Die meiste Zeit des Seminars wird das Schreiben und Gestalten von Texten mit Word 2016 in Anspruch nehmen. Weiterhin erstellen wir Excel-Tabellen und nutzen deren Fähigkeit, mit den Werten zu rechnen. Schließlich schauen wir ins Internet und sehen unter anderem, wie man E-Mails versendet bzw. empfängt.

Für dieses Einsteigerseminar werden keine Vorkenntnisse erwartet und wenn Sie einen USB-Stick mitbringen, können Sie den Seminarinhalt auch zum Nachlesen mit nach Hause nehmen.

Samstag, 23. November 2019 und Sonntag, 24. November 2019, jeweils 9.30 - 16.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
16 UStd.; 79,- €

R58104 Haan

Windows 10 und Office-Paket 2016 Ein Computergrundlagen-Kurs für Frauen

Gaby Müller-Richiusa

In diesem Kurs speziell für Frauen lernen Sie die Grundlagen für praxisnahes Arbeiten mit einem Computer - vielleicht auch zur beruflichen Anwendung. Im Vordergrund stehen Grundkenntnisse des Betriebssystems Windows 10 und vor allem der Einstieg in das Microsoft-Office-Paket 2016. Dabei lernen Sie Texte mit Word zu schreiben und gestalten, Arbeitsblätter mit dem Tabellenkalkulationsprogramm Excel zu entwerfen und Vieles mehr. Im Kurs werden keine oder nur geringe Vorkenntnisse von Ihnen erwartet. Inhaltlich geht es von der Begriffserklärung (Hardware - Software) über das Grundhandling des PC und die Grundlagen von Windows 10 (Speichern, Kopieren, Bearbeiten von Daten) bis zur Textverarbeitung mit Word 2016 und Tabellenkalkulation Excel 2016.

5 x mittwochs, 18.30 - 21.00 Uhr
Beginn: 25. September 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden , EDV-Raum U.13
15 UStd.; 89,- €

R58105 Hilden

Computer-Grundlagenkurs für die Generation 60+

Nachmittagskurs

Uwe Bredigkeit

In diesem Kurs wird ein Einstieg in die Computerwelt geboten unter Berücksichtigung individueller Wünsche und Interessen in angepasstem Lerntempo und völlig ohne „Fachchinesisch“ .

Sie werden Grundkenntnisse über den Aufbau und die Arbeitsweise eines Computers erwerben, das Betriebssystem Windows 10 und die Grundlagen der Textverarbeitung und des Internets kennen lernen.

5 x montags, 14.00 - 16.45 Uhr
Beginn: 30. September 2019
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
16,67 UStd.; 82,50 €

R58106 Haan



Word und Excel Kompakt Ein Kompaktseminar speziell für Frauen

Gaby Müller-Richiusa

Dieses Seminar richtet sich an Teilnehmerinnen, die bereits über Computer-Grundkenntnisse verfügen und nun schnell und professionell in Word und Excel einsteigen möchten.

In diesem Seminar geht es schwerpunktmäßig um die Textverarbeitung mit Word 2016 (Praktische Tastenbefehle, Tabulatoren und Einzüge, Textbausteine und Vorlagen, Kopf- und Fußzeilen usw.) und die Tabellenkalkulation mit Excel 2016 (Tabellenblätter bearbeiten und gestalten, Einsatz von eigenen Formeln, Absolute Bezüge, Funktionen wie Summe() oder Anzahl(), Diagramme erstellen usw.). Außerdem gibt es in allen Bereichen zahlreiche Tipps und Tricks.

Samstag, 9. November 2019 und Sonntag, 10. November 2019, jeweils 9.30 - 16.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
16 UStd.; 79,- €

R58107 Hilden

SCHNELL UND KOMPAKT

Intensivkurs I - Word und Excel

Gabriele Schramm

Dieser Schnellkurs richtet sich an Teilnehmer, die einen kompakten, praxisnahen Grundkurs suchen. An vier Abenden lernen Sie in nur zwei Wochen das Wichtigste, um Ihren PC mit der üblichen Büro-Standard-Software sicher nutzen zu können. Im Vordergrund steht das Microsoft Office-Paket 2016. Sie sollten daher schon über Vorkenntnisse im Umgang mit Windows 10 verfügen.

Behandelt werden an jeweils zwei Abenden die Bereiche:

- Word (u.a. Schreiben, Formatieren und Korrigieren von Texten, Einfügen von Grafiken, Kopf- und Fußzeilen, Schnellbausteine, Rechtschreibprüfung nutzen, speichern und drucken von Dokumenten)
- Excel (u.a. Grundaufbau von Tabellen und Listen, Formatierungen, arbeiten mit Tabellen und Listen, einfache Berechnungen mit Formeln und Funktionen)

4 x dienstags und donnerstags, 18.30 - 20.45 Uhr
Beginn: 17. September 2019
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
12 UStd.; 65,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R58151 Haan

Intensivkurs II - Word, Excel, PowerPoint und mehr

Gabriele Schramm

Dieser Schnellkurs richtet sich an Teilnehmer, die einen kompakten, praxisnahen aufbauenden Grundkurs suchen. An vier Abenden lernen Sie in nur zwei Wochen das Wichtigste, um Ihren PC mit der üblichen Büro-Standard-Software sicher nutzen zu können. Im Vorder-

grund steht das Microsoft Office-Paket 2016. Ein sicherer Umgang mit Windows 10, Arbeitsplatz, Windows-Explorer bzw. „Computer“, Kenntnisse entsprechend Kompaktkurs O58108 werden vorausgesetzt.

