

Volkshochschule Hilden-Haan
Entwurf des Arbeitsplans für das 2. Semester 2023
Inhaltsübersicht

Fachbereiche	Seite
1 Weltansichten: Europa, Politik und Gesellschaft, Umwelt und Natur, Mensch und Familie	1 - 23
2 Kunst-voll: Kultur, Kreativität und Hobby	24 - 35
3 Gesundes Leben: Kochen, Gesundheit, Bewegung und Entspannung	36 - 52
4 Verständigung: Deutsch und Fremdsprachen	53 - 75
5. Weiterkommen!: Berufliche Weiterbildung, EDV	76 - 93
6 Zweite Chance: Schulabschlüsse	94 - 96



RATHAUSGESPRÄCHE

Hildener Rathausgespräche zu Europa Deutschland und Polen 2023 - Alte und neue Asymmetrien vor den Wahlen zum Sejm (Hybrid-Veranstaltung)

in Zusammenarbeit mit der Europa-Union Haan

Felix Ackermann



„Deutschland und Polen sind so eng verflochten wie noch nie und liefern nun sogar gemeinsam Panzer an die Ukraine. Dennoch wird die Stimmung immer schlechter.“ schrieb die „Zeit“ im April 2022. Dass das schwierige Verhältnis sich hauptsächlich auf Regierungsebene widerspiegelt, ist ein Glücksfall. Auf gesellschaftlicher und wirtschaftlicher Ebene gibt es schließlich gut funktionierende Beziehungen auf allen Ebenen. Die Beziehungen auf Ebene der bilateralen Politik jedoch werden belastet durch gegenseitige Vorhaltungen und Misstrauen. Zusätzlich befindet sich die Politik Polens im Wahlkampfmodus, im Herbst sind Parlamentswahlen.

Vom 16. bis zum 21. September plant die Europa-Union Haan in Kooperation mit der Europa-Union Leverkusen eine Studienreise nach Polen - bringen Sie sich im Vorfeld hierzu auf den neuesten Stand. Mehr Infos zu der Reise auf: <https://haan.europa-union.de/>

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.

Mittwoch, 06.09.2023

19.30 - 21.00 Uhr

Bürgerhaus Hilden; Mittelstr. 40, Alter Ratssaal, Hilden
2 UStd.; gebührenfrei

Z10003 Hilden

Haaner Rathausgespräche zu Europa - Moritz Körner im Gespräch (Hybrid-Veranstaltung)

in Zusammenarbeit mit der Europa-Union Haan und
der Stabsstelle Wirtschaftsförderung, Tourismus und
Kultur der Stadt Haan

Moritz Körner

Moritz Körner ist seit 2019 Mitglied des Europäischen Parlaments aus dem Kreis Mettmann und als Vertreter der FDP-Europaabgeordneten Mitglied des Präsidiums der FDP. Zuvor war er seit 2017 Abgeordneter im Landtag Nordrhein-Westfalen. Er ist außerdem Generalsekretär der FDP Nordrhein-Westfalen.

Im Innenausschuss des EU-Parlaments engagiert er sich gegen Grundrechtsverletzungen und für eine effizientere Verbrechenbekämpfung auf europäischer Ebene.

Außerdem sind seine Anliegen eine freie Presse und eine unabhängige Justiz überall in Europa.

Im Rahmen dieses Rathausgesprächs haben Sie die Möglichkeit, mehr über seine Arbeit im Europäischen Parlament zu erfahren und Ihre Fragen an ihn zu richten.

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, 30.10.2023

19.30 - 21.00 Uhr

Rathaus, Kaiserstraße 85, Haan

Ratssaal

2 UStd.; gebührenfrei

Z10004 Haan

PARTNERREGION 2023: SIZILIEN

Wir kochen ein Menü aus der sizilianischen Regionalküche

Kochabend in Zusammenarbeit mit der Europa-Union
Haan

Peter Kannemann / Steffen Borth

Passend zur Partnerregion 2023 „Sizilien“ kochen wir auch im Herbst ein italienisches Menü aus der sizilianischen Regionalküche.

Lassen Sie sich überraschen!

Die anfallenden Kosten werden auf die Teilnehmer umgelegt.

Freitag, 20. Oktober 2023, 17.00 - 22.00 Uhr

Küche im Schulzentrum Walder Str. 15, Haan

Zufahrt über Wiesengrundstraße

5 ZStd.; gebührenfrei

Z10008 Haan

Multivision: Sizilien - Große Theater und süßes Leben

in Kooperation mit der Europa-Union Haan

Michael Murza



»Italien ohne Sizilien macht gar kein Bild in der Seele; hier ist erst der Schlüssel zu allem«, so schwärmte einst der deutsche Dichterehrwürdige Johann Wolfgang von Goethe während seiner großen Italienreise. Naturliebhaber schätzen den »Garten des Mittelmeers«, wie Sizilien auch genannt wird, wegen der üppigen Vegetation. Im Frühling wird der Reisende von einer Vielzahl an Wildblumen wie Orchideen, Jasmin oder Bougainvillea begrüßt. Das ist auch die Zeit der Orangenernte. Zitronen werden sogar bis zu viermal im Jahr geerntet. Die fruchtbaren vulkanischen Lavaböden an den Hängen des Ätnas machen es möglich.

Das geografisch markanteste Merkmal Siziliens ist der aktive Vulkan Ätna, der mit 3345 m zugleich die höchste Erhebung der Insel bildet. Weitere aktive Vulkane befinden sich auf den vorgelagerten Äolischen Inseln im Nordosten - Stromboli ist sicherlich der Bekannteste. Aber auch Kulturinteressierte kommen voll auf ihre Kosten. Die zentrale Lage Siziliens im Mittelmeer hat die wechselhafte Geschichte dieser Insel geprägt. Griechen, Römer, Araber, Normannen und Staufer traten als neue Eroberer auf und haben ihre Spuren in der



Kultur Siziliens hinterlassen. Die eindrucksvollsten Zeugnisse dieser Epochen stehen heute unter dem Schutz der UNESCO und sind viel besuchte Weltkulturgüter: Das Tal der Tempel bei Agrigent, die Barockstädte im Val di Noto oder die normannisch-arabischen Bauwerke in der Provinz von Palermo gehören dazu.

Palermo - die Hauptstadt Siziliens - bietet derart viele Attraktionen, dass man gar nicht weiß, wo man anfangen soll: Schreiend bunte und duftende orientalische Märkte, der Goldglanz der byzantinischen Mosaiken in den vielen Kirchen, eine Anti-Mafia-Kultur, eine junge Kunstszene und das größte Opernhaus Italiens. Diese Sehenswürdigkeiten sollte sich der Sizilienreisende nicht entgehen lassen. Von dem malerischen Ort Cefalú an der Nordküste Siziliens geht es weiter zu den Äolischen Inseln. Die Inselgruppe ist von außergewöhnlicher Schönheit und gehört zum UNESCO-Weltnaturerbe.

Sizilien, so resümiert Michael Murza, überrascht immer wieder mit Unerwartetem und ist facettenreicher, als sich das so mancher vorstellen ...

Freitag, 15. Dezember 2023, 19.00 - 21.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Strangmeier-Saal
2 ZStd.; 10,- € (Barzahlung vor Ort möglich, eine Anmeldung garantiert aber die Teilnahme bei hohem Interesse und eine Information über Ausfall/Verschiebung.)

Z10009 Hilden

EUROPA UNTERWEGS

“Ebbelwoi und Bankenhochburg“ - die Stadt der Gegensätze

Tagesexkursion nach Frankfurt am Main in Zusammenarbeit mit der Europa-Union Haan

Martin Kurth

Als Sitz der Europäischen Zentralbank, der Deutschen Börse und der meisten deutschen Bankhäuser ist Frankfurt in Deutschland der Finanzplatz Nr. 1 - nicht umsonst trägt die Metropole den Spitznamen „Mainhattan“. Aber auch in den Geschichtsbüchern hat die Stadt ihren festen Platz: Hier wurden einst die römisch-deutschen Kaiser gewählt und in der Paulskirche tagte 1848/49 mit der Nationalversammlung das erste deutsche Parlament.

Lernen Sie das historische und das aktuelle Frankfurt zunächst zu Fuß kennen. Nach einer Mittagspause zeigen wir Ihnen mit dem Bus das moderne Finanzzentrum der Mainmetropole. Abgeschlossen wird der Tag durch einen Besuch der Europäischen Zentralbank.

Sämtliche Eintrittspreise und Führungen sowie der Transfer in einem modernen Reisebus sind in den Gebühren enthalten.

Bitte führen Sie unbedingt einen gültigen Personalausweis oder Reisepass mit sich.

Ziele und Abläufe können sich kurzfristig verändern.

Abfahrt:

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

07:15 Uhr Hilden: Am Lindenplatz, an der PKW-Ausfahrt Baustraße

Rückkehr: ca. 21.00 Uhr

Mittwoch, 6. September 2023, 8.00 - 19.00 Uhr
Treffpunkt: siehe Ausschreibungstext
11 ZStd.; 53,- €

Z10010 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 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, 31.08.2023, 28.09.2023, 26.10.2023, 30.11.2023
jeweils 19.00 - 20.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
8 UStd.; gebührenfrei

Z10011 Haan

VERANSTALTUNGEN DER EUROPA-UNION HAAN

Boule-Turnier der Europa-Union Haan

Die Erfahrungen der letzten Jahre haben gezeigt, dass dieses französische Spiel mit den silbernen Kugeln und dem kleinen Holzschweinchen auch die begeistern kann, die erstmalig die Kugeln



über den Parkweg werfen. Und meistens haben die Anfänger auch noch gewonnen. Um hierbei auch die französische Lebensart und Gemütlichkeit ein wenig zu spüren, wird die Europa-Union Haan in das Spiel einführen und spielbegleitend für Wein, Käse und Baguettes sorgen.

Eine Anmeldung über die VHS ist nicht möglich. Anmeldungen bitte ausschließlich an haan@europa-union.de.

Mehr Infos zu den Teilnahmebedingungen über die Internetseite der Europa Union Haan unter haan.europa-union.de.

Dienstag, 03.10.2023
14.00 - 17.00 Uhr
Park Ville d'Eu
Infos und Anmeldung: haan@europa-union.de

Grünkohlessen der Europa-Union Haan

Anlässlich des westfälischen Friedensschlusses zum Ende des Oktobers 1648, der den Dreißigjährigen Krieg in Deutschland beendete und aufgrund der guten Resonanz zum vergangenen Grünkohlessen, lädt die Europa-Union Haan alle Europafreunde ein, gemeinsam und entspannt zum 4. Grünkohlessen in der Gaststätte -Zur Brücke- zusammenzukommen. Der Name -Zur Brücke- ist ein bedeutsamer Name für ein geeintes, freies und friedliches Europa. Der Essenspreis wird rechtzeitig festgeschrieben.

Eine Anmeldung über die VHS ist nicht möglich. Genaue Infos und Anmeldungen bitte ausschließlich an: wolfgang.jegodowski@t-online.de

Mittwoch, 01.11.2023
18.00 - 20.00 Uhr
Gaststätte Zur Brücke, Dieker Str. 5
Infos und Anmeldung: wolfgang.jegodowski@t-online.de

GESCHICHTE

Hildener Stadtgeschichte

Teil 2: Hilden-Mitte-Ost

Gerhard Wollmann

Die Hildener Industrie Geschichte war im 20 Jahrhundert geprägt von der Textil-, der Stahl- und Eisen-, der Leder-, der Chemie-, der Lebensmittelindustrie und dem Maschinenbau.

Wir wollen uns anhand von alten Bildern auf die Spurensuche begeben und herausfinden, welche Spuren der ehemaligen Firmen sich noch heute finden lassen. Im Seminarvortrag starten wir in Hilden-Mitte und bewegen uns nach Osten.

Donnerstag, 10. August 2023, 18.30 - 20.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 UStd.; 6,- € (Barzahlung vor Ort möglich, eine Anmeldung garantiert aber die Teilnahme bei hohem Interesse und eine Information über Ausfall/Verschiebung.)

Z11001 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, 07.09.2023, 19.10.2023, 09.11.2023,
14.12.2023,
jeweils 10.30 - 12.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
8 UStd.; 9,- €

Z11002 Hilden

Krieg und Frieden im alten Haan Historisch-literarischer Gesprächskreis



Martin Banniza

Aktuelle Jubiläen wie „375 Jahre Westfälischer Frieden“ oder „75 Jahre Währungsreform“ rufen uns Krieg, Friedensschlüsse und Nachkriegszeiten in einer historischen Dimension in Erinnerung - die aktuelle Weltlage lehrt uns einmal mehr, dass diese Themen ihren Platz in der Menschheitsgeschichte nicht verloren haben.

Die vielfachen Folgen des Ukraine-Krieges bis in deutsche Wohnzimmer hinein lassen erahnen, um wieviel mehr in früheren Zeiten kriegerische Auseinandersetzungen das Leben der kleinen Leute bestimmt hat. Zur „Alltagsgeschichte“ („Grabe, wo du stehst !“) gehört auch die Militärgeschichte, auch wenn sich uns dies erst auf den zweiten Blick erschließt. Neben dem Einfluß der Naturgewalten auf z. B. die Landwirtschaft und der Prägung der Menschen durch Religion und Kirche waren es vor allem die Folgen von militärischen Auseinandersetzungen, die das Dasein bestimmten. Der Ausdruck „verheerend“ im heutigen Sprachgebrauch gibt davon beredtes Zeugnis! Auch im dörflichen, später kleinstädtischen Haan war das nicht anders!

Wir wollen der Frage nachgehen, wie die größeren Darstellungen zur Haaner Geschichte von 1928, 1959, 1991 und 2021 den Themenbereich behandeln.

Wir schauen uns die Motive der Graphiken und Gemälde von Carl Barth (1896-1976) an, der 1917 Kriegsinvalide wurde.

Wir lesen gemeinsam Teile aus „Lemuria - Aufzeichnungen und



Meditationen“ (1947) von Emil Barth (1900-1958), ergänzt um weitere Texte des Haaner Dichters sowie von Wolfgang Niederhagen (*1933) und sogar von Mundartautoren, denen wir sonst eher derb-lustige Texte zuschreiben.

Was sagen uns die Mahnmaile von 1957 und 2017 auf dem Karl-August-Jung-Platz ?

Wie umgehen mit den Bezeichnungen von Straßen in Haan (z. B. Sedanstraße) ?

Was können Städtepartnerschaften heute noch bewirken ?

1. Termin: Vom Mittelalter bis zu den Kriegen des 19. Jhdts.
2. Termin: Der Erste Weltkrieg (1914-1918)
3. Termin: Der Zweite Weltkrieg (1939-1945) - Teil 1: 1939-1942
4. Termin: Der Zweite Weltkrieg (1939-1945) - Teil 2: 1943 - 1945
5. Termin: Nachkriegsjahre bis zur Gegenwart - Rückblick und Ausblick

Dienstag, 17.10.2023, 24.10.2023, 31.10.2023, 07.11.2023, 14.11.2023
jeweils 15.00 - 16.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
10 UStd.; 30,- €

Z11003 Haan

900 Jahre Zisterzienserklöster im Rheinland

eine kulturell-kulinarische Zeitreise

Martin Banniza

Wer den Domladen in Altenberg besucht, kann leicht das Gefühl für Zeit und Raum verlieren wie einst der legendäre Mönch von Heisterbach - zwei Klöster des 12. Jahrhunderts mit unterschiedlichen Schicksalen nach der Säkularisation von 1803. Was verbindet sie im Jubiläumsjahr der ersten deutschen Niederlassung Kamp (1123) und zugleich des Ordens selbst, gegründet vor 925 Jahren, mit den wiederbelebten mittelalterlichen Standorten Marienstatt (1888) und Himmerod (1922-2017) und den Neugründungen Langwaden (1961) und Stiepel (1988)?

Worüber diskutierten der Zisterzienser Bernhard von Clairvaux (1090-1153) und Hildegard von Bingen (1098-1179)? Wie schmecken 2023 die Leckereien und Liköre aus dem Klosterladen oder dem Museumsshop?

Der Dozent ist dem Altenberger Dom seit Jahrzehnten durch verschiedene Tätigkeiten verbunden und schlüpft nun in die Rolle des Cellerarius. Jetzt geht es ans Eingemachte! Vielleicht auch um die Wurst! Auf jeden Fall um Spirituelles! Die Lebensmittelkosten (12,- € p. P.) werden direkt beim Dozenten bezahlt. Bitte bringen Sie zwei Likörgläschen und ein (kleinformatiges) Besteck mit!

Freitag, 27. Oktober 2023, 16.00 - 18.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
16,- €

Z20601 Haan

“Die Bergische Küche - ein kulinarischer Streifzug durch acht Jahrhunderte“

Kulinarischer Vortrag

Olaf Link

Olaf Link, Autor zahlreicher Bücher zur Sozial- und Kulturgeschichte des Bergischen Landes, zeichnet in diesem Vortrag die Entwicklung der Essgewohnheiten in dieser Region nach. Erfahren Sie Interessantes zum Beispiel über Speisefolgen, Tischsitten und ihren Wandel in den verschiedenen Jahrhunderten.

Die eine oder andere bergische Leckerei aus der Kaffeetafel wird nach dem Vortrag auch serviert...

Donnerstag, 30. November 2023, 16.00 - 17.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
2 UStd.; 20,- €

Z11005 Haan

Webinar: Globale Migration vom 19. Jahrhundert bis in die Gegenwart

Jochen Oltmer

Migration war von Beginn der Geschichte der Menschheit an ein wesentliches Element gesellschaftlichen Wandels. Deshalb ist die Vorstellung falsch, dass räumliche Bevölkerungsbewegungen - auch über weite Distanzen - eine Erscheinung der Moderne oder gar nur der Gegenwart seien. Und nicht erst im Kontext der Entwicklung des Flugzeugs lässt sich eine interkontinentale Migration erheblichen Umfangs ausmachen.

Von globaler Migration, also von räumlichen Bewegungen über die Grenzen von Kontinenten, kann in großem Umfang seit dem frühen 19. Jahrhundert gesprochen werden. Um 1900, auf dem Höhepunkt der Abwanderung von Europäern, wurde gleichzeitig Europa allmählich ein Einwanderungskontinent, zu dem er sich nach dem Zweiten Weltkrieg dann endgültig wandelte.

Der Webvortrag soll mit einer langen, die vergangenen 200 Jahre umschließenden Perspektive deutlich machen, warum Menschen überhaupt migrieren, welche Bedingungen gegeben sein müssen, damit Migration stattfinden kann und auf welche Weise und mit welchen Ergebnissen Gesellschaften über die Hintergründe, Bedingungen und Folgen von Migration sprechen.

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, 24. Januar 2024, 19.00 - 20.00 Uhr
online-Angebot;
1 ZStd.; 7,50 €

Z11007 Hilden

DIE GLOBALE PERSPEKTIVE

Die globale Perspektive - Der chinesische Weg

In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden und der Stadtbibliothek Hilden

Patrick Kessler

Relativ unabhängig von konkreten Themen aus der chinesischen



Politik, vom derzeitigen politischen System Chinas und von der nach wie vor beeindruckenden wirtschaftlichen Entwicklung des Landes, aber auch relativ unabhängig von Problemen wie der Missachtung von Menschenrechten macht es häufig den Eindruck, die chinesische Sicht auf die Welt ist eine fundamental andere als „unsere“ westliche. Deshalb soll in diesem Vortrag ein Verständnis für die Strategien und Denkweisen Chinas hergestellt werden. Was am „chinesischen, politischen Denken“ ist Grundlage für die politischen Strategien des Landes?

Mittwoch, 20. September 2023, 18.30 - 20.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 UStd.; 8,- € (Barzahlung vor Ort möglich, eine Anmeldung garantiert aber die Teilnahme bei hohem Interesse und eine Information über Ausfall/Verschiebung.)

Z11111 Hilden

Webinar: Indien: Supermacht, Kulturnation und Schwellenland

Heinz-Werner Wessler

Indien und China sind die beiden „asiatischen Riesen“. Bisher war die Volksrepublik China bevölkerungsmäßig das größte Land der Welt. Doch 2023 gibt es mehr Inderinnen und Inder als Chinesinnen und Chinesen. In beiden Ländern leben jeweils mehr als 1,4 Milliarden Menschen. Die Mittelschicht wächst, doch auch die Armut ist nach wie vor erdrückend. Und immer mehr Menschen zieht es in die großen Metropolen, in deren Betonwüsten die immense Luftverschmutzung im Winter inzwischen immer wieder lebensgefährliche Werte erreicht. Gleichzeitig hat Indien das Pariser Klimaabkommen gezeichnet und investiert in großem Stil in ressourcenschonende Energieproduktion. Im Jahr 2024 sind nationale Wahlen angesagt: Es sieht nach einem leichten Spiel für die regierende hindu-nationalistische Regierungspartei BJP und Premierminister Narendra Modi aus. Immerhin: Bei aller berechtigten Kritik ist Indien immer noch ein Bollwerk der Demokratie im Vergleich zum Autoritarismus Chinas.

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

Z11113 Hilden

Die Globale Perspektive: Der internationale Blick auf den Ukrainekrieg

In Kooperation mit der Evangelischen
Erwachsenenbildung Hilden und der Stadtbibliothek
Hilden

Rainer Lenzen

Am 24. Februar 2022 griffen russische Truppen die Ukraine aus mehreren Richtungen mit dem Ziel an, die ukrainische Regierung zu stürzen und durch ein prorussisches Regime zu ersetzen. Seitdem

unterstützen zahlreiche NATO-Staaten die Ukraine unter Anderem durch die Lieferung teils schwerer Waffen.

Nicht nur Kritiker der Waffenlieferungen führen jedoch an, die einseitige Verurteilung Russlands im Ukraine-Krieg sei eine rein westliche und somit global eine „Minderheitenposition“. Wie ist der Blick auf den Ukraine-Krieg in China, Latein- und Südamerika und in ausgewählten afrikanischen Staaten? Wie verhalten sich die Regierungen dieser Staaten gegenüber den Kriegsparteien und warum?

Donnerstag, 23. November 2023, 18.30 - 20.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 UStd.; 8,- € (Barzahlung vor Ort möglich, eine Anmeldung garantiert aber die Teilnahme bei hohem Interesse und eine Information über Ausfall/Verschiebung.)

Z11116 Hilden

Friedenspolitik nach der Zeitenwende In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden und der Stadtbibliothek Hilden



Christoph Bongard

In dem 1990er Jahren schlossen sich Friedensgruppen und kirchliche Initiativen im „Forum Ziviler Friedensdienst“ zusammen, um die Idee eines Zivilen Friedensdienstes zu entwickeln und politisch durchzusetzen. Heute ist das forumZFD eine der größten Organisationen im Bereich der praktischen Friedensarbeit in Deutschland. Die Organisation bildet an ihrer Akademie Friedens- und Konfliktberater*innen aus und arbeitet im westlichen Balkan, in der Ukraine, im Nahen Osten und in Südostasien sowie mit einem Programm zur Konfliktberatung für Kommunen in Deutschland.

Was kann zivile Friedensarbeit in den Konflikten von heute leisten? Wieviel Unterstützung erfährt sie von Seiten der Politik? Darüber spricht Christoph Bongard, Leiter Kommunikation & Politik des forumZFD.

Donnerstag, 7. Dezember 2023, 18.30 - 20.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 UStd.; gebührenfrei

Z11118 Hilden

POLITIK UND ÖKONOMIE

Bürgerschaftliches Engagement und Kultur des Miteinanders



Die Kunst des gemeinsamen Denkens und
Handelns

In Kooperation mit der Evangelischen
Erwachsenenbildung Hilden

Gudrun Knittel

Wer in seiner Stadt etwas verändern will oder sich in der Gesellschaft engagieren, bekommt es mit ganz verschiedenen Herausforderungen zu tun. Unsere politische Kultur lädt zu gesellschaftlichen Initiativen und bürgerschaftlichem Engagement nicht unbedingt ein. Kommunale Strukturen sind mitunter spröde und Diskurse verlaufen



nicht selten in vorgefertigten Bahnen. Wir können wir unsere politische Kultur beleben und als Bürger*innen handlungsfähig werden? Ideen entfalten und Gleichgesinnte finden, Pläne konkretisieren und Umsetzungswege bewandern, mit Anderen gemeinsame Lösungen erarbeiten ...

In diesem Nachmittags-Workshop werden inspirierende Beispiele vorgestellt und gesammelt. Im Dialog nach David Bohm können sich eigene Anliegen klären und Anregungen erfahren. Verbundenheit wird spürbar und für Auseinandersetzungen mit Anders-Denkenden im eigenen Umfeld können stärkende Erfahrungen gesammelt werden.

Samstag, 9. September 2023, 14.00 - 17.30 Uhr
Gemeindezentrum Reformationskirche, Markt 18, Hilden
3,5 ZStd.; 15,- €

Z11122 Hilden

Sex und Gender

Sylvia Scholten



Wer bei diesem Vortrag Ausführungen zum Gendersternchen erwartet, wird enttäuscht werden! Stattdessen können Sie Informationen zur vorgeburtlichen Entwicklung des biologischen Geschlechts und dem aktuellen Stand der wissenschaftlichen Forschung zur Entstehung von Homo-, Inter- und Transsexualität erwarten. Der Vortrag ist so angelegt, dass Sie die Zusammenhänge auch ohne naturwissenschaftliche oder medizinische Vorbildung verstehen werden!

Mittwoch, 27. September 2023, 18.00 - 19.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 UStd.; 7,- € (Barzahlung vor Ort möglich, eine Anmeldung garantiert aber die Teilnahme bei hohem Interesse und eine Information über Ausfall/Verschiebung.)

Z11123 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. 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.

Montag, 23. Oktober 2023, 04. Dezember 2023
jeweils 17.00 - 12.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
gebührenfrei

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

23. Oktober: Z31411 Hilden
04. Dezember: Z31412 Hilden

Mehr Demokratie durch das Losverfahren? Mit gelosten Bürgerräten Politik einladend gestalten In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden



Achim Wölfel

Geloste Beteiligungsverfahren sind in aller Munde. Ihr Vorteil gegenüber herkömmlichen Verfahren: Die Teilnehmenden bilden durch die Zufallsauswahl einen Querschnitt der Bevölkerung ab. So kommen auch jene Stimmen in der politischen Debatte zu Wort, die sonst gerne überhört werden, etwa die von Alleinerziehenden, Menschen ohne Hochschulabschluss oder mit Migrationshintergrund. Bürgerräte tagen zeitlich begrenzt und erarbeiten dann Empfehlungen zu einem bestimmten Thema, die sie der Politik überreichen. Im Koalitionsvertrag der neuen Regierung sind zwei landesweite Bürgerräte festgehalten. Und auch immer mehr Städte und Gemeinden stehen in den Startlöchern, um das Losverfahren zu erproben. Der Vortrag stellt das Format des gelosten Bürgerrats, Möglichkeiten und Grenzen sowie die aktuelle Praxis dazu vor.

Nach einem politikwissenschaftlichen Studium in Frankfurt am Main, Köln und Padua war Achim Wölfel zunächst für die Friedrich-Ebert-Stiftung tätig. Seit 2019 arbeitet er für den bundesweit tätigen Demokratieverein Mehr Demokratie e.V. und leitet dort heute den nordrhein-westfälischen Landesverband des Vereins.

Mittwoch, 25. Oktober 2023, 19.00 - 20.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 UStd.; 6,- € (Barzahlung vor Ort möglich, eine Anmeldung garantiert aber die Teilnahme bei hohem Interesse und eine Information über Ausfall/Verschiebung.)

Z11125 Hilden

Politischer Dialog - Geht das mit mehr Respekt und gegenseitigem Verständnis?



In Kooperation mit der Evangelischen
Erwachsenenbildung Hilden

John Gather

Kennen Sie das? Öffentliche Situationen, in denen der politische Dialog immer mehr einem Kriegszustand ähnelt? Teilweise bricht der Dialog in Talkshows zusammen; Menschen unterbrechen einander, heben die Stimme, oder reden gleichzeitig aufeinander ein, wenn ihnen scheinbar jeglicher Raum zum Zuhören abhandenkommt. Vielleicht geht es Ihnen auch selber manchmal so in ihrem professio-



nellen oder privaten Umfeld oder Sie meiden politische Themen, weil Sie wenig Hoffnung haben, dass etwas Gutes dabei herauskommt. In diesem Kurs widmen wir uns an drei Abenden jeweils einem kontroversen politischen Thema und nutzen Basisprinzipien der Wertschätzenden Kommunikation um den Dialog auf eine respektvolle und verständnisvolle Weise zu führen. Wir nehmen uns Zeit zu verstehen, was den Menschen jeweils hinter den konkreten Meinungen und Standpunkten wichtig ist, sowohl was uns selbst als auch was andere betrifft. Die Abende beinhalten etwa 20 Prozent Input und 80 Prozent Dialogpraxis in Kleingruppenarbeit.

3 x donnerstags, 18.30 - 20.45 Uhr
Beginn: 2. November 2023
Gemeindezentrum Reformationskirche, Markt 18, Hilden
9 UStd.; 33,- €

Z11126 Hilden

Unauslöschlich? Die Auswirkungen von Traumata auf einzelne und die Gesellschaft



In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden und der Stadtbibliothek Hilden

Mathilde Tepper

Ein Trauma ist eine Wunde. Es gibt körperliche und seelische Wunden: Zwei Drittel der Menschen, die den zweiten Weltkrieg erlebt haben, haben traumatische Erfahrungen machen müssen. Auch viele andere Menschen haben Traumata erlitten: durch Krieg oder sexuelle Gewalt, durch Unfälle, als Augenzeugen oder durch andere tiefgreifende Erlebnisse. Diese traumatischen Erfahrungen haben für die meisten Betroffenen - und ihre Nachfahren - häufig schwerwiegende langfristige Folgen. Zahlreiche Flüchtlinge, die zu uns gekommen sind, haben traumatische Erfahrungen gemacht - in ihren Heimatländern und/oder auf der Flucht. Das hinterlässt Spuren. Folgen von Traumata kennen und deuten zu lernen, ist wichtig und erleichtert das Verständnis füreinander. Es hilft, Umgangsweisen mit traumatisierten Menschen zu finden. Welche Auswirkungen haben jedoch Traumata auf die nächste(n) Generation(en)? Auf die Gesellschaft? Wir fragen nach und erfahren, was betroffene Menschen brauchen und was ihnen helfen kann.

Dienstag, 7. November 2023, 18.30 - 20.45 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
3 UStd.; 12,- €
Achtung: Anmeldeschluss ist der 30. Oktober 2023!

Z11127 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.

In der ersten Projektphase haben kleine Gruppen von Bürger*innen ihre Kommune erkundet, um einen anderen Blick für die Kommune zu entwickeln. Sensibilisiert für die Kommune wurden ein oder mehrere Projekte erarbeitet, die das Ziel verfolgen, einen Beitrag zur nachhaltigen Stadtentwicklung zu leisten.

Nun sollen die Gruppen von professioneller Beratung und fachlichem Input durch Expert*innen profitieren. Das ganze passiert im Rahmen einer gemeinsamen Online-Tagung. Auch wenn Ihre Kommune nicht am Projekt beteiligt ist, sind Sie herzlich eingeladen, an der Tagung teilzunehmen. Der genaue Termin, die Expert*innen und die Themen stehen erst im Sommer fest und werden unter dieser Seminarnummer online veröffentlicht. Melden Sie sich bereits jetzt gebührenfrei an, dann erhalten Sie alle notwendigen Infos auch per Mail.

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

Termin wird auf www.vhs-hilden-haan.de noch bekanntgegeben.
online-Angebot;
gebührenfrei

Z11135 Hilden

VERANSTALTUNGSREIHE ZUM THEMA ANTISEMITISMUS

Israelbezogener Antisemitismus - Vortragsabend mit Dr. Alexander Friedman



In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden und der Stadtbibliothek Hilden

Alexander Friedman

Antisemitismus richtet sich nicht nur gegen Jüdinnen und Juden, sondern in vielen Fällen auch gegen den jüdischen Staat Israel. Aus antisemitischen Denkmustern heraus wird Israel als jüdischer und demokratischer Staat grundsätzlich delegitimiert und in Frage gestellt. Auch wird die Politik Israels häufig mit anderen, strengeren Maßstäben gemessen, als die Politik anderer Staaten.

