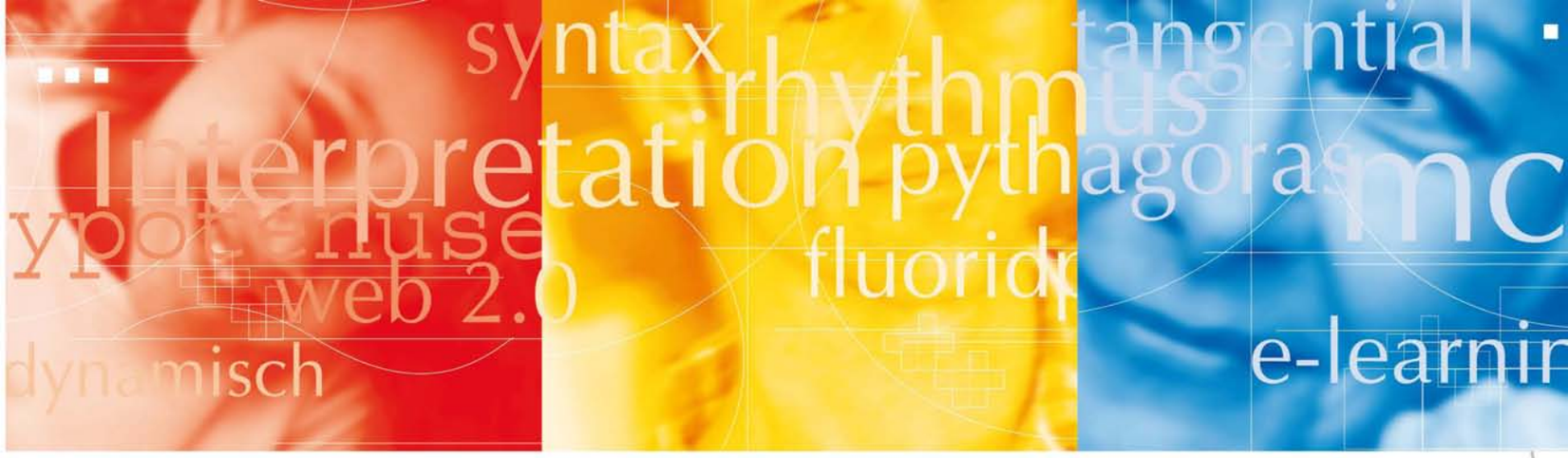


Haus des Lebenslangen Lernens | Ein Campus fürs Leben

leben. lernen. bilden.

40 JAHRE vhs Kreisvolkshochschule

Programm 1. Halbjahr 2011

mit
vhs Dietzenbach
vhs Heusenstamm
vhs Rodgau
vhs Rödermark
Informationen zu den anderen
Volkshochschulen im Kreis Offenbach

Wir bilden Zukunft

Kreis Offenbach

Kreisvolkshochschule

Liebe Bürgerinnen und Bürger,

unsere Gesellschaft entwickelt und verändert sich heute in allen Bereichen in einem rasanten Tempo, und Schlagworte wie Globalisierung, mediale Vielfalt oder Ökonomisierung der Gesellschaft machen die Runde. Um in diesem Wirbel von Information und Veränderung nicht unterzugehen, sondern Schritt zu halten und die eigene Lebenskompetenz zu verbessern und zu stärken, bietet sich die Kreisvolkshochschule als der ideale Partner an: Erfolgreich lernen im Austausch mit anderen, in angenehmer Atmosphäre, in Räumen mit moderner Ausstattung, mit qualifizierten Kursleiterinnen und Kursleitern und einem anspruchsvollen Angebot zur beruflichen und allgemeinen Weiterbildung. Mit ihrem Programm für das 1. Halbjahr 2011 will unsere Kreisvolkshochschule als bedeutender Teil der kommunalen Bildungslandschaft Orientierung bieten, Chancen eröffnen und persönliche Weiterbildung ermöglichen – über 500 Kurse und Veranstaltungen aus allen Lebens- und Arbeitsbereichen bieten dafür eine vielfältige Auswahl. Gemeinsam mit dem Angebot der örtlichen Volkshochschulen im Kreisgebiet kann damit ein umfassendes und facettenreiches Weiterbildungsprogramm vorgelegt werden, das auch über die Region hinaus Beachtung und Zuspruch findet.

Vermutlich weniger bekannt ist, dass unsere Kreisvolkshochschule mittlerweile auf eine kleine Tradition zurückblicken kann, nämlich 40 Jahre Erwachsenenbildung für die Menschen im Kreis Offenbach. Seit ihrem Gründungsjahr 1971 durch Kreistagsbeschluss hat die Kreisvolkshochschule in Zusammenarbeit mit den örtlichen Volkshochschulen eine beständige Aufwärtsentwicklung genommen. Ausdruck und vorläufiger Höhepunkt dieser Entwicklung ist die Einbindung der Kreisvolkshochschule an ihrem Standort Dreieich in das Haus des Lebenslangen Lernens (HLL) und die intensive Mitarbeit an der Hessencampus-Initiative der Hessischen Landesregierung. Bildung für alle in hoher Qualität anzubieten ist dabei zum Leitmotiv geworden und Lebenslanges Lernen zu ermöglichen ein ehrgeiziger Auftrag.

Wissenserwerb findet nicht nur in der Schule statt, Lernen wird vielmehr zu einem festen Bestandteil im Lebenslauf. Wer nicht lernt, bleibt irgendwann stehen und verliert den Anschluss. „Weiterbildung darf dabei nicht nur fachliche Qualifizierung bedeuten. Sie muss Erwachsene und Heranwachsende befähigen, in einer oft widersprüchlichen Alltagswelt Entscheidungen zu treffen“, so formuliert es die Hessische Kultusministerin Dorothea Henzler zutreffend.

Hierzu möchten wir Sie ermuntern, treffen Sie Ihre Entscheidung und nutzen Sie die Angebote der Volkshochschulen im Kreis für Ihre persönliche Weiterbildung.

Ihr

Oliver Quilling, Landrat

Wir bilden Zukunft

40 JAHRE vhs Kreisvolkshochschule

Inhalt

Gesamtes Bildungsangebot der **Kreisvolkshochschule** 1

vhs Dietzenbach 43

vhs Heusenstamm 61

vhs Rodgau 69

Gesamtes Bildungsangebot der **vhs in Rödermark** 83

vhs Dreieich 93
vhs Egelsbach 93
vhs Hainburg 93
vhs Langen 93
vhs Mühlheim 93
vhs Neu-Isenburg 93
vhs Obertshausen 93
vhs Seligenstadt 93

Stichwortverzeichnis 96

Bildungsberatung im HLL 42/43

Impressum

Herausgeber: Kreis Offenbach
Der Kreisausschuss - Kreisvolkshochschule -
Frankfurter Str. 160 - 166, 63303 Dreieich

Redaktion: Lothar Elsner und Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Kreis-vhs Offenbach

Layout, Satz: Petra Baumgardt

Druck: Offenbach-Post Pressehaus
Bintz-Verlag GmbH & Co. KG

Auflage: 50.000

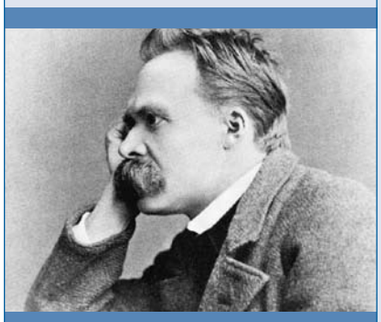
Gesellschaft - Geschichte - Politik

vhs-Vortragsreihe: Das Forum am Montag

Das Forum am Montag, eine von der Kreisvolkshochschule Offenbach und der Volkshochschule Dreieich gemeinsam durchgeführte Veranstaltungsreihe, bietet Gelegenheit, sich mit gesellschaftlichen Fragestellungen auseinander zu setzen.
Im Mittelpunkt der Vorträge mit anschließender Möglichkeit zur Diskussion stehen aktuelle Themen aus Gesellschaft, Geschichte, Politik sowie aus der Philosophie und Soziologie.
Angesichts allseits zunehmender Orientierungslosigkeit und der so genannten „neuen Unübersichtlichkeit" moderner Gesellschaften soll die Veranstaltungsreihe dazu beitragen, Problembewusstsein zu schaffen, um eigene Positionen beziehen zu können und um Alternativen und Perspektiven denkbar zu machen.

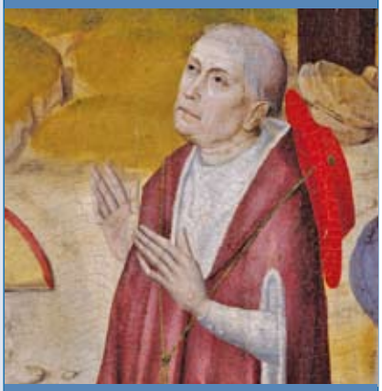
Friedrich Nietzsche und das Christentum

Der Philosoph Nietzsche polarisiert, und das bis heute! Die einen halten ihn wegen seiner missverständlichen Formulierungen von der „blonden Bestie" und dem „Übermenschen" für einen geistigen Wegbereiter des Nationalsozialismus. Die anderen sehen in ihm den genialen und unangepassten kritischen Querdenker, der die oftmals ausgetretenen Pfade der Philosophiegeschichte verlassen und sie durch neue Sichtweisen unendlich bereichert habe.
Gründe genug, um sich das Werk des Philosophen einmal genauer anzusehen. Dies geschieht unter der Fragestellung von Nietzsches Verhältnis zum Christentum, die den Kern des Gesamtwerks darstellt.
Nietzsches Sicht der Dinge, seine ablehnende Haltung gegenüber der christlichen Religion, die er als „Sklavenmoral" und als Erniedrigung des Menschen begreift, kann gerade in der heutigen Zeit zunehmend kritischer Diskussionen über neue Religiosität und Stellenwert von Religion überhaupt Denkanstöße liefern.
K 01.00.01
Dr. Gerald Glaubitz
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, EG, Tagungsraum 2.002
Mo, 28.02.2011, 19.00-21.15 Uhr
- Eintritt frei -
Bitte unbedingt telefonisch anmelden unter 0 61 03 / 31 31 - 13 13 bzw. per Fax unter 0 61 03 / 31 31 - 13 99.
Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung ist beantragt.



Nicolaus Cusanus - Denker der Zeitenwende

Nikolaus Cusanus (1401-1464) ist einer der einflussreichsten und originellsten Denker an der Schwelle zur Neuzeit. Seine Lehre, dass die Welt in eine Vielzahl von Gegenständen zerfällt, die sich gegenseitig hervorrufen, weist schon auf Hegels Dialektik hin, ohne die sich die moderne Gesellschaft nicht begreifen lässt. Erst in Gott sind diese Gegensätze aufgehoben. Eben deshalb kann ihn der an unsere herkömmliche Logik gewöhnte Verstand nicht begreifen, sondern muss sich mit einer „gelehrten Unwissenheit" bescheiden. Damit wird der Cusaner zu einem Wegbereiter des skeptischen Denkens, aber auch des Toleranzverständnisses der Gegenwart.
K 01.00.02
Prof. Dr. Walter Hoeres
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, EG, Tagungsraum 2.002
Mo, 14.03.2011, 19.00-21.15 Uhr
- Eintritt frei -
Bitte unbedingt telefonisch anmelden unter 0 61 03 / 31 31 - 13 13 bzw. per Fax unter 0 61 03 / 31 31 - 13 99.
Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung ist beantragt.



© St. Nikolaus-Hospital, Bernkastel-Kues; Foto: Erich Gutberlet

Jugendwahn und Altersangst

Warum leben Frauen 5-7 Jahre länger als Männer? Sind wir in der Jugend glücklicher als im Alter? Laut dem Philosophen Schopenhauer ist es umgekehrt, denn die Jugend ist die Zeit der Unruhe, des Getriebenseins, während im Alter Ruhe einkehrt. Der Entwicklungspsychologe Erikson stellt das 3. Lebensalter unter das Gegensatzpaar „Integrität gegen Verzweiflung und (Lebens-)Ekel". Das Thema Alter ist hoch ambivalent besetzt, denn jeder, der über das Alter richtet, urteilt über seine eigene Zukunft.
K 01.00.03
Dr. Bernd Spahn
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, EG, Tagungsraum 2.002
Mo, 28.03.2011, 19.00-21.15 Uhr
- Eintritt frei -
Bitte unbedingt telefonisch anmelden unter 0 61 03 / 31 31 - 13 13 bzw. per Fax unter 0 61 03 / 31 31 - 13 99.
Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung ist beantragt.

Thomas Falk, Fachbereichsleiter Gesellschaft, Geschichte, Politik, Philosophie und Recht

Einblicke in die Arbeitswelt im Rhein-Main-Gebiet

(Betriebsbesichtigungen / Werksführungen)
Bitte rechtzeitig schriftlich anmelden!

Raumfahrtzentrum ESOC (ESA)

Der Europäischen Weltraumorganisation ESA gehören 18 Mitgliedsstaaten an. Alle ESA-Satelliten in erdnahem oder interplanetarem Orbit werden vom Europäischen Raumflugkontrollzentrum ESOC in Darmstadt überwacht. Diese weltweit drittgrößte Anlage korrigiert sämtliche Umlaufbahnen. Alle jemals gestarteten Satelliten sind registriert. Infovortrag, Führung durch die gesicherte Anlage sowie Blick auf Kontrollräume.
Das Mindestalter für die Teilnahme ist 10 Jahre

K 01.00.10
Ortrud Georg-Pathe
Treffpunkt Darmstadt, Besuchereingang ESOC, Robert-Bosch-Str. 5
Fr, 11.02.2011, 15.00-16.30 Uhr
€ 15,–
Bitte bringen Sie unbedingt Ihren Personalausweis mit!

K 01.00.11
Ortrud Georg-Pathe
Treffpunkt Darmstadt, Besuchereingang ESOC, Robert-Bosch-Str. 5
Mi, 20.04.2011, 15.00-16.30 Uhr
€ 15,–
Bitte bringen Sie unbedingt Ihren Personalausweis mit!

Commerzbank Tower Frankfurt a.M.

Mit 259 Metern ist der Commerzbank das höchste Gebäude Deutschlands. Stararchitekt Sir Norman Foster stellte dieses Gebäude in der Superlative mit seinen 56 Stockwerken 1997 fertig. Vom gläsernen Aufzug aus hat man einen atemberaubenden Ausblick auf die Bankenmetropole. Besonders beachtenswert sind auch die beiden Himmelsgärten mit exotischer Bepflanzung.
Das Mindestalter für die Teilnahme ist 10 Jahre

K 01.00.12
Ortrud Georg-Pathe
Treffpunkt Frankfurt a.M., Commerzbank Haupteingang Gr. Gallusstr.
Sa, 26.03.2011, 15.00-16.00 Uhr
€ 9,–
Bitte bringen Sie unbedingt Ihren Personalausweis mit!

K 01.00.13
Ortrud Georg-Pathe
Treffpunkt Frankfurt a.M., Commerzbank Haupteingang Gr. Gallusstr.
Sa, 26.03.2011, 16.00-17.00 Uhr
€ 9,–
Bitte bringen Sie unbedingt Ihren Personalausweis mit!

Geldmuseum der Deutschen Bundesbank

Seit 1999 sichern die Deutsche Bundesbank und die europäische Zentralbank die Stabilität des Euro. Einem Vortrag zum Thema „10 Jahre Euro" schließt sich die Führung durch das Geldmuseum an. Erläutert werden Arten und Herstellung von Geld, Aufbau der Zentralbank, Funktion der Geldpolitik sowie Auswirkungen der Währungspolitik.
Das Mindestalter für die Teilnahme ist 12 Jahre.
K 01.00.14
Ortrud Georg-Pathe
Treffpunkt Frankfurt a.M., Eingang Geldmuseum, Wilhelm-Epstein-Str. 14
Mo, 23.05.2011, 14.00-15.30 Uhr
€ 9,–

Recht

Die Patientenverfügung

Patientenverfügung, Betreuungsvollmacht, Betreuungsverfügung, wie unterscheiden sich die einzelnen Willenserklärungen? Wer benötigt für welchen Fall solche Willenserklärungen? Welchen Inhalt und welche Form sollten solche Willenserklärungen haben? Vorschläge hinsichtlich dieser drei Verfügungen bzw. Vollmachten werden unterbreitet. Der Vortrag richtet sich an alle Interessierten, insbesondere aber an Patienten, Pflegebedürftige und / oder deren Angehörige.
K 01.05.01
Jörn Breitung, Rechtsanwalt
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.109
Do, 17.03.2011, 19.00-21.15 Uhr
€ 5,– nur Barzahlung vor Ort
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
Bitte schriftlich oder telefonisch unter 0 61 03 / 31 31 - 13 13 anmelden!

Die Pflegeversicherung und die Einstufung in Pflegestufen

Im Pflegefall müssen Pflegebedürftige und Angehörige sich mit einer Vielzahl von Problemen auseinandersetzen. Unter anderem ist für diese Betroffenen wichtig, welche finanziellen Mittel die Pflegekasse für ihren konkreten Einzelfall zur Verfügung zu stellen hat.
Insoweit befasst sich der Vortrag mit folgenden Fragen:
Welche Leistungen kann ich von der Pflegekasse erwarten; was für eine Bedeutung haben die drei Pflegestufen der Pflegeversicherung; die Pflegestufe soll eingeschätzt werden - was habe ich zu beachten; was kann ich gegen eine fehlerhafte Pflegestufeneinschätzung unternehmen; welche Möglichkeiten des Umgangs habe ich mit der Pflegeversicherung (z.B. Widerspruch)?
Der Vortrag mit der Möglichkeit zur Fragestellung richtet sich insbesondere an jeden Patienten - Pflegebedürftigen und / oder deren Angehörige aber auch an Personen, bei denen demnächst Pflegebedürftigkeit gegeben sein könnte.
K 01.05.02
Jörn Breitung, Rechtsanwalt
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.109
Do, 10.03.2011, 19.00-21.15 Uhr
€ 5,– nur Barzahlung vor Ort
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
Bitte schriftlich oder telefonisch unter 0 61 03 / 31 31 - 13 13 anmelden!

Pflege und Sozialhilfe - Zugriff auf das Vermögen der nahen Verwandten

In der Pflege gilt manchmal der Grundsatz: „Kinder haften für ihre Eltern“. Viele Leistungen der Pflege werden nicht von der Pflegeversicherung bezahlt. Pflegebedürftige müssen finanziell häufig auf staatliche Hilfe, nämlich die Bundessozialhilfe zurückgreifen. Der Staat wiederum versucht, diese Gelder von den nahen Angehörigen zurückzubekommen. Wie der Staat dabei vorgeht, was Angehörige an den Staat zu leisten haben und wie bestehendes, notwendiges Vermögen von den Angehörigen einbehalten werden kann, davon handelt dieser Vortrag.

K 01.05.03
Jörn Breitung, Rechtsanwalt
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.109
Mi, 02.03.2011, 19.00-21.15 Uhr
€ 5,– nur Barzahlung vor Ort
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
Bitte schriftlich oder telefonisch unter 0 61 03 / 31 31 - 13 13 anmelden!

Pädagogik, Lern- & Arbeitstechniken

Lernen mit Spaß und Pfiff (Klasse 5-8)

Der Lerntechnik-Kurs bietet Anleitung und Training zum selbstständigen und zeitsparenden Lernen. Einfache und neue Lerntechniken sowie Merksysteme werden erklärt und eingeübt. Ziel des Kurses ist es, mit Hilfe dieser neu erlernten Techniken die Hausaufgaben leichter und besser anzufertigen, Vokabeln effektiver zu lernen und Klassenarbeiten gezielter vorbereiten zu können.

K 01.06.01 J
Marianne Linnemannstöns
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.107
Mo, 18. und Mi, 20.04.2011,
10.00-15.00 Uhr
€ 21,– (zzgl. € 10,– Materialkosten direkt an die Kursleiterin)
- bereits ermäßigte Gebühr für Schüler/innen -

Bewusst Mutter-Vater-Eltern werden...

Um eine glückliche Zukunft für unsere Kinder gestalten zu können sollten wir herausfinden, wie wir selbst im Laufe unseres Lebens durch Gesellschaft, Eltern, Kultur und Erzieher/innen geprägt wurden. Wir müssen unsere eigenen Ängste, unsere widersprüchliche Natur und unbewussten Motive kennen lernen, damit wir sie nicht unbewusst an unsere Kinder weitergeben. Mit verschiedenen Werkzeugen werden wir die Verschlingungen unseres Geistes erforschen und verstehen. Dies schafft Raum und löst oft mühelos eine spontane Veränderung aus. Das Seminar ist für alle geeignet, die ernsthaft daran interessiert sind, für unsere Kinder eine neue Zukunft zu schaffen und bereit sind, dafür bei sich selbst anzufangen.

K 01.06.03 WE
Patricia Eilert, Qi Gong-Lehrerin, Geburtsvorbereiterin
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.106
Sa/So, 07./08.05.2011, 10.00-17.30 Uhr
€ 44,–

Kommunikation

Dipl.-Ök. Matthias Dahms, Trainer und Coach

Schlagfertigkeitstraining:
Jederzeit die richtigen Worte finden

Fallen Ihnen die passenden Worte zu spät ein? Dann ist dieses Seminar für Sie gemacht. Schlagfertigkeit ist die Kunst, jederzeit die richtigen Worte zu finden. Sie werden den aktiven Wortschatz spürbar erweitern, damit Sie auch in Belastungssituationen spontan und treffend formulieren können. Dadurch werden Sie mutiger, die passenden Worte zu sagen. Sie trainieren den selbstbewussten Einsatz der Körpersprache, der Ihnen eine sichere und souveräne Ausstrahlung verleiht. Sie trainieren spontane, humorvolle und spritzige Antworten, die das Gegenüber verblüffen. Dieses Seminar macht Sie wortgewandt, sicher und selbstbewusst, nicht nur im Umgang mit Einwänden und Angriffen.

K 01.06.05
Matthias Dahms, Dipl.-Ök.
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.107
Sa, 03.09.2011, 10.00-16.00 Uhr
€ 40,–, (zzgl. € 15,– Materialkosten)
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Bildungsurlaub BU

Akkreditiert als Lehrerfortbildung

Kurse für Kinder und Jugendliche

Luise Oberdorfer, Fachbereichsleiterin Pädagogik, Psychologie und Frauenbildung, Leiterin der vhs Rödermark
Tel.: 0 61 03 / 31 31 - 13 32
E-Mail: L.oberdorfer@kreis-offenbach.de

Smalltalk trainieren:
Kontakte sicher und souverän aufbauen

Freundlich und offen auf Menschen zugehen, um aus einem viel versprechenden Beginn mehr werden zu lassen. - Viele Menschen möchten geschäftlich oder privat mit Fremden leichter ins Gespräch kommen. Sie wollen sich gegenseitig näher kennen lernen, eine sympathische Gesprächsatmosphäre aufbauen, Verbindungen knüpfen und Geschäfte anbahnen. Wir werden Strategien aufzeigen, mit denen Sie aus einem allgemeinen Thema heraus ein interessantes Gespräch beginnen können. Sie trainieren, ansprechend von Ihren Fähigkeiten und Leistungen zu erzählen. Menschen werden sich dadurch in Ihrer Gegenwart wohl fühlen, den Kontakt zu Ihnen suchen und ausbauen wollen.

K 01.06.06
Matthias Dahms, Dipl-Ök.
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.107
So, 04.09.2011, 09.00-15.00 Uhr
€ 40,–, (zzgl. € 15,– Materialkosten)
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Neuro-Kompetenzen

POWER LESEN - *die neue Hochgeschwindigkeits-Lesemethode*

Ein Buch in 5 Minuten lesen, d.h. mit einer Geschwindigkeit von 25.000 Worten/Min. mental zu fotografieren und im Unterbewusstsein zur Weiterverarbeitung aufzunehmen.
Ziel ist nicht zu entscheiden, ob dies möglich ist, sondern es denjenigen zu vermitteln, die es erlernen möchten. Diese Lesetechnik hilft Ihnen jegliches Lesematerial schneller aufzunehmen, zu verstehen und zu lernen. Es ist eine Lernerfahrung, die die enormen Ressourcen Ihres Gehirns nutzt.
Bitte Schreibmaterial mitbringen!