Inhaltlich vertieft dieser Kurs an jeweils einem Abend die Kenntnisse in

- Word (u.a., Formatvorlagen, Inhaltsverzeichnisse erstellen Suchen und Ersetzen, , Datenquellen aus anderen Programmen nutzen)
- Excel (u.a. Bildschirmansichten und Druckeinrichtung sowie Datenfilter, Diagrammerstellung)
- Powerpoint (u.a. Erstellen einer einfachen Präsentation mit Übergängen und Animationen, Einbinden von Diagrammen sowie speziellen Effekten)
- Outlook (u.a. Senden und Empfangen von E-Mails, Mitversenden und Lösen von Dateien als E-Mail-Anhänge, E-Mail-Sonderfunktionen)

4 x montags und mittwochs, 18.30 - 20.45 Uhr
Beginn: 28. Oktober 2019
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
12 UStd.; 65,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R58152 Haan

AUFBAUKURSE UND SEMINARE

Computer-Aufbaukurs für die Generation 60+

Uwe Bredigkeit

Dieser Aufbaukurs ist für Senioren mit Grundkenntnissen im Umgang mit dem Computer gedacht, also für solche Teilnehmer/innen, die schon mit Word geschrieben und Dokumente gespeichert haben und schon einmal im Internet gewesen sind. Er schließt sich inhaltlich an die Grundlagenkurse, also etwa an die Kurse Q58102 bzw. Q58801 an.

Wir arbeiten gemeinsam unter Berücksichtigung individueller Wünsche und Interessen in einem angepasstem Lerntempo und wiederholen bei Bedarf zunächst die Themen aus den Einsteigerkursen. Nach Absprache können Textverarbeitung oder auch ein Einstieg in die Tabellenkalkulation oder Internet behandelt werden. Der Kurs wird mit dem Betriebssystem Windows 10 und dem Office-Paket 2016 durchgeführt.

4 x montags, 14.00 - 17.00 Uhr
Beginn: 25. November 2019
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
16 UStd.; 82,50 €

R58203 Haan



Windows 10 und Office-Paket 2016

Ein Aufbaukurs für Frauen

Gaby Müller-Richiusa

Dieser Aufbaukurs richtet sich an Teilnehmerinnen, die ihre Grundkenntnisse vertiefen und ausbauen möchten. Im Vordergrund steht das Arbeiten mit dem Microsoft Office Paket 2016. Für eine erfolgreiche Teilnahme sind Grundkenntnisse im Umfang eines Grundlagenkurses (z.B. R58105) erforderlich!

Themen sind die Textverarbeitung mit Word 2016 (u.a. Dokument- und Formatvorlagen, Tabellen und Tabulatoren, Gestaltung großer Dokumente mit Inhaltsverzeichnis, Kopf- und Fußzeilen usw.) und die Tabellenkalkulation mit Excel 2016 (Bearbeiten von Tabellen, Formeln erstellen, absolute Bezüge, Diagramme einfügen und bearbeiten usw.).

6 x mittwochs, 18.30 - 21.00 Uhr
Beginn: 13. November 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden , EDV-Raum U.13
18 UStd.; 98,- €

R58204 Hilden

VHS-Intensiv: Kompaktseminar Word 2016

Michael Adams

Wenn Sie mehr als nur ein paar einfache Texte mit Word schreiben möchten, haben Sie in diesem Seminar die Möglichkeit, die professionelle Textverarbeitung mit Word 2016 kennenzulernen

Einige Inhalte sind zum Beispiel effektives Arbeiten über die Tastatur, Erstellen von Textbausteinen mit und ohne Formaten und die Definition und der Einsatz eigener Dokumentvorlagen. Aber es geht auch um zügiges Layouten mit Tabulatoren und Einzügen und automatische Formatierungen incl. deren fallweiser Deaktivierung.

Große Dokumente, Mailings und Serienbriefe, wie z.B. die Automatisierung wiederkehrender Prozesse können mit den richtigen Word-Funktionen den Arbeitsalltag erheblich erleichtern. Deshalb befassen wir uns auch mit Serierendokumenten und Mailings mit verschiedenen Datenquellen, incl. individualisierter Anreden und Texte im Serienbrief. Alles in allem ein Seminar, in dem Sie viele Details zum optimalen Arbeiten, aber auch zahlreiche Tipps und Tricks zur weiteren Vertiefung kennenlernen.

Samstag, 7. Dezember 2019 und Sonntag, 8. Dezember 2019, jeweils 9.30 - 16.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden , EDV-Raum U.13
16 UStd.; 96,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R58205 Hilden

VHS-Intensiv: Kompaktseminar Excel 2016

Michael Adams

In diesem Seminar lernen Sie das Tabellenkalkulationsprogramm Excel 2016 im Detail kennen. Vorkenntnisse im Umfang der Grundlagenkurse Q58100 ff. sind für eine erfolgreiche Teilnahme erforderlich. Themen sind u.a. Grundfunktionen der Tabellenkalkulation, Erstellen und Bearbeiten einer Tabelle, Bezüge, Formeln und Funktionen, Datenfilter verwenden und die Präsentation von Daten in Diagrammen.

Samstag, 14. September 2019 und Sonntag, 15. September 2019, jeweils 9.30 - 16.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden , EDV-Raum U.13
16 UStd.; 96,- €
Dieses Seminar findet als Intensiv-Seminar in einer Kleingruppe von maximal 10 Personen statt.

R58206 Hilden

VHS-Intensiv: Formeln und Funktionen mit Excel 2016

Michael Adams

In diesem Seminar geht es speziell um Formeln und Funktionen mit Excel. Was sind Formeln, was sind Funktionen und was ist der Unterschied? Wie verbindet man Formeln und Funktionen zu komplexen Ausdrücken?

Dabei werden u.a. Funktionen wie SummewennS, ZählenwennS, Index, Vergleich, Verweis, SVerweis, WVerweis, Wochentag, Tag, Monat, Jahr, Kalenderwoche und vieles mehr besprochen. Grundkenntnisse in Excel sind erforderlich!

Samstag, 16. November 2019, 9.30 - 16.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden , EDV-Raum U.13
8 UStd.; 48,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R58207 Hilden

VHS-Intensiv: Pivot-Tabellen mit Excel 2016

Michael Adams

Mit Pivot-Tabellen lassen sich viele Fragestellungen einfach und schnell lösen: Das Seminar behandelt das Anlegen von Pivot Tabellen, aktualisieren von Dateninhalten und Datenbereichen, Berechnungsarten festlegen, Tabelle mittels Felder Layouten, Datum gruppieren und verdichten, Felder mit Formatierungen verknüpfen, Pivot Charts erstellen und vieles andere mehr. Erweiterte Grundkenntnisse in Excel sind erforderlich.

