

Volkshochschule Hilden-Haan
Entwurf des Arbeitsplans für das 1. Semester 2023
Inhaltsübersicht

Fachbereiche	Seite
1 Weltansichten: Europa, Politik und Gesellschaft, Umwelt und Natur, Mensch und Familie	1 - 19
2 Kunst-voll: Kultur, Kreativität und Hobby	20 - 33
3 Gesundes Leben: Kochen, Gesundheit, Bewegung und Entspannung	34 - 47
4 Verständigung: Deutsch und Fremdsprachen	48 - 70
5. Weiterkommen!: Berufliche Weiterbildung, EDV	71 - 83
6 Zweite Chance: Schulabschlüsse	84 - 86



RATHAUSGESPRÄCHE

Hildener Rathausgespräche zu Europa China und Russland - Freundschaft, strategische Allianz oder Konkurrenz? (Hybrid-Veranstaltung)



in Zusammenarbeit mit der Europa-Union Haan

Sven-Bernhard Gareis

Wann immer die Staatschefs Chinas und Russlands sich über den jeweils anderen äußern - stets versichern sie sich gegenseitige Freundschaft. Aber was hat es mit dieser vielbeschworenen Freundschaft auf sich? Wie hat sich das Verhältnis der beiden Großmächte historisch entwickelt? Besteht eine gegenseitige oder einseitige Abhängigkeit? Ist die Allianz wirklich so eng, wie offizielle Verlautbarungen es glauben lassen? Werfen Sie mit uns einen Blick auf Chinas Selbstverständnis und seine politische Agenda als nach wie vor aufstrebende Großmacht. Zum Zeitpunkt der Programmerstellung ist es nicht möglich, den Verlauf des Krieges in der Ukraine bis zum April 2023 vorausszusehen. Dennoch werden uns auch Fragen zur aktuellen sicherheitspolitischen Situation in Europa beschäftigen: Kann und will China einen mäßigenden Einfluss auf die russische Außenpolitik nehmen?

Die Veranstaltung findet im Hybrid-Format statt. Das bedeutet, Sie sind vor Ort herzlich willkommen, können aber auch per Web-Konferenz teilnehmen. Wenn Sie per Web-Konferenz teilnehmen möchten, geben Sie bitte bei der Anmeldung unbedingt Ihre E-Mail-Adresse an, einen Zugangslink senden wir Ihnen dann spätestens am Veranstaltungstag zu.

Donnerstag, 20.04.2023
19.30 - 21.00 Uhr
Bürgerhaus Hilden; Mittelstr. 40, Alter Ratssaal, Hilden
2 UStd.; gebührenfrei

Y10003 Hilden

Haaner Rathausgespräche zu Europa Nach dem Brexit (Hybrid-Veranstaltung) in Zusammenarbeit mit der Europa-Union Haan

Robert Butschen

Nachdem der Vortrag zur Situation in Großbritannien nach dem Brexit im Jahr 2022 leider ausfallen musste, freuen wir uns nun, ihn ein Jahr später wieder anbieten zu können.

Ganz Europa ächzt seit Beginn des Krieges unter den wirtschaftlichen Folgen des Überfalls Russlands auf die Ukraine. Eine hohe Inflation, steigende Energiepreise und die Furcht vor einer Rezession eint die europäische Staatenfamilie im negativen Sinne. In Großbritannien fällt diese Entwicklung genau in die Post-Brexit-Phase und verstärkt deren negative Folgen zusätzlich. Erst im Herbst 2022 versuchte der damalige britische Schatzmeister, Kwasi Kwarteng, mit massiven Steuersenkungen einer Rezession entgegenzuwirken, in der Folge sank das britische Pfund auf ein Allzeittief und Schatzmeister sowie Premieministerin mussten ihre Stühle räumen. Von einem zentralen Brexit-Versprechen hingegen, nämlich der strengeren Regelung von Einwanderung, hat sich Großbritannien aufgrund des massiven Arbeitskräftemangels bereits verabschiedet.

Lassen sich die ökonomischen Folgen des Brexits nach mittlerweile über drei Jahren festmachen? Hielt der Brexit, was er versprach,

oder sind die Negativszenarien der „Remainer“ eingetreten? Die Veranstaltung findet im Hybrid-Format statt. Das bedeutet, Sie sind vor Ort herzlich willkommen, können aber auch per Web-Konferenz teilnehmen. Wenn Sie per Web-Konferenz teilnehmen möchten, geben Sie bitte bei der Anmeldung unbedingt Ihre E-Mail-Adresse an, einen Zugangslink senden wir Ihnen dann spätestens am Veranstaltungstag zu.

Montag, 22.05.2023
19.30 - 21.00 Uhr
Rathaus, Kaiserstraße 85, Haan
Ratssaal
2 UStd.; gebührenfrei

Y10004 Haan

PARTNERREGION 2023: SIZILIEN

Haaner Rathausgespräche zu Europa Die sizilianische Mafia - der bewaffnete Arm der Politik (Hybrid-Veranstaltung)



in Zusammenarbeit mit der Europa-Union Haan

Anita Bestler

Die Anfänge der italienischen Mafia liegen vermutlich auf Sizilien, wo sie Mitte des 19. Jahrhunderts entstanden sein soll. Heute wird ihr Umsatz auf 90 Milliarden Euro im Jahr geschätzt. Die Haupteinnahmequellen sind unter anderem Schutzgelderpressung, Drogen- und Waffenhandel, Baugeschäfte und illegale Müllentsorgung.

Dr. Anita Bestler wohnt seit über 20 Jahren auf Sizilien und schrieb zahlreiche Abhandlungen über die sizilianische Mafia, Cosa Nostra. Erst 2021 erschien ihr Buch „Die sizilianische Mafia - der bewaffnete Arm der Politik.“

Im Rahmen unseres Rathausgesprächs wird die Entstehung, historische Entwicklung und Funktionsweise der Cosa Nostra dargestellt, wobei insbesondere auf die enge Beziehung zwischen organisierter Kriminalität und Politik eingegangen wird.

Die Veranstaltung findet im Hybrid-Format statt. Das bedeutet, Sie sind vor Ort herzlich willkommen, können aber auch per Web-Konferenz teilnehmen. Wenn Sie per Web-Konferenz teilnehmen möchten, geben Sie bitte bei der Anmeldung unbedingt Ihre E-Mail-Adresse an, einen Zugangslink senden wir Ihnen dann spätestens am Veranstaltungstag zu.

Montag, 13.03.2023
19.30 - 21.00 Uhr
Rathaus, Kaiserstraße 85, Haan
Ratssaal
2 UStd.; gebührenfrei

Y10005 Haan

Wir kochen ein italienisches Menü Kochabend in Zusammenarbeit mit der Europa-Union Haan

Peter Kannemann / Steffen Borth

Passend zur Partnerregion 2023 „Sizilien“ kochen wir dieses Mal ein



italienisches Menü.
Lassen Sie sich überraschen!
Die anfallenden Kosten werden auf die Teilnehmer umgelegt.
Die TN-Zahl wird den jeweils geltenden Hygienekonzepten angepasst.

Freitag, 19. Mai 2023, 17.00 - 22.00 Uhr
Küche im Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
Zufahrt über Wiesengrundstraße
5 ZStd.; gebührenfrei
Anmeldung erforderlich

Y10008 Haan

EUROPA UNTERWEGS

Tagesexkursion nach Maastricht in Zusammenarbeit mit der Europa-Union Haan



Martin Kurth

Nach der Auflösung des Warschauer Paktes und dem (vorläufigen) Ende des Ost-West-Konfliktes wurde auch in Europa der Weg frei gemacht für eine tiefere Integration der europäischen Nationalstaaten. Kristallisationspunkt dieses Prozesses war der „Vertrag von Maastricht“, unterzeichnet am 7. Februar 1992. In ihm wurde erstmals festgelegt, dass ausgewählte Politiken der EU „supranational“ organisiert wurden - das bedeutet: Einzelstaaten konnten fortan überstimmt werden.

Besuchen Sie mit uns den historischen Ort der Verhandlungen in der wunderschönen belgisch-niederländischen Grenzstadt Maastricht. Teil des Programms sind auch historische Führungen „von unten und oben“, die zeigen, dass Maastricht im Laufe der Geschichte von ganz verschiedenen europäischen Mächten belagert und eingenommen wurde.

Das Programm und der Transfer in einem modernen Reisebus sind in den Gebühren enthalten.

Bitte führen Sie einen gültigen Personalausweis oder Reisepass mit sich. Einen COVID-19-Impfnachweis beziehungsweise einen Genesenen-Nachweis benötigen Sie nur, wenn dies zum Zeitpunkt der Fahrt gesetzlich vorgeschrieben sein sollte.

Ziele und Abläufe der Exkursion können sich kurzfristig verändern.

Abfahrt:

08:00 Uhr Haan: VHS-Haus, Dieker Straße 49, 42781 Haan

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

Rückkehr: ca. 19.00 Uhr

Donnerstag, 11. Mai 2023, 8.00 - 19.00 Uhr
Treffpunkt: siehe Ausschreibungstext
11 ZStd.; 53,- €
Anmeldung erforderlich

Y10009 Studienfahrt

“ Hauptstadt Berlin“

Studienfahrt der Europa-Union Haan

Wolfgang Jegodowski

Am Morgen des ersten Tages starten wir in Richtung Gedenkstätte Marienborn an der ehemaligen innerdeutschen Grenze. Dort werden wir zu einer Führung erwartet und bleiben zur Mittagspause.

Am Abend erreichen wir dann das Hotel Kudamm101 in Charlottenburg.

Am nächsten Tag wird zunächst die Metropole im Rahmen einer vierstündigen Stadtrundfahrt erkundet. Wir sehen u.a. das Regierungsviertel, den Verlauf der „Berliner Mauer“, den Checkpoint Charlie, den Kudamm, den Alexanderplatz und vieles mehr. Nachmittags erleben wir dann die Hauptstadt vom Wasser aus.

An Tag drei geht es entweder im Außenministerium oder im Bundesrat mit einem Rundgang und einem Gespräch zu Europa weiter, bevor es anschließend zu einem Ausflug in den Spreewald geht.

Am Freitag dann kommen wir endlich ins Herz des politischen Berlins, den Reichstag. Wir sehen den Plenarsaal, besteigen die Kuppel und haben die Gelegenheit zu einem Gespräch mit einem Abgeordneten. Nachmittags machen wir dann einen Abstecher in die Hauptstadt Brandenburgs, Potsdam. Dort sind wir im holländischen Viertel zu Fuß unterwegs, spazieren durch den Park des Schlosses Sanssouci und sehen das geschichtsträchtige Schloss Cecilienhof, in dem die Potsdamer Konferenz von 1945 stattgefunden hat, von außen. Über den Wannsee geht es danach mit dem Boot zurück in die Bundeshauptstadt.

Bevor es am Sonntag wieder zurück geht, stehen am Samstag unter anderem das ehemalige Stasi-Gefängnis in Hohenschönhausen, der Funkturm, das Rote Rathaus und die Museumsinsel im Programm. Die VHS ist keine Veranstalterin der Fahrt, Anmeldungen über die VHS sind nicht möglich.

Weitere Informationen zur Fahrt, zu den Kosten und zu den Anmelde-möglichkeiten erhalten Sie beim Vorsitzenden der Europa-Union Haan, Wolfgang Jegodowski:

Wolfgang.jegodowski@t-online.de

Dienstag, 11. April 2023 bis Sonntag
Treffpunkt: siehe Ausschreibungstext
Genauere Zeiten und Kosten auf Anfrage sowie Anmeldung:
wolfgang.jegodowski@t-online.de

Y10010 Studienfahrt

VORTRÄGE ZU EUROPA

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

Vortragsreihe in Kooperation 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; dagegen 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 eu-



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.

Donnerstag, 02.02.2023, 02.03.2023, 30.03.2023,
04.05.2023, 01.06.2023,
jeweils 19.00 - 20.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
10 UStd.; gebührenfrei
Anmeldung erforderlich

Y10011 Haan

GESCHICHTE

“Man sagt, am Ende triumphiere die Wahrheit...”



Gedenkveranstaltung anlässlich des Holocaustgedenktes in Kooperation mit der Musikschule Haan und der Stabsstelle Wirtschaftsförderung, Tourismus und Kultur der Stadt Haan

“Wir sind die Guten“ - wer würde da widersprechen? Niemand, der sich selbst offen als böse bezeichnet, könnte ernst-, und dauerhaft politischen oder gesellschaftlichen Einfluss ausüben. Die Bösen - das sind die Anderen.

Wie praktisch, wenn „die Anderen“ nicht nur böse, sondern auch noch gut organisiert, vernetzt und mächtig sind. Ein schier übermächtiger Gegner setzt in den selbsterklärten Rechtschaffenen Emotionen frei. Angst, Wut und das Gefühl, der eigentlichen Wahrheit auf der Spur zu sein, sind Tasten auf der Klaviatur derer, die gruppenbezogene Menschenfeindlichkeit verbreiten wollen. Wurde dem Verschwörer die Maske vom Gesicht gerissen, fällt der Schritt in die verbale oder körperliche Gewalt leichter.

Antisemitismus ist eine Verschwörungstheorie, vielleicht sogar ihr Urtyp. Ohne das Narrativ der jüdischen Weltverschwörung ist die Popularität antisemitischer Klischees bis in unsere Zeit kaum vorstellbar. Verschwörungstheorien sind nicht einfach nur skurrile und lustige Phantasien gesellschaftlicher Außenseiter - sie sind gefährlich. Und im 21. Jahrhundert so verbreitet, wie nie zuvor.

Diese Veranstaltung findet anlässlich des Holocaustgedenktes statt.

Am 27. Januar 1945 wurden das Vernichtungslager Auschwitz-Birkenau und die beiden weiteren Konzentrationslager Auschwitz befreit. Seit 1996 gilt der 27. Januar als bundesweiter und seit 2005 als internationaler Tag des Gedenkens.

Karten ausschließlich unter www.neanderticket.de

Sonntag, 29. Januar 2023, 17.00 - 19.00 Uhr
Musikschule Haan, Dieker Str. 69, Haan
- Bitte Raumaushang beachten! -
2 ZStd.; gebührenfrei
Anmeldung erforderlich

Y11001 Hilden

Erlebt! Frauengeschichtliche Arbeitsgruppe

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?

Biografien 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, 09.02.2023 , 09.03.2023 , 20.04.2023 ,
11.05.2023 , 15.06.2023
jeweils 14.00 - 15.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
10 UStd.; 9,- €
Anmeldung erforderlich

Y11003 Hilden

Deutschland - Bunt und voller Überraschungen Skurrile Lesung



Peter Von Kapri

Bist du auf der Suche nach Abenteuern? Fahre nicht auf ferne Inseln. Schau Dich lieber im trauten Deutschland um. Überall, in ganz gewöhnlichen Situationen wie auf Kaffeefahrten, in Altersheimen oder an Baggerseen, lauern Überraschungen. Du triffst seltsame aber lustige Menschen, die genauso bizarr sind wie Du und ich.

Peter von Kapri stammt aus einer deutschsprachigen Familie aus der Bukowina. 1944 ist er in Bukarest geboren. Im sozialistischen Rumänien wurde er zum “neuen” Menschen geformt. Nach der Umsiedelung 1964 in den Westen hat er als Banker, Unternehmensberater, Journalist und Lebenskünstler an der Krise des Kapitalismus mitgewirkt. In seinen Kurzgeschichten versucht er, das Absurde und Widersprüchliche aus seinen Erlebnissen festzuhalten und wiederzugeben, wie lustig die Menschen und das Leben sind.



Mittwoch, 1. März 2023, 19.00 - 20.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 UStd.; 8,- €

Y11004 Haan

Goethe, das Bergische Land und dessen Umgebung

Olaf Link



„Goethe ist „in“: Jedes noch so bedeutungslose Nest auf der europäischen Landkarte, in dem Johann Wolfgang von Goethe auf einer seiner zahlreichen Reisen vielleicht einmal seine Notdurft verrichtet haben mag, erwähnt den Besuch im Rahmen seines „Touristik-Marketing“ gerade so, als habe er die Mühe des langen und beschwerlichen Reisens eigens auf sich genommen, um hier Blase oder Darm zu entleeren.“ so beschreibt Autor und Heimatforscher Olaf Link den „Hype“ um Deutschlands wahrscheinlich bekanntesten Dichter. „Lautet der Titel dieses Buches „Johann Wolfgang von Goethe, das Bergische Land und dessen Umgebung“, so soll ausdrücklich nicht der Eindruck erweckt werden, Goethes Beziehung zu diesem Teil des rechtsrheinischen Schiefergebirges sei spektakulär gewesen. Aber der Dichterstern hatte im Bergischen Land zahlreiche Freunde und Bekannte, die ihm, wie in diesem Buch belegt werden soll, wichtig waren und ihn - eigenen Bedenken zufolge - teilweise hinsichtlich seines Denkens maßgeblich prägten.“

Erleben Sie einen informativen und unterhaltsamen Abend in der VHS mit Olaf Link.

Freitag, 3. März 2023, 16.00 - 17.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
2 UStd.; 8,- €

Y11006 Haan

Webinar: Im Bann der Tiefe - eine Zeitreise durch unsere Ozeane

Florian Huber



Seit jeher fasziniert die Menschen das Unbekannte. Das gilt auch oder gerade für das, was sich in den Tiefen unserer Ozeane verbirgt. Die Welt unterhalb des Meeresspiegels ist eine geheimnisvolle. Sie hält eindrucksvolle Überraschungen parat, die den Inhalt der Geschichtsbücher noch heute verändern können. Dennoch wissen wir über den Mond mehr als über das tiefe Blau unserer Erde. Rund drei Millionen Schiffswracks von der Steinzeit bis zum Zweiten Weltkrieg liegen in unseren Weltmeeren. Hinzu kommen versunkene Städte und Siedlungen. Sie alle erzählen aufregende Geschichten der Vergangenheit. Seit mehr als 20 Jahren sind diese „Schätze“ die Passion von Unterwasserarchäologe Florian Huber, der bei seiner Arbeit aber auch immer wieder feststellen muss, wie fragil und bedroht unsere Meere sind. In seinem Multivisions-Vortrag gibt der Forschungstaucher, der bei seinen Expeditionen und Ausgrabungen in über 100 Ländern gearbeitet hat, einen Einblick in die faszinierende Welt der Unterwasserarchäologie.

Dieses Webinar findet in Kooperation mit der VHS Böblingen-Sindelfingen statt und läuft mit dem Video-Conferencing-System edudip. edudip funktioniert browserbasiert ohne Download einer Software. Sie benötigen keine Kamera und kein Headset. Den Zugangslink schicken wir Ihnen vor Veranstaltungsbeginn zu.

Mittwoch, 8. März 2023, 19.00 - 20.00 Uhr
online-Angebot;
1 ZStd.; 7,50 €

Y11007 Hilden

Hildener Stadtgeschichte

Teil 1: Hilden-West

Gerhard Wollmann

Anlässlich der Rathauseinweihung (heute Bürgerhaus) sang man 1900 das Lied auf Hildens Industrie:

Alles was man nötig hat, fabriziert man in der Stadt. Seidne Stoffe, bunt und chic, webt man viele tausend Stück (1). Und für die, die's bill'ger tun, färbt und druckt man auch Kattun (2). Saure Kappes, zart und fein, macht man tonnenweise ein (3). Eimer, draus die Pferde trinken kann man blenden hier verzinken (4). In der Mühl gibt's Weizenmehl (5). Auf der Bech da macht man Öl (6). Löffel, Gabel und auch Messer kriegt man nirgends anders besser (7). Wunderschöne Buchbeschläg macht man an der Walderwege (8). Auch wird Doppelporn gebrannt (9), und viel Bernsteinlack versandt (10). Übereinander schweißt man Röhren, stark für tausend Atmosphären (11). Und auch Röhren ohne Nähte macht man für Velocipede (12). Wer nen Teppich sich will kaufen, braucht nicht allzuweit zu laufen (13). Auch macht man fleißiger Hand, Ziegelsteine, hart gebrannt (14). Eimer Karren Kabelwinden kann man massenhaft hier finden (15). Dampfmaschinen und auch Guß liefert uns das Klinkenhus (16). Leder gerbt man mit Coxin (17), einer fabriziert Dextrin (18). Auch betreibt mit großem Glück einer eine Huhnfabrik (19). Einer macht in Stiefelschäften (20), einer Kraut von Apfelsäften (21). Und es gibt noch manch andere Sachen, die die ein' und andere machen; Auch die Stadt sie macht am End noch ein Gas das bläulich brennt (22). Im Seminarvortrag starten wir im Hildener Westen und entdecken, ob es heute noch Spuren der ehemaligen Hildener Industrie gibt.

Donnerstag, 23. März 2023, 18.30 - 20.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
2 UStd.; 6,- € (Kasse vor Ort, wegen begrenzter Platzzahl dennoch bitte anmelden!)

Y11009 Hilden

Die Geschichte des Kaffees und der Kaffeetafel im Bergischen Land

Kulinarischer Vortrag

Olaf Link

Kaum ein Begriff ist mit dem Bergischen Land so verbunden wie die „Bergische Kaffeetafel“ . Sie ist ein kulinarisches Highlight mit Tradition. Wie aber ist sie entstanden und wie ist überhaupt der Kaffee selbst ins Bergische Land gekommen? Eine Frage, auf die Olaf Link, Autor zahlreicher Bücher zur Alltags- und Kulturgeschichte der hiesigen Region, im Rahmen dieses Vortrags interessante, amüsante und kompetente Antworten geben wird.

Für das leibliche Wohl während des Vortrags ist gesorgt, wer eine bergische Kaffeetafel genießt, wird zum Abend nicht mehr viel Hunger haben.



Freitag, 31. März 2023, 16.00 - 17.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
2 UStd.; 20,- €

Y11011 Haan

Webinar: Das antike Persien - Weltmacht und Hochkultur

Holger Sonnabend



Unter der Königsdynastie der Achämeniden entwickelte sich Persien im 6. und 5. Jahrhundert v. Chr. zu einer glanzvollen Weltmacht. Auf dem Höhepunkt seiner Bedeutung erstreckte sich das persische Reich vom Mittelmeer bis zum Indus. Dieses Imperium hatte 200 Jahre lang Bestand, bevor es von Alexander dem Großen erobert wurde. In diesem Vortrag wird gezeigt, wie die Perser zur Großmacht wurden und mit welchen Mitteln sie es verstanden, die Herrschaft über so viele Völker dauerhaft zu sichern. Dazu gehörten so unterschiedliche Instrumentarien wie die Herstellung einer reichsweiten Infrastruktur und Toleranz gegenüber fremden Lebensformen. Auch in kultureller Hinsicht gehören die Perser in die erste Riege der antiken Völker. Davon zeugen die Prachtbauten von Persepolis ebenso wie die Errungenschaften in Kunst und Wissenschaften sowie die Religion. Abschließend wird der Frage nachgegangen, wie altpersische Kultur und Geschichte im heutigen Iran gesehen werden.

Dieses Webinar findet in Kooperation mit der VHS Böblingen-Sindelfingen statt und läuft mit dem Video-Conferencing-System edudip. edudip funktioniert browserbasiert ohne Download einer Software. Sie benötigen keine Kamera und kein Headset. Den Zugangslink schicken wir Ihnen vor Veranstaltungsbeginn zu.

Mittwoch, 17. Mai 2023, 19.00 - 20.00 Uhr
online-Angebot;
1 ZStd.; 7,50 €

Y11015 Hilden

BRENNPUNKTE DER WELTPOLITIK

Brennpunkte der Weltpolitik: Wie kann es Frieden in und um die Ukraine geben?

In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Otmar Steinbicker



Wie wird sich die militärische Lage im Ukrainekrieg bis zum Februar 2023 entwickeln? Werden die Waffen schweigen oder wird es einen weiter andauernden Stellungskrieg geben? Wie auch immer die Entwicklung verlaufen wird, es ist in jedem Fall weiterführend, über Friedenslösungen nachzudenken, die zeitnah umgesetzt werden können. Dabei gilt es, auch längerfristige Konfliktlinien mit zu bedenken, von denen es innen- und außenpolitisch sehr unterschiedliche gibt.

Teil 1) 8. Februar 2023: Die vielschichtige Geschichte der Ukraine Ein selbständiger ukrainischer Staat entstand erst nach dem Ersten Weltkrieg. Zuvor gehörten große Teile des Landes entweder zum zaristischen Russland oder zu Österreich-Ungarn. Beide damaligen Großmächte prägten die jeweiligen Gebiete kulturell sehr unter-

schiedlich. Der Westen der heutigen Ukraine gehörte zwischen den beiden Weltkriegen bis zum Hitler-Stalin-Pakt zu Polen.

Nach wenigen Jahren Eigenständigkeit ging die Ukraine in den 1920er als Teilrepublik in der Sowjetunion auf. Millionen Menschen verhungerten im Zuge der Kollektivierung der Landwirtschaft unter Stalin. Im Zweiten Weltkrieg kollaborierten ukrainische Nationalisten mit den deutschen Nazis, während Millionen Ukrainer in der Roten Armee gegen Nazideutschland kämpften.

Als 1991 die UdSSR auseinanderbrach, musste die Ukraine einen eigenen Weg finden. Wie fließt die Geschichte der Ukraine in die aktuelle Situation ein? Und welche Optionen für Friedensverhandlungen lassen sich ableiten?

Teil 2) 15. Februar: Die Ukraine im internationalen Spannungsfeld Das flächenmäßig große Land Ukraine hat als westliches Nachbarland Russlands eine besondere strategische Bedeutung sowohl für den Westen als auch für Russland. Seit dem 18. Jahrhundert dient die Krim als wichtigster Hafen für die russische Kriegsflotte - insofern ist die Krim sowohl für Russland, als auch für den Westen von militärisch-strategischer Bedeutung.

Auf die Entscheidungen der Ukraine versuchen seit langem ausländische Regierungen Einfluss zu nehmen. Für den Frieden wäre hier die Frage, wie für die Ukraine die Perspektive einer gesicherten Neutralität geöffnet werden kann.

Im Agieren der großen Mächte spielt weit über die Ukraine hinaus auch der Kampf um die Vorherrschaft in der Welt, vor allem zwischen den USA und China, eine Rolle. Dabei geht es darum, sich jeweils eigene geopolitische Vorteile zu verschaffen und Konkurrenten zu schwächen. Hier wäre die Frage, welche Wege die UNO finden könnte, damit solche Kämpfe nicht militärisch ausgetragen werden.

2 x mittwochs, 19.00 - 20.30 Uhr

Beginn: 8. Februar 2023

Gemeindezentrum Reformationskirche, Markt 18, Hilden
4 UStd.; 16,- € (Kasse vor Ort, wegen begrenzter Platzzahl dennoch bitte anmelden!)

Y11111 Hilden

Brennpunkte der Weltpolitik: Ein Abend mit Zarifa Ghafari

In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Zarifa Ghafari



Mit 24 Jahren wurde Zarifa Ghafari zur jüngsten Bürgermeisterin Afghanistans ernannt. Taliban versuchten, sie von der Ausübung ihres Amtes fernzuhalten. Trotz wiederholter Attentatsversuche setzt sie sich unermüdlich gegen Korruption und für Frieden und Frauenrechte ein.

In ihrem Buch „Zarifa Afghanistan“ schildert sie ihr Leben in einer von Gewalt geprägten, männerdominierten und traumatisierten Gesellschaft. An ihrem Beispiel versteht man die komplexen politischen Dynamiken und die verworrene Geschichte dieses so geschundenen wie wunderbaren Landes. Ihre Botschaft: Veränderung ist möglich, der Kampf lohnt sich.

Frau Ghafari besucht uns an diesem Abend in der VHS, um über ihr Heimatland Afghanistan zu sprechen.



Mittwoch, 15. März 2023, 19.00 - 20.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 UStd.; 8,- € (Kasse vor Ort, wegen begrenzter Platzzahl
dennoch bitte anmelden!)

Y11113 Hilden

Webinar: Quo vadis, Türkei? Recep Erdogan und die Türkei vor den Wahlen 2023



Cigdem Akyol

Im Juni 2023 finden die Parlaments- und Präsidentschaftswahlen in der Türkei statt. Der umstrittene Präsident Erdogan hat bereits seine erneute Kandidatur bekannt gegeben und scheint erstmals einer geschlossenen Opposition aus bis zu sechs Parteien gegenüberzustehen, die ihm die Macht streitig machen könnten. Die Wahl wird dabei nicht nur über die künftige Ausrichtung der Türkei entscheiden, sondern auch überregional bedeutsam sein und das Verhältnis der Türkei zu ihren Nachbarstaaten, der EU und der NATO beeinflussen. Die Türkei leidet wirtschaftlich unter hoher Inflation und einer zunehmenden Spaltung in der Gesellschaft, Wahlbeobachter warnen zudem bereits jetzt vor Manipulationen in der Wählerfindung. Wie wird sich das Land entscheiden?

Dieses Webinar findet in Kooperation mit der VHS Böblingen-Sindelfingen statt und läuft mit dem Video-Conferencing-System edudip. edudip funktioniert browserbasiert ohne Download einer Software. Sie benötigen keine Kamera und kein Headset. Den Zugangslink schicken wir Ihnen vor Veranstaltungsbeginn zu.

Dienstag, 13. Juni 2023, 19.00 - 20.00 Uhr
online-Angebot;
1 ZStd.; 7,50 €

Y11118 Hilden

POLITIK UND ÖKONOMIE

Webinar: Leben im Kibbuz im Wandel der Zeit. Webvortrag live aus Israel



Ari Lipinski

1910 gründete eine jüdische Gruppe - zwei Frauen, zehn Männer - am See Genezareth die Genossenschaft Degania ("Getreide des Ewigen"). Aus einem Kibbuz sind inzwischen 270 Kibbuzim mit 186.000 Einwohnern gewachsen. Sie produzieren 40% der hochinnovativen landwirtschaftlichen und 9% der industriellen Produktion und des Export Israels, obwohl sie lediglich 1,9% der 9,6 Millionen zählenden Bevölkerung Israels ausmachen. Not macht erfinderisch: aus rein landwirtschaftlichen Dörfern sind auf Freiheit basierende moderne Gemeinschaften entstanden, die ein hochqualitatives Erziehungswesen, eine neue jüdische Kultur und vieles mehr entwickelten.

Der gebürtige Israeli Ari Lipinski war und ist in vielen deutschen und israelischen Organisationen leitend und beratend tätig, u.a. 15 Jahre als leitendes Mitglied des Kibbuz Netzer Sereni, als israelischer Gesandter in Deutschland der Vereinigten Kibbuz-Bewegung Takam und als persönlicher Israel-Berater von Bundespräsident Johannes

Rau. Er wird als herausragender Kenner und Israelexperte einen profunden Blick auf die Geschichte der Kibbuzim und ihre heutige Bedeutung geben.

Dieses Webinar findet in Kooperation mit der VHS Böblingen-Sindelfingen statt und läuft mit dem Video-Conferencing-System edudip. edudip funktioniert browserbasiert ohne Download einer Software. Sie benötigen keine Kamera und kein Headset. Den Zugangslink schicken wir Ihnen vor Veranstaltungsbeginn zu.

Mittwoch, 19. April 2023, 19.00 - 20.00 Uhr
online-Angebot;
1 ZStd.; 7,50 €

Y11120 Hilden

Der STADTRADELN-Motivations-Abend Tipps, Tricks und Unterhaltsames für alle, die mal drei Wochen lang ihre eigene kleine Verkehrswende ausprobieren wollen



Ludger Vortmann

Voraussichtlich ab dem 7. Mai ist es wieder soweit: Alle Hildenerinnen und Hildener sind eingeladen, beim „Stadtradeln“ für ihre Kommune zu strampeln, Kilometer zu machen und CO2 zu vermeiden. Um richtig in Stimmung zu kommen, hat die VHS den erfahrenen „Stadtrader“ - heutigen Landespressesprecher des Fahrrad-Clubs ADFC NRW - und Autor des Buches „Das STADTRADELN-Buch“, Ludger Vortmann, eingeladen. Das Buch versteht sich als „Ideen-Turbo“ für alle, die gerne Rad fahren und dabei was fürs Klima tun wollen. Es enthält viele Checklisten und Tipps und richtet sich an Bürgerinnen und Bürger, Kommunen, Schulen und die Lokalpolitik. Zusammen mit seinem Team schaffte Vortmann zu Beginn der Coronapandemie in nur drei Wochen das erste erfolgreiche Bürgerbegehren unter Pandemiebedingungen in Deutschland. Der erfolgreiche Rad-Entscheid Marl erreichte, dass die Ruhrgebietsstadt Marl bis 2028 mehr als 64 Millionen Euro in die Fahrrad-Infrastruktur investieren muss - als erste Stadt in der Metropole Ruhr und erste Mittelstadt in Nordrhein-Westfalen überhaupt.

„Das Stadtradeln Buch“ ist eine augenzwinkernde Lektüre, die Vortmanns eigene kleine Verkehrswende unterhaltsam und informativ beschreibt.

Gelingt es auch in Hilden, die Diskussion zum Themenkomplex Verkehrswende und Klimaschutz zu verstärken?

Mittwoch, 3. Mai 2023, 18.00 - 19.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 UStd.; 7,- € (Kasse vor Ort, wegen begrenzter Platzzahl
dennoch bitte anmelden!)

Y11122 Hilden

Solidarische Landwirtschaft: Was ist das und wie fängt man es an?

In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Stefanie Schulze Schleithoff

Wie kann heute angesichts des globalen Super-Marktes eine bäuerliche, vielfältige Landwirtschaft erhalten bleiben, die gesunde, frische Nahrungsmittel erzeugt und außerdem die Natur- und Kul-



turlandschaft pflegt? Bei Solidarischer Landwirtschaft werden die Lebensmittel nicht mehr über den Markt vertrieben, sondern fließen in einen eigenen durchschaubaren Wirtschaftskreislauf, der von den Verbraucher:innen mit organisiert und finanziert wird. Solidarische Landwirtschaft fördert und erhält eine bäuerliche und vielfältige Landwirtschaft, stellt regionale Lebensmittel zur Verfügung und ermöglicht Menschen einen neuen Bildungs- und Erfahrungsraum.

An diesem Abend erfahren die Teilnehmer:innen, was solidarische Landwirtschaft ist, wie sie funktioniert und wie man sie vor Ort auf die Beine stellen kann.

Mittwoch, 24. Mai 2023, 18.30 - 20.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
2 UStd.; 6,- € (Kasse vor Ort, wegen begrenzter Platzzahl
dennoch bitte anmelden!)

Y11125 Hilden

Räume der Zukunft



Ein soziales Kaufhaus, eine zur Kunstgalerie umgebaute Tiefgarage, ein Skateplatz mit Bänken zum Zuschauen oder ein kleiner Nutzgarten inmitten städtischen Betons - all das sind Beispiele für Inseln der Stadtentwicklung, auf denen primär ökologische und soziale Nachhaltigkeit berücksichtigt worden ist. Hier geht es in erster Linie um das gesellschaftliche Miteinander sowie um den Schutz und die Förderung natürlicher und kultureller Ressourcen.

Aber solche Orte entstehen nicht von selbst, einige Bedingungen müssen für ihr Entstehen erfüllt sein:

1.: Zunächst braucht es eine konkrete Idee, die die Stadt lebenswerter macht.

2.: Nötig ist auch eine gute Portion Realismus, schließlich wird es kaum gelingen, die halbe Innenstadt neu zu bauen. Die oben genannten Ideen scheinen keine „Wolkenkuckucksheime“ gewesen zu sein, sonst gäbe es die Projekte heute nicht.

3.: Know How: „Wie realisiere ich eine Idee rechtlich, finanziell, organisatorisch und technisch?“ sind Fragen, die beantwortet werden wollen und müssen.

Haben Sie Lust, sich ebenfalls für eine solche „Insel“ in Ihrer Kommune stark zu machen? Entwickeln Sie gemeinsam mit uns eine Idee und profitieren Sie als Projektgruppe von professioneller Beratung und fachlichem Input durch Expert*innen. Das Tolle: Über das Schwerpunktthema und somit indirekt auch über die Auswahl der Expert*innen entscheiden in jeder teilnehmenden Kommune die Gruppen selbst vor Ort.

Los geht es mit Phase 1 im Juni: In kleinen Gruppen erkunden Bürger*innen ihre Kommune, um einen anderen Blick für die Kommune zu entwickeln. Sensibilisiert für die Kommune sollen ein oder mehrere Projekte erarbeitet werden, die das Ziel verfolgen, einen Beitrag zur nachhaltigen Stadtentwicklung zu leisten.

Melden Sie sich bereits jetzt gebührenfrei an, um im Juni dabei zu sein.

„Räume der Zukunft“ ist ein Kooperationsprojekt der Volkshochschulen Alpen-Rheinberg-Sonsbeck-Xanten, Kleve, Moers, Neuss, Wesel-Hamminkeln-Schermebeck und Hilden-Haan.

Freitag, 2. Juni 2023, 16.00 - 19.00 Uhr
Treffpunkt: Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ , Gerresheimer Str. 20, Hilden, Parkplatz
4 UStd.; gebührenfrei

Y11135 Hilden

Weitere interessante Kurse und Veranstaltungen zum Thema „Nachhaltigkeit“ finden Sie auch in anderen Rubriken, zum Beispiel:

- Ein Webinar zum Thema: Der CO2-Fußabdruck unseres digitalen Lebensstils: Y12008

- Einen philosophischen Abend zum Thema „Alles fühlt“ - Andreas Webers Beitrag zu einer Philosophie des Lebens: Y17010

- Oder einen digitalen Kochkurs zum Thema „Planetary Health Diet“ - Genussvolle, klimafreundliche Ernährung im Alltag: Y31500

MEDIEN UND TECHNIK

Webinar: Einführung in Quantensorik und Quantencomputer



Markus Krutzik

Herkömmliche Computer verarbeiten Daten mittels elektronischer Schaltungen. Zahlenwerte speichern sie in Form von Bits. Im Unterschied hierzu nutzen Quantenprozessoren keine elektronischen Schaltungen, sondern Zustände aus der Quantenmechanik als Datenspeicher. Durch diese neuen Methoden eröffnen sich in der Wissenschaft und auch in der Industrie ganz neue Möglichkeiten. In der Medizintechnik können Quantensensoren zum Beispiel eine schnellere Krebsdiagnostik unterstützen. In der Produktion können wiederum durch Quantensorik kleinste Materialrisse und Verformungen erkannt werden.