K 01.06.08
Gabi Rakestraw
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.115
Di/Mi, 15./16.03.2011,
jeweils 18.30-22.00 Uhr
€ 45,–
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
Für eine Kursmappe mit CD sind € 10,– direkt an die Kursleiterin zu bezahlen.

Schnelllesen - Zeit sparen...

Diese einfache Methode ist für jede Form des Lesens geeignet, z.B. zum Lernen, im Beruf, Info-Suche im Internet oder einfach einen Roman schneller lesen.
Mit Hilfe dieses Kurses können Sie Ihre Lesegeschwindigkeit um mind. 50% steigern. Dies erreichen Sie ohne dass die Merkfähigkeit leidet. Ihre Lesegeschwindigkeit am Anfang und am Ende des Kurses wird gemessen. Es werden wichtige und trotzdem einfache Tipps zur Vermeidung von Lesefehlern, wie Sie Ihre Konzentration erhöhen und Ihre Blickspanne erweitern vermittelt.
Mitzubringen sind Stoppuhr (ggf. auch auf Handy) und Schreibmaterial.
K 01.06.09
Gabi Rakestraw
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.109
Mi, 17.08.2011, 18.30-21.30 Uhr
€ 20,–
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
Für Kursunterlagen sind € 4,– direkt an die Kursleiterin zu bezahlen.

Strategien und Techniken zur geistigen Leistungssteigerung

Hohe Anforderungen im beruflichen Alltag erfordern körperliche und mentale Fitness, auch um langfristig leistungsfähig und glücklich zu bleiben. Dieses Training hat zum Ziel, die geistige Leistungsfähigkeit nachweislich zu steigern, die Effizienz und Effektivität bei der Informationsaufnahme und die Reaktionsgeschwindigkeit in Gesprächen zu erhöhen. Die Aufmerksamkeit, das Koordinations- und Assoziationsvermögen werden verbessert, Fehlerquoten sinken und Leistungstiefs werden vermieden. Die Zusammenhänge zwischen Ernährung, Bewegung, Denken einerseits und Leistung andererseits werden nachvollziehbar und erlebbar dargestellt. Ihr Nutzen:
- Sie steigern Ihre persönliche Arbeitsspeicherkapazität
- Sie verbessern Ihre Aufnahme und Verarbeitung von Informationen
- Sie steigern Ihre Gedächtnisleistung und erweitern Ihre Merkspanne
- Sie verhalten sich flexibler und reagieren schneller
- Sie kennen und nutzen die neuesten Ergebnisse der Hirnforschung
- Sie vermeiden Leistungstiefs und vermindern Fehlerquoten
- Sie werden seltener krank.

Für alle drei Veranstaltungen ist die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung beantragt.

K.01.06.10 Einführender Vortrag
Dr. phil.nat. Uwe Genz
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, EG, Tagungsraum 2.002
Mi, 02.02.2011, 19.30 Uhr
€ 3,–, nur Barzahlung vor Ort, für Schüler/innen und Vollzeitstudent/innen gebührenfrei
Bitte schriftlich oder telefonisch unter 0 61 03 / 31 31 - 13 13 anmelden!
In Zusammenarbeit mit der Neuro-Kompetenz Akademie im HLL.

K.01.06.11 Seminar
Dr. phil.nat. Uwe Genz
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.109
Mi/Do, 09./10.02. und 16./17.02.2011,
18.30-22.00 Uhr
€ 167,–
- keine Gebührenermäßigung/-befreiung -
In Einzelfällen kann der Seminarleiter bei der Volksbank Dreieich Stipendien beantragen.
In Zusammenarbeit mit der Neuro-Kompetenz Akademie im HLL.

K.01.06.12 vertiefender Workshop
Dr. phil.nat. Uwe Genz
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 2. OG, Raum 2.211
Sa, 19.03.2011, 09.00-17.00 Uhr
€ 89,–
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
In Einzelfällen kann der Seminarleiter bei der Volksbank Dreieich Stipendien beantragen.
In Zusammenarbeit mit der Neuro-Kompetenz Akademie im HLL.

Dr. phil.nat. Uwe Genz, www.NeuroKompetenzAkademie.de

Frühjahrsputz für die grauen Zellen

Informationen über das Ganzheitliche Gedächtnistraining
Dieser Vortrag wendet sich an alle, die sich für das Ganzheitliche Gedächtnistraining interessieren. Die eine Idee davon bekommen wollen, was da gemacht wird und wie oder warum das funktioniert. Angesprochen sind auch alle, die sich für die angebotene Ausbildung zur Gedächtnistrainerin/zum Gedächtnistrainer interessieren und noch Fragen dazu haben und/oder die Ausbilderin zunächst persönlich kennen lernen möchten.
K 01.06.20
Henrike Graef, Ausbildungsreferentin des Bundesverbandes Gedächtnistraining e.V.
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.115
Do, 27.01.2011, 19.30 Uhr
- Eintritt frei -
Bitte schriftlich oder telefonisch unter 0 61 03 / 31 31 - 13 13 anmelden!

Ausbildung zur Gedächtnistrainerin, zum Gedächtnistrainer

Diese Ausbildung nach den Richtlinien des Bundesverbandes Gedächtnistraining e.V. umfasst insgesamt 3 Module, die wiederum jeweils 2 Wochenenden beanspruchen. Zielgruppe sind alle Menschen, die ein Angebot für Gruppen aufbauen möchten, z.B. als Kursleitung an einer vhs, als Mitarbeiter/in der Seniorenarbeit, als Lehrer/in, Erzieher/in... Eine ausführliche Beschreibung kann unverbindlich bei der Kreisvolkshochschule angefordert werden.

Grundkurs

Inhalte:
- Einführung in Theorie und Praxis des ganzheitlichen Gedächtnistrainings (GGT)
- Grundlagen der Gehirnfunktionen
- Erproben des Trainingsmaterials
- GGT mit verschiedenen Zielgruppen
- Mnemotechniken
- Integrative Bestandteile des GGT

K 01.06.21 WE
Henrike Graef, Ausbildungsreferentin BVGT e.V.
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.109
Fr-So, 18.-20.02. und 25.-27.02.2011,
Fr 16.00-19.30 Uhr, Sa 09.00-17.30 Uhr, So 09.00-16.00 Uhr
€ 298,– (inkl. Materialkosten), 42 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Aufbaukurs 1

Voraussetzung: Teilnahme an einem Grundkurs Gedächtnistraining des BVGT e.V.
Inhalte:
- Aspekte des Lernens
- Grundlagen der Gerontologie
- Methodik und Didaktik für Gedächtnistrainingsgruppen
- Praxis des Ganzheitlichen Gedächtnistrainings

K 01.06.22 WE
Henrike Graef, Ausbildungsreferentin BVGT e.V.
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.106 (1. WE), Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11 (2. WE)
Fr-So, 27.-29.05. und 03.-05.06.2011,
Fr 16.00-19.30 Uhr, Sa 09.00-17.30 Uhr, So 09.00-16.00 Uhr
€ 298,– (inklusive Materialkosten) 42 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Aufbaukurs 2

Voraussetzung: Besuch eines Grundkurses und eines Aufbaukurses 1. Zwischen Aufbaukurs 1 und Aufbaukurs 2 ist von allen Teilnehmer/innen eine Hausarbeit anzufertigen.
Kursinhalte:
- Schriftlicher Test
- Vorbereitung und Durchführung einer Lehrprobe
- Aspekte biografischen Arbeitens
- Motivation
- Evaluation
- Öffentlichkeitsarbeit

Voraussetzung zur Erlangung des Zertifikates ist eine Mitgliedschaft im BVGT e.V.
K 01.06.23 WE
Henrike Graef, Ausbildungsreferentin BVGT e.V.
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.106
Fr-So, 23.-25.09. und 07.-09.10.2011,
Fr 16.00-19.30 Uhr, Sa 09.00-17.30 Uhr, So 09.00-16.00 Uhr
€ 298,– (inkl. Materialkosten), 42 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Henrike Graef, Ausbildungsreferentin des Bundesverbandes Gedächnisstraining e.V.

Psychologie

Wichtiger Hinweis!

Kurse und Seminare im Bereich Psychologie haben immer das Ziel, dass Sie mehr über sich selbst und andere erfahren. Aber sie wollen auch Wege zur Heilung psychischer und psychosomatischer Probleme aufzeigen und somit zur (psychischen) Gesunderhaltung beitragen. Sie sind jedoch keine Therapie und kein Therapieersatz. Sie setzen normale Gesundheit und Belastbarkeit voraus. Bei Zweifeln, ob der Kursbesuch in der eigenen persönlichen Situation angebracht ist, empfehlen wir ärztlichen oder psychologischen Rat in Anspruch zu nehmen.

Bitte beachten Sie:

Wenn Sie nicht sicher sind, ob der von Ihnen ausgewählte Kurs Ihren Erwartungen und Vorstellungen entspricht, stehen wir für Rückfragen gerne zur Verfügung.
Telefon: 0 61 03 / 31 31 – 13 32,
Luise Oberdorfer

Was uns bewegt - Psychologie im Alltag

Dieser Kurs geht aus von den Bedürfnissen der Teilnehmenden. Die Themen werden gemeinsam festgelegt, anhand von kurzen praxisnahen Texten aus der neueren Psychologie vorgestellt und im Austausch miteinander geklärt. Passende Übungen können dabei den Themenbereich erfahrbar machen und zu Fähigkeiten hinführen, die den Alltag erleichtern.
K 01.07.01
Dietrich Herrmann-Kapellen
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum O 6
Di, 14.30-16.45 Uhr, ***ab 08.02.2011,***
14-täglich
€ 59,–, 9 Termine

Schreibwerkstatt: Kreatives Schreiben

Die Wachstumskräfte des Frühlings verbinden uns sichtbar und spürbar mit der kreativen Quelle. Natur, Texte, Bilder und Impulse aus dem Kreativen Schreiben regen Sie an, Ihren ganz eigenen sprachlichen Ausdruck zu finden. Geeignet für jede/n, der/dem der spielerisch-schöpferische Umgang mit unserer Sprache Freude bereitet.
Bitte in bequemer Kleidung kommen, Decke, Schreib- und Malstifte, DIN A4 Heft und DIN A3 Zeichenblock mitbringen.
K 01.07.02
Karin Walther-Weckmann, Diplom-Psychologin, Gestalttherapeutin
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1
Sa 19.02., Sa 05.03. und Sa 02.04.2011,
15.00-18.00 Uhr
€ 26,–

Ausdrucksmalen - Lust auf Farbe?

Dann lassen Sie sich verführen, mit Farben zu spielen, zu experimentieren, mutig zu sein, Grenzen zu begegnen, vielleicht auch zu verändern, und dabei mehr über sich selbst zu erfahren. Ausdrucksmalen ist eine absichtslose, spontane Malerei, bei der es nicht auf ein Maltalent ankommt und kein Bild interpretiert wird. Im Vordergrund steht das ganz persönliche Erlebnis während des Malens. Sie werden erstaunt sein über die lebendige kreative Seite in Ihnen und dieses Erlebnis mit in Ihren

Alltag nehmen können. Wir malen im Stehen mit wasserlöslichen Qualitäts-Farben auf großformatige Papierbögen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, aber bequeme Kleidung, die Farbkleckse verträgt. Exkursionen sind vorgesehen. Genauere Informationen bei der Anmeldung.
Treffpunkt: Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11

K 01.07.03
Werner Frank
Sa, 12.03.2011, 13.30-17.00 Uhr
€ 35,– (inkl. € 12,- Materialkosten)
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
min./max. 5 Teilnehmer/innen

K 01.07.04
Werner Frank
Sa, 02.04.2011, 13.30-17.00 Uhr
€ 35,– (inkl. € 12,- Materialkosten)
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
min./max. 5 Teilnehmer/innen

K 01.07.05
Werner Frank
Sa, 09.04.2011, 13.30-17.00 Uhr
€ 35,– (inkl. € 12,- Materialkosten)
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
min./max. 5 Teilnehmer/innen

Du bist, was du sagst -
Hinter unsere Alltagssprache schauen und etwas über uns selbst erfahren

Die Sprache erzählt Geschichten - über uns, über unsere Einstellungen und unsere Gefühlswelt. Viele Begriffe haben eine Botschaft, die uns vordergründig nicht mehr bewusst ist. So ist ein Problem etwa das „Vorgelegte" - da legt uns das Leben also erneut ein Thema vor.
Wer Lust und Willen zur Selbsterfahrung (Namensdeutung) mitbringt, wird in diesem Kurs sicher nicht ent-täuscht werden, vielleicht aber das Ende so mancher Täuschung erleben.
K 01.07.06
Renate Sulzmann, Journalistin, Psychologische Beraterin
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3
Do, 19.00-20.30 Uhr, ***ab 17.03.2011***
€ 18,–, 4 Termine

Endlich die eigenen Träume und Visionen leben

In jedem Menschen schlummern Träume, Visionen, die mitunter im Alltag verdeckt, vergessen werden und doch nach Verwirklichung rufen. An diesem Wochenende lernen Sie, sich ernst zu nehmen mit Ihren großen und kleinen Wünschen, Bedürfnissen und Träumen. Sie erkennen und beseitigen Stolperfallen, Ausreden und setzen Ihre Träume kraftvoll in kleinen Schritten um. Unterstützt werden Sie in diesem Prozess durch Methoden aus der Humanistischen Psychotherapie in Achtsamkeit und gegenseitigem Respekt.
Bitte in bequemer Kleidung kommen, Schreib-, Malmaterial und ein Symbol für Ihre Vision mitbringen.
K 01.07.07 WE
Karin Walther-Weckmann, Dipl.-Psychologin, Gestalt-Therapeutin
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 8, 1. OG, Raum 8.110
Sa/So, 09./10.04.2011,
Sa 14.00-18.30 Uhr, So 10.00-16.00 Uhr
€ 31,–

Im Einklang mit sich selbst: Selbst-Management mit Work Life Balance

BU

Wachsende Anforderungen und Drucksituationen beruflich wie privat lassen die Frage nach ihrer praktischen und zeitlichen Bewältigung aufkommen. Hektik, Leistungsdruck, mangelnde Anerkennung und soziale Konflikte führen zu emotionalem und körperlichem Stress, zu Gefühlen von Ärger, Angst und negativer Erwartung.
Mit Work-Life-Balance geht es um das Gleichgewicht von Berufsleben, sozialen Bindungen, sozialer Anerkennung, Gesundheit und Sinnerfüllung. Mit einem Trainingsprogramm aus positiven Zielsetzungen, Methoden des Zeit-, Stress- und Selbstmanagements, zur Stärkung des Selbstwertgefühls sowie Stressausgleichs- und Energieübungen lernen wir, unsere innere Balance zu finden und natürliche Lebensenergie herzustellen.
K 01.07.10 BU
Dr. phil. Reinhard Müller
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.106
Mo-Fr, 02.-06.05.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 116,–

Auf dem Weg zu sich selbst:
mit Selbst-Bewusst-Sein und Selbstliebe zur Heilung und innerem Wachstum

Lernen Sie sich selbst besser kennen und lieben. Nehmen Sie sich mit all Ihren vermeintlichen Schwächen an und erlauben Sie sich, Ihre wahre Größe zu leben. Finden und gehen Sie Ihren eigenen, individuellen Weg, um ganz Sie selbst zu sein und dem Ruf Ihrer Seele zu folgen.
Bitte bringen Sie eine Iso-Matte, eine Decke, ein Sitzkissen, bequeme Kleidung, ggf. warme Socken, wetterfeste Kleidung, Schreibmaterialien, Malutensilien, (soweit vorhanden) Kraftgegenstände sowie Essen und Getränke für sich mit.
K 01.07.11 WE
Myriam Götze, Trainerin und systemischer Coach
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.106
Sa/So, 02./03.04.2011,
Sa 10.00-18.00 Uhr, So 10.00-14.00 Uhr
€ 35,–

Mit Ängsten umgehen

Jede/r kennt Situationen, in denen Angst auftaucht. Manchmal tauchen aber gerade dann Ängste auf, wenn wir sie gar nicht gebrauchen können: Bei Prüfungen, Vorträgen, vor Situationen, Menschen, Ereignissen. Weil Angst ein fester und notwendiger Bestandteil des Menschen ist, kann diese nicht grundsätzlich verschwinden. Allerdings kann man lernen mit diesen Kräften umzugehen, sie zu beeinflussen und zu kontrollieren. In diesem Vortrag werden Zusammenhänge erklärt und mögliche Lösungswege aufgezeigt, die jede/r für sich und andere anwenden kann. Wer lernt, mit Ängsten umzugehen erfährt oft eine große Erleichterung.

K 01.07.12 - Vortrag
Lutz Frentzel, Heilpraktiker für Psychotherapie
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.115
Do, 31.03.2011, 19.00 Uhr
- Eintritt frei -
Bitte schriftlich oder telefonisch unter 0 61 03 / 31 31 - 13 13 anmelden!

Workshop

Im Workshop geht es noch mehr ins Detail. Mit Beispielen und Übungen kann jede/r die Wirkung selbst erfahren.
K 01.07.13
Lutz Frentzel, Heilpraktiker für Psychotherapie
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 2. OG, Raum 2.207
Sa, 09.04.2011, 10.00-17.00 Uhr
€ 20,–

Belastende Gedanken löschen - oder in glückliche verwandeln

Sich gut oder schlecht zu fühlen ist immer ein Gefühlszustand, der durch die Gedanken entsteht und verstärkt wird. Der Gedanke ist Ursprung jeder Handlung und jeden Fortschritts. Mit entsprechenden Techniken bringen Sie sich durch die Kraft Ihrer Gedanken in die richtige Stimmung.
Ziel ist es, den Zustand „Glücklich Sein" mit Nachhaltigkeit zu erreichen und der Option, sich zu jeder Zeit, an jedem Ort immer wieder in den Zustand des „Glücklich Sein" zu versetzen.
Bitte bringen Sie Schreibzeug mit.
K 01.07.14
Udo Maresch, Mindcoach
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.109
Di, 19.00-21.30 Uhr, ***ab 03.05.2011***
€ 33,–, 5 Termine

Schluss mit dem Verschieben

Sie haben sich vorgenommen, endlich aufzuräumen, zu joggen oder die Steuererklärung zu machen? Immer wieder verschieben Sie Ihr Vorhaben und Sie fühlen sich schlecht dabei? Ihr innerer Schweinehund ist am Werk und verfügt über viele Strategien um Ihr Vorhaben zu sabotieren.
In diesem Seminar lernen Sie ihn kennen, zähmen und mit ihm verhandeln. Sie lernen Ihr Ziel nach der SMART-Methode zu formulieren und erhalten Tipps, wie Sie Ihre Motivation erhöhen und Ihr Selbstmanagement verbessern können, um Ihr Vorhaben erfolgreich umzusetzen.

K 01.07.15
Prisca Engeler, zertifizierte Trainerin und Coach für persönliche Entwicklung
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.107
So, 29.05.2011, 10.00-16.30 Uhr
€ 20,–

Sigrid Barthelmes und Lutz Frentzel, Heilpraktiker/in für Psychotherapie,

Schnupper-Familienstellen Infoabend mit Aufstellung

Viele unserer Prägungen entstanden in unserem ersten und wichtigsten System, der Familie. Durch Veränderung unseres eigenen inneren Familienbildes mit Stellvertretern aus der Gruppe wird es möglich, unerklärliche Probleme wieder zu erkennen, Lösungsschritte zu erarbeiten, sowie die Dynamik in Beziehungen sichtbar und erlebbar zu machen. Nach einem kleinen Vortrag über verschiedene Aufstellungsformen gibt es eine Möglichkeit ein eigenes Anliegen aufzustellen.
K 01.07.17
Sigrid Barthelmes, Lutz Frentzel,
Heilpraktiker/in für Psychotherapie
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.106
Mi, 16.03.2011, 18.30-21.30 Uhr
€ 9,–

Ihr inneres Kind heilen

Als Kind haben wir Strategien entwickelt, um Verletzungen auszuweichen oder unsere Sehnsucht nach Liebe zu stillen. Hier ist unsere Entwicklung auf der Stufe des verletzten Kindes stecken geblieben. Wir wiederholen dann unbewusst noch heute unsere kindlichen Verhaltensmuster, um unser ständiges Bedürfnis nach Liebe, Aufmerksamkeit und Anerkennung erfüllt zu bekommen.
Lernen Sie Ihr inneres Kind anzunehmen, zu lieben, seine Ängste zu bewältigen, seine Bedürfnisse wahrzunehmen und auf gute Weise zu befriedigen. So sind Sie wieder frei und können in Freude leben; gemeinsam und glücklich mit Ihrem inneren Kind.
Bitte bringen Sie eine Iso-Matte, eine Decke, zwei Sitzkissen, bequeme Kleidung, ggf. warme Socken, wetterfeste Kleidung, Schreibmaterialien, Malutensilien, Kinderfotos, sowie Essen und Getränke für sich mit. Denken Sie auch an ein etwaiges Kuscheltier, eine Schmusedecke und alles, was sich Ihr inneres Kind so wünscht!
K 01.07.18 WE
Myriam Götze, Trainerin und systemischer Coach
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.106
Sa/So, 05./06.03.2011,
Sa 10.00-18.00 Uhr, So 10.00-17.00 Uhr
€ 44,–

Sozialkompetenz durch Perspektivenwechsel

Das jahrhunderte alte Enneagramm kennt neun unterschiedliche Wahrnehmungsstile. Dieser Workshop macht Sie mit Perfektionisten, Helfern, Skeptikern und anderen Persönlichkeitsstrukturen vertraut. Wir erarbeiten, womit sich die verschiedenen Typen am liebsten beschäftigen. Sie lernen Wahrnehmungsfilter erkennen und begreifen, warum Sie bei manchen Zeitgenossen das Gefühl haben er verstehe nur „Bahnhof“. Sie erkennen sich selbst mit Ihren Stärken und Schwächen in einem der Wahrnehmungsstile wieder und werden auf blinde Flecken aufmerksam. Ihr Nutzen: Sie lernen die grundlegenden Typen zu unterscheiden, Sie gewinnen mehr Sicherheit und lernen die wichtigsten Regeln, um gut mit Ihrem Gegenüber zurecht zu kommen.
K 01.07.19 WE
Gabriele Holler, Persönlichkeitstrainerin
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3
Fr/Sa, 25./26.02.2011,
Fr 19.00-21.00 Uhr, Sa 11.00-16.00 Uhr
€ 20,–

Wenn zwei immer dasselbe denken, ist einer von ihnen überflüssig

Was stimmt nun: „Gegensätze ziehen sich an“ oder „Gleich zu gleich gesellt sich gern“? Der Volksmund ist manchmal widersprüchlich! In den gefühlsbeladenen Liebesbeziehungen spielen die Vier Temperamente eine wichtige Rolle. Wenn Sie wissen wollen, warum manche Männer immer mit „Feuer und Schwert“ erobern wollen, andere Sie niemals an eine Frittenbude einladen würden, wieder andere mit Ihnen in Abendgarderobe in den Hotel-Swimmingpool fallen wollen und andere sich als große Herzensbrecher sehen, weil sie Ihnen eine Postkarte geschrieben haben - dann kommen Sie in diesen Kurs und finden heraus, warum.
K 01.07.20
Gabriele Dietrich, Journalistin
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.115
Do, 19.30-21.30 Uhr, ***ab 10.03.2011***
€ 18,–, 3 Termine

Die Paarbeziehung aufblühen lassen

Gönnen Sie sich gemeinsam mit Ihrem Partner/Ihrer Partnerin einen Tag Auszeit und lassen Sie Ihren festgefahrenen Beziehungsalltag hinter sich. In einer herzlichen Atmosphäre bieten wir Ihnen kleine Übungen an, durch die Sie wieder mehr Leichtigkeit und Freude in Ihre Partnerschaft bringen können. Sie kommen miteinander ins Gespräch, entdecken und erleben Ihren „alten“ Partner neu, betrachten ihn und Ihre Beziehung mit anderen Augen und gehen gestärkt und motiviert zurück in Ihren „Paarfrühling“ und mit neuem Schwung in Ihr Leben zu Zweit.
K 01.07.21
Sigrid Barthelmes, Agnes Wiesner,
Heilpraktikerinnen für Psychotherapie
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1
Sa, 11.06.2011, 10.00-18.00 Uhr
€ 24,– pro Person