Sonntag, 17. November 2019, 9.30 - 16.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden , EDV-Raum U.13
8 UStd.; 48,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R58208 Hilden

VHS-Intensiv: Serienbriefe und Dokumente mit Word 2016

Uwe Bredigkeit

Möchten Sie einen Brief an mehrere Empfänger versenden oder Ihre Adressen aus Excel, Access oder Outlook auf Etikettaufkleber drucken? Mit der Seriendruck-Funktion von Word verfassen Sie schnell und einfach Massendrucksaachen - egal, was Sie bedrucken möchten.



In diesem Kurs erlernen Sie den Umgang mit der Seriendruck-Funktion von MS Word auf entsprechenden Dokumentvorlagen mit allen benötigten Feldern.

- Grundlagen des Seriendrucks
- Serienbrief erstellen und drucken
- Arbeiten mit verschiedenen Datenquellen
- Datensätze sortieren und filtern
- Regeln und Verschachteln von Feldern
- Serienbrief per E-Mail versenden
- Drucken von Etiketten, Umschlägen und Listen

Vorausgesetzt werden solide Grundkenntnisse in Word, wie sie etwa in einem entsprechenden VHS-Kurs erworben werden können.

Samstag, 5. Oktober 2019, 9.30 - 16.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
7,33 UStd.; 48,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R58210 Haan

VHS-Intensiv: Formulare mit Word 2016

Uwe Bredigkeit

Im Büro müssen Sie häufig mit Formularen arbeiten? Word bietet Ihnen die Möglichkeit, eigene Formulare zu erstellen, die direkt am Bildschirm ausgefüllt werden können.

In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie solche Formulare auf der Basis von Dokumentvorlagen erstellen.

- Erstellen einer Dokumentvorlage mit Kopf- und Fußzeilen
- Schnellbausteine erstellen
- Word-Formularfelder und Inhaltssteuerelemente
- Schutz von Formularen

Vorausgesetzt werden solide Grundkenntnisse in Word, wie sie etwa in einem entsprechenden VHS-Kurs erworben werden können.

Sonntag, 6. Oktober 2019, 9.30 - 16.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
7,33 UStd.; 48,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R58211 Haan

VHS-Intensiv: Kommunikation und Terminverwaltung mit Outlook

Uwe Bredigkeit

Der Persönliche Informations Manager Outlook 2016 stellt die Kommunikationszentrale im modernen Büro- und gehobenen Privatalltag dar. Vielfältige Möglichkeiten zum Umgang mit Emails und Telefon in Verbindung mit dem Zugriff auf unterschiedliche Kalender helfen bei der Organisation anfallender Aufgaben.

- Benutzeroberfläche und Einstellung der Ansicht
- Ordnerverwaltung
- Anlegen und Ändern von Kontakten und Verteilerlisten
- E-Mail-Korrespondenz
- Regeln erstellen und Daten suchen
- Terminplanung mit dem Kalender

Grundlegende PC-Kenntnisse sollten vorhanden sein.

Samstag, 30. November 2019, 10.00 - 16.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
8 UStd.; 48,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

R58215 Haan

BILDUNGSURLAUB OFFICE

Office in fünf Tagen Bildungsurlaub-Seminar

Uwe Bredigkeit

Wer sich die Grundlagen der Arbeit mit Microsoft Office 2016 unter dem Betriebssystem Windows 10 in kompakter Form aneignen möchte, ist hier richtig. In dieser Veranstaltung lernen Sie jeden Tag ein anderes Programm ausführlich kennen! Nach dem fünftägigen Kurs haben Sie einen soliden Überblick, wie man die Möglichkeiten der 4 wichtigsten Programme von Microsoft Office 2016, nämlich Word, Excel, PowerPoint und Outlook, nutzen kann.

- Word: Formatierungsmöglichkeiten, Seitenlayout, Nummerierungs- und Aufzählungszeichen, Kopf- und Fußzeilen, Einbinden von Tabellen und Grafiken
- Excel: Grundlegende Formatierungsmöglichkeiten, Berechnungen mit Grundrechenarten, AutoSumme, Minimum, Maximum, Mittelwert, relative und absolute Bezüge, Diagramme
- PowerPoint: Folienlayout, Folien-design, Folienübergänge, Einbinden von Grafiken, Diagramme, Animationen, Ablaufoptionen
- Outlook: Einrichten eines Kontos, E-Mail-Optionen und Dateianhänge, Kalenderfunktionen mit Serieneinstellungen, Kontakte, Aufgaben, Ansichten und Gestaltungsmöglichkeiten

Vorausgesetzt werden solide allgemeine PC-Grundlagen-Kenntnisse, umfangreiches Lehrmaterial zu Office 2016 erhalten Sie im Kurs. Der Kurs eignet sich auch für Umsteiger auf Windows 10 bzw. Office 2016. Allerdings kann aufgrund der Fülle des Unterrichtsstoffes nicht speziell auf die Unterschiede zwischen den einzelnen Programmversionen (Office 2010, 2013 oder 2016) eingegangen werden.

Diese Veranstaltung kann nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz als Bildungsurlaub gebucht werden. Eine Gebührenbefreiung ist leider nicht möglich. Bei Vorliegen der entsprechenden Voraussetzungen ist aber eine 50% Ermäßigung möglich.

Montag, 4. November 2019 bis Freitag, 8. November 2019, jeweils 8.30 - 15.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
40 UStd.; 198,- € incl. Lehrmaterial.

R58220 Haan



Info „Bildungsurlaub“

Bildungsurlaub ist eine bezahlte Freistellung von der Arbeit, um an beruflichen oder politischen Bildungsveranstaltungen teilnehmen zu können. Gesetzliche Grundlage ist das Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG).

Die Teilnahme an Bildungsurlaubsveranstaltungen ist grundsätzlich allen Interessierten möglich, also auch Studenten, Hausfrauen, Rentnern etc. Einen Anspruch auf bezahlte Freistellung von der Arbeit haben jedoch nur Arbeiter und Angestellte, die schwerpunktmäßig in Nordrhein-Westfalen beschäftigt sind sowie Personen in vergleichbaren Tätigkeiten, wie z.B. in Heimarbeit Beschäftigte, freie Mitarbeiter und Handelsvertreter. Arbeitslose müssen vor einer Teilnahme die Zustimmung der Arbeitsagentur bzw. des JobCenters einholen.