Dieses Webinar findet in Kooperation mit der VHS Böblingen-Sindelfingen statt und läuft mit dem Video-Conferencing-System edudip. edudip funktioniert browserbasiert ohne Download einer Software. Sie benötigen keine Kamera und kein Headset. Den Zugangslink schicken wir Ihnen vor Veranstaltungsbeginn zu.

Dienstag, 7. März 2023, 19.00 - 20.00 Uhr
online-Angebot;
1 ZStd.; 7,50 €

Y12005 Hilden

Webinar: Der CO2-Fußabdruck unseres digitalen Lebensstils



Jens Gröger

Immer mehr Stunden nutzen wir täglich Smartphones, Computer oder andere digitale Geräte und konsumieren Online-Dienste. Dabei sind wir uns nicht darüber bewusst, dass auch unser Digitalkonsum negative Umweltwirkungen hat. Während allgemein bekannt ist, dass Autofahren, Strom verbrauchen und Heizen klimaschädlich sind, bleiben uns die CO2-Emissionen des digitalen Lebensstils weitgehend verborgen. In diesem Webvortrag mit zahlreichen anschaulichen Praxisbeispielen gibt Dipl.-Ing. Jens Gröger von Öko-Institut e.V. einen Überblick darüber, wie der individuelle CO2-Fußabdruck berechnet wird, welche Beiträge digitale Geräte und Infrastrukturen dabei leisten und welche Ansatzpunkte es zum digitalen Klimaschutz gibt.



Dieses Webinar findet in Kooperation mit der VHS Böblingen-Sindelfingen statt und läuft mit dem Video-Conferencing-System edudip. edudip funktioniert browserbasiert ohne Download einer Software. Sie benötigen keine Kamera und kein Headset. Den Zugangslink schicken wir Ihnen vor Veranstaltungsbeginn zu.

Mittwoch, 22. März 2023, 19.00 - 20.00 Uhr
online-Angebot;
1 ZStd.; 7,50 €

Y12008 Hilden

talentCAMPus

Ferien-Filmworkshop für junge FilmemacherInnen und solche, die es werden wollen

Filmclub Dierslaken

Erlebt ein echtes Film-Workshop Abenteuer in der VHS Hilden-Haan: Du wolltest schon immer mal Deine Schauspielkunst vor laufender Kamera unter Beweis stellen? Oder siehst Du Dich nicht „im Rampenlicht“, sondern eher in der Produktion, der Regie, an der Kamera oder als Zuständige/r für den Ton?

In diesem Workshop bist Du in jedem Fall Teil der Crew - egal, wo Deine Talente liegen!

Am Schluss der Woche steht Euer eigener Film.

Werde selbst kreativ tätig, erlebe, wie Euer Ergebnis in der Öffentlichkeit präsentiert wird und sei Medienmacher statt Medienkonsumenten.

Die Uraufführung ist geplant für Sonntag, 6. August 2023

Die Teilnahme ist möglich für Menschen zwischen 12 und 18 Jahren.

Der Ferien-Workshop ist ein kostenloses ganztägiges Angebot. Die Verpflegung (Frühstück und Mittag) der jungen Filmschaffenden gehört zum gemeinsamen Programm, die Technik wird gestellt, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Der Workshop ist ein Kooperationsprojekt der VHS Hilden-Haan mit dem Jugendhaus Hilden, dem Stellwerk, Büro für Familie und Bildung und dem Jugendparlament Hilden und wird gefördert mit Mitteln aus dem Programm „Kultur macht stark. Bündnisse für Bildung“ des Landes NRW.

Montag, 31. Juli 2023 bis Freitag, 4. August 2023, jeweils
10.00 - 17.00 Uhr

Uraufführung der Filme: Sonntag, 6. August 2023, 13.00 Uhr
vorrussichtlich im LUX-Lichtspielhaus Hilden
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
gebührenfrei
Anmeldung erforderlich

Y12010 Hilden

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

JungeVHS - KiWi: Zaubersäfte: geheimnisvolle Farbenspiele in der Chemie Für Kinder zwischen 6 und 10 Jahren

Walther Enßlin / Roswitha Dickenscheid-Simon

Wir experimentieren mit Pflanzenfarbstoffen und Lebensmittelfarben. Durch Stoffe, die wir im Küchenschrank finden, wird aus blau auf einmal grün, aus rot wird gelb.

Kinder im Grundschulalter haben großes Interesse an wissenschaftlichen Themen und Zusammenhängen. Wir wollen neugierigen Kindern die Möglichkeit geben, naturwissenschaftlichen Fragen auf den Grund zu gehen. KiWi vermittelt lebensnahes Wissen praktisch und (be-)greifbar.

Wir machen eine Pause: Bitte bringt ein kleines Frühstück mit! Liebe Eltern, bitte geben Sie bei der Anmeldung UNBEDINGT Geburtsdatum und Namen Ihres Kindes an! Geben Sie Ihrem Kind außerdem einen „Kittel“ (z.B. ein altes Oberhemd) und Stifte mit!

Bitte melden Sie Ihr Kind gerne auch auf der Warteliste an! Wenn genügend Anmeldungen vorliegen, richten wir ein Zusatzangebot ein. Es würde am selben Tag von 13.30 - 15.30 Uhr stattfinden.

Samstag, 11. März 2023, 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

Y12051 Haan

JungeVHS - KiWi: Kann ich meinen Augen noch trauen? Experimente rund um Sinnes-täuschungen

Für Kinder zwischen 6 und 10 Jahren

Walther Enßlin / Roswitha Dickenscheid-Simon

Heute führen wir unsere fünf Sinne mal aufs Glatteis: ein Loch in der Hand, spiegelverkehrte Schrift, verrückte Buchstaben. Alles sehr verwirrend!

Kinder im Grundschulalter haben großes Interesse an wissenschaftlichen Themen und Zusammenhängen. Wir wollen neugierigen Kindern die Möglichkeit geben, naturwissenschaftlichen Fragen auf den Grund zu gehen. KiWi vermittelt lebensnahes Wissen praktisch und (be-)greifbar.

Wir machen eine Pause: Bitte bringt ein kleines Frühstück mit! Liebe Eltern, bitte geben Sie bei der Anmeldung UNBEDINGT Geburtsdatum und Namen Ihres Kindes an! Geben Sie Ihrem Kind außerdem einen „Kittel“ (z.B. ein altes Oberhemd) und Stifte mit!

Bitte melden Sie Ihr Kind gerne auch auf der Warteliste an! Wenn genügend Anmeldungen vorliegen, richten wir ein Zusatzangebot ein. Es würde am selben Tag von 13.30 - 15.30 Uhr stattfinden.



Samstag, 6. Mai 2023, 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

Y12053 Haan

JungeVHS - KiWi: Alles fliegt, manches schwebt: Experimente zu Luft- und Raumfahrt

Für Kinder zwischen 6 und 10 Jahren

Walther Enßlin / Roswitha Dickenscheid-Simon

Wir beschäftigen uns heute mit den verschiedensten Fluggeräten, mit Hubschraubern, Raketen, Heißluftballons oder auch fliegenden Fischen.

Kinder im Grundschulalter haben großes Interesse an wissenschaftlichen Themen und Zusammenhängen. Wir wollen neugierigen Kindern die Möglichkeit geben, naturwissenschaftlichen Fragen auf den Grund zu gehen. KiWi vermittelt lebensnahes Wissen praktisch und (be-)greifbar.

Wir machen eine Pause: Bitte bringt ein kleines Frühstück mit! Liebe Eltern, bitte geben Sie bei der Anmeldung UNBEDINGT Geburtsdatum und Namen Ihres Kindes an! Geben Sie Ihrem Kind außerdem einen „Kittel“ (z.B. ein altes Oberhemd) und Stifte mit!

Bitte melden Sie Ihr Kind gerne auf der Warteliste an! Wenn genügend Anmeldungen vorliegen, richten wir ein Zusatzangebot ein. Es würde am selben Tag von 13.30 - 15.30 Uhr stattfinden.

Samstag, 3. Juni 2023, 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

Y12054 Haan

BOTANIK, NATUR & UMWELT

Pflanzenkundliche Frühlingswanderung durch die Düsselaue zwischen Schöller und Hermgesberg

Regina Thebud-Lassak

Auf unserer ca. 3,5 km langen Wanderung erleben wir den Frühling in der Düsselaue und entdecken dabei Buschwindröschen, Scharbockskraut, Hohe Schlüsselblumen und Goldstern, im Kontrast zum artenärmeren Rotbuchenhochwald mit seinen Hainsimsen- und Ilexbeständen. Auf dem Rückweg beobachten wir, wie Pionierpflanzen allmählich die Kalkschutthänge des nahen Steinbruchs erobern und genießen einen landschaftlich außerordentlich schönen Blick auf Schöller und die Düsselaue. Fotografieren werden sehr auf ihre Kosten kommen!

Bitte bringen Sie mit: festes Schuhwerk, witterungsgerechte Bekleidung, Regenschutz, Taschenmesser; wenn vorhanden: Lupe, Bestimmungsbuch, Fotoapparat.

Treffpunkt: Wanderparkplatz Schöller am Südrand der Ortschaft Schöller, nah der Grenze zu Haan-Gruiten. Ins Navi eingeben: Schöllerweg 4, 42327 Wuppertal.

Samstag, 1. April 2023, 14.00 - 17.00 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
4 UStd.; 14,- €
Anmeldung erforderlich

Y12206 Haan

Blühende Wildsträucher - schön, kulinarisch verwertbar, oder giftig?

Botanische Exkursion rund um den Park Ville d'Eu in Haan

Regina Thebud-Lassak

Von Mitte Mai bis Mitte Juni blühen unsere meisten Wildsträucher an Waldrändern, als Heckengehölze und auch in Ortschaften, hier oft angepflanzt. Die Blüten, deren Nektar Bienen und anderen bestäubenden Insekten als Nahrung dient, können auch von uns Menschen kulinarisch genutzt werden. Bekannt sind sicher Sirup und Gelee aus Holunderblüten, aber auch Blüten anderer Wildsträucher können zu genusslichen Delikatessen verarbeitet werden - vorausgesetzt, Sie erkennen sie genau und verwechseln sie nicht mit Blüten giftiger Sträucher. Dies ist Thema unserer Exkursion, so werden wir exemplarisch das Bestimmen mit Hilfe eines Bestimmungsbuchs üben. Auch wird es an leckeren Rezeptvorschlägen nicht fehlen. Daneben werden wir einige angepflanzte exotische Gehölze kennenlernen wie Trompetenbaum, Tulpenbaum und Eisenholzbaum.

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

Treffpunkt: Haan, Ecke Königstraße / Bahnhofstraße, vor der Kirche Chrysanthus und Daria. Nahe der Bushaltestelle „Windhövel“, Linien 742, 784, 786

Donnerstag, 18. Mai 2023, 15.00 - 18.00 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
4 UStd.; 14,- €
Anmeldung erforderlich

Y12207 Haan

TIERISCH

Wasservogel am Elbsee

In Zusammenarbeit mit der Biologischen Station Urdenbacher Kämpe e.V. Haus Bürgel

Julian Oymanns

Im Winter halten sich auf dem Elbsee neben den bekannten heimischen Stand-Wasservögeln auch viele nord- und osteuropäische Zug-Wasservogelarten auf. Während der Exkursion lassen sie sich an verschiedenen Stellen entlang des Südufers und vor allem am



Dreiecksweiher gut beobachten. Es werden Informationen zur Lebensweise der Arten und zur Bedeutung des Sees für die Wasservögel gegeben. Natürlich halten wir bei diesem gemütlichen Spaziergang auch Ausschau nach anderen Vögeln wie z.B. dem Wintergoldhähnchen, Erlenzeisig oder Schwanzmeise, die aufgrund des fehlenden Laubes nun gut zu entdecken sind. Bitte bringen Sie wetterangepasste Kleidung, festes Schuhwerk - und falls vorhanden- ein Fernglas mit.

Samstag, 21. Januar 2023, 10.00 - 12.00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Elbsee, Schalbruch (Nähe Westring), Hilden
2 ZStd.; 8,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 8 / Max. 9 Teilnehmende
Anmeldung erforderlich

X12315 Hilden

ASTRONOMIE

Ziel: Zukunft - Vom Jetzt bis zur Ewigkeit

Exkursion zum Galileum Solingen

Sylvia Scholten

Unser Universum ist riesig groß und im Verhältnis zu einem Menschenleben unvorstellbar alt. Es ist ständig im Wandel. Vor etwa 14 Milliarden Jahren entstand es - aber das ist gegen die Zukunft, die noch vor ihm liegt, eine verschwindend kurze Zeitspanne.

In der neuen Planetariumsshow machen wir uns auf in diese ferne Zukunft des Kosmos, über die die Wissenschaft tatsächlich Vorhersagen treffen kann - eine erstaunliche und beeindruckende Leistung! Forschende auf der ganzen Welt untersuchen, wie sich unsere Erde, unsere Sonne und das gesamte Universum entwickeln. Fast überschaubar sind dabei noch Zeiträume von Jahrmillionen, in denen die Erde und das Leben ihr Gesicht verändern, oder Jahrtausende, in denen die Sonne das Ende ihrer Existenz erreicht und sich die gesamte Milchstraße spektakulär wandelt. Was geschieht aber in noch viel fernerer Zukunft, in Zeiträumen, für die unsere Sprache keine Worte mehr findet? Was bleibt, wenn die Sterne verlöschen? Und steht am Ende vielleicht sogar so etwas wie die „Ewigkeit“ - hört die Zeit selbst auf zu vergehen?

Die Planetariumsshow wagt mit eindrucksvollen Bildern und spannenden Ergebnissen aus der aktuellen Forschung einen atemberaubenden Blick ins Unvorstellbare. Anschließend können Sie bei klarem Himmel einen Blick durch die Teleskope der Sternwarte werfen - warme Kleidung ist für diesen Teil daher empfehlenswert.

An- und Abreise erfolgen selbstorganisiert. Treffpunkt: Walter-Horn-Weg 1, 42697 Solingen Ohligs

Mittwoch, 15. März 2023, 18.00 - 20.30 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
2,5 ZStd.; 19,- €
Anmeldung erforderlich

Y12410 Studienfahrt

STADT(ver)FÜHRUNGEN

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 Abschnitts „STADT(ver)FÜHRUNGEN“.

Kleine Weltreise durch Hilden der kulturell-kulinarische Stadtrundgang

Elke Knauer-Wagner

Wo gibt es die stillen und unentdeckte Plätze? Unsere Stadtführer nehmen Sie mit auf einen Streifzug durch Hilden - kulinarisch, kulturell & interessant. Neben interessanten Plätzen in der Hildener Innenstadt beinhaltet unser Rundgang 5 köstliche Häppchen zum Probieren & Kultur zum Hören. Erfahren Sie, wo das Leben in Hilden pulsiert.

Die Stadtführung für Genießer, Feinschmecker, Neugierige. Bitte teilen Sie uns mit, ob die Kostproben für Sie vegetarisch sein sollen.

Wir arbeiten zusammen mit auf-ins-viertel.de. Hier finden Sie auch interessante und schmackhafte Rundgänge in Düsseldorf und den Nachbarstädten.

Donnerstag, 9. März 2023, 20. April 2023, 15. Juni 2023
jeweils 16.30 - 19.00 Uhr
Mittelstraße (vor dem Bürgerhaus), Hilden
2,5 ZStd.; 35,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende
Schriftliche Anmeldung erforderlich

9. März 2023: Y13003

20. April 2023: Y13011

15. Juni 2023: Y13030

Hilden

Die Reformationskirche - eine Kirche im Wandel der Zeit

Barrierefreie Kirchenführung bei jedem Wetter

Reinhold Brüning / Stephanie Wolny

Erfahren Sie bei dieser Führung wichtige Details zu Architektur und (bau-) historischer Bedeutung der Kirche. Wer war ihr Bauherr? Wie wurde aus dem katholischen Gotteshaus, das dem St. Jacobus Maior (dem Älteren) geweiht war, die heutige Reformationskirche? Eine Kirche im Wandel der Zeit und zugleich ein stummer Zeuge von Glaubensstreit und Annäherung.



Donnerstag, 16. März 2023, 16.00 - 17.30 Uhr
Nordeingang Reformationskirche, Markt 18, Hilden
2 UStd.; 5,- €
Anmeldung erforderlich

Y13005 Hilden

Rund um den Haaner Stadtbrunnen Stadtführung auf dem Neuen Markt



Martin Banniza

Vor 25 Jahren fand an einem Sonntag im März das erste Brunnenfest auf dem Neuen Markt statt. Im November 1997 war das Bauwerk nach einem Entwurf des Haaner Künstlers Wolfgang Niederhagen (* 1933) in Betrieb genommen und der Öffentlichkeit vorgestellt worden.

Die Führung berichtet von der abenteuerlichen Entstehungsgeschichte des Ensembles aus Brunnen, Bäumen und Sitzgelegenheiten ("Wassergarten"), dessen Planung jahrelang die Gemüter erregte. Ebenso wird ein Blick geworfen auf den damaligen benachbarten Einzelhandel (z. B. Reisebüro, Metzgerei).

Wer erinnert sich noch an den Uhrenwürfel mit Werbeflächen?

Sonntag, 19. März 2023, 15.00 - 16.30 Uhr
Treffpunkt: Stadtbücherei, Neuer Markt 17, Haan
2 UStd.; 5,- €
Anmeldung erforderlich

Y13007 Haan

"Tobender Menschenwildbach" (Emil Barth) - Haan am 16. April 1945 Stadtführung entlang der Hauptstraße



Martin Banniza

Von der damaligen Wohnung Emil Barths (1900-1958) und seiner Frau Erika in der Bahnhofstraße (zeitweise Göringstraße) bis zur Rathauskurve erstreckt sich die Stadtführung, die an den Einmarsch der amerikanischen Truppen in Haan erinnern möchte.

Sie vereint dabei Emil Barths Aufzeichnungen und Meditationen „Lemuria“ (1947) mit literarischen Zeugnissen und heimatkundlichen Forschungen anderer, teils noch lebender Autoren.

Während strahlender Sonnenschein über Birnbaumblüten lag, wurde ein in Windeseile zerteilter Pferdekadaver Sinnbild der apokalyptischen Szenerie des Tages.

Sonntag, 16. April 2023, 15.00 - 16.30 Uhr
Treffpunkt: Bahnhofstraße 43, Haan
2 UStd.; 5,- €
Anmeldung erforderlich

Y13009 Haan

Fahrradführung zur Kunst in Hilden

Gerhard Wollmann

Welche Kunstwerke im öffentlichen Raum prägen das Hildener Stadtbild?

Wir erkunden Plastiken, Statuen, Brunnen, Wandgemälde. Dazu fahren wir mit dem eigenen Fahrrad mehrere sehr unterschiedliche

Kunstwerke in Hilden an. Wir erfahren Hintergründe über die Bedeutung der Arbeiten sowie Wissenswertes über die Künstler und ihre Schaffensphasen.

Althildener/Innen, Neubürger und Neubürgerinnen sind herzlich willkommen!

Samstag, 29. April 2023, 14.00 - 16.00 Uhr
Treffpunkt: Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“, Gerresheimer Str. 20, Hilden, Parkplatz
2 ZStd.; 5,- €
Anmeldung erforderlich

Y13014 Hilden

Ein Streifzug durch die Hildener Stadtgeschichte Stadtführung durch die Innenstadt



Yvonne Appler / Thorsten Lauterjung

In der Hildener Innenstadt gibt es so einiges zu entdecken und zu erzählen. Wir streifen bei unserer Stadtführung Themen wie die mittelalterlichen Handelswege und die Hildener Religions- und Industriegeschichte, kommen an historischen Gebäuden und Denkmälern vorbei und erfahren etwas über bekannte Hildener Persönlichkeiten und alte Treffpunkte der Stadt.

Sonntag, 30. April 2023, 11.00 - 12.30 Uhr
Treffpunkt: Reformationskirche, Markt 18, Hilden, - vor dem Eingang am Kirchturm
2 UStd.; 5,- €
Anmeldung erforderlich

Y13016 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, 18. Mai 2023, 17.00 - 18.30 Uhr
Treffpunkt: Hauptfriedhof Hilden, Kirchhofstraße 61
2 UStd.; 5,- €
Anmeldung erforderlich

Y13018 Hilden



Haan - die Gartenstadt Stadtführung

Heidemarie Linke

Woher stammt der Begriff „Gartenstadt“ ?

Erfahren Sie etwas über die Geschichte der Haaner Parkanlagen und welche Bedeutung die Grünstreifen entlang der Kaiserstraße haben.

Lassen Sie sich über Kunst und Denkmäler informieren. Hören Sie Geschichten über Menschen die rund um den „Windhövel“ das Stadtbild mitgeprägt haben. Außerdem geht es um die Hausgärten, Samenhandlungen, Blumenläden usw. Freuen Sie sich auf das „grüne Haan“.

Sonntag, 21. Mai 2023, 15.00 - 16.30 Uhr
Treffpunkt: Pavillon im Park „Ville dè Eu“ an der Königstraße
2 UStd.; 5,- €

Y13020 Haan

Hilden von unten und von oben Stadtführung

Gerhard Wollmann

Der Hildener Stadtführer geht an diesem Nachmittag mit Ihnen durch die Innenstadt. Der Weg beginnt am ältesten Gebäude in Hilden, der Reformationskirche. Der Blick auf die Kirchturmuhre bestätigt, dass sie genau geht, denn sie ist eine Funkuhr.

Gibt es eine Gemeinsamkeit zwischen der Sparkasse mit dem Berliner Brandenburger Tor?

Am Alten Markt erfahren Sie, was das Denkmal von Wilhelm Fabry und die Glocken gemeinsam haben. Auf der Mittelstraße lernen Sie die Geschichte des Bürgerhauses kennen und was uns die erste elektrische Klingel erzählen könnte.

Schon der Ehrenbürger Ferdinand Lieven konnte, wenn er sich an seinem Kachelofen wärmte, die Straßenbahn vorbeirattern hören. Ein Blick nach oben erinnert an die ehemalige Straßenbahn.

Warum ist der Turm der St. Jacobus-Kirche aus Bruchstein und aus Ziegelstein gebaut? Sie werden staunen, wie still es direkt neben der Mittelstraße sein kann.

Ein Blick von oben auf Hilden gibt uns eine ganz neue Perspektive. Beim Blick auf den ehemaligen Kronengarten erfahren Sie, wie Bürgermeister Koennecke bei König Wilhelm I. von Preußen die Stadtrechte beantragte.

Nach der ausführlichen Zeitreise sind Sie um einiges Wissen reicher zur Heimat- und Baugeschichte Ihrer Stadt aus den verschiedenen Epochen bis in die Gegenwart. „Althildener*Innen“ sowie Neubürger und Neubürgerinnen sind herzlich willkommen!

Sonntag, 28. Mai 2023, 16.00 - 17.30 Uhr
Treffpunkt: Reformationskirche, Tür zum Alten Markt
2 UStd.; 5,- €
Anmeldung erforderlich

Y13023 Hilden

Kunst und Kneipe - Teil 2 Schlenderführung durch Hilden

Bernd Gemeiner

Kunst und Kneipe - Eine gemütliche Führung vom Alten Markt bis

zur Gabelung.

Wir entdecken Kunst, Hildener Geschichte und Geschichten - und es geht, sofern erlaubt, auch hinein in die Kneipen.

Samstag, 3. Juni 2023, 15.00 - 16.30 Uhr
Treffpunkt: Vor der St. Jacobus-Kirche
2 UStd.; 5,- €
Anmeldung erforderlich

Y13025 Hilden

Hilden im Nationalsozialismus Stadtführung

Yvonne Appler



„Denn wer sich nicht erinnert, was geschehen ist, der hat auch vergessen was geschehen kann“.

Franz-Walter Steinmeier (Rede zur Gedenkfeier der Opfer des KZs Buchenwald, April 2021)

Was ist in der NS-Zeit in Hilden passiert? Wurden auch Hildener Juden, Kommunisten, Sinti und Roma deportiert? Was geschah in der Reichsprogrammnacht? Gab es Hilden Zwangsarbeiter? Und wie sah es mit Widerstand aus?

Bei dieser Stadtführung erfahren wir etwas über und erinnern uns an die Vorkommnisse in Hilden während der NS-Zeit.

Sonntag, 18. Juni 2023, 11.00 - 12.30 Uhr
Treffpunkt: Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“, Gerresheimer Str. 20, Hilden, Parkplatz
2 UStd.; 5,- €

Y13034 Hilden

Von Zeitmessern und Zweirädern, Zigarren und Zebraustreifen

Stadtführung durch die Haaner Innenstadt

Martin Banniza

Reges Geschäftsleben herrscht bis heute auf der vom Alten Markt herkommenden Friedrichstraße und der oberen Dieker Straße. Dem Wandel von Architektur und Verkehrsführung gehen wir auf die Spur, ebenso dem Wechsel des Warenangebotes. Auf dem Weg bis zur Goethestraße kommen wir vorbei an den Standorten von Haans erstem Supermarkt, erster Pizzeria und erstem China-Restaurant.

Sonntag, 18. Juni 2023, 15.00 - 16.30 Uhr
Treffpunkt: Jahrtausendhaus, Mittelstraße 2, Haan
2 UStd.; 5,- €
Anmeldung erforderlich

Y13040 Haan

**STADT(ver)FÜHRUNGEN
buchen**

STADT(ver)FÜHRUNGEN in Hilden und Haan



Private Stadtführungen nach Wunsch buchen

Die Hildener und Haaner Stadtführer und Stadtführerinnen bieten offene Führungen über das VHS-Programm, aber auch Führungen auf Wunsch an:

Sie suchen ein besonderes Programm für Ihre Hochzeit, ein Klusentreffen, 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 für bis zu 20 Personen dauert 90 Minuten. Die Gebühr dafür beträgt 70,- €. 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
- 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
- Dr. Gerhard Wollmann
- Yvonne Appler
- Stephanie Wolny
- Thorsten Lauterjung

Termin nach Vereinbarung,
Treffpunkt nach Absprache
70,- €
Persönliche Anmeldung erforderlich

PRODUKTIONSWEGE

HURRA HURRA - die Feuerwehr ist da! - Notruf 112 Besichtigung der Feuer- und Rettungswache Haan

Heike Schürmann



HURRA HURRA - die Feuerwehr ist da!

Leider ist es oft viel ernster und das wollen wir uns gern gemeinsam näher ansehen:

Die Stadt Haan ist mit ihren rund 31.000 Einwohner eine mittlere kreisangehörige Stadt. Für diese ist nicht nur eine Freiwillige Feuerwehr vorgesehen, die rein ehrenamtlich den Brandschutz und die technische Hilfeleistung im Stadtgebiet sicherstellt, sie muss auch eine hauptamtliche Wache einrichten. So kommt es, dass die Feuer- und Rettungswache an der Nordstraße rund um die Uhr besetzt ist - nicht nur mit den Mitarbeitern des Rettungsdienstes, sondern auch mit feuerwehrtechnischen Beamten, die kleinere Einsätze selbst abarbeiten oder bei paralleler Alarmierung der ehrenamtlichen Feuerwehrangehörigen im Erstangriff tätig werden.

Im Wachgebäude sind neben den 12 Angestellten im Rettungsdienst, 2 Verwaltungsbeschäftigten sowie 36 Feuerwehrbeamte aber auch Löschzüge der Freiwilligen Feuerwehr beheimatet. Rund 50 Ehrenamtliche versehen von hier aus ihre Übungsdienste und starten von hier zu Einsätzen. Zu diesem Zweck werden sie bei eingehenden Anforderungen von der Kreisleitstelle alarmiert, indem digitale Meldeempfänger ausgelöst werden. Schnellstmöglich begeben sich die Feuerwehrangehörigen, sofern verfügbar, dann zur Wache, rüsten sich mit ihrer Schutzkleidung aus und fahren von dort zum Einsatz.

An- und Abreise erfolgen selbstorganisiert. Treffpunkt: vor dem Gebäude der Feuerwache: Nordstrasse 25, 42781 Haan

Dienstag, 25. April 2023 oder
Dienstag, 9. Mai 2023
beide Termine je von 10.00 - 11.30 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
2 UStd.; 4,- €
Anmeldung erforderlich

25. April: Y13102
9. Mai: Y13104
Studienfahrt

Betriebsbesichtigung: Mercedes Benz in Düsseldorf

Sylvia Scholten

Während der Führung durch das Mercedes Benz-Werk Düsseldorf werden Sie Gelegenheit haben, Rohbau und die Montage zu besichtigen.

Film- und Fotoaufnahmen sind innerhalb des Werkes leider nicht erlaubt. Für Besucher gilt außerdem ein Mindestalter von 18 Jahren. Die Besichtigung erfolgt zu Fuß (etwa 3-4 km Fußweg). Bitte planen Sie aus diesem Grund neben festem, geschlossenem Schuhwerk auch etwas Kondition mit ein.

An- und Abreise erfolgen selbstorganisiert. Treffpunkt: 12:15 Uhr am Werkstor des Mercedes-Benz Werks Düsseldorf, Rather Straße 51, 40476 Düsseldorf.

Dienstag, 18. April 2023, 12.30 - 14.30 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
2 ZStd.; 9,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 8 / Max. 9 Teilnehmende
Anmeldung erforderlich

Y13103 Studienfahrt





Blick hinter die Kulissen

Führung durch das Düsseldorfer Schauspielhaus

Angela Bettina Paffenholz

Wagen Sie den berühmten Blick hinter die Bühne. Entdecken Sie den

Backstagebereich im Düsseldorfer Schauspielhaus, erfahren Sie, wo die Schauspieler*innen sich umziehen, wo die Kostüme hergestellt werden, wie Theaterblut riecht und schmeckt. Wir gehen überall hin, wo sonst nur die Mitarbeiter*innen Zugang haben: Auf, über, neben und unter die zweitgrößte Bühne Deutschlands.

Bitte beachten Sie, dass Sie für die Führung gut zu Fuß sein sollten, auch über viele Treppenstufen hinweg.

Treffpunkt: Gustaf-Gründgens-Platz 1, 40211 Düsseldorf, vor dem Haupteingang

Donnerstag, 27. April 2023, 16.00 - 17.30 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
10,- € (keine Ermäßigung)
Anmeldung erforderlich

Y20200 Studienfahrt

Medizintechnik hautnah

Führung durch das Unternehmen Discher Technik

Angela Bettina Paffenholz

Wer im Krankenhaus liegt, muss sich darauf verlassen können, dass alle Utensilien hygienisch sauber sind - auch Hilfsmittel wie Bettpfannen und Nierenschalen.

In Haan entwickelt Discher Technik europaweit innovative Reinigungs- und Desinfektionsautomaten für Pflegegeschirre.

Bei dieser Führung erhalten Sie einen spannenden Einblick in das Unternehmen und die komplexen Anforderungen an die Technik, die sich u.a. durch energiesparende Spülsysteme und Bedienerfreundlichkeit auszeichnet. Erleben Sie die 45-jährige Geschichte des Familienunternehmens, das für Produkt- und Hygienesicherheit in der Medizintechnik steht.

An- und Abreise erfolgen selbstorganisiert.

Fuhr 4-6, 42781 Haan-Gruiten

Treffpunkt vor dem Haupteingang

Mittwoch, 3. Mai 2023, 10.00 - 12.00 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
2 ZStd.; 8,- €
Anmeldung erforderlich

Y13106 Studienfahrt

FERNSICHTEN/LANDESKUNDE

Iran - geschichtsträchtig und geheimnisvoll Tonbildvortrag

Jürgen Schöps

Seit der iranischen Revolution 1979 regieren die Mullahs den schiitischen Gottesstaat. Alle Gewalt geht von der geistlichen Führung aus. Seit September 2022 begehren die Frauen des Landes auf, ver-

brennen öffentlich ihre Kopftücher und schneiden sich aus Protest die Haare ab. Doch noch ist die Staatsgewalt stärker.

Iran ist ein Land mit großer Tradition, was belegt ist seit dem 6. Jahrhundert vor Christus. Bei einer Reise durch das Land wird das vor allem in den Zentren Teheran, Isfahan, Shiraz, Susa, Persepolis, Yazd, Ahwas, Natanz und Ghom deutlich. Eine Tonbildshow wird das zeigen.

Mittwoch, 8. März 2023, 19.00 - 20.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
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.

Y14005 Hilden

Sizilien - Königin des Mittelmeeres Tonbildvortrag

Jürgen Schöps

Die größte Insel des Mittelmeeres hatte bis in die Neuzeit eine zentrale Bedeutung. Ob Karthager, Griechen, Römer, Byzantiner, Araber, Normannen, Spanier oder Franzosen hinterließen hier ihre Spuren. Heute ist sie Urlaubsparadies, aber auch Anlaufstelle der Flüchtlingsschiffe von Migranten aus Afrika. Stationen des Vortrages sind Catania, Taormina/Ätn, Syrakus, Piazza Armerina, Enna, Agrigent, Trapani, Segesta, Monreale und Palermo. Eindrucksvoll wird auch die Karwoche/Semana Santa thematisiert.

Mittwoch, 29. März 2023, 19.00 - 20.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
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.

Y14011 Hilden

Andalusien - der traumhafte Süden Spaniens Tonbildvortrag

Jürgen Schöps

Andalusien ist ein Land der Kultur, der Geschichte, der Natur und der Gourmets. Die Kultur des Landes zeigt sich insbesondere in folgenden zum Weltkulturerbe gehörenden Orten: in Granada sind dies die Alhambra, der Generalife und das Albaicin, in Cordoba die Mezquita, in Sevilla die Kathedrale und der Alcazar sowie sehenswerte Städte wie Malaga, Cadiz und Gibraltar sowie das zauberhafte Ronda. Gourmets lieben Weine des Sherrydreiecks um Jerez oder den Schinken aus Huelva oder Jaen. Musikfreunde erfreuen sich überall am Flamenco. Eine bezaubernde Tonbildshow erwartet uns.



Mittwoch, 10. Mai 2023, 19.00 - 20.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
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.

Y14020 Hilden

FINANZEN UND RECHT

Die Finanzen unter Kontrolle, auch in der Krise



Gefördert durch die Sparkassen-Finanzgruppe
- Beratungsdienst Geld und Haushalt

Elvira Hartmeier

Die hohe Inflation, die gestiegenen Lebenshaltungskosten und die Energiepreiskrise beschäftigen fast alle privaten Haushalte.

Alles hat direkt Auswirkungen auf unsere Finanzen. Wie halte ich mein Budget bei gestiegenen Preisen im Gleichgewicht? Wie kann ich sparsamer und effizienter leben? Wie bringe ich meine Finanzen sicher durch die Krise? Der Schwerpunkt dieses Vortrags liegt auf dem Budgetmanagement in Krisenzeiten.

Inhalte:

- Das Budget im Gleichgewicht - auch, wenn die Preise steigen
- Finanzielle Engpässe bewältigen, finanzielle Verpflichtungen einlösen
- Energie sparen bei Strom, Heizen, Warmwasser
- Welche Hilfen gibt es?
- Mit konkreten Maßnahmen die eigenen Finanzen solide aufstellen

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

Mittwoch, 8. Februar 2023, 18.30 - 20.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 UStd.; gebührenfrei, eine Anmeldung ist aber zwingend erforderlich!
Anmeldung erforderlich

Y14155 Hilden

Das 1 x 1 der Geldanlage in Zeiten niedriger Zinsen

Niedersächsischer Anlegerclub

Die Zinsen für Anleger befinden sich im Keller. Wer ausschließlich in Tages- und Festgeld investiert, kann damit kaum noch sein Geld vermehren. Höchste Zeit also, sich mit alternativen Anlagemöglichkeiten zu beschäftigen.

Folgende Themen und Fragen werden behandelt:

- Sparverhalten der Deutschen
- Möglichkeiten der Geldanlage
- Mit Aktien, Anleihen und Investmentfonds zur erfolgreichen Anla-

gestrategie

- Welche Risiken gilt es, bei der Geldanlage zu beachten?
- Vermögen erhalten und aufbauen

Der Niedersächsische Anlegerclub (NDAC) ist einer der größten Anlegergemeinschaften Norddeutschlands und vermittelt seit mehr als 20 Jahren Wissen rund um das Thema Geldanlage. Ziel des NDAC ist es, die Bevölkerung in Sachen Geldanlage zu bilden.

Donnerstag, 20. April 2023, 18.00 - 20.15 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
3 UStd.; 16,- €
Anmeldung erforderlich

Y14159 Haan

Webinar: NFTs & Metaverse Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse



Hartmut Nehme

NFT (Non-Fungible Token) und das Metaverse sind neue Schlagworte unserer Zeit, welchen ein sehr großes Potenzial für die Zukunft vorausgesagt wird.

NFTs sind eine Art digitaler Eigentumsnachweis für reale und digitale Wertgegenstände und repräsentieren Werte an Audio- und Videoclips, Bildern, Sammelkarten und Kunst. Derzeit werden sie vorwiegend im Handel von digitalen Gegenständen mit Sammlerwert eingesetzt. Die Entwickler dieser Gegenstände erschaffen Unikate oder limitieren die verfügbare Anzahl und erhöhen somit deren Wert. In Videospielen können Ausrüstungsgegenstände erworben werden, welche dem Spieler Vorteile ermöglichen.

NFTs stellen zusammen mit Blockchains, Kryptowährungen und künstlicher Intelligenz die Basistechnologie für den Aufbau eines Metaverse dar.

Das Metaverse gilt als eine weitere Entwicklungsstufe des Internets, welches aus persistenten, gemeinsam genutzten virtuellen 3D-Räumen besteht. Diese sind zu einem wahrgenommenen virtuellen Universum verbunden. In diesem Kurs gehen wir auf die folgenden Punkte ein.