Mittwoch, 15. November 2023, 18.30 - 20.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 UStd.; 8,- € (Barzahlung vor Ort möglich, eine Anmeldung garantiert aber die Teilnahme bei hohem Interesse und eine Information über Ausfall/Verschiebung.)

Z11140 Hilden



Antisemitismus im Alltag - Ein Abend mit Juna Grossmann



In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden und der Stadtbibliothek Hilden

Juna Grossmann

Juna Grossmann, geboren 1976 in (Ost-)Berlin, hat Sonderpädagogik studiert und arbeitet seit vielen Jahren in Gedenkstätten und Museen. Seit 2008 betreibt sie den Blog irgendwiejuedisch.com und engagiert sich ehrenamtlich bei meetajew.org.

An diesem Abend liest Juna Grossmann Auszüge aus ihrem 2018 erschienenen Buch „Schonzeit vorbei - Über das Leben mit dem täglichen Antisemitismus“ und ihrem Blog. Vor allem aber möchte sie im Anschluss daran mit Ihnen ins Gespräch kommen.

Mittwoch, 22. November 2023, 18.30 - 20.00 Uhr
Stadtbibliothek Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
2 UStd.; 8,- € (Barzahlung vor Ort möglich, eine Anmeldung garantiert aber die Teilnahme bei hohem Interesse und eine Information über Ausfall/Verschiebung.)

Z11142 Hilden

Antisemitismus - Filmabend: Auf der Suche nach Fritz Kann



In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden und der Stadtbibliothek Hilden

Marcel Kolvenbach folgt in seinem Film den Spuren des ersten Mannes seiner Großmutter: des Juden Fritz Kann. Dieser wurde 1942 - genau 9 Monate vor der Geburt des Vaters des Filmemachers - deportiert und in Izbica von den Nazis ermordet. Ist Marcel Kolvenbach der Enkel von Fritz Kann oder verdankt er seine Existenz dem Umstand, dass Fritz Kann deportiert und ermordet wurde?

Über Fritz Kann herrschte lange Zeit Schweigen in der Familie, kein einziges Foto verriet seine Existenz. Die Frage danach, wer Fritz Kann war, beschäftigt den Regisseur seit er vor vielen Jahren in alten Familiendokumenten auf dessen Unterschrift stieß - die letzte Lebensspur von Fritz Kann. Die Suche nach dem Deportierten führt uns von einem ehemaligen Schlachthof in Düsseldorf auf eine Reise über Polen nach Argentinien und zurück, nach Ost-Berlin. In dieser Zeit der Suche kreuzen sich die Wege von Marcel Kolvenbach mit den Wegen anderer Suchender. Im Zentrum stehen die Begegnungen mit Zeitzeugen, Nachkommen und Historikern. Die Choreografie der israelischen Tänzerin Reut Shemesh schafft einen imaginären Raum, der die Lücken in der Familiengeschichte neu interpretiert. Schließlich trifft der Filmemacher auf Familienangehörige von Fritz Kann. Wird sich die ursprüngliche Frage seiner eigenen Herkunft mit Hilfe der Familienerzählungen der Familie von Fritz Kann beantworten lassen?

„Auf der Suche nach Fritz Kann“ ist ein Film über Erinnerung heute und Erinnerung als aktive Entscheidung - in Zeiten des wachsenden Antisemitismus in Europa.

Mittwoch, 6. Dezember 2023, 18.30 - 20.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 UStd.; 8,- € (Barzahlung vor Ort möglich, eine Anmeldung garantiert aber die Teilnahme bei hohem Interesse und eine Information über Ausfall/Verschiebung.)

Z11145 Hilden

GLAUBENSFRAGEN

Buddhistischer Gesprächskreis

Bork Drewer

In diesem Gesprächskreis lernen wir die Lehren des Buddhas systematisch kennen. Wir orientieren uns dabei an den Kapiteln des Buches „Der kostbare Schmuck der Befreiung“ von Gampopa (erschienen im Norbu Verlag). Es werden die Themen: Buddhanatur, der Wert der menschlichen Existenz, Tod und Vergänglichkeit, die Nachteile von Samsara, Karma, Mitgefühl, Bodhichitta und die sechs Vollkommenheiten inklusive Weisheit behandelt.

Zu jedem Termin wird ein Thema vorbereitet und in einem Vortrag vorgestellt. Im anschließenden Gespräch gibt es viel Raum für Fragen und Diskussionen. Zum Abschluss des Abends wird eine geführte Meditation zu dem entsprechenden Thema angeleitet.

6 x mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr
Beginn: 6. September 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
12 UStd.; 54,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 5 / Max. 7 Teilnehmende

Z11203 Hilden

MEDIEN UND TECHNIK

talentCAMPus

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

Babette Winkelmann / Netharshan Nithyananthan / Britta L.QL / Thilo Ludwig

Erlebt ein echtes Film-Workshop Abenteuer in der VHS Hilden-Haas: 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 Medienkonsument.

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-Haas 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.

5 x montags, 10.00 - 17.00 Uhr
Beginn: 31. Juli 2023
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
gebührenfrei, Verpflegung ist inklusiv

Z12010 Hilden

Senioren-Medien-Tage

In Kooperation mit der Stadtbibliothek Hilden und den Digitalpaten des Kreises Mettmann



Vom 9. bis zum 11. November 2023 laden die AG-Verbraucher, die Stadtbücherei Hilden und die Digitalpaten Hilden zu den Hildener Senioren-Medientagen ein.

Auf drei Etagen der Stadtbibliothek wird ein buntes Portfolio aus Vorträgen, Beratungen und Mitmachangeboten präsentiert.

Geplant sind unter anderem Vorträge zu den Themen Online-Banking und -Shopping, digitales Rathaus und Sicherheit im Netz. Es geht um Reise-Apps, Museumsbesuche mit VR-Brillen, die erfolgreiche Arbeit mit Suchmaschinen und vieles, vieles mehr.

Die Themenschwerpunkte an den einzelnen Tagen sind:
Donnerstag: Online-Banking, Online-Shopping und Handel
Freitag: Hobbies und Spiele
Samstag: Kommunikation und Wissen

Die Senioren-Medientage finden zu den Öffnungszeiten der Stadtbibliothek statt, eine Anmeldung ist nicht nötig und der Eintritt ist frei.

09. November und 10. November: 13.00 - 18.00 Uhr
11. November: 10.00 - 14.00 Uhr
Stadtbibliothek Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
gebührenfrei

Z12015 Hilden

Webinar: ChatGPT: Ist Maschinensprache menschlich?

Cornelia Mooslechner-Brüll

Bei diesem Webvortrag werden die vielschichtigen Auswirkungen von Künstlicher Intelligenz (KI) auf die Welt unter die Lupe genommen, von der neuen Art der Kommunikation bis zu den ethischen Implikationen.

KI-Technologien werden in verschiedensten Bereichen unseres Lebens immer präsenter. Viele Arbeitsbereiche inklusive des Bildungswesens werden sich dadurch fundamental verändern. Auch die menschliche Kreativität und Kommunikation ist von diesen Entwicklungen betroffen: in einer Ära, in der ChatGPT die Grenzen zwischen Mensch und Maschine verschwimmen lässt, wird die Frage „Wer spricht?“ brisanter denn je. Künstliche Intelligenz verändert nicht

nur unsere Kommunikation und den Prozess der Kreativität, sondern fordert auch unsere grundlegenden Vorstellungen von „Was ist der Mensch?“ und „Was ist Realität?“ neu heraus.

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. Januar 2024, 19.00 - 20.00 Uhr
online-Angebot;
1 ZStd.; 7,50 €

Z12018 Hilden

KIWI - KINDER UND WISSENSCHAFT

KiWi - das ist die wissenschaftliche Reihe der VHS Hilden-Haas 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: Das verrückte Orchester - heute gibt's was auf die Ohren!

Für Kinder zwischen 6 und 10 Jahren

Walther Enßlin / Roswitha Dickenscheid-Simon

Unsere Experimente drehen sich um Töne, Schall und Musik. Wir bauen Schallkanonen und Knalltüten. Kann man mit Tönen eine Kerze ausblasen? Mit unseren selbstgebauten Instrumenten erzeugt unser verrücktes Orchester hoffentlich nicht nur Katzenmusik.

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, 16. September 2023, 9.45 - 11.45 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haas, Werkraum N1
2 ZStd.; 17,50 € (incl. 2,50 € für Lehrmaterial)
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z12051 Haas



JungeVHS - KiWi: Geheimnisvolles Wasser Für Kinder zwischen 6 und 10 Jahren

Walther Enßlin / Roswitha Dickenscheid-Simon

Ihr geht mit einem U-Boot auf Tauchfahrt. Ein Unterwasservulkan bricht aus. Welcher geheimnisvolle Treibstoff bringt unser Schnellboot in Fahrt? Ist Wasser ein Klebstoff? Gibt es trockenes Wasser? 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, 21. Oktober 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

Z12053 Haan

JungeVHS - KiWi: Wir blicken durch, dahinter und hinein!

Für Kinder zwischen 6 und 10 Jahren

Walther Enßlin / Roswitha Dickenscheid-Simon

Wir zerlegen kleine Haushaltsgeräte wie z. B. einen Föhn, einen Toaster oder ein Handy und kommen so hinter das Geheimnis ihrer Bauweise. Gerne dürfen eigene kaputte Geräte mitgebracht werden. 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, 16. Dezember 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

Z12054 Haan

BILDUNG FÜR NACHHALTIGE ENTWICKLUNG

Reparaturtreff

Mehrere aktive Reparateure aus den Bereichen Elektronik, Elektrik, Mechanik und Holz und eine gute Fee für die Administration stehen hilfsbereit mit unterschiedlichstem Werkzeug bereit, um elektrische Kleingeräte, aber auch Holzspielzeuge zu reparieren. Jeder kann an den Terminen ohne Anmeldung mit seinem Anliegen kommen. Weitere Informationen erhalten Sie unter www.reparatur-treff-hilden.de.

Mittwochs, 12.07.2023, 26.07.2023, 09.08.2023, 23.08.2023,
13.09.2023, 27.09.2023, 11.10.2023, 25.10.2023, 08.11.2023,
22.11.2023, 06.12.2023, 20.12.2023

jeweils 15.00 - 18.00 Uhr

Stadtbibliothek Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
gebührenfrei

Unsere Energieversorgung - nicht nur in Haan



Jens Kramer

Im Sommer 2023 machen wir „Urlaub“ vom Thema Energieversorgung. Aber auch im kommenden Winter wird die Frage nach den Strom- und Heizkosten und der Gefahr eines „Blackouts“ wieder aktuell sein. Jens Kramer, Leiter „Vertrieb und Marketing“ der Stadtwerke Haan GmbH, informiert an diesem Abend unter anderem zu den Fragen nach:

- dem Risiko einer Energieknappheit,
- der Kostenentwicklung von Gas und Strom,
- Lösungsansätzen gegen eine Energieknappheit,
- Energiespartipps für Strom und Gas,
- dem Ausblick auf die zukünftigen Preise für Gas und Strom und
- der Funktionsweise der Gas- und Strompreisbremse.

Erfahren Sie außerdem, wie die Stadtwerke Haan GmbH Gas und Strom einkaufen.

Donnerstag, 14. September 2023, 18.30 - 20.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
2 UStd.; gebührenfrei

Z12222 Haan

Pilzkundliche Exkursion in den Hildener Stadtwald

Regina Thebud-Lassak

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

Wir werden das artenreiche Vorkommen von Großpilzen in den Waldbereichen überwiegend unter Rotbuchen, Waldkiefern, Eichen und Birken sowie auf einer Waldwiese und an totem Holz untersuchen. Außerdem werden die ökologischen Standortansprüche der Großpilze kennenlernen. Wir werden uns mit den Begriffen Sapro-



phyten, Parasiten und Mykorrhiza vertraut machen. Je nach Wetter vergleichen wir wichtige Speisepilze und ihre giftigen Doppelgänger miteinander, und werden auch exemplarisch das Bestimmen der Pilze mit Hilfe eines Bestimmungsbuchs üben.

Bitte bringen Sie mit: festes Schuhwerk, wettergerechte Bekleidung, Regenschutz, Körbchen, Notizbuch, Stift, Taschenmesser und wenn vorhanden: Lupe, Bestimmungsbuch, Fotoapparat

Dienstag, 3. Oktober 2023, 14.00 - 17.00 Uhr
Parkplatz „Im Loch“ - An der Bibelskirch
4 UStd.; 14,- €

Z12225 Hilden

Wasser unser Lebenselixier - auch in Hilden



Walther Enßlin

Unsere Versorgung mit sauberem und ungiftigem Trinkwasser ist nicht selbstverständlich!

Welche Funktion haben dabei die Trink- und Abwasserverbände? Welche Verbesserungen sind dringend anzugehen und welche Möglichkeiten als Bürger haben wir, dies einzufordern?

Dieser Vortrag mit Beispielen aus Hilden, mit Modellversuch und mit Diskussion bringt uns vielleicht weiter!

Donnerstag, 19. Oktober 2023, 18.30 - 20.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 UStd.; 8,- €

Z12230 Hilden

Unsere Schadstoff-Belastung - das Earth4all-Konzept ein Ausweg?



Walther Enßlin / Gottfried Arnold

Kürzlich wurde die Deutsche Umweltstudie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen 2014-2017 vom Umwelt-Bundesamt veröffentlicht. Unsere Lebensweise und unser Umgang mit Chemikalien haben dazugeführt, dass wir und unsere Kinder und Enkel mit einer Vielzahl von Schadstoffen belastet sind. Die gesundheitlichen Auswirkungen sind nur teilweise bekannt. In gleicher Weise wird die Gesundheit unseres Planeten bedroht.

Im „Earth-for-all“-Konzept(www.earth4all.life) haben führende Wissenschaftler des Potsdam-Instituts für Klimafolgenforschung, der norwegischen Business School, sowie des Resilienzentrums Stockholm u.a. Daten und Fakten vorgelegt, mit denen es gelingen kann, unseren Planeten zu retten. Dadurch würde auch die Gesundheit unserer Kinder verbessert.

Ausgehend von der Bestandsaufnahme unserer Schadstoffbelastung sollen einzelne Aspekte des Earth-for-all-Konzeptes als Ausweg aus unserem aktuellen Dilemma vorgestellt werden.

Donnerstag, 16. November 2023, 18.30 - 20.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 UStd.; 8,- €

Z12240 Hilden

TIERISCH

„Die Sprache der Hunde“



Sabine Degner

Welcher Hundehalter, welche Hundehalterin kennt das nicht? Man begegnet auf dem Spaziergang einem anderen Hunde-Mensch-Gespann und der eigene Hund

- zerrt plötzlich bellend an der Leine in Richtung des anderen Hundes
- dreht sich weg
- bleibt schwanzwedelnd stehen
- legt sich auf den Boden
- usw.

Nur, warum zeigt der eigene Hund dieses Verhalten?

In welchen Situationen kann ich entspannt bleiben, in welchen sollte ich wie handeln?

In diesem Kurs lernen Sie, die Körpersprache ihres eigenen sowie anderer Hunde zu lesen und zu verstehen, um entsprechend handeln zu können.

Beim ersten Termin beschäftigen wir uns im Rahmen eines Kleingruppenvortrags mit der Theorie, beim zweiten Termin geht es mit den „social walks“ (Lernspaziergängen) in die Praxis.

- Der Treffpunkt für die social walks“ wird am Theorieabend bekannt gegeben
- Hunde sind beim social walk am Geschirr zu führen
- Evtl. Terminverschiebungen aufgrund der Wetterlage möglich.
- Aggressive Hunde sowie läufige Hündinnen sind zum social walk nicht zugelassen.

Notwendige Unterlagen: Bitte bringen Sie zum Theorieabend eine Kopie des Impfausweises und der Tierhalter-Haftpflichtversicherung mit.

2 x donnerstags, 18.00 - 20.15 Uhr, und
sonntags, 10.00 - 11.30 Uhr
Beginn: 21. September 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
5 UStd.; 42,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 4 / Max. 8 Teilnehmende

Z12310 Hilden

„Die Sprache der Hunde“



Sabine Degner

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. Z12310

2 x donnerstags, 18.00 - 20.15 Uhr, und
samstags, 10.00 - 11.30 Uhr
Beginn: 9. November 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
5 UStd.; 42,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 4 / Max. 8 Teilnehmende

Z12311 Haan



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 Wasservogel 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, 20. Januar 2024, 10.00 - 12.00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Elbsee, Schalbruch (Nähe Westring), Hilden
2 ZStd.; 8,- €

Z12313 Hilden

“Birding“ im südlichen Afrika

Schnupper-Workshop

Gudrun Meckel

Sie machen gerne Urlaub im südlichen Afrika (z.B. Südafrika, Namibia oder Kenia) und interessieren sich nicht nur für die berühmten Big-Five, sondern auch für die dortige und sehr vielfältige Vogelwelt? Dann sind Sie in diesem Workshop genau richtig!

Lernen Sie bis zu 20 der bekanntesten und interessantesten Vögel kennen. Sie lernen nicht nur das Aussehen, sondern auch deren Ruf. So können Sie diese schon am Klang erkennen und wissen, welchen Vogel Sie vor oder auch über sich haben. Sie werden sehen, mit Hilfe einiger Eselsbrücken ist das gar nicht so schwer. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Weiterhin erfahren Sie einige interessante Fakten. Wussten Sie z.B., dass es Mobbing auch in der Vogelwelt gibt? Oder welcher Vogel 12 verschiedene Farben hat?

Vogel-Liebhaber ohne entsprechende Urlaubs-Absichten sind natürlich ebenfalls herzlich willkommen.

Die Gebühr von 16,- € umfasst umfangreiches Lernmaterial, damit Sie das erlangte Wissen zu Hause noch etwas festigen können.

Anmeldeschluss: am 21. Januar 2024

Samstag, 27. Januar 2024, 13.30 - 16.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“, Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
4 UStd.; 16,- €

Z12315 Hilden

ASTRONOMIE

Webinar: Wie das James-Webb-Teleskop den Kosmos enträtselt

Günther Hasinger

Am 25.12.2021 wurde das James Webb Space Telescope (JWST), das bisher größte, präziseste und teuerste Weltraumteleskop erfolgreich in den Weltraum gestartet. Es soll den Beginn des Universums vor über 13 Milliarden Jahren bildlich einfangen und damit bisher unbekannte Einblicke in die Entstehungsgeschichte des Universums ermöglichen.

Erstmalig kann die Wissenschaft mit folgenden Forschungsarbeiten beginnen: die Suche nach Bio-Molekülen in den Atmosphären extrasolarer Planeten, die Untersuchung tief in Gas und Staub versteckter Sternentstehungsgebiete sowie die Fahndung nach dem ersten Licht im Universum, das möglicherweise 50-300 Millionen Jahre nach dem Urknall durch die erste Generation von Sternen und Schwarzen Löchern ausgesandt wurde. In den letzten Monaten überraschte die Entdeckung von etlichen, bereits sehr früh im Universum entstandenen Galaxien mit dem James Web Space Telescope, die dem klassischen Verständnis der Kosmologie zu widersprechen scheinen. Prof. Günther Hasinger, der bei der Europäischen Raumfahrtbehörde (ESA) als Direktor für Wissenschaft tätig war, wird spannende Einblicke in die neueste Weltraumforschung 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, 11. Oktober 2023, 19.00 - 20.00 Uhr
online-Angebot;
1 ZStd.; 7,50 €

Z12408 Hilden

Mars 1001 - Aufbruch zum roten Planeten Exkursion zum Galileum Solingen

Sylvia Scholten

Die erste bemannte Mission zur Oberfläche des Mars steht kurz bevor! Ein internationales Team von Astronauten ist im Begriff, die erste interplanetare Reise in der Geschichte der Menschheit anzutreten. Steigen Sie mit ein und erleben Sie diese 1001 Tage dauernde Mission in atemberaubenden Bildern. Wird die Besatzung die ersten menschlichen Fußabdrücke auf dem Mars hinterlassen und sicher zur Erde zurückkehren?

Diese Reise wird durch die größte technische Leistung aller Zeiten ermöglicht. Die Forscher werden unser Wissen über den Mars erweitern und herausfinden, ob die Menschheit eine Zukunft auf ihm hat. Aber warum ist eine bemannte Expedition zum Mars für uns Menschen eigentlich so spannend? Diese Frage beantworten wir in einem kurzen Vorspann und zeigen im Nachgang, was wir bereits aus aktuellen - unbemannten - Marsmissionen gelernt haben.

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 (Achtung: Einige Navigationsgeräte zeigen unseren Erfahrungen nach nicht den korrekten Weg an!)



Mittwoch, 22. November 2023, 18.00 - 20.30 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
2,5 ZStd.; 19,- €

Z12410 Studienfahrt

TAG DES OFFENEN DENKMALS

Einmal im Jahr, immer am 2. Sonntag im September, findet der Tag des offenen Denkmals statt. In diesem Jahr, am 10. September, beteiligen sich auch in Hilden wieder zahlreiche Akteure an diesem bundesweiten Aktionstag.

An zahlreichen Standorten in Hilden erfahren die Besucherinnen und Besucher zwischen 10:30 Uhr und 17 Uhr im Rahmen von Vorträgen, Führungen und Ausstellungen mehr über die Geschichte der Gebäude.

Die VHS beteiligt sich, unterstützt von „Unser Hilden e.V.“ mit drei Führungen am Programm 2023.

Schnupper-Stadtführung durch das historische Hilden

Reinhold Brüning

Einstündige kostenlose und inklusive Führung durch das historische Hilden zum Tag des offenen Denkmals

Sonntag, 10. September 2023, 10.30 - 11.30 Uhr
Treffpunkt: Reformationskirche, Markt 18, Hilden, - vor dem Eingang am Kirchturm
1 ZStd.; gebührenfrei

Z13002 Hilden

Hilden im Nationalsozialismus Stadtführung zum Tag des offenen Denkmals

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 Reichspogromnacht? 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, 10. September 2023, 12.00 - 13.30 Uhr
Treffpunkt: Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“, Gerresheimer Str. 20, Hilden, Parkplatz
2 UStd.; gebührenfrei

Z13004 Hilden

Kostenlose Fahrradführung zur Kunst in

Hilden zum Tag des offenen Denkmals

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!

Sonntag, 10. September 2023, 14.00 - 16.00 Uhr
Treffpunkt: Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“, Gerresheimer Str. 20, Hilden, Parkplatz
2 ZStd.; gebührenfrei

Z13006 Hilden

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 unentdeckten 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, 24. August 2023, 16.30 - 19.00 Uhr
Donnerstag, 07. September 2023, 16.30 - 19.00 Uhr
Donnerstag, 05. Oktober 2023, 16.30 - 19.00 Uhr
Mittelstraße (vor dem Bürgerhaus), Hilden
2,5 ZStd.; 35,- €

24. August: Z13008 Hilden

07. September: Z13014 Hilden

05. Oktober: Z13019 Hilden



Kunst und Kneipe - Teil 3 Stadtführung durch Hilden

Bernd Gemeiner

Es geht in die Oberstadt.
Von der Gabelung über die Walder Straße. Vorbei an Häusern von Fabrikanten und Arbeitern, an Mühlen und Industrie.
Und es geht auch hinein in Hildens kleinste Kneipe!

Samstag, 26. August 2023, 15.00 - 16.30 Uhr
Treffpunkt: Vor der St. Jacobus-Kirche
2 UStd.; 5,- €

Z13010 Hilden

Phantastilliarden - von Not und Geld in Haan



Stadtführung durch die Haaner Innenstadt

Martin Banniza

Vor 100 Jahren war die Inflation wirklich ein „Gespenst“, dagegen erscheint die jetzige als „Peanuts“!
Entlang der heimatischen Bildmotive Rathaus (wie schon bei der 25-Pfg-Münze „Kriegsgeld 1917“) - Becherhus - Windhövel geht es mit den Haaner Notgeldscheinen zurück in das Jahr 1923. Die ebenfalls dargestellten Wirtschaftszweige und (Gewerbe-)Trachten kommen ebenso zu Wort wie Geldaneddoten des kleinen Emil Barth (1900-1958) und die Ersatzwährung Kunst nach 1945 - Fritz Reusing (1874-1956) u. a.
Die alten Standorte der Haaner Geldinstitute erinnern an Panzerglasscheiben am Schalter und Nachttresor, die „Bank deutscher Länder“ und Postscheckämter. War der „Fernseh-Fünfer“ ein „Heiermann“?

Sonntag, 3. September 2023, 15.00 - 16.30 Uhr
Treffpunkt: Mittelstraße, gegenüber dem Rathaus
2 UStd.; 5,- €

Z13012 Haan

Schiffschaukel und Super-Looper-Booster-Scooter

Vortagesrundgang über die Haaner Kirmes

Martin Banniza

Die zweite Haaner Kirmes nach Corona dauert wieder klassisch vier Tage lang - aber war es immer so? Und wann hatte man eine Stunde länger etwas davon? Wer kennt die meisten Definitionen für den Kirmeszeitpunkt?
Wie die Kindergarten-Knirpse, deren Ausflügen am Kirmesvortag die Führung vor Jahren abgeschaut wurde, lassen wir uns überraschen von Dingen, die man im laufenden Betrieb der Kirmes oft übersieht. Es begegnen uns Kunst- und Kulturhistorisches, Film- und Musikgeschichte in vielfältiger Form!
Für uns Ältere ist der Trip über die fast autofreie Hauptstraße auch ein Ausflug in die eigenen Erinnerungen - z. B. an Kasperle-Theater, Boxbude und Mutoskop!
(Keine Backstage-Tour!)

Freitag, 22. September 2023, 11.00 - 12.30 Uhr
Treffpunkt: Kaufhaus (Treppe Kaiserstr.), Windhövel 1, Haan
2 UStd.; 5,- €

Z13015 Haan

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, 24. September 2023, 11.00 - 12.30 Uhr
Treffpunkt: Reformationskirche, Markt 18, Hilden, - vor dem Eingang am Kirchturm
2 UStd.; 5,- €

Z13016 Hilden

Bestattungs- und Erinnerungskultur auf dem Südfriedhof

Barrierefreie Führung über den Südfriedhof

Reinhold Brüning

Viel hat sich in den letzten Jahren bei den Bestattungen geändert. Von traditionellen Formen bis zu ganz persönlicher Trauer gibt es mittlerweile ein breites Spektrum. Auch andere Religionen haben ihre eigenen Vorstellungen, wie sie Ihre Toten beisetzen. Bei einem Spaziergang über den Südfriedhof wollen wir uns mal einige Bestattungsstellen anschauen und uns verschiedenen Gedanken über den letzten Weg machen.

Samstag, 30. September 2023, 16.00 - 17.30 Uhr
Treffpunkt: Kapelle Südfriedhof Hilden
2 UStd.; 5,- €

Z13018 Hilden

Hilden während der Reformationszeit

Stadtführung

Heidmarie Linke

Die Reformationskirche zählt zu den bedeutenden späten Emporenbasiliken im romanischen Stil am Niederrhein. Die ursprünglich katholische Kirche war einst St. Jacobus dem Älteren geweiht. Während der Reformation wechselte ein Großteil der Hildener zunächst zu den lutherisch Reformierten und dann zu den calvinistisch Reformierten. Nach dem Westfälischen Frieden wurde die Reformationskirche an die evangelischen Christen übertragen. Die katholische Gemeinde entfernte alle beweglichen Kirchenschätze aus der Kirche. Hierzu gehörte auch die Statue des St. Jacobus, die heute noch in der St.-Jacobuskirche, Mittelstraße 10 zu sehen ist.



Inhalte der Führung: Der Alte Markt, die Reformationskirche und ihre Geschichte, die St. Jakobuskirche und ihre Geschichte, Wilhelm Fabry, die Bedeutung der Litter, die Pest, Feuer und andere Not- und Kriegszeiten.

Diese Führung ist für Erwachsene und ältere Schulkinder (ab 14 Jahren) geeignet.

Sonntag, 15. Oktober 2023, 15.00 - 16.30 Uhr
Treffpunkt: Reformationskirche, Markt 18, Hilden, - vor dem Eingang am Kirchturm
2 UStd.; 5,- €

Z13020 Hilden

Steinerne Denkmäler, ein Gemälde und ein Baum - Erinnerungen an Krieg und Frieden



Stadtführung durch die Haaner Innenstadt

Martin Banniza

Als „in einem Gebüsch versteckt“ beschreibt der Heimatforscher und ehrenamtliche Denkmalpfleger Harro Vollmar (1929-1989) den Standort des Ehrenmals von 1957. Sechs Jahrzehnte später entstand in unmittelbarer Nachbarschaft ein weiteres steinernes Gedenken. Vergangenheit und jüngere Zeit verbindet auch der Park Ville d'Eu mit zwei in Stein gehauenen Inschriften. Nur materiell leichter präsentiert sich das Gemälde von Carl Barth (1896-1976) in der Kirche St. Chrysanthus und Daria gegenüber.

Auf der Kaiserstraße rekonstruieren wir anhand von Photographien das Kriegerdenkmal von 1887, abgebrochen 1957. Inzwischen gewaltiger, als es der adlerbewehrte Steinbau mit über 8 m Höhe war, grüßt ein Stück weiter seit 1874 die Sieges- oder Friedenseiche auf dem Alten Markt.

Zur Führung gehören auch Bildimpressionen von den Gefallenengräbern auf den Haaner Friedhöfen und den neuen Legenden zu Straßenschildern (z. B. Alsenstraße).

Sonntag, 15. Oktober 2023, 15.00 - 16.30 Uhr
Treffpunkt: Karl-August-Jung-Platz
2 UStd.; 5,- €

Z13040 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 Klasesstreffen, 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 wol-

len...

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 (in Hilden auch als Fahrradführung)
- Kunst und Kneipe (nur Hilden)
- Reformation/Ökumene in Hilden und Haan
- Reformationskirche in Hilden
- Haaner Kirchengeschichte
- Hauptfriedhof Hilden
- Gartenstadt Haan
- Carl und Emil Barth in 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

Z13050 Hilden

PRODUKTIONSWEGE

Prämiertes Design und traditionelle Handwerkskunst



Ein Blick hinter die Kulissen der Mono Manufaktur

Angela Bettina Paffenholz

Seit über 60 Jahren wird in Mettmann Designgeschichte geschrieben: die Mono Manufaktur stellt Essbestecke, Teekannen und Tisch-Accessoires her. Bekannt und prämiert sind Klassiker wie das Besteck mono-a oder die Teekanne mono classic.

Wir werfen einen Blick hinter die Kulissen der Manufaktur und erleben einzelne Schritte der Produktion, die auch heute von handwerklichem Geschick bestimmt wird. So benötigen ein Löffel und eine Gabel jeweils mehr als dreißig, ein Messer sogar über neunzig Arbeitsgänge.

Im Anschluss an die Betriebsführung besteht die Möglichkeit Fragen



zu stellen.

An- und Abreise erfolgen selbstorganisiert. Treffpunkt: Industriestraße 5, 40822 Mettmann

Donnerstag, 19. Oktober 2023, 10.00 - 12.00 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
2 ZStd.; 7,- €

Z13102 Studienfahrt

Blick hinter die Kulissen

Führung durch das Proben- und Werkstättenzentrum des Düsseldorfer Schauspielhaus

Angela Bettina Paffenholz

Wer eine Aufführung im Düsseldorfer Schauspielhaus besucht, sieht das Ergebnis langer Vorarbeit. Wie sehen diese Vorbereitungen konkret aus? Entdecken Sie das Proben- und Werkstättenzentrum des Düsseldorfer Schauspielhauses. Wo und wie werden die Bühnenbilder gebaut? Wie viele Kostüme sind im Kostümfundus? Was macht eine Theatermaler*in? Und wo und wie lange werden die einzelnen Stücke eigentlich geprobt?