Keinen Anspruch auf Bildungsurlaub haben Beamte und Auszubildende. Für Beamte gilt die Sonderurlaubsverordnung.

Bildungsurlaub wird in der Regel für fünf Arbeitstage im Kalenderjahr gewährt. Dieses Zeitmaß vergrößert oder verringert sich, wenn der Arbeitnehmer regelmäßig mehr oder weniger als fünf Tage in der Woche arbeitet. Bildungsurlaub soll nach neuerer Rechtsprechung in dem Jahr genommen werden, in dem ein Anspruch besteht. Eine Berechtigung erwirbt der Arbeitnehmer erst, wenn sein Beschäftigungsverhältnis seit mindestens sechs Monaten besteht.

Für die Teilnahme am Bildungsurlaub ist folgendes Verfahren einzuhalten:

Nach Ihrer Anmeldung für eine entsprechende Bildungsveranstaltung stellt Ihnen die VHS eine Anmeldebescheinigung aus. Diese legen Sie Ihrem Arbeitgeber spätestens vier Wochen vor Beginn der Veranstaltung vor und beantragen den Bildungsurlaub. Der Arbeitgeber muss Ihnen seine Zustimmung oder Ablehnung schriftlich mitteilen.

Nach dem Bildungsurlaub bekommen Sie von der VHS eine Teilnahmebescheinigung, die Sie ebenfalls Ihrem Arbeitgeber vorlegen müssen.

VHS - COMPUTERCLUB

VHS Computerclub

Neues, Informatives und Spannendes aus der Computerwelt

Manfred Brandt

Der VHS-Computerclub richtet sich u.a. an Teilnehmerinnen und Teilnehmer der 60+ Kurse, aber auch andere Teilnehmer sind angesprochen. Die Inhalte richten sich speziell nach IHREN Wünschen. Wenn Sie

- über Grundkenntnisse im EDV-Bereich verfügen und selber den Computer nutzen,
- in der letzten Zeit z.B. an einem VHS-Computerkurs teilgenommen haben,
- derzeit nicht an einem VHS-Kurs teilnehmen, aber gerne in lockerer Atmosphäre Fragen und Probleme aus der Computerwelt lösen möchten,
- mit netten Menschen gemeinsam die Computerwelt erforschen möchten,
- spezielle Fragen zu EDV-Programmen oder Ihrem Computer haben,
- einfach nur gemeinsam mit anderen Teilnehmerinnen und Teilnehmern mehr über EDV erfahren wollen,

dann ist der VHS-Computerclub für Sie genau richtig.

Sie melden sich einfach zum Sonderpreis für den Club an und können alle Termine in diesem Semester besuchen. Wenn Sie einmal verhindert sein sollten - kein Problem, denn die Inhalte und Themen variieren und Unterrichtsmaterial stellen wir allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern auch per E-Mail zur Verfügung.

6 x donnerstags, 15.00 - 16.30 Uhr
Beginn: 12. September 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden , EDV-Raum U.13
12 UStd.; 65,- €

R58250 Hilden

JUNGE VHS EDV FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

JungeVHS - Fit in Office für Schülerinnen und Schüler

Gabriele Schramm

In diesem Kurs könnt ihr euch fit für den Computer machen, den Computer als zukünftiges Arbeits- und Hilfsmittel für Schule und Hobby kennen und nutzen lernen.

Dazu gehören:

- EDV Grundlagen, also sachgemäßer Umgang mit einem Computer
- das Betriebssystem Windows10 und die integrierten Programme kennen lernen
- sicherer Umgang mit dem Explorer zum Speichern und Verwalten von Ordnern und Dateien
- Malen mit dem Malprogramm Paint
- Einstieg in die Textverarbeitung mit Word
- einfache Texte schreiben, speichern und drucken
- Erstellen eines Stundenplans, Grußkarten und Einladungen
- Wie man verschiedene Windows Tools zusammen nutzen kann

Ein kompaktes „Rundum-Paket“ , um den Computer sinnvoll einzusetzen. Bitte einen USB-Stick und einen kleinen Snack für die Mittagspause nicht vergessen!

Achtung, der Kurs richtet sich an Kinder des vierten und ggf. fünften Schuljahres. Kinder des dritten Schuljahres können nach Rücksprache gerne teilnehmen, sofern sie einem Tagesseminar schon erfolgreich folgen können. Für ausreichende Pausen ist natürlich gesorgt!

Samstag, 2. November 2019 und Sonntag, 3. November 2019, jeweils 9.00 - 15.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden , EDV-Raum U.13
16 UStd.; 65,- €

R58311 Hilden



JungeVHS - Powerpoint 4 Kids Erfolgreich Vorträge gestalten und Präsentieren

Gabriele Schramm

Mit PowerPoint lassen sich für die Schule gut gestaltete und pfiffige Präsentationen für Vorträge und Referate gestalten. In diesem Seminar lernt man den Umgang mit dem Programm PowerPoint. Erstellt Folien mit Texten und Bildern, Tabellen, Diagramme und fasst diese zu einer gelungenen Präsentation zusammen.

Das Ganze evtl. abgerundet mit eingefügtem Sound und Video. Animationen und schöne Bildschirmübergänge geben einer Präsentation den letzten Schliff.

Damit es eine runde Sache wird, beschäftigen wir uns auch mit Präsentationstechniken.

Zum Einsatz kommt die PowerPoint Version 2016. Bitte einen USB-Stick und einen Snack für die Mittagspause mitbringen!

Vorhandene PC Grundkenntnisse wären hilfreich, für Kinder ab der 5. Klasse.

Samstag, 18. Januar 2020 und Sonntag, 19. Januar 2020,
jeweils 9.00 - 15.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden , EDV-Raum U.13
16 UStd.; 65,- €

R58314 Hilden

IT-SICHERHEIT UND MEHR

Eigene Website - Technisch und Rechtlich Urheberrecht, Datenschutz und mehr

N.N.

Heute Abend erfahren Sie, was Sie bei der Erstellung einer eigenen Webseite zu beachten haben und welche Fallstricke sowohl technisch als auch rechtlich zu beachten sind.

... (Text folgt) ...

Der heutige Abend kann nur auf bekannte Probleme, beliebte Fehler und rechtliche Fallstricke hinweisen - natürlich ohne rechtliche Bindung oder Wirksamkeit!