Auf dem Weg zu einer glücklichen Beziehung - *Ein Seminar für Paare*

Warum ist manchmal die Kommunikation zwischen Mann und Frau so schwierig? Wie können wir unsere Konflikte lösen? Was ist für eine Liebesbeziehung förderlich und worauf ist zu achten? Diese Fragen wollen wir in diesem Seminar für Paare beantworten. In einem geschützten Rahmen lernen Sie Ihre Kommunikation zu verbessern und Ihre Bedürfnisse auszudrücken. Gemeinsam mit Ihrem/Ihrer Partner/in suchen Sie nach Lösungen für Ihre Konflikte und stellen fest, was Ihre Beziehung braucht, um das Zusammenleben erfreulich zu gestalten.
K 01.07.22
Prisca Engeler, zertifizierte Trainerin und Coach für persönliche Entwicklung
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.109
So, 15.05.2011, 10.00-18.00 Uhr
€ 24,– pro Person

„Mich kränkt so schnell keiner“

Oft erfahren wir in Partnerschaften, Freundschaften und beruflichen Kontakten Kränkungen und gefühlsmäßige Verletzungen, die uns aufgrund unserer Empfindsamkeit oft tagelang beschäftigen und Gefühle der Niedergeschlagenheit und Abwertung auslösen. Im Kurs werden Wege zu mehr Selbstwert, Selbstbewusstsein und Selbstbehauptung gezeigt. Hierbei geht es um die Themen Schlagfertigkeit, Einordnen der Probleme anderer Menschen im Zusammenhang mit kränkenden Äußerungen und positiver Bearbeitung der eigenen Empfindsamkeit.
K 01.07.23
Dr. phil. Reinhard Müller
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.109
Do, 05.05.2011, 17.30-20.30 Uhr
€ 9,–

Positiv, frei und glücklich in Paarbeziehungen

Die Angst vor dem Verlust des Partners und geliebter Menschen beschäftigt uns oft ein Leben lang. Sie macht uns meist abhängig von den Erwartungen und Stimmungen anderer Menschen und hindert, frei die eigenen Bedürfnisse und Interessen zu leben. Es wird nach Wegen zu mehr innerer Freiheit, Unabhängigkeit und Leichtigkeit und damit nach Möglichkeiten, in der eigenen Persönlichkeit mehr respektiert zu werden, gesucht.
K 01.07.24
Dr. phil. Reinhard Müller
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.109
Mi, 23.03.2011, 17.30-20.30 Uhr
€ 9,–

Psycho-Kinesiologie:
Dialog mit dem Unbewussten

Die Psycho-Kinesiologie ist eine Heilmethode, die unmittelbaren Kontakt mit dem Unbewussten über den „Muskeltest“ aufnimmt. Auf diese Weise können die Ursachen (meistens verdrängte Ereignisse) von psychischen Blockaden, seelischen Problemen und körperlichen Symptomen aufgedeckt werden. An diesem Erlebnisabend werden die Grundlagen der Psycho-Kinesiologie vermittelt und Sie erleben, wie Sie durch den „Muskeltest“ mit Ihrem Unbewussten kommunizieren können.
K 01.07.26
Prisca Engeler, zertifizierte Trainerin und Coach für persönliche Entwicklung
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.109
Do, 07.04.2011, 19.00-21.15 Uhr
€ 7,–

Prisca Engeler, Trainerin und Coach

Unser Atem trägt uns durchs Leben

Sind wir außer uns, wütend, gestresst oder angespannt, so spiegelt sich das in stockender, flacher und eingeengter Atmung wieder. Über die Vertiefung und Rhythmisierung der Atmung finden wir wieder in unsere Mitte, zur Ruhe und zur Kraft. Der Mensch kann aufatmen und jede Zelle wird gut durchlüftet und entgiftet. Dazu werden wir mit Bewegung, Atem, Fantasiereisen, ruhigen und belebten Elementen arbeiten.
Ein Wochenende zum Wohlfühlen, Sich Selbst Spüren, Ausdehnen und (Wieder) Lebendig werden.
Bitte bequeme Kleidung, rutschfeste Socken und eine Decke mitbringen.
K 01.07.27 WE
Birgit Kramer, staatl. anerkannte Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1
Sa/So, 26./27.02.2011, 10.00-15.15 Uhr
€ 31,–

Stille und Dialog

In unserer Gesellschaft wird der Stille wenig Bedeutung eingeräumt. Dabei ist sie es, die uns näher zu uns selbst bringt. Sie unterbricht den ständigen Gedankenstrom und lässt uns wahrnehmen, was bewusst oder unbewusst in uns wirkt. Die Stille ist ein Kanal für Einsichten und frische Energien. Der Dialog hilft uns, unsere Anschauungen und die der anderen wertfrei zu beobachten und zu hinterfragen. Persönliche und fundamentale Fragen steigen auf, werden untersucht und erforscht. Die Folge ist ein tieferes Verständnis von uns selbst, eine Erweiterung des inneren und äußeren Freiraums und mehr Leichtigkeit im Umgang mit dem oft so stressigen Alltag.
Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, Iso-Matte, eine Decke u. Schreibzeug mitbringen.
K 01.07.28
Patricia Eilert
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.106
So, 20.03.2011, 10.00-17.00 Uhr
€ 20,–

Stille und Dialog
fortlaufende Gruppe

Diese fortlaufende Gruppe ist als Fortsetzung des Tagesworkshops gedacht, kann bei etwas Vorerfahrung in Meditation auch unabhängig davon gebucht werden.
Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, Iso-Matte, eine Decke u. Schreibzeug mitbringen.
K 01.07.29
Patricia Eilert
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.106
Do, 19.00-21.00 Uhr, ***ab 31.03.2011***
€ 35,–, 6 Termine

Entspannung leicht und nachhaltig auslösen - DAS FORMEL-7-TRAINING

Über 7 Suggestivformeln leiten wir den Entspannungszustand ein. Die ganze Übung - medizinisch wie psychologisch fundiert - dauert nur 60 Sekunden. Bei regelmäßigem Training reduzieren wir auf diese Weise krankmachenden Stress, lassen in uns Ausgeglichenheit und Ruhe aufkommen und steigern Aufmerksamkeit und Ausdauer. Weitere heilsame Effekte können sich einstellen, wie Abbau von Ängsten oder Senkung von hohem Blutdruck. Die Übung ist leicht zu erlernen und lässt sich flexibel in Alltag und Beruf integrieren.
Bitte bringen Sie Schreibzeug mit. Decke oder Isomatte werden **nicht** benötigt.
K 01.07.30
Manfred Karl Böhm, Dipl.-Theologe, Entspannungstrainer
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3
Sa, 12.03.2011, 10.00-13.00 Uhr
€ 9,–

Meister des eigenen Lebens - *integral leben*

Das ist der Weg vom Ich zum Selbst, zu sich Selbst. Und dann vom Selbst wieder in die Welt. Der ganzheitliche Meisterkurs bietet Ihnen eine gelungene Verbindung neuester neurowissenschaftlicher Erkenntnisse mit traditionellen Weisheiten. Lassen Sie uns nun gemeinsam dieses Wissen geschickt anwenden: im Jetzt TUN! Und Sie werden feststellen: Es

geschieht, was Sie wollen. Sie werden an jedem Abend innerlich tief berührt sein und sich gestärkt fühlen und gleichzeitig immer weltoffener und aktiver sein.
Über 25 Jahre meiner Reiki-Kompetenz und 40 Jahre Meditationserfahrungen geben den Hintergrund, der Sie sicher und kompetent begleitet und unterstützt.
Bitte bequeme Kleidung tragen; wer im Liegen üben möchte, Decke, Kopfkissen usw. mitbringen. Ein ausführliches Skript ist kostenlos.
K 01.07.31
Peter Urbassek
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.107
Di, 19.30-21.30 Uhr, ***ab 08.02.2011***
€ 42,–, 7 Termine

Selbsthypnose lernen Teil 1
Entspannung, Ruhe und Gelassenheit
Lernen Sie an einem Tag tiefe Selbsthypnose und ihre Möglichkeiten kennen. Lassen Sie sich mit der besten Methode in eine tiefe Entspannung führen und dann individuell weiter vertiefen.
Wir üben Ruhe, Entspannung und Gelassenheit im Sitzen, Liegen, Stehen, Gehen und überhaupt während des ganzen Kurses. Nach drei Wochen weiteren Übens ist es Ihnen zur inneren Haltung geworden und Sie sind es immer. Damit verschwinden Schlafstörungen, Ängste. Sie können sich auf wichtige Ereignisse mental vorbereiten und sich optimal motivieren.
Sie erhalten ein Skript und eine Übungs-CD.
Bitte bequeme Kleidung tragen. Wir üben im Sitzen. Wenn Sie auch liegen wollen, bitte Decke, Kopfkissen usw. mitbringen.
K 01.07.32
Peter Urbassek
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 4
Sa, 09.04.2011, 10.00-18.00 Uhr
€ 24,–

Peter Urbassek, Kursleiter Reiki, Entspannung und Glückstraining

Selbsthypnose lernen Teil II,
noch tiefer und viele Anwendungen
Sie haben Teil 1 besucht oder eine vergleichbare Anwendung und wollen im Kontakt mit Ihrem Unterbewusstsein:
- Das Lernen und Behalten verbessern = Superlearning
- Blockaden lösen
- Schmerz vermindern oder ausschalten
- Spitzenleistung - Peak Performance-Training
- Körperliche Leistungssteigerung

Sie erhalten wieder ein kostenloses Skript.
Bitte bequeme Kleidung tragen. Wir üben im Sitzen. Wenn Sie auch liegen wollen, bitte Decke, Kopfkissen usw. mitbringen.
K 01.07.33
Peter Urbassek
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 4
So, 10.04.2011, 10.00-18.00 Uhr
€ 24,–

Quanten Heilung
Dieser Kurs informiert Sie über diese wunderbare Methode (nach Dr. Frank Kinslow). Und ich zeige Ihnen und wir üben, wie Sie diese Selbsthilfetechnik optimal in den Alltag integrieren und für sich nutzen können.
Tauchen Sie ein in den Zustand des reinen Beobachtens und lassen Sie das Gewünschte geschehen.
Ein ausführliches Skript ist kostenlos.
Bitte bequeme Kleidung tragen. Wir üben im Sitzen und Liegen. Dazu bitte Decke, Kopfkissen usw. mitbringen.
K 01.07.35
Peter Urbassek
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.107
Sa, 05.03.2011, 10.00-18.00 Uhr
€ 24,–

Hände auflegen
Lernen Sie das Geheimnis uralter Techniken kennen. Erlauben Sie Ihren Händen wieder den vollen Strom der Lebenskräfte frei fließen zu lassen. Entdecken Sie die Geheimnisse Ihrer Energiezentren, ihrer Zusammenarbeit in der Spiraldynamik (nach Don Beck und Ken Wilber). Erleben Sie, wie Ihr Oberbewusstsein mit Ihrem Unterbewusstsein und Ihrem Höheren Selbst ideal zusammenarbeitet. Stärken Sie Ihren persönlichen Magnetismus (nach Mesmer) und lassen Sie Ihre Aura, Ihr Charisma leuchten. Sie werden Reiki, Jorei, das Latihan u.a. verstehen und in Ihr eigenes Heilkraftzentrum eintreten und für immer bleiben. Sie sind Ihr eigener Heiler!
Mit über 25 Jahren meiner Reiki-Kompetenz kann ich Sie souverän begleiten und unterstützen. Dazu erhalten Sie ein Skript und eine Übungs-CD.
Bitte bequeme Kleidung tragen. Wir üben im Sitzen und Liegen. Dazu bitte eine Decke, Kopfkissen usw. mitbringen.
K 01.07.36 WE
Peter Urbassek
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.107
Sa/So, 05./06.02.2011,
Sa 10.00-18.00 Uhr, So 10.00-16.00 Uhr
€ 42,–

ZURÜCK IN DIE ZUKUNFT 1
Die Reinkarnation gilt seit 1995 durch die empirischen Untersuchungen von Prof. Ian Stevenson als wissenschaftlich bewiesen. Schon die Kelten, Ägypter und Griechen wussten dies für ihre Zukunft zu nutzen und Probleme aus früheren Leben, die noch für Blockaden und Hindernisse sorgten aufzulösen. Bei vielen Leiden, Erkrankungen, seelischen Problemen und persönlichen Lebensfragen hat sich die Regressionstherapie als der Königsweg der therapeutischen Vorgehensweisen zur Lösung bewährt.
In diesem Seminar werden wir:
- vorher erlebte Situationen aufrufen, „Hangovers“ finden, die heute noch für ein vages Gefühl von Unzufriedenheit oder Inaktivität sorgen,
- Pseudo-Obsessionen, die nicht locker lassen wollen,
- die starke und die schwächere Seite ausfindig machen und
- die inneren Heilungskräfte aktivieren.

Bitte in bequemer Kleidung kommen, eine warme Decke und etwas, worauf Sie entspannt auf dem Boden liegen können mitbringen, außerdem etwas, um die Augen abzuschirmen.
K 01.07.37 WE
Edvin van der Meer, Hypnose- und Regressionstherapeut
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.107
Sa/So, 26./27.02.2011, 10.00-18.00 Uhr
€ 46,–

ZURÜCK IN DIE ZUKUNFT 2
In diesem Aufbauseminar werden folgende Themen behandelt:
- das schönste vorherige Leben wird aufgespürt
- ein oder mehrere Leben in einem anderen Geschlecht werden entdeckt
- ein spirituelles Leben wird gefunden
- eine Rückführung in ein früheres Leben mit einem Partner oder einer anderen heute nahestehenden Person wird aufgespürt

Bitte auch hier in bequemer Kleidung kommen, eine warme Decke und etwas, worauf Sie entspannt auf dem Boden liegen können und etwas zum Abschirmen der Augen mitbringen.
K 01.07.38 WE
Edvin van der Meer, Hypnose- und Regressionstherapeut
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.107
Sa/So, 26./27.03.2011, 10.00-18.00 Uhr
€ 46,–

Reise zum Krafttier
Finden Sie in einer schamanischen Trommelreise Ihr Krafttier.
Ein Krafttier ist ein spiritueller Begleiter, den jeder Mensch hat. Ihr Krafttier begleitet Sie schon Ihr Leben lang, auch wenn Sie es vielleicht noch nicht kennen. Eine Trommelreise führt Sie zu Ihrem Herzen und Ihrer Seele. Sie treten bewusst mit Ihrem Krafttier in Kontakt: So bietet es Ihnen auf einfache Weise die wunderbare Möglichkeit, Informationen und Antworten zu erhalten, die im normalen Alltagsbewusstsein nicht sichtbar sind. Ihr Krafttier unterstützt Sie und schenkt Ihnen Kraft. Die Reise ist auch für Menschen, die ihr Krafttier bereits gefunden haben und „nur“ schamanisch reisen möchten.
Bitte nehmen Sie vor dem Workshop keine schweren Speisen und keine anregenden Getränke zu sich. Bitte bringen Sie eine Isomatte, eine Decke, ein Sitzkissen, bequeme Kleidung, warme Socken und (soweit vorhanden) Kraftgegenstände mit.
K 01.07.39
Myriam Götze, Trainerin & systemischer Coach
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.106
Mi, 23.02.2011, 18.00-21.45 Uhr
€ 11,–

Medizinradzeremonie
Das Medizinrad ist eine schamanische Zeremonie, in der wir erleben, dass wir Teil des Großen Ganzen sind. Gemeinsam kommen wir im Kreis zusammen und verbinden uns mit den Kräften. Wir danken und bitten, lassen Altes, Einschränkendes los um Platz zu schaffen für das, was werden will und empfangen Neues und Bereicherndes. Sie brauchen dazu nur den Wunsch, mit Ihrem Herzen dabei zu sein und sich vom Leben berühren zu lassen.
Bitte bringen Sie eine Decke, ein Sitzkissen, bequeme Kleidung, ggf. warme Socken, 1-2 Schnittblumen und (soweit vorhanden) Kraftgegenstände mit.
K 01.07.40
Myriam Götze, Trainerin & systemischer Coach
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.106
Mi, 30.03.2011, 18.00-21.45 Uhr
€ 11,–

Tarot als Lebenshilfe
Das Legen von Tarot-Karten ist keine Zauberei. In diesem Kurs lernen Sie den Einstieg in die Kunst des Kartenlegens und wie Sie das Tarot eigenständig für sich nutzen können. Sie befassen sich mit den einzelnen Bildern, Symbolen und deren Bedeutung. Sie erfahren, wie sich Ihr Unterbewusstsein in der Interpretation der Karten widerspiegelt.
Bitte Rider-Tarot-Karten und das Buch dazu mitbringen.

K 01.07.41
Anna Toskar
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4
So, 20.02.2011, 12.00-17.45 Uhr
€ 18,–

K 01.07.42
Anna Toskar
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4
So, 20.03.2011, 12.00-17.45 Uhr
€ 18,–

Bürgerreise nach Italien/Provinz Parma – Herbst 2011
Kooperation zwischen dem Kreis Offenbach und dem Volksbildungswerk Obertshausen

Zwischen dem Kreis Offenbach und der norditalienischen Provinz Parma besteht seit Dezember 2008 eine Partnerschaft. Im Herbst 2011 wird erstmals eine Bürgerreise angeboten. Im Vordergrund der Reise steht das Kennenlernen der Partnerprovinz, die vor allem für ihre kulinarischen Spezialitäten wie Parmaschinken berühmt ist. Die Europäische Lebensmittelsicherheitsbehörde hat hier ihren Sitz sowie namhafte Unternehmen, die während des mehrtätigen Aufenthalts in der Stadt Parma besucht werden. In diesen Tagen wird ein Kochkurs angeboten und die Reiseteilnehmer mit der italienischen Küche vertraut gemacht.
Auch die touristischen Highlights Norditaliens sollen in der Reise nicht zu kurz kommen, so steht z. B. die Besichtigung der Städte Bologna und der Geburtsstadt Verdis sowie ein zweitägiger Aufenthalt in Mailand auf dem Programm.

Bei Interesse an der Bürgerreise wenden Sie sich an den Kreis Offenbach, Regional-, Europabüro und Wirtschaftsförderung, 0 60 74 / 81 80 - 3413 und international@kreis-offenbach.de.
Weitere Informationen zu den Partnerschaften des Kreises finden Sie auf www.kreis-offenbach.de/partnerregionen

Philosophie

Philosophie: Platons Symposion
Agathon, ein junger Tragödiendichter, feiert mit Freunden seinen Sieg beim Festival der Tragödien-Dichter zu Ehren des Dionysos, den athenischen „Lenäen“ des Jahres 416 v. Chr. Zum Thema dieser Siegesfeier wird das Thema „Eros“ gesetzt. Jeder Teilnehmer trägt sein Verständnis von „Eros“ in einem entsprechenden Hymnus vor - bis Sokrates in seiner „Diotima“-Rede das Thema auf den Begriff bringt: Sokrates expliziert diesen so eigenwillig wie süffisant agierenden Gott des antiken Griechenland als die mythische Gestalt der Logik von Liebe und Erkenntnis. In Alkibiades, der nicht eingeladen war und wie Dionysos mit seinem mänadischen Gefolge in diese feiernde Freundesrunde einbricht, bestätigt so ironisch wie anschaulich die subtile Rede des Sokrates.
Von so etwas wie einer „platonischen Liebe“ - keine Spur.
K 01.08.01
Dr. Rüdiger E. Böhle
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33
Di, 20.00-21.30 Uhr, ***ab 15.02.2011***
€ 53,–, 12 Termine, 24 UE

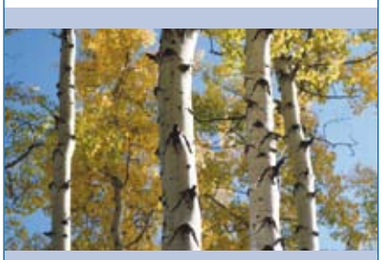
Theologie

Das Alte Testament: Das Buch Hiob
Das Buch Hiob beschäftigt die christliche Theologie seit jeher - und bis heute auch ziemlich kontrovers. Gemeinhin kennen wir die „Hiobsbotschaften“; vielleicht wissen wir auch noch, dass sich Hiob gegen seinen Gott auflehnt - weil ihm ein Leid wiederfährt, für das er keinen Grund erkennen kann; dass sich Hiob zugleich auf seinen Gott beruft und sich schließlich demütig dem Willen seines Gottes beugt- bei entsprechend reicher Belohnung.
Das Buch Hiob spricht die Urerfahrung menschlichen Lebens an, sich sittlich ohne Tadel in seinem Leben verhalten zu haben und dennoch vom Schicksal mit großem Leid geschlagen zu werden. So entsteht der Eindruck, es gäbe so etwas wie ein unverschuldetes Leiden in der Welt. Die Religionen versuchen, die leidvollen Schicksalsschlägen auf einen transzendenten Ursprung zurückzuführen, um dem Menschen einen Weg zu eröffnen, aus der Erfahrung derartiger Ereignisse einen Sinn entnehmen zu können und nicht auf eine prinzipielle Sinnlosigkeit des menschlichen Daseins und der Welt schließen zu müssen.
Das Buch Hiob stellt wie kein anderer Text der Bibel die Frage nach der Willkür Gottes und dem unverschuldeten Leid.
K 01.09.01
Dr. Rüdiger E. Böhle
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum O 6
Do, 18.15-19.45 Uhr, ***ab 17.02.2011***
€ 53,–, 12 Termine, 24 UE

Hirnforschung

Das gläserne Gehirn
Unser Gehirn ist kein bloßer Rezeptor der durch die Sinnesorgane aufgenommenen Informationen. Vielmehr hat es sehr komplizierte neuronale Strukturen entwickelt, mit denen es die eingehenden Sinnesdaten nach bestimmten vorgegebenen Mustern bearbeitet. Erst durch diesen Wahrnehmungsprozess entsteht in unserem Kopf ein Bild von der Welt. Die meisten der damit verbundenen Prozesse spielen sich aber völlig unbewusst ab; selbst im Schlaf ist das Gehirn aktiv. Bildgebende Verfahren zeigen aktive Hirnareale; Gehirnströme lassen sich messen. Wird in Zukunft eine maschinelle Gedankenkontrolle möglich sein? Entstehen Gedanken überhaupt frei oder folgen sie neuronal vorgegebenen Strukturen? Haben wir überhaupt einen freien Willen?
K 01.14.01
Peter Blänkle, Anthropologe
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3
Mo, 09.05.2011, 19.00-22.00 Uhr
- Eintritt frei -
Bitte schriftlich oder telefonisch unter 0 61 03 / 31 31 - 13 13 anmelden!

Lebensraum Wald



Wir Menschen brauchen Erlebnis-Möglichkeiten, um an ihnen und mit ihnen zu wachsen. Unser Alltag bietet uns dazu nur selten Gelegenheit. Um so wichtiger ist es geworden, Zeiten und Räume zu schaffen, wo ein natürliches, intensives, aber vor allem ein individuelles und selbstbestimmtes Erleben möglich wird.
Je nach Jahreszeit gibt eine Exkursion in den „Lebensraum Wald“ Gelegenheit, Natur mit allen Sinnen zu genießen und uns so als Teil der Natur zu erfahren. Alles Wissenswerte zu Wald, Natur und den ökologischen Zusammenhängen erfahren die Teilnehmer/innen an diesem Nachmittag. Lehrer/innen erhalten praktische Ergänzungen zu ihren Unterrichts-Themen sowie fachliche Anregungen für eigene Naturprojekte und die Umsetzung im Unterricht.