Die Antworten auf diese und weitere Fragen gibt diese Führung. Bitte beachten Sie, dass Sie gut zu Fuß sein sollten, auch über viele Treppenstufen hinweg.

Treffpunkt: Werkstätten- und Probenzentrum Central, Worringer Straße 140, 40210 Düsseldorf, vor dem Eingang.

Donnerstag, 26. Oktober 2023, 16.00 - 17.30 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
10,- €

Z20200 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 (ca. 5 km Fußweg). Bitte planen Sie aus diesem Grund neben festem, geschlossenem Schuhwerk auch etwas Kondition mit ein.

Die Dauer der Führung ist auf ca. 2,5 Stunden angelegt, sie kann aber bis zu 3 Stunden dauern.

An- und Abreise erfolgen selbstorganisiert. Es ist leider keine Parkfläche vor dem Werk vorhanden (Lage im Wohngebiet).

Eine Anfahrtsskizze (Anfahrt mit dem Auto oder öffentlichen Verkehrsmitteln) senden wir Ihnen auf Anfrage per Mail gern zu.

Treffpunkt: 12:15 Uhr am Werkstor des Mercedes-Benz Werks Düsseldorf, Rather Straße 51, 40476 Düsseldorf.

Montag, 30. Oktober 2023, 12.30 - 15.00 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
2,5 ZStd.; 12,- €

Z13104 Studienfahrt

Von Hand gemacht - Seit 1910 Betriebsbesichtigung: Franz Güde GmbH



Ute Trenz

Im Jahr 1910, in einer Zeit, in der in Solingen über 9.000 - größtenteils kleine - Handwerksbetriebe Schneidwaren herstellten und den weltweiten Ruf der Solinger Messer begründeten, wurde die Güde-Messermanufaktur durch Karl Güde gegründet. Von Anfang an wurden bei Güde aus einem Stück Stahl im Gesenk geschmiedete Messer von Hand geschliffen, mit Griffen versehen und von Hand abgezogen. Im Jahr 1923 wurden die drei Palmen als Markenzeichen von Güde eingeführt und wurden sofort zum weltweit bekannten Symbol für Messer-Qualität Made in Solingen.

Auch heute noch werden Messer und Schneidwerkzeuge bei Güde in 55 manuelle Arbeitsgänge gefertigt.

Alles beginnt in der Gesenkschmiede: Aus einem 8 Meter langen Stabstahl (Chrom-, Vanadium-, Molybdänmesserstahl) werden Spaltstücke abgeschnitten. Sie werden bis auf rund 1050 °C erhitzt und mit 3 bis 4 Hammerschlägen im Gesenk geschmiedet. Aus dem Schmiedestück wird schließlich der Messer-Rohling ausgestanzt.

An- und Abreise erfolgen selbstorganisiert. Es ist leider wenig Parkfläche vor dem Werk vorhanden (Eventuell muss auf Nebenstraßen ausgewichen werden),

Treffpunkt: Katternberger Straße 175, 42655 Solingen

Donnerstag, 16. November 2023, 10.00 - 11.30 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
1,5 ZStd.; 13,- €

Z13107 Studienfahrt

FERNSICHTEN/LANDESKUNDE

Was wird aus Tibet und dem Dalai Lama ? Tonbildvortrag

Jürgen Schöps

Das Dach der Welt beherbergt den tibetischen Staat, der ein an das europäische Mittelalter erinnerndes Gesellschaftssystem konserviert. Die Frage ist allerdings, ob Tibet noch als selbständiger Staat zu betrachten ist, nachdem China 1951 das Land annektiert und alle Regierungsfunktionen übernommen hat. Der Dalai Lama, Gottkönig des Landes, floh 1959 nach Indien und lebt dort seither im Exil. Was geschieht, wenn der sehr betagte Dalai Lama stirbt ? Werden die Chinesen einen neuen Gottkönig zulassen?

Einblicke in das Thema gibt ein farbenprächtiger Tonbildvortrag mit den Stationen Lhasa, Shigatse, Gyantse und Sakya.

Mittwoch, 27. September 2023, 19.00 - 20.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
2 UStd.; 5,- € (Barzahlung vor Ort möglich, eine Anmeldung garantiert aber die Teilnahme bei hohem Interesse und eine Information über Ausfall/Verschiebung.)

Z14005 Hilden



Toskana - Wiege der Renaissance

Tonbildvortrag

Jürgen Schöps

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

Mittwoch, 18. Oktober 2023, 19.00 - 20.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 UStd.; 5,- € (Barzahlung vor Ort möglich, eine Anmeldung garantiert aber die Teilnahme bei hohem Interesse und eine Information über Ausfall/Verschiebung.)

Z14011 Hilden

Das Heilige Land - Pilgerziel oder Kriegsgebiet

Tonbildvortrag

Jürgen Schöps

In seiner heutigen Form existiert Israel erst seit 1948. Dennoch fanden in diesem Lande im Laufe der Geschichte entscheidende historische Prozesse statt, die die ganze Welt beeinflusst haben. Das betrifft alle drei monotheistischen Weltreligionen, Juden, Christen und Muslime. Auf den Spuren ihrer Geschichte wandeln wir in Jerusalem, Bethlehem, Hebron und Jericho im Süden und am See Genezareth und Nazareth im galiläischen Norden. Beispiel und Symbol des israelischen Willens im Kampf um das Gelobte Land soll durch die Bedeutung des Kampfes um die Festung Massada im Jordangraben gezeigt werden.

Mittwoch, 29. November 2023, 19.00 - 20.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
2 UStd.; 5,- € (Barzahlung vor Ort möglich, eine Anmeldung garantiert aber die Teilnahme bei hohem Interesse und eine Information über Ausfall/Verschiebung.)

Z14020 Hilden

... Sie möchten die Welt der englischen Sprache kennenlernen und dabei Ihre Englisch-Kenntnisse verbessern?
Dann versuchen Sie es doch mit:

The World Through English B1+ für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

siehe Kursbeschreibung im Fachbereich „Verständigung“
Kursnummer: Z42302

Frauen & Finanzen

Carolin Gontard



Frauen kümmern sich noch immer zu wenig um ihre Finanzen.

Altersarmut ist weiblich.

Diese und ähnliche Aussagen hört und liest man immer wieder. Und leider sind sie richtig.

Wir ändern das gemeinsam. An einem Nachmittag beschäftigen wir uns mit den Themen Rente, Altersvorsorge und Möglichkeiten der Geldanlage.

Auch wenn die Rente vielleicht noch weit weg ist, ist es sinnvoll sich einmal einen Überblick zu verschaffen, ob und wie viel Altersrente einem zusteht. Auch wer viele Jahre fleißig gearbeitet hat, bekommt oftmals nur einen geringen Betrag, der nicht ansatzweise zum Leben im Alter reicht.

Aber welche Möglichkeiten gibt es hier vorzusorgen und die Rentenlücke zu schließen? Fakt ist, wer sich mit einer zeitgemäßen Geldanlage beschäftigt, kommt an den Kapitalmärkten nicht vorbei.

Diese zu verstehen und für sich zu nutzen, stellen sich die meisten von uns als zu fern, kompliziert und als unlösbares Rätsel vor und befassen sich demnach gleich gar nicht damit. Wir tun es.

Ziel der Veranstaltung ist es, Frauen ans risikoarme Investieren heranzuführen und das Missverständnis aus dem Weg zu räumen, dass es langwierig und kompliziert ist sich damit zu befassen.

Der Nachmittag richtet sich an alle Frauen, die Interesse haben sich mit ihren Finanzen und ihrer Vorsorge zu beschäftigen, unabhängig von Alter und Einkommen.

Samstag, 16. September 2023, 14.00 - 17.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
4 UStd.; 19,- €

Z14152 Haan

Einstieg ins Daytrading - Erste Schritte ins Daytrading ohne Bank

Jörg Fahnenstich

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

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

Sollte eine Präsenzveranstaltung nicht möglich sein, werden wir die Veranstaltung als Online-Kurs in der VHS-Cloud anbieten.

Donnerstag, 28. September 2023, 18.00 - 20.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 ZStd.; 29,- €

Z14154 Hilden

Einstieg in die Welt der ETFs

Jörg Fahnenstich

Jörg Fahnenstich führt Sie in die Welt der ETFs ein und zeigt welche



ETFs es gibt, welche Vorteile ETFs haben und welche Nachteile beachtet werden müssen. Des Weiteren zeigt Jörg Fahnenstich wo und wie Sie ETFs günstig und effizient handeln. Melden Sie sich für die Veranstaltung an und lernen Sie die Anlageklasse der ETFs kennen. Im Anschluss beantwortet Jörg Fahnenstich Ihre Fragen.

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

Donnerstag, 19. Oktober 2023, 18.00 - 20.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
2 ZStd.; 29,- €

Z14157 Haan

Webinar: Investieren in Aktien - Kompaktkurs

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Hartmut Nehme



Ein Investment in Aktien verspricht auf lange Sicht höhere Erträge als die klassische Geldanlage auf dem Tages- oder Festgeldkonto. Trotzdem scheuen viele Bürger die Anlage in Aktien. Im internationalen Vergleich ist in Deutschland die Anzahl der Aktienbesitzer im Bezug zur Bevölkerung gering. Anleger „verschenken“ dadurch auf längere Sicht viel Geld.

In diesem Kompaktkurs erfahren Sie die Grundlagen von Börsen und Aktien. Sie lernen unterschiedliche Anlagestrategien kennen und erfahren, wie Sie geeignete Aktien für die von Ihnen ausgewählte Strategie finden.

In diesem Kurs gehen wir auf die folgenden Punkte ein. Eine konkrete Anlageberatung kann im Rahmen dieses Kurses nicht erfolgen.

- Psychologie bei der Aktienanlage
- mögliche Anlagestrategien
- Auswahlkriterien für Aktien
- wichtige Unternehmenskennzahlen
- Chartanalyse nutzen
- Blick auf die Besonderheiten einzelner Branchen
- Blick auf die Wirtschaftsregionen (USA, Europa, Asien)
- Berücksichtigung ökologischer Gesichtspunkte
- Zugang zu Finanzinformationen
- Umsetzung der Anlagestrategie

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

Samstag, 18. November 2023, 9.00 - 13.00 Uhr
online-Angebot;
4 ZStd.; 28,- €

Z14170 Hilden

AUF NUMMER SICHER

Sicher im Alter

Ilka Steffens



Wer von Ihnen kennt es nicht? Sie schlagen die Zeitung auf und stolpern über Nachrichten wie etwa diese:

“Senior/in verliert hohen Geldbetrag nach Schockanruf“ oder
“Telefonbetrüger überlisteten Senior/in - fünfstelliger Geldbetrag und Schmuck mit der Masche 'Falsche Polizeibeamte' erbeutet“

Nur Ort und Zeit wechseln, die Polizeiberichte in dieser Sache ähneln sich deutschlandweit. Tatsächlich steht sogenannter „Callcenter-Betrug“ bei kriminellen Banden hoch im Kurs, funktioniert doch z.B. der „Enkeltrick“ mit seinen artverwandten Betrugsmaschen und Ablegern seit nun rund 30 (!) Jahren. Fatalerweise wechseln die Maschen regelmäßig ihre Erscheinungsform, manchmal nur in Nuancen und passen sich zeitweise aktuellem Weltgeschehen an.

Wenn Sie bis hierhin gelesen haben, Hand aufs Herz - was haben auch Sie vielleicht gerade beim Lesen der ersten Zeilen gedacht?

“Mir kann das doch nicht passieren!“

“Wie dumm muss man sein, darauf reinzufallen?“

“Ich bin doch noch nicht senil!“

Bei fast jedem polizeilichen Beratungsgespräch und bei jedem Vortrag sind dies die ersten Äußerungen, die fallen. Die Wahrheit ist: Es kann jeden Menschen treffen, wenn nur die Gesamtumstände im Augenblick der Tat passen!

KHK'in Steffens von der Kriminalprävention der Polizeibehörde Mettmann klärt in einem Vortrag ausführlich über die gängigen Betrugsvarianten auf und möchte sich explizit nicht nur an die Zielgruppe selbst richten, sondern auch an die Angehörigen (Kinder, Enkel) der älteren Bevölkerung. Sie übernehmen eine wichtige Multiplikatorenfunktion.

In einem interaktiven Vortrag hören Sie etwas über die Täterstrukturen und bekommen anhand von Beispielfällen den Erfindungsreichtum und die rhetorischen Fähigkeiten der Kriminellen vor Augen geführt. Außerdem bekommen Sie wertvolle und einfach umzusetzende Verhaltenstipps an die Hand, wie Sie das persönliche Risiko minimieren können.

Ergänzungen zu untergeordneten Themen (weitere Betrugsvarianten, Trickdiebstahl aus Wohnungen / an öffentlichen Orten etc.) werden bedarfsgerecht mit angesprochen.

Als Ergänzung werden Flyer/Broschüren zu allen Inhalten in ausreichender Zahl zur Verfügung gestellt.

Donnerstag, 12. Oktober 2023, 15.00 - 16.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
1,5 ZStd.; gebührenfrei

Z14225 Hilden

WOHNEN UND GARTEN

Gehölzschnitt von Ziersträuchern und Rosen

Anja Berger

Gehölzschnitt ist immer ein Thema im Privatgarten. Oft traut man sich gar nicht oder man schneidet aus Unwissenheit viel zu viel und vor allem das Falsche ab. In dem Vortrag werden allgemeine Schnittgesetze erläutert sowie auch an Praxisbeispielen erklärt. Richtig ausgeleuchtete Sträucher sind einfach viel schöner als „verunstaltete“ weil jedes Jahr zu stark bzw. falsch geschnittene Sträucher.

Rosen werden zur Forsythieblüte geschnitten, wie erfahren Sie auch hier.

Anja Berger ist Gärtnermeisterin aus Solingen.



Samstag, 21. Oktober 2023, 14.00 - 16.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
2 ZStd.; 16,- €

Z15012 Hilden

ZWISCHENMENSCHLICHES

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!

Donnerstag, 09.11.2023
jeweils 18.00 - 19.30 Uhr
online-Angebot;
2 UStd.; 10,- €

Z16027 Haan

Online-Angebot: Flirten, daten und verlieben

Niklas Düllings

Die Veranstaltungsgebühr beträgt 10,- €, nicht wie im Programmheft angegeben 12,50 €.

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, 15.11.2023
jeweils 18.00 - 19.30 Uhr
online-Angebot;
2 UStd.; 10,- €

Z16028 Haan

AUSTAUSCH

Gesprächskreis für Männer ab 50

Matthias Dohmen

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

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

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

Bitte beachten Sie die Einzeltermine!

Mittwoch, 06.09.2023, 20.09.2023, 18.10.2023, 15.11.2023,
29.11.2023, 13.12.2023, 10.01.2024, 24.01.2024,
jeweils 16.00 - 18.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
16 ZStd.; 58,- €

Z16100 Hilden

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, 04.09.2023, 11.09.2023, 18.09.2023, 16.10.2023, 23.10.2023, 30.10.2023, 06.11.2023, 20.11.2023, 04.12.2023, jeweils 15.00 - 16.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 7
18 UStd.; 66,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 8 / Max. 10 Teilnehmende

Z16103 Haan

Englischsprachiger Gesprächskreis für Frauen in ihrer Lebensmitte



für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Werner Mäurers

Sie suchen neue Impulse für die kommenden Jahre? Austausch mit anderen Frauen? Sie denken nach über Werte, über das, was von einer Frau in „Ihrem Alter“ erwartet wird? Sie merken einen körperlichen Wandel, fühlen sich aber so jung wie immer? Sie sinnieren darüber, was Sie noch von sich und Ihrem Leben erwarten können? Sie suchen vielleicht noch einmal einen ganz neuen Weg? Dann machen Sie sich doch auf! Der Gesprächskreis für Frauen bietet Ihnen Möglichkeiten des Austausches und der Information - und das sogar in englischer Sprache!

Mittwoch, 30.08.2023, 06.09.2023, 13.09.2023, 20.09.2023, 27.09.2023, 18.10.2023, 25.10.2023, 08.11.2023
jeweils 12.00 - 13.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
16 UStd.; 46,- €

Z42300 Hilden

Buddhistischer Gesprächskreis

Bork Drewer

siehe Kursbeschreibung in der Rubrik „Glaubensfragen“
Kursnummer: Z11203

Krieg und Frieden im alten Haan Historisch-literarischer Gesprächskreis

Martin Banniza

siehe Kursbeschreibung in der Rubrik „Geschichte“
Kursnummer: Z11003

PHILOSOPHIE & PHILOSOPHISCHES CAFÉ

Viktor Frankl, ... trotzdem Ja zum Leben sagen. - Der Mensch vor der Frage



nach dem Sinn des Lebens

In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Ralf Combächer

Wie ist es möglich, in existenziellen Krisen und ausweglosen Situationen Ja zum Leben zu sagen? Wie können wir mit dem Gefühl von Sinnlosigkeit umgehen, und mit unangenehmen Begleitererscheinungen wie Langeweile, Gleichgültigkeit, Aggression, Depression und Sucht?

Der Wiener Neurologe und Psychiater Viktor Frankl (1905-1997) überlebte drei Konzentrationslager und wirkte ein Leben lang mit Leidenschaft und Humor dafür, dass wir täglich und stündlich die Verantwortung für unser Leben übernehmen und hingebungsvoll und schöpferisch auf die Fragen antworten, die das Leben an uns stellt. Dieser interaktive Vortrag will Frankls Logotherapie und Existenzanalyse an konkreten Beispielen verdeutlichen.

Donnerstag, 26.10.2023

jeweils 19.00 - 21.15 Uhr

Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,

Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01

3 UStd.; 8,- € (Barzahlung vor Ort möglich, eine Anmeldung garantiert aber die Teilnahme bei hohem Interesse und eine Information über Ausfall/Verschiebung.)

Z17010 Hilden

Philosophischer Treffpunkt: Lust auf Denken im Dialog mit anderen Menschen



In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Ralf Combächer

Sind wir nicht alle „philosophisch“, wenn wir in Momenten der Stille über das Woher, Wozu und Wohin unseres Lebens nachdenken - in Zeiten von Glück, aber auch in Zeiten von Angst, Sorgen und Leid angesichts persönlicher und politischer Krisen?

Wie wäre es, wenn wir dies nicht allein täten, sondern zusammen mit anderen Menschen? Was gewinnen wir, wenn wir die Einladungen von philosophischer und spiritueller Seelsorge zu einem guten und erfüllten Leben annehmen?

Der Philosophische Treffpunkt bietet die Gelegenheit, dies ohne philosophische Vorkenntnisse zu tun und vertraut lediglich auf die Bereitschaft der Teilnehmer:innen zu freimütigem Austausch über kürzere Texte und Materialien.

6 x mittwochs, 18.00 - 20.00 Uhr

Beginn: 13. September 2023

Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,

Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06

16 UStd.; 64,- €

Z17050 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 an-



teilig) 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, 15.08.2023, 05.09.2023, 26.09.2023, 07.11.2023, 12.12.2023

jeweils 19.00 - 21.15 Uhr

Gemeindezentrum Erlöserkirche, St. Konrad-Allee 76/Ecke

Kölner Straße, Hilden

15 UStd.; 180,- €

Kleingruppen-Angebot:

Min. 6 / Max. 9 Teilnehmende

Z18030 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, 21.08.2023

jeweils 19.00 - 21.15 Uhr

Ev. Familienzentrums an der Erlöserkirche,

Martin-Luther-Weg 3

3 UStd.; 36,- €

Kleingruppen-Angebot:

Min. 6 / Max. 9 Teilnehmende

Z18032 Hilden

Fortbildung für Tageseltern: Leise Spiele - Bewegung und Entspannung für Tageskinder

In Kooperation mit der Evangelischen

Erwachsenenbildung Hilden

Ingrid Rössler

Für Kinder ist es gut, wenn sie sich viel bewegen und wenn sie sich zwischendurch entspannen können. Denn durch den Wechsel von Bewegung und Entspannung können sie ihre Körperwahrnehmung und auch ihre Konzentration verbessern. In dieser Fortbildung bekommen die Teilnehmer:innen viele praktische Tipps für leise Momente in der Kindertagespflege.

Montag, 11.09.2023

jeweils 19.00 - 21.15 Uhr

Gemeindezentrum der Erlöserkirche,

St. Konrad Allee 76 , Hilden

3 UStd.; 36,- €

Kleingruppen-Angebot:

Min. 6 / Max. 9 Teilnehmende

Z18034 Hilden

Fortbildung für Tageseltern: Am liebsten Richtung Norden

In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Barbara Trennhaus

Was für eine anspruchsvolle Welt, in der wir leben! Da ist es für Tageseltern nicht immer einfach mit einem guten Gefühl bei der Arbeit zu sein. Vielleicht können Sie sich noch daran erinnern, mit welchem Gefühl Sie nach der Tageselternqualifizierung angefangen haben zu arbeiten? Sicher mit mehr Unsicherheit und weniger Routine. Und was ist aus Ihren Wünschen geworden und aus Ihren Träumen?

In einem Kompass zeigt die Nadel immer nach Norden und hilft so bei der Orientierung. Diese Fortbildung öffnet einen Raum für Tageseltern, die sich in ihrem anspruchsvollen Alltag immer wieder einnorden möchten. Wie ist es für mich gut zu sein als Tagesmutter / Tagesvater? Wie kann ich diese Richtung in meinem Alltag immer wiederfinden? Und wie kann ich damit leben, wenn mir das auch mal nicht gelingt? An diesem Abend ist Raum für Austausch, für Unterstützung und auch dafür, alle Ansprüche einmal loszulassen und zu schauen, was dann immer noch da ist.

Montag, 25.09.2023

jeweils 19.00 - 21.15 Uhr

Ev. Familienzentrums an der Erlöserkirche,

Martin-Luther-Weg 3

3 UStd.; 36,- €

Kleingruppen-Angebot:

Min. 6 / Max. 9 Teilnehmende

Z18038 Hilden

Fortbildung für Tageseltern: Wie können Tageskinder und eigene Kinder zusammenfinden

In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Petra Schellbach

Wenn Eltern zuhause eine Tagespflegestelle eröffnen, dann entsteht eine neue Gemeinschaft, in der auch die eigenen Kinder der



Tageseltern ihren Platz neu finden dürfen. Für Tageskinder gibt es eine Eingewöhnungsphase - aber wie können eigene Kinder gut auf die Tageskinder vorbereitet werden? Und was können Tageseltern tun, damit alle Kinder in der neuen Gemeinschaft ihren Platz finden können? Ein Abend für Tageseltern mit eigenen Klein-Kindern in der Tagespflegestelle.

Montag, 27.11.2023
jeweils 19.00 - 21.15 Uhr
Ev. Familienzentrum an der Erlöserkirche,
Martin-Luther-Weg 3
3 UStd.; 36,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 9 Teilnehmende

Z18040 Hilden

LERNPATEN & LEIH-GROßELTERN

Lernpate - Eine Aufgabe für Sie?

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

Ansprechpartner für den Erstkontakt und vertiefende Informationen:
Detlef Recha, Tel. 02103-64011, E-Mail: recha@lernpaten-hilden.de
Jonas Heinzmann, Stadtbücherei Hilden, Tel. 02103-721311, E-Mail: jonas.heinzmann@hilden.de

Termine nach Anfrage,
Stadtbücherei Hilden;
gebührenfrei

Z18126 Hilden

Leih-Großeltern-“Führerschein“

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

Barbara Himmelsbach / Thomas Körblein

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

oder

Stellwerk Hilden - Büro für Familie und Bildung



Kirsten Max
Bürgerhaus, 1. Etage, Zimmer 12, Mittelstraße 40
Tel. 02103 - 72 504
kirsten.max@hilden.de

Eine Anmeldung über die VHS ist nicht möglich!

Freitag, 11. August 2023, 16.00 - 19.00 Uhr
Samstag, 12. August 2023, 10.00 - 13.00 Uhr
Freitag, 18. August 2023, 16.00 - 19.00 Uhr
Freitag, 25. August 2023, 16.00 - 19.00 Uhr
Samstag, 26. August 2023, 10.00 - 13.00 Uhr
Bürgerhaus Hilden, Mittelstr. 40, Cafeteria, Hilden
12,5 ZStd.; gebührenfrei

Z18410 Hilden



KUL-TOUREN

Blick hinter die Kulissen

Führung durch das Proben- und Werkstättenzentrum des Düsseldorfer Schauspielhaus

Angela Bettina Paffenholz

Wer eine Aufführung im Düsseldorfer Schauspielhaus besucht, sieht das Ergebnis langer Vorarbeit. Wie sehen diese Vorbereitungen konkret aus? Entdecken Sie das Proben- und Werkstättenzentrum des Düsseldorfer Schauspielhauses. Wo und wie werden die Bühnenbilder gebaut? Wie viele Kostüme sind im Kostümfundus? Was macht ein*e Theatermaler*in? Und wo und wie lange werden die einzelnen Stücke eigentlich geprobt?

Die Antworten auf diese und weitere Fragen gibt diese Führung. Bitte beachten Sie, dass Sie gut zu Fuß sein sollten, auch über viele Treppenstufen hinweg.

Treffpunkt: Werkstätten- und Probenzentrum Central, Worringer Straße 140, 40210 Düsseldorf, vor dem Eingang.

Donnerstag, 26. Oktober 2023, 16.00 - 17.30 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
10,- € (keine Ermäßigung)
Anmeldung erforderlich bis zum 19. Oktober 2023

Z20200 Studienfahrt

Ein Besuch bei Stan Laurel und Oliver Hardy

Angela Bettina Paffenholz

Weltweit gibt es drei Museen, die sich mit Oliver Hardy und Stan Laurel alias „Dick und Doof“ beschäftigen. Eines davon liegt in Solingen und überrascht mit zahlreichen Filmplakaten, Fotos, privaten Dokumenten, Figuren und vielem mehr. Schwerpunkt sind natürlich die Filme des Kultduos, zu denen der Chef des Museums viel erzählen kann. Zum 30. Geburtstag des Museums erhalten wir Gelegenheit zum Schmunzeln, Stöbern und Staunen.

Treffpunkt: Im Walder Kotten, Locher Straße 17, 42719 Solingen

Samstag, 4. November 2023, 11.00 - 12.30 Uhr
Treffpunkt siehe Ausschreibungstext
15,- € (keine Ermäßigung)
Anmeldung erforderlich bis zum 29. Oktober 2023

Z20201 Studienfahrt

KUNST ONLINE

Webinar: Wohnpsychologie

Barbara Perfahl

Die Wohnpsychologie als ein Teilgebiet der Architekturpsychologie beleuchtet auf wissenschaftlich-fundierter Basis die Wechselwirkungen zwischen Mensch und Wohnraum. Dies können z.B. Einflüsse durch Farben, Licht, Materialien und Natur sein. Während sich Architekturpsychologie eher auf die Wirkung von Gebäuden und räumlichen Strukturen auf Menschen konzentriert, steht bei der Wohnpsychologie das direkte Wohnumfeld des Menschen im Mittelpunkt.

Dr. Barbara Perfahl gibt in diesem Web-Vortrag einen Einblick in die Psychologie des Wohnens. Es geht um die Frage, wie Räume auf uns wirken und was benötigt wird, um glücklich zu wohnen. Die Referentin erläutert in ihrem Vortrag einige wichtige Erkenntnisse der Wohnpsychologie, berichtet welche Tipps uns die Wohnpsychologie für das Einrichten unserer Wohnungen gibt und wie es Paaren gelingen kann, gemeinsam glücklich zu wohnen.

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, 12. Oktober 2023, 19.00 - 20.00 Uhr
online-Angebot;
1 ZStd.; 7,50 € (keine Ermäßigung)

Z20500

BILDENDE KULTUR

Gegen den Krieg

Goyas Die Schrecken des Krieges

Vortrag in Kooperation mit dem Wilhelm-Fabry-Museum und der Gleichstellungsstelle Hilden

Prof. Dr. Helmut C. Jacobs

Zu Francisco de Goyas bekanntesten Werken zählen ohne Zweifel die 82 Radierungen „Die Schrecken des Krieges“, in denen er in schonungsloser Offenheit die Folgen des Spanischen Unabhängigkeitskrieges der Jahre 1808 bis 1813 gegen die napoleonischen Besatzungstruppen zeigt, vor allem in den Auswirkungen auf das Leben der Menschen. So zeigt Goya in ergreifenden Szenen beispielsweise die Nöte der Madrilenen aufgrund der kriegsbedingten Hungerkatastrophe von 1811 und 1812. Ein besonders beachtenswerter Aspekt ist Goyas Betrachtung der Rolle der Frauen im Krieg: als Heldinnen wie als Opfer. Erst lange nach Goyas Tod wurden Die Schrecken des Krieges 1863 veröffentlicht.

Helmut C. Jacobs wird anlässlich seines gerade erschienenen Buches über die Schrecken des Krieges, in dem alle Radierungen ausführlich erläutert werden, diese beeindruckende Bilderfolge im Kontext der Epoche Goyas in den Grundzügen vorstellen. Zudem gewährt er faszinierende Einblicke in seine intensiven Recherchen und präsentiert seine Deutungen zu einzelnen Radierungen, die bisher nicht schlüssig erklärt werden konnten. Viele der Blätter erweisen sich als ebenso mehrdeutig und gesellschaftskritisch wie die Caprichos, andere enthalten pazifistische und liberale politische Botschaften, wenn man ihren Hintersinn erkennt. Andere Radierungen weisen fantastische Züge auf, sind aber politisch gemeint, was sich anhand ihrer Bezüge zur Literatur der Zeit nachweisen lässt.

Anmeldung nur im Wilhelm-Fabry-Museum möglich: wilhelm-fabry-museum@hilden.de, Tel.: 02103 5903

Mittwoch, 11. Oktober 2023, 19.30 - 21.30 Uhr
Wilhelm-Fabry-Museum, Benrather Str. 32a, Hilden, Fassaum
2 ZStd.; 5,- €

Z20600 Hilden



900 Jahre Zisterzienserklöster im Rheinland

eine kulturell-kulinarische Zeitreise

Martin Banniza



Wer den Domladen in Altenberg besucht, kann leicht das Gefühl für Zeit und Raum verlieren wie einst der legendäre Mönch von Heisterbach - zwei Klöster des 12. Jahrhunderts mit unterschiedlichen Schicksalen nach der Säkularisation von 1803. Was verbindet sie im Jubiläumsjahr der ersten deutschen Niederlassung Kamp (1123) und zugleich des Ordens selbst, gegründet vor 925 Jahren, mit den wiederbelebten mittelalterlichen Standorten Marienstatt (1888) und Himmerod (1922-2017) und den Neugründungen Langwaden (1961) und Stiepel (1988)?

Worüber diskutierten der Zisterzienser Bernhard von Clairvaux (1090-1153) und Hildegard von Bingen (1098-1179)? Wie schmecken 2023 die Leckereien und Liköre aus dem Klosterladen oder dem Museumsshop?

Der Dozent ist dem Altenberger Dom seit Jahrzehnten durch verschiedene Tätigkeiten verbunden und schlüpft nun in die Rolle des Cellarius. Jetzt geht es ans Eingemachte! Vielleicht auch um die Wurst! Auf jeden Fall um Spirituelles! Die Lebensmittelkosten (12,- € p. P.) werden direkt beim Dozenten bezahlt. Bitte bringen Sie zwei Likörgläschen und ein (kleinformatiges) Besteck mit!