- Einführung in die Welt der NFTs
- die technologischen Grundlagen von NFT
- NFTs selbst erstellen
- Handelsplätze für NFTs
- Vorstellung von NFTs Projekten
- Einführung in das Thema Metaverse
- technische Voraussetzungen für die Nutzung (des Metaverse)
- Kryptowährungen als Zahlungsmittel
- Möglichkeiten von NFTs im Metaverse
- Anwendungsbeispiele für das Metaverse

Die Zoom-Zugangsdaten erhalten Sie im Vorfeld der Veranstaltung per Mail.

Donnerstag, 11. Mai 2023, 18.30 - 21.00 Uhr
online-Angebot;
2,5 ZStd.; 18,- €
Anmeldung erforderlich

Y14170 Hilden

WOHNEN & GARTEN





Rosenschnitt

In Kooperation mit der Evangelischen
Senenbildung Hilden

Erwach-

Anja Berger

Bei Rosen denkt jeder, sie seien schwierig. Schwierig in der Pflege und im Schnitt.

Es müssen aber nur ein paar Dinge beachtet werden, damit sich Rosen in Ihrem Garten wohl fühlen. Hauptthema ist der Rosenschnitt. Es werden grundsätzliche Regeln besprochen, sowie auch der Schnitt der unterschiedlichen Rosengruppen, wie Kletterrosen, Bodendeckerrosen, Beetrosen...

Im zweiten Teil des Seminars gehen wir in den Nachbarschaftsgarten und wenden das Gelernte gemeinsam an.

Bitte denken Sie an warme und wetterfeste Kleidung, stachelsichere Handschuhe und eine scharfe Rosenschere.

Anja Berger ist Gärtnermeisterin aus Solingen und betreibt dort die Gartenschule.

Freitag, 10. März 2023, 15.00 - 17.30 Uhr
Gemeindezentrum Erlöserkirche, St. Konrad-Allee 76/Ecke
Kölner Straße, Hilden
2,5 ZStd.; 15,- €
Anmeldung erforderlich

Y15005 Hilden

Grundlagen des Gärtnerns

Anja Berger

In diesem Vortrag werden die Grundlagen des richtigen Gärtnerns erläutert. Denn Grundkenntnisse in der Bodenkunde und Pflanzenernährung sind Voraussetzungen dafür, dass Sie gesunde Pflanzen und ein lebendiges Bodenleben in Ihrem Garten gewährleisten.

Ob im Gemüse- oder Ziergarten: Der Unterschied zwischen organischen und mineralischen Düngern wird dabei ebenso angesprochen wie die Durchführung einer Bodenprobe. Das Herzstück des natürlichen Gärtnerns aber ist der Kompost. Das Aufsetzen, die Pflege und das Ausbringen werden hier eingehend erklärt. Als zusätzliches Thema erläutert die Referentin die Bedeutung des Mulchens als Mittel zur Unkrautbekämpfung und zur Erleichterung der Pflege in den Beeten.

Anja Berger ist Gärtnermeisterin aus Solingen.

Samstag, 25. März 2023, 14.00 - 16.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 ZStd.; 15,- €
Anmeldung erforderlich

Y15008 Hilden

Planung und Anlage eines Staudenbeetes

Anja Berger

Thema des Vortrages sind Standortanalyse und Beetvorbereitung, Auswahl der Stauden nach Blütenform, -farbe, Blütenzeitpunkt, Leitstauden und Begleitstauden sowie des Winteraspektes. Die Hilfsmittel des Blütezeitkalenders bzw. Höhenstaffelung werden genauso vorgestellt, wie die Ergebnisse der Staudensichtung. Es gibt Tipps zum Zeichnen von Pflanzplänen, zum eigentlichen Pflanzen und auch zur Pflege nach dem Anlegen eines Beetes.

Anja Berger ist Gärtnermeisterin aus Solingen.

Samstag, 22. April 2023, 14.00 - 16.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 ZStd.; 15,- €
Anmeldung erforderlich

Y15012 Hilden

Webinar: Kleiner wohnen - Leben im Tiny House



Larissa Pferdenges

Mit steigenden Immobilien- und Rohstoffpreisen sowie unsicheren Zukunftsaussichten stieg die Nachfrage nach Kleinwohnformen wie den Tiny Houses stark an. Sie sind schnell gebaut, verbrauchen wenig Fläche, sind kostengünstiger als ein Einfamilienhaus und sehen auch toll aus. Doch was ist ein Tiny House genau, wo kann es hingestellt werden und wie lebt es sich tatsächlich in einem Tiny House in einer der wenigen Tiny House Siedlungen Deutschlands?

Dieses Webinar findet in Kooperation mit der VHS Böblingen-Sindelfingen statt und läuft mit dem Video-Conferencing-System edudip. edudip funktioniert browserbasiert ohne Download einer Software. Sie benötigen keine Kamera und kein Headset. Den Zugangslink schicken wir Ihnen vor Veranstaltungsbeginn zu.

Donnerstag, 4. Mai 2023, 19.00 - 20.00 Uhr
online-Angebot;
1 ZStd.; 7,50 €

Y15015 Hilden

ZWISCHENMENSCHLICHES

Online-Angebot: Flirten, daten und verlieben

Niklas Düllings

Sie kommen aus einer langen Beziehung und sind plötzlich wieder Single? Sie möchten sich neu verlieben, aber wissen nicht wo oder wie sie jemand passenden kennenlernen können? Sie wünschen sich eine glückliche Beziehung, aber aus irgendwelchen Gründen funktioniert es nicht so richtig? Dann ist der Flirt-Vortrag mit unserem Experten genau das Richtige für Sie:

Selbstwertgefühl stärken und Hemmungen verlieren

Charismatische und anziehende Ausstrahlung entwickeln

In verschiedenen Alltags-Situationen erfolgreich in Kontakt kommen

Ungezwungen flirten, Interesse wecken und Dates bekommen

Tipps zum Online-Dating

Beim ersten Date begeistern, sodass Ihr Date Sie wiedersehen möchte

Das und mehr erwartet Sie in diesem Vortrag. Der Dozent, Niklas Düllings, ist seit über 10 Jahren hauptberuflich als Flirt- und Dating-coach tätig. Die Konzepte sind psychologisch fundiert und haben sich bereits bei über 1.000 Klienten in der Praxis bewährt. Statt allgemeingültige Ratschläge, bekommen Sie konkret umsetzbare Tipps.



Mittwoch, 08.03.2023
jeweils 18.00 - 19.30 Uhr
online-Angebot;
2 UStd.; 12,50 €
Anmeldung erforderlich

Y16025 Haan

fingen statt und läuft mit dem Video-Conferencing-System edudip. edudip funktioniert browserbasiert ohne Download einer Software. Sie benötigen keine Kamera und kein Headset. Den Zugangslink schicken wir Ihnen vor Veranstaltungsbeginn zu.

Mittwoch, 14. Juni 2023, 19.00 - 20.00 Uhr
online-Angebot;
1 ZStd.; 7,50 €

Y16030 Hilden

Online-Angebot:: 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?

Dieses Mal gibt Niklas Düllings die Antworten in einem kürzeren Format im Rahmen eines Abendvortrags.

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). Der Vortrag 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!

Montag, 06.03.2023
jeweils 18.15 - 19.45 Uhr
online-Angebot;
2 UStd.; 12,50 €
Anmeldung erforderlich

Y16027 Haan

AUSTAUSCH

Hildener 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, 08.02.2023, 22.02.2023, 08.03.2023, 22.03.2023,
19.04.2023, 03.05.2023, 17.05.2023, 31.05.2023, 14.06.2023
jeweils 16.00 - 18.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
18 ZStd.; 60,- €
Anmeldung erforderlich

Y16100 Hilden

Webinar: Wie wir die Welt sehen Was negative Nachrichten mit unserem Denken machen und wie wir uns davon befreien



Ronja Von Wurmb-Seidel

Nachrichten verfolgen uns immer und überall. Morgens im Radio, abends im Fernsehen und zwischendrin als Push-Nachricht auf dem Handy. Sie prägen unser Leben - viel mehr, als wir es ahnen. Nachrichten beeinflussen wen wir wählen, wofür wir unser Geld ausgeben oder wie wir unsere Kinder erziehen. Sie bestimmen, wie wir uns fühlen, wenn wir morgens aufwachen und worüber wir nachdenken, wenn wir abends ins Bett gehen.

Tägliche Krisenmeldungen drücken nicht nur unsere Stimmung, sie verzerren unseren Blick auf die Welt. Wie entkommen wir dieser Negativ-Spirale? Indem wir Nachrichten anders konsumieren. Und indem wir anfangen, einander eine neue Art von Geschichten zu erzählen. Ronja von Wurmb-Seibel zeigt in ihrem neuen Buch, warum es sich lohnt, einen gesünderen Umgang mit Nachrichten zu finden und wie es gelingt, die Welt auch im Alltag mit anderen Augen zu sehen.

Dieses Webinar findet in Kooperation mit der VHS Böblingen-Sindel-

Haaner Gesprächskreis für Männer über 60 "Willkommen am Runden Tisch"

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. Er will 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.

Bitte beachten Sie die Einzeltermine!

Der Kreis trifft sich bereits im 56. Semester und ist relativ stabil, d.h. viele Teilnehmer sind schon seit Jahren mit Freude dabei. Neue Teilnehmer werden gern aufgenommen. Die Themen erwachsen aus dem Gespräch in der Gruppe.



Donnerstag, 09.02.2023 , 23.02.2023 , 09.03.2023 ,
23.03.2023 , 27.04.2023 , 11.05.2023 , 25.05.2023 ,
15.06.2023

jeweils 18.30 - 20.30 Uhr

VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1

16 ZStd.; 54,- €

Anmeldung erforderlich

Y16101 Haan

Wann, wenn nicht jetzt!

Gesprächskreis für Frauen ab 60 zwischen Berufstätigkeit und Familienarbeit, zwischen Ruhestand und neuem Aufbruch

Anne Grefer

Frauen ab 60 erleben eine Lebensphase des Wandels, in der sie vor Veränderungen in ihren sozialen Bezügen und im Hinblick auf ihre weitere Lebensplanung stehen. Die Familienphase ist abgeschlossen, die Erwerbstätigkeit wird bald enden oder ist beendet, und es bleibt endlich mehr Zeit für die eigenen Interessen und Bedürfnisse. Wenn Sie Lust und Interesse haben, Ihr bisheriges Lebenswerk zu reflektieren und auf der Grundlage Ihrer Erfahrungen und Ressourcen neue Weichen für den neuen Lebensabschnitt zu stellen, haben Sie in dieser Gruppe die Möglichkeit, andere Frauen kennenzulernen und aktuelle wie persönliche Themen zu besprechen. Im Austausch mit anderen Frauen können Sie Bilanz ziehen, sich neu orientieren und perspektivisch Ihre eigenen Pläne entwerfen.

Sie werden auf der Grundlage eines respektvollen und offenen Umgangs miteinander Zeit und Gelegenheit haben, andere Sichtweisen im Gespräch mit anderen Frauen zu gewinnen und sich weiter zu entwickeln, indem Sie gemeinsam über die Themen der jeweiligen Treffen bestimmen.

Montag, 30.01.2023, 13.02.2023, 27.02.2023, 13.03.2023,
27.03.2023, 24.04.2023, 08.05.2023, 22.05.2023, 05.06.2023
jeweils 15.00 - 16.30 Uhr

VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 7

18 UStd.; 66,- €

Kleingruppen-Angebot:

Min. 8 / Max. 10 Teilnehmende

Anmeldung erforderlich

Y16103 Haan

PHILOSOPHIE & PHILOSOPHISCHES CAFÉ

„Alles fühlt“ - Andreas Webers Beitrag zu einer Philosophie des Lebens

In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Ralf Combächer

Der Biologe und Philosoph Andreas Weber besucht regelmäßig einen Baum im Berliner Grunewald, mit dem ihn eine regelrechte Freundschaft verbindet. Esoterischer Humbug oder verbirgt sich mehr dahinter?

In seinem 2014 erschienenen Buch „Alles fühlt“ sieht Weber den



wahren Grund für die Umwelt- und Klimakrise darin, dass der Mensch die Natur als ein vom Menschen getrenntes wissenschaftlich objektivierbares Ding ansieht, das es zu beherrschen, zu „retten“ gilt. Er hält dagegen: Nur wenn der Mensch die Natur mit ihren fühlenden Lebewesen als ein Du begreift, mit dem wir untrennbar durch Poesie und Seele verbunden sind, können Wissenschaft und Politik Wege aus der Krise finden.

Der Vortrag wird mit Auszügen aus dem Buch „Alles fühlt“ Webers Philosophie des Lebens darstellen und lädt zum Austausch über Fragen hinsichtlich möglicher persönlicher und politischer Konsequenzen ein.

Mittwoch, 22.02.2023

19.00 - 21.15 Uhr

Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,

Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06

2,25 ZStd.; 8,- €

Anmeldung erforderlich

Y17010 Hilden

FORTBILDUNGEN FÜR TAGESELTERN

In dieser Rubrik finden Sie Fortbildungsveranstaltungen für Tageseltern zu unterschiedlichen Themen. Sie können sich für alle hier beworbenen Fortbildungen bei Ihrem zuständigen Jugendamt erkundigen, ob die Teilnehmergebühr (gegebenenfalls anteilig) erstattet wird.

Fortbildung für Tageseltern: Kollegiale Beratung

In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Katrin Boes

Die Begleitung, Betreuung und Förderung von Kindern in der Kindertagespflege stellt Tageseltern täglich vor neue Herausforderungen. Oft fühlen sie sich damit allein gelassen. Doch das muss nicht sein. Der Austausch miteinander, gegenseitige Ideen die bereichern, Vernetzung und fachliche Informationen zur Arbeitssicherung - all dies bietet diese Fortbildung. Mit der Methode der kollegialen Beratung profitieren Tageseltern persönlich und sehr individuell von diesem Angebot.

Dienstag, 14.02.2023, 14.03.2023, 18.04.2023, 09.05.2023,
13.06.2023,

jeweils 19.00 - 21.15 Uhr

Gemeindezentrum Erlöserkirche, St. Konrad-Allee 76/Ecke

Kölner Straße, Hilden

180,- €

Kleingruppen-Angebot:

Min. 6 / Max. 9 Teilnehmende

Anmeldung erforderlich

Y18030 Hilden

Fortbildung für Tageseltern und Erzieher:innen: Hauen, schubsen, beißen - gestärkt mit Aggressionen im Tageselternalltag umgehen





In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Sabine Fischer

Wenn Tageskinder Auseinandersetzungen haben, wirft das Fragen auf: Wofür steht das Verhalten?

Wie reagiere ich darauf? Was kann ich tun um solche Situationen ruhig zu meistern?

An diesem Abend tauschen wir uns über Erfahrungen in der Tagespflege aus und werfen einen Blick in den vielfältigen Werkzeugkasten der Handlungsmöglichkeiten.

Montag, 13.02.2023

19.00 - 21.15 Uhr

Ev. Familienzentrums an der Erlöserkirche,

Martin-Luther-Weg 3

2,25 ZStd.; 36,- €

Kleingruppen-Angebot:

Min. 6 / Max. 9 Teilnehmende

Anmeldung erforderlich

Y18032 Hilden

Fortbildung für Tageseltern: Was haben Kinderrechte mit Kinderschutz zu tun?



In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Katrin Boes

Kinder haben Rechte. Und nicht nur das Recht auf Sicherheit und Nahrung. Aber welche genau sind das und wie kann ich Kindern zu ihrem Recht verhelfen und sie somit schützen?

Diese Fragen wollen wir an dem Abend mit vielen Beispielen und Ideen gemeinsam beantworten.

Dienstag, 21.03.2023

jeweils 19.00 - 21.15 Uhr

Gemeindezentrum der Erlöserkirche, St. Konrad Allee 76 , Hilden

2,25 ZStd.; 36,- €

Kleingruppen-Angebot:

Min. 6 / Max. 9 Teilnehmende

Anmeldung erforderlich

Y18034 Hilden

Fortbildung für Tageseltern und Erzieher:innen: Vorsicht giftig! Eine Wanderung

In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Barbara Trennhaus

„Alle Dinge sind Gift, und nichts ist ohne Gift; allein die Dosis macht, dass ein Ding kein Gift sei,“ so sagte schon Paracelsus.

Was ist wie giftig und was kann ich machen, falls giftige Pflanzen trotz aller Vorsicht gegessen werden? Diesen und weiteren Fragen werden wir auf dieser Wanderung nachgehen. Sie lernen Pflanzen von Feld und Wiese, das Unkraut auf der Wiese und aus dem Garten kennen.

Donnerstag, 27.04.2023

18.30 - 20.45 Uhr

Treffpunkt: Ecke Kiefernweg / Zur Verlach, Hilden

2,25 ZStd.; 36,- €

Anmeldung erforderlich

Y18038 Hilden

Fortbildung für Tageseltern: Kreative Angebote für kleine Menschen



In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Tina Borrenkott

Was können Tageseltern mit ihren ganz kleinen Schützlingen schon alles machen? Wobei entdecken die kleinen Menschen ihre Begeisterung?

In dieser Fortbildung entstehen Ideen für kreative Angebote - ohne großen Aufwand. Was können wir gemeinsam entdecken und entstehen lassen? Was eignet sich für die kleinsten Tageskinder und wie können auch größere Kinder eingebunden werden? Lassen Sie sich vom kreativen Raum anregen und freuen Sie sich auf einen spannenden und kreativen Abend mit der Künstlerin Tina Borrenkott.

Mittwoch, 03.05.2023

19.00 - 21.15 Uhr

Studio Zwischentöne, Poststr. 40, Hilden

2,25 ZStd.; 36,- €

Kleingruppen-Angebot:

Min. 6 / Max. 9 Teilnehmende

Anmeldung erforderlich

Y18040 Hilden

LERNPATEN

Lernpate - Eine Aufgabe für Sie?

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

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 Schuljahr, 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



KUL-TOUR

Blick hinter die Kulissen

Führung durch das Düsseldorfer Schauspielhaus

Angela Bettina Paffenholz

Wagen Sie den berühmten Blick hinter die Bühne. Entdecken Sie den Backstagebereich im Düsseldorfer Schauspielhaus, erfahren Sie, wo die Schauspieler*innen sich umziehen, wo die Kostüme hergestellt werden, wie Theaterblut riecht und schmeckt. Wir gehen überall hin, wo sonst nur die Mitarbeiter*innen Zugang haben: Auf, über, neben und unter die zweitgrößte Bühne Deutschlands.

Bitte beachten Sie, dass Sie für die Führung gut zu Fuß sein sollten, auch über viele Treppenstufen hinweg.

Treffpunkt: Gustaf-Gründgens-Platz 1, 40211 Düsseldorf, vor dem Haupteingang

Donnerstag, 27. April 2023, 16.00 - 17.30 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
10,- € (keine Ermäßigung)

Y20200 Studienfahrt

KUNST ONLINE

Webinar: Lorient. Eine Würdigung

Stefan Neumann

Vor 100 Jahren wurde Vicco von Bülow geboren, der später unter dem Künstlernamen 'Lorient' zu einem der vielseitigsten und bekanntesten deutschen Humoristen wurde. Lorient etablierte mit seinem wohl einzigartigen Sprachverständnis und seinem subtilen und beobachtenden Humor über lange Zeit seinen eigenen Stil, manche Wortschöpfungen wie die Steinlaus und das Jodeldiplom sind nahezu Allgemeingut in der deutschen Sprachen geworden.

Unsere Webinare finden in Kooperation mit der VHS Böblingen-Sindelfingen statt und laufen mit dem Video-Conferencing-System edudip. edudip funktioniert browserbasiert ohne Download einer Software. Sie benötigen keine Kamera und kein Headset. Den Zugangslink schicken wir Ihnen vor Veranstaltungsbeginn zu.

Dienstag, 9. Mai 2023, 19.00 - 20.00 Uhr
online-Angebot;
1 ZStd.; 7,50 €

Y20500 Haan

LITERATUR

Bertha von Suttner (1843-1914) - Ein Leben für den Frieden

Meine Rüstung ist die defensive, // Deine Rüstung ist die offensive, // Ich muss rüsten, // weil du rüstest, // Weil du rüstest, rüste ich, // Also rüsten wir, rüsten

wir immerzu. („Die Waffen nieder“, Bertha von Suttner in Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Elke Nußbaum

Bertha von Suttner ist bei der Nachwelt das seltsame Los zuteil geworden, eine der populärsten und unbekanntesten Persönlichkeiten zu sein; ihre Popularität lässt sich leicht auf Briefmarken mit ihrem Konterfei ablesen, an Straßennamen und Plätzen, an Schulen und Stiftungen.

Bertha von Suttner (1843-1914, geb. Gräfin von Wchinitz und Tettau) ist heute vor allem als Friedensaktivistin bekannt, die die Schrecken und Gräueltaten des Krieges eindrücklich beschrieben und leidenschaftlich bekämpft hat. Sie war die erste Frau, die mit dem Friedensnobelpreis ausgezeichnet wurde, und auch diejenige, die Alfred Nobel überhaupt erst dazu inspirierte, diesen Preis zu stiften. Sie gilt als Vorkämpferin internationaler Schiedsgerichtsbarkeit wie des heutigen Internationalen Gerichtshofs in Den Haag. Weniger bekannt ist ihr Kampf gegen die Benachteiligung der Frauen, repressive Sexualmoral, Armut, Klassenherrschaft, bornierten Nationalismus, Antisemitismus, religiösen Fanatismus.

Donnerstag, 9. März 2023, 18.30 - 20.00 Uhr
Gemeindezentrum Reformationskirche, Markt 18, Hilden
1,5 ZStd.; 6,- € (Barzahlung vor Ort möglich, keine Ermäßigung)

Y21070 Hilden

Erich Kästner als Gesellschaftskritiker Lesekreis



„An allem Unfug, der passiert, sind nicht etwa nur die schuld, die ihn tun, sondern auch die, die ihn nicht verhindern.“

Joy Reißner

Wenige Autor*innen verbinden Generationen über Jahrzehnte hinweg so stark wie Erich Kästner. Ob Kinderbücher, Jugendliteratur, Lyrik oder Romane für Erwachsene: die Werke des Dresdener begeistern bis heute Jung und Alt. Dabei sind sie nach wie vor hochaktuell und eine Bereicherung für die deutsche Literaturlandschaft. Als Startpunkt des Kurses schauen wir uns Kästners autobiografische Erzählung „Als ich ein kleiner Junge war“ an: Was hat Kästners Leben beeinflusst, was hat sein Denken und seine gesellschaftskritische Haltung geformt? Anschließend widmen wir uns dem Großstadroman „Fabian. Die Geschichte eines Moralisten“, dessen erneute Aktualität Grund zur Sorge und Raum für spannende Diskussionen bietet. Ein Querschnitt durch Kästners lyrisches Schaffen ergänzt unser Programm.

Fabian: Die Geschichte eines Moralisten, Atrium Verlag AG; 1. Edition (5. Mai 2017) ISBN 978-3038820086

8 x freitags, 17.30 - 19.00 Uhr
Beginn: 3. Februar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
16 UStd.; 65,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y21100 Hilden

„Ich bin Linus. Wie ich der Mann wur-





de, der ich schon immer war“

Linus Giese & Transgender in der Literatur

Joy Reißner

Linus Giese ist ein Mann, ein Buchhändler, ein Übersetzer und Autor. Linus Giese ist außerdem trans - doch was genau heißt das und was bedeutet das für Linus' Lebensweg? In diesem Kurs steht die Lebensrealität von trans Menschen im Vordergrund - dabei wollen wir nicht nur darüber sprechen, was das jetzt alles heißt, sondern auch zuhören und uns für andere Erfahrungen öffnen. Dafür lesen (oder hören) wir gemeinsam die Autobiografie von Linus Giese „Ich bin Linus. Wie ich der Mann wurde, der ich schon immer war“ (Rowohlt, ISBN 978-3499003127 oder als Hörbuch auf Spotify). Die Lektüre wird ergänzt durch Einblicke in die Geschichte von trans Menschen in Deutschland - denn neu oder ein „Trend“ ist das sicherlich nicht! Es wird kein Vorwissen erwartet - ein respektvolles Miteinander aber schon.

8 x freitags, 17.30 - 19.00 Uhr

Beginn: 21. April 2023

Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
16 UStd.; 65,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y21101 Hilden

Literarischer Salon Haan

Robert Menasse: Die Erweiterung

in Kooperation mit der Stadtbücherei Haan

Ina Schubert

In dem Nachfolgeroman seines Erfolgsromans „Die Hauptstadt“ führt uns der Autor nach Polen und schreibt in seiner Erzählung über den Lebensweg zweier verbrüderter Freunde, die gemeinsam im polnischen Untergrundkampf gegen das kommunistische Regime gekämpft haben, nach dessen Zerfall aber getrennte Wege gehen. Der eine, Mateusz, wird nationaler Politiker und schließlich polnischer Ministerpräsident. Der andere, Adam, macht nach dem EU-Beitritt Polens in der Europäischen Kommission Karriere, und wird zuständig für die EU-Erweiterungspolitik. Auf einer vom albanischen Ministerpräsidenten organisierten Kreuzschiffahrt treffen die beiden politischen Kontrahenten wieder aufeinander.

Ein sehr aktueller Roman mit viel Witz und feiner Ironie, der zur gegenwärtigen Diskussion um die Aufnahme neuer Mitgliedsstaaten in die EU einlädt. Lektüre: Suhrkamp Verlag, 28,00 €, 653 Seiten, ISBN 978-3-518-43080-4

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

Montag, 13.02.2023, 27.02.2023, 13.03.2023, 27.03.2023,
17.04.2023, 24.04.2023, 15.05.2023, 22.05.2023, 12.06.2023,
19.06.2023

jeweils 19.30 - 21.00 Uhr

Stadtbücherei Haan, Neuer Markt 17, Haan (Seiteneingang)
20 UStd.; 107,- € (keine Ermäßigung)

Y21200 Haan

Hildener Literatur-Gesprächskreis Literatur am Dienstagabend

Thema: Annie Ernaux - „Die Jahre“

Elke Nußbaum

Annie Ernaux (Literaturnobelpreisträgerin 2022) gehört zu den herausragendsten Schriftstellerinnen Frankreichs. Ihr Jahrhundertwerk „Die Jahre“ (Original 2008) war 2017 zum Frankreich-Schwerpunkt der Frankfurter Buchmesse, herausgekommen.

Annie Ernaux, Jahrgang 1940, schließt darin ihr eigenes Leben mit den Wegmarken des vergangenen Jahrhunderts kurz:

Kindheit in der Nachkriegszeit, Algerienkrise, die Karriere an der Universität, das Schreiben, eine prekäre Ehe, die Mutterschaft, de Gaulle, das Jahr 1968, Krankheiten und Verluste, die so genannte Emanzipation der Frau, Frankreich unter Mitterrand, die Folgen der Globalisierung, die nicht eingelösten Verheißungen der Nullerjahre, das eigene Altern. Anhand von Fotografien, Erinnerungen und Aufzeichnungen, von Wörtern, Melodien und Gegenständen vergegenwärtigt Annie Ernaux die Jahre, die vergangen sind. Und dabei schreibt sie ihr Leben - unser Leben, das Leben - in eine völlig neuartige Erzählform ein, in eine kollektive, »unpersönliche Autobiographie«. Eine faszinierende Einladung, das eigene Leben zu hinterfragen!

ISBN 978-3-518-46968-2, Suhrkamp Verlag

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

Dienstag, 31.01.2023, 14.02.2023, 28.02.2023, 14.03.2023,
28.03.2023, 25.04.2023, 09.05.2023, 23.05.2023,
jeweils 18.30 - 20.00 Uhr

Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ , Haus 3
Gerresheimer Str. 20 a, Hilden, 1.OG, Mehrzweckraum
16 UStd.; 52,- € (keine Ermäßigung)

Y21201 Hilden

Wut tut gut

ein empowernder Schreibkurs für Frauen und LGBTQIA+



Joy Reißner

In diesem Schreibkurs steht das Gefühl der Wut und dessen kreative, schöpferische Kraft im Vordergrund. Gemeinsam nähern wir uns der Frage an, warum vor allem „weibliche“ Wut ein Tabu ist und wie sich das auf unsere Gesundheit auswirkt. Aber wir bleiben nicht bei der Theorie stehen, sondern nehmen uns den Raum, um das Potential unserer Wut freizulegen: Denn Wut kann ein wunderbares, befreiendes Gefühl und Motor für kleine und große Veränderungen sein. In verschiedenen Textformen widmen wir uns wertschätzend unserer Wut, ihren Ursachen und schaffen sprachliche Utopien.

Alle Frauen und Personen, die sich zur LGBTQIA+ Community zählen sind herzlich willkommen. Es werden keine Erfahrungen im Schreiben vorausgesetzt.

6 x donnerstags, 18.00 - 20.00 Uhr

Beginn: 23. Februar 2023

Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
16 UStd.; 65,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y21205 Hilden

Goethe, das Bergische Land und dessen Umgebung



Vortrag

Olaf Link

Goethe ist „in“: Jedes noch so bedeutungslose Nest auf der europäischen Landkarte, in dem Johann Wolfgang von Goethe auf einer seiner zahlreichen Reisen vielleicht einmal seine Notdurft verrichtet haben mag, erwähnt den Besuch im Rahmen seines „Touristik-Marketing“ gerade so, als habe er die Mühe des langen und beschwerlichen Reisens eigens auf sich genommen, um hier Blase oder Darm zu entleeren.“ so beschreibt Autor und Heimatforscher Olaf Link den „Hype“ um Deutschlands wahrscheinlich bekanntesten Dichter. „Lautet der Titel dieses Buches „Johann Wolfgang von Goethe, das Bergische Land und dessen Umgebung“, so soll ausdrücklich nicht der Eindruck erweckt werden, Goethes Beziehung zu diesem Teil des rechtsrheinischen Schiefergebirges sei spektakulär gewesen. Aber der Dichturfürst hatte im Bergischen Land zahlreiche Freunde und Bekannte, die ihm, wie in diesem Buch belegt werden soll, wichtig waren und ihn - eigenen Bedenken zufolge - teilweise hinsichtlich seines Denkens maßgeblich prägten.“ Erleben Sie einen informativen und unterhaltsamen Abend in der VHS mit Olaf Link.

Freitag, 3. März 2023, 16.00 - 17.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
18,- €

Y11006 Haan

BILDENDE KUNST

Abstrakte Acrylmalerei

Pia Stojkovic



Möchten Sie Ihre eigenen abstrakten Acrylbilder malen, Ihre Kreativität entdecken und ausleben, die individuellen Möglichkeiten der Acrylmalerei kennenlernen? Dann sind Sie hier richtig. Es werden die Techniken der abstrakten Malerei vermittelt, das Handwerk sowie Komposition, Bildaufbau und Farbenlehre. Ob Sie Farben lasierend in vielen Schichten auftragen, wässrig (ineinander-) fließen lassen oder pastös „dick auftragen“, mit Pinsel, Spachtel oder Tuch, klecksen, kritzeln uvm., die Möglichkeiten sind vielfältig und werden in kleinen Übungen angewendet. Je nach eigenen Vorlieben werden diese Schritte für Schritt zum eigenen Bild auf die Leinwand übertragen. Das experimentelle Spiel mit Farben und Formen unterstützt diesen Prozess. Dabei gibt es individuelle Unterstützung. Eine entspannte Atmosphäre und Freude am Erschaffen und dem Ergebnis sind inbegriffen.

Für Anfänger*innen mit und ohne Vorkenntnisse, Wiedereinsteiger*innen und auch die, die meinen „ich kann nicht malen“ und es gerne wollen, sowie gegenständliche Maler*innen, die abstraktes Malen entdecken möchten.

Bitte mitbringen: Acrylfarben, Pinsel, Sprühflasche mit Wasser, Wasserglas, Töpfchen/Becher zum mischen/verdünnen der Farben, Papp- oder Porzellanteller, Bleistift, Fineliner, Papier oder Skizzenblock, Block/Papier für Acrylmalerei/mixed media Din A3 oder A4 (mind. 200g/qm), Leinwand, Küchenrolle oder Tücher/Lappen, zum Abdecken der Tische eine wasserundurchlässige Tischdecke.

Materialien und Farbe können gegen einen Unkostenbeitrag auch bei der Kursleitung genutzt werden.

7 x donnerstags, 18.30 - 20.45 Uhr
Beginn: 2. Februar 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
21 UStd.; 89,- € (keine Ermäßigung)

Y23000 Haan

7 x donnerstags, 18.30 - 20.45 Uhr
Beginn: 20. April 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
21 UStd.; 89,- € (keine Ermäßigung)

Y23001 Haan

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.

9 x dienstags, 16.00 - 17.30 Uhr
Beginn: 31. Januar 2023
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
18 UStd.; 23,- € (keine Ermäßigung)

Y23002 Hilden

Zeichnen lernen am Objekt

Boris Pahlow

Möchten Sie sich kreativ ausdrücken können und Ihr individuelles Bild schaffen von den Dingen, die Ihnen wichtig sind? Hier können Sie das Zeichnen lernen, Grundlegendes erfahren sowie Tipps und Anregungen erhalten. Sie werden dabei unterstützt, Ihren eigenen Stil ganz nach Ihrem eigenen Tempo auszuarbeiten. Wir zeichnen gemeinsam an einem Motiv oder auch jeder für sich etwas Organisches, Technisches oder Persönliches. Wissend wir sind keine Meister, die vom Himmel fallen, nehmen wir uns dennoch der Herausforderung an und freuen uns über kleine und große Schritte.

Bitte bringen Sie mit: 1 Zeichenblock DIN A3 bzw. 30 x 40 cm (die Papiergrammatur sollte bei mindestens 140 g liegen), Bleistift Stärke 2B, 6B, Spitzer und zum Schutz der Tische eine feste Abdeckfolie oder wasserundurchlässige Tischdecke (Anregungen für weiteres Material, abgestimmt auf das Kursangebot, erhalten Sie in der ersten Stunde über einen QR-Code. Bitte Smartphone mit QR-Code Lese-App mitbringen).

5 x montags, 19.30 - 21.30 Uhr
Beginn: 6. Februar 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
10 ZStd.; 69,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y23003 Haan



(Haus-)Tiere zeichnen Schnelle Skizzen in der Natur

Gabriele Koenig



Live sind sie fast ständig in Bewegung. Sie haben meistens viele Haare und ausdrucksvolle Augen. Das sind schon drei große Herausforderungen, wenn man Tiere in der Natur zeichnen will. Und beim eigenen Tier kommt dazu, dass man gerne eine besondere Ähnlichkeit erzielen möchte. Zum Glück gibt es Tricks für schnelle Skizzen und wenn es genauer sein soll, helfen Geduld und Freude am Beobachten. Wir erarbeiten uns Grundlagen der Anatomie, der Schraffur und der Komposition wie nebenbei. Im Freien ist Großzügigkeit beim Zeichnen gefragt, also Schnelligkeit, aber auch Flexibilität, wenn das Modell nicht stillstehen will. Bewegung ist die große Herausforderung. In Hilden und Umgebung gibt es Möglichkeiten, Tiere in der Natur zu zeichnen: die Schafe hinter 3M, Pferde an der Itter oder an der Bibelskirch, mitgebrachte Hunde auf der Hundewiese im Roten Weg oder am Sandberg zwischen Hilden und Haan. Nach Verabredung sind beispielsweise auch Besuche im Vogelpark oder im Neandertal möglich. Das erste Treffen findet am Hildener Enten-Teich vor der Stadthalle statt (mit dem Bus: Haltestelle Gressardplatz). Gern mit eigenen Hunden, wenn sie sich vom Temperament her als Modell eignen. Müssen wetterbedingt Termine ausfallen, werden sie nachgeholt.

Hinweis: Es gibt meistens keine Toilette in direkter Nähe.

Mitzubringendes Material: Klappstuhl, Hut/Sonnenschirm, eine feste Zeichenunterlage (Karton), Klammern/Malerkrepp zum Befestigen des Blattes bei Wind, Papier/Block mind. DIN A4 groß, verschiedene harte und weiche Bleistifte, Buntstifte, Kohle, Filzer, Wachs und Kreide nach Belieben. Für Kohle- und Kreidezeichnungen bringt die Kursleitung Fixativ mit.

8 x mittwochs, 16.00 - 18.15 Uhr
Beginn: 15. März 2023
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
24 UStd.; 99,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y23006 Hilden

Alte Gemäuer zeichnen mit Perspektive in und um Hilden

Gabriele Koenig



Alte Gemäuer sind zum Zeichnen ideal, weil nicht alles rechteckig und glatt ist. Mal gibt es ein besonders schönes Detail, welches exakt ausgearbeitet werden kann, mal ist es eine interessante Lichtstimmung oder die Struktur von Efeu, welches eine Backsteinecke dramatisch bewuchert. Mal reizt die Perspektive oder die flächige Aneinanderreihung. Wir verabreden uns an „zeichnerischen“ Orten in Hilden und naher Umgebung und stellen uns den Herausforderungen, eine interessante „Ecke“ zum Zeichnen und zum Sitzen zu finden, wechselnde Lichtstimmungen zu erfassen oder auch einfach mit dem Wind klarzukommen. Zeichnerische Grundlagen rund um Perspektive, Fluchtpunkte und Größenverhältnisse sowie zu Schraffuren, Licht und Schatten werden vor Ort besprochen und erarbeitet und im Laufe des Kurses vertieft. Wir legen einfach los, genießen den Ort und besprechen das Erlebte. Für alle, die Spaß am Thema „Perspektiven alter Gemäuer“ haben. Orte in Hilden finden wir zum Beispiel hinter der Firma Nilos an der Hofstraße, am Kesselsweier oder im Pütt. In der näheren Umgebung finden wir Motive am Haus Bürgel in Monheim-Baumberg, am Benrather Schloß, in Solingen Gräfrath oder auf Schloß Burg. Unser erster Treffpunkt zum Zeichnen im Freien ist der Parkplatz vor dem Pfannkuchenhaus an der Bibelskirch. Von dort gehen wir zur Hofschaf, „Im Loch“. Müssen wetterbedingt Termine ausfallen, werden sie nachgeholt.