Montag, 25. November 2019, 18.00 - 21.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden , EDV-Raum U.13
4,67 UStd.; 21,50 €
Kleingruppen-Angebot: Max. 0 Teilnehmende

R58401 Hilden

Gefahren in der „globalen Welt“ - Wie sicher ist das Internet? Ein Abend mit praktischen Live-Demonstrationen

Joachim Pütz

Im Zeitalter von E-Mails, Sozialen Netzwerken und Smartphone-

Messaging-Systemen haben Betrugsmaschinen neue Namen erhalten: z.B. Phishing, Spoofing, Trojaner . Im Jahr 2013 wurden 38 Prozent der Internetnutzer in Deutschland zu Opfern von Cyberkriminalität (Quelle: BITKOM 2014). Cyberkriminalität in der globalen Welt boomt. Jedes Jahr steigt die Anzahl der Straftaten, die mit Hilfe des Internets begangen werden. Die Daten in Ihrem System können so nicht nur durch gefährliche Software und Viren gelöscht, manipuliert oder ausgespäht werden.

Diese Dinge werden im Seminar mit praktischen Demonstrationen und dem „Live-Hacking eines Rechners“ behandelt und es werden notwendige Gegenmaßnahmen vorgestellt:

Einige Themen sind zum Beispiel:

- Ist Ihr Rechner „sicher“ oder kann sich jemand unbemerkt Zugriff zu Ihren Daten verschaffen?
- Wie kann ich meinen Rechner absichern?
- Wie erkenne ich eine „Betrügerische-Email“?
- Wie sichere ich ein WLAN-Netz, denn diese Netze sind oftmals nicht ausreichend verschlüsselt, so dass auf diese Weise übertragene Informationen von Dritten empfangen, aufgezeichnet und manipuliert werden können.
- Infizierte Systeme: wie kann ich meinen Computer „säubern“ ?
- Wie sicher ist Internetbanking?
- Firewall und Virens Scanner - was muss ich beachten?
- und Vieles mehr rund um die Internetsicherheit

Donnerstag, 14. November 2019, 18.30 - 21.45 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
4 UStd.; 21,50 €

R58402 Haan

Das Ende ist nah... Windows 7 - Was ist zu tun

N.N.

Seit Oktober 2009 gibt es das Microsoft Betriebssystem Windows 7 und es leistet bis heute in Millionen von Rechnern immer noch gute Dienste. Das System ist sehr beliebt, Anfang 2019 waren noch rund 30 % aller Windows-Rechner mit Windows 7 ausgestattet. Am 20. Januar 2020 wird Microsoft aber zum unwiderruflich letzten Mal Sicherheitsupdates für Windows 7 veröffentlichen, danach wird der Support eingestellt.

Natürlich werden alle Windows 7 Rechner auch nach diesem Termin weiter funktionieren, die System werden aber zunehmend unsicherer, weil Sicherheitslücken nicht mehr behoben werden.

Höchste Zeit also, auch die letzten Windows 7 Rechner auf ein anderes System umzustellen - am vermutlich einfachsten dürfte das Upgrade auf Windows 10 sein. Was ist hierbei zu tun und welche Optionen gibt es? An diesem Abend werden Sie viele praktische Informationen bekommen und in Live-Demonstrationen erfahren, wie Sie vorgehen können.

Mittwoch, 13. November 2019, 18.30 - 21.45 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
4 UStd.; 21,50 €

R58403 Haan

**SMARTPHONES & TABLETS****iPhone für Einsteiger****Nicht nur für die Generation 60+**

Manfred Brandt

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende ohne oder mit geringen Vorkenntnissen, die einen Überblick über die Bedienung des Geräts bekommen möchten, das neben dem Telefonieren viele interessante und nützliche Funktionen ermöglicht. Dabei behandeln wir die Einrichtung des iPhone, die Verbindung mit WLAN ebenso wie das Kontrollzentrum oder die Bedienung von Standard-Apps. Außerdem geht es um das Einrichten von Mail-, Kontakt- und Kalenderaccounts, das Installieren von nützlichen Apps aus dem Apple-Store und das Anlegen und Benutzen einer Apple-ID

Bitte bringen Sie Ihr iPhone unbedingt zu diesem Kurs mit, die VHS stellt keine Geräte zur Verfügung!
Achtung! Dieser Kurs richtet sich NICHT an Nutzer anderer Smartphones!

3 x dienstags, 10.00 - 12.15 Uhr
Beginn: 24. September 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden , EDV-Raum U.13
9 UStd.; 49,- €

R58411 Hilden**iPad für Einsteiger****Ein Computer mit vielen Möglichkeiten... nicht nur für die Generation 60+**

Manfred Brandt

Das iPad von Apple lässt sich bequem per Bildschirm bedienen und ersetzt heute in vielen Bereichen den PC. Der Kurs richtet sich an Teilnehmende ohne oder mit geringen Vorkenntnissen, die einen Überblick über die Bedienung des Geräts bekommen möchten. Dabei behandeln wir die Einrichtung des iPad, die Verbindung mit WLAN ebenso wie das Kontrollzentrum oder die Bedienung von Standard-Apps. Außerdem geht es um das Einrichten von Mail-, Kontakt- und Kalenderaccounts, das Installieren von nützlichen Apps aus dem Apple-Store und das Anlegen und Benutzen einer Apple-ID

Bitte bringen Sie Ihr iPad unbedingt zu diesem Kurs mit, die VHS stellt keine Geräte zur Verfügung!
Achtung! Dieser Kurs richtet sich NICHT an Nutzer anderer Tablet-Computer!

3 x donnerstags, 10.00 - 12.15 Uhr
Beginn: 19. September 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden , EDV-Raum U.13
9 UStd.; 49,- €

R58412 Hilden**iPhone & iPad Aufbaukurs****Nicht nur für die Generation 60+**

Manfred Brandt

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die schon gut mit ihrem iPhone oder iPad umgehen können, vielleicht sogar die Kurse Q58821 oder Q58822 besucht haben und einen Überblick über die vielfältigen Möglichkeiten dieser Geräte bekommen möchten. Wir behandeln Tipps und Tricks im Umgang mit den Standard-Apps, lernen interessante und nützliche Apps kennen, beschäftigen uns mit iBooks und eBooks (Verwalten von Büchern, Lesen von PDFs) sowie mit Fotos, Videos, Filmen und Podcasts. Außerdem wird die iCloud vorgestellt.