Freitag, 27. Oktober 2023, 16.00 - 18.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
2 ZStd.; 16,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z20601 Haan

„Wozu brauche ich Füße, wenn ich Flügel habe?“

Ein Abend im Zeichen von Frida Kahlo
in Kooperation mit der Gleichstellungsstelle Hilden
und dem Wilhelm-Fabry-Museum

Stefanie Hoppe

Ein authentischer Einblick in die Welt der Frida Kahlo, die weit mehr als nur Malerin war und wie keine andere als Ikone ihrer Zeit uns bis heute mit ihrer Energie berührt. Als lateinamerikanische Künstlerin, Feministin und Schmerzensfrau bietet sie vielfältige Möglichkeiten der Auseinandersetzung mit ihrer Person und ihrer Zeit. Mit Bildbetrachtungen im Dialog, biografischen und Briefzitatens, erschließt sich Fridas Leben mit ihren vitalen Themen von Feminismus, Kinderlosigkeit, Beziehungsprobleme, Krankheit und Schmerz, Lust und Liebe. Der Abend führt mit Bild, Musik und Film in Fridas Licht- und Schattenreich.

Donnerstag, 11. Januar 2024, 19.30 - 21.00 Uhr
Wilhelm-Fabry-Museum, Benrather Str. 32a, Hilden, Fassraum
2 UStd.; 5,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z20602 Hilden

„Ja, dem Chopin muss man Genie zusprechen...“

in Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Elke Nußbaum

Er ist nicht bloß Virtuose, er ist auch Poet, er kann uns die Poesie, die in seiner Seele lebt, zur Anschauung bringen, er ist Tondichter und nichts gleicht dem Genuss, den er uns verschafft, wenn er am Klavier sitzt und improvisiert. Er ist alsdann weder Pole, noch Franzose, noch Deutscher, er verrät dann einen weit höheren Ursprung, man merkt alsdann, er stammt aus dem Lande Mozarts, Raffaels, Goethes, sein wahres Vaterland ist das Traumland der Poesie“ (Heinrich Heine)

Die Zuhörerinnen und Zuhörer werden in Wort und Ton den Menschen Frédéric Chopin (1810-1849) kennenlernen, sein kurzes, von Krankheit geprägtes Dasein, seine Kindheit, in der er als Wunderkind in den polnischen Adelssalons auftrat, seine schillernde Karriere als Klaviervirtuose, Lehrer und innovativer Komponist sowie seine fast zehnjährige Liebesbeziehung zu George Sand.

Donnerstag, 19. Oktober 2023, 18.30 - 20.00 Uhr
Gemeindezentrum Reformationskirche, Markt 18, Hilden
1,5 ZStd.; 6,- € (Barzahlung vor Ort möglich, keine Ermäßigung)

Z21070 Hilden

JungeSchreibwerkstatt: Vom Kopf auf das Papier

Für alle Altersgruppen offen

Joy Reißner

Lust auf kreatives Schreiben? Dann seid ihr bei der JungenSchreibwerkstatt genau richtig. Gemeinsam probieren wir verschiedene Methoden aus, wie wir unsere Gedanken auf Papier bringen können, sei es als Gedicht, Kurzgeschichte oder Songtext. Lasst uns gemeinsam rausfinden, wie viel Spaß Schreiben außerhalb von Aufsätzen und Klassenarbeiten machen kann. Ob ihr schon Erfahrungen im Schreiben habt oder nicht - alle sind willkommen! Zum Abschluss der Schreibwerkstatt machen wir einen gemütlichen Vorlese-Abend, bei dem ihr eure Texte präsentieren könnt (aber nicht müsst!). Seid dabei und lasst eurer Fantasie freien Lauf!

Die Schreibwerkstatt richtet sich auch an junge Menschen, die eine Lese-Rechtschreibschwäche o.Ä. haben! Alle sind herzlich willkommen, unabhängig davon, ob Deutsch eure Muttersprache ist - hier geht es nicht um Rechtschreibung und Grammatik, sondern um Spaß am Schreiben.

Samstag, 2. September 2023 und Sonntag, 3. September 2023, jeweils 14.00 - 17.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
8 UStd.; 32,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z21101 Hilden

Literarischer Salon Haan

Eckhart Nickel: Spitzweg

in Kooperation mit der Stadtbücherei Haan

LITERATUR



Ina Schubert

Was ist Kunst? Mit dieser Kernfrage beschäftigt sich der Autor in diesem Bildungsroman. Drei Schüler tauchen vor dem Abitur in die Welt der Kunst ein und stellen sich gesellschaftlichen Grundfragen und entwerfen Zukunftspläne. Als Leitmotiv dient ihnen dazu ein Zitat von Carl Spitzweg: „Jede Linie mit Verstand, alles durchdacht, das Uninteressante interessant.“ Ob und wie den Protagonisten die Reflexion mit der Kunst gelingt, und auf welche Weise diese Betrachtung ihre Lebensentwürfe beeinflusst, ist literarisch auf hohem Niveau erzählt. Dieses Leitmotiv wird uns in diesem Semester zu interessanten Diskussionen einladen. Lektüre: Piper Verlag GmbH, 22 €, ISBN 978-3-492-07143-7

Bitte beachten Sie die Einzeltermine!

Montag, 28.08.2023 , 11.09.2023 , 18.09.2023 , 13.11.2023 ,
20.11.2023 , 27.11.2023 , 11.12.2023 , 18.12.2023
jeweils 19.30 - 21.00 Uhr
Stadtbücherei Haan, Neuer Markt 17, Haan (Seiteneingang)
16 UStd.; 92,- € (keine Ermäßigung)

Z21200 Haan

Hildener Literatur-Gesprächskreis

Literatur am Dienstagabend

Thema: Arno Geiger, Das glückliche Geheimnis

Elke Nußbaum

„Es gibt dunkle Geheimnisse, und es gibt glückliche Geheimnisse. Mein glückliches Geheimnis bestand fünfundzwanzig Jahre lang darin, dass ich in Wien ausgedehnte Streifzüge machte und die an den Straßen stehenden, für Altpapiere vorgesehenen Behältnisse erkundete auf der Suche nach für mich Interessantem...“

Ein Buch voller Lebens- und Straßenerfahrung, voller Menschenkenntnis, Liebe und Trauer. Pointiert, auch voller Witz und mit großer Offenheit berichtet Arno Geiger von Anläufen und Enttäuschungen, vom Finden und Wegwerfen und schließlich vom Glück des Gelingens. Den folgenden Satz von Imre Kertész (Galeerentagebuch) hat Arno Geiger seinem Buch vorangestellt: „Immer hatte ich ein heimliches Leben, und immer war das mein wahres Leben.“

Bitte beachten Sie die Einzeltermine!

8 x dienstags, 29.08.2023, 12.09.2023, 26.09.2023,
24.10.2023, 07.11.2023, 21.11.2023, 05.12.2023, 19.12.2023,
jeweils 18.30 - 20.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“, Haus 3
Gerresheimer Str. 20 a, Hilden, 1.OG, Mehrzweckraum
16 UStd.; 66,- € (ermäßigt 34,- €)

Z21201 Hilden

Diskussion vor Bildern

Karin Finke

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

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

10 x dienstags, 16.00 - 17.30 Uhr

Beginn: 29. August 2023

Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
20 UStd.; 23,- € (keine Ermäßigung)

Z23002 Hilden

Zeichnen lernen

für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Boris Pahlow

Möchten Sie sich kreativ ausdrücken können, ihr individuelles Bild schaffen von den Dingen, die Ihnen wichtig sind? Hier können Sie das Zeichnen lernen. Grundlegendes erfahren wie Linienführung, Perspektive, Licht und Schatten. Der Dozent unterstützt Sie, ihren eigenen Stil auszuarbeiten. Jeder arbeitet nach seinem Tempo. 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 oder 30 x 40 cm, Bleistift Stärke 2B, 4B sowie ein Smartphone mit QR-Code Reader. Über weiteres Material wird im Laufe des Kurses informiert.

7 x montags, 19.30 - 21.30 Uhr

Beginn: 6. November 2023

VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
14 ZStd.; 87,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z23003 Haan

Abstrakte Acrylmalerei

„mutig malen - 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, Anfrage vorab unter vhs@bypia.de.



Samstag, 21. Oktober 2023, 15.00 - 18.00 Uhr
 Sonntag, 22. Oktober 2023, 10.00 - 13.00 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
 6 ZStd.; 39,50 € (ermäßigt 22,- €)

Z23010 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 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, im eigenen Kunstwerk, verewigt und macht es individuell.

Für alle, die Freude an Kreativität und Farben haben und in die abstrakte Acrylmalerei einsteigen oder weiter vertiefen wollen. Auch diejenigen, die meinen „ich kann nicht malen“, sind genauso 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 4 (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, Anfrage vorab unter vhs@bypia.de.

Samstag, 9. September 2023, 15.00 - 18.00 Uhr
 Sonntag, 10. September 2023, 10.00 - 13.00 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
 6 ZStd.; 39,50 € (ermäßigt 22,- €)

Z23011 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 angewendet, dabei bleibt viel Raum für die eigene Kreativität. Themen sind u.a. Bildaufbau, Komposition, Farblehre und -wirkung, Licht und Schatten, räumliche Wirkung, Farbauftrag mit Pinsel oder Spachtel und wie das Bild gelingt. Je nach Bedarf gibt es individuelle Unterstützung Schritt für Schritt zu eigenen Bildern und dem eigenen Stil.

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 4 (mind. 200g/qm), Leinwand, Küchenrolle oder Tücher/Lappen, zum Abdecken der Tische eine wasserundurchlässige Tischdecke.

8 x dienstags, 10.00 - 12.15 Uhr
 Beginn: 29. August 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
 24 UStd.; 96,- € (ermäßigt 51,- €)

Z23013 Haan

8 x dienstags, 10.00 - 12.15 Uhr
 Beginn: 14. November 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
 24 UStd.; 96,- € (ermäßigt 51,- €)

Z23014 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: 29. August 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
 48 UStd.; 70,- € (keine Ermäßigung)

Z23017 Haan

Aquarellmalerei, schon mal probiert?

Dagmar Hebestreit



Aquarellieren bedeutet, einen Weg zu finden, ein Motiv zu erkennen und zu sehen. Aber auch die Fantasie spielt bei allen kreativen Menschen eine wichtige Rolle. Licht und Schatten, Kontraste und die Farbigkeit entwickeln ein Zusammenspiel auf dem weißen Papier. Gemeinsam probieren und experimentieren wir, was uns gefällt und was zufällig auf dem Papier entsteht.

Bitte bringen Sie mit: Aquarellpapier min. 300 g/m², Aquarellfarbkasten, Pinsel (z.B. Aquarellpinsel Gr. 16 und Gr. 6) und Wassergefäß, Küchenrolle oder Lappen, zum Abdecken der Tische eine wasserundurchlässige Tischdecke.

2 x donnerstags, 15.00 - 17.00 Uhr
 Beginn: 30. November 2023
 Haus Horst, Horster Allee 12-22, Gruppenraum A 046
 4 ZStd.; 29,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z23020 Hilden



2 x donnerstags, 15.00 - 17.00 Uhr
 Beginn: 11. Januar 2024
 Haus Horst, Horster Allee 12-22, Gruppenraum A 046
 4 ZStd.; 29,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z23021 Hilden

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 DIN 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 (Küchenrolle oder Ähnliches), Bleistift (2B) und Radiergummi, Lineal und Zirkel, Feinliner (wasserresistent, schwarz), Tesakrepp (ca. 1 cm breit), weißer Teller (falls Farben ohne Kasten gekauft werden) und zum Schutz der Tische eine wasserundurchlässige Abdeckfolie oder Tischdecke.

Freitag, 13. Oktober 2023, 18.00 - 20.30 Uhr
 Samstag, 14. Oktober 2023, 11.00 - 15.30 Uhr
 Sonntag, 15. Oktober 2023, 10.00 - 14.30 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
 11,5 ZStd.; 69,- € (keine Ermäßigung)

Z23025 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) und zum Schutz der Tische eine wasserundurchlässige Abdeckfolie oder Tischdecke.

15 x mittwochs, 17.30 - 19.45 Uhr
 Beginn: 30. August 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
 45 UStd.; 55,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z23030 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, Sammelsurium und Ideenfundus zugleich. 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: wasserfeste Feinliner 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: 16. September 2023
 Treffpunkt: Nove-Mesto-Platz, Eingang zur Stadtbücherei Hilden
 6 UStd.; 29,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z23031 Hilden

Urban Sketching mit Aquarellfarben, wie geht das?

Dagmar Hebestreit

Jeder schaut anders auf ein Motiv und es gibt viele Gestaltungsvariationen. 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 (min. 200-300g/m² Papierstärke), wasserfester Feinliner 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, 25. November 2023, 10.00 - 14.00 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
 4 ZStd.; 29,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z23033 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 den 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, 13. Januar 2024, 10.00 - 14.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
4 ZStd.; 29,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z23034 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. Die Teilnahme an diesem Kurs ist ausreichend für die Arbeit in der Offenen Glasperlenwerkstatt Z23060 und Z23061.

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

Z23059 Haan

Offene Glasperlenwerkstatt

Christin Barthelmie

In der offenen Glasperlenwerkstatt können alle diejenigen, die bereits Glasperlen an Gasbrennern hergestellt haben, ihre Kenntnisse und Fähigkeiten anwenden. Eigene Projekte können in Absprache mit der Kursleiterin angegangen und umgesetzt werden. Der erste Tag dient zur Vorbereitungen individueller Projekte, Fragen und Wünsche und zum „Einperlen“: Vorhandene Kenntnisse und Tech-

niken werden gemeinsam aufgefrischt. Im Anschluss ist Zeit für die freie Arbeit. Am zweiten Tag können anhand von konkreten Beispielen, wenn gewünscht, fortgeschrittene Techniken erlernt oder individuelle Projekte angegangen werden. Es bleibt viel Zeit für die eigene kreative Arbeit.

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.

Samstag, 18. November 2023, 18.30 - 21.00 Uhr
Sonntag, 19. November 2023, 10.15 - 17.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
11 UStd.; 69,- € (zzgl. Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Z23060 Haan

Freitag, 26. Januar 2024, 18.30 - 21.00 Uhr
Samstag, 27. Januar 2024, 10.15 - 17.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
11 UStd.; 69,- € (zzgl. Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Z23061 Haan

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.

6 x mittwochs, 19.00 - 21.15 Uhr
Beginn: 30. August 2023
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
18 UStd.; 74,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Z23101 Haan

6 x mittwochs, 19.00 - 21.15 Uhr
Beginn: 8. November 2023
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
18 UStd.; 74,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Z23102 Haan



Plastisches Gestalten und Modellieren mit Ton

Angelika Rond

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

8 x dienstags, 10.00 - 12.00 Uhr
 Beginn: 17. Oktober 2023
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
 16 ZStd.; 92,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
 Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Z23110 Haan

8 x dienstags, 15.30 - 17.30 Uhr
 Beginn: 17. Oktober 2023
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
 16 ZStd.; 92,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
 Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Z23111 Haan

8 x dienstags, 18.00 - 20.00 Uhr
 Beginn: 17. Oktober 2023
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
 16 ZStd.; 92,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
 Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Z23112 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.

Samstag, 09.09.2023,
 Sonntag, 10.09.2023,
 Samstag, 14.10.2023,
 jeweils 10.30 - 15.00 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
 18 UStd.; 74,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
 Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Z23120 Haan

Samstag, 11.11.2023,
 Sonntag, 12.11.2023,
 Samstag, 09.12.2023,
 jeweils 10.30 - 15.00 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
 18 UStd.; 74,- € (zzgl. Materialkosten für Ton etc.)
 Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Z23122 Haan

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).

17 x mittwochs, 19.30 - 21.30 Uhr
 Beginn: 30. August 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 7
 34 ZStd.; 44,- € (keine Ermäßigung)

Z23201 Haan

Ausdrucksstarke Fotografie Finde Deinen eigenen Stil

Helga von Berg-Harder

Die VHS-Fotogruppe Hilden besteht aus engagierten Fotograf*innen, die gemeinsam ihr fotografisches Sehen und die Gestaltung ihrer Bilder weiterentwickeln. Die Ziele sind, 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 oder durch vorgegebene Themen gefunden. Am ersten Kursabend werden Exkursionstermine abgesprochen, im Regelfall schon für das unmittelbar kommende Wochenende. Bitte halten Sie sich dieses frei.

Anforderungen an die Kamera-Ausrüstungen werden nicht gestellt. Die Bildbesprechungen zeigen das unterschiedliche Herangehen der Teilnehmer und führen so zu neuen Sicht- und Darstellungswei-



sen. Bitte bringen Sie für den ersten Kursabend 3-5 eigene Fotos auf einem USB Stick mit, gerne alternativ auch Papierfotos in DIN A4 Format.

Kursort: Graf Recke-Stiftung - Dorotheenviertel Hilden, Horster Allee 9, Hochhaus 8.Stock, Großer Tagungsraum

5 x mittwochs, 19.00 - 21.00 Uhr
 Beginn: 6. September 2023
 Dorotheenviertel, Haus Ahorn, Horster Allee 7-9, Hilden
 10 UStd.; 58,- €
 Kleingruppen-Angebot: Max. 9 Teilnehmende

Z23204 Hilden

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 Lötten. 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!

7 x montags, 04.09.2023, 18.09.2023, 16.10.2023,
 30.10.2023, 13.11.2023, 27.11.2023, 11.12.2023,
 jeweils 18.30 - 21.30 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
 28 UStd.; 129,- € (zzgl. Materialkosten)
 Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Z23300 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 Lötten. 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. Edel-

metalle sind im Kurs erhältlich und werden nach Verbrauch abgerechnet. Gold nach Absprache, den Bedarf bitte mindestens zwei Wochen vorher anmelden!

5 x freitags, 9.30 - 12.30 Uhr
 Beginn: 27. Oktober 2023
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
 20 UStd.; 98,- € (zzgl. Materialkosten)
 Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Z23301 Haan

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 Lötten. 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, 9.30 - 12.30 Uhr
 Beginn: 25. August 2023
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
 16 UStd.; 78,- € (zzgl. Materialkosten)
 Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Z23302 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!



4 x montags, 18.30 - 21.30 Uhr
 Beginn: 8. Januar 2024
 VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, Werkraum N1
 16 UStd.; 78,- € (zzgl. Materialkosten)
 Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Z23303 Haan

Freitag, 10. November 2023, 18.30 - 20.00 Uhr
 Samstag, 11. November 2023, 10.00 - 17.00 Uhr
 Sonntag, 12. November 2023, 10.00 - 16.00 Uhr
 Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
 17 UStd.; 75,- €
 Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Z23403 Hilden

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.

12 x montags, 18.30 - 20.45 Uhr
 Beginn: 28. August 2023
 Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
 36 UStd.; 150,- € Kleingruppen-Angebot
 Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Z23402 Hilden

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.

Nähen für den Herbst - Tücher und Schals

in Kooperation mit der Stadtbücherei Hilden

Janina Vorwerk

Dieser Kurs richtet sich an alle, die gerne auch mal etwas für sich selbst nähen wollen! Im Angebot sind warme und praktische Winter-Accessoires für den Hals: Schal, Schlauchschal oder Dreieckstuch, ganz nach Geschmack. Nähanfänger*innen sind genauso herzlich willkommen wie Teilnehmer*innen, die bereits an der Nähmaschine gesessen und Erfahrung gesammelt haben. Es wird einfache Basic-Schnittmuster geben, nach denen wir mindestens ein, je nach Geschwindigkeit auch mehrere Accessoires fertigen.

Nähmaschinen sowie Materialien sind vor Ort vorhanden. Die Gebühren verstehen sich inklusive Materialkosten i.H.v. 20 Euro.

Samstag, 9. September 2023, 9.30 - 13.30 Uhr
 Stadtbibliothek Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
 4 ZStd.; 63,- € (inkl. 20,- € Materialkosten)
 Kleingruppen-Angebot: Max. 6 Teilnehmende

Z23405 Hilden

JungeVHS Nähen für den Herbst - Tücher und Schals

Für Jugendliche von 12 bis 17 Jahren

in Kooperation mit der Stadtbücherei Hilden

Janina Vorwerk

Dieser Kurs richtet sich an Jugendliche, die gerne auch mal etwas für sich selbst nähen wollen! Im Angebot sind warme und praktische Winter-Accessoires für den Hals: Schal, Schlauchschal oder Dreieckstuch, ganz nach Geschmack. Nähanfänger*innen sind genauso herzlich willkommen wie Teilnehmer*innen, die bereits an der Nähmaschine gesessen und Erfahrung gesammelt haben. Es wird einfache Basic-Schnittmuster geben, nach denen wir mindestens ein, je nach Geschwindigkeit auch mehrere Accessoires fertigen.

Nähmaschinen sowie Materialien sind vor Ort vorhanden. Die Gebühren verstehen sich inklusive Materialkosten i.H.v. 20 Euro.

Samstag, 21. Oktober 2023, 9.30 - 13.30 Uhr
 Stadtbibliothek Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
 4 ZStd.; 63,- € (inkl. 20,- € Materialkosten)
 Kleingruppen-Angebot: Max. 6 Teilnehmende

Z23406 Hilden

Nähen für Weihnachten





in Kooperation mit der Stadtbücherei Hilden

Janina Vorwerk

Dieser Kurs richtet sich an alle, die gerne auch mal etwas Selbstgemachtes verschenken möchten. Wir nähen kleine Projekte, die individuelle schöne Geschenke werden. Nähanfänger*innen sind genauso herzlich willkommen wie Teilnehmer*innen, die bereits an der Nähmaschine gesessen und Erfahrung gesammelt haben. Es wird einfache Basic-Schnittmuster geben, nach denen wir mindestens ein, je nach Geschwindigkeit auch mehrere Accessoires fertigen. Nähmaschinen sowie Materialien sind vor Ort vorhanden. Die Gebühren verstehen sich inklusive Materialkosten i.H.v. 12 Euro.

Samstag, 11. November 2023, 9.30 - 13.30 Uhr
Stadtbibliothek Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
4 ZStd.; 55,- € (inkl. 12,- € Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 6 Teilnehmende

Z23407 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 Stoff Spaß macht! Wir werden mit einfachen Näh-Projekten gemeinsam die Nähmaschine erkunden. So werden praktische Dinge wie Scrunchies, Schlüsselanhänger, Lesezeichen etc. entstehen. Absolut anfängergerecht - 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, 26. August 2023, 10.00 - 13.00 Uhr
Stadtbibliothek Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
3 ZStd.; 44,- € (inkl. 12,- € Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 6 Teilnehmende

Z23408 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 Auf-

tritt haben wollen: In diesem Seminar geht es genau darum. Im Anschluss ist es möglich, einen farblichen Einkaufsbegleiter bei der Dozentin zu erwerben.

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

Freitag, 3. November 2023, 17.00 - 22.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
6 UStd.; 55,- €
Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Z23420 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 zurechtzufinden. Anhand eines umfangreichen Tages-Make-ups gibt Ihnen eine ausgebildete Visagistin viele nützliche Tipps und Tricks zum Thema Make-up. Von der Wahl der richtigen Grundierung über Puder und Rouge bis hin zum Augen-Make-up mit drei Lidschattenfarben werden Sie Schritt für Schritt angeleitet und können am Ende des Kurses Ihr eigenes Werk im Spiegel bewundern.

Sie bringen bitte mit: Sich selbst ungeschminkt, ein kleines Gästehandtuch, evtl. einen Vergrößerungsspiegel und gute Laune! Materialkosten von 5 € sind in der Kursgebühr enthalten.

Samstag, 2. Dezember 2023, 14.00 - 17.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
4 UStd.; 27,- € (inkl. 5,- € Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Z23422 Hilden

Samstag, 27. Januar 2024, 14.00 - 17.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
4 UStd.; 27,- € (inkl. 5,- € Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Z23423 Hilden

KUNST FÜR KINDER

Junge ZineWerkstatt

Für junge Menschen von 12 bis 15 Jahren

Joy Reißner

Zines sind kleine Heftchen, in denen es um alles Mögliche gehen kann - sei es das eigene Haustier, die Lieblingssängerin, eigene Gedichte oder dein Hobby. Gemeinsam wollen wir uns Schere, Kleber und Stifte schnappen, um unsere ganz eigenen Zines zu gestalten. In der ZineWerkstatt zeige ich euch verschiedene Methoden wie eure Heftchen zum absoluten Hingucker werden, zum Beispiel mit kreativen Collagen. Für Material ist gesorgt, gerne könnt ihr auch selbst etwas zum Gestalten mitbringen.



Samstag, 7. Oktober 2023 und Sonntag, 8. Oktober 2023, jeweils 14.00 - 17.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
8 UStd.; 37,- € (inkl. Materialkosten; ermäßigt 21,- €)

Z23508 Hilden

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 zwei Geschirrtücher. Die Materialien im Wert von 15 € werden von der Kursleitung mitgebracht und sind bereits in den Kursgebühren enthalten.

Samstag, 4. November 2023, 10.30 - 13.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
2,5 ZStd.; 37,- € (inkl. Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Z23510 Haan

JungeVHS Kinderkreativwerkstatt - Wir basteln Geschenke zu Weihnachten

für Kinder zwischen 8 und 12 Jahren

Britta Steinhardt

Weihnachten steht vor der Tür und du brauchst noch Geschenke für deine Familie? Dann lass deiner Fantasie freien Lauf und kreiere unter Anleitung einzigartige Weihnachtsgeschenke. Bitte bring zwei Marmeladengläser und ein altes Tuch mit. Außerdem solltest du Kleidung tragen, die schmutzig werden kann oder bring einen Malkittel mit. Die restlichen Materialien im Wert von 15 € werden von der Kursleitung mitgebracht und sind bereits in den Kursgebühren enthalten.

Samstag, 2. Dezember 2023, 10.30 - 13.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
2,5 ZStd.; 37,- € (inkl. Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Z23511 Haan

JungeVHS Kinderkreativwerkstatt - Wir erstellen Badebomben und Knetseife

für Kinder zwischen 8 und 12 Jahren

Britta Steinhardt

Badezusätze herzustellen, geht ganz einfach. Und es ist eine schöne Geschenkidee - oder du tust dir damit selbst etwas Gutes. Stelle deine einzigartigen Blubberbadekugeln mit ausgewählten Düften,

Blüten und Farben selber her und kreiere deine eigene Knetseife mit individuellem Duft.

Bitte bring ein Gefäß für den Transport der duftenden Pflegeprodukte und zwei Geschirrtücher mit. Außerdem solltest du Kleidung tragen, die schmutzig werden kann oder bring einen Malkittel mit. Die restlichen Materialien im Wert von 15 € werden von der Kursleitung mitgebracht und sind bereits in den Kursgebühren enthalten.

Samstag, 28. Oktober 2023, 10.30 - 13.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
2,5 ZStd.; 37,- € (inkl. Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Z23512 Haan

JungeVHS Nähen für den Herbst Tücher und Schals

Für Jugendliche von 12 bis 17 Jahren

in Kooperation mit der Stadtbücherei Hilden

Janina Vorwerk

Dieser Kurs richtet sich an Jugendliche, die gerne auch mal etwas für sich selbst nähen wollen! Im Angebot sind warme und praktische Winter-Accessoires für den Hals: Schal, Schlauchschal oder Dreieckstuch, ganz nach Geschmack. Nähanfänger*innen sind genauso herzlich willkommen wie Teilnehmer*innen, die bereits an der Nähmaschine gesessen und Erfahrung gesammelt haben. Es wird einfache Basic-Schnittmuster geben, nach denen wir mindestens ein, je nach Geschwindigkeit auch mehrere Accessoires fertigen.

Nähmaschinen sowie Materialien sind vor Ort vorhanden. Die Gebühren verstehen sich inklusive Materialkosten i.H.v. 20 Euro.

Samstag, 21. Oktober 2023, 9.30 - 13.30 Uhr
Stadtbibliothek Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
4 ZStd.; 63,- € (inkl. 20,- € Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 6 Teilnehmende

Z23406 Hilden

JungeVHS Plotter-Schnupper-Workshop für Jugendliche

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 Plattens 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, 19. August 2023, 10.00 - 13.00 Uhr
Stadtbibliothek Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
3 ZStd.; 48,- € (inkl. 15,- € Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 6 Teilnehmende

Z23515 Hilden





JungeVHS Plotter-Weihnachts-Workshop für Jugendliche

Kleine Weihnachtsprojekte 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. mit weihnachtlichen Motiven - perfekte selbstgemachte und individuelle Geschenke für Weihnachten. 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, 18. November 2023, 10.00 - 13.00 Uhr
Stadtbibliothek Hilden, Nove-Mesto-Platz 3, Hilden
3 ZStd.; 48,- € (inkl. 15,- € Materialkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 6 Teilnehmende

Z23516 Hilden

MUSIK

Spaß am Trommeln auch für zwei „linke Hände“

Trommelworkshop

Ralf Kunkel

Ein Workshop für alle, die Lust haben, die Klangvielfalt von Trommeln (Djembe und Conga) und anderen interessanten Rhythmusinstrumenten kennenzulernen. Das Spielen von lateinamerikanischen und afrikanischen Rhythmen, die Entwicklung des Rhythmusgefühls und das Kennenlernen der Anschlagtechnik der Trommeln wird den Kurs im entspannten Rahmen bestimmen. Die Inhalte richten sich jeweils an Interessierte, die bisher keine oder geringe Vorkenntnisse besitzen. Das gemeinsame Grooven an diesem Samstag wird bestimmt noch längere Zeit nachschwingen.

Die Leihgebühr für die Trommeln ist in der Kursgebühr enthalten!

Ralf Kunkel ist seit über 30 Jahren begeisterter Trommler, erhielt Unterricht bei verschiedenen Trommlern aus Ghana, Senegal, Brasilien, Curacao, Cuba und Panama und gründete in Wuppertal die Rhythmuschule YENCAGO.

Samstag, 2. September 2023, 11.00 - 14.45 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
5 UStd.; 54,- € inkl. Leihgebühr für die Trommeln (keine Ermäßigung)

Z24001 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: 6. September 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
13 ZStd.; 78,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z24004 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: 6. September 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
13 ZStd.; 78,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z24005 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: 4. November 2023
Musikschule Haan, Raum OG 17, Dieker Str. 69, Haan
4 UStd.; 45,- €
Kleingruppen-Angebot: Max. 4 Teilnehmende

Z24120 Haan

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

Z24121 Haan



KOCHEN

Bitte beachten Sie folgende Regelungen: Wer in einem Kochkurs mit Lebensmittelumlage unentschuldigt bzw. ohne fristgerechte* Abmeldung fehlt, muss für den jeweiligen Termin seinen Anteil an den Lebensmittelkosten (mit der Kursgebühr) trotzdem anweisen bzw. abbuchen lassen. Die Kursleitungen reichen der VHS Hilden-Haas in diesen Fällen die Belege für die jeweiligen Veranstaltungen ein. Bei Kursen mit längerer Laufzeit ist es natürlich auch möglich, den Betrag nach dem verpassten Kurstag vor Ort mit den Kursleitenden abzurechnen.

*Diese Zahlung der Umlage ist fällig, wenn 48 Stunden vor dem Veranstaltungstag keine (schriftliche) Abmeldung erfolgt ist. Bei Veranstaltungen, die am Samstag oder Sonntag stattfinden, gilt hierfür eine Abmeldefrist bis Donnerstag, 12.00 Uhr vor dem Seminartag. 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.

Orientalische Küche 1

Sameh Fares / Nael Assi

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 (15,- € bis 20,- €) je Teilnehmer werden am Kursabend bei der Kursleitung bezahlt.

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

Samstag, 2. September 2023, 17.00 - 21.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
4 ZStd.; 32,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31000 Hilden

Samstag, 21. Oktober 2023, 17.00 - 21.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
4 ZStd.; 32,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31001 Hilden

Orientalische Küche 2

Sameh Fares / Nael Assi

Im ersten Teil haben wir Falafel, Fleischbällchen in Kirschsauce, Künefe und vieles mehr gemacht, aber die orientalische Küche hat noch einiges anzubieten. Für den zweiten Teil haben wir neue Rezepte mit viel Geschmack und Farbe.

Die anteiligen Lebensmittelkosten (15,- € bis 20,- €) je Teilnehmer werden am Kursabend bei der Kursleitung bezahlt.