Hinweis: Es gibt meistens keine Toilette in direkter Nähe.
Mitzubringendes Material: Klappstuhl, Hut/Sonnenschirm, eine feste Zeichenunterlage (Karton), Klammern/Malerkrepp zum Befestigen des Blattes bei Wind, Papier/Block mind. DIN A4 groß, verschiedene harte und weiche Bleistifte, Buntstifte, Kohle, Filzer, Wachs und Kreide nach Belieben. Für Kohle- und Kreidezeichnungen bringt die Kursleitung Fixativ mit.

8 x freitags, 10.00 - 12.15 Uhr
Beginn: 17. März 2023
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
24 UStd.; 99,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y23007 Hilden

Abstrakte Acrylmalerei „Mal richtig dick auftragen“

Wochenendworkshop

Pia Stojkovic



An diesem Wochenende lassen wir die Farben „tanzen“. Nicht nur die Farbe selbst, auch die Art des Auftragens bestimmt die Wirkung im Bild. So zeigt sich gerade im gestisch, expressiven Auftrag der Moment, die Stimmung, spontan und intuitiv. Das lässt sich besonders gut in der abstrakten Acrylmalerei umsetzen und ist Thema dieses Workshops zu eigenen individuellen Bildern. Grundlagen und Techniken der modernen abstrakten Acrylmalerei werden in kleinen Übungen vermittelt sowie Bildaufbau und Farbenlehre. Mit Pinsel oder Spachtel geht es dann an die Leinwand und jeder entwickelt Schicht für Schicht sein eigenes Bild mit schwungvollen oder zarten, großen oder kleinen Bewegungen. Den eigenen Ausdrucksmöglichkeiten sind keine Grenzen gesetzt und Sie werden je nach Bedarf angeleitet und unterstützt.

Für Anfänger*innen mit und ohne Vorkenntnisse, Wiedereinsteiger*innen und auch die, die meinen „ich kann nicht malen“, sowie Fortgeschrittene.

Bitte mitbringen: Acrylfarben, Pinsel, ggf. Spachtel, Sprühflasche mit Wasser, Wasserglas, Töpfchen/Becher zum mischen/verdünnen der Farben, Bleistift, Fineliner, Papier oder Skizzenblock, Block/Papier für Acrylmalerei/mixed media Din A3 oder A4 (mind. 200g/qm), Leinwand, Küchenrolle oder Lappen, zum Abdecken der Tische eine wasserundurchlässige Tischdecke.

Materialien und Farbe können auch gegen einen Unkostenbeitrag bei der Kursleitung genutzt werden.

Samstag, 11. März 2023, 15.00 - 18.00 Uhr
Sonntag, 12. März 2023, 10.30 - 12.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
5 ZStd.; 29,- € (keine Ermäßigung)

Y23010 Haan

Abenteuer abstrakte Acrylmalerei Wochenendworkshop

Pia Stojkovic



Wie komme ich von der weißen Leinwand zu meinem Bild? Was male ich, wenn ich keine Vorlage habe? Die Grundlagen dazu werden an diesem Wochenende spielerisch und experimentell mit der eigenen Umsetzung vermittelt. Die entsprechenden Tipps und Techniken werden gezeigt und in „Übungen“ umgesetzt. Schritt für Schritt



und Schicht für Schicht entsteht dann damit das eigene Bild mit der entsprechend nötigen Unterstützung. Kreativität steckt in jedem und bedarf weder Talent noch Begabung. Freude an der Sache, mutig Neues ausprobieren und Vertrauen in das, was entsteht, reichen aus. Spontaneität und der Intuition folgen ergänzen den Prozess und werden hier geschult. Der Weg ist das Ziel und der Weg ist im Ziel, dem eigenen Kunstwerk, verewigt und macht es individuell. Für alle, die Freude an der Kreativität und an Farben haben und in die abstrakte Acrylmalerei einsteigen oder sie weiter vertiefen wollen. Auch diejenigen, die meinen „ich kann nicht malen“, sind herzlich willkommen.

Bitte mitbringen: Acrylfarben, Pinsel, ggf. Spachtel, Sprühflasche mit Wasser, Wasserglas, Töpfchen/Becher zum mischen/verdünnen der Farben, Bleistift, Fineliner, Papier oder Skizzenblock, Block/Papier für Acrylmalerei/mixed media Din A3 oder A4 (mind. 200g/qm), Leinwand, Küchenrolle oder Lappen, zum Abdecken der Tische eine wasserundurchlässige Tischdecke.

Materialien und Farbe können auch gegen einen Unkostenbeitrag bei der Kursleitung genutzt werden.

Samstag, 6. Mai 2023, 15.00 - 18.00 Uhr
Sonntag, 7. Mai 2023, 10.30 - 12.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
5 ZStd.; 29,- € (keine Ermäßigung)

Y23011 Haan

JungeVHS Gemeinsam mit Mama/Papa ein Bild malen

für Kinder zwischen 4 und 9 Jahren

Pia Stojkovic



Kreativität steckt in uns allen, macht Spaß und verbindet, ganz besonders, wenn gemeinsam die Leinwand mit den Lieblingsfarben bemalt, bekritzelt, bekleckst wird. Mit Buntstiften, Wachsmalkreide, Acrylfarben entstehen eure individuellen Bilder. Es werden Ideen und Möglichkeiten vermittelt, erst auf Papier und dann lasst ihr auf eurer Leinwand der Kreativität freien Lauf. Die Phantasie kennt dabei keine Grenzen und das Experimentieren mit den Farben und Materialien ist durchaus erwünscht. Die Freude am gemeinsamen Malen und Gestalten steht im Vordergrund. In entspannter Atmosphäre und mit individueller Unterstützung entstehen eure gemeinsamen Kunstwerke.

Für Mütter/Väter mit einem Kind zwischen 4 und 9 Jahren.

Bitte mitbringen: Farben und Stifte, Wasserglas, Töpfchen/Becher zum mischen/verdünnen der Farben, Papier Din A3 oder A4 (möglichst mind. 200g/qm), Leinwand, Küchenrolle oder Lappen, zum Abdecken der Tische eine wasserundurchlässige Tischdecke.

Materialien und Farbe können auch gegen einen Unkostenbeitrag bei der Kursleitung genutzt werden.

Sonntag, 30. April 2023, 14.00 - 18.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
4 ZStd.; 29,- € (1 Elternteil mit 1 Kind, keine Ermäßigung)

Y23012 Haan

Acrylmalerei für Einsteiger und Fortgeschrittene

Pia Stojkovic

Die Acrylmalerei bietet ein reiches Repertoire an Möglichkeiten. Neben den Grundlagen und „Gesetzmäßigkeiten“ der modernen Acrylmalerei werden neue Techniken ausprobiert und es entsteht und bleibt viel Raum für die eigene Kreativität. Themen sind u.a. Bildträger, Bildaufbau, Farblehre und -wirkung, Techniken des Auftrags, Licht und Schatten, räumliche Wirkung und wie das Bild gelingt.

Bitte mitbringen: Acrylfarben, Pinsel, ggf. Spachtel, Sprühflasche mit Wasser, Wasserglas, Töpfchen/Becher zum mischen/verdünnen der Farben, Bleistift, Fineliner, Papier oder Skizzenblock, Block/Papier für Acrylmalerei/mixed media Din A3 oder A4 (mind. 200g/qm), Leinwand, Küchenrolle oder Lappen, zum Abdecken der Tische eine wasserundurchlässige Tischdecke.

8 x dienstags, 10.00 - 12.15 Uhr
Beginn: 31. Januar 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
24 UStd.; 90,- € (max. 50 % Ermäßigung)

Y23013 Haan

8 x dienstags, 10.00 - 12.15 Uhr
Beginn: 25. April 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
24 UStd.; 90,- € (max. 50 % Ermäßigung)

Y23014 Haan

Offene Malgruppe Acryl ArtWorX

Diese Gruppe hat sich aus langjährigen Acrylmalern entwickelt, die in entspannter Runde ihre Freizeit und den Feierabend mit Gleichgesinnten und ihrer Leidenschaft zur Acrylmalerei verbringen wollen. Jeder malt so wie er mag, abstrakt, gegenständlich, hell, dunkel, bunt. Der Austausch über die verschiedenen Techniken, Kompositionen, Farben, Licht, Schatten und Hilfestellungen untereinander kommt hierbei nicht zu kurz.

Das Angebot richtet sich an Personen MIT Kenntnissen und eigenem Material für die Acrylmalerei (KEINE Farbspraydosen).

Zum Schutz der Tische ist eine Abdeckfolie, wasserundurchlässige Tischdecke, o.ä. mitzubringen. Wer noch gute Laune dabei hat, passt bestimmt gut zu uns!

Große Staffelei(en), Wassergläser und Papiertücher sind vorhanden.

16 x dienstags, 19.30 - 21.45 Uhr
Beginn: 31. Januar 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
48 UStd.; 70,- € (keine Ermäßigung)

Y23017 Haan

Verrückt nach Farbe Einstieg in die Aquarellmalerei

Alexandra Skedzuhn-Safir

Dieser Wochenendkurs bietet den TeilnehmerInnen einen Einstieg in die Aquarellmalerei. Die charakteristischen Techniken und Materialien der Aquarellmalerei werden vorgestellt und eingeübt sowie Möglichkeiten der Farb- und Bildkomposition erprobt.

Mitzubringen sind: gutes Aquarellpapier (am besten A4), gute Pinsel aus synthetischen Fasern in verschiedenen Größen wie etwa Nr. 6, 8, 12; Rundpinsel, ein mittelgroßer Flachpinsel, Aquarellfarbkasten (kein Schulwasserfarbkasten; enthalten sollten auf jeden Fall



Cadmiumgelb (primär), Magenta (rot) und Cyan oder Ceruleanblue (blau), wie auch Gelbocker und Payne's Grey (blaugrau) sein), ein Wasserglas, Zellstoff (Papiertaschentuch oder Ähnliches), Bleistift (2B) und Radiergummi, Lineal und Zirkel, Feinliner (wasserresistent, schwarz), Tesakrepp (circa 1 cm breit), weißer Teller (falls Farben ohne Kasten gekauft werden) und eine Abdeckfolie für die Arbeitsunterlage.

Freitag, 31. März 2023, 18.00 - 20.30 Uhr
 Samstag, 1. April 2023, 11.00 - 15.30 Uhr
 Sonntag, 2. April 2023, 10.00 - 14.30 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
 11,5 ZStd.; 69,- € (keine Ermäßigung)

Y23025 Haan

Offenes Atelier Aquarellmalerei

Seit vielen Jahren trifft sich unsere Gruppe, um die eigene Kreativität zu entdecken bzw. zu wecken. Dabei tauschen wir uns in herzlicher Atmosphäre „beiläufig“ über Gesetzmäßigkeiten von Farbe und Komposition sowie unterschiedliche Techniken der Aquarellmalerei aus.

Das Angebot richtet sich an Personen MIT Kenntnissen in der Aquarellmalerei.

Material: Aquarellfarben, Aquarellblock (DIN A3 oder A4), Aquarellpinsel (Nr. 4 / Nr. 8 / Nr. 12).

15 x mittwochs, 17.30 - 19.45 Uhr
 Beginn: 1. Februar 2023
 Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
 Zufahrt über Wiesengrundstraße
 45 UStd.; 55,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y23030 Haan

Reiseskizzen und Urban Sketching

Dagmar Hebestreit

Ein Skizzenbuch ist das beste Medium, um unterwegs schnell Motive festzuhalten, die Umgebung zu erkunden und Spontanes aufzuzeichnen. Es ist ein Schatzkästchen, das Sammelsurium und Ideenfundus zugleich ist. Es erlaubt uns, unsere Empfindungen und Wahrnehmungen immer wieder aufs Neue zu beschreiben. So ist es ein grafisches Tagebuch und zugleich ein persönliches Experimentierfeld. Die Dozentin gibt Tipps für einen lockeren Strich und zum Aquarellieren mit leichter Hand, übt das genaue Hinschauen und Beobachten. Die Teilnehmenden finden Unterstützung, einen individuellen Stil zu entwickeln. Mit der Freude am Malen und Zeichnen, die überspringt auf die Teilnehmenden, bringt es gemeinsam mehr Spaß. Bitte bringen Sie mit: wasserfester Fineliner und/oder Kugelschreiber (gerne auch in verschiedenen Farben), Skizzenbuch (mind. 150-200 g/m² Papierstärke), Hocker zum Sitzen, Aquarellstifte (wasserlösliche Buntstifte) oder Aquarellfarbkasten.

2 x samstags, 10.30 - 12.45 Uhr
 Beginn: 6. Mai 2023
 Treffpunkt: Nove-Mesto-Platz, Eingang zur Stadtbücherei Hilden
 6 UStd.; 26,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y23031 Hilden

Urban Sketching mit Aquarellfarben, wie geht das?

Dagmar Hebestreit

Jeder schaut anders auf ein Motiv und es gibt viele Gestaltungsvариationen. Hier trifft Linie auf Fläche, dort warmer auf kalten Farbton und wir experimentieren mit der Gestaltung. Diese Mischung aus Übungsfeld und Spielplatz macht das Skizzenbuch für viele erfolgreiche Künstler zu einem zentralen Arbeitsmittel. Schwerpunkt des Kurses ist die farbige Ausarbeitung von Zeichnungen. Aber auch das Arrangieren im Format, die Abstraktion und Vereinfachung komplizierter Formen sowie die typografische Gestaltung werden angesprochen. Als Anregung können eigene Urlaubsfotos oder andere Lieblings- und Fundstücke, die sich zum Einarbeiten oder Einkleben eignen, mitgebracht werden.

Bitte mitbringen: Skizzenbuch (mind. 200-300g/m² Papierstärke), wasserfester Fineliner und/oder Kugelschreiber (gerne auch in verschiedenen Farben), Aquarellfarbkasten oder auch wasserlösliche Aquarellstifte, Pinsel bzw. Aquarellpinsel Gr.12 (= mittlere Größe), eigene Fotos als Motiv (falls vorhanden) und zum Schutz der Tische eine feste Abdeckfolie oder wasserundurchlässige Tischdecke.

Samstag, 11. Februar 2023, 10.00 - 13.00 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
 4 UStd.; 22,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y23033 Haan

Mit Aquarellfarben spazieren gehen

Dagmar Hebestreit

Wenn es in der kalten Jahreszeit zum Malen draußen zu ungemütlich ist, wollen wir mit Wasserfarben den Pinsel übers Papier spazieren lassen. So entstehen Landschaften, Wald und Natur vor unseren Augen. Dabei darf auch die Phantasie ihren schöpferischen Prozess beflügeln. Die Kombination mit Aquarellstiften lässt graphische Elemente entstehen, die wiederum mit den Aquarellfarben kombiniert lebendige Kontraste entwickeln können. Dabei fließen erfahrungsgemäß Lust und Laune genauso über das Papier wie das Wasser und die Farben. Die Teilnehmer, die ihre malerischen Erfahrungen im Skizzenbuch sammeln wollen, bringen ein solches mit, aber Malblock oder lose Blätter sind auch möglich.

Bitte bringen Sie mit: Aquarellpapier von min. 200-300 g/m² Stärke, Aquarellfarbkasten, Pinsel (z.B. Aquarellpinsel Gr. 12 = mittlere Größe) und wasserlösliche Farbstifte sowie zum Schutz der Tische eine feste Abdeckfolie oder wasserundurchlässige Tischdecke.

Samstag, 11. März 2023, 10.00 - 13.00 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
 4 UStd.; 22,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y23034 Haan



KREATIVES GESTALTEN

Glasperlen selbst herstellen

Christin Barthelmie

Seit 4000 Jahren faszinieren Glasperlen Menschen in aller Welt als Schmuck, Tauschobjekt, Geldersatz oder Gebetshilfe. Auch heute sind Glasperlen als Schmuck aktueller denn je. In diesem Workshop lernen Sie an komplett ausgestatteten Arbeitsplätzen, Glasperlen selbst herzustellen. Neben der Praxis erfahren Sie in verschiedenen Theorieanteilen vieles zum Material Glas, der Geschichte der Glasperlen und einiges mehr. Am ersten Abend gibt es unter individueller Betreuung eine Einführung in den sicheren Umgang mit dem Gasbrenner und in die Herstellung einfacher Grundperlen. Am zweiten Tag werden in weiteren Arbeitsschritten geformte Perlen hergestellt sowie die Verzierung durch Punkte erprobt. Im Laufe des Tages eignen Sie sich so ein Repertoire an Grundtechniken an, das eine Kombination von Mustern und die Umsetzung von eigenen Ideen erlaubt. Außer etwas handwerklichem Geschick und einer ruhigen Hand benötigen Sie aus Sicherheitsgründen Kleidung aus Naturmaterial (am besten Jeans, kein Polyester) und festes Schuhwerk. Offene, lange Haare müssen während der praktischen Arbeit zusammengebunden werden. Eine komplette Werkstattausrüstung, die benötigten Werkzeuge und Arbeitsmaterialien werden im Kurs zur Verfügung gestellt. Die Nutzungsgebühr für Geräte und Werkzeuge (z.B. Gasbrenner) ist im Kurspreis enthalten. Die Kosten für Material in Höhe von ca. 12,- € je nach Verbrauch bezahlen Sie direkt bei der Kursleiterin.

Freitag, 17. März 2023, 18.30 - 21.00 Uhr
Samstag, 18. März 2023, 10.15 - 17.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
11 UStd.; 69,- € (zzgl. Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Y23059 Haan

Glasperlenwerkstatt für Geübte

Christin Barthelmie

In der Glasperlenwerkstatt können alle diejenigen, die bereits Glasperlen an Gasbrennern hergestellt haben, ihre Kenntnisse und Fähigkeiten vertiefen und verbessern. Grundkenntnisse, wie sie in Kurs Y23059 vermittelt werden, sind Voraussetzung. Eigene Projekte können in Absprache mit der Kursleiterin angegangen und umgesetzt werden.

Zu Beginn werden die vorhandenen Kenntnisse und Techniken gemeinsam aufgefrischt und vertieft, bevor es in die kreative Arbeit geht - mit neuen Techniken und kleineren, individuellen Projekten. Gearbeitet wird an Kartuschenbrennern. Material und Werkzeuge werden komplett zur Verfügung gestellt. Eigenes Glas (nur AK104) oder Werkzeug kann mitgebracht werden (Brenner nur nach Rücksprache). Die Teilnehmer benötigen aus Sicherheitsgründen Kleidung aus Naturmaterial (am besten Jeans, kein Polyester) und festes Schuhwerk. Offene, lange Haare müssen während der praktischen Arbeit zusammengebunden werden. Die Nutzungsgebühr für Geräte und Werkzeuge (z.B. Gasbrenner) ist im Kurspreis enthalten. Die Kosten für Material in Höhe von ca. 12,- € je nach Verbrauch bezahlen Sie direkt bei der Kursleiterin.



Sonntag, 19. März 2023, 10.30 - 17.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
8 UStd.; 53,- € (zzgl. Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Y23060 Haan

Filzen - Sitzkissen für Zuhause und unterwegs

Britta Steinhart



Wollten Sie schon immer ein Sitzkissen für unterwegs haben? Oder für den Kindergarten? Das klein zusammenfaltbar ist? Und noch selbstgemacht? Dann ist dieser Workshop für Sie genau richtig. Hier können Sie - ganz ohne Vorkenntnisse - mit den eigenen Händen aus farbigen, lockeren Wollfasern ein gefilztes Sitzkissen mit eigenem Motiv filzen. Sie erhalten eine kurze Einführung in die grundlegenden Techniken des Filzens und werden Schritt für Schritt bei der Erstellung begleitet. Bitte bringen Sie 3 große Handtücher und - falls Sie einen Motivwunsch für das Sitzkissen haben - einen Ausdruck der Idee mit, alle anderen Materialien werden von der Dozentin gestellt. Die Materialkosten werden direkt mit der Kursleitung abgerechnet und betragen ca. 10 €.

Mittwoch, 14. Juni 2023, 18.00 - 21.45 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
3,75 ZStd.; 28,- € (zzgl. Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Y23061 Haan

Filzen - Wärmflasche Seelentröster und Wärmespender aus Filz

Britta Steinhart



In diesem Workshop können Sie auch ganz ohne Vorkenntnisse in der traditionellen Nassfilztechnik mit Wolle, Wasser und Seife individuelle Hüllen für Wärmflaschen gestalten. Genießen Sie das gemeinsame kreative Schaffen in diesem Workshop und erstellen Sie unter Anleitung Ihre eigene kuschelige Wollfilz-Wärmflasche. Die Wärmflasche ist in den Materialkosten enthalten. Sie erhalten eine kurze Einführung in die grundlegenden Techniken des Filzens und werden Schritt für Schritt bei der Erstellung begleitet. Bitte bringen Sie 3 große Handtücher und - falls Sie einen Motivwunsch für die Wärmflasche haben - einen Ausdruck der Idee mit, alle anderen Materialien werden von der Dozentin gestellt. Die Materialkosten werden direkt mit der Kursleitung abgerechnet und betragen ca. 15 €.

Samstag, 21. Januar 2023, 10.30 - 14.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
3,5 ZStd.; 28,- € (zzgl. Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Y23062 Haan

Lipgloss und Handcreme selbst gemacht

Britta Steinhart





Wir stellen unseren eigenen Lipgloss mit oder ohne farbigen Zusatz her und kreieren eine selbstgemachte Handcreme. Alles wird hübsch verpackt und kann dann selbst verwendet oder auch verschenkt werden. Bitte bringen Sie eine Schürze und zwei Geschirrtücher mit. Die Materialien werden von der Kursleitung mitgebracht und sind bereits in der Kursgebühr enthalten.

Montag, 19. Juni 2023, 17.30 - 20.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
2,5 ZStd.; 32,- € (inkl. Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Y23063 Haan

Schnupper-Workshop Plotten Kleine Projekte auf Stoff und Filz in Kooperation mit der Stadtbücherei Hilden

Janina Vorwerk

Wir schauen uns mit kleinen textilen Projekten den Schneideplotter an. Wir bedrucken zum Beispiel Einkaufsbeutel, Filz-Untersetzer, Schlüsselanhänger etc. Dabei schnuppern wir in die Grundlagen des Plottens und sehen uns das Gerät und die Heißtransferpresse an. Plotter und Transferpresse werden gestellt. Die Gebühren verstehen sich inklusive Materialkosten i.H.v. 15 Euro.

Samstag, 24. Juni 2023, 10.00 - 14.00 Uhr
Stadtbücherei Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
4 ZStd.; 57,- € (inkl. 15,- € Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 6 Teilnehmende

Y23070 Hilden

KERAMIK

Keramik rundherum Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Carina Girse

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. Die Materialkosten für Ton und Glasuren belaufen sich je nach Verbrauch auf 15 bis 25 € und sind bei der Kursleitung zu zahlen.

8 x mittwochs, 19.00 - 21.15 Uhr
Beginn: 1. Februar 2023
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
24 UStd.; 98,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Y23101 Haan

8 x mittwochs, 19.00 - 21.15 Uhr
Beginn: 29. März 2023
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
24 UStd.; 98,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Y23102 Haan

Plastisches Gestalten und Modellieren mit Ton am Vormittag I

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: 14. Februar 2023
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
16 ZStd.; 90,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Y23110 Haan

Plastisches Gestalten und Modellieren mit Ton am Nachmittag

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, 15.30 - 17.30 Uhr
Beginn: 14. Februar 2023
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
16 ZStd.; 90,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Y23111 Haan

Plastisches Gestalten und Modellieren mit Ton am Abend I

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.



achtungsgabe geschult.

8 x dienstags, 18.00 - 20.00 Uhr
 Beginn: 14. Februar 2023
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
 16 ZStd.; 90,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
 Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Y23112 Haan

Samstag, 25.03.2023,
 Sonntag, 26.03.2023,
 Samstag, 22.04.2023,
 jeweils 10.30 - 15.00 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
 18 UStd.; 85,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
 Kleingruppen-Angebot: Max. 9 Teilnehmende

Y23120 Haan

Plastisches Gestalten und Modellieren mit Ton am Vormittag II

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.

Plastisches Gestalten und Modellieren mit Ton am Abend II

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.

6 x dienstags, 18.00 - 20.00 Uhr
 Beginn: 25. April 2023
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
 12 ZStd.; 69,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
 Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Y23114 Haan

Keramik am Wochenende für Anfänger und Fortgeschrittene

Carina Girse

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. Die Materialkosten belaufen sich je nach Verbrauch auf ca. 15 bis 25 € und sind bei der Kursleitung zu zahlen.

FOTOGRAFIE

VHS-FotoTeamHaan

Wolfgang Thimm / Cornelia Schoenwald

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. Weitere Informationen bei Wolfgang Thimm (Tel. 02104 6408817) und Conny Schoenwald (Tel. 02103 23208).

19 x mittwochs, 19.30 - 21.30 Uhr
 Beginn: 1. Februar 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
 38 ZStd.; 44,- € (keine Ermäßigung)

Y23201 Haan

Ausdrucksstarke Fotografie Finde Deinen eigenen Stil

Helga von Berg-Harder

Die VHS-Fotogruppe Hilden besteht aus engagierten Fotografinnen und Fotografen, die gemeinsam ihr fotografisches Sehen und die Gestaltung ihrer Bilder weiterentwickeln. Das Ziel ist, Fotos zu gestalten, die überraschen, die Wirkung erzeugen und Motive in Szene setzen. Eingebunden in die Gruppenarbeit werden innerhalb dieses Kurses Bilder vorgestellt und besprochen. Die Motive hierfür werden in gemeinsamen Exkursionen und/oder durch vorgegebene Themen gefunden. Ideen sind hier willkommen. Die Bildbesprechungen zeigen das unterschiedliche Herangehen der Teilnehmenden und führen so zu neuen Sicht- und Darstellungsweisen. Anforderungen an die Kamera-Ausrüstungen werden nicht gestellt. Zum ersten Kurstermin bringen Sie bitte eigene Papierbilder mit. Sollte der Kurs aufgrund der Pandemiebedingungen nicht im geschlossenen Raum stattfinden dürfen, werden alle Kurstermine draußen als Exkursion und die Besprechungen online via Zoom stattfinden. Kursort: Graf Recke-Stiftung - Dorotheenviertel Hilden, Horster Allee 9, Hochhaus 8.Stock, Großer Tagungsraum



5 x mittwochs, 19.00 - 21.00 Uhr
 Beginn: 1. Februar 2023
 Dorotheenviertel, Haus Ahorn, Horster Allee 7-9, Hilden
 10 UStd.; 58,- €
 Kleingruppen-Angebot: Max. 9 Teilnehmende

Y23204 Hilden

5 x freitags, 10.00 - 13.00 Uhr
 Beginn: 3. März 2023
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
 20 UStd.; 98,- € (zzgl. Materialkosten)
 Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Y23301 Haan

GOLDSCHMIEDEN

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, Sägeblätter, Bohrer etc.) werden mit der Dozentin abgerechnet. Edelmetalle sind im Kurs erhältlich und werden nach Verbrauch abgerechnet. Gold nach Absprache, den Bedarf bitte mindestens zwei Wochen vorher anmelden!

5 x montags, 18.30 - 21.30 Uhr
 Beginn: 27. Februar 2023
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
 20 UStd.; 98,- € (zzgl. Materialkosten)
 Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Y23300 Haan

Goldschmieden - Grundkurs am Vormittag

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, Sägeblätter, Bohrer etc.) werden mit der Dozentin abgerechnet. Edelmetalle sind im Kurs erhältlich und werden nach Verbrauch abgerechnet. Gold nach Absprache, den Bedarf bitte mindestens zwei Wochen vorher anmelden!

Goldschmieden - Intensivkurs am Vormittag

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 Löten. Dazu können weitere technische Fertigkeiten wie z.B. das Erstellen von Wachsmodellen, verschiedene Gusstechniken oder einfache Fassarbeiten von Edelsteinen erworben werden.

Die handwerkliche und gestalterische Beratung erfolgt von der Skizze bis zum fertigen Stück ganz individuell.

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

4 x freitags, 10.00 - 13.00 Uhr
 Beginn: 21. April 2023
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
 16 UStd.; 78,- € (zzgl. Materialkosten)
 Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Y23302 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 Wachsmodellen, 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, Sägeblätter, Bohrer etc.) werden mit der Dozentin abgerechnet. Edelmetalle sind im Kurs erhältlich und werden nach Verbrauch abgerechnet. Gold nach Absprache, den Bedarf bitte mindestens zwei Wochen vorher anmelden!



5 x montags, 18.30 - 21.30 Uhr
 Beginn: 17. April 2023
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
 20 UStd.; 98,- € (zzgl. Materialkosten)
 Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Y23303 Haan

12 x montags, 18.30 - 20.45 Uhr
 Beginn: 30. Januar 2023
 Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
 36 UStd.; 150,- €
 Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Y23402 Hilden

Goldschmieden Intensivseminar am Wochenende

Susanne Mayer

Ausgefallene und selbst angefertigte Schmuckstücke für sich selbst oder als besonderes Geschenk können Sie in diesem Workshop herstellen. Armreife, (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 Arbeitstechniken Biegen, Sägen, Feilen, Bohren und Lötten erlernen Sie grundlegende Arbeitstechniken 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 an Anfänger/-innen als auch Fortgeschrittene.

Die handwerkliche und gestalterische Beratung erfolgt individuell.

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 mindestens zwei Wochen vorher anmelden!

Freitag, 2. Juni 2023, 18.00 - 21.00 Uhr
 Samstag, 3. Juni 2023, 14.00 - 18.00 Uhr
 Sonntag, 4. Juni 2023, 10.30 - 14.30 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
 10 ZStd.; 76,- € (zzgl. Materialkosten)
 Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Y23305 Haan

TEXTILES GESTALTEN

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. Die Teilnahme ist ab einem Alter von 17 Jahren geeignet.

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

UnFertige Objekte bzw. UFOs im Schrank? Wir haben Sie alle.

Martina Weichselbaum

Du hast noch UnFertige Objekte, sogenannte UFOs, im Schrank gefunden? Du möchtest diese endlich fertigstellen? Du brauchst aber Tipps und Tricks und eine kleine Portion Motivation zum Vollenden Deines Werkes? Mit anderen Näh-süchtigen, denn Du bist nicht allein, kannst Du an diesem Wochenende das zu Ende bringen, was Du angefangen hast. Oder Du startest ein neues NähProjekt und nimmst Dir ein Wochenende Zeit zum Nähen.

Wir treffen uns bereits am Freitag zum Kennenlernen und richten den Arbeitsplatz ein, damit Du am nächsten Tag direkt starten kannst. Mit viel Spaß und fachlicher Unterstützung beendest Du, was Du begonnen hast.

Voraussetzung für die Teilnahme am Workshop: Du solltest den Umgang mit Deiner besten Freundin - „Deine Nähmaschine“ - beherrschen und Nähkenntnisse haben. Die Teilnahme ist ab einem Alter von 17 Jahren geeignet.

Freitag, 24. März 2023, 18.30 - 20.00 Uhr
 Samstag, 25. März 2023, 10.00 - 17.00 Uhr
 Sonntag, 26. März 2023, 10.00 - 16.00 Uhr
 Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
 17 UStd.; 75,- €
 Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Y23403 Hilden

Hundeliebe! Nähen für deinen Hund Wir nähen tolle Accessoires für deinen Vierbeiner



in Kooperation mit der Stadtbücherei Hilden

Janina Vorwerk

Wir nähen gemeinsam tolle Accessoires für deinen Vierbeiner und praktisches Zubehör für deine Gassi-Runde! Vom Zuschnitt bis zum fertigen Ergebnis. 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.

Samstag, 25. Februar 2023, 10.00 - 14.00 Uhr
 Stadtbücherei Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
 4 ZStd.; 58,- € (inkl. 15,- € Materialkosten)
 Kleingruppen-Angebot: Max. 6 Teilnehmende

Y23405 Hilden



Bücherliebe! Nähen rund ums Thema Buch Wir nähen Hüllen, Lesezeichen und Taschen für deine Lieblinge

in Kooperation mit der Stadtbücherei Hilden

Janina Vorwerk



Wir nähen gemeinsam schönes Zubehör für deine Lieblinge im Regal: Hüllen zum Schutz, wenn das aktuelle Buch in der Tasche mitmuss, Lesezeichen und kleine Täschchen zum Mitnehmen. Auch als kleine Geschenke wunderbar geeignet.

Du hast einen E-Book-Reader und gar kein Papierbuch mehr in der Hand? Auch kein Problem - auch hierfür lassen sich tolle Hüllen, z.B. aus Filz, zaubern. Vom Zuschnitt bis zum fertigen Ergebnis. Nähanfänger sind genauso herzlich willkommen wie Teilnehmer, die bereits an der Nähmaschine gesessen und Erfahrung gesammelt haben. Nähmaschinen sind vorhanden und müssen nicht mitgebracht werden. Die Gebühren verstehen sich inklusive Materialkosten i.H.v. 12 Euro.

Samstag, 11. März 2023, 10.00 - 14.00 Uhr
Stadtbücherei Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
4 ZStd.; 55,- € (inkl. 12,- € Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 6 Teilnehmende

Y23406 Hilden

Wir nähen eine Bauchtasche in Kooperation mit der Stadtbücherei Hilden

Janina Vorwerk



In diesem Workshop nähen wir gemeinsam eine Bauchtasche. Momentan sind diese Taschen wieder hoch im Kurs und dazu noch super praktisch. Hier kannst du dein eigenes Unikat erstellen. Vom Zuschnitt bis zur fertigen Tasche.

Nähanfänger sind genauso herzlich willkommen wie Teilnehmer, die bereits an der Nähmaschine gesessen und Erfahrung gesammelt haben.

Nähmaschinen sind vorhanden und müssen nicht mitgebracht werden. Die Gebühren verstehen sich inklusive Materialkosten i.H.v. 15 Euro.

Freitag, 12. Mai 2023, 18.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 13. Mai 2023, 10.00 - 14.00 Uhr
Stadtbücherei Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
7 ZStd.; 88,- € (inkl. 15,- € Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 6 Teilnehmende

Y23407 Hilden

JungeVHS - Kinder-Näh-Workshop ab 10 Jahren

in Kooperation mit der Stadtbücherei Hilden

Janina Vorwerk

Dieser Workshop richtet sich an Kinder, die gerne mit dem Hobby Nähen starten oder einfach mal ausprobieren möchten, ob ihnen die Arbeit mit dem Material Spaß macht! Wir werden mit einfachen Näh-Projekten gemeinsam die Nähmaschine erkunden. So werden praktische Dinge wie Scrunchies, Schlüsselanhänger, Lesezeichen etc. entstehen. Absolut anfängergeeignet - Teilnehmende, die bereits

an der Nähmaschine gesessen und Erfahrung gesammelt haben, sind aber natürlich genauso willkommen!

Nähmaschinen sind vorhanden und müssen nicht mitgebracht werden. Die Gebühren verstehen sich inklusive Materialkosten i.H.v. 12 Euro.

Samstag, 22. April 2023, 10.00 - 13.00 Uhr
Stadtbücherei Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
3 ZStd.; 43,- € (inkl. 12,- € Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 6 Teilnehmende

Y23408 Hilden

JungeVHS - Upcycling - Workshop für Kinder

Aus alt mach neu

Kinder-Näh-Workshop ab 10 Jahren

in Kooperation mit der Stadtbücherei Hilden

Janina Vorwerk



Der Workshop dreht sich rund um das Thema Upcycling mit der Nähmaschine: Also bringt alte Shirts, Jeans, Handtücher oder sonstige Kleidungsstücke mit - wir werden in kleinen Projekten tolle neue Sachen daraus zaubern! Absolut anfängergeeignet - Teilnehmende, die bereits an der Nähmaschine gesessen und Erfahrung gesammelt haben, sind aber natürlich genauso willkommen!

Nähmaschinen sind vorhanden und müssen nicht mitgebracht werden. Die Gebühren verstehen sich inklusive Materialkosten i.H.v. 5 Euro.

Samstag, 3. Juni 2023, 10.00 - 14.00 Uhr
Stadtbücherei Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
4 ZStd.; 47,- € (inkl. 5,- € Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 6 Teilnehmende

Y23409 Hilden

FÜR MICH

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 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 sowie Einweghandschuhe mit.



Freitag, 14. April 2023, 17.00 - 22.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
6 UStd.; 55,- €
Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Y23420 Hilden

Tages-Make-up Kurs

Katharina Rothenbach

Ein tolles Make-up für den Tag zaubern, aber wie? Eine Vielzahl an Produktangeboten und Werbeversprechen machen es uns Frauen nicht leicht, sich im Produktdschungel der Kosmetikindustrie zu rechtzufinden. 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, evtl. einen Vergrößerungsspiegel und gute Laune! Materialkosten von 5 € sind in der Kursgebühr enthalten.

Samstag, 11. Februar 2023, 14.00 - 17.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
3 ZStd.; 27,- € (inkl. 5,- € Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Y23422 Hilden

Samstag, 1. April 2023, 14.00 - 17.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
3 ZStd.; 27,- € (inkl. 5,- € Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Y23423 Haan

KUNST FÜR KINDER

JungeVHS Eltern-Kind Filzen Lebensmittel für Kaufmannsladen und Spielküche aus Filz

für Erwachsene mit Kindern zwischen 5 und 10 Jahren

Britta Steinhardt

Genießen Sie - auch ohne Vorkenntnisse - einen kreativen Vormittag mit Ihren Kindern oder Enkelkindern, um mit den eigenen Händen aus farbigen, lockeren Wollfasern ein langlebiges Lebensmittel für den Kaufmannsladen oder die Spielküche zu filzen. Der Kreativität sind hierbei keine Grenzen gesetzt. So können z.B. Spiegeleier, Paprika und Möhren oder Muffins und Haribo aus Wolle entstehen. Oder aber Sie filzen z.B. die Grundelemente eines Hamburgers, Ihrer Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt. Sie erhalten eine kurze Einführung in die grundlegenden Techniken des Filzens und werden Schritt für Schritt bei der Erstellung begleitet. Die Materialkosten werden direkt mit der Kursleitung abgerechnet und betragen ca. 5-10 €. Bitte bringen Sie 2 große Handtücher und einen Autoschwamm mit.