Natur entdecken, erfahren, erleben - Lernort Frühlingswald
Unser heimischer Wald als ganzheitlicher Lernort. Hier ist ein natürliches, intensives, aber vor allem ein individuelles und selbstbestimmtes Erleben und Lernen möglich. Jedoch: Viele Bäume ergeben noch keinen Wald. Welche Pflanzen und Tiere leben in unseren heimischen Wäldern? Warum wachsen Veilchen oft in der Nähe von Ameisenstaaten und warum mag der Wald nur „unordentliche“ Förster? Unsere Exkursion in den „Lebensraum Wald“ bietet Gelegenheit, Natur mit allen Sinnen zu genießen und uns so als Teil der Natur zu erfahren. Alles Wissenswerte zu Wald, Natur und den ökologischen Zusammenhängen erleben und erfahren die Teilnehmer/innen forschend und entdeckend an diesem Nachmittag. Lehrer/innen erhalten praktische Ergänzungen zu ihren Unterrichtsthemen sowie fachliche Anregungen für eigene Naturprojekte und die Umsetzung im Unterricht.
K 01.14.02
Astrid Jaworski, Natur- und Umweltpädagogin
Treffpunkt: Dietzenbach, Ende Kirchbornstraße (Wendehammer)
Sa, 02.04.2011, 14.30-17.00 Uhr
€ 16,–
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
Vorherige schriftliche Anmeldung ist unbedingt erforderlich.
Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung liegt vor.

Natur entdecken, erfahren, erleben: Projekt „Wald und Kunst“
Mit jungem Laub, der Farben- und Formenvielfalt der bunten Frühblüher und dem sanften Licht der Frühlingssonne präsentiert sich der heimische Wald zu dieser Jahreszeit. An diesem Tag nutzen wir den Lebensraum Wald als außerschulischen Lernort: das Entdecken und Begreifen von Naturzusammenhängen steht im Mittelpunkt. Wir wollen experimentieren und ausprobieren, gestalten und erleben und schulen gleichzeitig die elementare Wahrnehmung. Die Farbenlehre oder die Gesetze der Spiegelungen können wir hier auf besonders intensive Art und Weise neu erfahren.
Bitte an wald- und wettergeeignete Kleidung denken. Eine Digitalkamera kann gerne mitgebracht werden.
K 01.14.03
Astrid Jaworski, Natur- und Umweltpädagogin
Treffpunkt: Dietzenbach, Ende Kirchbornstraße (Wendehammer)
Sa, 14.05.2011, 14.30-17.00 Uhr
€ 16,–
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
Vorherige schriftliche Anmeldung ist unbedingt erforderlich.
Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung liegt vor.

Natur entdecken, erfahren, erleben: Mathematik im Wald
Rechnen im Wald? Anlässe mit Längen, Maßen, Ideen und unserer Vorstellungskraft zu jonglieren, bietet uns dieser Lebensraum als außerschulischer Lernort reichlich. Entdeckend und erforschend begeben wir uns auf die Suche nach Zahlen und mathematischen Zusammenhängen in der Natur. Nebenbei erleben wir uns und unsere Umwelt hautnah, mit allen Sinnen - ganzheitliches Lernen als ein Prinzip in der Bildung für nachhaltige Entwicklung. Grundschullehrer/innen und Erzieher/innen erhalten vielfältige Ideen und Anregungen für die Umsetzung im Umgang mit Kindern.
Experimentierfreude und waldgeeignete Kleidung sind für diesen Tag hilfreich.
K 01.14.04
Astrid Jaworski, Natur- und Umweltpädagogin
Treffpunkt: Dietzenbach, Ende Kirchbornstraße (Wendehammer)
Sa, 27.08.2011, 14.30-17.00 Uhr
€ 16,–
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
Vorherige schriftliche Anmeldung ist unbedingt erforderlich.
Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung liegt vor.

Heilpflanzen

Heilpflanzen-Einmaleins
Ob zur Blutreinigung, Stärkung des Darms oder zur Förderung allgemeinen Wohlbefindens: aus vielen heimischen Wildkräutern lassen sich Heilmittel herstellen. Auf einem Spaziergang lernen Sie Heilkräuter mit Hilfe eines Arbeitsblattes anhand eindeutiger Merkmale kennen und für welche Zwecke sie verwendet werden können. Über deren Verarbeitung zu Tees, Tinkturen und Honig werden praktische Erfahrungen vermittelt.
Bitte Lupe und Schreibzeug mitbringen.
K 01.14.20
Marion Bredemeier
Treffpunkt: Rodgau (Nieder-Roden), Parkplatz an der verl. Römerstr./Babenhäuser Weg, rechts direkt hinter der Brücke über B45 neu.
So, 22.05.2011,10.00-13.00 Uhr
€ 15,–
- keine Gebührenermäßigung/-befreiung -
Vorherige schriftliche Anmeldung ist unbedingt erforderlich.

Gartengestaltung

Vortrag: Edible Landscaping - Gartengestaltung mit essbaren Pflanzen
In den Zeiten der immer kleiner werdenden Gärten steigt die Nachfrage nach Pflanzen, die „nicht nur schön“ sind. Tatsächlich gibt es eine ganze Reihe zierender Gewächse, die auch noch auf dem Teller landen können. Essbare Blüten geben Salaten den besonderen Pfiff, aus bunten Beeren entstehen köstliche selbstgemachte Marmeladen und Wurzeln und Blätter bescheren ungeahnte Geschmackserlebnisse.
Dass sogar Problemstandorte Erträge bringen können, ja dass man sogar einen essbaren „Rasen“ anlegen kann, erfahren Sie in diesem Vortrag.
K 01.14.21
Anke Holzmann-Wirth, Dipl.-Biologin
Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum 01-EG-52
Do, 10.02.2011, 19.30-21.00 Uhr
- Eintritt frei -
Bitte schriftlich oder telefonisch unter 0 61 03 / 31 31 - 13 13 anmelden!

Vortrag: Der pflegeleichte Garten

Genießen statt Ackern: Gärten sollen Entspannung schenken, nicht mühevolle Arbeit bedeuten. Sei es, dass der Garten nicht das einzige Hobby sein soll oder kann, sei es, dass der Beruf viel Zeit kostet oder dass eine Behinderung oder zunehmendes Alter ihren Tribut fordern: Werfen Sie nicht die Flinte ins Korn. Geschickte Planung und die richtige Auswahl der Pflanzen ermöglichen auch dann noch einen gepflegten und produktiven Garten.

K 01.14.22
Anke Holzmann-Wirth, Dipl.-Biologin
Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum 01-EG-52
Do, 24.02.2011, 19.30-21.00 Uhr
- Eintritt frei -
Bitte schriftlich oder telefonisch unter 0 61 03 / 31 31 - 13 13 anmelden!

Vortrag: Preisgünstig gärtnern

Nach einem Neubau ist erst einmal das Geld aufgebraucht, der Garten noch eine öde Wüste. Aber auch die Umgestaltung eines eingewachsenen Gartens oder der Erwerb einer Lieblingspflanze können das Budget stark belasten. Tipps und Tricks, wie man das Geld bis zum Ende des Gartens strecken kann.

K 01.14.23
Anke Holzmann-Wirth, Dipl.-Biologin
Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum 01-EG-52
Do, 10.03.2011, 19.30-21.00 Uhr
- Eintritt frei -
Bitte schriftlich oder telefonisch unter 0 61 03 / 31 31 - 13 13 anmelden!

Vortrag: Sommerliche Blütenpracht aus Knollen und Zwiebeln

Oft von tropischer Herkunft verschönern uns die Sommerblüher unter den Zwiebelpflanzen Garten und Balkon. Neben Lilien und Dahlien gibt es noch so manche weniger bekannte Art zu entdecken sowie Tipps und Tricks bei der Pflege zu beachten.

K 01.14.24
Anke Holzmann-Wirth, Dipl.-Biologin
Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum 01-EG-52
Do, 24.03.2011, 19.30-21.00 Uhr
- Eintritt frei -
Bitte schriftlich oder telefonisch unter 0 61 03 / 31 31 - 13 13 anmelden!

Akkreditiert als Lehrerfortbildung

Vortrag: Mischkultur und Fruchtwechsel im Gemüsegarten

Gemüse aus dem eigenen Garten - Frische und Genuss pur. Ob weitgehende Selbstversorgung oder nur ein paar Salatblätter und Erdbeeren zum Naschen, die Beschäftigung mit der eigenen Nahrung lohnt sich. Dass dabei keine Gifte zum Einsatz kommen sollen, versteht sich von selbst. Wie man aber trotzdem kräftige und gesunde Pflanzen zieht und dabei die Natur für sich arbeiten lässt, ist das Geheimnis des Erfolgs der Mischkultur.

K 01.14.25
Anke Holzmann-Wirth, Dipl.-Biologin
Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum 01-EG-52
Do, 07.04.2011, 19.30-21.00 Uhr
- Eintritt frei -
Bitte schriftlich oder telefonisch unter 0 61 03 / 31 31 - 13 13 anmelden!

Vortrag: Gärten für Kinder - Gärtnern mit Kindern

Mit zunehmendem Verkehr auf den Straßen und dichter werdender Besiedelung wird der Erlebnisraum für Kinder immer mehr eingeschränkt. Umso wichtiger ist es, im eigenen Garten Möglichkeiten für Kinder zu schaffen sich auszutoben, Natur zu beobachten und erste eigene gärtnerische Erfahrungen zu machen. Bewährte Tipps und Anregungen helfen, hier einen kindgerechten Garten entstehen zu lassen.

K 01.14.26
Anke Holzmann-Wirth, Dipl.-Biologin
Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum 01-EG-52
Do, 05.05.2011, 19.30-21.00 Uhr
- Eintritt frei -
Bitte schriftlich oder telefonisch unter 0 61 03 / 31 31 - 13 13 anmelden!

Funkkolleg Mensch und Klima

Aktuelle Informationen über:
www.funkkolleg.de oder www.hr2-kultur.de
Anfragen per E-Mail: funkkolleg@hr-online.de

Führung im Wetterpark - Einfluss von Wetter und Klima auf die Gesundheit

„Es gibt kein schlechtes Wetter - nur unpassende Kleidung“ Diese Worte machen deutlich, wie groß der Einfluss des Wetters auf unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit ist. Wetter an sich macht nicht krank, dennoch reagieren viele Menschen empfindlich auf Einflüsse aus der Umwelt. Föhn an den Alpen kann Kopfschmerzen verursachen, große Hitze den Kreislauf auf eine harte Belastungsprobe stellen und Pollenflug Allergiker belasten.
Mehr über die Zusammenhänge zwischen Wetter und Wohlbefinden erfahren Sie auf der Führung durch den Wetterpark Offenbach.

K 01.14.30
Bernd Zeuschner
Treffpunkt: Offenbach, Wetterpark, Buchhügelallee, am blauen Container
Sa, 26.02.2011, 14.00-16.00 Uhr
€ 5,–
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Führung im Wetterpark für Familien

Warum regnet und stürmt es bei bestimmten Wetterlagen und wieso hüllt sich Wald und Flur im Winter oft in Nebel? Warum endet der Sommertag einmal mit einem heftigen Gewitter, ein anderes Mal mit eitel Sonnenschein? Antworten auf diese und weitere Fragen gibt es bei der Führung durch den Wetterpark Offenbach.

K 01.14.31
Bernd Zeuschner
Treffpunkt: Offenbach, Wetterpark, Buchhügelallee, am blauen Container
Sa, 21.05.2011, 16.00-ca. 17.30 Uhr
€ 5,–
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Kurse für Frauen

24. Frauenfrühstück Lesung mit Alida Gundlach Miteinander oder gar nicht

Liebevoll, turbulent, chaotisch

Ein enger Austausch zwischen den Generationen ist lebenswichtig. Wir können es uns nicht leisten, auf familiären Zusammenhalt, jahrzehntelange Erfahrungen, reiches Wissen und erworbene Kompetenz zu verzichten. Alida Gundlach berichtet von ihrem Leben mit den Generationen; von ihren Erfahrungen, Ansichten, Prägungen. Sie gibt Anregungen, nennt Lösungsvorschläge und zieht persönliche Resümees.
Alida Gundlach hat sich als 4-sprachige Talkmasterin, vielseitige Moderatorin, Journalistin und Autorin einen Namen gemacht. Ihr warmherziger Stil ist heiter, dennoch sachlich, nicht frei von Selbstironie und zuweilen provokant.

Alida Gundlach
Dietzenbach, Bürgerhaus, Offenbacher Str. 11, Großer Saal
So, 13.03.2011, Beginn 10.00 Uhr, Einlass ab 09.30 Uhr
€ 18,– inkl. Frühstückbuffet
Eintrittskarten sind in der Geschäftsstelle der vhs Dietzenbach, in der Stadtbücherei, im Bürgerbüro und an der Bürgerhauskasse in Dietzenbach erhältlich.
In Zusammenarbeit mit der Frauenbeauftragten, der Stadtbücherei und der Stadtmarketing-Agentur der Kreisstadt Dietzenbach, der vhs Dietzenbach e.V. und der Buchhandlung Bernshausen

Raus aus dem Hamsterrad - Frauen informieren Frauen

Welche Möglichkeiten bieten sich für Frauen an, die nach ihrer Baby-Pause den Wiedereinstieg ins Berufsleben suchen? Auch Frauen, die schon viele Jahre nicht mehr berufstätig sind und Berufstätige, die eine neue Herausforderung suchen, dürfen sich angesprochen fühlen.
Selbstmanagement im Alltag zwischen Familie und den eigenen Bedürfnissen nach beruflichem Erfolg ist gefragt.

K 08.17.02
Birgit Reipert, Meike Kißner
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3
Mo, 04. und 11.04.2011, 19.00-21.15 Uhr
€ 13,–
In Zusammenarbeit mit der Frauenbeauftragten der Stadt Rödermark

Souverän auftreten - Stärken Sie Ihre Wirkung in Beruf und Alltag

Eine entscheidende Präsentation im Job, ein wichtiges Gespräch mit Behörden - kennen Sie das ungute Gefühl im Nachhinein, dass es hätte besser laufen können, dass Sie Ihr Potential nicht vollständig nutzen konnten? Gründe sind häufig innere Blockaden und unbewusste Leitsätze. Sie erschweren Frauen den souveränen Auftritt und sind dafür verantwortlich, dass ihnen anspruchsvolle Aufgaben nicht zugetraut und sie geringer bezahlt werden und die attraktiven Jobs an männliche Konkurrenten gehen.
An diesem Nachmittag können Sie mit Hilfe spezieller Übungen ein besseres Gefühl für die eigene Wirkung entwickeln. Gleichzeitig

werden grundlegende Kompetenzen auf dem Gebiet der Selbstpräsentation vermittelt. Sie ergründen Ihre individuellen Möglichkeiten und Fähigkeiten und bauen diese aus. Ein besonderer Fokus liegt dabei auf der Reflexion der speziellen Wirkung als Frau mit allen Chancen und Hindernissen.
K 08.59.03
Verena Ende, Diplom-Psychologin, Karriereberaterin
Dietzenbach, Bürgerhaus, Offenbacher Str. 11, Theaterbistro
Sa, 26.03.2011, 14.00-18.00 Uhr
€ 15,–
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
In Zusammenarbeit mit der Frauenbeauftragten der Kreisstadt Dietzenbach und der vhs Dietzenbach e.V.

ICH! Selbstbehauptungstraining für Frauen im Beruf

In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie Ihre Meinung, Bedürfnisse und Interessen deutlich vertreten, sich abgrenzen und „Nein!“ sagen, wenn es nötig ist. Stellen Sie sich den Herausforderungen im Beruf!
Inhalte unter anderem:
- Ich schreie mich frei!
- Ich übe Kritik und bin offen für Kritik!
- Ich sage „Nein“, wenn ich „Nein“ meine!
- Ich bin im Umgang mit Vorgesetzten souverän!
- Ich trete überzeugend auf!

K 08.59.04
Eva Heymann, Marketing- und Kommunikationsberaterin, Frankfurt/Main
Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal
Sa, 02.04.2011, 10.00-16.00 Uhr
€ 35,–
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
In Zusammenarbeit mit der Frauenbeauftragten der Stadt Rödermark und dem Büro für Staatsbürgerliche Frauenarbeit e.V.

Birgit Kramer, Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin

Sich durchsetzen - Frauen erheben ihre Stimme

Es ist nicht immer einfach, für sich einzutreten. Gerade Frauen mit sanften und leisen Stimmen werden gern überhört. Laut werden und sich durchsetzen ist für viele Frauen unangenehm oder angstbesetzt. Wir wollen an diesem Tag lustvoll daran arbeiten, wie wir mit unserer Stimme und Körpersprache Grenzen aufzeigen können. Wie fühlt es sich an, laut zu sein? Wir wollen die Energie der Stimme entdecken, ausbauen und daran wachsen. In Rollenspielen, Körperreisen und Stimm- und Bewegungsübungen werden wir mit Energie und Lachen die Lust an der eigenen Stimm-Kraft erproben.
Bitte bequeme Kleidung, eine Decke, ein kleines Kissen und rutschfeste Socken mitbringen.

K 08.59.06
Birgit Kramer, Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1
Sa, 09.04.2011, 10.00-16.00 Uhr
€ 18,–
In Zusammenarbeit mit der Frauenbeauftragten der Stadt Rödermark

WenDo für Mädchen (8-10 Jahre)

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung
Ob in der Schule, zu Hause, im Verein, im Chat oder unterwegs - du kennst sicher Situationen wie diese:
Du wirst geärgert oder beschimpft.
Dir fehlt die Antwort auf peinliche Fragen.
Jemand fasst dich an, wie du es nicht willst.
Dein Nein wird nicht respektiert. ..
Manchmal bist du empört und wirst wütend, manchmal bekommst du Angst, fühlst dich hilflos oder beschämt. Im WenDo-Kurs kannst du mit anderen Mädchen zusammen ausprobieren:
→ wie stark du bist
→ wie du dich wehren kannst
→ dir Hilfe zu holen
→ mit deiner Angst umzugehen
→ NEIN zu sagen, wann immer dir danach zumute ist.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, rutschfeste Socken oder Gymnastikschuhe, Decke o. ä., evtl. Verpflegung.
K 08.30.07
Brigitte Störmer, Dipl. Sozialpädagogin, WenDo-Trainerin, Integrative Gestalttherapeutin (HPG), Coach
Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal
Sa, 12.03.2011, 14.00-18.00 Uhr
€ 20,– incl. Materialkosten
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
Eine verbindliche schriftliche Anmeldung ist unbedingt erforderlich.
In Zusammenarbeit mit den Frauenbeauftragten der Stadt Rödermark und der Kreisstadt Dietzenbach und der vhs Dietzenbach e.V.

Sprechstimme und Körperenergie -Stimmtraining für Frauen-

„Sprechen wir mit unserer Körperenergie, so überzeugen wir die Menschen, die uns hören.“
Die Körperenergie trägt wesentlich dazu bei, dass die Stimme mühelos und kraftvoll einsetzbar wird. Oft sprechen wir, während unser Körper gerade „in der Hängematte liegt“. Dann kommt die Stimme nur aus einem Teilbereich, z.B. aus dem Hals. Auch die Lautstärke kann einen Einfluss auf die Sprechenergie haben, so wird leises Sprechen oft mit „spannungslosem Sprechen“ verwechselt. Im Kurs widmen wir uns dem Thema, wie der Körper in seiner Gesamtenergie zusammenhängt und durch welche Übungen die Körperenergie in Fluss gebracht werden kann. Sie erleben auch, wie Gefühle Einfluss auf unsere Stimme haben. Der Kurs bietet abwechslungsreiche, auch selbstständig anwendbare Atem-, Energie-, Stimm-, Artikulations- und Körperübungen zur Verbesserung Ihrer ganz individuellen Sprechstimme.
Bitte bequeme Kleidung, dicke Socken und Getränke mitbringen.

K 08.30.09 WE
Barbara Luft, Integrative Stimmtrainerin
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.106
Sa/So, 21./22.05.2011,
Sa 09.30-16.30 Uhr, So 10.00-16.00 Uhr
€ 40,– (zzgl. € 3,– Materialkosten)

Heut' denk ich nur - an Haut und Figur *Vortrag mit „Schönheits-Tee“*

Wir wollen uns wohlfühlen in unserer Haut - das beginnt im Babyalter, gewinnt mit den ersten „dates“ an Wichtigkeit und begleitet uns durchs Leben. Dieser Vortrag gibt Einblicke in die Bedürfnisse der Haut, die nur von innen gestillt werden können. Welche Nährstoffe unterstützen eine gute Hautstruktur, welche machen oder halten sie elastisch? Was fördert eine gute Hautdurchblutung und ist Rauchen wirklich so schädlich? Sie erfahren, wie Sie mit ein paar Kniffen täglich etwas für Ihre Schönheit und Ausstrahlung tun können. Einige können Sie gleich während des Vortrags ausprobieren.
K 08.21.10
Dr. Heidi Braunewell, Akademie Gesundes Leben (Oberursel)
Dietzenbach, Bürgerhaus, Offenbacher Str. 11, Kolleg
Mi, 30.03.2011, 20.00 Uhr
€ 5,–, nur Barzahlung vor Ort
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
In Zusammenarbeit mit der Frauenbeauftragten der Kreisstadt Dietzenbach und der vhs Dietzenbach e.V.

Unbeschreiblich weiblich in den Frühling

Entdecken Sie Ihre schönsten Seiten neu!
Wir bestimmen mit Ihnen gemeinsam, welcher Hauttyp Sie sind und welche Farben Ihren Teint ganz besonders zum Strahlen und Ihre Augen zum Leuchten bringen. Wir analysieren, welcher Stil und welche Schnitte Ihnen persönlich besonders gut stehen. Sie lernen Ihre natürliche Schönheit kennen und die Schätze, die sich in Ihrem Kleiderschrank befinden oder wie Sie sie dazu machen. Und wie Sie in Zukunft nur noch Kleidung kaufen, in der Sie einfach hinreißend aussehen und sich wohl fühlen. Zum Schluss erhalten Sie eine Zeichnung mit dem eigenen Figurtyp und einem individuell zusammengestellten, optimalen Outfit, das in der Farbe koloriert wurde, die Ihnen am besten steht.
Der Frühling kann kommen!
K 08.21.11
Adele Fischer-Frühwald, Dipl. Betriebswirtin und Imageberaterin
Nadine Rinker, Stylistin
Dietzenbach, Bürgerhaus, Offenbacher Str. 11, Theaterbistro
Sa, 02.04.2011, 14.00-18.00 Uhr
€ 15,–
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
In Zusammenarbeit mit der Frauenbeauftragten der Kreisstadt Dietzenbach und der vhs Dietzenbach e.V.

Bildungsurlaub BU

Akkreditiert als Lehrerfortbildung

Schreibreise auf Sylt - Bildungsurlaub für Frauen

BU

- zur Zeit ausgebucht -
Interessentinnen können sich unter 0 61 03 / 31 31 - 13 50 auf einer Warteliste vormerken lassen.
K 08.17.05 BU
Karin Walther-Weckmann,
Diplom-Psychologin
List auf Sylt
So-Sa, 13.-19.03.2011

Wenn ich einst alt bin will ich satt und glücklich sein

Viele Frauen in der Lebensmitte fühlen sich radikal auf sich selbst zurückgeworfen. Die Kinder haben das Haus verlassen; die Partnerschaft ist eingefahren; die berufliche Situation ist unsicher und der Körper verändert sich. Diese Lebensphase beinhaltet eine große Chance. Wenn es Ihnen gelingt, diese Auseinandersetzung konstruktiv zu nutzen, kann Ihr Leben wirklich bunt werden. Durch kleine Übungen lernen Sie in einer herzlichen Atmosphäre, sich in Ihrem Sosein anzunehmen um gestärkt und mit größerem Selbstvertrauen in Ihr Leben zu gehen.
K 08.17.12
Sigrid Barthelmes, Agnes Wiesner,
Heilpraktikerinnen für Psychotherapie
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3
Do, 17.00-21.00 Uhr, ***ab 05.05.2011***
€ 35,–, 3 Termine
In Zusammenarbeit mit der Frauenbeauftragten der Stadt Rödermark

Schwingungswechsel - ein Tag für mich!