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



Samstag, 30. September 2023, 17.00 - 21.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
4 ZStd.; 32,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31002 Hilden

Samstag, 18. November 2023, 17.00 - 21.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
4 ZStd.; 32,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31003 Hilden

Orientalische Küche Vegetarisch

Sameh Fares / Nael Assi

Willkommen zu unserem orientalischen vegetarischen Kochkurs! In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie köstliche und gesunde vegetarische Gerichte zubereiten, die in der Region traditionell sind. Wir führen Sie d

urch die Zutaten, Techniken und Aromen, die die Nahost-Küche so einzigartig und aromatisch machen. Während des Kurses lernen Sie, wie Sie eine Vielzahl von Gerichten mit Zutaten wie Kichererbsen, Linsen, Auberginen, Tomaten und duftenden Gewürzen wie Kreuzkümmel, Koriander und Kurkuma zubereiten. Sie lernen auch, wie Sie Kräuter wie Petersilie, Minze und Koriander verwenden können, um Frische und Lebendigkeit hinzuzufügen.

Die anteiligen Lebensmittelkosten (15,- € bis 20,- €) je Teilnehmer werden am Kursabend bei der Kursleitung bezahlt.

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

Samstag, 4. November 2023, 17.00 - 21.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
4 ZStd.; 32,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31004 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 Nachkochenjauch zu Hause gelingt, erhalten Sie Anregungen zur bekömmlichen Zubereitung, eine kleine Warenkunde zu den verwendeten Früchten und einjRezeptheftchenzum Mitnehmen.

Die anteiligen Lebensmittelkosten (ca. 10,- € je Teilnehmer) werden am Kursabend bei der Kursleitung bezahlt.

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



Freitag, 10. November 2023, 17.00 - 20.45 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
5 UStd.; 28,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31005 Hilden

Dienstag, 16. Januar 2024, 17.00 - 20.45 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
5 UStd.; 28,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31006 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, Pinenkerne, 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 (ca. 12,- € je Teilnehmer) werden am Kursabend bei der Kursleitung bezahlt.

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

Sonntag, 24. September 2023, 17.00 - 20.45 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
5 UStd.; 28,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31007 Hilden

Dienstag, 23. Januar 2024, 17.00 - 20.45 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
5 UStd.; 28,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31008 Hilden

Magie der Gewürze indisch vegetarisch kochen

Angelika Tamse

Indien ist von allem etwas mehr: mehr Farbe, mehr Gegensätze, mehr Aroma, mehr Chaos, mehr Süße! Indien ist einfach überwältigend! Dies spiegelt auch die indische Kochkultur in ihrer Vielfalt und Intensität wider. In diesem Kurs bereiten wir eine Auswahl an einfachen authentischen Gerichten zu und machen uns mit Zutaten wie Paneer, Tamarinde und Kichererbsenmehl vertraut. Es gibt eine kleine Einführung in die wichtigsten indischen Gewürze. Freuen Sie sich auf eine spannende Mahlzeit aus Curry und Dal, Gewürzreis, Gemüsebratlingen, aromatisches Chutney und weiteren Köstlichkeiten. Dazu backen wir, wie in Indien traditionell zu jeder Mahlzeit üblich, frisches Fladenbrot. Lassen Sie sich einfach mitreißen und genießen gemeinsam die zubereiteten Speisen. Indien-Anfängerkurs! Sie erhalten ein für den Kurs erstelltes Rezeptheftchen.

Die anteiligen Lebensmittelkosten (ca. 10,- € je Teilnehmer) werden



am Kursabend bei der Kursleitung bezahlt.
Bitte bringen Sie ein Küchenmesser, drei Geschirrtücher, eine Schürze und Gefäße für eventuell übriggebliebene Speisen mit.

Sonntag, 22. Oktober 2023, 17.00 - 20.45 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
5 UStd.; 28,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31009 Hilden

Freitag, 1. Dezember 2023, 17.00 - 20.45 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
5 UStd.; 28,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31010 Hilden

Indischer Thali-Kochkurs

Angelika Tamse



Thali ist eine Einladung, Indiens vielfältige und aufregende Gewürzküche zu genießen. Oft werden traditionell indische Mahlzeiten auf einem Thali, einem großen runden Serviertablett, mit vielen kleinen Portionen von Gerichten arrangiert serviert. Reis oder frisch gebackenes Brot bilden immer die Grundlage eines Thalıs. Fast unabhängig ist jedoch auch ein Dal-Gericht (Hülsenfrüchte), Gemüse- und Fleischcurrys, eine Joghurtkomponente, eine saure Zutat und etwas Süßes. Eine reiche Auswahl an Köstlichkeiten rundet dieses Menü erst ab. In diesem Kochkurs erstellen und genießen wir gemeinsam ein reichhaltiges Thali und tauchen in die indische Geschmackswelt ein. Sie erhalten viele interessante Informationen zu Indiens Kochkultur, verwendete Zutaten und ein Rezeptheftchen zum Mitnehmen. Die anteiligen Lebensmittelkosten (ca. 12,- € je Teilnehmer) werden am Kursabend bei der Kursleitung bezahlt.

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

Sonntag, 12. November 2023, 17.00 - 20.45 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
5 UStd.; 28,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31011 Hilden

Freitag, 26. Januar 2024, 17.00 - 20.45 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
5 UStd.; 28,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31012 Hilden

GenussReicher Herbst

Angelika Tamse



Der Herbst lässt uns nur allzu gerne von herrlichen Dingen wie Apfelduft, Kastanienmännchen, Kürbislichtern, bunten Laubspaziergängen und Pilzsammeln träumen. Wie gerne kuscheln wir uns zu dieser Zeit bei Kerzenschein und einer heißen Tasse Tee ein und genießen kulinarisch die herrliche Vielfalt, die uns der Herbst mit seinen reifen Früchten, Nüssen und Pilzen schenkt. In diesem Kochkurs wollen wir gemeinsam aus dem Vollen schöpfen und beliebte Herbstaromen zu Gaumenfreuden kreieren. Freuen Sie sich auf feine Maronensuppe, Herbstnuss-Salat mit warmer Honigvinaigrette, aromatischen Zwiebelkuchen mit einem Gläschen Federweißer oder Apfelschorle,



selbstgemachte Knödel und vielen weiteren Herbst-Highlights. Um die gemütliche Atmosphäre zu unterstreichen, zaubern wir gemeinsam eine herbstliche Tischdekoration. Sie erhalten ein Rezeptheftchen zum Mitnehmen. Die anteiligen Lebensmittelkosten (ca. 12,- € je Teilnehmer) werden am Kursabend bei der Kursleitung bezahlt. Bitte bringen Sie ein Küchenmesser, drei Geschirrtücher, eine Schürze und Gefäße für eventuell übriggebliebene Speisen mit.

Freitag, 27. Oktober 2023, 17.00 - 20.45 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
5 UStd.; 28,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31013 Hilden

Kochtöpfe unserer Welt

Angelika Tamse



Lassen Sie sich in der kalten Jahreszeit von den Düften und Aromen heißer Suppen und Eintöpfe verführen. Weltweit garen Menschen schon seit Jahrtausenden nahrhafte Gerichte in einem Topf. Hauptzutaten waren immer schon Gemüse, Getreide oder Hülsenfrüchte, Fleisch oder Fisch sowie unterschiedlichste Kräuter und Gewürze. In diesem Sinne reisen Sie mit durch die Küchen Europas bis hin zu fernen Kontinenten. Tauchen Sie gemeinsam in sechs verschiedene Kulturen ein und kochen traditionelle Gerichte, authentisch aber modern interpretiert, nach. Selbst gebackenes Brot und eine süße Leckerei runden das Geschmackserlebnis ab. Alle verarbeiteten Zutaten sind in Deutschland einfach erhältlich. Damit das Nachkochen auch zu Hause gelingt, bekommen Sie ein Rezeptheftchen zum Mitnehmen.

Die anteiligen Lebensmittelkosten (ca. 12,- € je Teilnehmer) werden am Kursabend bei der Kursleitung bezahlt.

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

Freitag, 17. November 2023, 17.00 - 20.45 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
5 UStd.; 28,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31014 Hilden

Indisch kochen

Supriti Panigrahi-Meißner

Die indische Küche ist bei uns in erster Linie bekannt für ihre schmackhaften Curry-Gerichte, doch die indische Kulinarik hat weit mehr zu bieten. Tauchen Sie ein ins vielseitige, duftende und aromatische Reich der indischen Küche und sehen Sie selbst, wie variantenreich die Spezialitäten Indiens sein können.

Die anteiligen Lebensmittelkosten (ca. 13,- € je Teilnehmer) werden am Kursabend bei der Kursleiterin bezahlt. Bitte bringen Sie ein Küchenmesser, drei Geschirrtücher, eine Schürze und Gefäße für eventuell übriggebliebene Speisen mit.

Samstag, 2. Dezember 2023, 16.00 - 20.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
4 ZStd.; 35,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31101 Hilden

JungeVHS Vegetarisch für alle für junge Menschen zwischen 10 und 15 Jahren

Joy Reißner



Extravagante Zutaten und stundenlanges hinter dem Herd stehen? Nicht in diesem Kochkurs! Gemeinsam lernen wir die Basics der schnellen, vegetarischen Küche kennen, probieren verschiedene Rezepte aus und lassen das Wochenende bei einem lockeren, gemeinsamen Essen ausklingen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich und alle zwischen 10 und 15 sind 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 eventuell übriggebliebene Speisen.

Samstag, 9. September 2023 und Sonntag, 10. September 2023, jeweils 14.00 - 18.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
8 ZStd.; 45,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31150 Hilden

Samstag, 25. November 2023 und Sonntag, 26. November 2023, jeweils 14.00 - 18.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
8 ZStd.; 45,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31151 Hilden

La Cucina Vegetariana Italiana

Regine Steinfurt

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 eventuell übriggebliebene Speisen.

Montag, 18. September 2023, 17.45 - 21.30 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
5 UStd.; 29,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31205 Hilden

Inspirationen zum Jahresende

Regine Steinfurt



Lecker & leicht zuzubereiten, aber trotzdem festlich: das ist unser heutiges Motto. Am Abend wird ein klassisches Menü mit einem Lachstartar als Vorspeise, einem Petersilienwurzelschaumsüppchen und einem gewickelten Filet mit raffiniertem Kräutermantel sowie einem winterlichem Dessert zubereitet.

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 eventuell übriggebliebene Speisen.



Montag, 6. November 2023, 17.45 - 21.30 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
5 UStd.; 29,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31206 Hilden

Pflanzliche Brotaufstriche selber machen

In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Michael Bonke

Die Deutsche Brotkultur mit ihren über 3000 Sorten ist Teil des immateriellen Kulturerbes der UNESCO. Die meisten von uns essen täglich Brot, aber die wenigsten essen es pur, sondern normalerweise kommt noch irgendetwas oben drauf. In diesem Workshop lernen die Teilnehmer*innen, leckere pflanzliche Brotaufstriche selbst herzustellen. Da pflanzliche Zutaten einen deutlich kleineren CO₂-Fußabdruck haben als tierische wie z.B. Käse, verwenden wir ausschließlich diese. Die TeilnehmerInnen arbeiten parallel mit verschiedenen Rezepten, und anschließend wird reihum alles probiert. Bitte bringen Sie eine Rührschüssel, ein Schneidebrett, ein Küchenmesser, ein Marmeladenglas mit Deckel und - falls vorhanden - einen Pürrierstab mit. Wir treffen uns im Bistro im Souterrain.



Donnerstag, 14. September 2023, 18.30 - 20.00 Uhr
Gemeindezentrum Erlöserkirche, St. Konrad-Allee 76/Ecke
Kölner Straße, Hilden
2 UStd.; 24,- € (inkl. Lebensmittelkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Z31208 Hilden

Weißkohl, Rote Bete & Co - Saisonales Gemüse fermentieren

In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Hilden

Michael Bonke

Lebensmittel zu fermentieren ist keine Neuheit. Mit Hilfe von Bakterien und Hefen wurden schon früher - als es noch keine Kühlschränke gab - gezielt Lebensmittel haltbar gemacht. Und auch heute sind Sauerkraut, Joghurt, Wein, Käse, Sojasoße, Brot, Kefir und Bier nicht mehr von unseren Speisekarten wegzudenken. Fermentierte Produkte sind allerdings 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. Hochklassige Restaurants quer über den Globus entdecken aktuell das Handwerk des Fermentierens wieder. In diesem Workshop lassen sich die Teilnehmer*innen von der ältesten Konservierungsmethode der Welt inspirieren und fermentieren verschiedene Gemüsesorten: Ganz ohne Strom und ganz ohne Gas ... denn auch das ist Klimaschutz!

Bitte bringen Sie eine Rührschüssel, ein Schneidebrett, ein großes Küchenmesser und eine Gemüseribe/einen Gemüsehobel mit. Für jede*n Teilnehmer*in steht ein Weckglas zur Verfügung. Weitere Weckgläser (mit mindestens 500 ml Volumen) können gern mitgebracht werden. Wir treffen uns im Bistro im Souterrain.



Donnerstag, 23. November 2023, 18.30 - 20.00 Uhr
Gemeindezentrum Erlöserkirche, St. Konrad-Allee 76/Ecke
Kölner Straße, Hilden
2 UStd.; 24,- € (inkl. Lebensmittelkosten)
Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Z31209 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. Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, Ihr Lieblingsküchenmesser, drei Geschirrtücher und Gefäße für eventuell übriggebliebene Speisen.

8 x mittwochs, 30.08.2023, 13.09.2023, 27.09.2023,
18.10.2023, 08.11.2023, 22.11.2023, 13.12.2023, 10.01.2024,
jeweils 17.00 - 20.45 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
40 UStd.; 44,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31210 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 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 eventuell übriggebliebene Speisen.

Donnerstag, 31.08.2023, 14.09.2023, 28.09.2023,
26.10.2023, 09.11.2023, 23.11.2023, 07.12.2023,
18.01.2024
jeweils 18.00 - 21.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
32 UStd.; 137,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31211 Hilden

Herbstzeit - Kürbiszeit - eine leckere, runde Sache

Wolfgang Koll





Sie sind kunterbunt, schmackhaft und manche haben faustdicke Überraschungen in sich. Wir entdecken das Multitalent Kürbis in all seinen Varianten. Ob raffiniertes Süppchen, als schlanker Spaghetti-Ersatz, gebraten als vegetarisches Schnitzel oder verarbeitet zu einem wunderbaren Curry - der Kürbis ist ein wahrer Alleskönner. Preiswert, lecker, gesund und rasch zubereitet weiß er zu begeistern. Wer dieses tolle Herbst-Gemüse und dessen Vielfältigkeit kennenlernen möchte, ist herzlich willkommen. Es wird ein runder Abend. Die anteiligen Kosten für die Lebensmittel (ca. 15 € p.P. inkl. Getränke) werden beim Kursleiter direkt bezahlt. Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, Ihr Lieblingsküchenmesser, drei Geschirrtücher und Gefäße für eventuell übriggebliebene Speisen.

Donnerstag, 19. Oktober 2023, 17.30 - 21.15 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
5 UStd.; 25,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31212 Hilden

Es weihnachtet (fast) schon...

Wolfgang Koll



An diesem Abend kreieren wir ein wunderbares, schmackhaftes, festliches Menü. Wir zaubern in fröhlicher Runde und völlig stressfrei ein 4-Gänge-Menü mit Vorspeise, Süppchen, einem exquisiten Hauptgang und einem Dessert, das den Abend versüßt. Die anteiligen Kosten für die Lebensmittel (ca. 15 € p.P. inkl. Getränke) werden beim Kursleiter direkt bezahlt. Bitte bringen Sie mit: eine Schürze, Ihr Lieblingsküchenmesser, drei Geschirrtücher und Gefäße für eventuell übriggebliebene Speisen.

Donnerstag, 30. November 2023, 17.30 - 21.15 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
5 UStd.; 25,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31213 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: 13. September 2023
Küche im Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
Zufahrt über Wiesengrundstraße
16 UStd.; 57,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31403 Haan

4 x donnerstags, 18.30 - 21.30 Uhr
Beginn: 14. September 2023
Küche im Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
Zufahrt über Wiesengrundstraße
16 UStd.; 57,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31404 Haan

4 x mittwochs, 18.30 - 21.30 Uhr
Beginn: 25. Oktober 2023
Küche im Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
Zufahrt über Wiesengrundstraße
16 UStd.; 57,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31405 Haan

4 x donnerstags, 18.30 - 21.30 Uhr
Beginn: 26. Oktober 2023
Küche im Schulzentrum Walder Str. 15, Haan
Zufahrt über Wiesengrundstraße
16 UStd.; 57,- € (zzgl. Lebensmittelkosten), keine Ermäßigung

Z31406 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, 25.09.2023 , 13.11.2023
jeweils 17.00 - 21.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
8 ZStd.; 4,- € (Nutzungspauschale)

Z31410 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. 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, 23.10.2023
jeweils 17.00 - 21.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
4 ZStd.; gebührenfrei

Z31411 Hilden

Montag, 04.12.2023
jeweils 17.00 - 21.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden, Küche
4 ZStd.; gebührenfrei

Z31412 Hilden

GESUNDHEIT INFORMATIV

Basisqualifizierung „Begleitung von pflegebedürftigen Menschen mit und ohne Demenz“ gemäß § 45a SGB XI; § 8 AnFöVO in Kooperation mit der AWO Haan

Monika Thöne / Simone Jakob / Helmut Taufer / Raphael Harlos / Ursula Berns / Anna-Elisabeth Gilles

In der Stadt Haan leben derzeit ca. 550 Menschen über 65 Jahre, im Kreis Mettmann rund 8 500 und in Deutschland ca. 1,8 Millionen Menschen, die an Alzheimer oder anderen Demenzerkrankungen leiden. Ein Krankheitsbild, das zukünftig mehr und mehr zu einer Belastung für eine wachsende Zahl Angehöriger wird, denn die Mehrzahl der erkrankten Menschen wird zuhause von Angehörigen rund um die Uhr betreut. Die pflegenden Angehörigen - mit ihrer 24-Stunden-Aufgabe - benötigen dringend Entlastung und Unterstützung. Die Schulung richtet sich an Ehrenamtliche, Fachpersonal, pflegende Angehörige sowie alle interessierten Menschen. Sie haben die Möglichkeit sich umfassend über Pflegebedürftigkeit zu informieren und erfahren für die tägliche Begleitung wichtige Dinge, die dabei helfen können, den Alltag für alle Beteiligten entspannter zu gestalten. Der Kurs wird von Fachreferent*innen durchgeführt und hat eine kontinuierliche Begleitung. Er umfasst 11 Veranstaltungstage mit insgesamt 40 Unterrichtsstunden. Über die Teilnahme an der Basisqualifizierung erhalten Sie eine Bescheinigung. Der Kurs wird jährlich im Wechsel mit der Stadt Hilden angeboten und wendet sich an Haaner und Hildener Bürger*innen.

Termine und Referent*innen:

Mittwoch 13.09. von 18:30 - 20:45 Uhr
Einführung: Einstieg ins Thema, Motivation, Erwartungen, Erfahrun-

gen
Ursula Berns; Altenpflegerin, freiberufliche Dozentin

Mittwoch 20.09 von 18:30 - 20:45 Uhr
Basiswissen zu Krankheits- und Behinderungsbildern
Ursula Berns; Altenpflegerin, freiberufliche Dozentin

Mittwoch 27.09. von 18:30 - 21:30 Uhr
Notfall-Wissen
Raphael Harlos; DRK - Ortsverein Haan e.V.

Mittwoch 04.10. von 18:30 - 20:45 Uhr
Bewegung erleichtern - Mobilität erhalten
Annelie Gilles; examinierte Krankenschwester mit Schwerpunkt Demenz, freiberufliche Dozentin

Mittwoch 11.10. von 18:30 - 20:45 Uhr
Abschieds- und Trauererfahrung in der Begleitung von Personen mit Pflegebedarf
Simone Jakob / Helmut Taufer - Christliche Hospiz- und Trauerbegleitung Haan e.V.

Samstag 14.10. von 10:00 - 15:15 Uhr
Alltagsgestaltung und Möglichkeiten der Unterstützung
Annelie Gilles; examinierte Krankenschwester mit Schwerpunkt Demenz, freiberufliche Dozentin

Mittwoch 18.10. von 18:30 - 20:45 Uhr
Bedeutung der Biografie in der Begleitung von Menschen mit Pflegebedarf
Monika Thöne; Dipl.-Pädagogin; Tanztherapeutin

Samstag 21.10. von 10:00 - 15:15 Uhr
Wertschätzende Kommunikation
Monika Thöne; Dipl.-Pädagogin; Tanztherapeutin

Mittwoch 25.10. von 18:30 - 20:45 Uhr
Für sich selber sorgen, eigene Bedürfnisse erkennen, Grenzen setzen und akzeptieren
Ursula Berns; Altenpflegerin, freiberufliche Dozentin

Mittwoch 08.11. von 18:30 - 20:45 Uhr
Umgang mit akuten Krisen und Konflikten
Annelie Gilles; examinierte Krankenschwester mit Schwerpunkt Demenz

Mittwoch 15.11. von 18:30 - 20:45 Uhr
Auswertung - Perspektiven - Zertifikatsverleihung
Ursula Berns; Altenpflegerin, freiberufliche Dozentin

11 x mittwochs, 18.00 - 20.15 Uhr
Beginn: 13. September 2023
AWO Haan, Breidenhofer Str. 7, Haan
40 UStd.; 180,- € (keine Ermäßigung)

Z32000 Haan

Denk mit - Bleib fit!

Ein ganzheitliches Gedächtnistraining für fitte Senior*innen

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 und Wortfindung trainiert. Das gemeinsame Denken in der Gruppe ohne Leistungsdruck ist unterhaltsam, macht Freude und hält fit.

Der Kurs richtet sich an fitte Senior*innen, die in das Gedächtnistraining einsteigen möchten oder bereits an einem Gedächtnistraining teilgenommen haben! Bitte Schreibzeug mitbringen.

7 x mittwochs, 14.00 - 15.30 Uhr
 Beginn: 20. September 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 14 UStd.; 63,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z32002 Hilden

Meditation zum Kennenlernen

Nejla Ballisoy



In der heutigen Zeit sehnen sich viele Menschen nach Ruhe und Abstand vom Stress des Alltags und danach, sich selbst (wieder) zu spüren. Meditation kann dazu beitragen. Sie lernen einige ausgewählte Meditationen unterschiedlicher Stilrichtungen kennen (z. B. aus dem Yoga und „westlich“), die nur wenige Minuten bis hin zu maximal 20 Minuten dauern. Die einzelnen Meditationseinheiten werden durch kurze Sequenzen mit leichten Körperübungen verbunden. Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen mit: Übungsmatte (oder Woldecke), Sitzkissen (oder festes Kissen).

Mittwoch, 23. August 2023, 17.30 - 19.00 Uhr
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
 2 UStd.; 11,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z32003 Haan

Alltagsinseln Entschleunigende Achtsamkeitsrituale

Felicia Kannemann



In diesem interaktiven Workshop wird das Thema Achtsamkeit, Rituale und wie sie sich in den Alltag einbauen lassen, rundum beleuchtet. Welche Rolle spielt eigentlich die innere Haltung bei Achtsamkeit? Wie wird es zu einem entschleunigenden Erlebnis statt zu einem weiteren Punkt auf der To-Do-Liste? Wie funktionieren Achtsamkeitsrituale und was habe ich davon? Gefüllt mit Impulsen und praktischen Übungen gehen wir der Frage auf den Grund, wie es trotz Alltag leicht sein darf, zu jeder Zeit, an jedem Ort, immer wieder zu sich selbst zu finden und sich Momente der Ruhe und Klarheit zu schaffen. Durch den hohen praktischen Anteil und Raum für Fragen, Inspiration und Gestaltung ist jeder herzlich eingeladen, mit dem erlebten Handwerkszeug schon im Workshop die erste kleine Alltagsinsel zu kreieren und sie mit in die eigene Lebenswelt zu nehmen.

Es ist keine besondere Kleidung erforderlich. Kommen Sie so, wie Sie sich wohl fühlen. Wer mag, kann sich Getränke oder Snacks mitbringen, Zeit für Pausen ist gegeben. Bitte bringen Sie etwas zu schreiben mit.

Freitag, 8. September 2023, 17.30 - 20.30 Uhr
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 4 UStd.; 22,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z32004 Hilden

„Ich freue mich bei mir zu sein“

Freude und Zufriedenheit erleben durch Verbindung mit eigenen Bedürfnissen

Felicia Kannemann



Im Einklang mit sich selbst sein und Zufriedenheit, Freude und Leichtigkeit im Alltag erleben, sind wohl einige der häufigsten Wünsche für das eigene Leben. Freude und Zufriedenheit dienen uns als Rückmeldung aus dem Inneren, dass gerade etwas gut läuft und Bedürfnisse für das eigene Wohlbefinden erfüllt sind. Das Wahrnehmen und Erfüllen eigener Bedürfnisse hilft, Grenzen zu setzen und bildet für den Menschen seine elementare Kraftquelle. Stehe ich neben mir oder fühle mich unverbunden, so erlebe ich schnell Erschöpfung und Frustration, und es scheint manchmal unmöglich, wieder in die Leichtigkeit des Gefühls Freude zu gelangen. Dieser interaktive Workshop bietet Impulse und Reflexion sowie praktische Übungen zur Verbindung mit dem eigenen Selbst und ermöglicht einen Einblick in die Bedeutsamkeit von Gefühlen und Bedürfnissen der entsprechenden Versorgung und ebnet so den Weg für mehr Freude und Leichtigkeit im eigenen Ich-Sein.

Es ist keine besondere Kleidung erforderlich. Kommen Sie so, wie Sie sich wohl fühlen. Wer mag, kann sich Getränke oder Snacks mitbringen, Zeit für Pausen ist gegeben. Bitte bringen Sie etwas zu schreiben mit.

Samstag, 28. Oktober 2023, 14.00 - 17.00 Uhr
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 4 UStd.; 22,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z32005 Hilden

Selbstwert, Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen

Was bedeutet das eigentlich und wie Sorge ich für mein Selbst?

Felicia Kannemann



Alles schon mal gehört und alles schon mal gesucht? In diesem interaktiven Workshop steht die Erfahrung mit sich selbst im Vordergrund. Die drei großen „Selbst-Wörter“ werden oft in einen Topf geworfen, vertauscht oder es gibt Unklarheiten, was sie denn letztendlich konkret für die eigene Person bedeuten. Dass diese Ressourcen enorm wichtig für den Menschen und seine persönliche Entfaltung in allen Lebensbereichen sind, hat vermutlich jeder schon mal gehört. Vielleicht hat der ein oder andere schon erfahren, wie wichtig ein achtsamer Umgang mit dem eigenen Selbst für Wohlergehen und Gesundheit ist. Und schon landen wir bei Selbstfürsorge, dem nächsten großen Wort.

Neben der Begriffsklärung lädt der Workshop dazu ein, mithilfe von Impulsfragen, Brainstorming, Kreativität und praktischen Übungen Antworten zu neuen und alten Fragen zu diesem Themenbereich zu erhalten, den Raum und Platz des eigenen Selbst im Leben zu beleuchten und die eigene Selbstwirksamkeit zu diesen Elementen anzustoßen. Es ist eine Einladung, das Thema neu zu reflektieren und Anregungen für den Alltag zu erfahren.

Es ist keine besondere Kleidung erforderlich. Kommen Sie so, wie Sie sich wohl fühlen. Wer mag, kann sich Getränke oder Snacks mitbringen, Zeit für Pausen ist gegeben. Bitte bringen Sie etwas zu schreiben mit.



Freitag, 17. November 2023, 17.30 - 20.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
4 UStd.; 22,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z32006 Hilden

Emotional ausgeglichen mittels Meditation

Bork Drewer



In diesem Seminar lernen wir die analytische buddhistische Meditation kennen. Die analytische Meditation ist neben der Achtsamkeitsmeditation die wichtigste Meditation im Buddhismus. Sie ist vor allem dazu geeignet, den Einfluss von belastenden Emotionen auf unser Bewusstsein und unser Verhalten zu regulieren. Im Gegensatz zur Achtsamkeitsmeditation, bei der wir das Entstehen, Verweilen und Vergehen unserer Emotionen passiv wahrnehmen, versuchen wir bei der analytischen Meditation aktiv ein emotionales Gleichgewicht in unserem Bewusstsein zu erreichen, indem wir das Gegenteil der belastenden Emotion willentlich in uns herstellen. Diese Art der Meditation wird auch Gegenmittel- oder Gleichgewichtsmeditation genannt. Sie kann helfen, dass wir emotional ausgeglichener sind und auch in schwierigen Situationen besser unsere Mitte halten können. Am ersten Seminartag wird die analytische Meditation vorgestellt und beispielhaft anhand der Emotionen Sorgen, niedriges Selbstwertgefühl, Verletzung/Enttäuschung und Angst eingeübt. Ziel ist es, dass Sie die Technik sicher beherrschen und zwischen den Seminartagen zuhause üben können. Am zweiten Seminartag besteht dann die Möglichkeit, über die gewonnenen Erfahrungen zu berichten, Fragen zu klären und vertiefende Meditationen einzuüben.

Mittwoch, 10.01.2024,
Mittwoch, 24.01.2024,
jeweils 18.00 - 20.15 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
6 UStd.; 20,- € (keine Ermäßigung)

Z32050 Hilden

Befreit und erfüllt leben! Meditations- und Gesprächskreis

Brigitte Krings



Wie kann ich zur inneren Ruhe kommen? Was gibt mir Kraft? Wie kann ich meine inneren Ressourcen entdecken und effektiv nutzen? Wie kann ich die Gedanken- und Grübelkreisläufe durchbrechen und die Kraft positiver Gedanken konkret erfahren? Was hilft mir dabei, meine Gefühle zu regulieren und konstruktiv mit ihnen umzugehen? Was will sich in meinem Leben entfalten? Was ist mir wirklich wichtig? Im lebendigen Austausch miteinander, werden wir methodisch abwechslungsreich und humorvoll diesen Fragen nachgehen und Antworten erschließen. In diesem Kreis erfahren Sie bewährte und effektive Meditationsformen, Achtsamkeitsübungen und leicht erlernbare Techniken zur Emotions- und Stressregulation. Das gemeinsame Erleben soll uns für unseren Alltag stärken und ermutigen.

7 x montags, 04.09.2023, 18.09.2023, 02.10.2023,
16.10.2023, 30.10.2023, 13.11.2023, 27.11.2023,
jeweils 18.00 - 19.30 Uhr
Nachbarschaftszentrum St. Marien, Meide 2, Hilden
14 UStd.; 84,- €
Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Z32055 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, 16. September 2023, 10.00 - 17.00 Uhr
Nachbarschaftszentrum St. Marien, Meide 2, Hilden
8 UStd.; 64,- €
Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Z32095 Hilden

QIGONG & TAI CHI

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, 9.00 - 10.30 Uhr
 Beginn: 30. August 2023
 Bürgerhaus Hilden; Mittelstr. 40, Alter Ratssaal, Hilden
 28 UStd.; 103,- € (Ermäßigung möglich)

Z32121 Hilden

14 x mittwochs, 10.40 - 12.10 Uhr
 Beginn: 30. August 2023
 Bürgerhaus Hilden; Mittelstr. 40, Alter Ratssaal, Hilden
 28 UStd.; 103,- € (Ermäßigung möglich)

Z32122 Hilden

Qi Gong - Knochenform

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 „Die Knochen stärken und die Sehnen lockern“ (kurz: Knochenform) wird ein Bewegungszyklus erlernt, der durch die sanften Bewegungen die Beweglichkeit fördert, die Muskulatur stärkt und den Qi-Fluss harmonisiert.

Der Kurs ist für Anfänger*innen und Fortgeschrittene geeignet. Bequeme Kleidung ist erforderlich. Wir arbeiten mit maximal 11 Teilnehmenden.

11 x dienstags, 19.00 - 20.30 Uhr
 Beginn: 12. September 2023
 Gesundheitsamt Hilden, Kirchhofstraße 33, Hilden (rechter Eingang)
 22 UStd.; 115,- € (keine Ermäßigung)

Z32125 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: 28. August 2023
 Wilhelm-Hüls-Schule, Aula, Augustastr. 29, Hilden
 20 UStd.; 76,- € (Ermäßigung möglich)

Z32130 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.