Freitag, 9. Juni 2023, 15.30 - 18.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
2,5 ZStd.; 22,- € (Gebühren je Kind mit einem Erwachsenen;
zzgl. Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot

Y23508 Haan

JungeVHS Filzen - Ostereier & Co für die Osterdeko

für Kinder zwischen 8 und 12 Jahren

Britta Steinhardt

Allerlei rund um die Osterdekoration entsteht in diesem Workshop, der auch sehr gut für Anfänger geeignet ist. In diesem Kurs können Kinder kreativ gefilzte Ostereier & Co. für die Osterdeko erstellen. Mit den eigenen Händen verarbeitet ihr die farbigen, lockeren Wollfasern zu einem stabilen Filz. Ihr erhaltet eine kurze Einführung in die grundlegenden Techniken des Filzens und werdet Schritt für Schritt bei der Erstellung begleitet. Die Materialkosten werden direkt mit der Kursleitung abgerechnet und betragen ca. 5-10 €. Bitte bringt das Geld passend sowie zwei große Handtücher und einen Autoschwamm mit.



Dienstag, 4. April 2023, 10.30 - 12.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
2 ZStd.; 17,- € zzgl. Materialkosten
Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Y23509 Haan

JungeVHS Lipgloss und Handcreme selbst gemacht

für Kinder zwischen 8 und 12 Jahren

Britta Steinhardt

Wir stellen unseren eigenen Lipgloss mit oder ohne farbigen Zusatz her und kreieren eine selbstgemachte Handcreme. Alles wird hübsch verpackt und kann dann selbst verwendet oder auch verschenkt werden. Du solltest Kleidung tragen, die schmutzig werden kann, oder bring eine Schürze mit. Außerdem benötigst du 2 Geschirrtücher. Die Materialien werden von der Kursleitung mitgebracht und sind bereits in den Kursgebühren enthalten.



Samstag, 17. Juni 2023, 10.30 - 13.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
2,5 ZStd.; 30,- € (inkl. Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Y23510 Haan

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 Rhythmusinstrumenten kennenzulernen. Das Spielen von lateinamerikanischen und afrikanischen Rhythmen, die Entwicklung des Rhythmusgefühls und das Kennenlernen der Anschlagtechnik der Trommeln wird den Kurs in 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, 4. März 2023, 11.00 - 14.45 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
5 UStd.; 54,- € inkl. Leihgebühr für die Trommeln (keine Ermäßigung)

Y24001 Haan

Einfach singen! Singkreis für Sangesfreudige

Sylvia Dürnhöfer

Einfach singen! - Ohne Vorkenntnisse, ohne Vorsingen, nur mit Freude an Melodien. Wir singen Volkslieder aus aller Welt, Popsongs, Schlager und Evergreens, mit Klavierbegleitung. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich - wesentlich ist die Freude am gemeinsamen Singen.

12 x mittwochs, 10.35 - 11.40 Uhr
Beginn: 22. Februar 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
13 ZStd.; 78,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y24004 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!

12 x mittwochs, 11.50 - 12.55 Uhr
Beginn: 22. Februar 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
13 ZStd.; 78,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y24005 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.

4 x samstags, 10.00 - 10.45 Uhr
Beginn: 6. Mai 2023
Musikschule Haan, Raum OG 17, Dieker Str. 69, Haan
4 UStd.; 45,- €
Kleingruppen-Angebot: Max. 4 Teilnehmende

Y24120 Haan

4 x samstags, 10.45 - 11.30 Uhr
Beginn: 6. Mai 2023
Musikschule Haan, Raum OG 17, Dieker Str. 69, Haan
4 UStd.; 45,- €
Kleingruppen-Angebot: Max. 4 Teilnehmende

Y24121 Haan



KOCHEN

Bitte beachten Sie folgende Regelungen für den Bereich Kochen: Wer sein Fehlen nicht bis 48 Stunden vor Kursbeginn schriftlich anzeigt, muss auch bei Nichterscheinen die anteiligen Lebensmittelkosten in voller Höhe entrichten, da die Einkäufe zu diesem Zeitpunkt in der Regel bereits getätigt worden sind. Die Kosten werden mit der Kursgebühr abgebucht oder müssen angewiesen werden. Die Kursleitungen reichen der VHS Hilden-Haan 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 anhaltenden dynamischen und schwer zu prognostizierenden Preisentwicklung für Lebensmittel ist es möglich, dass die in den Ausschreibungstexten genannte Lebensmittelumlage zum Kurszeitpunkt angepasst werden muss. Wir bitten hier um Ihr Verständnis. 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.

Orientalische Küche

Sameh Fares



Falafel aus Aleppo, Hummus aus Palästina, Manti aus der Türkei, Msabbaha aus Israel, Tabbouleh aus Libanon und Künefe aus Jordanien. Das ist alles nur ein kleiner Teil der bunten orientalischen Küche. Lassen Sie uns zusammen die orientalische Küche entdecken und Rezepte aus der Region nachkochen.

Die anteiligen Lebensmittelkosten von ca. 15,- € je Teilnehmer werden am Kursabend bei der Kursleitung bezahlt.

Bitte bringen Sie ein Küchenmesser, Geschirrtücher, eine Schürze und Gefäße für eventuell übriggebliebene Speisen mit.

Samstag, 11. März 2023, 17.00 - 21.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
4 ZStd.; 28,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31000 Hilden

Freitag, 5. Mai 2023, 17.30 - 21.30 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
4 ZStd.; 28,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31001 Hilden

Schwindelbraten, Bescheißerle und Falscher Hase

Wir kochen ein Low-Budget-Ostermenü

Peter Kannemann



Es muss nicht immer Lammkarree sein, wir kochen ein besonderes Ostermenü aus bodenständigen, frischen Zutaten die für jedermann erschwinglich sind.

Die anteiligen Lebensmittelkosten von ca. 8,- € je Teilnehmer werden am Kursabend bei der Kursleitung bezahlt.

Bitte bringen Sie ein Küchenmesser, Geschirrtücher, eine Schürze und Gefäße für eventuell übriggebliebene Speisen mit.

Samstag, 1. April 2023, 16.00 - 20.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
4 ZStd.; 28,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31002 Hilden

Hülsenfruchtrezepte modern kreiert

Angelika Tamse



Beluga- Pardina- und rote Linsen - die Vielfalt an Hülsenfrüchten ist groß. In diesem Kurs widmen wir uns einigen ausgewählten Hülsenfrüchten und bereiten diese abwechslungsreich zu. Gemeinsam kochen wir moderne kreative aber auch bekannte Speisen und werden so manch kulinarischen Ausflug in die Kochtöpfe dieser Welt unternehmen. Freuen Sie sich auf aromatische Genüsse und ein Feuerwerk der Gewürze. Frisch Gebackene Teigwaren und ein süßes Dessert runden die kreierten Gerichte zu einem Menü ab. Damit das Nachkochen auch zu Hause gelingt, erhalten Sie Anregungen zur bekömmlichen Zubereitung, eine kleine Warenkunde zu den verwendeten Früchten und ein Rezeptheftchen zum Mitnehmen.

Die anteiligen Lebensmittelkosten von ca. 14,- € je Teilnehmer werden am Kursabend bei der Kursleitung bezahlt.

Bitte bringen Sie ein Küchenmesser, Geschirrtücher, eine Schürze und Gefäße für eventuell übriggebliebene Speisen mit.

Sonntag, 19. März 2023, 17.00 - 20.45 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
5 UStd.; 28,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31003 Hilden

Fischfilet- vielfältig und gesund

Angelika Tamse



Fisch ist einfach und schnell zuzubereiten, dabei ist er wunderbar variabel zu kombinieren und auch noch gesund. Auf den Punkt gebraten, überbacken oder auf einem Gemüsebett gar gezogen ist Fisch ein kulinarisches Erlebnis. Lassen Sie sich als Anfänger in der Fischzubereitung begeistern oder als erfahrener Fischkoch neu inspirieren. Wie wäre es mit Fischfrikadellen zu Bulgursalat oder Fischfilet mit Süßkartoffeln kombiniert? Eine Süße Leckerei rundet das Menü ab. Um die gekochten Köstlichkeiten richtig in Szene zu setzen, gestalten wir eine maritime Tischdekoration. Es gibt Tipps zum Fisch-einkauf und zur Aufbewahrung. Sie erhalten ein Rezeptheftchen zum Mitnehmen.

Die anteiligen Lebensmittelkosten von ca. 16,- € je Teilnehmer werden am Kursabend bei der Kursleitung bezahlt.

Bitte bringen Sie ein Küchenmesser, Geschirrtücher, eine Schürze und Gefäße für eventuell übriggebliebene Speisen mit.

Dienstag, 4. April 2023, 17.00 - 20.45 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
5 UStd.; 28,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31004 Hilden

Beliebte Kräuter- Rezepte, Tischdeko & Tipps

Angelika Tamse



Basilikum, Oregano, Petersilie, Thymian und so manch anderes Kraut verfeinern unser Essen perfekt. In diesem Kochkurs wird die



grüne Vielfalt zum Hauptdarsteller und gibt dem Gericht erst das Aroma. Gemeinsam kochen wir beispielsweise selbstgemachte Ravioli mit Bärlauch, Lachs mit Dill verfeinert und italienische Kräuterhähnchen. Um die gekochten Köstlichkeiten richtig in Szene zu setzen, gestalten wir die Tischdekoration mit frischen Kräutern. Es gibt Tipps zur Haltung der Kräuterpflanzen, Aufbewahrung und Verwendung. Damit das Nachkochen auch zu Hause gelingt, erhalten Sie ein Rezeptheftchen zum Mitnehmen.

Die anteiligen Lebensmittelkosten von ca. 14,- € je Teilnehmer werden am Kursabend bei der Kursleitung bezahlt. Bitte bringen Sie ein Küchenmesser, Geschirrtücher, eine Schürze und Gefäße für eventuell übriggebliebene Speisen mit.

Donnerstag, 13. April 2023, 17.00 - 20.45 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
5 UStd.; 28,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31005 Hilden

Vegetarische orientalische Köstlichkeiten



Angelika Tamse

Gemeinsam versetzen wir uns kulinarisch in ein Märchen aus Tausend und einer Nacht und bereiten orientalische Köstlichkeiten zu. Essen und Geselligkeit gehören im Orient untrennbar zusammen und werden dort geradezu zelebriert. Die orientalische Küche bietet eine Vielfalt pikanter Suppen, frischer Salate, delikater Vorspeisen, wohlschmeckender Hauptgerichte und außergewöhnlicher Desserts. Wir werden mit typischen Zutaten wie Kreuzkümmel, Zitrone, Pinienkerne, Minze, Paprikamark und Tahin (Sesampaste) kochen. Alle Zutaten sind in Deutschland leicht zu erhalten, die einfachen und aromatischen Rezepte laden zum wiederholten Kochen und Backen ein. Sie erhalten ein für den Kurs erstelltes Rezeptheftchen.

Die anteiligen Lebensmittelkosten von ca. 14,- € je Teilnehmer werden am Kursabend bei der Kursleitung bezahlt.

Bitte bringen Sie ein Küchenmesser, Geschirrtücher, eine Schürze und Gefäße für eventuell übriggebliebene Speisen mit.

Samstag, 29. April 2023, 17.00 - 20.45 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
5 UStd.; 28,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31006 Hilden

Menüs: beeindruckend lecker und simpel



Angelika Tamse

In vier Kleingruppen kreieren Sie jeweils ein besonderes Menü, das mit seiner simplen Zubereitung und seinem außergewöhnlichen Geschmackserlebnis punktet (1x Fisch, 1x Fleisch, 2x Vegetarisch). Gemeinsam genießen Sie alle appetitlich angerichteten Speisen. Lassen Sie sich überraschen und entdecken vielleicht neue Lieblingsrezepte für sich! Sie müssen keine besonderen Kocherfahrungen mitbringen, alle Rezepte sind detailliert beschrieben und werden besprochen. Vorspeise, Hauptgericht und Dessert lassen sich für Candle Light Dinner, Kochen mit Freunden oder andere festliche Anlässe wunderbar zu neuen Menüs arrangieren. Damit das Nachkochen auch zu Hause gelingt, erhalten Sie ein Rezeptheftchen zum Mitnehmen.

Die anteiligen Lebensmittelkosten von ca. 16,- € je Teilnehmer werden am Kursabend bei der Kursleitung bezahlt.

Bitte bringen Sie ein Küchenmesser, Geschirrtücher, eine Schürze und Gefäße für eventuell übriggebliebene Speisen mit.

Samstag, 6. Mai 2023, 17.00 - 20.45 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
5 UStd.; 28,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31007 Hilden

Genuss, Gemeinschaft & Geplauder



Angelika Tamse

Gemeinschaft und Selbsthergestelltes machen uns Menschen bekanntlich glücklich und zufrieden. Dieser Kurs steht für eine gemütliche Atmosphäre und Raum zum Austausch genauso wie für gemeinschaftliches Kochen und Backen. In diesem Sinne werden Sie in kleinen Teams die Kochinseln besetzen und abwechslungsreiche Köstlichkeiten herstellen, die anschließend beim geselligen Beisammensein genossen werden. Anfänger und erfahrene Hobbyköche sind gleichermaßen herzlich willkommen. Bei der Auswahl der Rezepte wird auf die Verwendung frischer und saisonaler Lebensmittel viel Wert gelegt. Neben verfeinerten bekannten Gerichten und trendigen Rezepten kochen Sie auch ausgewählte Speisen aus fernen Ländern und können sich von neuen Rezepten und Zutaten inspirieren lassen. Für noch mehr Gemütlichkeit steht Ihnen allabendlich eine kleine Teebar zur Verfügung und wir hübschen zusammen die Tische auf. Materialien und Anregungen für die Dekoration bringt die Kursleiterin mit.

Die anteiligen Lebensmittelkosten von ca. 13,- € pro Kursabend werden direkt bei der Kursleitung bezahlt.

Bitte bringen Sie ein Küchenmesser, Geschirrtücher, eine Schürze und Gefäße für eventuell übriggebliebene Speisen mit.

8 x freitags, 18.00 - 21.45 Uhr
Beginn: 3. März 2023
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
40 UStd.; 149,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31060 Hilden

JungeVHS einfach vegan

Kochkurs für Anfänger*innen und Küchenmuffel



12 bis 15 Jahre

Joy Reißner

Extravagante Zutaten und stundenlanges hinter dem Herd stehen? Nicht in diesem Kochkurs! Gemeinsam lernen wir die Basics der schnellen, günstigen veganen Küche kennen, probieren verschiedene Rezepte aus und lassen das Wochenende bei einem lockeren, gemeinsamen Essen ausklingen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich und jede*r ist herzlich willkommen!

Die anteiligen Kosten für die Lebensmittel (ca. 15 Euro pro Person) werden bei der Kursleiterin bezahlt. Bitte bringt mit: eure eigene Flasche Wasser, eine Schürze, dein Lieblingsküchenmesser, drei Geschirrtücher und Gefäße für etwaige Lebensmittelreste!



Samstag, 4. März 2023 und Sonntag, 5. März 2023, jeweils
16.00 - 19.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
8 UStd.; 35,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31150 Hilden

Samstag, 10. Juni 2023 und Sonntag, 11. Juni 2023, jeweils
16.00 - 19.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
8 UStd.; 35,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31151 Hilden

Low-Budget-Kochkurs in den Sommerferien

Peter Kannemann

Schmackhafte Gerichte für den kleinen Geldbeutel, Tipps und Tricks beim Umgang mit Gewürzen, abwechslungsreiche Küche aus Grundzutaten und Appetitliches aus Übriggebliebenen. Die anteiligen Kosten für Lebensmittel und Getränke (ca. 8 € pro Person pro Kursabend) werden beim Kursleiter direkt bezahlt. Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, Ihr Lieblingsküchenmesser, drei Geschirrtücher und Gefäße für etwaige Lebensmittelreste.

5 x mittwochs, 18.00 - 21.30 Uhr
Beginn: 28. Juni 2023

Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
17,5 ZStd.; 99,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31165 Hilden

Die Kartoffel - eine tolle Knolle

Wolfgang Koll

Als Multitalent ist die Kartoffel 'schlank', preiswert, gesund und einfach lecker. Sie passt sich in vielen Varianten gerne an zu Fisch, Fleisch, Geflügel, auch solo, ebenso vegetarisch. Wir werden im Kurs auf einen kulinarischen Entdeckungskurs rund um die Kartoffel gehen, der einige Überraschungen parat hält. Sprechen Sie mit Ihrem Gaumen und seien Sie herzlich willkommen. Die anteiligen Kosten für Lebensmittel und Getränke (ca. 15 bis 20 EUR pro Person pro Kursabend) werden beim Kursleiter direkt bezahlt. Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, Ihr Lieblingsküchenmesser, drei Geschirrtücher und Gefäße für etwaige Lebensmittelreste.

6 x dienstags, 18.00 - 21.00 Uhr
Beginn: 31. Januar 2023

Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
18 ZStd.; 97,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31200 Hilden

6 x dienstags, 18.00 - 21.00 Uhr
Beginn: 18. April 2023

Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
18 ZStd.; 97,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31201 Hilden

Nudeln, Pasta & Co

Wolfgang Koll

Die Nudel ist ein echtes Multi-Talent. Egal ob spindeldürr, kurz, lang, gedreht, flach, gewellt, gefüllt - sie weiß immer zu begeistern. Manchmal kommt sie sogar als ABC'ler daher. Sie ist eine Meisterin der Anziehungskraft. So passen Fisch, Meeresfrüchte, Fleisch, Geflügel, Gemüse und Salat wunderbar zu ihr. Sie liebt Pilze, Soßen aller Art und sie mag's auch feurig. Als Solistin ist sie gnadenlos gut für die Vegetarier*innen unter uns. Lasst sie uns entdecken, die Nudel, egal ob als raffinierte Salat-Variante oder im asiatischen Glasnudel-salat, als Lasagne, Spaghetti-Klassiker, im Auflauf, gefüllt und vieles mehr....die Entdeckungsreise kann beginnen.

Die anteiligen Kosten für die Lebensmittel und Getränke (ca. 15 bis 20 EUR pro Person pro Kursabend) werden beim Kursleiter direkt bezahlt. Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, Ihr Lieblingsküchenmesser, drei Geschirrtücher und Gefäße für etwaige Lebensmittelreste.

6 x donnerstags, 18.00 - 21.00 Uhr
Beginn: 2. Februar 2023

Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
18 ZStd.; 97,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31202 Hilden

6 x donnerstags, 18.00 - 21.00 Uhr
Beginn: 20. April 2023

Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
18 ZStd.; 97,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31203 Hilden

La Cucina Vegetariana Italiana

Regine Steinfert

Der Verzicht auf Fleisch fällt vielen immer leichter und die italienische Küche ist immer heiß geliebt. Lassen Sie sich von neuen vegetarischen, italienischen Rezepten inspirieren. Wir verwenden frisches, saisonales Gemüse, aber auch verschiedene Sorten Käse und zaubern uns daraus kalte und warme Köstlichkeiten. Ein fruchtiges Dessert wird natürlich nicht fehlen.

Die anteiligen Kosten für die Lebensmittel (ca. 15 Euro pro Person) werden bei der Kursleiterin bezahlt. Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, Ihr Lieblingsküchenmesser, drei Geschirrtücher und Gefäße für etwaige Lebensmittelreste!

Montag, 20. März 2023, 17.45 - 21.30 Uhr

Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
5 UStd.; 29,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31206 Hilden

Kimchi selber machen

in Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Michael Bonke

Ein gewöhnlicher Chinakohl lässt sich mit nur wenigen Zutaten - alle vegan - und mit wenig Zeitaufwand in eine feurige Delikatesse verwandeln. Kimchi wurde bereits vor 3000 Jahren hergestellt und



ist heute noch das Nationalgericht Koreas. Fermentierte Produkte sind nicht nur länger haltbar und lecker, sondern auch besonders bekömmlich, da im Fermentierungsprozess eine Vielzahl von Nährstoffen entsteht und schwer verdauliche Inhaltsstoffe abgebaut werden. Fermentiertes Gemüse enthält lebende Milchsäurebakterien, die uns dabei helfen, unsere Darmflora immer wieder zu ergänzen. Kimchi ist sicher eines der am besten wissenschaftlich untersuchten Lebensmittel der Welt. In Korea gibt es sogar eine Kimchi-Universität. Jede Familie pflegt ihr eigenes Rezept von beliebiger Komplexität. In unserem Workshop lernen wir dagegen eine besonders einfache Version kennen, die sich über Jahre bewährt hat. In den Gebühren sind alle Bio-Zutaten sowie ein Weckglas enthalten.

Donnerstag, 2. Februar 2023, 18.30 - 20.00 Uhr
Gemeindezentrum Erlöserkirche, St. Konrad-Allee 76/Ecke
Kölner Straße, Hilden
124,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31208 Hilden

Männer an den Herd!

Männerkochkurs

Wolfgang Koll



Lassen Sie uns die Löffel schwingen und die Messer wetzen! Wir wollen uns gemeinsam den Küchen der Welt in all ihrer Vielfalt nähern. Selbstverständlich gehören hierzu auch die Getränke - in Theorie und Praxis. In ungezwungener Atmosphäre bereiten wir einfache bis maximal mittelschwere Gerichte zu, die zu Hause leicht nachgekocht werden können. Alle Abende werden selbstverständlich von den passenden Getränken begleitet! Die anteiligen Kosten für die Lebensmittel (ca. 15 bis 20 Euro pro Person pro Kursabend) werden beim Kursleiter direkt bezahlt. Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, Ihr Lieblingsküchenmesser, drei Geschirrtücher und Gefäße für etwaige Lebensmittelreste.

Mittwoch, 01.02.2023, 15.02.2023, 01.03.2023, 15.03.2023,
29.03.2023, 26.04.2023, 10.05.2023, 24.05.2023,
jeweils 18.00 - 21.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
24 ZStd.; 125,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31209 Hilden

Kochgruppe für Männer über 50

Wir sind Männer, die Lust am Kochen haben, schon immer mal an den Herd wollten, was lernen und mal unter uns sein wollen, tolle oder auch mal weniger tolle Ideen haben, Freude am Ausprobieren haben....und treffen uns dazu in etwa dreiwöchigem Rhythmus in der VHS-Küche. Jeweils zwei aus der Gruppe organisieren einen Abend. Sie schlagen Rezepte vor, kaufen ein und legen die Lebensmittelkosten auf die Teilnehmer um.

Mittwoch, 08.02.2023, 22.02.2023, 08.03.2023, 22.03.2023,
19.04.2023, 03.05.2023, 17.05.2023, 31.05.2023,
jeweils 17.00 - 20.45 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
30 ZStd.; 44,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31210 Hilden

Italienische Küche von A - Z

Suppen, Pasta, Fleisch- und Fischgerichte

Rita Caputo

Bitte bringen Sie mit: ein gutes Messer, 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: 8. März 2023
Küche im Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
Zufahrt über Wiesengrundstraße
16 UStd.; 57,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31403 Haan

4 x donnerstags, 18.30 - 21.30 Uhr
Beginn: 9. März 2023
Küche im Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
Zufahrt über Wiesengrundstraße
16 UStd.; 57,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31404 Haan

4 x mittwochs, 18.30 - 21.30 Uhr
Beginn: 19. April 2023
Küche im Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
Zufahrt über Wiesengrundstraße
16 UStd.; 57,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31405 Haan

4 x donnerstags, 18.30 - 21.30 Uhr
Beginn: 20. April 2023
Küche im Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
Zufahrt über Wiesengrundstraße
16 UStd.; 57,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Y31406 Haan

Internationale Küche - Kochen für Frauen aus allen Nationen

in Kooperation mit der Gleichstellungsstelle der Stadt Hilden



Kirsten Max

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. Die Lebensmittelkosten werden anteilig umgelegt und mit der Kursleiterin abgerechnet. Bitte zum Kochen eine Schürze und zwei Geschirrtücher mitbringen.

Anmeldung nur über die Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Hilden möglich (Tel. 02103 72122 oder gleichstellung@hilden.de).

Montag, 30.01.2023 , 27.03.2023 , 19.06.2023
jeweils 17.00 - 21.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
12 ZStd.; 4,- € (Nutzungspauschale zzgl. Lebensmittelkosten)

Y31410 Hilden

Politisches Kochen für Frauen

in Kooperation mit der Gleichstellungsstelle der Stadt Hilden / Internationaler Frauentreff

Kirsten Max

Wo und wie kommen wir in direkten Kontakt mit Politiker*innen? Wie können wir uns politisch engagieren? Aus welchen Gründen werden Entscheidungen so und nicht anders getroffen? Diese und viele andere Fragen können beim politischen Kochen in entspannter Atmosphäre erörtert werden. Jeweils zwei Repräsentant*innen der Hildener Kommunalpolitik werden zum Mitkochen eingeladen und stellen sich den Fragen der Teilnehmerinnen. Wer, das erfahren Sie kurz vorher auf der Internetseite der VHS Hilden-Haan. Jede Kursteilnehmerin wird die Gelegenheit haben, mindestens eine Frage während des gemeinsamen Kochens und Essens zu stellen: frauenpolitische Fragen, Fragen zu unserer Kommunalpolitik, zu parteipolitischen Standpunkten oder einfach persönliche bzw. ganz allgemeine Fragen. Ziel ist es, in den direkten Austausch zu kommen und sich gegenseitig kennenzulernen.

Die Lebensmittelkosten werden anteilig umgelegt und mit der Kursleiterin abgerechnet. Bitte zum Kochen eine Schürze und zwei Geschirrtücher mitbringen.

Anmeldung nur über die Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Hilden möglich (Tel. 02103 72122 oder gleichstellung@hilden.de).

Montag, 27.02.2023
jeweils 17.00 - 21.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
4 ZStd.; gebührenfrei (zzgl. Lebensmittelkosten)

Y31411 Hilden

Montag, 17.04.2023
jeweils 17.00 - 21.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
4 ZStd.; gebührenfrei (zzgl. Lebensmittelkosten)

Y31412 Hilden

Montag, 22.05.2023
jeweils 17.00 - 21.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
4 ZStd.; gebührenfrei (zzgl. Lebensmittelkosten)

Y31413 Hilden

Webinar: Planetary Health Diet Genussvolle, klimafreundliche Ernährung im Alltag



in Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Paula Unland

RESTLOS GLÜCKLICH e. V. - das ist ein wissbegieriges Team, das die neusten gesellschaftlichen und politischen Entwicklungen mit Bezug zu den Themen Lebensmittelverschwendung, Ernährung und Klima mit großem Engagement verfolgt. Mit diesem Online-Vortrag schlägt die Referentin einen spannenden und inspirierenden Bogen: Von den globalen Auswirkungen der Lebensmittelverschwendung über die Situation in Deutschland bis hin zur eigenen Küche oder dem eigenen Betrieb als Ort der Lebensmittelwertschätzung. Die Teilnehmer:innen erhalten Antworten auf die Fragen, wie Lebensmittelverschwendung im Alltag reduziert und eine genussvolle, klimaverträgliche Ernährung einfach umgesetzt werden kann. Die Veranstaltung findet als Zoom-Videokonferenz statt.

Donnerstag, 30. März 2023, 18.00 - 19.00 Uhr
online-Angebot;
1 ZStd.; 25,- €, keine Ermäßigung

Y31500 Hilden

Webinar: Brotal gut

“Was kann ich noch Leckereres aus altem Brot kochen?“



in Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Paula Unland

Die Online Kitchen von RESTLOS GLÜCKLICH e.V. ist ein interaktiver Kochworkshop, in dem die Teilnehmer:innen nicht nur ein leckeres kleines Menü kochen, sondern auch viele spannende und unterhaltsame Informationen zur „Zero Waste Küche“ und dem Prinzip „Leaf to Root“ zur Sprache kommen. Dabei liegen die Schwerpunkte ganz selbstverständlich auf einem wertschätzenden Umgang mit Lebensmitteln sowie einer klimaverträglichen Ernährung. Die Erfahrungen, Tipps und Fragen der Teilnehmenden sind dabei ein wichtiger Bestandteil. Die Rezepte bieten kreative Möglichkeiten, (altes) Brot zu verwerten und enthalten daneben Gemüse und Kräuter. Die Gerichte sind mit einem besonderen Blick auf die Alltagsnähe und einfache Variationsmöglichkeiten ausgewählt. Oft können Lebensmittel genutzt werden, die sowieso gerade im Haushalt zur Verfügung stehen. Es gibt kaum eine bessere Möglichkeit, Lebensmittelwertschätzung sofort in der eigenen Küche zu leben und zu genießen!

Die Veranstaltung findet als Zoom-Videokonferenz statt.



Donnerstag, 2. März 2023, 17.00 - 19.30 Uhr
online-Angebot;
2,5 ZStd.; 35,- €, keine Ermäßigung

Y31501 Hilden

GESUNDHEIT INFORMATIV

Denk mit - Bleib fit! Ein ganzheitliches Gedächtnistraining für fitte Senioren Einsteigerkurs

Astrid Oelmann

Wer rastet, der rostet. Dies gilt nicht nur für die körperliche, sondern auch für die geistige Fitness. Mit vielfältigen Übungen wird in diesem Kurs Ihre Gedächtnisleistung wie z.B. Merkfähigkeit, Konzentration, Denkflexibilität, Wortfindung trainiert. Das gemeinsame Denken in der Gruppe ohne Leistungsdruck ist unterhaltsam, macht Freude und hält fit.

Bitte Schreibzeug mitbringen.

8 x mittwochs, 14.00 - 15.30 Uhr
Beginn: 8. Februar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
16 UStd.; 72,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y32001 Hilden

Denk mit - Bleib fit! Ein ganzheitliches Gedächtnistraining für fitte Senioren Aufbaukurs

Astrid Oelmann

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. Y32001

6 x mittwochs, 14.00 - 15.30 Uhr
Beginn: 10. Mai 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
12 UStd.; 54,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y32002 Hilden

Meine Ruhepausen Entspannen, aber wie?

Anne Grefer

Insbesondere in bewegten Zeiten zwischen Computer, Smartphone und Social Media leben wir je nach individueller Anforderung viel zu oft in ständiger Anspannung, körperlich sowie psychisch. Die natürliche, nötige Balance zwischen Spannung und Entspannung, Arbeit und Freizeit, droht verloren zu gehen. Um psychosomatischen Beschwerden und stressbedingten Erkrankungen vorzubeugen und

neue Lebensenergie tanken zu können, lernen Sie in diesem Kurs verschiedene Entspannungsmethoden und ihre Wirksamkeit kennen. So individuell wie Sie Ihren Alltag gestalten, so individuell können Sie Ihren Weg zur inneren Ruhe finden. Kommen Sie in Ihrer Wohlfühlkleidung.

Montag, 30.01.2023, 13.02.2023, 27.02.2023, 13.03.2023,
27.03.2023, 24.04.2023, 08.05.2023, 22.05.2023,
05.06.2023,
jeweils 17.00 - 18.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
18 UStd.; 86,- € (Keine Ermäßigung)
Anmeldung erforderlich

Y32050 Haan

Endlich wieder schlafen können - Von innerer Unruhe zu Ruhe und Gelassenheit Meditationskurs zur Überwindung von Schlafstörungen

Brigitte Krings

Ausgelöst durch Stress und hohe Anforderungen, die an uns gestellt werden, sind wir häufig nervös, unruhig und angespannt. Probleme des Alltags und ständiges Grübeln verhindern, dass wir abschalten können und zur Ruhe kommen. Die Folge ist, dass wir schwer einschlafen und/oder durchschlafen können und wir am nächsten Tag erschöpft und nicht hinreichend erholt sind.

In diesem Seminar lernen wir mit Hilfe leicht anwendbarer Entspannungs- und Meditationsübungen, wieder zur inneren Ruhe zu finden, die Gedankenkreisläufe zu durchbrechen und dauerhaft ohne Medikamente erholsamen Schlaf finden zu können.

3 x montags, 18.30 - 20.00 Uhr
Beginn: 23. Januar 2023
Nachbarschaftszentrum St. Marien, Meide 2, Hilden
6 UStd.; 48,- €
Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Y32093 Hilden

Tagesseminar zum inneren Kind Das Kind in mir will Heimat finden

Brigitte Krings

Ähnlich einem Baum, der die früheren Stadien seines Wachstums fest im Inneren seines Stamms eingeschlossen hat, existiert auch bei uns Erwachsenen das Kind, das wir einmal waren, in unserem Inneren weiter. Wir werden dieses innere Kind entdecken und ihm Liebe und Wertschätzung geben, sodass es Heimat in uns finden kann. Spirituelle Impulse, Meditationen, kreative Elemente und Musik helfen uns dabei, mit unserem inneren Kind in Berührung zu kommen. So ist es möglich, sich mit der Vergangenheit zu versöhnen und wieder neu Ja sagen zu können zu sich selbst für mehr Lebendigkeit, Freiheit und Lebensfreude.

Bitte bringen Sie einige Fotos aus Ihrer frühen Kindheit (im Alter von drei bis sechs Jahren) mit!



Samstag, 25. Februar 2023, 10.00 - 17.00 Uhr
Nachbarschaftszentrum St. Marien, Meide 2, Hilden
8 UStd.; 64,- €
Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Y32094 Hilden

Tagesseminar zur Resilienz

Seelische Widerstandskraft stärken und innere Ressourcen entdecken

Brigitte Krings

Der Begriff Resilienz stammt vom lateinischen Wort „resilire“ und bedeutet „abprallen“. Es ist die seelische Widerstandskraft, die uns hilft, schwierige Situationen im Leben zu meistern, gestärkt aus ihnen hervorzugehen und Lebensfreude neu zu entfalten. In diesem Seminar lernen wir die sieben Säulen der Resilienz kennen: Optimismus, Akzeptanz, Lösungsorientierung, Selbststeuerung, Verantwortung übernehmen, Beziehungen erfüllt leben, Zukunft gestalten. Dieser Tag ist abwechslungsreich gestaltet mit Impulsen, Gruppenarbeit, lebendigem Austausch, Meditation und kreativen Elementen.

Samstag, 11. März 2023, 10.00 - 17.00 Uhr
Nachbarschaftszentrum St. Marien, Meide 2, Hilden
8 UStd.; 64,- €
Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Y32095 Hilden

GESUNDHEIT ONLINE

Webinar: Genesen ist noch nicht gesund

Effizienz der Rehabilitation bei Post- und Long-Covid

Jördis Frommhold

Seit nunmehr weit über zwei Jahren hat uns die Pandemie bedingt durch Sars Cov 2 fest im Griff. Dank der auf Hochtouren laufenden Forschung war es möglich, sehr schnell potente Impfstoffe zu entwickeln, so dass die berechtigte Hoffnung besteht, in der Zukunft die Covid 19 - Pandemie in die Schranken weisen zu können. Wir erkennen aber zunehmend, dass nicht nur das akute Erkrankungsgeschehen eine Belastungsprobe für das Gesundheitssystem darstellt, sondern dass wir uns einer massiv wachsenden Zahl von Menschen mit Spätfolgen gegenübersehen. Studien gehen von 10 bis 40 Prozent der ungeimpften Infizierten und 3 bis 5 Prozent der Geimpften mit Durchbruchinfektionen aus, die auch nach leichten oder asymptomatischen Akutverläufen langwierige Spätfolgen - Long-Covid - entwickeln. Bei den Betroffenen handelt es sich auch um junge Menschen ohne Vorerkrankungen und um Leistungsträger unserer Gesellschaft. Welche Unterschiede bestehen zwischen Long- und Post-Covid, welche Ursachen kommen dafür in Frage und welche Therapiemöglichkeiten stehen aktuell zur Verfügung? Welche neuen Versorgungsstrukturen brauchen wir, um diesen hunderten Tausenden Erkrankten gerecht zu werden und dauerhafte Erwerbsunfähigkeiten zu vermeiden? Diese Fragen sowie eine gesamtgesellschaftliche Einordnung wird der Vortrag differenziert beleuchten.

Unsere Webinare finden in Kooperation mit der VHS Böblingen-Sindelfingen statt und laufen mit dem Video-Conferencing-System

edudip. edudip funktioniert browserbasiert ohne Download einer Software. Sie benötigen keine Kamera und kein Headset. Den Zugangslink schicken wir Ihnen vor Veranstaltungsbeginn zu.

Donnerstag, 2. März 2023, 19.00 - 20.00 Uhr
online-Angebot;
1 ZStd.; 7,50 € (keine Ermäßigung)

Y32100 Hilden

QIGONG & TAI CHI

Qigong I

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.

14 x mittwochs, 9.00 - 10.30 Uhr
Beginn: 1. Februar 2023
Bürgerhaus Hilden; Mittelstr. 40, Alter Ratssaal, Hilden
28 UStd.; 103,- € (Ermäßigung möglich)

Y32121 Hilden

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.

14 x mittwochs, 10.40 - 12.10 Uhr
 Beginn: 1. Februar 2023
 Bürgerhaus Hilden; Mittelstr. 40, Alter Ratssaal, Hilden
 28 UStd.; 103,- € (Ermäßigung möglich)

Y32122 Hilden

Qi Gong - Gesundheitsform

Carola Müller-Otten

Qi Gong ist ein ganzheitliches Übungssystem, das auf jahrtausendealtes Wissen zurückschaut. Qi Gong dient der äußerlichen und innerlichen Kräftigung, fördert Ruhe, Konzentration, Koordination, Leichtigkeit und Vitalität. Die Übungen des Qi Gong sind gekennzeichnet durch bewusste Ausführung von harmonisch fließenden, sanften und runden Bewegungen im Einklang mit ruhiger und tiefer Atmung. Unser Qi - unsere Lebensenergie - wird harmonisiert. In dem Kurs „Dehnen und Leiten, um die Gesundheit zu schützen“ (kurz: Gesundheitsform) wird ein Bewegungszyklus erlernt, der sich vorbeugend und auch heilend auf die Gesundheit des ganzen Körpers auswirkt. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Bequeme Kleidung ist erforderlich.