Voraussetzung ist der Besuch eines Einsteigerseminars oder vergleichbare Kenntnisse.

Bitte bringen Sie Ihr iPad oder iPhone zu diesem Kurs unbedingt mit, die VHS stellt keine Geräte zur Verfügung!

3 x dienstags, 10.00 - 12.15 Uhr
Beginn: 29. Oktober 2019
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden , EDV-Raum U.13
9 UStd.; 49,- €

R58413 Hilden**Ersteinrichtung von Android Smartphones & Tablets**

Thomas Gebhardt

Sie sind glücklicher Neubesitzer eines Smartphones oder Tablets oder Umsteiger und wollen jetzt loslegen, haben aber keine Erfahrungen mit dem Android System? In diesem Seminar erlernen Sie die erforderlichen Grundlagen für die Ersteinrichtung und den praktischen Umgang mit dem Gerät.

- Das Google Konto und was brauche ich zur Einrichtung des Gerätes
- Internet und WLAN
- Einführung in die grundsätzliche Bedienung
- Persönliche Einstellungen und Sicherheit
- Ausblick und die Möglichkeiten mit dem Gerät?

Zahlreiche Übungen runden das Programm ab.

Bringen Sie bitte vorhandene Smartphones & Tablets incl. SIM Karte (PIN) und Ladegerät zur Durchführung der Übungen mit.

Dieses Seminar richtet sich an Teilnehmer/innen ohne Android Kenntnisse

Samstag, 28. September 2019, 9.00 - 12.45 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
5 UStd.; 29,- €

R58421 Haan



Android Smartphones und Tablets als Begleiter im Alltag

Thomas Gebhardt

Sie besitzen ein Smartphone oder Tablet mit dem Android Betriebssystem und möchten mehr über Funktionen des Systems wissen? In diesem Seminar lernen die Grundlagen und Möglichkeiten des Betriebssystems und den praktischen Umgang mit dem Gerät. Darüber werden die Ihre wichtigsten Fragen beantwortet.

- Was verbirgt sich hinter Nougat, Oreo und Pie?
- Unterschiede zu Apple Geräten. Einrichtung des Gerätes und Google-Konto
- Die Bedienphilosophie von Android
- Brauche ich das Internet? WLAN und Hotspot
- Apps und Playstore
- Bilder und Fotos
- Kontakte verwalten
- Streifzug durch die Welt der Apps
- Sicherheitseinstellungen
- Nutzung des Kalenders
- Daten speichern und kabelloser Datenaustausch
- Email-Zugriff und Vieles mehr.

Darüber hinaus erhalten Sie Tipps für den praktischen und effizienten Umgang (Schnellzugriffe, Empfehlungen zu Grundeinstellungen, etc.) sowie zur individuellen Einrichtung Ihres Gerätes. Zahlreiche Übungen runden das Programm ab. Bringen Sie dazu bitte vorhandene Smartphones & Tablets incl. SIM Karte (PIN) und Ladegerät zur Durchführung mit.

Sie sollten unbedingt erste Erfahrungen mit Android haben und Ihr Gerät muss unter Google eingerichtet sein. Dieses Seminar ist aber auch für Interessierte geeignet, die noch kein Smartphone besitzen und sich nur einen ersten Überblick verschaffen möchten

Sonntag, 29. September 2019, 9.00 - 16.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
9 UStd.; 39,- €

R58422 Haan

RASPBERRY PI

Arbeiten und Spielen mit dem Raspberry Pi

Thomas Steinbach

Der Raspberry Pi (<http://www.raspberrypi.org/>) ist ein vollwertiger Computer, der in der aktuellen Version 3 sogar mit Ethernet und WIFI, sowie mit 4 USB 2 Anschlüssen ausgestattet ist. Der PI bietet volle HD-Auflösung und kann direkt mittels eines HDMI Kabels an einen Monitor oder einen Fernseher angeschlossen werden oder er wird wie ein Server ohne Bildschirm und Tastatur im Fernmodus betrieben.

Für den PI wurden verschiedene kostenlose Betriebssysteme entwickelt. Im Standard GNU / Linux Betriebssystem (Raspbian) sind sogar kostenlose Lizenzen für das Spiel Minecraft und Mathematica enthalten (Für letzteres Programm sind sonst 3-stellige Beträge zu

entrichten). Es gibt darüber hinaus andere, spezialisierte Betriebssysteme für den PI, die diesen in eine Medienzentrale fürs Wohnzimmer verwandeln oder die erlauben, mittels Emulationen viele Retro-Spiele wiederzubeleben (Amiga, Nintendo, Sega uvm.). Der PI verfügt zusätzlich über ein Interface (GPIO), über das leicht Steuerungs- und Mess-Applikationen mit realisiert werden können.

Dieser Einführungskurs richtet sich an Teilnehmer, die schon immer einen PI ausprobieren wollten und die nur noch nicht Zeit und Muße gefunden haben, damit anzufangen oder an Teilnehmer, die einen PI Modell B haben und die dieses richtig ans Laufen bringen wollen. Im Kurs arbeiten die Teilnehmer am eigenen PI. Der Kurs beinhaltet eine umfassende Einrichtung des PI (u.a. Fernsteuerung mit SSH und VNC, Server, Webserver) und eine Einführung in die oben bereits angeschnittenen Themen. Die Teilnehmer sollten nach dem Kurs in der Lage sein, ihre eigenen Raspberry-Projekte selbstständig weiterzubetreiben. Es sind keine Kenntnisse von Linux oder Programmiersprachen notwendig, Grundkenntnisse werden im Kurs vermittelt.

Samstag, 30. November 2019 und Sonntag, 1. Dezember 2019, jeweils 10.00 - 16.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
16 UStd.; 85,- €

R58510 Hilden

GRAFIK & DESIGN

Vorankündigung:

VHS-Intensiv: Professionelle Bildbearbeitung mit Photoshop CS6

N.N.

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die faszinierenden Möglichkeiten der digitalen Bildbearbeitung mit dem Programm Photoshop CS6 kennen. Dabei geht es im Wesentlichen um die Bereiche RAW-Entwicklung von Bildern und die Ebenentechnik, die letztendlich aber eng ineinandergreifen.