12 x donnerstags, 17.30 - 18.30 Uhr
 Beginn: 31. August 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
 12 ZStd.; 89,- €
 Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Z32135 Haan

Qigong in Haan - 15 Ausdrucksformen

Daniela Kaefer-Stopka

Qi steht für die Lebensenergie, Gong bedeutet Arbeit oder Übung. Qigong ist die Arbeit mit der Lebensenergie bzw. das Lenken und Leiten der Lebensenergie. 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. Mittels Bewegungs-, Atem- und Meditationsübungen sollen Blockaden in den Energieleitbahnen gelöst werden, um das Qi im Körper wieder zum Fließen zu bringen. 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. Als wesentlicher Bestandteil der chinesischen Medizin (TCM) trägt Qigong zum Erhalt und der Wiederherstellung von Gesundheit und Wohlbefinden bei.

Der Kurs ist für alle Altersgruppen und sowohl für Anfänger*innen als auch Fortgeschrittene geeignet.

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

13 x donnerstags, 19.00 - 20.30 Uhr
 Beginn: 7. September 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
 26 UStd.; 124,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z32140 Haan

Qigong in Haan - 15 Ausdrucksformen - Fresh Up

Daniela Kaefer-Stopka

Dieser Qigong-Abend richtet sich an Teilnehmende, die bereits einen Teil oder den gesamten Ablauf der 15 Ausdrucksformen in den Haaner Qigong Kursen kennengelernt haben. Wir praktizieren und wiederholen gemeinsam den kompletten Ablauf der 15 Ausdrucksformen und klären Fragen.

Bitte bequeme Kleidung, dicke/rutschfeste Socken oder leichte Turn-



schuhe anziehen.

Donnerstag, 18. Januar 2024, 19.00 - 20.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
2 UStd.; 10,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z32141 Haan

Qigong in Haan - Themenworkshop Die 8 Brokate und Meridiandehnübungen



Daniela Kaefer-Stopka

In diesem Themenworkshop befassen wir uns neben der Qigong-Form der 8 Brokate - im Stil des medizinischen Qigong (TCM), auch mit speziellen Meridiandehnübungen. Der Workshop richtet sich an alle Qigong-Begeisterten und Interessierten, Anfänger und Fortgeschrittene jeder Altersgruppe. 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.

Bitte bequeme Kleidung, dicke/rutschfeste Socken oder leichte Turnschuhe anziehen sowie eine Gymnastikmatte oder ein großes Handtuch/Decke und nach Bedarf etwas zu trinken mitbringen.

Samstag, 21. Oktober 2023, 10.30 - 13.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
4 UStd.; 20,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z32142 Haan

Samstag, 28. Oktober 2023, 10.30 - 13.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
4 UStd.; 20,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z32143 Haan

YOGA

Kundalini Yoga in Haan

Nejla 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).

7 x mittwochs, 15.30 - 17.00 Uhr
Beginn: 30. August 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
14 UStd.; 74,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z32160 Haan

8 x mittwochs, 15.30 - 17.00 Uhr
Beginn: 22. November 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
16 UStd.; 85,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z32161 Haan

7 x mittwochs, 17.30 - 19.00 Uhr
Beginn: 30. August 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
14 UStd.; 74,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z32162 Haan

8 x mittwochs, 17.30 - 19.00 Uhr
Beginn: 22. November 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
16 UStd.; 85,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z32163 Haan

Yoga für Späteinsteiger*innen

Nejla Ballisoy



Für Yoga gibt es kein Alter! Es gibt viele Gründe, Yoga auch jenseits der Lebensmitte auszuprobieren: Beweglichkeit und Kraft werden gefördert, Kreislauf und Atmung gestärkt, Balance und Koordinationsfähigkeit unterstützt, Körper und Geist entspannt. Grundlage der Unterrichtseinheiten ist Kundalini Yoga mit sanften Körperübungen in Bewegung, kombiniert mit dem Atem. Am Ende der Stunde folgen eine Tiefenentspannung und eine kurze Meditation. Übungen aus dem Hatha Yoga und Yin Yoga runden das Aufwärmprogramm zu Beginn der Stunde ab. Geübt wird je nach individuellen Voraussetzungen auf dem Stuhl oder auf dem Boden, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen mit: eine rutschfeste Übungsmatte und ein Sitzkissen (oder festes Kissen), ggf. eine Wolldecke für die Ruhephase.

8 x montags, 14.00 - 15.30 Uhr
Beginn: 28. August 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
16 UStd.; 85,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z32164 Haan

8 x montags, 14.00 - 15.30 Uhr
Beginn: 20. November 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
16 UStd.; 85,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z32165 Haan



Vinyasa-Yoga für Körper, Geist und Seele

Susanne Pramann



Dieser Yoga-Kurs richtet sich an Menschen, die schon erste Erfahrungen mit Yoga gemacht haben und sich eine etwas kraftvollere Praxis wünschen. Die klassischen Körperhaltungen (Asanas) sowie der Sonnengruß (Surya Namaskar) werden zu Beginn des Kurses noch einmal erklärt und eingeübt und dann in fließende Sequenzen (Vinyasas) eingebunden. Durch die bewusste Verbindung von Atem und Bewegung beruhigen sich die Gedanken und Körper, Geist und Seele können sich neu ausrichten. Kraft- und Dehnübungen, Atemtechniken (Pranayama), Entspannung (Savasana) und Meditation runden die ganzheitliche Praxis ab.

Im Kursraum sind Matten vorhanden, Sie können aber auch eine eigene Yoga-Matte mitbringen. Wenn Sie haben, bringen Sie gern auch ein Meditationskissen, eine Decke und Yogablöcke mit. Ein Yoga-Gurt, ein Bademantelgürtel oder ein ähnlich langer Gürtel kann von Zeit zu Zeit hilfreich sein.

10 x montags, 18.30 - 19.45 Uhr
Beginn: 4. September 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
16,67 UStd.; 77,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z32168 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 Woldecke), Sitzkissen (oder festes Kissen).

7 x montags, 20.00 - 21.30 Uhr
Beginn: 28. August 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“, Haus 3
Gerresheimer Str. 20 a, Hilden, 1.OG, Übungsraum
14 UStd.; 75,- € (ermäßigt 38,- €)

Z32170 Hilden

7 x montags, 20.00 - 21.30 Uhr
Beginn: 6. November 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“, Haus 3
Gerresheimer Str. 20 a, Hilden, 1.OG, Übungsraum
14 UStd.; 75,- € (ermäßigt 38,- €)

Z32171 Hilden

Sommerferienkurs Kundalini Yoga

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 Woldecke), Sitzkissen (oder festes Kissen).

6 x montags, 20.00 - 21.30 Uhr
Beginn: 3. Juli 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“, Haus 3
Gerresheimer Str. 20 a, Hilden, 1.OG, Übungsraum
12 UStd.; 65,- € (ermäßigt 33,- €)

Z32172 Hilden

Yin Yoga

Nejla Ballisoy



Bei diesem ruhigen, passiven Yoga-Stil werden die Körperhaltungen (Asanas) ohne Muskelanspannung überwiegend im Sitzen oder Liegen ausgeführt und mehrere Minuten lang gehalten. Zwischen den Haltungen werden gelegentlich kürzere neutrale Liegeposition eingenommen. Am Ende der Übungseinheit steht eine Tiefenentspannung. Yin Yoga fördert die Beweglichkeit, löst verklebte Faszien, stärkt Bänder, Sehnen und Gelenke und wirkt sehr entspannend. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, für Anfänger geeignet.

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen mit: Übungsmatte (oder Woldecke), Sitzkissen (oder festes Kissen), falls vorhanden außerdem Lagerungshilfen wie 1-2 Yogablöcke, alternativ 1-2 zusätzliche kleine Kissen oder eine Woldecke.

Mittwoch, 16. August 2023, 17.30 - 19.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
2 UStd.; 11,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z32173 Haan

Hatha Yoga

Nejla Ballisoy



Hatha Yoga ist ein klassischer Yogastil, der meist gemeint ist wenn von „Yoga“ gesprochen wird. Die Körperübungen werden im Gegensatz zum Kundalini Yoga überwiegend gehalten und sind ebenfalls mit dem Atem kombiniert. Die Übungseinheit mit einfachen Basisübungen stärkt die Muskulatur, fördert die Beweglichkeit und wirkt entspannend. Am Ende der Übungseinheit steht eine Tiefenentspannung. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, für Anfänger geeignet. Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen mit: Übungsmatte (oder Woldecke), Sitzkissen (oder festes Kissen).

Mittwoch, 4. Oktober 2023, 17.30 - 19.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
2 UStd.; 11,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z32174 Haan



Mittwoch, 11. Oktober 2023, 17.30 - 19.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
2 UStd.; 11,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z32175 Haan

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 Allergiefanfälligkeit 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: 5. September 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
12 UStd.; 57,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z32270 Haan

6 x dienstags, 20.15 - 21.45 Uhr
Beginn: 7. November 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
12 UStd.; 57,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z32271 Haan

HALTUNG

Wirbelsäulengymnastik / Rückenschule

Sylvia Hall

Funktionsgymnastik, die den ganzen Körper trainiert und einen Aus-

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

12 x mittwochs, 20.00 - 21.00 Uhr
Beginn: 30. August 2023
Dr. Ellen-Wiederhold-Sporthalle; Gymnastikraum, Am Holterhöfchen 30, Hilden
12 ZStd.; 83,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z33080 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!

12 x donnerstags, 10.15 - 11.15 Uhr
Beginn: 31. August 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Strangmeier-Saal
12 ZStd.; 83,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z33081 Hilden

12 x donnerstags, 11.15 - 12.15 Uhr
Beginn: 31. August 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Strangmeier-Saal
12 ZStd.; 83,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z33082 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, 16. September 2023, 10.30 - 13.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
3 ZStd.; 34,- € Kleingruppen-Angebot
Kleingruppen-Angebot:
Min. 8 / Max. 10 Teilnehmende

Z33087 Haan

Samstag, 20. Januar 2024, 10.30 - 13.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
3 ZStd.; 34,- € Kleingruppen-Angebot
Kleingruppen-Angebot:
Min. 8 / Max. 10 Teilnehmende

Z33089 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: 28. August 2023
Dr. Ellen-Wiederhold-Sporthalle; Gymnastikraum, Am Holterhöfchen 30, Hilden
15 ZStd.; 65,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z33230 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: 28. August 2023
Dr. Ellen-Wiederhold-Sporthalle; Gymnastikraum, Am Holterhöfchen 30, Hilden
15 ZStd.; 65,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z33231 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: 31. August 2023
Turnhalle der Don-Bosco-Schule, Thienhausener Str. 24, Haan
16 UStd.; 56,- € (Ermäßigung möglich)

Z33232 Haan

Funktionelles Zirkeltraining für alle Fitnesslevel

Drinne 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, 18.00 - 19.00 Uhr
Beginn: 7. September 2023
Dr. Ellen-Wiederhold-Sporthalle; Gymnastikraum, Am Holterhöfchen 30, Hilden
6 ZStd.; 39,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z33233 Hilden



6 x donnerstags, 18.00 - 19.00 Uhr
 Beginn: 2. November 2023
 Dr. Ellen-Wiederhold-Sporthalle; Gymnastikraum, Am Holterhöfchen 30, Hilden
 6 ZStd.; 39,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z33234 Hilden

Functional Fitness Ganzkörperworkout für alle Fitnesslevel



Iris Bollwerk

Beim Functional Fitness werden immer Bewegungen und ganze Muskelgruppen statt einzelner Muskeln (wie es z.B. beim Gerätetraining der Fall ist) trainiert. Dabei ist die Kräftigung der Muskulatur und die Förderung der persönlichen Fitness das Ziel. Auch Verspannungen können abgebaut werden. 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 Herz-Kreislauf-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, 19.15 - 20.15 Uhr
 Beginn: 7. September 2023
 Dr. Ellen-Wiederhold-Sporthalle; Gymnastikraum, Am Holterhöfchen 30, Hilden
 6 ZStd.; 39,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z33235 Hilden

6 x donnerstags, 19.15 - 20.15 Uhr
 Beginn: 2. November 2023
 Dr. Ellen-Wiederhold-Sporthalle; Gymnastikraum, Am Holterhöfchen 30, Hilden
 6 ZStd.; 39,- € (max. 50% Ermäßigung)

Z33236 Hilden

Gymnastik für Senioren

Marlene Altmann

Gymnastik mit Musik zur allgemeinen Beweglichkeit

12 x dienstags, 10.00 - 11.00 Uhr
 Beginn: 29. August 2023
 Elisabeth-Strub-Haus,
 Prälat-Marschall-Straße 58, Haan
 12 ZStd.; 56,- € (Ermäßigung möglich)

Z33237 Haan

Fit bis ins hohe Alter mit Zirkeltraining für die Generation 60+ (alle Fitnesslevel)



Iris Bollwerk

Zirkeltraining gibt es schon seit 1952. In den letzten Jahren gab es nochmal ein Wiederaufleben dieser Trainingsform. Im Gegensatz zu früher wird das Zirkeltraining heute aber funktioneller gestaltet. Dies bedeutet, dass die Übungen immer mehr Muskeln im Verbund beanspruchen und dadurch viel alltagsnaher sind als beim damaligen Zirkeltraining. Gleichgeblieben ist, dass an unterschiedlichen Stationen trainiert wird. Lassen sie uns gemeinsam im funktionellen Zirkel trainieren und unseren Körper kräftigen.

Am Anfang der Stunde werden wir gemeinsam verschiedene Stationen mit Kleingeräten (Bälle, Widerstandsbänder etc.) aufbauen. Diese Stationen beanspruchen unterschiedliche sportmotorische Fähigkeiten wie Kraft, Ausdauer und Koordination. Gerade die Fähigkeiten Kraft und Koordination zu trainieren ist sehr wichtig, weil dadurch oft Stürze im Alltag vermieden werden können. An den Stationen gibt es immer schwerere und leichtere Varianten der Übungen. Dadurch wird niemand unter- oder überfordert.

Nach dem Aufbau und der Erklärung der Stationen durch die Trainerin wärmen wir uns gemeinsam auf. Die Anzahl der Runden sowie die Zeit an den Stationen und die Wechselzeit zwischen den Stationen wird festgelegt. Danach verteilen sich die Teilnehmer*Innen auf die unterschiedlichen Stationen. Jeder trainiert die vorher bestimmte Zeit (Belastungszeit) in seinem individuellen Tempo an dieser Station. Danach wechseln wir die Station in einer bestimmten Zeit (Wechselzeit). Je nach Kursstunde trainieren wir eine unterschiedliche Anzahl von Durchgängen. Dazwischen gibt es immer wieder kurze Pausen.

Nach dem Zirkeltraining dehnen wir uns gemeinsam beim Stretch-Part und beenden damit die Kursstunde.

Die unterschiedlichen Stationen machen das Training sehr abwechslungsreich. Die passende Musik kann außerdem zur Motivation beitragen.

Bitte Handtuch, Matte und ein Getränk mitbringen.

6 x montags, 10.00 - 11.00 Uhr
 Beginn: 4. September 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
 6 ZStd.; 52,- €
 Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Z33238 Haan

6 x montags, 10.00 - 11.00 Uhr
 Beginn: 27. November 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
 6 ZStd.; 52,- €
 Kleingruppen-Angebot: Max. 8 Teilnehmende

Z33239 Haan

SELBSTVERTEIDIGUNG

Frauenselbstverteidigung Mit Sicherheit kein Opfer sein

Gaby Müller-Richiusa

Wir werden uns in Theorie und Praxis mit der Selbstverteidigung aus-



einandersetzen. 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, 7. Oktober 2023, 9.30 - 16.00 Uhr
Sonntag, 8. Oktober 2023, 9.30 - 14.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
14 UStd.; 59,- € (Ermäßigung möglich)

Z33241 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. Bitte Turnschuhe mitbringen.

Samstag, 11. November 2023, 9.30 - 12.45 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
4 UStd.; 19,- € (Ermäßigung möglich)

Z33242 Haan

Selbstverteidigungskurs für Mütter und Töchter (12-16 Jahre)

in Kooperation mit der Gleichstellungsstelle sowie der Kinder- und Jugendförderung der Stadt Hilden

Gaby Müller-Richiusa

Dieser Kurs richtet sich an Mütter und Töchter, die sich zusammen in Theorie und Praxis mit der Selbstbehauptung und Selbstverteidigung auseinandersetzen möchten. Theoretische und praktische Anteile wechseln sich in diesem Kurs ab. Themen wie Achtsamkeit, Heimweg nach der Fete, K.O.-Tropfen sowie Nein-Sagen und Körpersprache werden besprochen und 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. Normale Fitness ist ausreichend. Bitte Turnschuhe mitbringen.



Samstag, 04.11.2023,
Sonntag, 05.11.2023,
jeweils 9.30 - 14.00 Uhr
Jugendtreff am Weidenweg, Weidenweg 21, Hilden
12 UStd.; 59,- € (pro Mutter/Tochter-Paar; Ermäßigung möglich)

Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Z33243 Hilden

TANZ

Tanz für Best Ager mit lateinamerikanischer Musik

Sybille Klug



Ein Kurs für ältere Menschen, die Spaß daran haben einfache, freie Tanzbewegungen zu erlernen. Die Tänze werden altersgemäß entwickelt und zu einer kleinen Choreografie ausgebaut. Vor- und nachher wird unsere Muskulatur ausgiebig gedehnt. Spaß und Bewegung in der Gruppe halten uns fit. Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und Schuhe.

10 x mittwochs, 10.00 - 11.30 Uhr
Beginn: 6. September 2023
Studio FAYOUM, Richrather Str. 47, Hilden
20 UStd.; 89,- € (keine Ermäßigung)

Z34000 Hilden

Orientalischer Tanz

Sybille Klug

Anmut und Weiblichkeit stehen im Vordergrund bei dieser Tanzrichtung, bei der im Gegensatz zu unseren westlichen Tänzen die Bewegungen aus der Körpermitte kommen - Stressabbau und Spaß sind garantiert! Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung.

10 x dienstags, 17.30 - 18.30 Uhr
Beginn: 5. September 2023
Studio FAYOUM, Richrather Str. 47, Hilden
10 ZStd.; 62,- € (keine Ermäßigung)

Z34001 Hilden

Bitte beachten Sie, dass Sie als VHS-Teilnehmer*in unserer Kursangebote in Kooperation mit der Tanzschule Reichelt zu einem Vorzugspreis in das reguläre Kursangebot der Tanzschule integriert werden und es sich nicht um exklusive VHS-Kurse handelt. Somit ist keine Mindestteilnehmerzahl mehr erforderlich.

Discofox-Grundkurs für Anfänger*innen

Sven Reichelt

Anmeldung nur paarweise!



4 x freitags, 01.09.2023, 15.09.2023, 29.09.2023, 13.10.2023,
jeweils 21.00 - 22.00 Uhr
Tanzschule Reichelt, Schwanenstraße 1-3, Hilden
4 ZStd.; 38,- € p. Pers. (keine Ermäßigung)

Z34006 Hilden

4 x sonntags, 29.10.2023, 12.11.2023, 26.11.2023,
10.12.2023,
jeweils 15.30 - 16.30 Uhr
Tanzschule Reichelt, Schwanenstraße 1-3, Hilden
4 ZStd.; 38,- € p. Pers. (keine Ermäßigung)

Z34007 Hilden

Bitte beachten Sie, dass Sie als VHS-Teilnehmer*in unserer Kursangebote in Kooperation mit der Tanzschule Reichelt zu einem Vorzugspreis in das reguläre Kursangebot der Tanzschule integriert werden und es sich nicht um exklusive VHS-Kurse handelt. Somit ist keine Mindestteilnehmerzahl mehr erforderlich.

Standard / Latein - Anfängerkurs

Sven Reichelt

Anmeldung nur paarweise!

5 x sonntags, 16.45 - 18.00 Uhr
Beginn: 3. September 2023
Tanzschule Reichelt, Schwanenstraße 1-3, Hilden
6,25 ZStd.; 38,- € p. Pers. (keine Ermäßigung)

Z34008 Hilden

5 x donnerstags, 20.45 - 22.00 Uhr
Beginn: 26. Oktober 2023
Tanzschule Reichelt, Schwanenstraße 1-3, Hilden
6,25 ZStd.; 38,- € p. Pers. (keine Ermäßigung)

Z34009 Hilden

Bitte beachten Sie, dass Sie als VHS-Teilnehmer*in unserer Kursangebote in Kooperation mit der Tanzschule Reichelt zu einem Vorzugspreis in das reguläre Kursangebot der Tanzschule integriert werden und es sich nicht um exklusive VHS-Kurse handelt. Somit ist keine Mindestteilnehmerzahl mehr erforderlich.

Linedance für absolute Beginner

Sven Reichelt

5 x montags, 04.09.2023, 18.09.2023, 02.10.2023,
16.10.2023, 30.10.2023,
jeweils 17.45 - 19.15 Uhr
Tanzschule Reichelt, Schwanenstraße 1-3, Hilden
7,5 ZStd.; 38,- € p. Pers. (keine Ermäßigung)

Z34010 Hilden

5 x sonntags, 22.10.2023, 05.11.2023, 19.11.2023,
03.12.2023, 17.12.2023,
jeweils 12.30 - 14.00 Uhr
Tanzschule Reichelt, Schwanenstraße 1-3, Hilden
7,5 ZStd.; 38,- € p. Pers. (keine Ermäßigung)

Z34011 Hilden

Lindy Hop - Anfängerkurs

Spaß und gute Laune zu Swing-Musik

Cornelia Schoenwald / Ulrich Schoenwald

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

Samstag, 13. Januar 2024 und Sonntag, 14. Januar 2024,
jeweils 11.00 - 15.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
9 ZStd.; 75,- € p. Pers. (keine Ermäßigung)

Z34090 Haan

Lindy Hop - Fortgeschrittenkurs

Spaß und gute Laune zu Swing-Musik

Cornelia Schoenwald / Ulrich Schoenwald

Lindy Hop ist Spaß pur! Wer den Anfängerkurs bereits besucht hat, kann sich hier mit uns einmal im Monat treffen, um Neues zu probieren und Bekanntes zu festigen. Bitte bringen Sie saubere Schuhe zum Wechseln mit. Anmeldung nur paarweise!

Samstag, 30.09.2023, 14.10.2023, 25.11.2023, 16.12.2023,
27.01.2024
jeweils 10.00 - 12.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Gymnastikraum (R6)
10 ZStd.; 77,- € p. Pers. (keine Ermäßigung)

Z34091 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. Übungsspiele verschaffen die Routine, um König, Dame, Türme, Läufer, Springer und Bauern sicher auf dem Schachbrett zu bewegen. Dann wenden wir uns ersten Spielsituationen zu. Dabei geht es um Angriff, Schachgebot, Schlagen, De-



cken, und Tauschen. Und schließlich setzen wir Matt! Wir werden Experten*innen im Schachvokabular, wenn wir 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 Kurses 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.

8 x montags, 19.30 - 21.00 Uhr
 Beginn: 28. August 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 16 UStd.; 89,- €
 Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Z35000 Hilden

Schach für Fortgeschrittene

Achim Lotzwick

In diesem Kurs können regelkundige Anfänger*innen ihre Grundkenntnisse des Schachspiels weiterentwickeln. Wir greifen dabei einige der Themen auf, die der Deutsche Schachbund in seinem Programm „Schach für Fortgeschrittene - das Turmdiplom“ behandelt. Wir beschäftigen uns mit verschiedenen 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 Kurses beherrschen die Teilnehmer*innen die wichtigsten Elemente des Schachspiels auf fortgeschrittenem Niveau.

Montag, 06.11.2023 , 13.11.2023 , 20.11.2023 , 27.11.2023 ,
 04.12.2023 , 11.12.2023 , 18.12.2023 , 08.01.2024
 jeweils 19.30 - 21.00 Uhr
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 16 UStd.; 89,- €
 Kleingruppen-Angebot: Max. 10 Teilnehmende

Z35001 Hilden



FACHBEREICH 4

Deutsch und Fremdsprachen

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



Ihre Ansprechpartnerin:

Marta Sobczak

Telefon: 02103-50 05 43

E-Mail: sobczak@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.



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

Z40000 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-Haam 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 Z40000).

DEUTSCH INTEGRATIONSKURSE AM VORMITTAG

Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Karin Horn / Sümeyye Shoshan

Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Grundstufe 1 - Modul 1 - A1.1 (Z41111)
21. August 2023 bis 29. September 2023

Grundstufe 2 - Modul 2 - A1.2 (Z41122)
16. Oktober 2023 bis 29. November 2023

Grundstufe 3 - Modul 3 - A2.1 (Z41133)
30. November 2023 bis 26. Januar 2024

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (A41141)
29. Januar 2024 bis 15. März 2024

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (A41152)
18. März 2024 bis 16. Mai 2024

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (A41163)
22. Mai 2024 bis 4. Juli 2024

Modul 7 - Orientierungskurs (B41171)
26. August 2024 bis 8. Oktober 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 Juli 2024

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich Oktober 2024



Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Ursula Kerkhoff / Dzamila Bernardi

Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Grundstufe 1 - Modul 1 - A1.1 (Z41112)
25. September 2023 bis 21. November 2023

Grundstufe 2 - Modul 2 - A1.2 (Z41123)
22. November 2023 bis 18. Januar 2024

Grundstufe 3 - Modul 3 - A2.1 (A41131)
 22. Januar 2024 bis 6. März 2024

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (A41142)
 11. März 2024 bis 8. Mai 2024

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (A41153)
 13. Mai 2024 bis 27. Juni 2024

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (B41161)
 26. August 2024 bis 8. Oktober 2024

Modul 7 - Orientierungskurs (B41172)
 28. Oktober 2024 bis 5. Dezember 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 Oktober 2024

Test Leben in Deutschland:
 voraussichtlich Dezember 2024

Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Tibimar Parisi-Ulke / David Bichert

Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Grundstufe 1 - Modul 1 - A1.1 (Z41113)
22. November 2023 bis 18. Januar 2024

Grundstufe 2 - Modul 2 - A1.2 (A41121)
 22. Januar 2024 bis 6. März 2024

Grundstufe 3 - Modul 3 - A2.1 (A41132)
 11. März 2024 bis 8. Mai 2024

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (A41143)
 13. Mai 2024 bis 27. Juni 2024

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (B41151)
 26. August 2024 bis 8. Oktober 2024

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (B41162)
 28. Oktober 2024 bis 5. Dezember 2024

Modul 7 - Orientierungskurs (B41173)
 9. Dezember 2024 bis 4. Februar 2025

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 Dezember 2024

Test Leben in Deutschland:
 voraussichtlich Februar 2025



Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Alicja Fuchs / Nadia Franciscy

Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

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

Modul 7 - Orientierungskurs (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

Diana Matijaca-Papdi / Alicja Fuchs

Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

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 5. März 2024

Modul 7 - Orientierungskurs (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 Mai 2024

Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Margarete Mathias-Ehrhardt / Diana Matijaca-Papdi

Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

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

Modul 7 - Orientierungskurs (A41171)
22. Januar 2024 bis 5. 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):
27. Januar 2024 (Z41532)

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich März 2024



Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Tatevik Tokatlyan-D'Ambrosio / Margarete Mathias-Ehrhardt

Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

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

Modul 7 - Orientierungskurs (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):
24. November 2023 (Z41521)

Test Leben in Deutschland:
20. Januar 2024 (Z41183)

Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Ursula Kerkhoff / Dzamila Bernardi

Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Modul 7 - Orientierungskurs (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

Prüfung:
Test Leben in Deutschland:
23. September 2023 (Z41181)

DEUTSCH INTEGRATIONSKURSE AM NACHMITTAG

Integrationskurs am Nachmittag in Hilden

Dzamila Bernardi / Sümeyye Shoshan

Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Grundstufe 1 - Modul 1 - A1.1 (Z41411)
9. August 2023 bis 20. September 2023

Grundstufe 2 - Modul 2 - A1.2 (Z41422)
25. September 2023 bis 21. November 2023

Grundstufe 3 - Modul 3 - A2.1 (Z41433)
22. November 2023 bis 18. Januar 2024

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (A41441)
22. Januar 2024 bis 6. März 2024

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (A41452)
11. März 2024 bis 8. Mai 2024

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (A41463)
13. Mai 2024 bis 27. Juni 2024

Modul 7 - Orientierungskurs (B41471)
26. August 2024 bis 8. Oktober 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 Juni 2024

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich Oktober 2024

Integrationskurs am Vormittag in Hilden

Tibimar Parisi-Ulke / David Bichert

Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

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

Modul 7 - Orientierungskurs (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):
30. September 2023 (Z41512)

Test Leben in Deutschland:
24. November 2023 (Z41182)



DEUTSCH INTEGRATIONSKURSE AM ABEND

Integrationskurs am Abend in Hilden

David Bichert / Ursula Kerkhoff

Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Grundstufe 1 - Modul 1 - A1.1 (Z41011)
9. August 2023 bis 20. September 2023

Grundstufe 2 - Modul 2 - A1.2 (Z41022)
25. September 2023 bis 21. November 2023

Grundstufe 3 - Modul 3 - A2.1 (Z41033)
22. November 2023 bis 18. Januar 2024

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (A41041)
22. Januar 2024 bis 6. März 2024

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (A41052)
11. März 2024 bis 8. Mai 2024

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (A41063)
13. Mai 2024 bis 27. Juni 2024

Modul 7 - Orientierungskurs (B41071)
26. August 2024 bis 8. Oktober 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 Juni 2024

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich Oktober 2024

Integrationskurs am Abend in Hilden

Gizem Akbulut / Dzamila Bernardi

Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Grundstufe 1 - Modul 1 - A1.1 (Z41012)
25. September 2023 bis 21. November 2023

Grundstufe 2 - Modul 2 - A1.2 (Z41023)
22. November 2023 bis 18. Januar 2024

Grundstufe 3 - Modul 3 - A2.1 (A41031)
22. Januar 2024 bis 6. März 2024

Aufbaustufe 1 - Modul 4 - A2.2 (A41042)
11. März 2024 bis 8. Mai 2024

Aufbaustufe 2 - Modul 5 - B1.1 (A41053)
13. Mai 2024 bis 27. Juni 2024

Aufbaustufe 3 - Modul 6 - B1.2 (B41061)
26. August 2024 bis 8. Oktober 2024

Modul 7 - Orientierungskurs (B41072)
28. Oktober 2024 bis 5. Dezember 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 Oktober 2024

Test Leben in Deutschland:
voraussichtlich Dezember 2024

Integrationskurs am Abend in Hilden

Diana Matijaca Papdi / Carten Kurte

Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

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

Modul 7 - Orientierungskurs (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):
25. November 2023 (Z41522)

Test Leben in Deutschland:
20. Januar 2024 (Z41083)



Integrationskurs am Abend in Hilden

Gizem Akbulut / Dzamila Bernardi

Lehrmaterial „Schritte Plus neu“ (Hueber-Verlag)

Modul 7 - Orientierungskurs (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

Prüfung:

Test Leben in Deutschland:
23. September 2023 (Z41081)

Integrationskurs mit Alphabetisierung - Wiederholungsmodule am Vormittag in Haan

Barbara Labudde

Lehrmaterial wird bekannt gegeben.

Wiederholungsmodul 1 (Z41413) 22. November 2023 bis 18. Januar 2024

Wiederholungsmodul 2 (A41421)
22. Januar 2024 bis 6. März 2024

Wiederholungsmodul 3 (A41432)
11. März 2024 bis 8. Mai 2024

jeweils montags bis donnerstags, 9.00 - 12.15 Uhr
Beginn: 22. November 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
Persönliche Anmeldung erforderlich

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

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.