Ein Workshop für berufstätige und zu Hause arbeitende Frauen
Der Alltag wird immer schneller und die Anforderungen jeden Tag höher. Egal ob im Privat- oder Berufsleben, wir Frauen sind vielfach gefordert und vergessen dabei zu leicht, unsere Energiereserven wieder aufzuladen. In diesem Workshop wollen wir gemeinsam die Aufmerksamkeit auf unsere Energiereserven richten, indem wir unsere Bedürfnisse entdecken lernen und Möglichkeiten finden, wie wir uns besser für die täglichen Herausforderungen stärken und dauerhaft fit halten können. Wir werden unter anderem erfahren, wie wohltuend und

hilfreich Entspannung mit Klangschalen sein kann um Kraft und Ideen zur Bewältigung unseres Alltags zu sammeln.
Bitte in bequemer Kleidung kommen und Isomatte und Decke mitbringen.
K 08.31.13
Christine Füller, Coach und Klangschalen-Therapeutin
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1
So, 27.03.2011, 10.00-18.00 Uhr
€ 22,–
In Zusammenarbeit mit der Frauenbeauftragten der Stadt Rödermark.

Hormonyoga

Spezielle Yoga- und Atemübungen nach Dinah Rodriguez erleichternden Umgang mit den Begleitsymptomen bei Wechseljahresbeschwerden sowie mit schmerzhafter Menstruation und hormonellem Ungleichgewicht. In diesem Kurs erhalten und vertiefen Sie unter anderem das Wissen um die körperlichen, geistigen und seelischen Veränderungen während der Lebensphase der Wechseljahre. Yoga kann durch Entspannung, Atemübungen, Energielenkung und Ernährung hormonelle Ungleichgewichte ausbalancieren.
Bitte mitbringen: Yoga-/Isomatte, warme Socken, Decke, kleines Kissen, bequeme Kleidung.

K 08.31.15
Ivonne Winter, Yoga-Lehrerin BYV
Dietzenbach, Bürgerhaus, Offenbacher Str. 11, Kolleg
Sa, 19.03.2011, 15.00-18.00 Uhr
€ 9,–
In Zusammenarbeit mit der Frauenbeauftragten der Kreisstadt Dietzenbach

K 08.31.16
Ivonne Winter, Yoga-Lehrerin BYV
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1
Sa, 28.05.2011, 15.00-18.00 Uhr
€ 9,–
In Zusammenarbeit mit der Frauenbeauftragten der Stadt Rödermark.

„Die verborgenen Muskeln" Den Beckenboden spüren und trainieren

Eine Schwäche unserer Beckenbodenmuskulatur führt zu Problemen wie Stressinkontinenz und Einschränkungen des Sexuallebens. Dieser Kurs ist für interessierte und betroffene Frauen gedacht.
Inhalte:
- Bau, Funktion und mögliche Störungen des Beckenbodens
- Den Beckenboden spüren, aktivieren und entspannen lernen
- Übungen aus der Funktionellen Bewegungslehre und der Atem- und Entspannungstherapie
- Erarbeiten eines Trainingsprogramms für zuhause

Bitte bequeme Kleidung, Gymnastikmatte, kleines Handtuch oder Kissen mitbringen.

K 08.34.17 - II/2010
Michaela Sabine Eppinger, Physiotherapeutin
Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal
Sa, 29.01.2011, 11.00-16.30 Uhr
€ 18,–
In Zusammenarbeit mit der Frauenbeauftragten der Stadt Rödermark

K 08.34.18
Michaela Sabine Eppinger,
Physiotherapeutin
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1
Sa, 25.06.2011, 11.00-16.30 Uhr
€ 18,–
In Zusammenarbeit mit der Frauenbeauftragten der Stadt Rödermark

Literatur

Christian Morgenstern – „Es war einmal ein Lattenzaun, mit Zwischenraum, hindurchzuschaun."

Christian Morgenstern (1871 - 1914) ist bekannt für seine lyrischen Grotesken und seine Koboldpoesie. Er pflegte das geistreiche Spiel mit Wörtern. Das Erkunden aller Möglichkeiten der Sprache machen Morgenstern zu einem frühen Vertreter der konkreten Poesie. Seine ernste Gedankenlyrik stand unter dem Einfluss Friedrich Nietzsches, später des Buddhismus und der Anthroposophie Rudolf Steiners. -
Wir werden gemeinsam über sein Leben und Werk, die wenige Prosa und die Kinderbücher reflektieren.
K 02.01.01
Lou Heinrich
Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Lesecafé im Bücherturm
Di, 08.02., 22.02., 15.03., 29.03. und 12.04.2011, jeweils 18.30-19.30 Uhr
- Eintritt frei -
Keine Anmeldung erforderlich!
In Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei Rödermark

„Wer vom Ziel nicht weiß,
kann den Weg nicht haben,
wird im selben Kreis all sein Leben
traben."

Christian Morgenstern

„Das Fest des Ziegenbocks" - Roman von Mario Vargas Llosa

Dieser Roman des spanisch-peruanischen Literatur-Nobelpreisträgers erschien im Jahr 2000. Im Zentrum der Handlung steht die reale Gestalt des Diktators Trujillo. 30 Jahre lang hatte er über die Dominikanische Republik geherrscht. Er ist ein exemplarisches Modell eines Tyrannen. Erzählt wird von ihm, einer Karikatur der absoluten Macht, seiner Schreckensherrschaft, deren Nachwirkungen und Spätfolgen.

K 02.01.02
Dagmar Grau
Rodgau (Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz
Di, 09.30-11.45 Uhr, ***ab 08.02.2011,***
alle 14 Tage!
€ 53,–, 8 Termine, 24 UE

K 02.01.03
Dagmar Grau
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum O 6
Do, 09.30-11.45 Uhr, ***ab 10.02.2011,***
alle 14 Tage!
€ 53,–, 8 Termine, 24 UE

Thomas Mann: Joseph und seine Brüder - Joseph der Ernährer

Die Liaison dangereuse zwischen Joseph und Potiphars Weib endet bekanntlich für Joseph im Gefängnis. Wie schon in der ersten großen Katastrophe, als Joseph von seinen Brüdern in die Grube geworfen und dann nach Ägypten verkauft wurde, so weicht Joseph auch jetzt nicht in eine sonst übliche entschuldigende Rechtfertigung aus, sondern macht sich die eigene und vorsätzliche Verstrickung in das Verhängnis von Grunde auf bewusst. So mutiert das Gefängnis zu einem Ort, an dem Joseph seine Schuld an den katastrophalen Ereignissen reflektiert und konsequent die eigene Verantwortung konstatiert: für die konkrete Zukunft - hier im Gefängnis. Der sich zeigende Erfolg fällt Joseph daher nur in einer so oberflächlichen wie denkbequemen Betrachtungsweise leichthin zu. Gerade nicht, „weil Gott mit Joseph ist", gelingt der soziale Aufstieg zum nährenden Weltenherrscher, sondern weil Joseph vor der Wahrheit der Sache, die immer auch eine Wahrheit der eigenen Verstrickung ist, nicht davonläuft.
K 02.01.04
Dr. Rüdiger E. Böhle
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum O 6
Do, 20.00-21.30 Uhr, ***ab 17.02.2011***
€ 53,–, 12 Termine, 24 UE

Heiteres, Satirisches und Melancholisches - Gedichte von Wilhelm Busch und Erich Kästner

Gedichte und Verse des großen Humoristen Wilhelm Busch (Die fromme Helene, Maler Klecksel, Ein galantes Abenteuer) und des satirischen Schriftstellers Erich Kästner (Sachliche Romanze, Höhere Töchter im Gespräch, Klassenzusammenkunft) werden vorgetragen und gelesen.
Daneben gibt es Informationen zu Leben und Werk der beiden Autoren. Busch und Kästner zeigen menschliche Schwächen und Eitelkeiten ohne erhobenen Zeigefinger, aber mit viel Ironie.
K 02.01.05
Dr. Bernd Spahn
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, EG, Tagungsraum 2.002
Do, 17.03.2011, 19.30 Uhr
- Eintritt frei -
Bitte schriftlich oder telefonisch unter 0 61 03 / 31 31 - 13 13 anmelden!

Johann Peter Hebel

Unterwegs mit Heine und Hebel - Eine Reise in Gedichten und Geschichten

Heinrich Heines Reisebilder-Gedichte und Johann Peter Hebels Kalendergeschichten bilden den literarischen Fundus, aus dem der Abend eine unterhaltsame und erlebnisreiche lyrisch-prosaische Auswahl bietet. Literatur- und kulturgeschichtliche Kommentierungen ergänzen den Vortrag der Texte.
K 02.01.06
Winfried B. Sahm
Heusenstamm, Im Hinteren Schlösschen, Im Herrngarten 3
Do, 31.03.2011, 19.30 Uhr
- Eintritt frei -
Keine Anmeldung erforderlich!
In Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei Heusenstamm sowie dem Verein für Literatur und Kunst am Torbau

„Es war e Paradies von Äbbel un Gemies"- Mit Stoltze durchs ländliche Frankfurt

Nicht wenige von Friedrich Stoltzes Gedichten und Geschichten spielen in den im 19. Jahrhundert noch ganz ländlichen Vororten Frankfurts. Gärtner, Bauern und Handwerker waren ein wichtiger Teil der Lebenswelt der Freien Stadt. Stoltze schildert sie zupackend, lebensvoll, witzig. Gelesen in den Oberräder Feldern mit Blick auf die Skyline, ergibt sich ein ebenso vergnüglicher wie spannender literarischer Sonntagsspaziergang.
K 02.01.07
Winfried B. Sahm
Frankfurt/M., Straßenbahnhaltestelle Mühlberg, Offenbacher Landstraße (Treffpunkt)
So, 17.04.2011, 14.00-17.00 Uhr
€ 9,–, 4 UE

Mit Goethes Faust durch Frankfurt

Wieviel in Goethes Lebenswerk wirklich von seiner Geburtsstadt enthalten ist, sei dahingestellt. Jedenfalls bietet auch das Frankfurt von heute genügend Orte, Faust-Szenen mit stadt-, kultur- und literaturhistorischen Anmerkungen angereichert zu präsentieren. Es ergibt sich ein höchst spannungsreicher Spaziergang durch die samstägliche Innenstadt.

K 02.01.08
Winfried B. Sahm
Frankfurt/M., Eingang Römer (Treffpunkt)
Sa, 14.05.2011, 14.00-17.00 Uhr
€ 9,–, 4 UE

Mit dem Datterich durch Darmstadt - Ein literarischer Stadtspaziergang

Kommentierte Textausschnitte aus Ernst Elias Niebergalls legendärer „Lokalposse“ begleiten die Gruppe auf ihrem Weg vom Herrngarten zum Niebergallgrab auf dem Alten Darmstädter Friedhof, neben dem auch zwei der berühmtesten Datterich-Darsteller - Joseph Offenbach und Robert Stromberger - ihre letzte Ruhestätte gefunden haben.
Stadtszenerie und Theaterszenen ergänzen sich zu einem sehr speziellen Darmstadt-Erlebnis.

K 02.01.10
Winfried B. Sahm
Darmstadt, Eingang Hessisches Landesmuseum (Treffpunkt)
So, 05.06.2011, 14.00-17.00 Uhr
€ 9,–, 4 UE

Von Heusenstamm nach Patershausen – Ein literarisch-historischer Spaziergang

2011 feiert Heusenstamm den 800. Jahrestag seiner Ersterwähnung. Dies nimmt der Gang durch Stadt und Gemarkung zwischen Schloss und Hofgut Patershausen zum Anlass, historische Gebäude und Örtlichkeiten zu zeigen, zu erläutern und mit passenden literarischen Texten zu verknüpfen. Szenerie, Historie und Literatur verbinden sich zu einem facettenreichen Kulturerlebnis. (Gehstrecke inklusive Rückweg ca. 6 km.)

K 02.01.12
Winfried B. Sahm
Heusenstamm, Eingang Schloss (Treffpunkt)
Do, 23.06.2011 (Fronleichnam),
14.00-17.45 Uhr
€ 11,–, 5 UE

Gedichte aus Bashos Blätterhütte - Lyrik nach japanischer Tradition (Workshop)

Dieser Workshop gibt Anregung und Anstoß zum Schreiben von Gedichten nach japanischen Vorbildern. Zunächst versuchen wir uns an dem klassischen Dreizeiler, der Haiku-Dichtung, um dann auch andere Formen zu erproben. Die Kursleiterin arbeitet seit über dreißig Jahren als Schriftstellerin im Bereich Lyrik.

K 02.01.09 WE – II/2010
Gabriele Haas-Rupp, Lyrikerin
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 2. OG, Raum 2.209
Sa/So, 22./23.01.2011, 14.00-18.00 Uhr
€ 24,–, 11 UE

Theater

Theater verstehen - Was wollen uns moderne Inszenierungen sagen?

„....Vorhang zu und alle Fragen offen.“ (B. Brecht) -

Modernes Theater ist nicht immer leicht zu verstehen. Wir fragen uns oft: „Was will uns der Regisseur damit sagen?“ – „Worum geht es dem Autor?“ – „Was hat das mit unserer heutigen Zeit zu tun?“ -
Dieser Kurs gibt Ihnen Gelegenheit, sich mit Theaterstücken und aktuellen Inszenierungen näher auseinanderzusetzen, Fragen zu stellen, zu diskutieren, Antworten zu finden und fundierte Hintergrundinformationen zu bekommen.
Es werden vier gemeinsame Theaterbesuche im Schauspiel Frankfurt oder anderen umliegenden Stadt- oder Staatstheatern organisiert. Dazwischen finden jeweils Vorbereitungs- bzw. Nachbereitungsabende statt. Nach einer allgemeinen Einführung am ersten Abend werden die Theatertermine besprochen und abgestimmt.

K 02.01.11 – II/2010
Veit Kassel, Regisseur
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1.OG, Raum 2.109
Di, 19.30-21.45 Uhr, ***ab 11.01.2011***
wöchentlich sowie 4 Theaterbesuche nach Vereinbarung
€ 53,– (zzgl. Kosten für Theaterkarten),
8 Termine, 24 UE

Veit Kassel, Regisseur

Bühne frei! - Grundlagen des Theaterspiels

Mehr über das „Handwerk“ des Theaterspiels zu erfahren ist Thema dieses Kurses. Es geht dabei um Grundlagen des Spiels auf der Bühne wie Haltung, Mimik, Sprache und Ausdruck. Wie verhält es sich damit, und wie erziele ich eine bestimmte Wirkung? Was für eigene Erfahrungen kann ich nutzen, um Rollen erlebbar und authentisch zu gestalten? Anhand verschiedener Übungen werden schauspielerische Techniken aufgezeigt und erprobt.

K 02.02.02 WE – II/2010
Veit Kassel, Regisseur
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 8, 1. OG, Raum 8.104
Fr-So, 28.-30.01.2011,
Fr 18.00-21.00 Uhr, Sa 09.30-17.45 Uhr,
So 09.30-14.00 Uhr
€ 31,–, 14 UE

„Kultur ist kein Sahnehäubchen, sondern die Hefe im Teig, die gesellschaftlich notwendige Prozesse in Gang setzt und gegen die Verflachung des geistigen Lebens arbeitet.“
Bernd Neumann, Kulturstaatsminister

Kulturgeschichte

Kulturhistorische Radtour rund um Langen

Die Radtour beginnt in Langen, dessen mittelalterlicher Ortskern noch im Stadtgrundriss erhalten ist. Im Osten werden wir die Reste der ehemaligen Stadtbefestigung aufsuchen und dann über die vorgelagerte „Heeg“ zur Merzenmühle weiterfahren. Auf dem Weg zum Schloss Philippseich passieren wir ein Hügelgräberfeld und eine wiederentdeckte Straße. Zuletzt erreichen wir Dreieichenhain, dessen Burg und Befestigung der letzte Besichtigungspunkt sein wird.

K 02.03.01
Gesine Weber und Dagmar Kroemer,
Archäologinnen des Kreises Offenbach
Langen, Parkplatz Stadthalle, An der rechten Wiese (Treffpunkt)
Sa, 14.05.2011, 14.00-17.00 Uhr
€ 5,– / € 2,– für Kinder und Jugendliche bis 16 J. (keine weitere Ermäßigung, nur Barzahlung vor Ort)

„In dieses Friedhofs grün verhangnen Gängen“ - Ein kunst- und kulturhistorischer Rundgang über den Frankfurter Hauptfriedhof

Der Gang über den Hauptfriedhof macht deutlich, welche Reichhaltigkeit auf den Feldern Biographie, Kunst und Kulturgeschichte Frankfurts vielleicht schönster Park zusätzlich zum Botanischen zu bieten hat. Die diversen Facetten der Anlage werden an einer vielfältigen Auswahl von Grabstätten erläutert.

K 02.03.02
Winfried B. Sahm
Frankfurt/M., Haupteingang Hauptfriedhof, Eckenheimer Landstraße (Treffpunkt)
Sa, 09.04.2011, 14.00-17.00 Uhr
€ 9,–, 4 UE

Rothschildgräber und Levitenkannen – Ein Gang über den jüdischen Friedhof Rat-Beil-Straße, Frankfurt

Nach der Schließung des alten jüdischen Friedhofs nahe der ehemaligen Judengasse war ab 1828 für fast genau hundert Jahre das Terrain südöstlich des Hauptfriedhofs der Begräbnisplatz der Frankfurter Juden. Ihre zunehmend wichtige Rolle in Kultur und Wissenschaft zeigt die Vielzahl von Gräbern bedeutender Persönlichkeiten. Neben biographischen und kulturgeschichtlichen Informationen erschließt die Führung auch Aspekte der jüdischen Grabzeichengestaltung.

K 02.03.03
Winfried B. Sahm
Frankfurt/M., Portikus Jüdischer Friedhof, Rat-Beil-Straße (Treffpunkt)
Mo, 13.06.2011 (Pfingstmontag),
15.00-18.00 Uhr
€ 9,–, 4 UE

Kunstgeschichte / Kunstbetrachtung

Kunstgeschichtliche Reihe: Henri de Toulouse-Lautrec

Mit Toulouse-Lautrec verbinden wir gemeinhin seine Plakate für das Moulin-Rouge; überhaupt gilt er als der Erfinder des modernen Plakates. In nur einem Jahrzehnt zum Ende seines ohnehin kurzen Lebens schuf er sein umfangreiches graphisches Werk von etwa 350 Steindrucken. Schon auf der Akademie entwickelte er einen eigenen freien Mal- und Zeichenstil, der radikal dem gültigen Stil der Pariser Salons widersprach. Der Montmartre, wo das Leben der Boheme pulsierte, wurde zu seinem Synonym. Hier fand er seine berühmt-berüchtigten Motive, seine vornehmen Modelle wie seine Modelle aus dem Milieu der lasziven Demimonde, ebenso seine Auftraggeber wie seine Ausstellungsareale. In seinen Bildern, Zeichnungen, Plakaten erzählt Toulouse-Lautrec auf ungewohnte Weise die „Rückseite“ des Pariser Nachtlebens. Ihn interessierte nicht die Menge, ihn interessierte der einzelne Mensch, das Individuum. In jedem Gesicht wie in jeder Szene explizieren die Personen, was der schöne Schein auf der Amüsiermeile „kostet“. Ein desillusionierender Spiegel der „Belle Epoque“.

K 02.03.04
Dr. Rüdiger E. Böhle
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum S 2
Di, 18.15-19.45 Uhr, ***ab 15.02.2011***
€ 53,–, 12 Termine, 24 UE

Hofheim und die Kunst aus Holz – Ein Stadtspaziergang mit Museumsbesuch

Der historische Kern der Kreisstadt am Kapellenberg wird bei einem Spaziergang mit historischen Erläuterungen vorgestellt. Dem Stadtmuseum mit der Sonderausstellung zu Holzschnitten und Holzskulpturen von Kirchner, Heckel, Schmidt-Rottluff und anderen expressionistischen Künstlern ist dabei etwa die Hälfte der Zeit gewidmet.

K 02.03.05
Winfried B. Sahm
Hofheim, Stadtmuseum Hofheim, Burgstr. 11 (Treffpunkt)
Sa, 05.02.2011, 14.00-17.00 Uhr
€ 9,–, 4 UE (zzgl. Museumseintritt)

Von Murnau nach Amerika - Expressionismus in Wiesbaden

Vom Blauen Reiter bis zu den amerikanischen Abstrakten versammelt das Museum Wiesbaden eine weitgespannte Auswahl expressiver Malerei als Beitrag zum mehrjährigen Ausstellungsprogramm „Phänomen Expressionismus“ des Kulturfonds FrankfurtRheinMain. Eine ausführliche Führung macht intensiv mit Exponaten und kunsthistorischen Hintergründen bekannt.

K 02.03.06
Winfried B. Sahm
Wiesbaden, Eingang Museum Wiesbaden, Friedrich-Ebert-Allee 2
So, 13.02.2011, 10.30-12.00 Uhr
€ 5,– (zzgl. Museumseintritt € 8,–/erm. € 5,– bar vor Ort)

Wichtiger Hinweis für Museumsbesuche im Städel:

Für unsere Museumsbesuche am Mittwoch gilt ein ermäßigter Eintrittspreis in Höhe von € 3,-- / Termin. Der Eintritt wird mit der Kursgebühr erhoben. Die Eintrittskarten werden Ihnen vom Kursleiter vor Ort ausgehändigt. Falls jemand die Möglichkeit hat, kostenlos das Museum zu besuchen (z.B. durch Museumscard oder Mitgliedschaft im Museumsverein), bitten wir darum, dies auf der Anmeldung unbedingt zu vermerken. Die Teilnehmerzahl ist auf 18 Personen begrenzt.

Semesterstart im Städel - Drei Überraschungsbesuche

2011 will das „neue“ Städel mit dem spektakulären unterirdischen Erweiterungsbau seine Pforten öffnen. Bis es so weit ist, wird im Ausstellungstrakt Holbeinstraße eine Überraschungsauswahl aus Städel-Besitz eingebettet in eine historische und kulturgeschichtliche Zeitreise gezeigt. Die drei Besuche eröffnen ebenso überraschende Blicke auf das dort Gezeigte und erschließen es kommentierend.

K 02.03.07
Winfried B. Sahm
Frankfurt/M., Städelsches Kunstinstitut, Schaumainkai 63
Mi, 09.02.2011,
Mi, 16.02.2011,
Mi, 23.02.2011,
jeweils 18.00-19.30 Uhr
€ 15,– (zzgl. insg. € 9,– Museums-Eintritt)
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Gemälde, neu gemischt - Das Städel in der Umbauphase

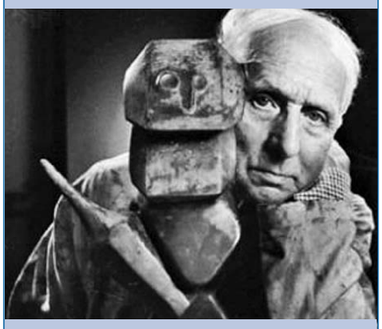
Der Hauptbau des Städel wegen Erweiterungsarbeiten geschlossen, Werkauswahlen auf Welttournee - das Frankfurter Städel macht aus der Not eine Tugend: Gemälde aus Bestand und Depot werden im Ausstellungstrakt Holbeinstraße in so noch nie zu sehender - streng chronologischer - Zusammenstellung präsentiert. Drei Führungen kombinieren Werkbetrachtungen mit kunst- und kulturhistorischen Kommentaren.

K 02.03.08
Winfried B. Sahm
Frankfurt/M., Städelsches Kunstinstitut, Schaumainkai 63
Mi, 04.05.2011,
Mi, 11.05.2011,
Mi, 18.05.2011,
jeweils 18.00-19.30 Uhr
€ 15,– (zzgl. insg. € 9,– Museums-Eintritt)
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Geheimnisvolle Landschaften - Max Ernst und seine Welt - Ein Kunstausflug nach Brühl

In Brühl bei Bonn, der Geburtsstadt Max Ernsts, entstand 2005 das weltweit einzige Museum, das dem Werk des Jahrhundertkünstlers und Weltbürgers gewidmet ist. Unweit des Schlosses Augustusburg mit seinen Parkanlagen verbindet sich ein lichter Glaspavillon gekonnt mit einer klassizistischen Dreiflügelanlage und schafft Raum für eine Präsentation der Werke Max Ernsts aus allen Schaffensperioden. Wir sehen dadaistische Bilder, Objekte und Skulpturen, surrealistische Werke aus dem Exil in den USA und solche, die nach seiner Rückkehr nach Europa entstanden sind. Viele Zeichnungen und Fotos runden diesen umfangreichen Einblick in Leben und Werk von Max Ernst ab. Freuen Sie sich also auf ein „rundes“, überaus abwechslungsreiches Museumserlebnis! Für das leibliche Wohl sorgt das Museumsbistro, wo wir mit Blick auf die Gartenlandschaft des Brühler Schlosses entspannen können. Wer mag, kommt dann noch mit in die blühende Parkanlage, die mit dem Rokokoschloss Augustusburg zum Weltkulturerbe gehört.