Viele Anwender scheuen sich vor der RAW-Fotografie und -Entwicklung. Doch genau diese Technik ermöglicht Einsteigern und Fortgeschritten enorme Möglichkeiten zur Bildoptimierung, die selbst dann anwendbar sind, wenn Bilddateien nur im JPG-Format vorliegen. Im Seminar lernen Sie die Abläufe und Möglichkeiten kennen. Aber auch die klassische Bildbearbeitung mit verschiedenen Ebenen wird intensiv behandelt. Die sind zum Beispiel das Hinzufügen von Text, Erstellen einer Collage oder Montage, aufwendige Freistelltechniken, Nutzen der Füllmethoden und Fülloptionen usw..

Für eine erfolgreiche Mitarbeit sind solide Windows (7 oder 10) Kenntnisse erforderlich.



Diesen Kurs bieten wir im Frühjahr 2020 wieder an.
Bei Interesse merken wir Sie gerne unverbindlich vor!

Samstag / Sonntag, jeweils 9.30 - 16.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden , EDV-Raum U.13

16 UStd.; 96,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 5 / Max. 8 Teilnehmende

R58604 Hilden

Vorankündigung: VHS-Intensiv: Grafik und Gestaltung mit InDesign CS6

N.N.

In diesem Kurs zeigen wir Ihnen, wie Sie Druckmedien wie Anzeigen, Flyer oder Prospekte professionell selbst erstellen und realisieren. In Zeiten, in denen Online-Druckereien die Vervielfältigung von Werbemitteln für Laien immer einfacher machen, steigt in vielen Unternehmen der Wunsch, die Gestaltung Ihrer Werbemittel selbst in die Hand zu nehmen und damit hohe Agenturkosten einzusparen. Zugegeben: Nicht alles sollte der Laie selber versuchen und in einigen Bereichen braucht es trotz Fortschritt in Technik und intuitiver Anwenderoberflächen das Know-how eines Fachmanns. Dennoch gibt es viele Bereiche, die Sie mit der richtigen Software, ein wenig technischer Affinität und etwas Wissen über Drucktechnik selbst übernehmen und damit einige Kosten einsparen können. Hierfür ist die Software Adobe InDesign unabdingbar, da sie alle Funktionen besitzt, um Ihre Entwürfe auch nach den technischen Anforderungen der Druckereien korrekt anzulegen und auszugeben.

In diesem Kurs zeigen wir Ihnen die Grundlagen von Adobe InDesign, wie Sie Dokumente (effizient) anlegen und bearbeiten sowie einfache Drucksachen richtig exportieren - und wo die Tücken in der Druckdatenerstellung liegen.

Der Kurs richtet sich an Mitarbeiter*innen aus den Bereichen Werbung/Marketing, Kreative und Grafikinteressierte!

Diesen Kurs bieten wir im Frühjahr 2020 wieder an.
Bei Interesse merken wir Sie gerne unverbindlich vor!,

Samstag / Sonntag, jeweils 9.30 - 16.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden , EDV-Raum U.13

16 UStd.; 96,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 5 / Max. 8 Teilnehmende

R58605 Hilden

FACHBEREICH 6

Schulabschlüsse sowie schulische Aus- und Weiterbildung



Ihre Ansprechpartner:

Dr. Frank Lungenstraß (Abteilungsleiter)

Telefon: 02103-9 67 56 11

lungenstrass@vhs-hilden-haan.de

Ute Heinz (Dipl.-Sozialpädagogin)

Telefon: 02103-9 67 56 12

heinz@vhs-hilden-haan.de

*VHS in der ehemaligen Theodor-Heuss-Schule,
Furtwänglerstraße 2, Hilden*

Einen persönlichen Gesprächstermin vereinbaren Sie am besten telefonisch oder per Email!

Zweite Chance

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

Die VHS Hilden-Haan vermittelt umfangreiche berufliche und schulische Kompetenzen bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen und staatlichen Schulabschlüssen.



© Robert Kneschke / Fotolia.com



Foto: DOC RABE Media / fotolia.com

Der zweite Start – Ihre Weiterbildung

Persönliche und berufliche Veränderungen setzen die ständige Bereitschaft zu einem lebenslangen Lernen voraus, um den wechselnden Anforderungen gewachsen zu sein. Dieses lebenslange Lernen kann in den unterschiedlichsten Formen erfolgen. Zum Beispiel als Freizeitbeschäftigung, als Lernen einer Fremdsprache oder auch in Seminaren und Kursen, die der beruflichen Fortbildung dienen. Gerade für das berufliche Fortkommen ist aber oftmals ein (höherer) Schulabschluss erforderlich – oder erleichtert zumindest den Einstieg.

Wir geben Entscheidungshilfen

Um den richtigen Lehrgang zu finden, ist eine Beratung immer erforderlich. Dabei werden auch persönliche Fragen wie „Halte ich das durch?“, „Soll ich einen Tages- oder Abendlehrgang wählen?“ oder „Bekomme ich finanzielle Unterstützung?“ mit Ihnen besprochen. Denn die Entscheidung, einen ein- oder zweijährigen Lehrgang zu besuchen, sollte nicht überstürzt werden. Wir nehmen uns daher Zeit, Ihre Gesamtsituation sorgfältig mit einzubeziehen und das Für und Wider mit Ihnen abzuwägen. Aber auch während der Lehrgänge helfen wir Ihnen mit einer intensiven sozialpädagogischen Betreuung, das selbstgesteckte Ziel zu erreichen.

Welche Schulabschlüsse sind möglich?

Die Volkshochschule Hilden-Haas bietet Lehrgänge zum Erwerb folgender staatlicher Schulabschlüsse an:

- **Hauptschulabschluss** (HSA Klasse 9)
- **Sekundarabschluss I** (HSA Klasse 10)
- **Mittlerer Schulabschluss** (Realschulabschluss, ehemals Fachoberschulreife. Mit Qualifikation ermöglicht dieser Abschluss den Übergang in die gymnasiale Oberstufe)

Die Dauer der Lehrgänge beträgt je nach persönlichen Voraussetzungen und angestrebtem Schulabschluss 12, 18 oder 24 Monate. Hier ist eine persönliche Beratung unbedingt erforderlich.