12 x dienstags, 19.00 - 20.30 Uhr
 Beginn: 7. Februar 2023
 Gesundheitsamt Hilden, Kirchhofstraße 33, Hilden (rechter Eingang)
 24 UStd.; 125,- € (keine Ermäßigung)

Y32125 Hilden

Qigong

Heike Sabine Nösner

Qigong sind Bewegungsübungen, die die Lebenskraft fördern und sich gleichermaßen auf den Körper, die Seele und den Geist auswirken. Die Übungen werden im Stand ausgeführt und sind ruhig, harmonisch fließend und natürlich. Sie kräftigen den Körper auf sanfte Weise und trainieren die Beweglichkeit, den Gleichgewichtssinn, die Konzentration und hellen die Stimmung auf. Bitte bequeme Bekleidung, Gymnastikschuhe und Matte mitbringen.

12 x montags, 16.30 - 17.45 Uhr
 Beginn: 30. Januar 2023
 Wilhem-Hüls-Schule, Aula, Augustastr. 29, Hilden
 20 UStd.; 76,- € (Ermäßigung möglich)

Y32130 Hilden

Taijiquan

Irmgard Woitas-Ern

Taiji, auch Tai Chi geschrieben, entstammt den traditionellen chinesischen Kampfkünsten, den „Wushu“. Es handelt sich um eine auf festen Regeln basierende Choreographie nach den Prinzipien des Yin und Yang. Morgens vor oder abends nach der Arbeit trifft man sich



in China in Parks oder öffentlichen Plätzen, um gemeinsam diese geschmeidig-fließende, gesundheitsfördernde Bewegungsform zu praktizieren. Dieser Sport kann bis ins hohe Alter ausgeübt werden. Der Kurs ist für Anfänger*innen geeignet. Durchschnittliche Beweglichkeit ist vollkommen ausreichend. Bequeme Kleidung sowie Halbschuhe mit dünnen Sohlen werden empfohlen.

8 x donnerstags, 17.30 - 18.30 Uhr
 Beginn: 2. Februar 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
 8 ZStd.; 64,- €
 Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Y32135 Haan

6 x donnerstags, 17.30 - 18.30 Uhr
 Beginn: 27. April 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
 6 ZStd.; 48,- €
 Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Y32136 Haan

Qigong in Haan - 15 Ausdrucksformen Teil 1 Anfängerkurs



Daniela Kaeffer-Stopka

Du wolltest schon immer mal Qigong kennenlernen? Dann ist dieser Anfängerkurs genau das Richtige für dich. Qi steht für die Lebensenergie, Gong bedeutet Arbeit oder Übung. Qigong ist die Arbeit mit der Lebensenergie bzw. das Lenken und Leiten der Lebensenergie. Mittels Bewegungs-, Atem- und Meditationsübungen sollen Blockaden in den Energieleitbahnen gelöst werden, um das Qi im Körper wieder zum Fließen zu bringen. Als wesentlicher Bestandteil der chinesischen Medizin (TCM) trägt Qigong zum Erhalt und der Wiederherstellung von Gesundheit und Wohlbefinden bei. Regelmäßig praktiziertes Qigong wirkt sich positiv auf die Funktionen von Herz und Kreislauf sowie bei Atemwegsbeschwerden aus. Qigong unterstützt die Stressreduzierung, ist gelenkschonend und körperstärkend. Die Kursteilnehmenden lernen Qigong auszuführen und entwickeln über die bewegte Qigong-Form ihre Selbstwahrnehmung. Körperliche, geistige und seelische Harmonisierung der eigenen Lebensenergie und aktive Entspannung können erlangt werden. Der Kurs ist für alle Altersgruppen geeignet, Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

Zum Kurs bitte bequeme Kleidung, dicke/rutschfeste Socken oder leichte Turnschuhe anziehen und ein großes Handtuch/Decke, bei Bedarf ein Kissen mitbringen.

8 x donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr
 Beginn: 2. Februar 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
 16 UStd.; 76,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y32140 Haan

7 x samstags, 10.30 - 12.00 Uhr
 Beginn: 22. April 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
 14 UStd.; 67,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y32141 Haan



Qigong in Haan - 15 Ausdrucksformen

Teil 2 Aufbaukurs

Daniela Kaefer-Stopka



Du hast bereits den 1. Teil der Qigong - 15 Ausdrucksformen besucht und möchtest mehr über Qigong erfahren? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für dich.

Qi steht für die Lebensenergie, Gong bedeutet Arbeit oder Übung. Qigong ist die Arbeit mit der Lebensenergie bzw. das Lenken und Leiten der Lebensenergie. Mittels Bewegungs-, Atem- und Meditationsübungen sollen Blockaden in den Energieleitbahnen gelöst werden, um das Qi im Körper wieder zum Fließen zu bringen. Als wesentlicher Bestandteil der chinesischen Medizin (TCM) trägt Qigong zum Erhalt und der Wiederherstellung von Gesundheit und Wohlbefinden bei. Regelmäßig praktiziertes Qigong wirkt sich positiv auf die Funktionen von Herz und Kreislauf sowie bei Atemwegsbeschwerden aus. Qigong unterstützt die Stressreduzierung, ist gelenkschonend und körperstärkend.

Die Kursteilnehmenden lernen Qigong auszuführen und entwickeln über die bewegte Qigong-Form ihre Selbstwahrnehmung. Körperliche, geistige und seelische Harmonisierung der eigenen Lebensenergie und aktive Entspannung können erlangt werden.

Der Kurs ist für alle Altersgruppen geeignet. Dieser Kurs baut auf den Anfängerkurs Qigong - 15 Ausdrucksformen - Teil 1 auf. Der Besuch des Vorkurses wird daher empfohlen.

Zum Kurs bitte bequeme Kleidung, dicke/rutschfeste Socken oder leichte Turnschuhe anziehen und ein großes Handtuch/Decke, bei Bedarf ein Kissen mitbringen.

7 x donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr
Beginn: 20. April 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
14 UStd.; 67,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y32143 Haan

YOGA

Kundalini Yoga in Haan

Nelja Ballisoy

Meditative Körperübungen und bewusste Atemführung werden kombiniert, um die Lebensenergie ins Fließen zu bringen. Jede Yogastunde beinhaltet neben dynamischen Körperübungen auch eine Tiefenentspannung und eine Meditation. Die sanften bis herausfordernden Übungen wirken kräftigend, fördern die Beweglichkeit, sind belebend, entspannend und stärken die Atemorgane. Geistige Ruhe und Ausgeglichenheit werden durch die Meditation unterstützt.

Der Kurs eignet sich für Menschen jeden Alters und jeder Konstitution, für Anfänger ebenso wie für Geübte. Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen mit: Übungsmatte (oder Wolldecke), Sitzkissen (oder festes Kissen).

8 x mittwochs, 17.30 - 19.00 Uhr
Beginn: 1. Februar 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
16 UStd.; 77,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y32160 Haan

8 x mittwochs, 17.30 - 19.00 Uhr
Beginn: 19. April 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
16 UStd.; 77,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y32161 Haan

Kundalini Yoga in Hilden

Alexandra Hartwig

Meditative Körperübungen und bewusste Atemführung werden kombiniert, um die Lebensenergie ins Fließen zu bringen. Jede Yogastunde beinhaltet neben dynamischen Körperübungen auch eine Tiefenentspannung und eine Meditation. Die sanften bis herausfordernden Übungen wirken kräftigend, fördern die Beweglichkeit, sind belebend, entspannend und stärken die Atemorgane. Geistige Ruhe und Ausgeglichenheit werden durch die Meditation unterstützt.

Der Kurs eignet sich für Menschen jeden Alters und jeder Konstitution, für Anfänger ebenso wie für Geübte. Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen mit: Übungsmatte (oder Wolldecke), Sitzkissen (oder festes Kissen).

7 x montags, 20.00 - 21.30 Uhr
Beginn: 30. Januar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“, Haus 3
Gerresheimer Str. 20 a, Hilden, 1.OG, Übungsraum
14 UStd.; 75,- € (ermäßigt 38,- €)

Y32163 Hilden

7 x montags, 20.00 - 21.30 Uhr
Beginn: 17. April 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“, Haus 3
Gerresheimer Str. 20 a, Hilden, 1.OG, Übungsraum
14 UStd.; 75,- € (ermäßigt 38,- €)

Y32164 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 Schlafstörungen 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 Allergieanfälligkeit 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.

Kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen eine Isomatte, warme Socken und Decke oder Schlafsack mit.

6 x dienstags, 20.15 - 21.45 Uhr
Beginn: 14. Februar 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
12 UStd.; 57,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y32270 Haan

6 x dienstags, 20.15 - 21.45 Uhr
Beginn: 25. April 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
12 UStd.; 57,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y32271 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.

14 x mittwochs, 20.00 - 21.00 Uhr
Beginn: 1. Februar 2023
Dr. Ellen-Wiederhold-Sporthalle; Gymnastikraum, Am Holterhöfchen 30, Hilden
14 ZStd.; 92,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y33080 Hilden

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 benutzen auch immer mal wieder kleine Handgeräte wie Bälle, Hanteln oder Therabänder. Kommen Sie bitte in bequemer Sportbekleidung und bringen feste Schuhe mit.

Viel Spaß beim gemeinsamen Trainieren!

13 x donnerstags, 11.15 - 12.15 Uhr
Beginn: 2. Februar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Strangmeier-Saal
13 ZStd.; 86,- € (keine Ermäßigung)

Y33081 Hilden

Wunderwerk Fuß

Thomas Bergfeld

Hat Ihnen schon mal jemand gesagt, Sie haben einen Senk-, Spreiz- 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 an 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 Dunkel“. 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, 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, 22. April 2023, 10.30 - 13.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
3 ZStd.; 32,- €
Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Y33087 Haan

Samstag, 22. April 2023, 14.30 - 17.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
3 ZStd.; 32,- €
Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Y33089 Haan

GYMNASTIK & FITNESS

“Body-Fitness“ für Frauen

Heike Dziwisch

In diesem Kurs ist Abwechslung das Programm - Ausdauer - Kräftigung - Dehnen! Wer hier mitmacht darf einen „roten Kopf“ und Schweißbildung nicht fürchten.



Kommen Sie bitte in bequemer sportlicher Kleidung und festen Turnschuhen! Mitzubringen sind: Getränk, Sportmatte und gute Laune.

15 x montags, 17.25 - 18.25 Uhr
 Beginn: 30. Januar 2023
 Dr. Ellen-Wiederhold-Sporthalle; Gymnastikraum, Am Holterhöfchen 30, Hilden
 15 ZStd.; 65,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y33230 Hilden

“Easy-Body-Fitness“ für Frauen

Heike Dziwisch

Fitnessstraining für den gesamten Körper - besonders geeignet für Wiedereinsteigerinnen!

Durch gezieltes Muskeltraining und einfache Schrittkombinationen werden sämtliche Muskeln aktiviert.

Kommen Sie bitte in bequemer sportlicher Kleidung und festen Turnschuhen! Mitzubringen sind: Getränk, Sportmatte und gute Laune.

15 x montags, 18.35 - 19.35 Uhr
 Beginn: 30. Januar 2023
 Dr. Ellen-Wiederhold-Sporthalle; Gymnastikraum, Am Holterhöfchen 30, Hilden
 15 ZStd.; 65,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y33231 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: 2. Februar 2023
 Turnhalle der Don-Bosco-Schule, Thienhausener Str. 24, Haan
 12 ZStd.; 56,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y33232 Haan

Funktionelles Zirkeltraining für alle Fitnesslevel

Drinnen und Draußen

Iris Bollwerk

Das Training in Kreisform ist seit vielen Jahren wieder voll im Trend. Seien Sie dabei und erleben Sie die neue Art des Zirkeltrainings (Functional Circuit Training). Bei dieser Art von Training werden die Muskeln immer im Verbund beansprucht, so wie es auch im Alltag der Fall ist. Deshalb ist das Training insbesondere für Ihre körperliche Gesundheit ideal. Vor jeder Kursstunde werden verschiedene Stationen mit Kleingeräten (Therabänder, Hanteln etc.) aufgebaut. Nach einem gemeinsamen Warm-up trainieren wir an den Stationen im Wechsel sowohl Kraft, Ausdauer, Koordination als auch die

Schnelligkeit. Dieses macht das Training besonders abwechslungsreich. Nach einer bestimmten Zeitdauer tauschen alle die Stationen. Die Wiederholungszahl und das Tempo werden von den Teilnehmenden selbst bestimmt. Es gibt leichtere und schwerere Varianten der Übungen, die zu Beginn vorgeführt werden. Das Training ist daher für (Wieder-) Einsteiger*innen und Fortgeschrittene geeignet. Nach dem Zirkeltraining entspannen wir noch beim gemeinsamen Dehnen. Spaß und Freude stehen bei uns im Vordergrund. Musik begleitet das Training und kann zusätzlich zur Motivation beitragen. Bei geeignetem Wetter kann der Kurs in Absprache mit den Teilnehmenden auch draußen stattfinden. Dadurch können wir zusätzlich noch unser Immunsystem stärken.

Bitte bringen Sie zum Training Turnschuhe, ein Getränk, eine Matte und ein Handtuch mit.

6 x donnerstags, 18.45 - 19.45 Uhr
 Beginn: 2. Februar 2023
 Dr. Ellen-Wiederhold-Sporthalle; Gymnastikraum, Am Holterhöfchen 30, Hilden
 6 ZStd.; 39,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y33233 Hilden

6 x donnerstags, 18.45 - 19.45 Uhr
 Beginn: 20. April 2023
 Dr. Ellen-Wiederhold-Sporthalle; Gymnastikraum, Am Holterhöfchen 30, Hilden
 6 ZStd.; 39,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y33234 Hilden

Feierabend-Workout für Sie und Ihn

Iris Bollwerk



Haben Sie Rückenschmerzen von der Arbeit? Können Sie schlecht „abschalten“? Der ganze Körper tut vom Arbeiten und Sitzen weh? Dieses angebotene, ganzheitliche Training hilft Ihnen vom Alltag „abzuschalten“ und körperlichen Beschwerden vorzubeugen oder zu lindern. Tun Sie Ihrem Körper etwas Gutes und die Gesundheit wird es Ihnen danken. Wir beginnen mit einem Warm-up, in dem wir alle Gelenke mobilisieren und die Muskeln auf das Training vorbereiten. Danach kräftigen wir durch funktionelle Ganzkörperübungen die gesamte Muskulatur. Zusätzliche Cardio-Übungen stärken das Herzkreislauf-System und verbessern die Ausdauer. Zum Abschluss entspannen wir bei Mobilisations- und Stretchingübungen. Vorhandene Kleingeräte und Musik sorgen für ein abwechslungsreiches Training. Der Kurs ist sowohl für (Wieder-) Einsteiger*innen als auch für Fortgeschrittene aller Altersklassen geeignet. Die Fitnesstrainerin passt das Training individuell den Kursteilnehmer*innen an, so dass niemand unter- oder überfordert ist. Der Spaß an der Bewegung steht im Vordergrund. Bitte kommen Sie in Sportkleidung zum Kurs und bringen Sie Turnschuhe, ein Getränk, eine Matte und ein Handtuch mit.

6 x donnerstags, 20.00 - 21.00 Uhr
 Beginn: 20. April 2023
 Dr. Ellen-Wiederhold-Sporthalle; Gymnastikraum, Am Holterhöfchen 30, Hilden
 6 ZStd.; 39,- € (max. 50% Ermäßigung)

Y33235 Hilden



Gymnastik für Senioren

Marlene Altmann

12 x dienstags, 10.00 - 11.00 Uhr
 Beginn: 7. Februar 2023
 Elisabeth-Strub-Haus,
 Prälat-Marschall-Straße 58, Haan
 12 ZStd.; 56,- € (ermäßigbar)

Y33237 Haan

11 x montags, 16.45 - 17.45 Uhr

Beginn: 6. Februar 2023

Gesundheitsamt Hilden, Kirchhofstraße 33, Hilden (rechter Eingang)

11 ZStd.; 89,- € (ermäßigbar 51,50 €)

Y33240 Hilden

KAMPFKUNST

Taekwondo für Einsteigerinnen

Yvonne Clausdorff

Taekwondo ist eine koreanische Kampfkunst, die Kunst der waffenlosen Selbstverteidigung mit diversen Hand- und Fußtechniken. Taekwondo beinhaltet die Elemente, die ein modernes, effektives Training haben sollte: Kraftausdauer, Beweglichkeit, Schnellkraft, Koordination, Kondition, Geschicklichkeit sowie Gleichgewicht/Balance.

Taekwondo ist ein ganzheitliches Training. Es ist ein ausgewogener und vielfältiger Sport, der zu körperlicher Fitness und psychischem Wohlbefinden führen kann. Das Training mit Tritt-Schlagpolstern kann Schüchternheit, Unsicherheit und Lustlosigkeit entgegenwirken. Wer klickt, spürt seine innere Kraft und kann so das Vertrauen in sich SELBST und in die eigene Stärke verbessern. Im Taekwondo besteht der Sinn und Zweck jedoch nicht nur darin, Hand- und Fußtechniken sowie Selbstverteidigung zu trainieren, vielmehr im Fokus steht die Entwicklung einer bestimmten Geisteshaltung, die sich auf alle Bereiche des Lebens auswirken kann. Diese steht gleichberechtigt neben dem rein körperlichen Aspekt. Hier verbindet sich die asiatische Lebensphilosophie mit dem Wunsch nach gesundem Ausgleich zwischen Geist und Körper. Deshalb wird besonderer Wert auf einen ganzheitlichen Unterricht gelegt. Im Do-Jang (Trainingsraum) sollte man nur nach der Do-Lehrmethode trainieren (Vertrauen, Achtung, Geduld, Demut und Liebe).

Ein Einstieg ist unabhängig vom Alter möglich. Kondition und Kraft sollen langsam aufgebaut werden. Trainiert wird barfuß und in bequemer Sportkleidung. Bitte bringen Sie zum Training Ihre eigenen Getränke mit. Parkmöglichkeiten finden Sie in den umliegenden Straßen.

9 x freitags, 16.30 - 17.30 Uhr
 Beginn: 3. Februar 2023
 Sportschule Lee, Verbindungsstr. 27, Hilden
 9 ZStd.; 70,- € (ermäßigbar 39,50 €)

Y33239 Hilden

Taekwondo für Frauen

Aufbaukurs

Yvonne Clausdorff

In diesem Aufbaukurs werden die erlernten Techniken des Grundkurses vertieft, zusätzlich lernen Sie die 1. Poomsae (Bewegungsform). Nach Beendigung dieses Kurses kann die erste Prüfung zum gelben Gürtel (Kup 9) abgelegt werden.



Frauenselbstverteidigung

Mit Sicherheit kein Opfer sein

in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Hilden

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, 25. März 2023, 9.30 - 16.00 Uhr

Sonntag, 26. März 2023, 9.30 - 14.00 Uhr

VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)

14 UStd.; 59,- € (Ermäßigung möglich)

Y33241 Haan

Aufbauworkshop Frauenselbstverteidigung

in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Hilden

Gaby Müller-Richiusa

Dieser Workshop wendet sich an Frauen, die bereits an einem Einstiegskurs (z.B. Y33241) teilgenommen haben. Es werden Selbstverteidigungstechniken wiederholt und vertieft. Dazu können weitere Themen wie Einstieg am Boden, einfaches Fallen und Nutzung alltäglicher Gegenstände mit in den Workshop eingebaut werden, je nach Bedarf.



Sonntag, 16. April 2023, 9.30 - 12.45 Uhr

VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)

4 UStd.; 19,- € (Ermäßigung möglich)

Y33242 Haan

Aikido

In Kooperation mit dem Haaner TV 1863 e.V.





Achim Jäger

Aikido ist eine überwiegend defensive Kampfkunst gegen bewaffnete und unbewaffnete Angreifer. Das klassische Aikido kennt keine Wettkämpfe und lehnt jede Form des aktiven Angriffes ab. Es gibt keine Gewichts- oder Altersklassen und ist für jedes Geschlecht gleichermaßen geeignet.

7 x dienstags, 20.30 - 22.00 Uhr
Beginn: 7. Februar 2023
HTV Turnhalle, Turnstr. 25, Hintereingang
14 UStd.; 59,- € (nicht ermäßigbar)

Y33243 Haan

7 x dienstags, 20.30 - 22.00 Uhr
Beginn: 18. April 2023
HTV Turnhalle, Turnstr. 25, Hintereingang
14 UStd.; 59,- € (nicht ermäßigbar)

Y33244 Haan

3 x samstags, 20.45 - 22.00 Uhr
Beginn: 15. April 2023
Tanzschule Reichelt, Schwanenstraße 1-3, Hilden
5 UStd.; 49,- € p. Pers. (keine Ermäßigung)

Y34008 Hilden

Latein und Standard Gesellschaftstanz für Anfänger

Sven Reichelt

Anmeldung nur paarweise!

3 x samstags, 18.30 - 19.45 Uhr
Beginn: 21. Januar 2023
Tanzschule Reichelt, Schwanenstraße 1-3, Hilden
5 UStd.; 49,- € p. Pers. (keine Ermäßigung)

Y34009 Hilden

TANZ

Discofox-Workshop für Anfänger

Sven Reichelt

Anmeldung nur paarweise!

Samstag, 11. Februar 2023, 18.00 - 20.00 Uhr
Tanzschule Reichelt, Schwanenstraße 1-3, Hilden
2 ZStd.; 24,- € p. Pers. (keine Ermäßigung)

Y34006 Hilden

Linedance Modern/Country

Sven Reichelt

Anmeldung gerne auch einzeln!

3 x samstags, 18.30 - 19.45 Uhr
Beginn: 11. März 2023
Tanzschule Reichelt, Schwanenstraße 1-3, Hilden
5 UStd.; 49,- € p. Pers. (keine Ermäßigung)

Y34007 Hilden

Linedance Modern/Country

Sven Reichelt

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. Y34007

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

Cornelia Schoenwald / Ulrich Schoenwald

Lindy Hop ist Spaß pur! Wer den Anfängerkurs im Januar bereits besucht hat, kann sich hier mit uns einmal im Monat treffen, um Neues zu probieren und Bekanntes zu festigen (der Anfängerkurs wird wieder im Folgesemester angeboten). Bitte bringen Sie saubere Schuhe zum Wechseln mit.

Anmeldung nur paarweise!

Samstag, 25.02.2023, 18.03.2023, 22.04.2023, 13.05.2023,
17.06.2023
jeweils 10.00 - 12.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
10 ZStd.; 77,- € p. Pers. (keine Ermäßigung)

Y34091 Haan

SCHACH

Schach für Einsteiger*innen

Achim Lotzwick



Dieser Kurs wendet sich an Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse, die das Schachspiel erlernen möchten. Das Bauerndiplom des Deutschen Schachbundes bildet die Systematik, mit der wir uns mit den Grundlagen des königlichen Spiels vertraut machen. Nachdem wir uns mit dem Schachbrett beschäftigt haben, lernen wir die Gangart der Figuren kennen. Dann wenden wir uns ersten Spielsituationen zu. Dabei geht es um Angriff, Schachgebot, Schlagen, Decken, und Tauschen. Wir werden Expert*innen im Schachvokabular, wenn uns mit Begriffen wie Freibauer, Umwandlung, Schlagen en passant, Remis und Rochade auskennen. Schließlich vertiefen wir uns sogar in Schachtaktik, wenn wir uns die Springergabel ansehen. Am Ende des Kurs können die Teilnehmer*innen eine regelkonforme Schachpartie spielen und haben ein Verständnis entwickelt, was



alles an Abenteuer in den harmlos aussehenden Figuren auf dem eng umgrenzten Schachbrett steckt.

Wer möchte, kann die 45-minütige Prüfung zum Bauern-Diplom des Deutschen Schachbundes ablegen. Die Bearbeitungsgebühr des Deutschen Schachbund e.V. ist separat zu zahlen.

Montag, 30.01.2023 , 06.02.2023 , 13.02.2023 , 27.02.2023 ,
06.03.2023 , 13.03.2023 , 20.03.2023 , 27.03.2023
jeweils 19.30 - 21.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
16 UStd.; 89,- €
Kleingruppenangebot: Max. 10 Teilnehmende

Y35000 Hilden

Schach für Fortgeschrittene

Achim Lotzwick



In diesem Kursus können regelkundige Anfänger*innen ihre Grundkenntnisse des Schachspiels weiterentwickeln. Wir greifen dabei die Themen auf, die der Deutsche Schachbund in seinem Programm „Schach für Fortgeschrittene - das Turmdiplom“ strukturiert hat. Wir beschäftigen uns mit taktischen Motiven und Mattbildern und lernen dabei, wie die Figuren zusammenwirken und auf diese Weise Dynamik auf dem Schachbrett entfalten. Nachdem wir uns die Grundsätze der Eröffnungsbehandlung angesehen haben, können wir eine Schachpartie mit durchdachten und planvollen Zügen beginnen. Ein Blick auf Mittel- und Endspiel vermittelt uns Ideen für die Fortführung einer Schachpartie über die Eröffnung hinaus.

Am Ende des Kursus beherrschen die Teilnehmer*innen die wichtigsten Elemente des Schachspiels auf fortgeschrittenem Niveau. Wer möchte, kann die 45-minütige Prüfung zum Turm-Diplom des Deutschen Schachbundes ablegen. Die Bearbeitungsgebühr des Deutschen Schachbund e.V. ist separat zu zahlen.

Montag, 17.04.2023 , 24.04.2023 , 08.05.2023 , 15.05.2023 ,
22.05.2023 , 05.06.2023 , 12.06.2023 , 19.06.2023
jeweils 19.30 - 21.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
16 UStd.; 89,- €
Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Y35001 Hilden



FACHBEREICH 4

Deutsch und Fremdsprachen

Nutzen Sie auch die Möglichkeit, in unsere Kurse hinein zu schnuppern! (nähere Details in den AGBs)



Ihre Ansprechpartnerin:

Vanessa Gersonde-Löcher

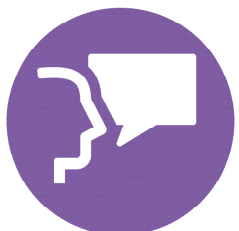
Telefon: 02103-50 05 43

E-Mail: gersonde-loecher@vhs-hilden-haan.de

VHS-Haus „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.07

Einen persönlichen Gesprächstermin vereinbaren Sie am besten telefonisch oder per Email!

Wenn im Einzelfall nicht anders angegeben, gilt für alle Sprachkurse eine Mindestteilnehmerzahl von 11 und eine Höchstteilnehmerzahl von 20 Personen.



© Marcel Schauer / Fotolia.com

In der Welt zuhause

Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Die herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens.

Wie keine andere Bildungseinrichtung unterstützen die Volkshochschulen die Menschen in Europa dabei, das sprachpolitische Ziel „Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas zu fördern.

Fremdsprachen sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biographie geworden. Sprachkompetenz ermöglicht es den Menschen, ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben. Sprachkurse vermitteln ein interkulturelles Grundverständnis und fördern die Offenheit für andere Kulturen. Sprachkenntnisse gelten als Schlüssel der Integration. Sie sind notwendige Bedingung für die Eingliederung in Schule, Ausbildung, Beruf und Gesellschaft. Integration zu fördern ist ein zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der Volkshochschule.



ERSTBERATUNG FÜR DEUTSCHKURSE

Erstberatung für Deutschkurse

Unsere Infotheke im Foyer des Weiterbildungszentrums Hilden ist montags bis mittwochs 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 Beratung nach Hilden.

montags bis mittwochs, jeweils 9.00 - 12.00 Uhr und donnerstags, 14.00 - 18.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Foyer

Y40000 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 Abschlusstest „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 2,29 € 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 Y40000).

DEUTSCH INTEGRATIONSKURSE AM VORMITTAG

Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Margarete Mathias-Ehrhardt / Diana Matijaca-Papdi
Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Grundstufe 1 - Modul 1 - A1.1 (Y41111)
23. Januar 2023 bis 10. März 2023

Grundstufe 2 - Modul 2 - A1.2 (Y41122)
13. März 2023 bis 5. Mai 2023

Grundstufe 3 - Modul 3 - A2.1 (Y41133)
8. Mai 2023 bis 22. Juni 2023

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (Z41141)
9. August 2023 bis 20. September 2023

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (Z41152)
21. September 2023 bis 16. November 2023

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (Z41163)
20. November 2023 bis 18. Januar 2024

Orientierungskurs - Modul 7 (A41171)
22. Januar 2024 bis 6. März 2024

montags, dienstags, donnerstags, freitags, 9.00 - 12.15 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
voraussichtlich Januar 2024

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich März 2024



Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Diana Matijaca-Papdi / Alicja Fuchsi
Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Grundstufe 1 - Modul 1 - A1.1 (Y41112)
13. März 2023 bis 5. Mai 2023

Grundstufe 2 - Modul 2 - A1.2 (Y41123)
8. Mai 2023 bis 22. Juni 2023

Grundstufe 3 - Modul 3 - A2.1 (Z41131)
9. August 2023 bis 20. September 2023

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (Z41142)
25. September 2023 bis 21. November 2023

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (Z41153)
22. November 2023 bis 18. Januar 2024

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (A41161)
22. Januar 2024 bis 6. März 2024

Orientierungskurs - Modul 7 (A41172)
11. März 2024 bis 8. Mai 2024

montags, dienstags, donnerstags, freitags, 9.00 - 12.15 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
voraussichtlich März 2024

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich April 2024

Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Alicja Fuchs / Nadia Franciscy
Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Grundstufe 1 - Modul 1 - A1.1 (Y41113)
8. Mai 2023 bis 22. Juni 2023

Grundstufe 2 - Modul 2 - A1.2 (Z41121)
9. August 2023 bis 20. September 2023

Grundstufe 3 - Modul 3 - A2.1 (Z41132)
25. September 2023 bis 21. November 2023

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (Z41143)
22. November 2023 bis 18. Januar 2024

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (A41151)
22. Januar 2024 bis 6. März 2024

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (A41162)
11. März 2024 bis 8. Mai 2024

Orientierungskurs - Modul 7 (A41173)
13. Mai 2024 bis 27. Juni 2024

montags, dienstags, donnerstags, freitags, 9.00 - 12.15 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
voraussichtlich April 2024

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich Juni 2024



Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Tatevik Tokatlyan-D'Ambrosio / Margarete Mathias-Ehrhardt
Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Grundstufe 2 - Modul 2 - A1.2 (Y41121)
25. Januar 2023 bis 9. März 2023

Grundstufe 3 - Modul 3 - A2.1 (Y41132)
13. März 2023 bis 5. Mai 2023

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (Y41143)
8. Mai 2023 bis 22. Juni 2023

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (Z41151)
9. August 2023 bis 20. September 2023

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (Z41162)
25. September 2023 bis 21. November 2023

Orientierungskurs - Modul 7 (Z41173)
22. November 2023 bis 18. Januar 2024

jeweils montags bis donnerstags, 9.00 - 12.15 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
voraussichtlich November 2023

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich Januar 2024

Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Ursula Kerkhoff / Dzamila Bernardi
Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (Y41141)
25. Januar 2023 bis 9. März 2023

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (Y41152)
13. März 2023 bis 5. Mai 2023

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (Y41163)
8. Mai 2023 bis 22. Juni 2023

Orientierungskurs - Modul 7 (Z41171)
9. August 2023 bis 20. September 2023

jeweils montags bis donnerstags, 9.00 - 12.15 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
23. Juni 2023 (Y41541)

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich September 2023

Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Tibimar Parisi-Ulke / David Bichert
Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Grundstufe 3 - Modul 3 - A2.1 (Y41131)
25. Januar 2023 bis 9. März 2023

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (Y41142)
13. März 2023 bis 5. Mai 2023

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (Y41153)
8. Mai 2023 bis 22. Juni 2023

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (Z41161)
9. August 2023 bis 20. September 2023

Orientierungskurs - Modul 7 (Z41172)
25. September 2023 bis 21. November 2023

jeweils montags bis donnerstags, 9.00 - 12.15 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
voraussichtlich September 2023

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich November 2023

Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Karin Horn / Sümeyye Shoshan
Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (Y41151)
30. Januar 2023 bis 17. März 2023

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (Y41162)
20. März 2023 bis 17. Mai 2023

Orientierungskurs - Modul 7 (Y41173)
22. Mai 2023 bis 18. August 2023

jeweils montags, mittwochs bis freitags, 9.00 - 12.15 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
27. Mai 2023 (Y41532)

Test Leben in Deutschland:
19. August 2023 (Z41180)



Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Alicja Fuchs / Nadia Franciscy
Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (Y41161)
25. Januar 2023 bis 9. März 2023

Orientierungskurs - Modul 7 (Y41172)
13. März 2023 bis 4. Mai 2023

jeweils montags bis donnerstags, 9.00 - 12.15 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
11. März 2023 (Y41512)

Test Leben in Deutschland:
5. Mai 2023 (Y41182)

Integrationskurs am Nachmittag in Hilden

Dzamilia Bernardi / Sümeyye Shoshan
Lehrmaterial wird bekannt gegeben.

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (Y41451)
25. Januar 2023 bis 9. März 2023

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (Y41462)
13. März 2023 bis 4. Mai 2023

Orientierungskurs - Modul 7 (Y41473)
8. Mai 2023 bis 22. Juni 2023

jeweils dienstags bis freitags, 13.00 - 16.15 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
12. Mai 2023 (Y41521)

Test Leben in Deutschland:
23. Juni 2023 (Y41483)

Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Diana Matijaca-Papdi / Alicja Fuchs
Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Orientierungskurs - Modul 7 (Y41171)
25. Januar 2023 bis 9. März 2023

jeweils montags bis donnerstags, 9.00 - 12.15 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfung:
Test Leben in Deutschland:
10. März 2023 (Y41181)

DEUTSCH INTEGRATIONSKURSE AM ABEND

Integrationskurs am Abend in Hilden

Diana Matijaca Papdi / Gizem Akbulut
Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Grundstufe 2 - Modul 2 - A1.2 (Y41021)
25. Januar 2023 bis 9. März 2023

Grundstufe 3 - Modul 3 - A2.1 (Y41032)
13. März 2023 bis 5. Mai 2023

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (Y41043)
8. Mai 2023 bis 22. Juni 2023

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (Z41051)
9. August 2023 bis 20. September 2023

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (Z41062)
25. September 2023 bis 21. November 2023

Orientierungskurs - Modul 7 (Z41073)
22. November 2023 bis 18. Januar 2024

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 November 2023

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich Januar 2024

DEUTSCH INTEGRATIONSKURSE AM NACHMITTAG



Integrationskurs am Abend in Hilden

Gizem Akbulut / Dzamila Bernardi
Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (Y41041)
25. Januar 2023 bis 9. März 2023

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (Y41052)
13. März 2023 bis 5. Mai 2023

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (Y41063)
8. Mai 2023 bis 22. Juni 2023

Orientierungskurs - Modul 7 (Z41071)
9. August 2023 bis 20. September 2023

jeweils montags bis donnerstags, 17.30 - 20.45 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
24. Juni 2023 (Y41542)

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich September 2023

Integrationskurs am Abend in Hilden

David Bichert / Ursula Kerkhoff
Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (Y41051)
25. Januar 2023 bis 9. März 2023

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (Y41062)
13. März 2023 bis 5. Mai 2023

Orientierungskurs - Modul 7 (Y41073)
8. Mai 2023 bis 22. Juni 2023

jeweils montags bis donnerstags, 17.30 - 20.45 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
Persönliche Anmeldung erforderlich

Prüfungen:
Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
13. Mai 2023 (Y41522)

Test Leben in Deutschland:
24. Juni 2023 (Y41083)

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, den Orientierungskurs mit 100 UE und den 3 Wiederholermodulen mit jeweils 100 UE

Integrationskurs mit Alphabetisierung am Vormittag in Haan

Barbara Labudde
Lehrmaterial wird bekannt gegeben.

Grundstufe 3 - Modul 6 (X41363)
9. Januar 2023 bis 22. Februar 2023

Aufbaustufe 1 - Modul 7 (Y41371)
27. Februar 2023 bis 24. April 2023

Aufbaustufe 2 - Modul 8 (Y41382)
25. April 2023 bis 14. Juni 2023

Aufbaustufe 3 - Modul 9 (Z41391)
9. August 2023 bis 15. September 2023

Orientierungskurs - Modul 10 (Z41472)
18. September 2023 bis 16. November 2023

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 November 2023

Deutschtest für Zuwanderer (A2-B1):
nach 3 zusätzlichen Wiederholer-Modulen ca. Mai 2024



„DEUTSCHTEST FÜR ZUWANDERER“ UND PRÜFUNGSVORBEREITUNG

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

zum DTZ am **11.3., 12.5., 13.5., 27.5., 23.6. und 24.6.**

Tatevik Tokatlyan-D'Ambrosio
Übungsmaterial wird zur Verfügung gestellt.

2 x samstags, jeweils 10.00 - 12.15 Uhr
Kurstage werden auf Nachfrage bekannt gegeben.
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
hinteres Gebäude, Erdgeschoss
6 UStd.; 10,- €

Y41510 Hilden

Deutschtest für Zuwanderer (DTZ)

Samstag, 11. März 2023, 9.00 - 16.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden,
hinteres Gebäude, 1. Etage
105,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar oder
per EC-Karte zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich.

Y41512 Hilden

Freitag, 12. Mai 2023, 9.00 - 16.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden,
hinteres Gebäude, 1. Etage
105,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar oder
per EC-Karte zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich.

Y41521 Hilden

Samstag, 13. Mai 2023, 9.00 - 16.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden,
hinteres Gebäude, 1. Etage
105,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar oder
per EC-Karte zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich.

Y41522 Hilden

Samstag, 27. Mai 2023, 9.00 - 16.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden,
hinteres Gebäude, 1. Etage
105,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar oder
per EC-Karte zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich.

Y41532 Hilden

Freitag, 23. Juni 2023, 9.00 - 16.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden,
hinteres Gebäude, 1. Etage
105,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar oder
per EC-Karte zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich.

Y41541 Hilden

Samstag, 24. Juni 2023, 9.00 - 16.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden,
hinteres Gebäude, 1. Etage
105,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar oder
per EC-Karte zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich.

Y41542 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.

Die Prüfung ist für Teilnehmende eines Integrationskurses in der Regel kostenfrei.