K 02.03.09
Heide Ellinghaus, M.A.
Dreieich-Buchschlag, Bahnhof (Treffpunkt)
Sa, 07.05.2011, 08.30 Uhr Abfahrt - Rückkehr ca. 20.30 Uhr
€ 48,– (inkl. Busfahrt, Reiseleitung, Führung u. Eintritt)
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
Anmeldeschluss: 08.04.2011 (spätere Anmeldung nach telefonischer Rücksprache).
Bitte gesonderten Anmeldeflyer anfordern (Tel.: 0 61 03 / 31 31-13 13).



Mantrische Fugen - Super Repetition (Ausstellungsführung)

Die Ausstellung der Künstlerin Merja Herzog-Hellstén mit dem Titel „Mantrische Fugen - Super Repetition“ besteht aus Wandarbeiten und einer Installation. Der neue Werkkomplex ist eine Fortsetzung ihrer BIOGRAMM-Arbeiten. Auch hier geht es um eine Visualisierung von Rhythmen in ihrer Vielfalt, mit denen Menschen souverän, wenn nicht sogar unbewusst hantieren.
In Ergänzung dazu hat der Musiker Armando Tranquilino (Miami, USA) eine elektro-akustische Komposition geschaffen, die aus dem interdisziplinären Austausch zwischen den beiden Künstlern entstanden ist.

K 02.03.10
Merja Herzog-Hellstén
Frankfurt/M., Heussenstamm-Galerie, Braubachstr. 34
Sa, 26.03.2011, 14.00-15.00 Uhr
-Eintritt frei -
Bitte schriftlich oder telefonisch unter 06103/3131-1313 anmelden.

Kultur und Wohnen

Schöner wohnen mit alten Maltechniken - Restaurierung und Gestaltung von Wänden und Möbeln

Schauen Sie einem Profi-Restaurator über die Schulter und lernen Sie, wie Sie langweiligen Oberflächen von Wänden, Decken und Möbeln an den Kragen gehen können. In diesem Kurs werden für Laien verständlich und anwendbar historische Maltechniken vermittelt: Lasur- und Wickeltechniken, Marmor- und Holzimitationen, Schablonieren von Mustern, Strich- und Reißlack-Techniken, Vergoldungen und die Herstellung von antiallergischen, giftfreien Lasuren. Gearbeitet wird auf vorbehandelten Probeuntergründen. Mit relativ einfachen Mitteln lassen sich Oberflächen zaubern wie sie in den Schlössern an der Loire, in der Alten Oper Frankfurt oder in berühmten Villen, z.B. der Villa Mumm und Rothschild zu sehen sind.
Neben der praktischen Arbeit gibt es Einblicke in die historische Zuordnung von Oberflächengestaltungen für denkmalgeschützte Gebäude.
Bitte folgende Materialien mitbringen: Schutzkleidung - altes Hemd, alte Hose, Einweghandschuhe, Korallenschwamm, 1 Flachpinsel (5 cm breit), 1 Ringpinsel (Gr.8), ein halbes altes Bettlaken. Für alle Verbrauchsmaterialien wird im Kurs eine Kostenpauschale von € 20,- erhoben.

K 02.00.01 WE
Heinrich Paulus-Füller, Kirchenmaler, Restaurator
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, EG, Raum 3.007
Sa/So, 12./13.03.2011, 10.00-16.00 Uhr
€ 40,–, 18 UE (zzgl. Materialkosten)

Möbelrestaurierung zum Anfassen – Ein Werkstattbesuch

Historische Möbel weisen oftmals Schäden durch Gebrauch, trockene Raumluft und auch unsachgemäße Restaurierung auf. Die Tischlermeisterin Barbara Naumburg legt besonderen Wert auf eine sensible und werterhaltende Restaurierung. Ein einführender Lichtbilder-Vortrag informiert zunächst über die Grundsätze und Besonderheiten in der fachgerechten Möbelrestaurierung. Bei einem sich anschließenden Werkstattgespräch werden an Beispielen alter Möbel (auch mitgebrachter Kleinmöbel) allgemein interessierende Fragen besprochen.

K 02.00.02
Barbara Naumburg, Möbelrestauratorin, Tischlermeisterin
Frankfurt/M., Restaurierungswerkstatt B. Naumburg, Hamburger Allee 96 (Hinterhaus)
Fr, 17.06.2011, 18.00-ca.20.00 Uhr
€ 10,–, nur Barzahlung vor Ort
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
Vorherige schriftliche Anmeldung ist unbedingt erforderlich.

Graphik - Malerei

Radier-Werkstatt - Von der Platte zum Druck

In diesem Kurs werden die verschiedenen Techniken der Radierung (Kaltnadelradierung und Aquatinta) erarbeitet.
Das interessante Tiefdruckverfahren ist sehr vielseitig und ermöglicht auch experimentelles Arbeiten, wie z.B. die Collage-Radierung.
Eigene Bildthemen und -ideen können gegenständlich oder abstrahiert umgesetzt werden. Fortgeschrittene Teilnehmer/innen haben die Möglichkeit, sich mit der Farbradierung auseinander zu setzen. Kreative Neugierige sind herzlich willkommen!
Druckplatten und Papier können bei der Kursleiterin erworben werden.

K 02.05.01
Brigitte Orth
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.102
Do, 19.00-21.30 Uhr, ***ab 10.02.2011***
€ 88,–, 12 Termine, 40 UE (zzgl. Materialkosten)
Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung liegt vor.

Druckwerkstatt - Radierung und Holzschnitt

Das besondere am Druckverfahren der Radierung sind die vielfältigen Möglichkeiten im künstlerischen Ausdruck. So können sowohl feinste zeichnerische Strukturen als auch kraftvoll kontrastierende Gesten in die Platte geritzt oder geätzt werden. Nach dem Kennenlernen der ersten grundlegenden Techniken kann sofort eigenständig gearbeitet werden.
Der Holzschnitt ist ein Medium, das sich für eine kontrastreiche, expressive Bildsprache eignet. Er ist das älteste bekannte Hochdruckverfahren. Der Holzschnitt wurde von den Expressionisten genauso geschätzt wie von den „Neuen Wilden“, da die grafischen Möglichkeiten von einfarbigen Drucken bis zum Arbeiten mit mehreren Druckstöcken voll ausgeschöpft werden können.

K 02.05.02 WE
Brigitte Orth
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.102
Sa/So, 26./27.02.2011, 10.00-17.30 Uhr
€ 44,–, 20 UE (zzgl. Materialkosten)
Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung liegt vor.

„Man muss einen Gegenstand lange studieren, ehe man weiß, welches sein Zeichen ist“

Henri Matisse

Wer zeichnet sieht mehr - Jeder kann zeichnen lernen

(Grundlagen des Zeichnens)

Es gibt unterschiedliche Wege, Dinge wahrzunehmen. Wir neigen dazu, nur das zu sehen, was wir erwarten. Dies geschieht größtenteils unbewusst. Die Kunst des Zeichnens ist in erster Linie eine Kunst des Wahrnehmens. Wer genauer hinschaut, genauer wahrnimmt, der zeichnet auch genauer. In diesem Kurs lernen Sie nicht nur die Grundlagen des Zeichnens kennen, sondern erfahren auch, dass Zeichnen Spaß macht und nebenbei unsere Wahrnehmung, d.h. unser Gehirn trainiert. Sie lernen, mit anderen Augen zu sehen. Und Sie entdecken mit dem Zeichenstift eine neue Welt! So wie wir einmal schreiben gelernt haben, können wir auch zeichnen lernen.
Bitte folgendes Material mitbringen: Skizzenblock DIN A 3, Bleistifte verschiedener Härtegrade (HB, H 5, B 2, B 8) und zwei Aquarellpinsel (Stärke 8 bis 12).

K 02.05.03 WE
Brigitte Orth
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.105
Sa/So 05./06.02.2011, 11.00-17.00 Uhr
sowie ***Mo, 07.02.2011,*** 18.00-21.00 Uhr
€ 44,–, 20 UE

K 02.05.04 WE
Brigitte Orth
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.105
Sa/So 09./10.04.2011, 11.00-17.00 Uhr
sowie ***Mo, 11.04.2011,*** 18.00-21.00 Uhr
€ 44,–, 20 UE

Portraitzeichnen für Anfänger und Fortgeschrittene

In diesem Kurs werden alle Grundlagen des Zeichnens Schritt für Schritt mit Übungen erarbeitet, die man braucht, um schließlich eine Portraitzeichnung zu Papier zu bringen. Es geht um Linien, Schraffuren, Licht und Schatten, das Selbstportrait sowie das Portraitieren der Mitschüler/innen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Material: Skizzenblock mind. DIN A 3 (bitte kein zu hochwertiges Papier kaufen), Packpapier, Bleistifte verschiedener Härtegrade H2, HB, B2, B4, B8 und Handspiegel nicht vergessen.
K 02.05.05 WE
Brigitte Orth
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.105
Sa/So, 19./20.02.2011, 10.00-17.30 Uhr
€ 44,–, 20 UE (zzgl. Modellkosten)

Menschenbilder - Einführung in das Aktzeichnen

Körperstudien für Anfänger/innen und Fortgeschrittene.

Die menschliche Figur ist schon immer eines der zentralen Themen in der Kunst gewesen. Wenn wir zeichnen lernen, kommen wir nicht an ihr vorbei. Ziel des Kurses ist es, das äußere Erscheinungsbild zu erkennen und zu analysieren, das schnelle Abschätzen von Proportionen zu üben, um eine anatomisch richtige Darstellung des menschlichen Körpers umsetzen zu können. Wir arbeiten von der schnellen Skizze zum detailliert ausgeführten Bild, von der Bleistiftskizze zur reinen Buntstiftzeichnung, vom Portrait bis zur kompletten Menschendarstellung und Aktzeichnung. Es wird zeitweise mit Modellen gearbeitet, d.h. die entstehenden Modellkosten werden auf die Teilnehmenden umgelegt.
Material: Skizzenblock oder -papier mind. DIN A 3 oder größer, Bleistifte H2, HB, B2, B8; Buntstifte oder Pastellkreide, Rötelstift; weiteres Material wird besprochen.
K 02.05.06 WE
Brigitte Orth
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.105
Sa/So, 12./13.03.2011, 10.00-17.30 Uhr
€ 44,–, 20 UE (zzgl. Modellkosten)

Mit allen Sinnen - Vom Farbkreis bis zum gemalten Bild

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die sich mit den Grundlagen der Malerei und der Farbenlehre auseinander setzen möchten. Wir lernen die Farben kennen, beschäftigen uns mit dem Farbkreis und Farbmischungen. Unsere Bildthemen entnehmen wir der reichhaltigen Palette der Früchte und Gemüse, denn sie sind mit ihren interessanten Strukturen und Farbnuancen dankbare Motive. Die Farbigkeit der Objekte vermittelt uns auch ihre Sinnlichkeit - Sinnlichkeit, die wir in Farbe umsetzen. Ein Grün, ein Gelb, das man schmecken und riechen möchte. Sie dürfen experimentieren!
Wer eigene Acrylfarben bzw. Leinwände oder Malplatten hat, bitte mitbringen, ansonsten sind Materialien gegen eine Kostenpauschale bei der Kursleiterin erhältlich.
K 02.05.12 WE – II/2010
Brigitte Orth
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1.OG, Raum 6.105
Sa/So, 22./23.01.2011, 10.00-17.30 Uhr
€ 44,–, 20 UE (zzgl. Materialkosten)

Geheimnisvolles Leuchten - Malerei mit Pigmenten

Mit selbst hergestellten Farben aus Pigment und Ei-Emulsion werden wir an diesem Wochenende gemeinsam versuchen, unsere Bildthemen auf Papier oder Leinwand zu übertragen. Dabei setzen wir auch gezielt den Kontrast zwischen Fläche und Linie ein, um Spannung in unser Bild zu bringen. Zeichnung und Gestik des Pinsels treten dabei in Dialog miteinander. Dazu benutzen wir Ölkreide, Tusche oder Graphit. Der Kurs eignet sich am besten für diejenigen, die bereits Erfahrung im Umgang mit verschiedenen Materialien haben, aber auch Anfänger/innen sind willkommen.
Material: Skizzenblock A 3 oder A 2, Bleistifte (HB, 8B), Acryl- oder Ölmalpinsel ab Gr.12 bis 20 und größer, Ölmalpapier. Leinwände können bei der Kursleiterin erworben werden. Die Kosten für Pigmente und andere Materialien zur Farbherstellung werden auf die Teilnehmenden umgelegt.
K 02.05.07 WE
Brigitte Orth
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.105
Sa/So, 26./27.03., 10.00-17.30 Uhr
sowie ***Mo, 28.03.2011,*** 18.00-21.00 Uhr
€ 53,–, 24 UE (zzgl. Materialkosten)
Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung liegt vor.

Vom gegenständlichen Abbild zur Abstraktion

Neue noch nicht gesehene Dinge erkennen und umsetzen; ein ausgesuchtes Motiv (z.B. auf einem Foto) entdecken und neu definieren. Der Weg zur Abstraktion führt uns zum Wesentlichen, zur Essenz der Dinge. Beim Malen mit Ölkreiden oder Acrylfarben werden wir unsere ausgewählten Motive verändern und schrittweise abstrahieren.
Wer eigene Acrylfarben bzw. Leinwände oder Malplatten hat, bitte mitbringen, ansonsten sind Farben und Bildträger wie Leinwände, Malplatten und Papier gegen eine Materialkostenpauschale bei der Kursleiterin erhältlich.
K 02.05.08 WE
Brigitte Orth
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.105
Sa/So, 07./08.05.2011, 10.00-17.30 Uhr
€ 44,–, 20 UE
Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung liegt vor.

Kreative Auszeit im Frühling auf Ibiza

Kreativ-Urlaub auf Ibiza direkt am Meer. Nehmen Sie sich Zeit und Muße zum Zeichnen und Malen und vergessen Sie für eine Weile den Alltag.
Leitung: ***Brigitte Orth***
Zeitraum: ***14. – 28. 05. 2011***
Eine Woche oder zwei Wochen buchbar.
Kosten: € 695,-/Woche inkl. HP im DZ.

Malen und Zeichnen in der Provence

Genießen Sie Kreativität und Entspannung auf Chateau Allemagne en Provence! Das Schloss, am Ortsrand von Allemagne en Provence gelegen, hat einen malerischen Innenhof und ein großes Nebengebäude mit Garten, das uns als Unterkunft dient.
Leitung: ***Brigitte Orth***
Zeitraum: ***04. –18. 06.2011***
Eine Woche oder zwei Wochen buchbar.
Kosten: € 615,-/Woche inkl. HP im DZ.

Bei beiden Malreisen erfolgt die Anreise privat. Unterrichtet wird jeweils von Montag bis Freitag täglich 6 Stunden. Anreise ist Samstag, der Sonntag steht zur freien Verfügung. Interessenten können bei der Kursleiterin ausführliche Informationen anfordern, Tel. 0 61 01 / 80 35 35.
Dies sind keine Veranstaltungen der Kreisvolkshochschule.

Akkreditiert als Lehrerfortbildung

Kurse für Kinder und Jugendliche

Mangas zeichnen - ein Ferienzeichenkurs für Kinder

(ab 11 Jahren)

Wolltet Ihr es schon immer einmal Euren Stars gleichtun und auch tolle Mangas zeichnen? Mit der richtigen Technik ist das gar nicht so schwer! Dieser Kurs führt Euch ein in die Grundlagen des Zeichnens und Malens mit verschiedenen Materialien. Ihr bekommt Hinweise und Tipps, wie man ein Gesicht, einen bestimmten Ausdruck und einen Körper zeichnet, wie ein gutes Bild aufgebaut wird, wie man Kontraste setzt und wie man eine spannende Handlung in einem so genannten Storyboard zu Papier bringt - eben alles das, was man zum Manga-Zeichnen braucht.
Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden kann, Zeichenblock, Buntstifte, Bleistifte (HB, 2B, 6B) und - Eure Kreativität, Lust am Zeichnen und wer möchte, seine Lieblingsmangas. Wenn Ihr schon eigene Manga-Zeichnungen habt, könnt Ihr sie mitbringen.
Nicht vergessen: eine Brotzeit und ein Getränk für die Pause.
K 02.05.09
Brigitte Orth
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.105
Mo/Di, 18./19.04.2011, 13.30-18.00 Uhr
€ 20,–, 12 UE (zzgl. Materialkosten)
- bereits ermäßigte Gebühr für Schüler/innen -

Kunstwerkstatt für Kinder (ca. 6-8 Jahre) - Malen, Zeichnen, Werken

Mit Pinsel, Stiften und Farben gehen wir auf Entdeckungsreise ins Land der Fantasie, in die Welt der Feen, Zauberer, Trolle und anderer unbekannter Fabelwesen.
Wenn Du gerne malst, zeichnest oder bastelst, wirst Du in unserer Kunstwerkstatt viel Spaß haben. Hier kannst Du spannende Geschichten hören, die Dich anregen, Bilder zu malen oder Fantasiewesen zu basteln. Dabei lernst Du, wie man mit Stiften, Pinsel und Farben umgeht, wie man Ideen kreativ zu Papier bringen kann und vieles andere mehr.
Bitte mitbringen: ein altes Hemd als Malkittel, Buntstifte, Bleistifte, Radiergummi, DIN A 3-Zeichenblock, Schere und Kleber. Alles andere stellt die Kursleiterin zur Verfügung, dafür werden Materialkosten eingesammelt.
K 02.05.10
Emily Laird
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.105
Fr, 15.00-17.00 Uhr, ***ab 11.03.2011***
€ 26,– (zzgl. Materialkosten),
6 Termine 16 UE
- bereits ermäßigte Gebühr für Schüler/innen -

Aquarellmalerei - Einführung

Die Aquarellmalerei bietet wunderbare Möglichkeiten des Ausdrucks von Stimmungen und Lichteffekten und erschließt eine Farbigkeit, die mit anderen Maltechniken nur schwer zu erreichen ist. Allerdings ist dabei bewusstes Planen und Beherrschen des Metiers erforderlich.
Im Kurs wird an den Themenbereichen Stillleben, Landschaft und Portrait gearbeitet. Die Materialien werden am ersten Abend besprochen. Vorhandenes bitte mitbringen.
Dieser Kurs vermittelt die Grundtechniken der Aquarellmalerei und richtet sich an Teilnehmende mit keinen oder wenigen Vorkenntnissen.
K 02.05.11
Helmut Herbig
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.105
Mi, 19.00-21.15 Uhr, ***ab 16.02.2011***
€ 66,–, 10 Termine, 30 UE

Aquarellmalerei - Weiterführung I

Dieser Kurs richtet sich an diejenigen, die bereits über erste Grundkenntnisse in der Aquarellmalerei verfügen und ihre Fähigkeiten weiter ausbauen möchten.
Kursinhalte wie unter K 02.05.11 beschrieben.
K 02.05.13
Helmut Herbig
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.105
Di, 19.00-21.15 Uhr, ***ab 15.02.2011***
€ 79,–, 12 Termine, 36 UE

Aquarellmalerei - Weiterführung II

Willkommen sind alle, die fundierte Erfahrungen im Umgang mit Aquarellfarben mitbringen. Hier werden die malerischen Möglichkeiten des Aquarellierens vertieft und geübt.
K 02.05.14
Helmut Herbig
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.105
Mo, 19.00-21.15 Uhr, ***ab 14.02.2011***
€ 79,–, 12 Termine, 36 UE

Malen und Spachteln mit Acrylfarben

Dieser Kurs gibt Gelegenheit, die Technik der Acrylmalerei kennen zu lernen: Großflächiges und plastisches Malen u.a. mit Spachteln.
Es wird gezeigt, wie die Farben auf unterschiedlichen Malgründen wirken und wie sich Bildaufbau, Motiv und Farbgebung gegenseitig beeinflussen.
Bitte mitbringen: Borstenpinsel, Malkittel, Lappen, Gefäße zum Mischen, Spachtel.
Farben und Malmittel werden durch einen im Kurs zu entrichtenden Pauschalbetrag (22,- €) abgegolten. Acrylpapier und kleinformatige Leinwände können bei der Kursleiterin erworben werden; größere Leinwände bitte mitbringen.
K 02.05.15 WE
Anita Jäger
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.105
Sa/So, 19./20.03.2011, 10.00-17.30 Uhr
€ 44,–, 20 UE (zzgl. Materialkosten)
max. 9 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

Collagen und Experimente mit Acrylfarben

Die Malerei mit Acrylfarben bietet viele bildnerische Möglichkeiten, gerade auch in Kombination mit anderen Materialien. Dabei können sehr interessante Collagen entstehen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Benötigte Materialien siehe unter K 02.05.15. Die Materialpauschale beträgt hier 24,- €. Außerdem bitte geeignetes Collagenmaterial mitbringen, wie z.B. Stoff, Wolle, Knöpfe, Draht, Scherben, Holz etc. Phantasie ist gefragt!
K 02.05.16 WE
Anita Jäger
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.105
Sa/So, 14./15.05.2011, 10.00-17.30 Uhr
€ 44,–, 20 UE (zzgl. Materialkosten)
max. 9 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

Entdecke die Quellen deiner Kreativität! Malen mit Acrylfarben

In jedem von uns schlummert ein Reichtum an Bildern. Der Satz „Ich kann nicht malen!“ nimmt uns oft die Lust, unsere Empfindungen und Visionen in Bildern sichtbar zu machen.
Mit einer Schritt-für-Schritt-Methode nach den erfolgreichen Lehren von Betty Edwards werden wir gemeinsam den Weg zu unseren schöpferischen Quellen finden und diese zum Sprudeln bringen. Ohne Hektik und Fixierung auf Erfolg, fern von Zeitdruck und Zensur lassen wir unsere Bilder entstehen. Der Schwerpunkt des Kurses liegt vor allem in der Bildfindung und dem Ausprobieren von Möglichkeiten, mit dieser Methode selbständig weiter zu arbeiten.
Gemalt wird mit Acrylfarben auf weiß grundiertem, mit Leinwand bezogenem Malkarton (50 x 70 cm). Farben und Bildträger werden vom Kursleiter mitgebracht (Materialkosten € 10,–). Bitte mitbringen: Spachtel, Kämme, Schwämme, eine Gabel,einen Bleistift (2B), einen flachen Teller als Palette, aber keinen Pinsel(!).
K 02.05.17 WE
Gerd Wiener
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.105
Fr-So, 27.-29.05.2011, Fr 18.30-21.00 Uhr, Sa 11.00-18.30 Uhr, So 10.00-15.00 Uhr
€ 44,–, 20 UE (zzgl. Materialkosten)
Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung liegt vor.

Mappenkurs - Vorbereitung für künstlerische Ausbildungsgänge

Die Präsentation einer künstlerischen Bewerbungsmappe ist heute fast überall Voraussetzung für ein angestrebtes Studium im Bereich Kunst, Design, Architektur, Mode etc.
In diesem Kurs werden Sie bei der Anfertigung einer solchen Präsentationsmappe begleitet und beraten. Die entstandenen Zeichnungen, farbigen Gestaltungen und Formstudien können Sie als Arbeitsproben zur Aufnahmeprüfung für ein zukünftiges Studium bzw. eine Ausbildung verwenden. Eine ausführliche Besprechung der individuell angefertigten Mappen (auch mit außerhalb des Kurses entstandenen Arbeiten) bildet den Abschluss.
Zum ersten Termin bitte mitbringen: fünf Arbeiten neueren Datums (unbedingt!), A 2-Zeichenblock, Bleistifte (3-5 verschiedene Härtegrade), Kugelschreiber, Edding 400, Zeichenkohle und Metalldraht (ca. 1mm Durchmesser). Weitere Materialien werden im Kurs bekannt gegeben.
K 02.05.18
Merja Herzog-Hellstén
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, EG, Raum 3.007
Di, 17.30-20.30 Uhr, ***ab 25.01.2011***
sowie ***Sa, 19.02.2011,*** 10.00-16.00 Uhr
€ 130,–, 9 Termine, 40 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Ausdrucksmalen - Lust auf Farbe?

K 01.07.03
K 01.07.04
K 01.07.05
Werner Frank
Kursbeschreibungen siehe S. 4f

Gestaltung mit Kalligraphie

Einführung

Dieser Workshop gibt einen Einblick in die Kalligraphie und vermittelt die ersten Schritte in die Praxis des „schönen Schreibens“. Zunächst werden verschiedene Federarten und deren Einsatzmöglichkeiten vorgestellt. Die praktische Einführung erfolgt am Beispiel der humanistischen Kursive mit der Bandzugfeder als dem klassischen kalligraphischen Schreibinstrument. Dabei werden grundlegende Techniken demonstriert, erläutert und eingeübt, z.B.: Wie befestigt man eine Feder im Halter? - Wie hält man einen Federhalter richtig? - Wie wird die Tinte aufgetragen? - Wie schreibt man schließlich damit „schön“? - Wie geht man beim „Layout“ eines Blattes vor? - Wie erreicht man eine visuelle Harmonie? -
Die Vermittlung gestalterischer Grundlagen wird an die individuellen Wünsche und Erfordernisse der Teilnehmenden angepasst. Spezielle Fragen und Anliegen zum Thema sind willkommen.
Bitte bringen Sie einen Text mit, der Ihnen gut gefällt - ein Gedicht, ein Zitat oder einen Spruch. Schreibmaterialien wie Federhalter, Tinte, Tusche, Farben, Pinsel, Übungspapier und Vorlagen werden gestellt. Ein Bogen Ingres Canson-Büttenpapier für eine abschließende Arbeit ist auch in der Kursgebühr enthalten.
K 02.05.19
Ingrid Gollong, Schriftbildnerin
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.105
Sa, 26.02.2011, 14.00-18.00 Uhr
€ 43,– (inklusive Materialkosten), 5 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Kalligraphie-Arbeitsgruppe

Die Kalligraphie-AG arbeitet selbstständig und ohne Anleitung. Die Gruppe ist aus den langjährigen Schreibkursen mit der im Januar 2007 leider verstorbenen, unvergesslichen Hanne Herden hervorgegangen.
K 02.05.20
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11
Fr, 09.30-11.45 Uhr, ***ab 04.02.2011***

Bildhauerei – Plastisches Gestalten -Keramik

LAND ART - Kunst zwischen Erde und Himmel

Was ist LAND ART eigentlich? - Eine Verbindung zwischen Natur und Kunst? Der Workshop gibt Einblick in diese besondere Kunstform, zu der inzwischen so populäre Künstler wie Christo, Walter de Maria oder Andy Goldsworthy gehören. Nach einer Einführung in das Thema und einer Besprechung des Kursprojekts folgt der Sprung aus der Theorie in die Praxis. An einem landschaftlich reizvollen Ort werden eigene Ideen in die Tat umgesetzt. Die Ergebnisse werden fotografisch festgehalten. Bitte Skizzenbuch, Stifte, Klarsichthüllen und wenn möglich eine Kamera mitbringen. Bequeme Kleidung und Laufschuhe sind angebracht.
K 02.06.01 WE
Merja Herzog-Hellstén
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, EG, Raum 3.007
Fr 06.05.2011, 17.30-20.30 Uhr (im HLL)
Fr 13.05.2011, 17.30-20.30 Uhr (vor Ort)
Sa 14.05.2011, 10.00-19.00 Uhr (vor Ort)
€ 44,– , 20 UE
Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung liegt vor.

Steinbildhauerei - Skulpturen aus Sand- und Speckstein

Das Wochenende ist ganz der konzentrierten bildhauerischen Arbeit gewidmet. Im Mittelpunkt steht die subtraktive Methode, eine der zentralsten bildhauerischen Techniken. Bei der Arbeit am Stein werden gestalterische Aspekte, wie Formensprache, Linienführung und Oberflächenbehandlung beispielhaft erörtert und umgesetzt.
Material: Bringen Sie bitte einen Stein eigener Wahl mit: Speckstein, Alabaster, Kalk- oder Sandstein (Bezugsquellen können telefonisch

erfragt werden). Für Anfänger/innen empfiehlt sich ein Speckstein von ca. 3-6 kg; Fortgeschrittene sind in ihrer Wahl frei.
Weiteres Material: ein Sicherheits-Set (vom Baumarkt, bestehend aus Schutzbrille, Ohrenschützern und Feinstaubmaske), außerdem Schleifpapiere (nass/trocken), alte Zeitungen, Lappen, Plastikfolie, eine große Plastikschüssel und einen Eimer. Bildhauerwerkzeuge sind vorhanden. Es wird nicht maschinell gearbeitet!
K 02.06.02 WE
Merja Herzog-Hellstén
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, EG, Raum 3.007
Fr-So, 27.-29.05.2011,
Fr 17.30-20.30 Uhr, Sa 11.00-17.00 Uhr, So 10.00-15.30 Uhr
€ 67,–, 3 Termine, 20 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
max. 9 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

Tonwerkstatt - Keramische Skulpturen, Objekte und Gefäße

Im Mittelpunkt steht die gestalterische Arbeit mit Ton. Je nach Vorliebe entstehen freie Formen und Skulpturen - organische, geometrische, figürliche - oder Gebrauchsobjekte wie Gefäßkeramiken. Dabei werden die Grundlagen zur Formgebung und Oberflächengestaltung vermittelt. Gestaltungskriterien wie Form und Funktion, Material und Farbgebung werden erarbeitet und umgesetzt.
Gearbeitet wird je nach Wunsch in Aufbautechnik oder an der elektrischen Drehscheibe bzw. in Kombination beider Techniken.
Bitte Arbeitskleidung und Skizzenheft mitbringen.

K 02.06.03
Merja Herzog-Hellstén
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, EG, Raum 3.008
Mi, 18.15-21.15 Uhr, ***ab 02.02.2011***
€ 70,– (zzgl. € 10,– Brenn- und Werkstattpauschale, Ton wird gesondert bei der Kursleiterin erworben), 8 Termine, 32 UE

K 02.06.04
Merja Herzog-Hellstén
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, EG, Raum 3.008
Mi, 18.15-21.15 Uhr, ***ab 18.05.2011***
€ 53,– (zzgl. € 5,– Brenn- und Werkstattpauschale, Ton wird gesondert bei der Kursleiterin erworben), 6 Termine, 24 UE

Mixed Media - Bildhauerei und Plastisches Gestalten

Skulpturen und plastische Objekte aus verschiedenen Materialien entstehen in diesem Kurs. Dabei werden die Grundlagen dreidimensionalen Gestaltens sowie verschiedene bildhauerische Methoden und Themen vermittelt - dem jeweiligen Erfahrungsstand angepasst. Gearbeitet wird je nach Vorliebe subtraktiv oder additiv, konstruierend oder modellierend mit Gips, Stein, Holz, Ton, Metall, Ready Mades etc.
Bitte Arbeitskleidung und Skizzenheft mitbringen.
K 02.06.05
Merja Herzog-Hellstén
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, EG, Raum 3.007
Do, 18.15-21.15 Uhr, ***ab 03.02.2011***
€ 53,– (zzgl. € 10,– Werkstattpauschale sowie Materialkosten nach Verbrauch), 6 Termine, 24 UE

Vom Brennofen bis zur Steingutglasur - Know-how für die Keramikwerkstatt

Dieser Kurs vermittelt die grundlegenden praktischen Kenntnisse zur Einrichtung und Betreuung einer Keramikwerkstatt sowie den Umgang mit Materialien. Die Inhalte reichen von der Tonvorbereitung, dem Formen, Trocknen, Aufbewahren, Recyclen, dem Brennen und Glasieren bis hin zum Bestücken und Bedienen des Ofens und seiner Pflege.
Der Kurs richtet sich als Einführung oder Auffrischung an Lehrkräfte und andere Interessierte, die im Rahmen ihrer pädagogischen Tätigkeit mit Ton arbeiten möchten. Auch andere Interessenten sind willkommen!
Bitte Notizheft, Stifte und ein Arbeitshemd mitbringen.
K 02.06.06 WE
Merja Herzog-Hellstén
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, EG, Raum 3.008
Fr/Sa, 20./21.05.2011,
Fr 17.30-20.30 Uhr, Sa 10.00-16.00 Uhr
€ 53,–, 12 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung liegt vor.

Mantrische Fugen - Super Repetition

(Ausstellungsführung)
K 02.03.10
Merja Herzog-Hellstén
Beschreibung siehe S. 13

Der Ton macht die Musik - Musikinstrumente aus Ton

In vielen Ländern haben Musikinstrumente aus Ton eine alte Tradition, wie z.B. Süd- und Mittelamerika mit seinen originellen Tonpfeifen.
In diesem Kurs wird gezeigt, wie verschiedene Musikinstrumente in Aufbautechnik hergestellt werden, und was man beachten muss, damit man nachher auch auf ihnen spielen kann. Gebaut werden z.B. Tonflöten, experimentelle Klanggeräte und Percussionsinstrumente wie Darbukas, Brummtöpfe oder Topftrommeln.
Zum Schluss können die Instrumente wie ihre Vorbilder mit Engoben bemalt oder mit anderen Dekorationstechniken bearbeitet werden.
Vorkenntnisse im Umgang mit Ton sind vorteilhaft.
Der Kurs ist besonders geeignet für diejenigen, die die Ergebnisse in ihrer Arbeit mit Kindern und Jugendlichen weitervermitteln wollen.
K 02.06.07 WE
Martin Lietsch
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, EG, Raum 3.008
Fr-So, 25.-27.02.2011, Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa 10.00-17.30 Uhr, So 10.00-16.00 Uhr
€ 48,–, 22 UE (zzgl. € 5,– Brenn- und Werkstattpauschale. Ton wird gesondert beim Kursleiter erworben.)
Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung ist beantragt.

Gartenkeramik

Möchten Sie Garten, Terrasse oder Balkon mit einer selbst gestalteten Keramik eine besondere Note verleihen? In diesem Kurs erhalten Sie Anregung und Anleitung für die verschiedensten Objekte wie Gefäße, Kugeln, Figuren oder Steckenköpfe. Gearbeitet wird je nach Wunsch entweder naturalistisch oder frei nach Phantasie.
Nach dem Trocknen und dem Schrühbrand werden die entstandenen Keramiken gemeinsam glasiert. Dieser Termin wird mit der Gruppe vereinbart.
K 02.06.08 WE
Gitta Demke
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, EG, Raum 3.008
Fr-So, 25.-27.03.2011, Fr 18.00-21.00 Uhr, Sa 10.00-18.00 Uhr, So 10.00-17.00 Uhr
€ 59,–, 27 UE (zzgl. € 10,– Brenn- und Werkstattpauschale. Ton wird gesondert bei der Kursleiterin erworben.)
max. 9 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

Drehen auf der Töpferscheibe

In diesem Kurs haben Sie Gelegenheit, das Drehen auf der elektrischen Töpferscheibe kennen zu lernen und zu üben.
Es werden hauptsächlich kleinere Schalen, Vasen, Becher, etc. hergestellt, da größere Gefäße einer langen Übung bedürfen.
Der Kurs richtet sich an Anfänger/innen, aber auch an bereits Fortgeschrittene. Wichtig zum Mitmachen sind Geduld und kurze Fingernägel. Die gedrehten Gefäße werden im Kurs glasiert und gebrannt.

K 02.06.09
Sibylle Haas-Sellner
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, EG, Raum 3.006 (Keramik-Werkstatt)
Di, 19.30-21.45 Uhr, ***ab 01.02.2011***
€ 82,–, 6 Termine, 18 UE (zzgl. € 10,– Brenn- und Werkstattpauschale. Ton wird gesondert bei der Kursleiterin erworben.)
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
max. 6 Teilnehmerinnen/Teilnehmer
Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung liegt vor.

K 02.06.10
Sibylle Haas-Sellner
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, EG, Raum 3.006 (Keramik-Werkstatt)
Di, 19.30-21.45 Uhr, ***ab 03.05.2011***
€ 82,–, 6 Termine, 18 UE (zzgl. € 10,– Brenn- und Werkstattpauschale. Ton wird gesondert bei der Kursleiterin erworben.)
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
max. 6 Teilnehmerinnen/Teilnehmer
Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung liegt vor.

„Schnupperkurs“ an der Töpferscheibe

Es ist faszinierend zu erleben, wie auf der Drehscheibe aus einem Klumpen Ton ein Gefäß entsteht. In diesem „Schnupperkurs“ haben Sie Gelegenheit, das Drehen auf der elektrischen Töpferscheibe einmal eigenhändig auszuprobieren. Vielleicht haben Sie danach Lust, im fortlaufenden Kurs das Drehen ein bisschen mehr „in den Griff“ zu bekommen.
Wichtig zum Mitmachen sind etwas Geduld und kurze Fingernägel. Nach dem Trocknen werden die entstandenen Keramiken gemeinsam glasiert. Der Termin wird mit der Gruppe vereinbart.
K 02.06.11
Sibylle Haas-Sellner
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, EG, Raum 3.006 (Keramik-Werkstatt)
Sa, 30.04.2011, 15.00-18.00 Uhr (Glasurtermin nach Absprache)
€ 32,–, 7 UE (zzgl. € 5,– Werkstattpauschale. Ton wird gesondert bei der Kursleiterin erworben.)
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
max. 6 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

Finde den richtigen Dreh! - Töpfern an der Scheibe für Kinder ab 10 Jahren

Habt Ihr schon mal einem Töpfer zugeschaut, wie er aus einem Klumpen Ton ein Gefäß „wachsen“ lässt? In diesem Schnupper-Kurs könnt Ihr es selbst einmal ausprobieren. Viel Spaß!
K 02.06.12
Sibylle Haas-Sellner
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, EG, Raum 3.006 (Keramik-Werkstatt)
Do, 28.04.2011, 15.00-18.00 Uhr (Glasurtermin nach Absprache)
€ 26,–, 7 UE (zzgl. € 5,– Werkstattpauschale. Ton wird gesondert bei der Kursleiterin erworben.)
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
max. 6 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

„Die Form steht, wenn das Gleichgewicht hergestellt und das Zentrum gefunden ist.“
Ungarischer Töpfermeister

Keramik-AG
In dieser Gruppe wird ohne Anleitung (!) frei und selbständig gearbeitet. Wer Mitglied der Arbeitsgruppe werden möchte, sollte als Voraussetzung unbedingt fundierte Kenntnisse in den verschiedenen keramischen Techniken mitbringen.
Neue Anmeldungen nur nach Rücksprache mit der Fachbereichsleiterin (Heidi Wernicke, Telefon-Nr. 0 61 03 / 31 31 - 13 33).
K 02.06.13
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, EG, Raum 3.008 (Keramik-Werkstatt)
Mo, 18.00-20.00 Uhr, ***ab 31.01.2011*** (22 Termine).
€ 20,– Brenn- und Werkstattpauschale.

Fotografie

Digitale Fotografie - Weiterführung
Wer bereits über Grundlagen der Digital-Fotografie verfügt, kann seine Kenntnisse in diesem Kurs erweitern. Es werden Begriffe der digitalen Bildbearbeitung erläutert und am Beispiel von Scans und Digital-Fotografien praxisnah verdeutlicht. Grundkenntnisse in der Bedienung des Computer-Betriebssystems Windows sowie des Bildbearbeitungsprogramms „Photoshop Elements“ werden vorausgesetzt.
K 02.11.02 – II/2010
Dietmar Keitzl, Dipl. Graphik-Designer
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Sa 15.01., 22.01. und 29.01.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 62,– (zzgl. € 10,– EDV-Gebühr), 3 Termine, 28 UE

Digitale Fotografie - Grundlagen und Möglichkeiten
Dieser Kurs vermittelt in zwei Foto-Exkursionen und jeweils darauf folgenden Theoriestunden die Grundlagen und Möglichkeiten der Digitalfotografie. Fast alle fotografischen Themenbereiche werden eingebunden, wobei Aspekte der Bildkomposition und -gestaltung sowie Techniken der Bildbearbeitung und Bildverarbeitung zum Zuge kommen.
Zur Bildbearbeitung im Kurs steht die Software „Adobe Photoshop Elements“ zur Verfügung. EDV-Grundkenntnisse und eine eigene Digitalkamera sind Voraussetzung.
K 02.11.01
Dietmar Keitzl, Dipl. Graphik-Designer
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Di, 17.15-18.45 Uhr, ***03.05., 10.05., 17.05., 24.05. und 31.05.2011, Sa, 21.05.,*** 09.00-16.00 Uhr sowie 2 Exkursionen, ***Sa, 07.05. und 14.05.2011,*** Uhrzeiten werden vereinbart.
€ 59,– (zzgl. € 10,– EDV-Gebühr), 8 Termine, 27 UE

Kunsthandwerk

Hinweis zu den Schmuckschmiedekursen:
Die Kurse finden unter der Leitung des Goldschmieds Frank Bellstedt statt. Sämtliche Materialien und Werkzeuge sind vorhanden. Für Verbrauchsmaterial und Nutzung von Werkzeugen und Geräten wird vor Ort in der Regel eine Werkstattgebühr von € 5,-- (Einzelveranstaltung) bzw. € 10,-- (fortlaufende Kurse) erhoben. Gold und andere Edelmetalle richten sich nach dem tgl. Börsenpreis. Das verbrauchte Silber wird derzeit mit € 1,80 pro Gramm berechnet; Preisschwankungen sind möglich.
Um entsprechendes Material vorrätig zu haben, ist die Teilnahme an der Vorbesprechung unbedingt erforderlich.

Schmuckschmiede - Kreative Schmuckgestaltung
An vier Kursabenden haben Sie die Möglichkeit, unter professioneller Anleitung Ihre kreativen Schmuck-Ideen zu verwirklichen. Dabei erhalten sie Einblick in die Techniken des Goldschmiedens und lernen grundlegende Verfahren kennen wie das Löten, Schmieden, Sägen, Feilen, Schmelzen, Gießen etc. Und Sie erfahren auch, dass selbst gemachter Schmuck nicht teuer sein muss. Durch Verwendung und Kombination verschiedenster Materialien wie Holz, Steine, Glas, Kunststoff, Altmetall (auch ausrangierter Schmuck!) können außergewöhnliche und edle Einzelstücke mit perspönlicher Note entstehen.

K 02.12.01
Frank Bellstedt, Goldschmied
Mi, 18.30-21.30 Uhr, ***ab 23.02.2011***
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, EG, Raum 3.007
€ 78,– (zzgl. € 10,– Werkstattgebühr sowie Materialkosten nach Verbrauch), 4 Termine
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
max. 5 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

K 02.12.02
Frank Bellstedt, Goldschmied
Mi, 18.30-21.30 Uhr, ***ab 04.05.2011***
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, EG, Raum 3.007
€ 78,– (zzgl. € 10,– Werkstattgebühr sowie Materialkosten nach Verbrauch), 4 Termine
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
max. 5 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

K 02.12.03
Frank Bellstedt, Goldschmied
Mi, 18.30-21.30 Uhr, ***ab 01.06.2011***
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, EG, Raum 3.007
€ 78,– (zzgl. € 10,– Werkstattgebühr sowie Materialkosten nach Verbrauch), 4 Termine
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
max. 5 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

Des eigenen Glückes Schmied - Gestalten Sie Ihre Eheringe selbst!
Ein Kurs auf Bestellung
Vollkommen in seiner Form ist der Ehering das Symbol der Verbundenheit und Liebe zwischen zwei Menschen. Den Bund der Ehe mit einem Ring besiegeln ist eine alte Tradition, die Kunst des Edelmetallgießens und des Schmiedens ebenso. Wenn Sie Ihre Eheringe selbst gestalten, verbindet Sie damit auch noch ein besonderes Erlebnis.
Dieser Kurs wird auf Anfrage eingerichtet (mind. / max. 4 Personen). Die Kurstermine werden flexibel nach Wunsch vereinbart.
Beratung und weitere Information bei Frank Bellstedt unter der Tel.-Nr. 0 61 81 / 18 47 99.
€ 62,– (zzgl. € 5,– Werkstattgebühr sowie Materialkosten nach Verbrauch; Kosten für Gravur und Fassen von Steinen nicht inbegriffen)

Elegante Silberketten - handgestrickt
Aus Silberdraht entsteht eine kunstvoll gestaltete Kette. Wie? Ganz einfach - mit der Strickliesel. Viele kennen die Strickliesel noch als spielerischen Zeitvertreib aus Kindheitstagen. Nach einer kurzen Einführung wird das Stricken mit feinem Silberdraht auf einer speziellen Strickliesel gezeigt. Der Draht wird mit einer Reißnadel über metallene Dornen gezogen, wobei sich das typische Maschenmuster ergibt. Die gestrickte Kette wird anschließend in einem besonderen Prozess fertig gestellt und mit einem Verschluss versehen.
Strickliesel und Reißnadel werden für den Kurs zur Verfügung gestellt, können aber auch erworben werden. Der Silberdraht aus 935er Sterlingsilber wird nach Verbrauch abgerechnet; der Preis richtet sich nach dem aktuellen Börsenkurs.
K 02.12.05 WE
Brigitte Wichlei-Spiegel
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.102
Sa/So, 02./03.04.2011,
Sa 12.00-17.00 Uhr, So 10.00-17.00 Uhr
€ 35,–, 16 UE (zzgl. Materialkosten)

Glasperlendrehen - Wickelperlen
Die Faszination von heißem flüssigem Glas und sein Farbenspiel können Sie in diesem Kurs erleben.
Nach einer Einführung in das Material und seine Eigenschaften sowie einem Einblick in die Herstellung von Glasperlen können Sie sich selbst im Umgang mit dem Glas und der Flamme üben und bald Ihre Glasperlen selbst gestalten. Reizvoll ist dabei das Zusammenspiel verschiedener Farben.
Zum Schluss können die angefertigten Glasperlen mit Hilfe von Goldschmiedezubehör zu individuellen Schmuckstücken arrangiert werden.
Die Kosten für Material und Gasverbrauch werden bei der Kursleiterin bezahlt.