Welche Fächer werden unterrichtet?

Die Inhalte und Fächer unserer Lehrgänge sind je nach Lehrgangsform leicht unterschiedlich. In allen Kursen wird Unterricht in den Fächern: Deutsch, Mathematik, Englisch, Biologie, Gesellschaftslehre / Politik sowie Sport oder Kunst erteilt. Je nach Lehrgangsform kommen EDV-Unterricht, Berufsorientierung, Bewerbungstraining, Kommunikation und Betriebspraktika dazu. Außerdem bieten wir gerade in Mathematik und Englisch (falls erforderlich) Unterstützung durch Förderunterricht. Am Ende legen Sie im Lehrgang eine staatliche Prüfung zum jeweiligen Schulabschluss ab.

Wer ist angesprochen?

Zielgruppe dieser Lehrgänge sind Jugendliche und Erwachsene, die während ihrer Pflichtschulzeit - aus den verschiedensten Gründen - keinen Schulabschluss erlangt haben oder ihren erreichten Abschluss durch einen höherwertigen ergänzen möchten. Dabei ist es gleichgültig, ob Sie berufstätig oder arbeitslos sind oder zum Beispiel einen Haushalt führen.

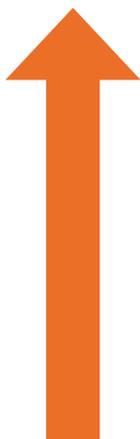
Wie melde ich mich an?

Aufgrund der Fülle der Möglichkeiten zum Erwerb eines Schulabschlusses ist eine **persönliche Beratung** zwingend erforderlich. Einen Termin vereinbaren Sie bitte unter 02103 - 967 56 12 bzw. -11.

Bitte bringen Sie zur Anmeldung unbedingt mit:

- Ihren Personalausweis
 - einen kurzen Lebenslauf
 - Ihr letztes Zeugnis (evtl. auch die letzten Zeugnisse) im Original
- Der Besuch der Lehrgänge ist kostenlos, es wird nur eine einmalige **Sachkostenpauschale von 40,- € pro Lehrgang** erhoben.

Möglichkeiten zum Nachholen staatlicher Schulabschlüsse bei der Volkshochschule



Allgemeine Hochschulreife (Abitur) In 1 - 2 Jahren über Weiterbildungskollegs, Abendgymnasien etc.
Fachhochschulreife In 1 - 2 Jahren über Weiterbildungskollegs, Abendgymnasien etc.
Mittlerer Schulabschluss (Fachoberschulreife) Bei der VHS in 2 bzw. 3 Semestern je nach Lehrgang und Voraussetzungen (Qualifikation für die gymnasiale Oberstufe möglich)
Sekundarabschluss I – Hauptschulabschluss Klasse 10 Bei der VHS in 2 Semestern
Hauptschulabschluss (Klasse 9) Bei der VHS in 2 Semestern
Ohne Abschluss





ANMELDUNG UND BILDUNGSBERATUNG

Berater:

Ute Heinz, Dr. Frank Lungenstraß

Wir informieren und beraten Sie ausführlich und individuell über die Schulabschluss-Lehrgänge der VHS und nehmen Ihre Anmeldung zu diesen Lehrgängen persönlich entgegen. Ein Einstieg zum zweiten Halbjahr ist aber nur im Einzelfall möglich.

Beratungs- und Anmeldetermine nach tel. Vereinbarung ehem. Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstraße 2, Hilden
Tel. 02103 – 967 56 -12 bzw. -11

R601

SCHULABSCHLUSS-LEHRGÄNGE KLASSE 9, 10 & FOR

Hauptschulabschluss Klasse 9 Einjähriger staatlicher Lehrgang, 1. Semester

Teilnehmer ohne Schulabschluss können in **zwei Semestern** den Hauptschulabschluss erreichen.

Mo. – Fr., ca. 8.00 Uhr – 13.30 Uhr, Beginn am 2.9.2019
ehem. Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstraße 2, Hilden

R612

Mittlerer Schulabschluss, Einjähriger staatlicher Lehrgang, 1. Semester

Teilnehmer mit Hauptschulabschluss Klasse 9 oder Klasse 10 können in **zwei Semestern** den mittleren Schulabschluss (Realschulabschluss) erreichen. Der Erwerb der Qualifikation für den Besuch der gymnasialen Oberstufe ist möglich.

Nachmittagskurs

Mo. – Do., ca. 14.30 Uhr – 18.30 Uhr, Beginn am 2.9.2019
ehem. Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstraße 2, Hilden

R608

Abendkurs

Mo. – Do., ca. 17.30 Uhr – 21.30 Uhr, Beginn am 2.9.2019
ehem. Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstraße 2, Hilden

R610

Mittlerer Schulabschluss

18-monatiger staatlicher Lehrgang, 1. Semester

Teilnehmer ohne oder mit einem schlechten Hauptschulabschluss können in **drei Semestern** den mittleren Schulabschluss erreichen. Der Erwerb der Qualifikation für den Besuch der gymnasialen Oberstufe ist möglich. Nach zwei Semestern kann die Prüfung zum Erwerb des HSA 10 abgelegt werden.

Der Lehrgang umfasst eine umfangreiche Erwerbsweltorientierung incl. Praktika und wird gefördert aus Mitteln des Landes NRW und der Europäischen Union.



Mo. – Fr., ca. 8.00 Uhr – 13.30 Uhr, Beginn am 2.9.2019
ehem. Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstraße 2, Hilden

R611 - 1. Semester

Alle Schulabschluss-Lehrgänge der VHS finden in der ehemaligen **Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstraße 2, Hilden**, statt.

Telefonisch erreichen Sie uns unter :

02103 - 967 56 11 (Dr. Frank Lungenstraß) oder
02103 - 967 56 12 (Ute Heinz)



Wichtiger Hinweis

Für alle Lehrgänge gilt, dass ein Einstieg während des laufenden Semesters aufgrund der vorgeschriebenen Mindeststundenzahl **nur im Ausnahmefall** und nach ausführlicher Beratung möglich ist. Melden Sie sich also unbedingt rechtzeitig bei uns an!

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und des Europäischen Sozialfonds



EUROPÄISCHE UNION

Europäischer Sozialfonds



Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen