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:
17. November 2023 (Z41482)

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



„DEUTSCHTEST FÜR ZUWANDERER“

Der DTZ besteht aus einer schriftlichen und einer mündlichen Prüfung. Die schriftliche Prüfung dauert 100 Minuten und enthält Aufgaben zum Hören und Lesen. Außerdem müssen Sie einen kurzen Brief schreiben. Der mündliche Prüfungsteil dauert rund 15 Minuten. Am Ende erhalten Sie ein Zertifikat, das Ihnen im Gesamtergebnis Sprachkenntnisse der Stufe B1 oder A2 bescheinigt. Wenn Ihre Sprachkenntnisse unter der Stufe A2 liegen, bekommen Sie eine Mitteilung zu Ihrem Ergebnis.

In der Regel ist die Teilnahme am DTZ mit einer Berechtigung durch das BAMF oder mit einer Verpflichtung durch das Job-Center kostenlos.

Deutschtest für Zuwanderer (DTZ)

Marta Sobczak

Samstag, 30. September 2023, 9.00 - 16.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden,
hinteres Gebäude, 1. Etage
150,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar oder
per EC-Karte zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich.

Z41512 Hilden

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

Z41521 Hilden

Samstag, 25. November 2023, 9.00 - 16.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden,
hinteres Gebäude, 1. Etage
150,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar oder
per EC-Karte zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich.

Z41522 Hilden

Samstag, 27. Januar 2024, 9.00 - 16.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden,
hinteres Gebäude, 1. Etage
150,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar oder
per EC-Karte zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich.

Z41532 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“

Marta Sobczak

Samstag, 23. September 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: 23. August 2023, 12.00 Uhr

Z41181 Hilden

Samstag, 23. September 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: 23. August 2023, 12.00 Uhr

Z41081 Hilden

Freitag, 24. November 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: 24. Oktober 2023, 12.00 Uhr

Z41182 Hilden

Samstag, 20. Januar 2024, 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: 20. Dezember 2023, 12.00 Uhr

Z41183 Hilden



Samstag, 20. Januar 2024, 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: 20. Dezember 2023, 12.00 Uhr

Z41083 Hilden

Freitag, 17. November 2023, 9.00 - 10.00 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: 20. Dezember 2023, 12.00 Uhr

Z41482 Hilden

Freitag, 17. November 2023, 11.00 - 12.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
25,- € Prüfungsgebühr bei Anmeldung in bar oder
per EC-Karte zu entrichten.
Persönliche Anmeldung erforderlich.
Anmeldeschluss: Dienstag, 17. Oktober 2023, 12.00 Uhr

Z41596 Hilden

WEITERE DEUTSCHKURSE

Wir haben ständig einen vom BAMF geförderten Berufssprachkurs mit dem Zielniveau B2 im Angebot.
Geplanter Starttermin: 14. August 2023
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.

EINBÜRGERUNGSTEST

Nach dem Staatsangehörigkeitsgesetz müssen Einbürgerungsbewerber über Kenntnisse der Rechts- und Gesellschaftsordnung und der Lebensverhältnisse in Deutschland verfügen. Diese sind seit dem 01.09.2008 in der Regel durch einen bundeseinheitlichen „Einbürgerungstest“ nachzuweisen, sofern kein deutscher Schulabschluss vorhanden ist. Die Volkshochschule Hilden-Haam 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

Marta Sobczak

Samstag, 19. August 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: Mittwoch, 19. Juli 2023, 12.00 Uhr

Z41595 Hilden



© 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 ZIELNIVEAU A1

Easy English für Anfänger 2. Semester/A1. für Teilnehmende mit sehr geringen Vorkenntnissen

Werner Mäurers

Lehrmaterial: Easy English A1.2
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520807-9) ab ca. unit 8

Dieser Englischkurs wendet sich an Teilnehmende mit eher geringen Vorkenntnissen, die einen schnellen Lernfortschritt anstreben. Kurzweilig und mit lebendigen Einblicken in die englischsprachige Welt erlernen Sie die Sprache.

12 x montags, 11.45 - 13.15 Uhr
Beginn: 28. August 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z42102 Haan

Easy English für Anfänger 3. Semester/A1.2 für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Enzo Lombardo

Lehrmaterial: Easy English A1.2
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520807-9) ca. ab unit 5/6

Dieser Englischkurs wendet sich an Teilnehmende mit Vorkenntnissen und führt Schritt für Schritt zum Lernerfolg. Kurzweilig und mit lebendigen Einblicken in die englischsprachige Welt erlernen Sie die Sprache.

12 x montags, 18.30 - 20.00 Uhr
Beginn: 28. August 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
24 UStd.; 61,- €

Z42103 Hilden

ENGLISCH ZIELNIVEAU A2

Easy English A2.1 for Beginners für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Werner Mäurers

Lehrmaterial: Easy English A2.1
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520807-9) ab ca. unit 4

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 A1.2 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. Bitte bearbeiten Sie das Buch bis zur angegebenen Unit so weit wie möglich selbstständig.

12 x donnerstags, 17.30 - 19.00 Uhr
Beginn: 31. August 2023
Helmholtz-Gymnasium Hilden, Oberstufenzentrum, Raum 1.14, Am Holterhöfchen 24a, Hilden
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z42110 Hilden

Easy English A2.1 für Teilnehmende mit A1-Vorkenntnissen

Werner Mäurers

Lehrmaterial: Easy English A2.1
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520815-4) ca. 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 Vorkenntnissen geeignet. Bitte bearbeiten Sie das Buch bis zur angegebenen Unit so weit wie möglich selbstständig.

12 x montags, 17.30 - 19.00 Uhr
Beginn: 28. August 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
24 UStd.; 61,- €

Z42111 Hilden

Easy English A2.2 in the evening

Werner Mäurers

Lehrmaterial: Easy English A2.2
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520817-8) ca. ab unit 6

Dieser Kurs ist für all diejenigen, die vor einiger Zeit Englisch gelernt haben und nun solide Grundkenntnisse in entspannter Kursatmosphäre auffrischen und erweitern wollen. Bitte bearbeiten Sie das Buch bis zur angegebenen Unit so weit wie möglich selbstständig.

12 x dienstags, 17.45 - 19.15 Uhr
Beginn: 29. August 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z42212 Hilden

Easy English A2.2 in the morning

Ulrike Lamade-Golz



Lehrmaterial: Easy English A2.2
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520817-8) ca. ab unit 6

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.

12 x donnerstags, 12.15 - 13.45 Uhr
Beginn: 31. August 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
24 UStd.; 61,- €

Z42222 Hilden

Refresh your English A2.2

Werner Mäurers

Lehrmaterial: Easy English A2.2
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520817-8) ab unit 1

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte, die schon einmal Englisch auf dem Niveau A2+ 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.

12 x donnerstags, 19.15 - 20.45 Uhr
Beginn: 31. August 2023
Helmholtz-Gymnasium Hilden, Oberstufenzentrum, Raum
1.14, Am Holterhöfchen 24a, Hilden
24 UStd.; 61,- €

Z42230 Hilden

Conversation course A2.2

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!

12 x mittwochs, 17.15 - 18.45 Uhr
Beginn: 30. August 2023
Helmholtz-Gymnasium Hilden, Oberstufenzentrum, Raum
1.14, Am Holterhöfchen 24a, Hilden
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z42255 Hilden

ENGLISCH ZIELNIVEAU B1

Gesprächskreis für Frauen in ihrer Lebensmitte für Teilnehmende mit Vorkenntnissen



Werner Mäurers

Sie suchen neue Impulse für die kommenden Jahre? Austausch mit anderen Frauen? Sie denken nach über Werte, über das, was von einer Frau in „Ihrem Alter“ erwartet wird? Sie merken einen körperlichen Wandel, fühlen sich aber so jung wie immer? Sie sinnieren darüber, was Sie noch von sich und Ihrem Leben erwarten können? Sie suchen vielleicht noch einmal einen ganz neuen Weg? Dann machen Sie sich doch auf! Der Gesprächskreis für Frauen bietet Ihnen Möglichkeiten des Austausches und der Information - und das sogar in englischer Sprache!

8 x mittwochs, 12.00 - 13.30 Uhr
Beginn: 30. August 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
16 UStd.; 46,- €

Z42300 Hilden

Business English Fundamentals B1+



Jacqui Orr

This course will expand your Global career opportunities and give you confidence for job interviews, presentations, meetings, project management and business communications. If you are wanting to take your English to the next level join me for a 12 session online English Business course packed with professional tips. We will be covering topics such as Business etiquette, culture, and negotiations. Business vocabulary, common phrases, and correspondence. English for Tech and even drafting prompts for ChatGPT and other AI tools. Practical exercises after each session and speaking practice in a small group of students gives you an opportunity to practice your new English skills. Have fun while you learn.

12 x mittwochs, 18.30 - 20.00 Uhr
Beginn: 30. August 2023
online-Angebot;
24 UStd.; 164,- € (Erhöhte Gebühr wegen Mini-Gruppen-
Angebot: Min. 3 / Max. 5 Teilnehmende)
Minigruppen-Angebot: Min. 3 / Max. 5 Teilnehmende

Z42301

The World Through English B1+ für Teilnehmende mit Vorkenntnissen



Enzo Lombardo

Immerse yourself in a captivating journey through language and culture with our course, The World Through English. This course is designed to improve your English skills and takes a holistic approach to learning. The course includes different speaking activities in groups and pairs, analysis of texts, reading and listening comprehension. We use authentic materials to make your learning as efficient as possible. Get to know new words and accents from different countries, expand your linguistic repertoire and gain valuable insights into different cultures.

Whether you are a language enthusiast or just want to explore the world of English, this course will take your English to the next level



and deepen your appreciation for the world around you.

12 x montags, 16.45 - 18.15 Uhr
 Beginn: 28. August 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
 24 UStd.; 102,- €
 Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z42302 Hilden

English ONLINE Conversation Course B1/B2

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: 28. August 2023
 online-Angebot;
 24 UStd.; 160,- € (Erhöhte Gebühr wegen Mini-Gruppen-
 Angebot: Min. 3 / Max. 5 Teilnehmende)
 Minigruppen-Angebot: Min. 3 / Max. 5 Teilnehmende

Z42340

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.

12 x mittwochs, 10.45 - 12.15 Uhr
 Beginn: 30. August 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 24 UStd.; 102,- €
 Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z42350 Hilden

Refresh your English B1.2

Elke Littmann

Lehrmaterial: Easy English B1.2
 (Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520823-9) ab unit 3

This course is for people who wish to refresh their knowledge of English. It includes conversation as well as work on grammar, vocabulary and listening.

New students are welcome.

12 x montags, 18.00 - 19.30 Uhr
 Beginn: 28. August 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 24 UStd.; 61,- €

Z42359 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 ca. unit 8
 ergänzt durch weiteres Material

We will brush up your English and support your will of speaking the foreign language.

Revision and communication in a relaxed atmosphere - texts, free topics and grammar in addition.

12 x montags, 10.00 - 11.30 Uhr
 Beginn: 28. August 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 7
 24 UStd.; 102,- €
 Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z42360 Haan

Englisch Auffrischung & Konversation B1.2 in the evening

Werner Mäurers

Lehrmaterial: Easy English B1.2
 (Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-06-520823-9) ab ca. unit 8

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.

12 x mittwochs, 19.00 - 20.30 Uhr
 Beginn: 30. August 2023
 Helmholtz-Gymnasium Hilden, Oberstufenzentrum, Raum
 1.14, Am Holterhöfchen 24a, Hilden
 24 UStd.; 61,- €

Z42361 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.



12 x dienstags, 9.30 - 11.00 Uhr
 Beginn: 29. August 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 24 UStd.; 61,- €

Z42500 Hilden

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!

12 x mittwochs, 9.00 - 10.30 Uhr
 Beginn: 30. August 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 24 UStd.; 61,- €

Z42630 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 (B1+ level) 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!

12 x dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr
 Beginn: 29. August 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 24 UStd.; 61,- €

Z42650 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 dis-

cussions on and off based on current news stories, travel reports, short stories, song lyrics and other short texts.

12 x dienstags, 9.50 - 11.20 Uhr
 Beginn: 29. August 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 7
 24 UStd.; 102,- €
 Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z42681 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) 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.

12 x dienstags, 16.00 - 17.30 Uhr
 Beginn: 29. August 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
 24 UStd.; 61,- €

Z42720 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) ab unit 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.

12 x mittwochs, 14.00 - 15.30 Uhr
 Beginn: 30. August 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
 24 UStd.; 61,- €

Z42730 Haan



SPANISCH ZIELNIVEAU A1

Spanisch für den Tourismus Intensiv-Woche vor Semesterbeginn

Einstiegskurs 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 Teilnehmende, die Spanisch intensiv lernen möchten. Das Lehrbuch bezieht sich ausschließlich auf für eine Reise relevante Themenfelder wie zum Beispiel Unterkünfte, Einkaufen und Essen. Deswegen ist dieser Kurs auch geeignet für Tourismusstudierende, Reiseveranstalter u.ä.. Wenn Sie später systematisch die grammatikalischen Inhalte lernen möchten, bieten sich die Anfängerkurse 1. Semester an.

Montag, 7. August 2023, 17.00 - 20.15 Uhr
Dienstag, 8. August 2023, 17.00 - 20.15 Uhr
Mittwoch, 9. August 2023, 17.00 - 20.15 Uhr
Donnerstag, 10. August 2023, 17.00 - 20.15 Uhr
Freitag, 11. August 2023, 17.00 - 20.15 Uhr
Samstag, 12. August 2023, 10.00 - 13.15 Uhr
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z43005 Haan

Spanisch für Anfänger 1. Semester/A1.1 für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Eva Bouscher-Keller

Lehrmaterial: Perspectivas ¡Ya!

Dieser Kurs richtet sich an alle, die noch nie Spanisch gelernt haben und von Beginn an die Sprache erlernen möchten.

12 x dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr
Beginn: 29. August 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 7
24 UStd.; 61,- €

Z43100 Haan

Spanisch 2. Semester/A1.1 für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen

Sonia Urbina

Lehrmaterial: Caminos neu
(Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-514954-0) ab unidad 3/4

Dieser Kurs richtet sich an alle, die gerade begonnen haben, Spanisch zu lernen und bereits über geringe Vorkenntnisse verfügen. Sie erhalten solide Grundkenntnisse, der Schwerpunkt liegt immer auf der mündlichen Kommunikation. Erleben Sie die Vielfalt der spanischsprachigen Welt. Bienvenidos!

12 x dienstags, 16.15 - 17.45 Uhr
Beginn: 5. September 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
24 UStd.; 61,- €

Z43101 Haan

Spanisch 3. Semester/A1 für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Josefa Mellado

Lehrmaterial: Perspectivas ¡Ya! A1
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-464-20488-7) ab unidad 10

Dieser Kurs richtet sich an alle, die schon über erste Kenntnisse im Sprachniveau A1 verfügen

12 x montags, 10.00 - 11.30 Uhr
Beginn: 28. August 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z43102 Hilden

Spanisch für Anfänger 3. Semester/A1 ONLINE für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Eva Bouscher-Keller

Lehrmaterial: Perspectivas ¡Ya! A1
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-464-20488-7) ab unidad 10

In diesem Kurs lernen Teilnehmende weitere 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 neuen Teilnehmer*innen rechtzeitig vor Kursbeginn geschickt.

12 x donnerstags, 19.00 - 20.30 Uhr
Beginn: 31. August 2023
online-Angebot;
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z43103

Spanisch 4. Semester/A1

Eva Bouscher-Keller

Lehrmaterial: Perspectivas ¡Ya! A1
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-464-20488-7) ab unidad 10

In diesem Kurs lernen Teilnehmende Strukturen, um sich in der spanischen Sprache zurecht zu finden. Gleichzeitig erfahren Sie Inter-



essantes über Land und Leute. Wir wiederholen das bereits Gelernte aus dem Vorsemester und setzen dann mit Unidad 10 fort. Bienvenidos!

12 x dienstags, 17.30 - 19.00 Uhr
Beginn: 29. August 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z43104 Haan

Spanisch 5. Semester/A1

Blanca Richter

Lehrmaterial: Perspectivas ¡Ya! A1
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-464-20488-7) ca. ab unidad 12

In diesem Kurs lernen Teilnehmende 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.

12 x mittwochs, 18.30 - 20.00 Uhr
Beginn: 30. August 2023
Helmholtz-Gymnasium Hilden, Oberstufenzentrum, Raum 1.13, Am Holterhöfchen 24a, Hilden
24 UStd.; 61,- €

Z43105 Hilden

SPANISCH ZIELNIVEAU A2

Spanisch A2

Adelante A2!

Josefa Mellado

Lehrmaterial: Perspectivas ¡Ya! A2
(Cornelsen-Verlag, ISBN: 978-3-464-20489-4) ab unidad 5

Für alle, die Spanisch auf dem Niveau A1 bereits beherrschen und die Sprache nun systematisch auf dem Niveau A2 weiter erlernen möchten!

12 x samstags, 11.00 - 12.30 Uhr
Beginn: 2. September 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z43206 Hilden

Spanisch A2

Caminamos juntos hacia A2

Sonia Urbina

Lehrmaterial: Caminos neu A2
(Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-514956-4) ab unidad 5/6

In netter Atmosphäre können Sie hier Ihre Spanischkenntnisse auf dem Niveau A2 ausbauen und aktiv anwenden.

12 x dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr
Beginn: 5. September 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
24 UStd.; 61,- €

Z43210 Haan

Conversación básica en español A2-B1

N.N

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!

12 x dienstags, 9.00 - 10.30 Uhr
Beginn: 29. August 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z43250 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.

12 x dienstags, 18.15 - 19.45 Uhr
Beginn: 29. August 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 8
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z43335 Haan



Spanisch für Fortgeschrittene B2 Vormittagskurs in Hilden

N.N

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.

12 x dienstags, 10.35 - 12.05 Uhr
Beginn: 29. August 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
24 UStd.; 164,- € (Erhöhte Gebühr wegen Mini-Gruppen-
Angebot: Min. 3 / Max. 5 Teilnehmende)
Minigruppen-Angebot: Min. 3 / Max. 5 Teilnehmende

Z43631 Hilden

ITALIENISCH ZIELNIVEAU A1

Italienisch für Anfänger 2. Semester/A1.1 für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen

Simonetta Gentilini-Schröder

Lehrmaterial: Nuovo Espresso 1
(Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-205438-9) ab lezione 2
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!

12 x mittwochs, 10.00 - 11.30 Uhr
Beginn: 30. August 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z44102 Hilden

Italienisch ONLINE 2. Semester/A1.1 für Teilnehmende mit sehr geringen Vorkenntnissen

Ciro Di Dato

Lehrmaterial: Con Piacere Nuovo A1
(Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-525201-1) ab lezione 3

In diesem Online-Kurs Italienisch 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.

12 x montags, 19.30 - 21.00 Uhr
Beginn: 4. September 2023
online-Angebot;
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z44103

Italienisch 5. Semester/A1.2 am Vormittag

Simonetta Gentilini-Schröder

Lehrmaterial: Nuovo Espresso 1
(Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-205438-9) ca. ab lezione 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 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!

12 x montags, 10.00 - 11.30 Uhr
Beginn: 28. August 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
24 UStd.; 61,- €

Z44105 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 4/5

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 Kurztexpte 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!



12 x donnerstags, 9.00 - 10.30 Uhr
Beginn: 14. September 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z44202 Hilden

Italienisch A2

Gruppe 2

Anna-Maria Altendorf

Lehrmaterial: Con Piacere Nuovo A2
(Klett-Verlag, ISBN: 978-3-12-525206-6) ca. ab lezione 4/5

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!

12 x donnerstags, 10.45 - 12.15 Uhr
Beginn: 14. September 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z44203 Hilden

ITALIENISCH FÜR FORTGESCHRIT- TENE

Italienisch für Fortgeschrittene B1+

Simonetta Gentilini-Schröder

Lehrmaterial: Dieci B1 lezioni di italiano. Ein Italienischkurs / Kurs- und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-19-025647-1
Weitere Materialien werden zur Verfügung bestellt.

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.

12 x donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr
Beginn: 31. August 2023
Helmholtz-Gymnasium Hilden, Oberstufenzentrum, Raum
1.13, Am Holterhöfchen 24a, Hilden
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z44370 Hilden

FRANZÖSISCH ZIELNIVEAU A1

Französisch 5. 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!

12 x montags, 12.00 - 13.30 Uhr
Beginn: 28. August 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot:
Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z45104 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 7

Für Teilnehmende mit entsprechenden Vorkenntnissen bzw. abgeschlossenen A1-Kursen.

Der Kurs konzentriert sich hauptsächlich auf die Entwicklung der mündlichen Fertigkeiten.

Neue Teilnehmer*innen sind herzlich willkommen!

12 x freitags, 10.00 - 11.30 Uhr
Beginn: 1. September 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z45208 Hilden

FRANZÖSISCH KONVERSAATION

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, et à défendre nos idées. Un petit groupe sympathique vous attend! A bientôt!

4 x donnerstags, 10.30 - 12.00 Uhr
 Beginn: 4. Januar 2024
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 8 UStd.; 34,- €
 Kleingruppen-Angebot:
 Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z45600 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!

12 x dienstags, 9.30 - 11.00 Uhr
 Beginn: 29. August 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 8
 24 UStd.; 61,- €

Z45610 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.

12 x donnerstags, 10.30 - 12.00 Uhr
 Beginn: 31. August 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
 24 UStd.; 61,- €

Z45620 Hilden

NIEDERLÄNDISCH ZIELNIVEAU A1

Niederländisch 1. Semester/A1.1 für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse



Gertie Thiesen

Lehrmaterial: „Goed idee!“ Niederländisch für Anfänger A1
 ISBN: 978-3-12-528606-1

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.

12 x donnerstags, 18.15 - 19.45 Uhr
 Beginn: 31. August 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
 24 UStd.; 61,- €

Z47000 Haan

Niederländisch 1. Semester/A1.1 für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse



Gertie Thiesen

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. Z47000

12 x donnerstags, 20.00 - 21.30 Uhr
 Beginn: 31. August 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 5
 24 UStd.; 61,- €

Z47001 Haan

Niederländisch 2. Semester/A1.1 für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen

N.N.

Lehrmaterial: Wat leuk! aktuell
 (Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-105460-1) ab Lektion 5

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.

12 x montags, 19.30 - 21.00 Uhr
 Beginn: 28. August 2023
 VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
 24 UStd.; 61,- €

Z47002 Haan

Niederländisch 3. Semester/A1.1 am Mitt-



wochabend für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Charles Couzijn

Lehrmaterial: Wat leuk! aktuell
(Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-105460-1) ca. ab Lektion 6

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.

Dieser Kurs eignet sich für Lernende, die gern langsam und mit Wiederholungen die Sprache erlernen möchten.

12 x mittwochs, 19.15 - 20.45 Uhr
Beginn: 30. August 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
24 UStd.; 61,- €

Z47003 Haan

Niederländisch 3. Semester/A1 am Montag- abend für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Bülent Tas

Lehrmaterial: Wat leuk! aktuell
(Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-105460-1) ab Lektion 5
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.

Dieser Kurs eignet sich für Lernende, die gern zügig vorankommen wollen.

12 x montags, 17.45 - 19.15 Uhr
Beginn: 28. August 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
24 UStd.; 61,- €

Z47004 Haan

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 4/5

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: 29. August 2023
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
24 UStd.; 61,- €

Z47020 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 donnerstags, 16.15 - 17.45 Uhr
Beginn: 19. Oktober 2023
VHS-Haus, Dieker Straße 49, Haan, Raum 1
12 UStd.; 51,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z47100 Hilden

TÜRKISCH

Türkisch für die Reise online für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Eylem Tas

Lehrmaterial: Haydi Tatile! Türkisch für den Urlaub
(Hueber Verlag, ISBN: 978-3-19-807243-1) ab Lektion 1



In diesem Kurs bekommen Sie einen ersten Einblick in die türkische Sprache und die türkische Kultur. Ziel ist es, Sie möglichst schnell fit für erste, kleine Gespräche auf Türkisch zu bekommen. Alle Türkeifreunde und Türkeurlauber sind herzlich willkommen!



12 x freitags, 17.00 - 18.30 Uhr
 Beginn: 1. September 2023
 online-Angebot;
 24 UStd.; 160,- € (Erhöhte Gebühr wegen Mini-Gruppen-
 Angebot: Min. 3 / Max. 5 Teilnehmende)

Z47103

SCHWEDISCH ZIELNIVEAU A1

Schwedisch 1. Semester A1 für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse



Petra Lyon

Lehrmaterial: Rivstart A1 und A2 (Klett-Verlag, ISBN: Textbuch 978-3-12-527991-9) ab Lektion 1; Zusätzliches Material wird von der Dozentin zur Verfügung gestellt

Sprachkurs für Interessenten an der schwedischen Sprache, ohne Vorkenntnisse.

Der Kurs findet online in der vhs.cloud über Big Blue Button statt. Die Anmeldedaten erhalten Sie ca. 1 Woche vor Kursbeginn.

10 x mittwochs, 18.45 - 20.15 Uhr
 Beginn: 30. August 2023
 online-Angebot;
 20 UStd.; 137,- € (Erhöhte Gebühr wegen Mini-Gruppen-
 Angebot: Min. 3 / Max. 5 Teilnehmende)

Z47201

SCHWEDISCH ZIELNIVEAU A2

Schwedisch A2 für Teilnehmende mit Vorkenntnissen



Petra Lyon

Lehrmaterial: Lehrmaterial: Rivstart A1 und A2 (Klett-Verlag, ISBN: Textbuch 978-3-12-527991-9 ab Lektion 10

Schwedisch für Fortgeschrittene mit vorhanden Kenntnissen der Sprachstufe A1

Der Kurs findet online in der vhs.cloud über Big Blue Button statt. Die Anmeldedaten erhalten Sie ca. 1 Woche vor Kursbeginn.

12 x mittwochs, 17.00 - 18.30 Uhr
 Beginn: 30. August 2023
 online-Angebot;
 24 UStd.; 102,- €
 Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z47202

CHINESISCH

Chinesisch 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“.

Auf Wunsch kann im Anschluss ein regelmäßig stattfindender Kurs angeboten werden; Kurstermine nach Absprache im Kurs.

Samstag, 25. November 2023 und Sonntag, 26. November 2023, jeweils 16.00 - 19.15 Uhr
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
 8 UStd.; 54,- € (Erhöhte Gebühr wegen Mini-Gruppen-Angebot: Min. 3 / Max. 5 Teilnehmende)

Z47300 Hilden

INDONESISCH

Indonesisch für die Reise Schnupper-Workshop



Johannie Koster

Lehrmaterial wird am 1. Tag bekannt gegeben.

In diesem Schnupper-Workshop bekommen Sie einen ersten Einblick in die indonesische Sprache und die indonesische Kultur. Alle Indonesienfreunde sind herzlich willkommen!

4 x samstags, 10.30 - 12.00 Uhr
 Beginn: 2. September 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
 8 UStd.; 54,- € (Erhöhte Gebühr wegen Mini-Gruppen-Angebot: Min. 3 / Max. 5 Teilnehmende)
 Minigruppen-Angebot: Min. 3 / Max. 5 Teilnehmende

Z47350 Hilden

RUSSISCH



Russisch Schnupper-Workshop für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Olga Michailova

Lehrmaterial wird von der Dozentin bereitgestellt.

In diesem Kurs bekommen Sie einen ersten Einblick in die russische Sprache und die russische Kultur. Ziel ist es, Sie möglichst schnell fit für erste, kleine Gespräche auf Russisch zu bekommen. Gemeinsam lernen wir die kyrillische Schrift und die russische Kultur kennen.

4 x dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr
Beginn: 29. August 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
8 UStd.; 54,- €
Minigruppen-Angebot: Min. 3 / Max. 5 Teilnehmende

Z47501 Hilden

RUSSISCH ZIELNIVEAU A2

Russisch 5. Semester/A2 für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Olga Michailova

Lehrmaterial: Otlitschno! aktuell A2
(Hueber-Verlag, ISBN: 978-3-19-204477-9) ab Lektion 6

In diesem Kurs vertiefen Sie Ihr Wissen in den Bereichen Grammatik und Wortschatz. Da die Sprache immer Bestandteil einer Kultur ist, erhalten Sie Informationen über die Landeskunde und interkulturelles Lernen.

(14-tägig)
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
20 UStd.; 137,- € Mini-Gruppen-Angebot:
Min. 3 / max. 5 TN

Z47503 Hilden

JAPANISCH

Japanisch ONLINE A1.1

Shingo Kohno



In diesem Kurs werden Sie intensiv und effektiv die ersten wichtigen Grundzüge der japanischen Sprache einüben und spannende Einblicke in die japanische Kultur erleben. Der Kurs eignet sich für Lernende jeden Alters, die Herausforderungen suchen und gerne eine ganz andere Sprache und Schrift erlernen möchten.

12 x donnerstags, 16.00 - 17.30 Uhr
Beginn: 31. August 2023
online-Angebot;
24 UStd.; 160,- € (Erhöhte Gebühr wegen Mini-Gruppen-Angebot: Min. 3 / Max. 5 Teilnehmende)

Z47101

Japanisch von Anfang an - 2. Semester/A1.1 für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen

Shingo Kohno

Lehrmaterial: Minna no Nihongo Auflage 2, 3A Corporation
(ISBN: 13:978-4883196036) ab Lektion 5

In diesem Kurs ist jeder willkommen, der alle Hiragana-Katakana-Zeichen kennt und die Grundlagen der japanischen Grammatik beherrscht (mindestens bis Lektion 4 bei Minna no Nihongo). Dank der Veranstaltung können Sie in kurzer Zeit schnelle Fortschritte machen. Sie vertiefen Ihre Kenntnisse in der Grammatik und der Konversation.

12 x samstags, 15.00 - 16.30 Uhr
Beginn: 2. September 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.06
24 UStd.; 102,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z47601 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.



Samstag, 14. Oktober 2023 und Sonntag, 15. Oktober 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

Z47801 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.

Samstag, 19. August 2023 und Sonntag, 20. August 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

Z47802 Hilden

Deutsche Gebärdensprache Teil 2 für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Oliver Tietz

Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. Z47802

Samstag, 16. Dezember 2023 und Sonntag, 17. Dezember
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

Z47812 Hilden

Deutsche Gebärdensprache Teil 3 für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Oliver Tietz

Lehrmaterial wird zur Verfügung gestellt.

Dieser ca. einmal im Monat stattfindende DGS-Kurs vermittelt Ihnen weiterführende Kenntnisse in der Gebärdensprache. Hierbei sind Themen wiederzufinden, wie die erweiterte Kommunikationsfähig-

keit im Alltag, alltägliche Situationen, weiterer Ausbau des Grundwortschatzes und die Vertiefung von grammatikalischen Strukturen von einfachen zu erweiterten Dialogen. Ebenso werden anhand von praxisnahen Darstellungen, Erzählungen, Medieneinsätzen sowie gruppenspezifische Gebärdenspiele das Gelernte und die Gehörlosen-Kultur vertieft.

Wenn Sie bereits an den Kursen Teil 1 und 2 teilgenommen haben, sind Sie in diesem Kurs herzlich willkommen!

Sonntag, 03.09.2023 , 08.10.2023 , 05.11.2023 , 18.11.2023 ,
03.12.2023
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

Z47813 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!

10 x dienstags, 17.30 - 19.00 Uhr
Beginn: 5. September 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
20 UStd.; 137,- € Mini-Gruppen-Angebot:
Min. 3 / Max. 5 Teilnehmende

Z47920 Hilden



FACHBEREICH 5

Berufliche Weiterbildung
Firmenschulungen
EDV

Ihr Ansprechpartner:

Dr. Frank Lungenstraß
Telefon: 02103-9 67 56 11
lungenstrass@vhs-hilden-haan.de

*VHS in der ehem. Theodor-Heuss-Schule,
Furtwänglerstraße 2, Hilden*

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

Fit für den Beruf – Weiterkommen mit der VHS

Beruf und Arbeit sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung und Bewahrung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung ein unverzichtbarer Bestandteil des Programmangebots der VHS Hilden-Haan. Wichtige berufsbezogene Kompetenzen wie Zeit- und Konfliktmanagement, mündliche und schriftliche Kommunikation, der Erwerb von Kenntnissen im kaufmännischen Bereich sowie von Xpert-Zertifikaten gehören zu den Lernzielen dieses Fachbereichs. Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie, aktueller Software und den Neuen Medien ist ein weiterer Schwerpunkt des Programmbereichs „Weiterkommen“.

Veranstaltungen zu Querschnitts-Themen, die die beruflichen und persönlichen Kompetenzen wie Stressmanagement, Selbstmarketing und berufliche Orientierung stärken, runden das Angebot ab.



© memius / Fotolia.com



Weiterbildung in Beruf, Schule oder Freizeit Auch mit Hilfe des Bildungsschecks NRW



Business-Schulungen

Bildung auf Bestellung nach Ihrem Bedarf

Die VHS ist Ihr Partner für die Weiterbildung!

Zusätzlich zu unserem offenen Programm bieten wir Ihnen „Bildung auf Bestellung“ für Gruppen, Schulen und Teams - oder auch VHS-Business-Schulungen speziell für Unternehmen, Betriebe oder öffentliche Einrichtungen. Sie möchten Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, Vereinsmitglieder oder Schülerinnen und Schüler usw. in einem speziellen Bereich qualifizieren?

Wir haben langjährige Erfahrung in der Weiterbildung, verfügen über hochqualifizierte Dozentinnen und Dozenten und stellen Ihnen gerne Ihr ganz spezielles Themen- und Schulungspaket zusammen. Fragen Sie einfach unverbindlich bei uns an und wir machen Ihnen gerne ein attraktives Angebot. Eine Förderung mit dem Bildungsscheck NRW ist möglich.

Wir bieten Ihnen Kurse und Seminare in folgenden Bereichen an:

- Sprachkurse zur Auffrischung oder Vertiefung
- Persönlichkeitsentwicklung, Stressbewältigung und Konfliktmanagement
- Gesundheitsprävention
- Rhetorik, Kommunikation, Präsentation
- Selbstpräsentation
- Interkulturelle Kommunikation und Kompetenz
- Prüfungsvorbereitungen für Auszubildende und andere
- IT-Seminare mit aktueller Software und Ihren individuellen Themenschwerpunkten (Windows 10, MS-Office 2016,...)
- **Ganz aktuell: Online-Seminare, Webinare und Kurse zur Vorstellung dieser Angebote**
- Seminare zur IT-Sicherheit

Weitere Schulungs-Angebote stellen wir gerne individuell für Sie zusammen. Wir freuen uns auf Ihre Anfrage

Z50001 Hilden / Haan



Ihr Ansprechpartner für Business-Schulungen:

Dr. Frank Lungenstraß

Telefon: 02103 - 9 67 56 11

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

VHS in der ehem. Theodor-Heuss-Schule
Furtwänglerstraße 2, Hilden

Einen persönlichen Gesprächstermin
vereinbaren Sie am besten telefonisch
oder per Email



© Robert Kneschke / Fotolia.com



Modernes Personalmanagement

Die erfolgreiche Suche nach den Talenten von morgen

Die demografische Entwicklung, nicht nur im Kreis ME, verringert das Arbeitskräftepotential schon in den nächsten Jahren deutlich: Bis 2029/2030 werden von aktuell 194.000 Beschäftigten im Kreis ME etwa 44.000 Beschäftigte den Arbeitsmarkt altersbedingt verlassen.

Die VHS und die Wirtschaftsförderung Hilden bieten deshalb im Herbst 2022 eine **Veranstaltungsreihe** an, die besonders den kleineren Unternehmen praxisnahe Anregungen für das Personalmanagement gibt.

Für kleine und mittlere Unternehmen wird es in Zukunft immer schwieriger, ihren Fachkräftebedarf über den Arbeitsmarkt zu decken. Zudem wird es gerade für sie immer dringlicher, ihr Potenzial der eigenen Personalressourcen auszuschöpfen und zukunftsorientiert machbare Konzepte für die Personalplanung und Weiterbildung zu entwickeln und umzusetzen.

- Wie mache ich zukünftige Azubis auf mich aufmerksam?
- Welchen „Plan B“ bei der Suche nach Arbeitskräften gibt es?
- Kann ich mich der Vergütungsspirale entziehen und wie machen das eigentlich andere erfolgreiche Unternehmen?

Diese Fragen, sowie unter anderem die Themen „modernes Gesundheitsmanagement im Betrieb“, „Weiterbildung als Zukunftsinvestition“, „Betriebliche Altersstrukturanalyse“ und „Netzwerken im Personalsektor“ sollen Sie als Unternehmer*in fit machen für die Suche nach den Talenten von morgen.

Dieses Angebot hat im vergangenen Semester erfolgreich stattgefunden. Eine „Neuaufgabe“ ist geplant.

Bei Interesse melden Sie sich einfach unter 02103 - 50 05 30 oder unter info@vhs-hilden-haan.de bei uns. Wir informieren Sie dann über Angebote und Termine

Hilden / Haan

Wichtige Informationen

zur beruflichen Beratung zu

- **Bildungsscheck**
- **Bildungsprämie**
- **Beratung zur berufl. Entwicklung (BBE)**
- **Perspektiven im Erwerbsleben (PiE)**

Die entsprechenden Beratungen und Angebote hat die VHS in den letzten Jahren kontinuierlich und sehr erfolgreich angeboten.

Leider sind die verschiedenen Förderprogramme aber ohne entweder ohne direkten Ersatz ausgelaufen oder sie sind umstrukturiert und teilweise auch deutlich gekürzt worden. Die VHS hat sich daher im Sommer 2022 aus diesem Bereich zunächst einmal zurückgezogen.

Wir bemühen uns aber, in Zukunft wieder Beratungen anbieten zu können. Ob und in welchem Umfang dies aber sein wird, ist zum heutigen Zeitpunkt leider nicht absehbar.

Weitere Informationen

Informationen zur Förderung mit dem Bildungsscheck finden Sie unter www.bildungsscheck.de

Informationen zum Programm „Perspektiven im Erwerbsleben“ gibt es unter www.mags.nrw/perspektiven-im-erwerbsleben



Volkshochschule
Hilden-Haan

Gutschein

zum Besuch der VHS Hilden-Haan

Geschenk-
Gutscheine für
VHS-Veranstaltungen

Wir beraten Sie gerne! *

NEU!

* Barzahlung ist leider nicht möglich, Sie können aber mit Ihrer („EC-Karte“) bezahlen!



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, 25.11.2023, 9.30 - 16.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
8 UStd.; 87,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z55107 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, 2. Dezember 2023, 9.30 - 16.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
8 UStd.; 87,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z55109 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 und mittwochs, 18.30 - 21.30 Uhr
Beginn: 24. Oktober 2023
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
8 UStd.; 87,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z55110 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 hilfreich 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
- Selbstbewusst 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, 4. November 2023, 9.30 - 16.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.01
8 UStd.; 75,- €

Z55115 Hilden

VHS-Intensiv: Schlagfertigkeitstraining

Christoph Dahms

In diesem Seminar wird die Behandlung von Einwänden, Verbalattacken und Gegenargumenten trainiert. Dadurch werden die Teilnehmenden in schwierigen Verhandlungen sicher, überzeugend und selbstbewusst. Wir werden den aktiven Wortschatz erweitern, damit auch in den Stresssituationen der harten Auseinandersetzung die erforderlichen Worte spontan einfallen. Dadurch wird deutlich schneller und besser reagiert.

Es werden die Techniken der Schlagfertigkeit vermittelt und in verschiedenen praktischen Übungen effizient trainiert. Die Abwehr unfaier aggressiver Angriffe bildet einen weiteren Schwerpunkt dieses Seminars. Die Teilnehmenden reflektieren Situationen aus ihrer eigenen Praxis, in denen sie Angriffen und unfairen Mitteln des Gegners ausgesetzt waren.

Seminarinhalte

- mit Angriffen sicher argumentativ umgehen
- aktiv Zuhören, um Gegenargumente zu entkräften
- in Gesprächen auf unfaire Strategien geeignet reagieren
- Einwände, (unfaire) Angriffe und Verbalattacken schlagfertig

- behandeln
- Schlagfertigkeitstechniken gezielt einsetzen
- Manipulation erkennen und abwehren
- professionell Beeinflussungsprozesse gestalten
- eigene Betroffenheit überwinden
- mit Störern erfolgreich umgehen
- aktiven Wortschatz erweitern
- unfaier Dialektik erfolgreich begegnen
- bewährte Trainingsmöglichkeiten für die Zeit nach dem Seminar

Dienstag, 12. September 2023, 17.30 - 21.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
3,75 ZStd.; 55,- € Kursgebühr incl. 14,- € für das Übungsheft
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z55130 Hilden

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 eingepreßt. 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, 21.10.2023 , 28.10.2023
jeweils 16.00 - 18.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
5,33 UStd.; 55,- € (incl. 20,- € für Lehrmaterial) ermäßigte
Gebühr für Schüler/Studenten: € 45,-

Z55203 Haan

JungeVHS - Tastschreiben am PC - kompakt für Jugendliche

Brigitte Weck

Kursbeschreibung siehe Z55203

Die Gebühr ist bereits ermäßigt und beinhaltet die Schulungshefte.

Samstag, 16.09.2023 , 23.09.2023
jeweils 16.00 - 18.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
5,33 UStd.; 45,- € (incl. 20,- € für Lehrmaterial)

Z55205 Hilden



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 2023 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.

Jedes Modul (Z55301, Z55302 und Z55303) kann einzeln belegt werden und 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)“.

Die Gebühr für alle Module und Prüfungen beträgt 995,- €

Ein neuer Lehrgang beginnt voraussichtlich im September 2023, Bitte fragen Sie uns!

995,- €

Z55300 Hilden

Finanzbuchführung 1 - Grundlagen

Brigitte Weck

Dieses Modul ist der klassische Einstieg für eine berufliche Qualifikation im kaufmännischen Bereich. Der Kurs ist eine systematische Einführung in die doppelte Buchführung und gibt Einblick in die steuerlichen Pflichten eines Unternehmens. In zahlreichen Beispielen und Übungsaufgaben aus der betrieblichen Praxis wird das neu erworbene Wissen direkt eingesetzt und geübt. Der Kurs richtet sich an Beschäftigte im Handel, im Handwerk, in der Industrie und in der Verwaltung, die eine Tätigkeit im betrieblichen Rechnungswesen anstreben oder schon ausüben, aber auch an Existenzgründer/innen und Wiedereinsteiger/innen.

- Buchführungs- und Aufzeichnungspflichten
- Inventur, Inventar und Bilanz
- Errichten von Bestandskonten
- Organisation der Buchführung
- Kontenrahmen und Kontenplan
- Erfolgskonten bzw. Ergebniskonten
- Warenkonto
- Umsatzsteuer (Inland)
- Besonderheiten beim Warenverkehr
- Privatkonto
- Aufwendungen mit besonderer Aufzeichnungspflicht
- Berücksichtigung von nicht und beschränkt abzugsfähigen Betriebsausgaben
- Personalkosten einschl. vermögenswirksamer Leistungen
- Steuern und steuerliche Besonderheiten
- Ausblick auf den Folgelehrgang Finanzbuchführung 2
- Prüfungsvorbereitung

Für dieses Modul sind keine fachspezifischen Vorkenntnisse oder Berufserfahrung erforderlich. Im Anschluss an Ihren Kurs können Sie die Xpert Business- Prüfung ablegen (Z55304); über die bestandene Prüfung erhalten Sie das Xpert Business- Zertifikat „Finanzbuchhaltung 1“.

Eine Gebührenermäßigung für diesen Kurs ist nicht möglich. Wenn Sie durch die Teilnahme an allen drei Modulen den Abschluss „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung (XB)“ erhalten möchten, empfehlen wir Ihnen wegen der Fördermöglichkeiten die Anmeldung zu Kurs Z55300. In diesem Fall kann die Kursgebühr zu 50% über den Bildungsscheck oder die Bildungsprämie gefördert werden. Lassen Sie sich hierzu bitte bei uns beraten.

In der Kursgebühr ist das Lehrmaterial (ein Lehrbuch und ein Übungsbuch des EDU-Mediaverlags) enthalten.

Die Termine werden beim Informationsabend Z55311 bekannt gegeben bzw. ab Anfang August auch online unter www.vhs-hilden-haan.de

56 UStd.; 280,- €
Anmeldung erforderlich

Z55301 Hilden



Finanzbuchführung 2 - Aufbau

Brigitte Weck

In diesem Kurs werden - aufbauend auf den Kenntnissen des Kurses „Finanzbuchführung 1“ (vgl. Z55300) - die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisbezogen vertieft. Nach Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie fachgerecht zu bearbeiten.

Inhalte:

- Besonderheiten bei Produktionsbetrieben
- Jahresabschluss und Bilanzierungsgrundsätze
- Sachliche und zeitliche Abgrenzung von Aufwendungen und Erträgen
- Umsatzsteuer im Inland, EU und Drittland
- Erhaltene und gezahlte Anzahlungen
- Forderungsverluste
- Abschreibungen
- Bewertungsgrundlagen
- Bewertungen von Anlage- und Umlaufvermögen sowie Verbindlichkeiten
- Die Rückstellungen
- Prüfungsvorbereitung

Im Anschluss an Ihren Kurs können Sie die Xpert Business- Prüfung ablegen; über die bestandene Prüfung erhalten Sie das Xpert Business- Zertifikat „Finanzbuchhaltung 2“.

Damit Sie erfolgreich diesen Kurs besuchen können, benötigen Sie die fachlichen Grundlagen, wie sie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt werden. Einen kleinen „Test zur Selbsteinschätzung“ finden Sie auf unserer Internetseite zum Download.

In der Kursgebühr ist das Lehrmaterial enthalten.

Eine Gebührenermäßigung für diesen Kurs ist nicht möglich. Wenn Sie durch die Teilnahme an allen drei Modulen den Abschluss „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung (XB)“ erhalten möchten, empfehlen wir Ihnen wegen der Fördermöglichkeiten die Anmeldung zu Kurs Z55300. In diesem Fall kann die Kursgebühr zu 50% über den Bildungsscheck gefördert werden. Lassen Sie sich hierzu bitte bei uns beraten.

Die Termine werden beim Informationsabend Z55311 bekannt gegeben bzw. ab Anfang August auch online unter www.vhs-hilden-haan.de

52 UStd.; 260,- €
Anmeldung erforderlich

Z55302 Hilden

Finanzbuchführung 3 - EDV XPert Business Zertifikat

Brigitte Weck

Dieser Kurs vermittelt systematisch und anwendungsbezogen die Kenntnisse und Fertigkeiten zur gezielten Nutzung mit der Buchführungssoftware Lexware und setzt dabei Vorkenntnisse voraus, wie sie in den Modulen „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt werden.

Zahlreiche Praxisfälle aus verschiedenen Bereichen im In- und Ausland werden am PC geübt.

Inhalte:

- Einrichten einer Firma mit den erforderlichen Stammdaten, Firmenstammdaten, Sachkontenstammdaten, Personenkontenstammdaten
- Vorkontieren, Buchen und Dokumentieren von regelmäßigen Buchungen (auch EU und Drittland)
- Bestandsveränderungen
- Abgrenzungsbuchungen
- Abschreibungen
- Buchen von Gehaltsabrechnungen
- Buchen von Anzahlungen
- Buchen von Forderungsausfällen
- Anzeigen und Ausdrucken von Listen und Auskünften: Kontoauszüge, Offene Posten, Sachkontenlisten, Debitoren- und Kreditorenlisten, Saldenlisten, Offene Posten-Listen
- Erstellen der Umsatzsteuervoranmeldung
- Periodenabschluss
- Vorbereitung Jahresabschluss
- Interpretation betriebswirtschaftlicher Auswertungen.

Ziele des Kurses sind:

- das Beherrschen der Struktur und Systemlogik der praktischen Buchführung am PC unter Einsatz der Buchführungssoftware Lexware
- die Fertigkeit, mit der Buchführungssoftware Lexware selbstständig zu arbeiten und alle laufenden Geschäftsvorfälle zu buchen
- die Fähigkeit, Auswertungen zu drucken und zu interpretieren sowie Abschlüsse durchzuführen.

Im Anschluss an Ihren Kurs können Sie eine Xpert Business Prüfung ablegen; über die bestandene Prüfung erhalten Sie das Xpert Business-Zertifikat „Finanzbuchführung 3 - EDV“ bzw. in Verbindung mit dem Zertifikat „Xpert Business Finanzbuchführung 2“ den Abschluss „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung (XB)“ . In der Kursgebühr ist das Lehrmaterial des EDU-Mediaverlags enthalten.

Zu der Förderungsmöglichkeit über Bildungsscheck oder Bildungsprämie vgl. Z55300.

Für diesen Kurs ist keine Gebührenermäßigung möglich.

Die Termine werden beim Informationsabend Z55311 bekannt gegeben bzw. ab Anfang August auch online unter www.vhs-hilden-haan.de

40 UStd.; 200,- €
Anmeldung erforderlich

Z55303 Hilden



Prüfung - Finanzbuchführung 1 XPert Business Zertifikat

Brigitte Weck

Bei bestandener Prüfung erhalten Sie das Xpert Business- Zertifikat „Finanzbuchhaltung 1“. Weitere Informationen über die detaillierten Lernziele wie auch die prüfungsrelevanten Inhalte finden Sie unter www.business-zertifikate.de.

Termin wird im Kurs Z55301 abgestimmt, 17.30 - 20.30 Uhr
4 UStd.; 85,- €
Anmeldung erforderlich

Z55304 Hilden

Prüfung - Finanzbuchführung 2 XPert Business Zertifikat

Brigitte Weck

Bei bestandener Prüfung erhalten Sie das Xpert Business- Zertifikat „Finanzbuchhaltung 2“. Weitere Informationen über die detaillierten Lernziele wie auch die prüfungsrelevanten Inhalte finden Sie unter www.business-zertifikate.de.

Termin wird im Kurs Z55302 abgestimmt, 18.00 - 21.00 Uhr
4 UStd.; 85,- €
Anmeldung erforderlich

Z55305 Hilden

Prüfung - Finanzbuchführung 3 XPert Business Zertifikat

Brigitte Weck

Bei bestandener Prüfung erhalten Sie das Xpert Business-Zertifikat „Finanzbuchführung 3 - EDV“ bzw. in Verbindung mit dem Zertifikat „Xpert Business Finanzbuchführung 2“ den Abschluss „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung (XB)“.

Termin wird im Kurs Z55303 abgestimmt, 14.00 - 17.00 Uhr
4 UStd.; 85,- €
Anmeldung erforderlich

Z55306 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 voraussichtlich Ende September. Der Kurs 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, 7. September 2023, 18.00 - 19.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
2 UStd.; gebührenfrei

Z55311 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, 25. Oktober 2023, 19.00 - 20.30 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, Raum E.03
2 UStd.; gebührenfrei

Z55408 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. November 2023, 18.00 - 20.00 Uhr
Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstr. 2, Hilden
2 ZStd.; gebührenfrei
Anmeldung erforderlich

Z55501 Hilden



EDV-BERATUNG

EDV-Beratung live

Wie finde ich den richtigen Computerkurs?

Manfred Brandt

Sie investieren persönliches Engagement, Zeit und Geld, wenn Sie ein EDV-Seminar besuchen. Machen Sie deshalb das Beste daraus. Nutzen Sie die Möglichkeit unserer kostenlosen, unverbindlichen und persönlichen Beratung.

Wir beraten und informieren Sie gerne bei der Einschätzung Ihrer Vorkenntnisse, geben Ihnen Informationen zu Kursinhalten und Zielen, mit einem auf Ihre Wünsche abgestimmten Vorschlag zur Kursplanung. Gerne helfen wir Ihnen auch in der Beratungszeit bei der Lösung kleinerer EDV-Probleme, denn manche Fragestellungen lassen sich ja mit einem Klick an der richtigen Stelle schnell lösen. Bei komplexeren Fragen bekommen Sie ebenfalls Hinweise, wie sich Ihr Problem lösen lässt.

Dienstag, 15.08.2023 , 22.08.2023 , 29.08.2023
jeweils 15.00 - 18.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
Telefonische Beratung unter 02103 - 50 05 53

Z58001 Hilden

Mittwoch, 23.08.2023 , 30.08.2023
jeweils 15.00 - 18.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
Telefonische Beratung unter 02129 - 94 10 30

Z58002 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, 11. November 2023 und Sonntag, 12. November
2023, jeweils 10.00 - 16.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
16 UStd.; 89,- €

Z58104 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 und der Tabellenkalkulation mit Excel.

6 x mittwochs, 18.30 - 21.00 Uhr
Beginn: 23. August 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
18 UStd.; 98,- €

Z58105 Hilden

Computer-Grundlagenkurs für die Generation 60+

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: 6. September 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
24 UStd.; 125,- €

Z58106 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, 28. Oktober 2023 und Sonntag, 29. Oktober 2023,
jeweils 9.30 - 16.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
16 UStd.; 89,- €

Z58107 Haan

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 Grundkenntnisse in Word.

Bitte bringen Sie einen USB-Stick für Ihre Daten mit.

Samstag, 9. Dezember 2023 und Sonntag, 10. Dezember 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

Z58108 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, 4. November 2023 und Sonntag, 5. November 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

Z58151 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 Z58151 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)

Samstag, 18. November 2023 und Sonntag, 19. November 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

Z58152 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 Y58106 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: 8. November 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
 24 UStd.; 125,- €

Z58203 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. Z58105) 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: 18. Oktober 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
 18 UStd.; 98,- €

Z58204 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, 4. November 2023 und Sonntag, 5. November 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

Z58205 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 Y58100 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, 21. Oktober 2023 und Sonntag, 22. Oktober 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

Z58206 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, 28. Oktober 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

Z58207 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, 29. Oktober 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

Z58208 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, 16. September 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

Z58215 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, Foliendesign, 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, 23. Oktober 2023 bis Freitag, 27. Oktober 2023,
jeweils 8.30 - 15.30 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
40 UStd.; 210,- € incl. Lehrmaterial.

Z58220 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: 31. August 2023
 Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
 Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
 12 UStd.; 65,- €
 Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z58250 Hilden

PC-PROBLEME LÖSEN

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.

Sonntag, 17. September 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

Z58260 Haan



JUNGE VHS EDV FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

JungeVHS - Fit am PC für Schülerinnen und Schüle

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, 9. September 2023 und Sonntag, 10. September 2023, jeweils 10.00 - 15.00 Uhr
VHS-Haus, Dieker Str. 49, Haan, EDV-Raum N2
12 UStd.; 49,- €

Z58311 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, 16. September 2023 und Sonntag, 17. September 2023, jeweils 10.00 - 15.00 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
12 UStd.; 49,- €

Z58314 Hilden

IT-SICHERHEIT UND MEHR

Gefahren in der „globalen Welt“ - Wie sicher ist das Internet?

Ein Abend mit praktischen Live-Demonstrationen

Joachim Pütz

Im Zeitalter von E-Mails, Sozialen Netzwerken und Smartphone-Messaging-Systemen haben Betrugsmaschen 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, 9. November 2023, 18.30 - 21.45 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
4 UStd.; 21,50 €

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

Z58402 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: 12. September 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
9 UStd.; 49,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z58411 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 Z58411 oder Z58412 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: 17. Oktober 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
9 UStd.; 49,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z58413 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: 14. September 2023
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“ ,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
9 UStd.; 49,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z58412 Hilden



ANDROID SMARTPHONES & TABLETS

Ersteinrichtung von Android Smartphones & Tablets

Thomas Gebhardt

Sie sind glücklicher Neubesitzer eines Android Smartphone/Tablet oder Umsteiger und wollen jetzt loslegen, haben aber keine Erfahrungen mit dem Android-Betriebssystem. In diesem Seminar erlernen Sie die erforderlichen Grundlagen für die Ersteinrichtung und den praktischen Umgang mit dem Gerät.

Themengebiete

- 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 weiteren Möglichkeiten mit dem Gerät
- Zahlreiche Übungen runden das Programm ab.

Das Seminar ist für Teilnehmer/innen ohne Android Kenntnisse gedacht! Bringen Sie bitte vorhandene Smartphones & Tablets incl. SIM Karte (PIN) und Ladegerät zur Durchführung der Übungen mit.

Samstag, 23. September 2023, 9.00 - 12.45 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
5 UStd.; 35,- €

Z58421 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? Neben der Wiederholung der Grundlagen lernen Sie in diesem Seminar viele erweiterte Möglichkeiten um den praktischen Umgang mit dem des Betriebssystems auf ihrem Gerät kennen.

Themengebiete

- Brauche ich das Internet überhaupt? Android-Versionen und was verbirgt sich hinter Nougat, Oreo und Pie? Android vs. Apple. WLAN und Hotspot. Apps und Playstore. Bilder und Fotos. Kontakte verwalten. Streifzug durch die Welt der Apps. Nutzung des Kalenders. Sicherheitseinstellungen. Daten speichern und kabelloser Datenaustausch. Email-Zugriff und vieles mehr.
- Außerdem 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.

Teilnahmevoraussetzung: Erste Erfahrungen mit Android sind vorhanden und das Gerät ist unter Google eingerichtet

Sonntag, 24. September 2023, 9.00 - 15.45 Uhr
Weiterbildungszentrum „Altes Helmholtz“,
Gerresheimer Str. 20, Hilden, EDV-Raum U.13
8 UStd.; 49,- €
Kleingruppen-Angebot: Min. 6 / Max. 10 Teilnehmende

Z58422 Hilden

RASPBERRY PI

Computer um 100 Euro! Einrichtung und Programmierung des Raspberry Pi.

Thomas Steinbach

Der originale Raspberry Pi (<http://www.raspberrypi.org/>) ist ein vollwertiger Computer im Scheckkarten Format. In der aktuellen Version 4B ist dieser sogar mit Gigabit Ethernet, WIFI, Bluetooth sowie 2xHDMI, 2xUSB3 und 2xUSB2 Anschlüssen und bis zu 8GB Speicher (RAM) ausgestattet. Als CPU dient ein 1.5GHz quad-core ARM Cortex-A72 Prozessor. 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.

Der PI verfügt zusätzlich über ein Interface mit 40 Kontakten (GPIO), über das leicht Steuerungs- und Mess-Applikationen realisiert werden können. Seit 2020 gibt es eine weitere Version, den Raspberry Pi 400. Hier ist die Platine fest in ein Tastature Gehäuse eingebaut.

Für den PI stehen viele kostenlose Betriebssysteme zur Verfügung. Im Standard GNU / Linux Betriebssystem (Raspberry Pi OS alias Raspbian) sind sogar kostenlose Lizenzen für das Spiel Minecraft und Wissenschafts Software Mathematica (www.wolfram.com) enthalten (Für letzteres Programm sind sonst 3-stellige Beträge zu entrichten). Es gibt darüber hinaus andere, spezialisierte Betriebssysteme für den PI, die diesen z.B. in eine Medienzentrale fürs Wohnzimmer verwandeln oder die erlauben, mittels Emulationen viele Retro-Spiele wiederzubeleben (Amiga, Nintendo, Sega uvm.).

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 auch an Teilnehmer, die einen PI bereits haben und diesen endlich richtig zum 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 selbstständig weiterzubetreiben.

Es sind keine Kenntnisse von Linux oder Programmiersprachen notwendig. Grundkenntnisse werden im Kurs vermittelt.

Im Kurs arbeiten die Teilnehmer am eigenen Raspberry PI - also bitte mitbringen! Bildschirm, Tastatur und Maus werden von der VHS gestellt. Es werden jedoch ein Micro-HDMI (male) zu HDMI port (female) Kabel, zwei leere Micro SD Speicher Karten (SDHC 16GB oder grösser) und das Raspberry PI Netzteil benötigt.

Samstag, 11. Dezember und Sonntag, 12. Dezember 2023,
jeweils 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

Z58510 Hilden



FACHBEREICHE 6 & 7

**Schulabschlüsse
Aus- und Weiterbildung
Berufsqualifizierung
Wiedereinstieg**



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:

- **Erster Schulabschluss** (ehem. Hauptschulabschluss Kl. 9)
- **Erweiterter erster Schulabschluss I** (ehem 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 Informatik, Berufsorientierung, Bewerbungstraining und Betriebspraktika dazu. Außerdem bieten wir gerade in Mathematik und Englisch (falls erforderlich) Unterstützung durch Förderunterricht. Am Ende legen Sie im Lehrgang eine staatliche Prüfung zum jeweiligen Schulabschluss ab.

Wer ist angesprochen?

Zielgruppe dieser Lehrgänge sind Jugendliche und Erwachsene, die während ihrer Pflichtschulzeit - aus den verschiedensten Gründen - keinen Schulabschluss erlangt haben oder ihren erreichten Abschluss durch einen höherwertigen ergänzen möchten. Dabei ist es gleichgültig, ob Sie berufstätig oder arbeitslos sind oder zum Beispiel einen Haushalt führen.

Wie melde ich mich an?

Aufgrund der Fülle der Möglichkeiten zum Erwerb eines Schulabschlusses ist eine **persönliche Beratung** zwingend erforderlich. Einen Termin vereinbaren Sie bitte unter 02103 - 967 56 12 bzw. -11.

Bitte bringen Sie zur Anmeldung unbedingt mit:

- Ihren Personalausweis
- einen kurzen Lebenslauf
- Ihr letztes Zeugnis (evtl. auch die letzten Zeugnisse) im Original

Der Besuch der Lehrgänge ist kostenlos, es wird nur eine einmalige **Sachkostenpauschale von 40,- € pro Lehrgang** erhoben.

Möglichkeiten zum Nachholen staatlicher Schulabschlüsse bei der Volkshochschule



Allgemeine Hochschulreife (Abitur) In 1 - 2 Jahren über Weiterbildungskollegs, Abendgymnasien etc.
Fachhochschulreife In 1 - 2 Jahren über Weiterbildungskollegs, Abendgymnasien etc.
Mittlerer Schulabschluss (Fachoberschulreife) Bei der VHS in 2 bzw. 3 Semestern je nach Lehrgang und Voraussetzungen (Qualifikation für die gymnasiale Oberstufe möglich)
Erweiterter erster Schulabschluss (HSA Klasse 10) Bei der VHS in 2 Semestern
Erster Schulabschluss (HSA Klasse 9) Bei der VHS in 2 Semestern
Ohne Abschluss





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

Z601 - Hilden

SCHULABSCHLUSS-LEHRGÄNGE KLASSE 9, 10 & FOR

Erster Schulabschluss (HSA Klasse 9) Einjähriger staatlicher Lehrgang, 1. Semester

Teilnehmer ohne Schulabschluss können in **zwei Semestern** den Hauptschulabschluss erreichen.

Mo. – Fr., ca. 8.00 Uhr – 13.30 Uhr
Beginn des 1. Halbjahres am 14.8.2023
ehem. Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstraße 2, Hilden

Z612 - Hilden

Mittlerer Schulabschluss, Einjähriger staatlicher Lehrgang, 1. Semester

Teilnehmer mit Hauptschulabschluss Klasse 9 oder Klasse 10 können in **zwei Semestern** den mittleren Schulabschluss (Realschulabschluss) erreichen. Der Erwerb der Qualifikation für den Besuch der gymnasialen Oberstufe ist möglich.

Mo. – Do., ca. 14.30 Uhr – 18.30 Uhr
Beginn des 1. Halbjahres am 14.8.2023
ehem. Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstraße 2, Hilden

Z608 - Hilden

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, 1. bzw. 3. Semester

Teilnehmer ohne oder mit einem schlechten Ersten Schulabschluss 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 1. Halbjahres am 14.8.2023
ehem. Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstraße 2, Hilden

Z611.1 - Hilden

Mo. – Fr., ca. 8.00 Uhr – 13.30 Uhr
Beginn des 3. Halbjahres am 14.8.2023
ehem. Theodor-Heuss-Schule, Furtwänglerstraße 2, Hilden

Z611.3 - Hilden

REACT-EU Förderung von digitalen Sofortausstattungen



REACT-EU
Europäischer Fonds
für regionale Entwicklung



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)