Test „Leben in Deutschland“

Vanessa Gersonde-Löcher

Freitag, 10. März 2023, 9:30 - 10:30 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, hinteres Gebäude, 1. Etage
25,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar oder per EC-Karte zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich.
Anmeldeschluss: 9. Februar 2023, 17.00 Uhr

Y41181 Hilden

Freitag, 5. Mai 2023, 9:30 - 10:30 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, hinteres Gebäude, 1. Etage
25,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar oder per EC-Karte zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich.
Anmeldeschluss: 6. April 2023, 12.00 Uhr

Y41182 Hilden

Freitag, 23. Juni 2023, 13:00 - 14:00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, hinteres Gebäude, 1. Etage
25,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar oder per EC-Karte zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich.
Anmeldeschluss: 25. Mai 2023, 17.00 Uhr

Y41483 Hilden

Samstag, 24. Juni 2023, 11:30 - 12:30 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, hinteres Gebäude, 1. Etage
25,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar oder per EC-Karte zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich.
Anmeldeschluss: 25. Mai 2023, 17.00 Uhr

Y41083 Hilden

EINBÜRGERUNGSTESTS

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-Haas 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 oder per EC-Karte 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, 4. März 2023, 11.00 - 12.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, hinteres Gebäude, 1. Etage
25,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar oder per EC-Karte zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich.
Anmeldeschluss: 3. Februar 2023, 12.00 Uhr

Y41595 Hilden

Freitag, 5. Mai 2023, 11.00 - 12.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, hinteres Gebäude, 1. Etage
25,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar oder per EC-Karte zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich.
Anmeldeschluss: 6. April 2023, 12.00 Uhr

Y41596 Hilden

WEITERE DEUTSCHKURSE

Wir haben ständig einen vom BAMF geförderten Berufssprachkurs mit dem Zielniveau B2 im Angebot. Sprechen Sie uns gern für mehr Informationen an.

Zusätzlich zu unserem geplanten Deutschkursangebot werden der aktuellen Situation entsprechend kurzfristig neue Kurse, auch über das Integrationskurssystem hinaus, gestartet. Sprechen Sie uns gern für mehr Informationen an.



© mirpic / Fotolia.com

Der gemeinsame Europäische Referenzrahmen für Sprachen wurde vom Europarat entwickelt, um Sprachprüfungen und Bildungssysteme in Europa vergleichbar zu machen. Der europäische Referenzrahmen unterscheidet zwischen sechs verschiedenen Stufen von der Kenntnis einfachster Grundlagen (A1) bis zur perfekten Beherrschung einer Sprache (C2). Für die Stufen A1 bis C2 gelten grob folgende globale Lernzielbestimmungen:

A1+A2

Elementare Sprachverwendung A1

Sie können am Ende der Stufe:

- vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden
- sich und andere vorstellen, anderen Personen Fragen zu ihrer Person stellen und Fragen hierzu beantworten
- sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen

Elementare Sprachverwendung A2

Sie können am Ende der Stufe:

- Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, die sich auf Bereiche von ganz unmittelbarer Bedeutung beziehen
- sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen direkten Austausch über geläufige Dinge geht
- mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und Dinge, die konkret zum täglichen Leben gehören, beschreiben

B1+B2

Selbstständige Sprachverwendung B1

Sie können am Ende der Stufe:

- die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und es um vertraute Bereiche wie Arbeit, Schule oder Freizeit geht
- die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet
- sich zusammenhängend zu bekannten Themen und persönlichen Interessengebieten äußern
- über Erfahrungen und Ereignisse berichten, Hoffnungen und Ziele beschreiben und zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen und Erklärungen geben.

Selbstständige Sprachverwendung B2

Sie können am Ende der Stufe:

- die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen
- im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen verstehen
- sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung auf beiden Seiten gut möglich ist
- sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert ausdrücken
- einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben

C1+C2

Kompetente Sprachverwendung C1

Sie können am Ende der Stufe:

- ein breites Spektrum anspruchsvoller, längerer Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen
- sich spontan und fließend ausdrücken ohne öfter deutlich erkennbar nach Worten suchen zu müssen
- die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium wirksam und flexibel gebrauchen
- sich klar, strukturiert und ausführlich zu komplexen Sachverhalten äußern und dabei verschiedene Mittel zur Textverknüpfung angemessen verwenden

Kompetente Sprachverwendung C2

Sie können am Ende der Stufe:

- praktisch alles, was Sie lesen oder hören, mühelos verstehen
- Informationen aus verschiedenen schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenfassen und dabei Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wiedergeben
- sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken und auch bei komplexeren Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen



ENGLISCH ENGLISCH ZIELNIVEAU A1

Englisch für die Reise A1 für Anfänger*innen

Carsten Kurte



Lehrmaterial: Englisch für den Urlaub
(Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-501546-3) ab unit 1

Sie planen eine Reise ins englischsprachige Ausland und wollen sich sprachlich dafür fit machen? In diesem Kurs geht es um typische Sprechsituationen im Urlaub. Sie lernen authentische Redewendungen und den benötigten Wortschatz. Die mündliche Kommunikation wird auf abwechslungsreiche Weise eingeübt.

15 x mittwochs, 18.30 - 20.00 Uhr
Beginn: 1. Februar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
30 UStd.; 127,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y42100 Hilden

Easy English für Anfänger 1. Semester/A1.1 für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Werner Mäurers



Lehrmaterial: Easy English A1.1
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520805-5) ab unit 1

Dieser Englischkurs wendet sich an Teilnehmende ohne Vorkenntnisse und führt Schritt für Schritt zum Lernerfolg. Kurzweilig und mit lebendigen Einblicken in die englischsprachige Welt erlernen Sie die Sprache.

15 x montags, 11.45 - 13.15 Uhr
Beginn: 30. Januar 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
30 UStd.; 127,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y42101 Haan

Easy English für Anfänger 2. Semester/A1 für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen

Carsten Kurte

Lehrmaterial: Easy English A1.1
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520805-5) ca. ab unit 11

Dieser Englischkurs wendet sich an Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen und führt Schritt für Schritt zum Lernerfolg. Kurzweilig und mit lebendigen Einblicken in die englischsprachige Welt erlernen Sie die Sprache. Im Laufe des Kurses wird zum Lehrbuch Easy

English A1.2 gewechselt; das Lehrbuch A1.1 muss nicht mehr angeschafft werden, falls noch nicht vorhanden.

15 x montags, 18.30 - 20.00 Uhr
Beginn: 30. Januar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
30 UStd.; 127,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y42102 Hilden

Easy English A1.2 for beginners für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen

Werner Mäurers



Lehrmaterial: Easy English A1.2
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520807-9) ab unit 1

Wenn Sie Ihre A1-Englischkenntnisse weiterentwickeln möchten, ist das hier der Kurs für Sie. Mit Hilfe des Buches entwickeln wir das, was Sie auf dem Niveau A1.1 schon gelernt haben, sinnvoll weiter und helfen Ihnen in der großen Welt der englischen Sprache. Der Kurs ist auch für Neueinsteiger*innen mit geringen Vorkenntnissen geeignet.

15 x donnerstags, 17.30 - 19.00 Uhr
Beginn: 2. Februar 2023
Helmholtz-Gymnasium Hilden, Oberstufenzentrum,
Raum 1.14, Am Holterhöfchen 24a, Hilden
30 UStd.; 76,- €

Y42110 Hilden

Easy English A1.2 für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen

Werner Mäurers

Lehrmaterial: Easy English A1.2
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520807-9) ab unit 12

Mit Hilfe des Buches entwickeln wir das, was Sie auf dem Niveau A1.2 schon gelernt haben, sinnvoll weiter und helfen Ihnen in der großen Welt der englischen Sprache. Der Kurs ist auch für Neueinsteiger*innen mit geringen Vorkenntnissen geeignet. Im Laufe des Kurses erreichen Sie das Niveau A2.1 und wir wechseln zum Lehrbuch für diese Stufe. Wer das Buch A1.2 noch nicht angeschafft hat, muss dies auch nicht mehr tun.

15 x montags, 17.30 - 19.00 Uhr
Beginn: 30. Januar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
30 UStd.; 76,- €

Y42111 Hilden



ENGLISCH ZIELNIVEAU A2

Easy English A2.1 in the evening

Werner Mäurers

Lehrmaterial: Easy English A2.1
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520815-4) ca. ab unit 13

Dieser Kurs ist für all diejenigen, die vor einiger Zeit Englisch gelernt haben und nun solide Grundkenntnisse in entspannter Kursatmosphäre auffrischen und erweitern wollen. Im Laufe des Kurses wird zum Lehrbuch für die Stufe A2.2 gewechselt; wer das Buch A2.1 noch nicht angeschafft hat, muss dies auch nicht mehr tun.

15 x dienstags, 17.45 - 19.15 Uhr
Beginn: 31. Januar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
30 UStd.; 127,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y42212 Hilden

Easy English A2.2 in the morning

Ulrike Lamade-Golz

Lehrmaterial: Easy English A2.2
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520817-8)

Wenn Sie in entspannter Atmosphäre Ihre Englischkenntnisse auffrischen und vertiefen möchten, um im Alltag und auf Reisen kommunizieren zu können, sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Sie erfahren Interessantes über Land und Leute und auch der Spaß kommt nicht zu kurz.

15 x donnerstags, 12.15 - 13.45 Uhr
Beginn: 2. Februar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
30 UStd.; 76,- €

Y42222 Hilden

ENGLISCH ZIELNIVEAU B1

Refresh your English B1

Werner Mäurers

Lehrmaterial: Easy English B1.1
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520819-2) ab unit 1

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte, die schon einmal Englisch auf dem Niveau B1 beherrscht haben und diese vielleicht zum Teil verschütteten Kenntnisse wieder auffrischen wollen. Die mündliche Kommunikation ist unser Hauptaugenmerk, aber natürlich wird auch die Grammatik wiederholt und vertieft.



15 x donnerstags, 19.15 - 20.45 Uhr
Beginn: 2. Februar 2023
Helmholtz-Gymnasium Hilden, Oberstufenzentrum,
Raum 1.14, Am Holterhöfchen 24a, Hilden
30 UStd.; 76,- €

Y42330 Hilden

English ONLINE Conversation Course B1

Alexandra Schmid

An opportunity to keep up your English at intermediate level through conversation and discussion based on a wide variety of topics and using materials from various sources. Revise and improve your basic grammar at B1 level.

Der Unterricht findet über Skype statt.

12 x montags, 10.00 - 11.30 Uhr
Beginn: 27. Februar 2023
online-Angebot;
24 UStd.; 160,- €
Mini-Gruppen-Angebot:
Min. 3 / Max. 5 Teilnehmende

Y42340

Conversation in the morning B1

Rita Kirsten

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 and especially politics.

15 x mittwochs, 10.45 - 12.15 Uhr
Beginn: 1. Februar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
30 UStd.; 127,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y42350 Hilden

Conversation course B1

Werner Mäurers

Teaching material will be provided by the teacher if necessary.

The topics in this conversation course will be widely spread: We can talk about social topics, society, politics, selected economy and any topic that might interest you. Your ideas are welcome!





15 x mittwochs, 17.15 - 18.45 Uhr
 Beginn: 1. Februar 2023
 Helmholtz-Gymnasium Hilden, Oberstufenzentrum,
 Raum 1.14, Am Holterhöfchen 24a, Hilden
 30 UStd.; 127,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y42355 Hilden

Englisch Auffrischung & Konversation B1.2 in the evening

Werner Mäurers

Lehrmaterial: Easy English B1.2
 (Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520823-9) ab unit 2

Enjoy the English language by reading, listening and talking about travelling, sightseeing, hobbies, family, politics and other interesting current topics. We'll also revise some grammar and if needed, we can revise what we learnt in unit 1.

15 x mittwochs, 19.00 - 20.30 Uhr
 Beginn: 1. Februar 2023
 Helmholtz-Gymnasium Hilden, Oberstufenzentrum,
 Raum 1.14, Am Holterhöfchen 24a, Hilden
 30 UStd.; 76,- €

Y42361 Hilden

Refresh your English B1.2

Elke Littmann

Lehrmaterial: Easy English B1.2
 (Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520823-9) 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.

15 x montags, 18.00 - 19.30 Uhr
 Beginn: 30. Januar 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 30 UStd.; 76,- €

Y42359 Hilden

Englisch Lektürekurs B1 am Vormittag

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. Join this course and have fun.

15 x dienstags, 9.30 - 11.00 Uhr
 Beginn: 31. Januar 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 30 UStd.; 76,- €

Y42500 Hilden

Englisch Auffrischung & Konversation B1.2 in the morning

Werner Mäurers

Lehrmaterial: Easy English B1.2
 (Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520823-9) ab unit 1
 ergänzt durch weiteres Material

We will brush up your English and reduce your fear of speaking the foreign language.

Revision and communication in a relaxed atmosphere - texts, free topics and grammar in addition.

15 x montags, 10.00 - 11.30 Uhr
 Beginn: 30. Januar 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 7
 30 UStd.; 127,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y42360 Haan

ENGLISCH AUF HOHEM NIVEAU

Wednesday Morning Conversation B2

Rita Kirsten

Teaching material is supplied by the teacher. Presentation technology is 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 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!

15 x mittwochs, 9.00 - 10.30 Uhr
 Beginn: 1. Februar 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 30 UStd.; 76,- €

Y42630 Hilden



Let's get talking B2

Werner Mäurers

Teaching material, if necessary, will be provided by the teacher.

This friendly informal course is designed for people who have a good knowledge of English and are looking for possibilities to further improve their communication skills. You will have a lot of opportunities to talk in a relaxed atmosphere about subjects that interest you. We will also use texts, music, and grammar sheets. Just come along and bring your ideas!

15 x dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr
Beginn: 31. Januar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
30 UStd.; 76,- €

Y42650 Hilden

Let's Talk B2/C1

Sylvia Scholten

Teaching material will be provided by the teacher.

This lively group is interested in a variety of subjects and enjoys discussions on and off based on current news stories, travel reports, short stories, song lyrics and other short texts.

15 x dienstags, 9.30 - 11.00 Uhr
Beginn: 31. Januar 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 7
30 UStd.; 127,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y42681 Haan

ENGLISCH - AKTIV ÄLTER WERDEN

Englisch Refresher B1.1 in Hilden

Werner Mäurers

Lehrmaterial: Easy English B1.1
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520819-2) ca. ab unit 10
Das Lehrbuch wird um diverse (Sach-)Texte ergänzt.

Möchten Sie Ihre schon fortgeschrittenen Englischkenntnisse auffrischen? Wir treffen uns in netter Runde, um stressfrei unsere Englischkenntnisse zu pflegen und auszubauen. Viel Konversation und wenig Grammatik mit viel Vergnügen.
Neue Teilnehmer*innen sind herzlich willkommen.

15 x dienstags, 16.00 - 17.30 Uhr
Beginn: 31. Januar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
30 UStd.; 76,- €

Y42720 Hilden

Englisch für Senioren - Refresher B1.2 in Haan

Ulrike Lamade-Golz

Lehrmaterial: Easy English B1.2
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520823-9)

Möchten Sie Ihre Englischkenntnisse auffrischen? Wir treffen uns in netter Runde, um in entspannter Atmosphäre unsere vorhandenen Englischkenntnisse zu pflegen und auszubauen. Dabei üben wir die mündliche Konversation mit viel Vergnügen.

15 x mittwochs, 14.00 - 15.30 Uhr
Beginn: 1. Februar 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
30 UStd.; 76,- €

Y42730 Haan

ENGLISCH MAL ANDERS

Taste the summer of South Africa in a glass of wine

Volker Heße / Gudrun Meckel



Sie interessieren sich für südafrikanische Weine? Müssen Sie noch ein wenig an Ihren Englischkenntnissen arbeiten, um die englischen Bezeichnungen auf den Weinetiketten zu verstehen? Dann sind Sie hier genau richtig! Dieses Seminar in deutscher und englischer Sprache vermittelt Ihnen beides: Zunächst bekommen Sie eine Einführung in das Weinland Südafrika mit den wichtigsten Informationen zu Geschichte, Klima, Regionen und Rebsorten im Allgemeinen. Darüber hinaus lernen Sie englische weinspezifische Fachbegriffe und einige südafrikanische Weingüter im Speziellen kennen. Dabei werden sechs südafrikanische Weine verkostet und diese auf Englisch nach Aussehen, Geruch und Geschmack beschrieben.

Für die Teilnahme sind Englischkenntnisse der Niveaustufe A1 notwendig.
Gebühr inkl. Weinprobe 6 Weine, Wasser, Brot und Unterrichtsmaterialien.

Anmeldeschluss: Freitag, 7. April 2023



Freitag, 21. April 2023, 18.00 - 21.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
3 ZStd.; 40,- € Gebühr inkl. Weinprobe 6 Weine, Wasser, Brot
und Unterrichtsmaterialien
Bitte melden Sie sich rechtzeitig an! Eine Anmeldung garanti-
ert die Teilnahme bei hohem Interesse und eine Information
über Ausfall/Verschiebung.

Y42990 Hilden

Montag, 23. Januar 2023 bis Samstag, 28. Januar 2023,
jeweils 17.00 - 20.15 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y43005 Hilden

SPANISCH SPANISCH INTENSIV VORAB

Spanisch Intensiv-Woche vor Semesterbeginn für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Eva Bouscher-Keller

Lehrmaterial: Perspectivas ¡Ya! A1
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-464-20488-7) voraussichtlich uni-
dades 1-3

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte ohne Vorkenntnisse. Das
hohe Lerntempo ist geeignet für Teilnehmende, die gewohnt sind,
intensiv und in schnellem Rhythmus zu lernen.



Montag, 16. Januar 2023 bis Samstag, 21. Januar 2023,
jeweils 17.00 - 20.15 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y43001 Haan

Montag, 23. Januar bis Freitag, 27. Januar 2023, jeweils 17.00 -
20.15 Uhr, Samstag, 28. Januar 2023 10.00 - 13.15 Uhr

Spanisch für die Reise Intensiv-Woche vor Semesterbeginn für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Eva Bouscher-Keller

Lehrmaterial: Spanisch à la carte neu
(Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-514257-2)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer*innen, die Spanisch intensiv
lernen möchten. Das Lehrbuch bezieht sich ausschließlich auf für
eine Reise relevante Themenfelder wie zum Beispiel Unterkünfte,
einkaufen und Essen. Wenn Sie später systematisch die grammati-
kalischen Inhalte lernen möchten, bieten sich die Anfängerkurse 1.
Semester an.



SPANISCH ZIELNIVEAU A1

Spanisch für Anfänger 1. Semester/A1.1 für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Sonia Urbina

Lehrmaterial: Caminos neu
(Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-514954-0)

Dieser Kurs richtet sich an alle, die noch nie Spanisch gelernt ha-
ben und von Beginn an die Sprache erlernen möchten. Sie erhalten
solide Grundkenntnisse, der Schwerpunkt liegt immer auf der münd-
lichen Kommunikation. Erleben Sie die Vielfalt der spanischsprachi-
gen Welt. Bienvenidos!



15 x dienstags, 16.15 - 17.45 Uhr
Beginn: 31. Januar 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
30 UStd.; 76,- €

Y43100 Haan

Spanisch für Anfänger 2. Semester/A1.1 für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Josefa Mellado

Lehrmaterial: Perspectivas ¡Ya! A1
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-464-20488-7) ab unidad 6

Dieser Kurs richtet sich an alle, die noch nie Spanisch gelernt haben
und von Beginn an die Sprache erlernen möchten.

15 x montags, 10.00 - 11.30 Uhr
Beginn: 30. Januar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
30 UStd.; 76,- €

Y43101 Hilden

Spanisch für Anfänger 2. Semester/A1.1 ONLINE

für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Eva Bouscher-Keller

Lehrmaterial: Perspectivas ¡Ya! A1
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-464-20488-7) ab unidad ?



In diesem Kurs lernen Teilnehmende ohne Vorkenntnisse erste Strukturen, um sich in der spanischen Sprache zurecht zu finden. Gleichzeitig erfahren Sie Interessantes über Land und Leute.

Der Kurs findet in der vhs.cloud über BigBlueButton statt. Die Anleitung zur Registrierung wird rechtzeitig vor Kursbeginn verschickt.

15 x donnerstags, 19.00 - 20.30 Uhr
Beginn: 2. Februar 2023
online-Angebot;
30 UStd.; 127,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y43102

Spanisch 3. Semester/A1

Eva Bouscher-Keller

Lehrmaterial: Perspectivas ¡Ya! A1
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-464-20488-7) ab unidad ?

In diesem Kurs lernen Teilnehmende ohne Vorkenntnisse erste Strukturen, um sich in der spanischen Sprache zurecht zu finden. Gleichzeitig erfahren Sie Interessantes über Land und Leute. Wir wiederholen das bereits Gelernte aus dem Vorsemester und setzen dann mit Unidad 5 fort. Bienvenidos!

15 x dienstags, 17.30 - 19.00 Uhr
Beginn: 31. Januar 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
30 UStd.; 127,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y43103 Haan

Spanisch 4. Semester/A1

Blanca Richter

Lehrmaterial: Perspectivas ¡Ya! A1
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-464-20488-7) ca. ab unidad 7

In diesem Kurs lernen Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen erste Strukturen, um sich in der spanischen Sprache zurecht zu finden. Gleichzeitig erfahren Sie Interessantes über Land und Leute. Dieser Kurs hat wegen wiederholter Vertiefungen eine eher geringe Progression, ist also ideal für alle, die nicht so schnell lernen wollen, sondern lieber langsam, aber richtig.

15 x mittwochs, 18.30 - 20.00 Uhr
Beginn: 1. Februar 2023
Helmholtz-Gymnasium Hilden, Oberstufenzentrum,
Raum 1.13, Am Holterhöfchen 24a, Hilden
30 UStd.; 76,- €

Y43104 Hilden

SPANISCH ZIELNIVEAU A2

Spanisch A2 Adelante A2!

Josefa Mellado

Lehrmaterial: Perspectivas ¡Ya! A2
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-464-20489-4) ab unidad 1

Für alle, die Spanisch auf dem Niveau A1 bereits beherrschen und die Sprache nun systematisch auf dem Niveau A2 weiter erlernen möchten!

15 x samstags, 11.00 - 12.30 Uhr
Beginn: 4. Februar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
30 UStd.; 127,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y43206 Hilden

Spanisch A2 Caminamos juntos hacia A2

Sonia Urbina

Lehrmaterial: Caminos neu A2
(Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-514956-4) ca. ab unidad 6

In netter Atmosphäre können Sie hier Ihre Spanischkenntnisse auf dem Niveau A2 ausbauen und aktiv anwenden.

15 x dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr
Beginn: 31. Januar 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
30 UStd.; 76,- €

Y43210 Haan

Conversación básica en español A2-B1

Dan Ursulescu

Lehrmaterial wird von dem Dozenten zur Verfügung gestellt.

Wollen Sie endlich Ihre bereits erworbenen Spanischkenntnisse mündlich trainieren? Dann sind Sie in diesem Kurs für leichte Konversation genau richtig. Ohne Leistungsdruck üben wir gemeinsam, uns auf Spanisch auszudrücken. Probieren Sie es aus, trauen Sie sich: Bienvenidos todos!



15 x dienstags, 9.00 - 10.30 Uhr
 Beginn: 31. Januar 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
 30 UStd.; 127,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y43250 Hilden

SPANISCH FÜR FORTGESCHRITTENE

Conversación española avanzada B1-B2

Blanca Richter

Das Lehrmaterial wird von der Dozentin zur Verfügung gestellt.

Dieser Kurs richtet sich an fortgeschrittene Teilnehmer*innen, die ihre guten Spanischkenntnisse vertiefen und erweitern möchten. Wir trainieren unsere mündliche Kommunikation und wiederholen immer wieder die wichtigste Grammatik.

En este curso los participantes tienen la oportunidad de profundizar y actualizar sus conocimientos del idioma español.

15 x dienstags, 18.15 - 19.45 Uhr
 Beginn: 31. Januar 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 8
 30 UStd.; 127,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y43335 Haan

Spanisch für Fortgeschrittene B2 Vormittagskurs in Hilden

Dan Ursulescu

Lehrmaterial wird im Kurs besprochen.

In diesem Kurs werden Sie ohne Stress 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.

15 x dienstags, 10.35 - 12.05 Uhr
 Beginn: 31. Januar 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
 30 UStd.; 127,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y43631 Hilden

Spanisch für Fortgeschrittene B2 Abendkurs in Haan

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.

15 x montags, 19.30 - 21.00 Uhr
 Beginn: 30. Januar 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 8
 20 UStd.; 137,- €
 Minigruppen-Angebot:
 Min. 3 / Max. 5 Teilnehmende

Y43640 Haan

SPANISCH MAL ANDERS

Cantamos juntos en español! spanischsprachige Lieder mit Gitarrenbegleitung

für Teilnehmende ab min. Niveau A1

Dan Ursulescu

Das Lehrmaterial wird vom Dozenten zur Verfügung gestellt.

Sie singen gern? Und Sie wollen Ihre Spanischkenntnisse verbessern? Dann ist dieser Samstag Vormittag genau das Richtige für Sie! Gemeinsam erarbeiten wir einige Liedtexte bekannter spanischsprachiger Lieder. Je nachdem wie schnell die Texte erarbeitet werden und wie viel Freude das wiederholte Singen der einzelnen Lieder bereitet, werden 2-5 Lieder durchgenommen. Die Texte werden ausgeteilt und zusammen mündlich übersetzt, danach wird die Melodie mit Gitarrenbegleitung eingeübt. Natürlich gibt es auch zu jedem Lied interessante Erläuterungen und Hintergrundinformationen.

Bei Interesse kann aus dieser Reihe von eintägigen Veranstaltungen ein regelmäßiger Kurs entstehen.

Samstag, 18. März 2023, 10.30 - 13.30 Uhr
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 4 UStd.; 14,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y43705 Hilden





ITALIENISCH ITALIENISCH ZIELNIVEAU A1

Italienisch für Anfänger Schnupperwochenende für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Ciro Di Dato



Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt.

Außer „pasta, cappuccino e amore“ fällt Ihnen auf Italienisch nichts ein? Sie wollen aber Ihren Urlaub in Italien verbringen und „schnell noch“ ein bisschen Italienisch lernen? Dann ist dieses Schnupper-Kurs genau das Richtige für Sie! An diesem Wochenende lernen Sie in kompakter Form die wichtigsten Vokabeln, Ausdrücke und Redewendungen, um sich in Italien zurecht zu finden.

Bei Interesse kann ein Aufbau-Wochenende in Präsenz oder ein fortlaufender online-Kurs angeboten werden; die Absprache erfolgt im Kurs.

Samstag, 11. Februar 2023 und Sonntag, 12. Februar 2023,
jeweils 10.30 - 17.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
16 UStd.; 68,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y44100 Hilden

Italienisch für Anfänger Schnupperwochenende Teil 2 für Teilnehmende mit Vorkenntnissen aus dem Schnupperwochenende Teil 1

Ciro Di Dato

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt.

In diesem Kurs, werden wir die im ersten Kurs bereits behandelten Themen weiter bearbeiten.

Wir lernen, wie man in einem Restaurant eine Bestellung aufgibt und wie man ein Hotelzimmer reserviert.

Wir werden die Themen der Phonetik in der italienische Sprache vertiefen und über unsere Lieblingsbeschäftigungen und Gewohnheiten sprechen; die Uhrzeit und die verschiedenen Tageszeiten werden besprochen. Außerdem werden wir über die Gebräuche und die Gewohnheiten in Italien sprechen.

Samstag, 18. März 2023 und Sonntag, 19. März 2023, jeweils
10.30 - 17.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
16 UStd.; 68,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y44101 Hilden

Italienisch für Anfänger 1. Semester/A1.1 für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Simonetta Gentilini-Schröder



Lehrmaterial: Nuovo Espresso 1
(Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-205438-9)
Weitere Materialien werden zur Verfügung gestellt.

Erlernen Sie mit uns die italienische Sprache und bekommen Sie Einblicke in die italienische Kultur! Lernen Sie Alltagssituationen zu meistern: kleine Smalltalks halten, einkaufen, Restaurants besuchen etc. sind Themen, mit denen Sie vertraut gemacht werden. In heiterer und entspannter Atmosphäre Schritt für Schritt zum Lernerfolg widmen wir uns in lockerer Runde der italienischen Sprache. Benvenuti!

15 x mittwochs, 10.00 - 11.30 Uhr

Beginn: 1. Februar 2023

Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
30 UStd.; 127,- €

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

Y44102 Hilden

Italienisch ONLINE für Anfänger 1. Semester/A1.1 für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Ciro Di Dato



Lehrmaterial: Con Piacere Nuovo
(Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-525201-1)

In diesem online-Kurs Italienisch für Anfänger erlernen Sie systematisch die Sprache. Mit dem Schwerpunkt auf der mündlichen Kommunikation erlernen wir alle 4 Fertigkeiten hören, sprechen, lesen und schreiben und auch die Grammatik ist natürlich ein Thema.

Der Kurs findet online über Zoom statt; ca. 1 Woche vor Kursbeginn erhalten Sie nach Anmeldung per Mail den Link.

15 x montags, 19.30 - 21.00 Uhr

Beginn: 6. Februar 2023

online-Angebot;
30 UStd.; 127,- €

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

Y44103

Italienisch 4. Semester/A1.2 am Vormittag

Simonetta Gentilini-Schröder

Lehrmaterial: Nuovo Espresso 1
(Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-205438-9) ca. ab lezione 5/6
Weitere Materialien werden zur Verfügung gestellt.

Sie wollten schon immer einmal Italienisch lernen und bringen ein



wenig Vorkenntnisse mit? Dann ist dies der richtige Kurs für Sie! In heiterer, entspannter Atmosphäre vertiefen Sie Ihr Wissen in den Bereichen Grammatik und Wortschatz und erfahren Interessantes über Land und Leute. Dabei liegt der Schwerpunkt immer auf der mündlichen Kommunikation. Benvenuti!

15 x montags, 10.00 - 11.30 Uhr
Beginn: 30. Januar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
30 UStd.; 76,- €

Y44104 Hilden

15 x donnerstags, 10.45 - 12.15 Uhr
Beginn: 2. Februar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
30 UStd.; 127,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y44203 Hilden

ITALIENISCH ZIELNIVEAU A2

Italienisch A2 Gruppe 1

Anna-Maria Altendorf

Lehrmaterial: Con Piacere Nuovo A2
(Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-525206-6) ca. ab lezione 3-4

Wir lernen weiter, wie wir uns in Italien verständigen können. In entspannter Atmosphäre werden die Grundlagen der italienischen Sprache rund um Wortschatz, erste Dialoge und Kurztexte weiter gefestigt und erweitert. Sprechen und Schreiben werden im Kurs besonders gefördert. Willkommen sind auch Interessierte, die ihre Kenntnisse auffrischen oder weiter üben möchten. Benvenuti!

15 x donnerstags, 9.00 - 10.30 Uhr
Beginn: 2. Februar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
30 UStd.; 127,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y44202 Hilden

Italienisch A2 Gruppe 2

Anna-Maria Altendorf

Lehrmaterial: Con Piacere Nuovo A2
(Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-525206-6) ca. ab lezione 3-4

Wir lernen weiter, wie wir uns in Italien verständigen können. In entspannter Atmosphäre werden die Grundlagen der italienischen Sprache rund um Wortschatz, erste Dialoge und Kurztexte weiter gefestigt und erweitert. Sprechen und Schreiben werden im Kurs besonders gefördert. Willkommen sind auch Interessierte, die ihre Kenntnisse auffrischen oder weiter üben möchten. Benvenuti!

ITALIENISCH FÜR FORTGESCHRITTENE

Italienisch für Fortgeschrittene B1+/B2

Simonetta Gentilini-Schröder

Lehrmaterial wird zu Kursbeginn bekanntgegeben.

Dieser Kurs wendet sich an fortgeschrittene Lerner, die ihre guten Italienischkenntnisse (in einer Kleingruppe) vertiefen und erweitern möchten. Es werden aktuelle Themen besprochen, aber auch grammatische Zusammenhänge kommen nicht zu kurz.

15 x donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr
Beginn: 2. Februar 2023
Helmholtz-Gymnasium Hilden, Oberstufenzentrum,
Raum 1.13, Am Holterhöfchen 24a, Hilden
30 UStd.; 127,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y44370 Hilden



FRANZÖSISCH FRANZÖSISCH ZIELNIVEAU A1

Französisch 4. Semester/A1

Ophélie Hahn

Lehrmaterial: Voyages Neu A1 Kurs- und Übungsbuch (Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-529412-7) ab leçon 10

Sie wollten schon immer einmal Ihre rudimentären Französischkenntnisse auffrischen? Dann ist dies der richtige Kurs für Sie! Systematisch erarbeiten Sie in der Gruppe diese wunderschöne Sprache. Dabei liegt der Schwerpunkt immer auf der mündlichen Kommunikation.

Bienvenue!

15 x montags, 12.00 - 13.30 Uhr
Beginn: 30. Januar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
30 UStd.; 127,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y45104 Hilden

FRANZÖSISCH ZIELNIVEAU A2

Französisch A2 am Vormittag

Ophélie Hahn

Lehrmaterial: On y va! A2 (Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-103351-4) ab leçon 6

Für Teilnehmende mit entsprechenden Vorkenntnissen bzw. abgeschlossenen A1-Kursen.

Neue Teilnehmer*innen sind herzlich willkommen!

15 x freitags, 10.00 - 11.30 Uhr
Beginn: 3. Februar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
30 UStd.; 127,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y45208 Hilden

Französisch A2 am Abend

Chantal Plümacher

Lehrmaterial: On y va! A2 (Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-103351-4) ab leçon 2

Der Schwerpunkt dieses Kurses liegt auf der Förderung und Verbesserung der mündlichen Kommunikation. In Anlehnung an das Kursbuch werden die Grammatikkenntnisse wiederholt und erweitert

sowie das Lese- und Hörverständnis trainiert.
A bientôt!

15 x dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr
Beginn: 7. Februar 2023
Helmholtz-Gymnasium Hilden, Oberstufenzentrum,
Raum 1.13, Am Holterhöfchen 24a, Hilden
30 UStd.; 127,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y45210 Hilden

FRANZÖSISCH KONVERSATION

Conversation libre vor Semesterbeginn

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, ét à défendre nos idées. Un petit groupe sympathique vous attend! A bientôt!

4 x donnerstags, 10.45 - 12.15 Uhr
Beginn: 5. Januar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
8 UStd.; 34,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y45600 Hilden

Conversation française B2 in Haan

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!

15 x dienstags, 9.30 - 11.00 Uhr
Beginn: 31. Januar 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 8
30 UStd.; 76,- €

Y45610 Haan

Conversation française B2 in Hilden

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.

15 x donnerstags, 10.30 - 12.00 Uhr
 Beginn: 2. Februar 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 30 UStd.; 76,- €

Y45620 Hilden

NIEDERLÄNDISCH NIEDERLÄNDISCH ZIELNIVEAU A1

Niederländisch 1. Semester/A1.1 für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Bülent Tas

Lehrmaterial: Wat leuk! aktuell
 (Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-105460-1)

Wenn Sie systematisch und längerfristig Niederländisch lernen wollen, ist dies der richtige Kurs für Sie! Schwerpunkt ist natürlich die mündliche Verständigung, aber auch Grammatikthemen und Landeskunde kommen nicht zu kurz. Schritt für Schritt erlernen Sie die niederländische Sprache.



15 x montags, 19.30 - 21.00 Uhr
 Beginn: 30. Januar 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
 30 UStd.; 76,- €

Y47001 Haan

Niederländisch 2. Semester/A1.1 am Montagabend für Teilnehmende mit sehr geringen Vorkenntnissen

Bülent Tas

Lehrmaterial: Wat leuk! aktuell
 (Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-105460-1)

Wenn Sie systematisch und längerfristig Niederländisch lernen wollen, ist dies der richtige Kurs für Sie! Schwerpunkt ist natürlich die mündliche Verständigung, aber auch Grammatikthemen und Landeskunde kommen nicht zu kurz. Schritt für Schritt erlernen Sie die niederländische Sprache.

15 x montags, 17.45 - 19.15 Uhr
 Beginn: 30. Januar 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
 30 UStd.; 76,- €

Y47002 Haan

Niederländisch 2. Semester/A1.1 am Mittwochabend für Teilnehmende mit sehr geringen Vorkenntnissen

Charles Couzijn

Lehrmaterial: Wat leuk! aktuell
 (Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-105460-1) ca. ab Lektion 3

Wenn Sie systematisch und längerfristig Niederländisch lernen wollen, ist dies der richtige Kurs für Sie! Schwerpunkt ist natürlich die mündliche Verständigung, aber auch Grammatikthemen und Landeskunde kommen nicht zu kurz. Schritt für Schritt erlernen Sie die niederländische Sprache.

15 x mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr
 Beginn: 1. Februar 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
 30 UStd.; 76,- €

Y47003 Haan

NIEDERLÄNDISCH KOMPAKTKURSE

Niederländisch für die Reise Kompaktwochenende Teil 1 für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Tineke Brouwer

Lehrmaterial: Leve de vakantie! neu - Niederländisch für die Reise
 (Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-037243-0)
 Bitte bringen Sie das Kursbuch zum 1. Kurstermin mit!



Sie haben ein Ferienhaus, ein Boot oder einen Wohnwagen in den Niederlanden und Sie wollen jetzt endlich die Sprache lernen? „LEVE de vakantie!“ bietet Ihnen einen Einstieg in die niederländische Sprache. Wir üben die Aussprache und Redewendungen, das Hörverstehen wird trainiert und auf unterhaltsame Weise vergrößern wir den Wortschatz. Landeskunde fehlt natürlich auch nicht und die vielen typisch niederländischen „Eigenheiten“ werden hier spür- und erlebbar.

3 x Freitag, 3. März, 17.00 - 19.30 Uhr, Samstag, 4. März
 und Sonntag, 5. März 2023, jeweils um 9.30 - 14.30 Uhr
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 15 UStd.; 64,- €

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

Y47011 Hilden



Niederländisch für die Reise Kompaktwochenende Teil 2 im Winter für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Tineke Brouwer

Lehrmaterial: Leve de vakantie! neu - Niederländisch für die Reise (Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-037243-0) ab Lektion 4
Bitte bringen Sie das Kursbuch zum 1. Kurstermin mit!

“LEVE de vakantie!” 2 schließt nahtlos an die erste Kompaktwoche an. Kurze Alltagsgespräche werden geübt, der Wortschatz wird allmählich größer. Ein wenig Grammatik, abwechslungsreiche Übungen und Inhalte die sich auf das konzentrieren, was Sie für die Reise benötigen.

Wer schon die erste Kompaktwoche bzw. 1 oder 2 Semester Niederländisch(A1) absolviert hat, kann ohne Probleme einsteigen.

3 x Freitag, 13. Januar, 17.00 - 19.30 Uhr, Samstag, 14. Januar und Sonntag, 15. Januar 2023, jeweils 9.30 - 14.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
15 UStd.; 64,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y47012 Hilden

Niederländisch für die Reise Kompaktwochenende Teil 2 im Sommer für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Tineke Brouwer

Lehrmaterial: Leve de vakantie! neu - Niederländisch für die Reise (Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-037243-0) ab Lektion 5
Bitte bringen Sie das Kursbuch zum 1. Kurstermin mit!

“EVE de vakantie!” 2 schließt nahtlos an die erste Kompaktwoche an. Kurze Alltagsgespräche werden geübt, der Wortschatz wird allmählich größer. Ein wenig Grammatik, abwechslungsreiche Übungen und Inhalte die sich auf das konzentrieren, was Sie für die Reise benötigen.

Wer schon die erste Kompaktwoche bzw. 1 oder 2 Semester Niederländisch(A1) absolviert hat, kann ohne Probleme einsteigen.

3 x Freitag, 2. Juni, 17.00 - 19.30 Uhr, Samstag, 3. Juni und Sonntag, 4. Juni 2023, jeweils 9.30 - 14.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
15 UStd.; 64,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y47013 Hilden

NIEDERLÄNDISCH ZIELNIVEAU A2

Niederländisch A2 - Wat leuk Nederlands A2

Tineke Brouwer

Lehrmaterial: Wat leuk! aktuell A2
(Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-105461-8) ab Lektion 3

Wat is er leuker dan met enthousiaste medecursisten je woordenschat Nederlands uit te breiden en door middel van verschillende werkvormen verder te werken aan je lees- en schrijfvaardigheden. Voorop staat natuurlijk de gesproken taal, dus praten we veel met elkaar over dagelijkse situaties.

12 x dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr
Beginn: 31. Januar 2023
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
hinteres Gebäude, Raum 21
24 UStd.; 61,- €

Y47020 Hilden

BRASILIANISCH

Brasilianisch für die Reise für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Regina Bertram



Lehrmaterial wird von der Dozentin zur Verfügung gestellt.

Ein Urlaub in Brasilien steht an? Wie wundervoll! Natürlich könnten sie auch einfach einen Portugiesischkurs besuchen - irgendwie wird man Sie dann schon in Brasilien verstehen, aber warum nicht gleich Brasilianisch lernen?! In diesem Kurs lernen Sie alles Notwendige für einen entspannten und wortreichen Urlaub - die Grammatik ist hierbei nicht im Fokus. Dazu bekommen Sie viele interessante Informationen und praktische Tipps zu Land und Leuten.

Auf Wunsch kann der Kurs fortgesetzt werden; Absprache direkt im Kurs.

6 x freitags, 16.30 - 18.00 Uhr
Beginn: 24. Februar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
12 UStd.; 51,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y47100



CHINESISCH

Chinesisch ONLINE Schnupper-Wochenende für Teilnehmende 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 China-Freunde 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“.

Der Kurs findet in der vhs.cloud statt. Ca. 1 Woche vor Kursbeginn bekommen Sie die Zugangsdaten per Mail zugeschickt.

Auf Wunsch kann im Anschluss ein regelmäßig stattfindender Kurs angeboten werden; Kurstermine nach Absprache im Kurs.

3 x Freitag, 10. Februar, 18.00 - 20.15 Uhr, Samstag, 11. Februar und Sonntag, 12. Februar 2023
jeweils 10.00 - 12.15 Uhr
online-Angebot;
9 UStd.; 69,- €
Mini-Gruppen-Angebot:
Min. 3 / max. 5 TN

Y47300 Hilden

RUSSISCH

Russisch 4. Semester/A1 für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Olga Michailova

Lehrmaterial: Otlitschno! aktuell A1 (Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-204477-9) ab Lektion 7

In diesem Kurs vertiefen Sie Ihre Wissen in den Bereichen Grammatik und Wortschatz. Da die Sprache immer Bestandteil einer Kultur ist, erhalten Sie Information über die Landeskunde und Interkulturelles Lernen.

10 x dienstags, 17.30 - 19.00 Uhr (14-tägig)
Beginn: 31. Januar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“, Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
20 UStd.; 137,- €
Mini-Gruppen-Angebot:
Min. 3 / max. 5 TN

Y47503 Hilden

JAPANISCH

Japanisch von Anfang an 1. Semester/A1.1 für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Shingo Kohno



Lehrmaterial: Minna no Nihongo Auflage 2, 3A Corporation (ISBN: 13:978-4883196036)

In diesem Kurs werden intensiv und effektiv die ersten wichtigen Grundzüge der japanischen Sprache eingeübt und Sie erleben auch spannende Einblicke in die japanische Kultur. Der Kurs eignet sich für Lernende jeden Alters, die Herausforderungen suchen und gerne eine ganz andere Sprache und Schrift erlernen möchten.

15 x samstags, 15.00 - 16.30 Uhr
Beginn: 4. Februar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“, Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
30 UStd.; 127,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y47601 Hilden

JungeVHS Japanisch von Anfang an 1. Semester/A1.1 für Jugendliche ohne Vorkenntnisse

Shingo Kohno



Lehrmaterial: Minna no Nihongo Auflage 2, 3A Corporation (ISBN: 13:978-4883196036)

In diesem Kurs werden intensiv und effektiv die ersten wichtigen Grundzüge der japanischen Sprache eingeübt und Ihr erlebt auch spannende Einblicke in die japanische Kultur. Der Kurs eignet sich für Jugendliche, die Herausforderungen suchen und gerne eine ganz andere Sprache und Schrift erlernen möchten.

15 x montags, 16.00 - 17.30 Uhr
Beginn: 30. Januar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“, Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
30 UStd.; 105,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y47602 Hilden



DEUTSCHE GEBÄRDENSPRACHE

Deutsche Gebärdensprache Teil 1 für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Oliver Tietz



Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt.

Sie haben schon einmal Personen auf der Straße beobachtet, die sich mit den Händen unterhalten oder im Fernsehen einen Beitrag gesehen, der in Gebärdensprache gedolmetscht wurde und fragen sich jetzt: „Was ist eigentlich Gebärdensprache? Und wie funktioniert die Kommunikation in dieser Sprache?“ An diesem Schnupper-Wochenende erhalten Sie einen ersten Einblick in die Gebärdensprache. Sie lernen nicht nur das Fingeralphabet zur grundlegenden Verständigung in der Gebärdensprache kennen, sondern ebenso erste spannende Einblicke in eine Lebenswelt, die alles andere als „still“ ist!

Das Schnupper-Wochenende -mit einem hörenden Dozenten- ist ein idealer Einstieg in die deutsche Gebärdensprache.

Bei ausreichendem Interesse kann der Kurs fortgesetzt werden; die Absprache kann direkt im Kurs mit dem Dozenten getroffen werden.

2 x Samstag, 20. Mai und Sonntag, 21. Mai 2023,
jeweils 10.30 - 13.45 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
8 UStd.; 34,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y47801 Hilden

Deutsche Gebärdensprache Teil 2 für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Oliver Tietz

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt.

Haben Sie bereits an einem unserer Schnupper-Wochenenden teilgenommen und wollen nun weitere Einblicke in die deutsche Gebärdensprache bekommen? Dann sind Sie im 2. Kurs am Wochenende genau richtig. Wir wiederholen und vertiefen das bereits Gelernte und gewinnen gemeinsam weitere Einblicke in die Welt der Gebärdensprache.

2 x Samstag, 14. Januar und Sonntag, 15. Januar 2023,
jeweils 10.30 - 13.45 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
8 UStd.; 34,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y47802 Hilden

Deutsche Gebärdensprache Teil 3 für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Oliver Tietz

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt.

Dieser einmal im Monat stattfindende Kurs vermittelt Ihnen... Wenn Sie bereits an den Kursen Teil 1 und 2 teilgenommen haben, sind Sie in diesem Kurs herzlich willkommen! Wir wiederholen und vertiefen das bereits Gelernte und gewinnen gemeinsam weitere Einblicke in die Welt der Gebärdensprache.

5x sonntags: 5. Februar, 5. März, 26. März, 7. Mai und
11. Juni 2023, jeweils 10.30 - 13:45 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
20 UStd.; 85,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y47803 Hilden

GRIECHISCH

Griechisch für Fortgeschrittene A2

Dimitrios Petkos

Lehrmaterial: Pame! A2 Kursbuch und Arbeitsbuch
(Hueber-Verlag, ISBN: Kursbuch 978-3-19-005462-6 und Arbeitsbuch 978-3-19-025462-0)

Dieser Kurs richtet sich an alle Teilnehmer*innen, die bereits gute Sprachkenntnisse (vergleichbar Niveau 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!

15 x dienstags, 17.30 - 19.00 Uhr
Beginn: 31. Januar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
30 UStd.; 127,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y47920 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 Seminar 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 Gedächtnis- und Kommunikationstrainerin und Cheftrainerin des Roland Geisselhart Team NRW

Samstag, 22.04.2023
jeweils 10.00 - 17.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
8,67 UStd.; 87,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y55107 Hilden

GEDÄCHTNISTRAINING

VHS-Intensiv: Kopf oder Zettel Locker mit leicht erlernbaren Techniken und Methoden das Gedächtnis trainieren

Monika Scherbaum

Die nahezu ständige Präsenz des Arbeitens mit digitalen Medien sind für unser Gehirn nicht förderlich. Die Merkfähigkeit lässt nach und Konzentrationsschwächen setzen - kaum merkbar - ein.

Waren gestern Telefonnummern und Informationen noch im Gedächtnis vorhanden, erleben Sie immer häufiger, dass diese nicht mehr abrufbar sind.

In diesem Seminar lernen Sie schnell und systematisch, Ihre Gedächtnisleistung zu steigern. Die vermittelten Kenntnisse und Anwendungen der Techniken werden praxisnah vermittelt.

Ihre geistige Beweglichkeit verbessert sich.

- Merkfähigkeit, Konzentration, Kreativität und Wahrnehmung
- Gedächtniskunst, Mnemotechniken, Visualisierung
- Methoden der mentalen Informationsverarbeitung
- Anwendung und Transformation
- Die Wichtigkeit der Ernährung
- To-do-Listen, Argumente, berufliche Anforderungen immer präsent haben
- Termine und Merklisten - freier Vortrag
- Sicheres Einprägen von Namen und Gesichtern
- Das Gedächtnis dauerhaft fit halten

Die Dozentin ist Gedächtnistrainerin und Cheftrainerin des Roland Geisselhart Team NRW

Samstag, 25. März 2023, 10.00 - 17.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
8,67 UStd.; 87,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende
Anmeldung erforderlich

Y55109 Hilden

AUFTRITT & PERSÖNLICHKEIT

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 dienstags, 18.30 - 21.30 Uhr
Beginn: 18. April 2023
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
8 UStd.; 87,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende
Anmeldung erforderlich

Y55110 Hilden



VHS-Intensiv: Starker Auftritt Redeangst und Lampenfieber in den Griff bekommen

Dagmar Kasel

Viele Menschen leiden unter Lampenfieber, in unterschiedlicher Intensität. Das führt häufig dazu, dass Redesituationen gemieden werden. Schon der Gedanke daran, in einer Besprechung etwas zu sagen oder etwas präsentieren zu sollen, führt zu Symptomen wie Hitze, Herzklopfen, zitterige Stimme, angstvolle Gedanken. In diesem praxisorientierten Workshop werden Sie Techniken für einen konstruktiven Umgang mit der Redeangst erlernen, der dazu führt, dass die Redeangst nach und nach weniger wird.

- Wie kann ich diesen Teufelskreis durchbrechen
- Atemtechniken, denn „die Atmung ist der Feind der Angst“
- Erkennen und Beeinflussen der eigenen Körpersprache, um mehr Sicherheit zu erlangen und sicherer zu wirken
- Mentales Training als Instrument der Verhaltensveränderung und Vorbereitung auf Redesituationen

Sie werden in vielen kleinen Schritten/Übungen immer wieder vor die Seminargruppe treten, sich ausprobieren und das Gelernte sofort erproben und anwenden.

Alle Übungen sind freiwillig, auch wer manchmal nur zuschauen möchte, ist herzlich eingeladen.

2 x dienstags und mittwochs, 18.30 - 21.30 Uhr
Beginn: 14. Februar 2023
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
8 UStd.; 87,- €
Anmeldung erforderlich

Y55113 Hilden

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

JungeVHS - Locker und rhetorisch gewandt auftreten Rhetorik Coaching für junge Leute von 15 bis 21 Jahren

Monika Scherbaum

Selbstbewusstsein und Selbstsicherheit sind keine natürlichen Begabungen. Die Beherrschung von rhetorischen Kenntnissen ist hilfreiche bei Prüfungen, Vorträgen, Diskussionen und mündlichen Beiträgen. Aber auch und gerade bei mündlichen Prüfungen - wie beim Abitur - ist ein überzeugender und souveräner Auftritt sehr bedeutsam. Ein gekonnter Auftritt in schulischen und beruflichen Bereichen stärkt das Selbstbewusstsein in die eigenen Fähigkeiten, bewirkt Anerkennung und verleiht Selbstsicherheit.

- Umgang mit Lampenfieber und Stress-Situationen
- Atem, Stimme, Gestik und Mimik - positive Ausstrahlung
- Stimmklang, Silben-, Wort- und Satzbetonung
- Selbstbewusstsein und überzeugend einen Standpunkt vertreten
- Kennenlernen verschiedener Argumentationsarten
- Faire und unfaire Argumente, Killerphrasen und Totschlags-Argumente
- Geschickt debattieren, lebhaft besprechen und erörtern
- Respektvoller Umgang mit Gesprächs- und Diskussionspartnern

Das Seminar richtet sich speziell an Teilnehmer*innen im Alter von 15 bis ca. 21 Jahren und ist sehr praxisorientiert geprägt. Schulische, berufliche und private Situationen werden geübt, praktisch erprobt und vertieft.

Die Dozentin ist Gedächtnis- und Kommunikationstrainerin und Cheftrainerin des Roland Geisselhart Team NRW

Samstag, 25. Februar 2023, 10.00 - 17.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
8,67 UStd.; 67,- €
Anmeldung erforderlich

Y55115 Hilden

VHS-Intensiv: Schnellesen - aber mit Verstand

Christoph Dahms

Die Menge an wichtigen Informationen, die schnell aufgenommen und sicher erinnert werden müssen, nimmt kontinuierlich zu. Diese Aufgabe kann in der Zukunft nur durch effiziente Lese-, Merk- und Arbeitstechniken erfolgreich gelöst werden. Wir vermitteln den Teilnehmenden die wichtigsten Methoden der Lese- und Mnemotechnik in moderner Form, sodass sie auf die heutigen Bedürfnisse der Menschen zugeschnitten sind.

Die Grundlage dieses Kurzzeitseminars sind die bewährten Trainingskonzepte von Christoph Dahms. Einige praktische Übungseinheiten liefern professionelle Trainingsverfahren, die auch nach dem Seminar weiter fortgesetzt werden sollten. So können die Teilnehmenden ihre Schnellese- und Merkfähigkeiten trainierend erweitern.

Seminarinhalte

- wichtige Methoden des Schnelllesens
- schriftliche Informationen effizient erfassen und merken
- professionelle Merksysteme anwenden
- Texte effizient erfassen
- Lernen durch Wiederholung
- sich besser konzentrieren
- Assoziationsregeln (DPI) einsetzen
- Erfahrungen mit Teilnehmenden und Trainer austauschen
- Umsetzungshinweise für den effizienten nachhaltigen Praxistransfer
- bewährte Trainingsmöglichkeiten für die Zeit nach dem Seminar

Donnerstag, 2. März 2023, 17.30 - 21.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
3,75 ZStd.; 66,- € (incl. 14,- € für Lehrmaterial) Kursgebühr
incl. 14,- € für das Übungsheft
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende
Anmeldung erforderlich

Y55130 Hilden



KONFLIKTMANAGEMENT

Konflikte mutig managen - oder: Vom Risiko zur Chance

Karl-Heinz Simsheuser

.Im „Anhalter durch die Galaxis“ wird eine Brille beschrieben, die sich bei Gefahr abdunkelt. Das Gleiche macht unser Gehirn, wenn wir nicht wissen, wie wir mit Konflikten umgehen können. Wir werden sie erst gar nicht wahrnehmen oder wir verdrängen sie. Deshalb benötigen wir etwas Handwerkzeug und ein wenig Mut zur Veränderung. Das Training soll Sie in die Lage versetzen:

Konflikte frühzeitig zu erkennen

eigene Konflikte zu klären

einfache Konflikte von Kollegen oder Mitarbeitern zu moderieren.

Konflikte können nicht nur im privaten Umfeld sehr heftig werden, sie ziehen sich auch durch das Arbeitsleben. Häufig werden sie nicht mehr wahrgenommen, weil man sich schon an die jeweilige Situation gewöhnt hat. Dabei sind sie eine enorme emotionale Belastung für den Alltag. Konflikte kommen nicht plötzlich daher, sondern wachsen langsam bis sie eskalieren. Wenn dies geschieht, ist es meist zu spät für eine einfache Lösung und oft ist es sehr schwierig, die Streithähne zu einer Konfliktklärung zu führen, oder es kommt zu weiteren emotionalen Belastungen und oft unnötigen Trennungen. Deshalb ist es wichtig, Konflikte so früh wie möglich zu erkennen und zu klären. Dabei geht es um die Wahrnehmung und Einschätzung von Konflikten und um die passende Strategie und Vorgehensweise zur Konfliktklärung. Im Seminar können Sie eigene Konfliktkonstellationen einbringen oder an Übungsbeispielen üben, wie sie geschickt zu einer gemeinsamen Lösung kommen.

Wenn wir aus Angst vor den möglichen Folgen eines Konfliktes diesen vermeiden, geschieht meist das genau das, wovor wir Angst hatten. Mit etwas Mut und Veränderungsbereitschaft kann durch einen gemeinsam ausgetragenen Konflikt eine neue „Wahrheit und eine tragfähige und vertrauensvolle Beziehung entstehen - sowohl im Privaten wie auch im Beruf. Angestaute Vorwürfe können sich klären und es kann endlich eine positive Entwicklung stattfinden.

Im Wechsel von Lern- und Übungseinheiten erhalten Sie in zwei Tagen eine tragfähige Grundausbildung für den Umgang mit Konflikten

Samstag, 18. März 2023 und Sonntag, 19. März 2023, jeweils 9.00 - 16.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
16 UStd.; 129,- €
Anmeldung erforderlich

Y55150 Haan

TASTSCHREIBEN

Tastschreiben am PC - kompakt

Brigitte 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, 04.03.2023 , 11.03.2023
jeweils 16.00 - 18.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
5,33 UStd.; 49,- € (incl. 20,- € für Lehrmaterial) , (incl. 20,- € für Lehrmaterial)
ermäßigte Gebühr für Schüler/Studenten: € 39,-
Anmeldung erforderlich

Y55203 Hilden

JungeVHS - Tastschreiben am PC - kompakt für Jugendliche

Brigitte Weck

Kursbeschreibung siehe Y55203
Die Gebühr ist bereits ermäßigt und beinhaltet die Schulungshefte.

Samstag, 22.04.2023,
Samstag, 29.04.2023,
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)
Anmeldung erforderlich

Y55205 Haan



FINANZBUCHFÜHRUNG

Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung (Xpert Business)

Brigitte Weck

Die Ausbildung umfasst die Module Finanzbuchhaltung 1-3 sowie die jeweiligen Prüfungen dazu und wird im Herbst 2022 wieder angeboten. Folgende Inhalte werden behandelt:

Modul 1, 56 UStd.

Dieses Modul ist der klassische Einstieg für eine berufliche Qualifikation im kaufmännischen Bereich. Das Modul vermittelt 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. Das Modul 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.

Modul 2, 52 UStd.

In diesem Modul werden aufbauend auf den Kenntnissen des Moduls 1 die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisbezogen vertieft. Nach Abschluss des Moduls sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie fachgerecht zu bearbeiten.

Modul 3, 40 UStd.

Dieses Modul 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.

Im Anschluss an jedes Modul können Sie eine Xpert Business Prüfung ablegen; über die bestandene Prüfung erhalten Sie das jeweils entsprechende Xpert Business-Zertifikat

Nach erfolgreichem Abschluss aller drei Module erhalten Sie das Zertifikat „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung (XB)“ .

Ein neuer Lehrgang beginnt voraussichtlich im nächsten Semester., 18.00 - 21.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
gebührenfrei

Y55300 Hilden

Informationsabend zum Seminar „Finanzbuchführung“ Alles Wissenswerte zu unserer Xpert Business-Ausbildung

Brigitte Weck

Das Seminar „Finanzbuchführung“ ist auf bis zu drei Semester angelegt, startet wieder im kommenden Semester 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!

Donnerstag, 25. Mai 2023, 18.00 - 19.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
2 UStd.; gebührenfrei
Anmeldung erforderlich

Y55311 Hilden



BERUFLICHE ENTWICKLUNG

JungeVHS - Die beste Lücke deines Lebens Auslandsaufenthalte mit AIFS

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. Neue Länder und Kulturen kennenlernen, internationale Freundschaften knüpfen, Sprachkenntnisse aufpolieren, den eigenen Horizont erweitern & persönliche Entfaltung sind nur einige Vorteile, die ein Auslandsaufenthalt mit sich bringt.

AIFS ist führender Anbieter im Bereich Educational Travel und unterstützt die Teilnehmenden sowie deren Familien vor, während und nach ihrem Auslandsaufenthalt in allen Belangen

Verschaffe dir zusammen mit Freunden und Eltern einen ersten Überblick über die verschiedenen Möglichkeiten:

- Au Pair mit Aufgaben in der Kinderbetreuung und als Familienmitglied in einer Gastfamilie
- Reisen und Arbeiten nach Lust und Geldbeutel mit dem Working-Holiday-Visum
- ehrenamtliches Engagement in Freiwilligenprojekten im Natur- und Umweltschutz oder im sozialen Bereich
- Sommerjobs, Auslandspraktika und Farmaufenthalte
- Studium an einer renommierten Hochschule im Ausland
- Adventure Trips

Zielgruppe der Veranstaltung sind junge Erwachsene von 16 bis 30 Jahren und deren Eltern.

Mittwoch, 26. April 2023, 19.00 - 20.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
2 UStd.; gebührenfrei
Anmeldung erforderlich

Y55408 Hilden

Ich mache mich selbständig - aber wie? In Kooperation mit dem STARTERCENTER NRW beim Kreis Mettmann

Lars Brede

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.

Donnerstag, 23. März 2023, 18.00 - 20.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
2 ZStd.; gebührenfrei
Anmeldung erforderlich

Y55501 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.

DV-Beratung live

Wie finde ich den richtigen Computerkurs?

Manfred Brandt

Dienstag, 17.01.2023 , 24.01.2023 , 31.01.2023
jeweils 15.00 - 18.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
gebührenfrei

Y58001 Hilden

EDV-Beratung live

Wie finde ich den richtigen Computerkurs?

Manfred Brandt

Mittwoch, 25.01.2023 , 01.02.2023
jeweils 15.00 - 18.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
gebührenfrei

Y58002 Haan

EINSTEIGER-KURSE

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.

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, 18. März 2023 und Sonntag, 19. März 2023, jeweils
10.00 - 16.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
16 UStd.; 89,- €

Y58104 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.

6 x mittwochs, 18.30 - 21.00 Uhr
Beginn: 22. Februar 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
18 UStd.; 98,- €

Y58105 Hilden



Computer-Grundlagenkurs für die Generation 60+

Nachmittagskurs

Manfred Brandt

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.

6 x mittwochs, 14.00 - 17.00 Uhr
 Beginn: 22. Februar 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
 24 UStd.; 125,- €

Y58106 Hilden

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, 11. März 2023 und Sonntag, 12. März 2023, jeweils
 9.30 - 16.00 Uhr
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
 16 UStd.; 89,- €

Y58107 Hilden

VHS-Intensiv: Beeindruckende Präsentationen mit PowerPoint

Gabriele Schramm

Sie möchten lernen, wie man systematisch ohne überflüssigen Zeit- und Nerveneinsatz eine anschauliche und überzeugende Präsentation erstellt - mit einheitlichem Design, mit Inhaltsverzeichnis und anderen Kniffs & Tricks? Dann ist dies das richtige Seminar für Sie!

Folgende Inhalte werden vermittelt:

- Grundlayout erstellen mit dem Master
- Formatieren: Texte, Aufzählungen, Bilder
- Einfügen von Tabellen und Diagrammen
- Bildschirmpräsentation abrunden mit Animationen und Übergängen

Voraussetzung sind sichere Windows-Kenntnisse und Grundkennt-

nisse in Word.

Bitte bringen Sie einen USB-Stick für Ihre Daten mit.

Samstag, 4. März 2023 und Sonntag, 5. März 2023, jeweils
 9.00 - 16.00 Uhr
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
 16 UStd.; 89,- €
 Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y58108 Hilden

SCHNELL UND KOMPAKT

Intensiv-Seminar I - Word und Excel

Gabriele Schramm

Dieses Kompakt-Seminar richtet sich an Teilnehmer, die eine kompakte, praxisnahe Einführung suchen. An nur zwei Tagen lernen Sie 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 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)

Samstag, 11. Februar 2023 und Sonntag, 12. Februar 2023,
 jeweils 9.00 - 16.00 Uhr
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
 16 UStd.; 89,- €
 Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y58151 Hilden

Intensiv-Seminar II - Word, Excel, PowerPoint und mehr

Gabriele Schramm

Dieses Kompaktseminar richtet sich an Teilnehmer, die einen kompakten, praxisnahen, aufbauenden Grundkurs suchen. An zwei Tagen lernen Sie das Wichtigste, um Ihren PC mit der üblichen Büro-Standard-Software sicher nutzen zu können. Im Vordergrund steht das Microsoft Office-Paket 2016. Ein sicherer Umgang mit Windows 10, Arbeitsplatz, Windows-Explorer bzw. „Computer“, Kenntnisse entsprechend Kompaktseminar X58151 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)

Corona-Hinweis:

Dieses Seminar ist als Präsenzangebot in der VHS geplant. Abhängig von der aktuellen Lage kann das Seminar ggf. als (teilweises) online-Angebot durchgeführt werden. Dies ist derzeit nicht geplant aber falls es Betracht kommen sollte, würden wir mit den Teilnehmenden Kontakt aufnehmen und das weitere Verfahren abstimmen.

Samstag, 25. Februar 2023 und Sonntag, 26. Februar 2023, jeweils 9.00 - 16.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“, Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
16 UStd.; 89,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y58152 Hilden

AUFBAUKURSE UND SEMINARE

Computer-Aufbaukurs für die Generation 60+

Manfred Brandt

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 Kurs X58106 an. Wir arbeiten gemeinsam unter Berücksichtigung individueller Wünsche und Interessen in einem angepassten 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.

6 x mittwochs, 14.00 - 17.00 Uhr
Beginn: 19. April 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“, Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
24 UStd.; 125,- €

Y58203 Hilden

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. Y58105) 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: 19. April 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“, Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
18 UStd.; 98,- €

Y58204 Hilden

VHS-Intensiv: Kompaktseminar Word 2016

Uwe Bredigkeit

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, 6. Mai 2023 und Sonntag, 7. Mai 2023, jeweils 10.00 - 16.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
16 UStd.; 96,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y58205 Haan

VHS-Intensiv: Kompaktseminar Excel 2016

Michael Adams

In diesem Seminar lernen Sie das Tabellenkalkulationsprogramm Excel 2016 im Detail kennen. Vorkenntnisse im Umfang der Grundlagenkurse X58100 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, 22. April 2023 und Sonntag, 23. April 2023, 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

Y58206 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, 25. März 2023, 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

Y58207 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, 26. März 2023, 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

Y58208 Hilden

VHS-Intensiv: Kommunikation und Terminverwaltung mit Outlook

Uwe Bredigkeit

Der persönliche Informationsmanager Outlook 2016 stellt die Kommunikationszentrale im modernen Büro- und gehobenen Privatalltag dar. Vielfältige Möglichkeiten zum Umgang mit E-Mails 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, 25. Februar 2023, 10.00 - 16.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
8 UStd.; 48,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y58215 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, Folienesign, 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, 24. April 2023 bis Freitag, 28. April 2023, jeweils 8.30 - 15.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
40 UStd.; 210,- € incl. Lehrmaterial.
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende
Anmeldung erforderlich

Y58220 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. Achtung - Im Kurs beschäftigen wir uns mit dem Betriebssystem Windows - Linux-User sind hier leider falsch!

6 x donnerstags, 15.00 - 16.30 Uhr
 Beginn: 2. März 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
 12 UStd.; 65,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende
 Anmeldung erforderlich

Y58250 Hilden

ERSTE HILFE AM PC

Erste Hilfe für den PC - Was tun, wenn der Rechner nicht mehr will?

Uwe Bredigkeit

Computer können zwar eine Menge, aber sie können auch eine Menge Probleme bereiten.

Ein paar Beispiele:

Ihr PC ist extrem langsam, bestimmte Programme starten vielleicht gar nicht mehr oder frieren einfach ein?
 Zusatzgeräte wie Drucker verschwinden plötzlich aus der Anzeige?
 Sie möchten Programme installieren, ändern oder (ohne Datenverlust) entfernen?

In diesem Tagesseminar bekommen Sie Antworten und Hilfestellungen bei den wichtigsten Fragen. Viele Probleme lassen sich unter Windows mit „Bordmitteln“ lösen“, die aber oft einfach nicht bekannt sind. Für andere Fragen gibt es kostenlose Hilfsprogramme und Werkzeuge, mit denen Sie gewissermaßen erste Hilfe leisten können.

Leider wird es im Rahmen dieses Kurses nicht möglich sein, ganz individuelle Probleme auf eigenen Laptops zu lösen, bitte bringen Sie daher keine Computer mit. Sie werden aber an praktischen Beispielen viele Problemfälle kennenlernen und wir stellen Ihnen Strategien und Lösungsansätze vor.

Samstag, 11. März 2023, 10.00 - 16.30 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
 8 UStd.; 49,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende
 Anmeldung erforderlich

Y58260 Haan



JUNGE VHS EDV FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

JungeVHS - Fit am PC für Schülerinnen und Schüler

Gabriele Schramm

In diesem Wochenende 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. Für ausreichende Pausen ist natürlich gesorgt!

Samstag, 25. März 2023 und Sonntag, 26. März 2023, jeweils
10.00 - 15.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
12 UStd.; 49,- €

Y58311 Haan

JungeVHS - Powerpoint 4 Kids Erfolgreich Vorträge gestalten und Präsentieren

Gabriele Schramm

Mit PowerPoint lassen sich coole Referate für die Schule gestalten. In diesem Kurs lernt ihr den Umgang mit PowerPoint. Ihr erstellt eine Präsentation von A bis Z mit Text - Bildern und Animationen. Fügt evtl. Sounds und Videos, ebenso wie gekonnte Folienübergänge ein. Am Ende soll es ein interessanter und gekonnter Vortrag sein, mit dem ihr in der Schule überzeugen könnt. Gerne könnt ihr ein aktuelles Hausaufgaben Thema aus der Schule verwenden.

Gute Grundkenntnisse am PC solltet ihr schon haben. Zum Einsatz kommt die PowerPoint Version 2016. Bitte einen USB-Stick und einen Snack für die Mittagspause mitbringen! Der Kurs richtet sich an Kinder ab der 5. Klasse.

Samstag, 18. März 2023 und Sonntag, 19. März 2023, jeweils
10.00 - 15.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
12 UStd.; 49,- €

Y58314 Hilden

Gefahren in der „globalen Welt“ - Wie sicher ist das Internet?

Ein Abend mit vielen praktischen Live-Demonstrationen

Joachim Pütz

Im Zeitalter von E-Mails, Sozialen Netzwerken und Smartphone-Messaging-Systemen haben Betrugsaschen neue Namen erhalten: z.B. Phishing, Spoofing, Trojaner. 2020 wurden 61 Prozent der Internetnutzer und sogar 88% aller Unternehmen in Deutschland zu Opfern von Cyberkriminalität. Die Schadenssumme wird auf rund 220 Milliarden Euro geschätzt (Quelle: BITKOM 2021). Cyberkriminalität in der globalen Welt boomt ganz gewaltig und jedes Jahr steigt die Anzahl der Straftaten, die mit Hilfe des Internets begangen werden. Die Daten in Ihrem System können so 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, 11. Mai 2023, 18.30 - 21.45 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
4 UStd.; 21,50 €

Y58402 Hilden



SMARTPHONES & TABLETS APPLE

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: 14. März 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
9 UStd.; 49,- €

Y58411 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: 16. März 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
9 UStd.; 49,- €

Y58412 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 Y58411 oder Y58412 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 eBooks 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: 18. April 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
9 UStd.; 49,- €

Y58413 Hilden

SMARTPHONE & TABLETS ANDROID

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, 29. April 2023, 9.00 - 12.45 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
5 UStd.; 35,- €

Y58421 Hilden



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 Sie 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, 30. April 2023, 9.00 - 15.45 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
8 UStd.; 49,- €

Y58422 Hilden

RASPBERRY PI

Computer um 100 Euro! Einrichtung und Programmierung des Raspberry PI.

Thomas Steinbach

Der Raspberry PI (<http://www.raspberrypi.org/>) ist ein vollwertiger scheckkartengrosser Computer, der in der Version 4 sogar mit Ethernet, WIFI, Bluetooth, 2 HDMI und 4 USB2 Anschlüssen ausgestattet ist. Der PI bietet volle HD-Auflösung und kann direkt an einen Monitor oder einen Fernseher angeschlossen werden oder wie ein Server ohne Bildschirm und Tastatur im Fernmodus betrieben werden. In der neuesten Version ist die Electronic in ein Keyboard eingebaut (Pi400).

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 haben und diesen endlich richtig ans Laufen bringen wollen.

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 selbständig weiterzubetreiben. Es sind keine Kenntnisse von Linux oder Programmiersprachen notwendig, Grundkenntnisse werden im Kurs vermittelt. Im Kurs arbeiten die Teilnehmer am eigenen PI - bitte also mitbringen!

Samstag, 20. Mai 2023, 10.00 - 16.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
16 UStd.; 89,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Y58510 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?

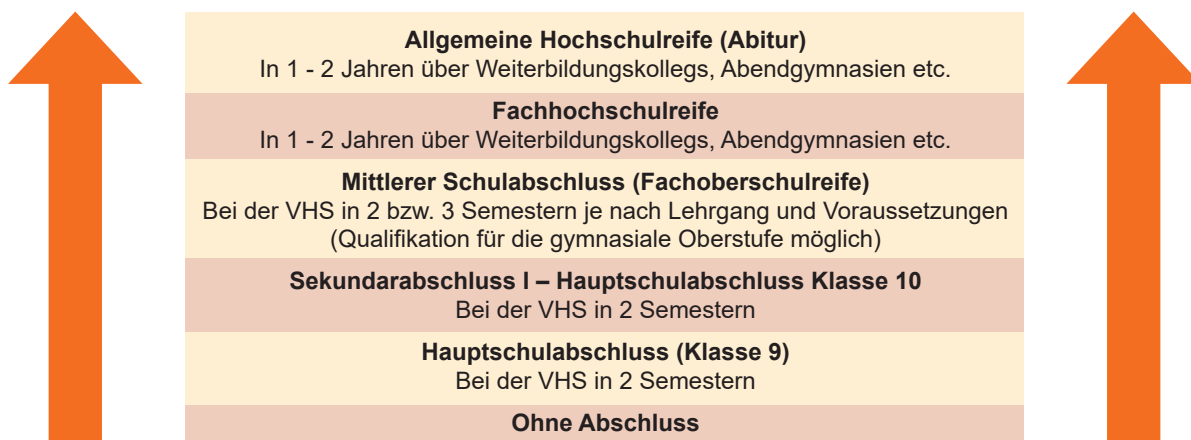
Aufgrund der Fülle der Möglichkeiten zum Erwerb eines Schulabschlusses ist eine **persönliche Beratung** zwingend erforderlich. Einen Termin vereinbaren Sie bitte unter 02103 - 967 56 12 bzw. -11.

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





ANMELDUNG UND BILDUNGSBERATUNG

Beratung:

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.

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!

Beratung und Anmeldung **nach tel. Vereinbarung in der** ehem. Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstraße 2, Hilden
Tel. 02103 – 967 56 -12 bzw. -11

Y601

SCHULABSCHLUSS-LEHRGÄNGE KLASSE 9, 10 & FOR

Hauptschulabschluss Klasse 9 Einjähriger staatlicher Lehrgang, 2. Semester

Teilnehmer ohne Schulabschluss können in **zwei Semestern** den Hauptschulabschluss erreichen.

Mo. – Fr., ca. 8.00 Uhr – 13.30 Uhr
Beginn des 2. Halbjahres am 30.1.2023
ehem. Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstraße 2, Hilden

Y612

Mittlerer Schulabschluss, Einjähriger staatlicher Lehrgang, 2. 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.

Mo. – Do., ca. 14.30 Uhr – 18.30 Uhr
Beginn des 2. Halbjahres am 30.1.2023
ehem. Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstraße 2, Hilden

Y608

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und des Europäischen Sozialfonds / REACT-EU als Teil der Reaktion der Union auf die COVID-19-Pandemie



EUROPÄISCHE UNION
Europäischer Sozialfonds
REACT-EU



Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



Mittlerer Schulabschluss

18-monatiger staatlicher Lehrgang, 2. 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 des 2. Halbjahres am 30.1.2023
ehem. Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstraße 2, Hilden

Y611.2



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)