K 02.12.06
Audrey Otterbein
Langen, Glaswerkstatt Otterbein, Voltastr. 2, Werkstatt
Sa, 05.03.2011, 14.00-18.00 Uhr
€ 50,– (zzgl. € 15,– für Gas- und Glasverbrauch, Schmuckzubehör wird extra berechnet), 5 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
max. 6 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

K 02.12.07
Audrey Otterbein
Langen, Glaswerkstatt Otterbein, Voltastr. 2, Werkstatt
Sa, 09.04.2011, 09.00-13.00 Uhr
€ 50,– (zzgl. € 15,– für Gas- und Glasverbrauch, Schmuckzubehör wird extra berechnet), 5 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
max. 6 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

Glasfusing
Durch Verschmelzen von Glas entstehen faszinierende Objekte. In diesem Kurs lernen Sie das Verfahren des Glasfusing kennen und anwenden - das Schneiden, Zusammensetzen und Gestalten von Glas. Je nach Wunsch können Glasschalen, Teller und dekorative Objekte hergestellt werden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Die fertigen Arbeiten werden im Ofen verschmolzen und können nach einer Woche abgeholt werden.
Die Material- und Brennkosten werden direkt bei der Kursleiterin bezahlt.
K 02.12.08
Audrey Otterbein
Langen, Glaswerkstatt Otterbein, Voltastr. 2, Werkstatt
Sa, 21.05.2011, 14.00-18.00 Uhr
€ 49,– (zzgl. Material- und Brennkosten), 5 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
max. 6 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

Modernes Mosaik - Mosaik-Objekte für Haus, Balkon und Garten
Die Mosaiktechnik gehört zu den reizvollsten dekorativen Künsten seit Jahrhunderten. Antonio Gaudí, einer der ungewöhnlichsten Architekten des frühen 20. Jahrhunderts, war Wegbereiter des modernen Mosaiks. Er arbeitete mit abstrakten Mustern, stilisierten Formen, mit Fundstücken und Scherben. Dieses moderne Mosaik ist Thema dieses Kurses.
Wir gestalten Mosaik-Objekte für Haus, Balkon und Garten, wie z.B. ein kleines Tablett oder Blumentischchen, eine Schale, Windlichter, Spiegel, Blumenkübel, eine Vogeltränke, Mo-

saikkugeln oder -steine etc. Auch alte Gartengeräte lassen sich prima zu einem originellen Mosaik-Objekt umgestalten. Der Kurs ist für Mosaik-Anfänger/innen ebenso geeignet wie für „alte Hasen“. Jede/r wird individuell betreut.
Der Vorbereitungsabend dient der Klärung und Besprechung von Materialfragen sowie der Ideenfindung. Dazu steht Abbildungsmaterial in großer Fülle zur Verfügung. Der Spaß an der Mosaiktechnik beginnt bereits beim Sammeln des Materials. Bitte sammeln: Angeschlagenes Geschirr, buntes, billiges Geschirr vom Flohmarkt, Fliesenbruch vom Fliesenhändler, Tiffany-Glasbruch, originelle, witzige Fundstücke, Muscheln, Spiegel etc. Materialkosten für Kleber und Fugenmasse werden im Kurs abgerechnet.
K 02.12.09 WE
Heide Ellinghaus
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, EG, Raum 3.007
Fr, 18.03.2011, 19.00-20.30 Uhr (Vorbesprechung)
Fr-So, 08.-10.04.2011, Fr 19.00-21.15 Uhr, Sa 10.00-16.00 Uhr, So 10.00-15.30 Uhr
€ 48,–, 22 UE (zzgl. Materialkosten)

Buchbinden I - Einführung

Bücher zu binden ist gar nicht so schwer. Der Kurs befasst sich mit der Herstellung von klebegebundenen Büchern, die wir mit Ganz- oder Halbleineneinbänden versehen.
Zur Einübung fertigen wir zunächst einfachere Dinge, vom kaschierten Deckel bis zur Mappe. Dabei wird auch gezeigt, wie man alte, beschädigte Bücher wieder reparieren kann. Schließlich werden wir aus einem einfachen Taschenbuch ein kunstvolles Geschenkbuch „zaubern“.
Die Materialkosten belaufen sich auf € 15,– und werden beim Kursleiter bezahlt.
Bitte mitbringen: Schere, Bleistift, Cutter (Schneidemesser mit abbrechbaren Klingen), ein durchsichtiges Plastiklineal, evtl. eine Metallschiene, schmale und breite Malpinsel, ein neues Taschenbuch, festes Geschenkpapier und ein Foto (Größe ca. 9x13 cm).
K 02.12.10 WE
Siegfried Becker
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.102
Fr-So, 08.-10.04.2011, Fr 19.00-21.15 Uhr, Sa 09.30-17.45 Uhr, So 09.30-14.00 Uhr
€ 44,–, 20 UE (zzgl. Materialkosten)
Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung liegt vor.

Buchbinden II - Weiterführung

Wer die grundlegenden Buchbindetechniken bereits kennen gelernt hat, kann sich in diesem Kurs mit weiterführenden Kenntnissen im Buchbinden beschäftigen, speziell mit der Fadenheftung. Neben einem fadengehefteten Buch im A4-Format wird eine stabile Dokumentenschachtel erstellt.
Voraussetzung für diesen Kurs ist der Besuch eines Buchbinde-Einführungskurses. Die Materialkosten belaufen sich auf € 15,– und werden beim Kursleiter bezahlt.
Material: Schere, Bleistift, Cutter (Schneidemesser mit abbrechbaren Klingen), ein durchsichtiges Plastiklineal, evtl. eine Metallschiene, schmale und breite Malpinsel, mindestens drei Bogen festes Geschenkpapier (zwei gleiche für die Schachtel).
K 02.12.11 WE
Siegfried Becker
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.102
Fr-So, 06.-08.05.2011, Fr 19.00-21.15 Uhr, Sa 09.30-17.45 Uhr, So 09.30-14.00 Uhr
€ 44,–, 20 UE (zzgl. Materialkosten)
Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung liegt vor.

Buchbinde-Werkstatt für Fortgeschrittene

Sie haben bereits einen oder mehrere Buchbindekurse gemeistert und möchten wieder einmal ein Buchbinde-Wochenende besuchen? Im Werkstattkurs haben Sie Gelegenheit, individuell Ihr Werkstück zu fertigen. In lockerer Runde können Sie an Ihrem Buch oder Ihrer Schachtel arbeiten, Bücher reparieren oder Sonstiges mit Papier und Pappe herstellen. Der Kursleiter gibt dazu Tipps und zeigt, wie es richtig gemacht wird. Voraussetzung sind allerdings die in den Grundkursen erworbenen Kenntnisse.
Mitzubringen sind die üblichen Buchbindewerkzeuge. Materialien wie Papier, Leim und Pappe werden gestellt. Die Materialkosten belaufen sich auf € 15,- und werden beim Kursleiter bezahlt. Bei besonderen Wünschen ist eine vorherige Absprache mit dem Kursleiter erforderlich (E-mail: SigiBecker@arcor.de).
K 02.12.12 WE
Siegfried Becker
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.102
Fr-So, 20.-22.05.2011, Fr 19.00-21.15 Uhr, Sa 09.30-17.45 Uhr, So 09.30-14.00 Uhr
€ 44,–, 20 UE (zzgl. Materialkosten)

Objektflechten - Rundflechten ganz einfach!

Korbflechter lernen drei Jahre - wir werden an einem Tag ein kleines, einfaches Körbchen flechten. Vielleicht wird es ein Osterkörbchen, das neue Behältnis für die Zwiebeln oder eine Nisthilfe für Vögel.
Außer der klassischen Weide können wir z.B. auch Efeu, wilden Wein oder Hopfen verwenden. Je unebenmäßiger, desto charmanter! Massenware gibt es im Kaufhaus!
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte eine scharfe Gartenschere mitbringen.
K 02.12.13
Anjali Göbel
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.110
So, 20.03.2011, 10.00-16.30 Uhr
€ 29,– (zzgl. Materialkosten nach Verbrauch, ca. € 10,–/20,–), 9 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Ikebana für Fortgeschrittene und Neugierige

Sie erlernen die faszinierende japanische Blumenkunst nach den Regeln der Sogetsu-Schule, Tokio. Beginnend mit den Schulformen, reicht das Spektrum bis hin zum kreativen Ikebana, auch unter Verwendung nonfloraler Materialien. Es wird im wesentlichen mit heimischen Pflanzen gearbeitet - Naturbeobachtung bekommt dadurch eine neue Dimension - und Sie erfahren Wissenswertes über die richtige Behandlung von Blumen und Zweigen. Hilfsmittel können bei der Kursleiterin erworben werden.
K 02.12.14
Elfriede Reichart
Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1, Seitentrakt, EG, D 0.1
Di, 19.30-21.00 Uhr, ***ab 15.03.2011***
€ 44,–, 10 Termine, 20 UE (zzgl. Materialkosten)

Textiles Gestalten

Freude am Weben

Wenn Sie sich gern mit Wolle und anderen textilen Materialien beschäftigen, dann sind Sie in dieser Webgruppe genau richtig. Hier haben Sie Gelegenheit, sich in anregender Atmosphäre mit den Grundlagen des Webens vertraut zu machen. Nach Erlernen der wesentlichen Techniken können Sie Ihren kreativen Ideen Gestalt verleihen und Ihren ganz persönlichen Stil wählen. Sie können traditionell oder modern arbeiten, dabei auch verschiedenartige Materialien wie Naturfasern, Papier, Holz oder Metall verwenden. Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt.
Der Kurs richtet sich sowohl an Anfänger/innen als auch an Fortgeschrittene. Geräte und Rahmen werden für die Dauer des Kurses zur Verfügung gestellt.
K 02.13.01
Johanna Kämmerer und
Gisela Heberer-Kopp
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.110
Do, 17.15-19.30 Uhr, ***ab 17.02.2011***
€ 66,–, 10 Termine, 30 UE (zzgl. Materialkosten nach Verbrauch)

Filzen - Einführung

Dinge aus Filz erfreuen sich großer Beliebtheit. Das Handwerk des Filzens ist auch für Laien einfach erlernbar. Dieser Tageskurs ist eine kurze Einführung in das Filzen. Sie erfahren die wesentlichen Grundtechniken und verschiedenen Möglichkeiten der Anwendung und Gestaltung.
Bitte ausreichend (!) alte Handtücher mitbringen und wenn möglich ein Bambusrollo als Arbeitsunterlage.
K 02.13.02
Véronique Charon
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.110
Sa, 09.04.2011, 10.00-17.00 Uhr
€ 20,– (zzgl. Materialkosten), 9 UE

„Verfilzt nochmal!“ - Filzwerkstatt

Filzen hat eine alte Tradition. Seit jeher lassen sich mit Naturwolle und Wasser praktische oder künstlerische Gegenstände herstellen. Nicht nur Fantasie und Kreativität werden dabei beflügelt, sondern das Gestalten mit der sanften Naturfaser, der gesamte Arbeitsprozess ist ein sinnliches Erlebnis. Jedes Filz-Objekt wird zum Einzelstück und vermittelt eine harmonische, warme Ausstrahlung.
Die Filzwerkstatt ist sowohl für Anfänger/innen als auch für Fortgeschrittene geeignet. Auch Lehrkräften und Erzieherinnen bietet dieser Kurs vielfältige Anregungen für die Arbeit mit Kindern.
Bitte ausreichend (!) alte Handtücher mitbringen und wenn möglich ein Bambusrollo als Arbeitsunterlage.
K 02.13.03 WE
Véronique Charon
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.110
Fr/Sa, 01./02.04.2011,
Fr 18.00-21.45 Uhr, Sa 10.00-18.15 Uhr
€ 35,–, 16 UE (zzgl. Materialkosten)
Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung liegt vor.

Mode - Nähen

Aktuelle Mode - selbst genäht

In angenehmer Atmosphäre werden wir die Geheimnisse der Schneiderkunst lüften. Sie lernen zuschneiden, nähen, abstecken und anprobieren - kurzum alle wichtigen Schritte vom Schnittmuster bis zum fertigen Kleidungsstück. Der Kurs ist für Anfänger/innen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Voraussetzung: Spaß am Nähen!
Benötigtes Material: evtl. ein Schnittmuster, Schere, Bleistift, Maßband, Stecknadeln, Schneiderkreide, gewünschter Stoff, evtl. Futterstoff, Nähgarn. Nähmaschine - soweit vorhanden - bitte mitbringen. (Vermerken Sie bitte unbedingt auf der Anmeldung, ob Sie eine eigene Nähmaschine mitbringen oder nicht.)

K 02.14.01 WE
Marie-Luise Macey
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.110
Fr-So, 18.-20.02.2011, Fr 19.00-21.15 Uhr, Sa 13.00-18.15 Uhr, So 10.00-15.15 Uhr
€ 40,– (zzgl. Materialkosten), 18 UE

K 02.14.02 WE
Marie-Luise Macey
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.110
Fr-So, 25.-27.03.2011, Fr 19.00-21.15 Uhr, Sa 13.00-18.15 Uhr, So 10.00-15.15 Uhr
€ 40,– (zzgl. Materialkosten), 18 UE

K 02.14.03 WE
Marie-Luise Macey
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.110
Fr-So, 06.-08.05.2011, Fr 19.00-21.15 Uhr, Sa 13.00-18.15 Uhr, So 10.00-15.15 Uhr
€ 40,– (zzgl. Materialkosten), 18 UE

K 02.14.04 WE
Marie-Luise Macey
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.110
Fr-So, 17.-19.06.2011, Fr 19.00-21.15 Uhr, Sa 13.00-18.15 Uhr, So 10.00-15.15 Uhr
€ 40,– (zzgl. Materialkosten), 18 UE

Musik

Mit allen Sinnen singen - Funktionales Stimmtraining
(Lichtenberger Modell)
Oft wird das Singenlernen auf den Erwerb von motorischen Fähigkeiten reduziert. Doch es ist viel mehr! Es ist die Synthese von feinster Motorik und Sensorik. Dabei spielen unsere Sinne eine bedeutende Rolle. Sie ermöglichen uns Wahrnehmung, Empfindung und Kommunikation mit uns selbst, dem Außen und dem Klang.
Dieser praxisbezogene Workshop richtet sich an alle, die schon immer gerne singen wollten, bereits in einem Chor singen oder beruflich viel sprechen bzw. singen, Gesangsunterricht nehmen, einen Chor leiten etc.
Die Kursleiterin ist ausgebildete Stimmpädagogin nach dem Lichtenberger Modell, Dipl.-Pädagogin und Konzertsängerin.
Bitte bringen Sie eine Isomatte, eine Decke, ein kleines Kissen, warme bequeme Kleidung und dicke Socken mit.

K 02.08.05 WE
Cornelia Dönhöfer
Langen, Altes Amtsgericht, Darmstädter Str. 27, Raum 14 (Saal 1. OG)
Fr/Sa, 21./22.01.2011,
Fr 18.00-21.00 Uhr, Sa 09.30-17.00 Uhr
€ 72,–, 14 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
In Zusammenarbeit mit der Volkshochschule Langen.

K 02.08.06 WE
Cornelia Dönhöfer
Langen, Altes Amtsgericht, Darmstädter Str. 27, Raum 14 (Saal 1. OG)
Fr/Sa, 08./09.04.2011,
Fr 18.00-21.00 Uhr, Sa 09.30-17.00 Uhr
€ 72,–, 14 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
In Zusammenarbeit mit der Volkshochschule Langen.

Rhythmus und Percussion
Über Puls, Körper- und Sprach-Rhythmen und der Koordination von Hand, Fuß und Stimme öffnet sich der Weg, Rhythmen zu erfahren und sie umzusetzen auf Handtrommeln (wie Congas, Djembe, Bongos etc.) und Percussionsinstrumenten (wie Rasseln, Glocken, Ratschen). Neben grundlegenden Rhythmusübungen wird die Spieltechnik der verschiedenen Instrumente vermittelt. Je nach Interesse können Rhythmen aus Afrika, Brasilien oder der Karibik (Kuba, Puerto Rico) erarbeitet werden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Instrumente werden gestellt. Eigene Instrumente - soweit vorhanden - bitte mitbringen.
K 02.08.07 WE
Ralf Moufang
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 8, 1. OG, Raum 8.104
Sa/So, 09./10.04.2011, 14.00-17.00 Uhr
€ 30,–
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung liegt vor.

Didgeridoo - Weiterführung I: Vertiefte Basics - mehr Didgeridoo, weniger Denken = Trance
Trance heißt alles, vom entspannten, „abgeschalteten“ Spiel bis zur tiefen Meditation. Was wir in diesem Workshop machen, kann so weit gehen, soll aber erst einmal den Anfang des Weges bewusst machen und es ermöglichen, von selbst entstandene, leichte Rhythmen verstehen, weiterspielen, variieren und reproduzieren zu können. Das ist die Grundvoraussetzung fürs Trance-Spielen.
Zu diesem Workshop gehören u.a. Koordinationsübungen, etwas Training, verschiedene Atemtechniken, Timing bei der Atmung und Rhythmusstruktur. Voraussetzung zum Mitmachen ist die Zirkularatmung, das heißt, man sollte fünf Minuten am Stück spielen können. Bitte ein Sitzkissen oder ähnliches mitbringen.
Didgeridoos können auf Anfrage gegen eine Leihgebühr von € 10,– gestellt werden. Bitte bei der Anmeldung unbedingt vermerken, wenn Sie kein eigenes Instrument mitbringen.
K 02.08.08
Matthias Eder
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 8, 1. OG, Raum 8.104
Sa, 18.06.2011, 10.00-16.00 Uhr
€ 44,– (bei Bedarf zzgl. Leihgebühr)
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Didgeridoo - Weiterführung II: Didgeridoo und Rhythmus
Dieser Workshop richtet sich an fortgeschrittene Didgeridoo-Spieler, die Rhythmen spielen lernen möchten.
Mit Übungen aus der Stimmbildung und der Body-Percussion nähern wir uns Rhythmusstrukturen, bringen sie aus dem Kopf heraus und in den Körper hinein und vertiefen sie mit dem Didgeridoo.
Das ermöglicht, eigene Rhythmen zu erfinden, schon vorhandene Rhythmen zu variieren und das Spiel schöner, flüssiger und komplexer zu gestalten und es gleichzeitig für den Spieler einfacher zu machen. Wer das verinnerlicht hat, nimmt Takt und Rhythmus nicht mehr als Einengung wahr, sondern als helfende und stützende Struktur, in der man sich frei bewegen kann. Voraussetzung ist auch hier die Zirkularatmung, das heißt, man sollte fünf Minuten am Stück spielen können. Bitte ein Sitzkissen o.ä. mitbringen.
Didgeridoos können auf Anfrage gegen eine Leihgebühr von € 10,– gestellt werden. Bitte geben Sie bei der Anmeldung unbedingt an, wenn Sie kein eigenes Instrument mitbringen.
K 02.08.09
Matthias Eder
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 8, 1. OG, Raum 8.104
So, 19.06.2011, 10.00-16.00 Uhr
€ 44,– (bei Bedarf zzgl. Leihgebühr)
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Von Aborigines, Kängurus und Didgeridoos - *Ein Kurztrip nach Australien für Kinder (8 - 14 J.)*
Wilde, gefährliche Tiere, riesige Wüsten, der Ayers Rock. Das ist Australien. Der Musiker und Australien-Abenteurer Matthias Eder, auch „Mad Matt“ genannt, entführt Euch in die unbekannte Welt dieses faszinierenden Kontinents. Er erzählt von seinen Erlebnissen während seiner Reisen, berichtet von australischen Tieren, Pflanzen, den verschiedenen Landschaften, der Kultur und dem Leben der australischen Ureinwohner, den Aborigines. Er spielt Euch auf seinem Didgeridoo vor und zeigt Euch, wenn Ihr wollt, auch ein bisschen, wie man es spielt.
K 02.08.10
Matthias Eder
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 8, 1. OG, Raum 8.104
Sa, 18.06.2011, 16.30-18.00 Uhr
€ 5,–
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Blues-Harp-Workshop I: Die Mundharmonika in der Blues-, Country- und Rock-Musik
Grundkurs
Die „Blues Harmonica“ oder „Blues Harp“ war ursprünglich ein Instrument, um darauf mit ein wenig Übung einfache Melodien spielen zu können. Später entwickelten sich durch die Fusion der afro-amerikanischen und der europäischen Kultur einige Spieltechniken, die die klanglichen Facetten und Einsatzmöglichkeiten dieses Instruments um ein Vielfaches bereicherten und völlig neue Wege und Ebenen eröffneten.
Dieser Kurs ist eine Einführung in die grundlegenden Spieltechniken dieses faszinierenden Musikinstruments. Der Detmolder Musiker Dieter Kropp gilt als einer der ausdrucksstärksten und versiertesten Blues Harmonica-Spieler Deutschlands mit internationaler Reputation. Unter seiner Anleitung erwerben die Teilnehmenden Kenntnisse, die zur eigenen spielerischen Betätigung und zur selbstständigen Weiterführung vorbereiten.
Eigene Instrumente (Blues Harp, Big River Harp, Marine Band 1896, Pro Harp o.ä.) bitte in C-Dur mitbringen. Es besteht aber auch die Möglichkeit, im Kurs Mundharmonikas vom Typ „Big River Harp“ zu einem Preis von € 20,– zu erwerben.
Notenkenntnisse sind nicht erforderlich!
K 02.08.11
Dieter Kropp
Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Sa, 02.07.2011, 10.00-17.30 Uhr
€ 49,–, 10 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Tanz

Orientalischer Tanz
Der orientalische Tanz, ein Tanz aus einer jahrtausendealten Kultur, ursprünglich nur unter Frauen getanzt, erfreut sich immer wieder großer Beliebtheit - vor allem bei den Tanzenden selbst.
Dieser Tanz ist weder von Alter noch Figur abhängig. Frauen, die orientalisch tanzen, entwickeln ein besseres Körpergefühl und mehr Lebensfreude.
Dies ist ein Kurs für alle Frauen, die Lust haben, sich gemeinsam mit Gleichgesinnten den mitreißenden Klängen orientalischer Musik hinzugeben und sich nebenbei fit und beweglich halten wollen.
K 02.09.01
Vasilica Kerkhoff
Rodgau (Dudenhofen), Freiherr-vom-Stein-Schule, Freiherr-vom-Stein-Str. 11, Aula
Do, 18.00-19.30 Uhr, ***ab 10.02.2011***
€ 44,–, 10 Termine, 20 UE

Disco Fox
Tanzen soll in erster Linie Spaß machen! Bei vielen Tanzveranstaltungen kommt man jedoch mit den üblichen Tanzstundenkenntnissen nicht sehr weit. Dieser Workshop macht Sie fit für das Tanzen zu Popmusik. Disco Fox kann man zu fast jeder Musik tanzen. Ein Paartanz, der leicht erlernbar ist und genug Raum für freies Tanzen lässt. In diesem Kurs lernen Sie zunächst den Grundschritt und anschließend einzelne Figurenelemente wie Platzwechsel und einfache Drehungen, die Sie dann frei va-

riieren können. Bereits nach diesem Wochenende sind Sie in der Lage, auf der Tanzfläche mit Freude mittanzen zu können.
K 02.09.02 WE
Elisabeth Moufang-Jäger
Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Sa/So, 07./08.05.2011, 11.00-14.00 Uhr
€ 31,–
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Disco Fox *(Aufbaukurs)*
Dieser Workshop richtet sich an alle, die schon einen Anfängerkurs absolviert haben oder über entsprechende Vorkenntnisse verfügen. Wir werden uns mit weiteren Figuren - Wickelfiguren und verschiedene Handhaltungen - beschäftigen und diese mit den bereits gelernten kombinieren.
K 02.09.03
Elisabeth Moufang-Jäger
Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Sa, 18.06.2011, 11.00-14.00 Uhr
€ 21,–
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Salsa und Merengue - Karibische Lebensfreude *(Grundkurs)*
Kaum ein anderer Tanz bietet so sehr die Möglichkeit, dem Alltag zu entfliehen wie der Salsa. Heiße, karibische Musik, die in die Beine geht, die Lust macht, sich zu bewegen, die gute Laune bereitet, die sich nach Sonne, Strand und Meer anfühlt. Nicht umsonst hat Salsa in den letzten Jahrzehnten einen weltweiten Siegeszug angetreten. Salsa zu tanzen bedeutet nicht nur Schritte zu setzen, Salsa steht auch für Lebensfreude und Leichtigkeit. Salsa kennt keine Alters- oder Klassengrenzen. Salsa lässt Raum für Spiel und Improvisation.
In diesem Workshop erfahren Sie unter professioneller Anleitung die wichtigsten Grundlagen des Salsa. Sie lernen dabei auch die Musik und den Rhythmus kennen und bald werden Sie mit Freude danach tanzen können.

K 02.09.04 WE
Elisabeth Moufang-Jäger
Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Sa/So, 07./08.05.2011, 14.00-17.00 Uhr
€ 31,–
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Salsa und Merengue *(Aufbaukurs)*
Dieser Workshop richtet sich an Teilnehmende, die schon einen Anfänger-Workshop absolviert haben oder anderweitige Vorkenntnisse mitbringen. Wir werden uns mit einfachen Drehkombinationen, Cross-Body-Lead und verschiedenen Handhaltungen beschäftigen und lernen, wie man diese miteinander kombiniert. Weiterhin werden wir an Rhythmussicherheit und Paarkommunikation arbeiten und vor allem Spaß am Tanzen zur lateinamerikanischen Musik haben.
K 02.09.05
Elisabeth Moufang-Jäger
Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Sa, 18.06.2011, 14.00-17.00 Uhr
€ 21,–
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Swing und Boogie
Das Tanzgefühl der 50er und 60er Jahre hält wieder Einzug! Deshalb wollen wir zu den heißen Rhythmen von Elvis, Chuck Berry und Glenn Miller den Swing dieser Zeit neu aufleben lassen. Erstaunlich viele junge Menschen tummeln sich in der Swingszene und haben die Freude an dieser Musik für sich entdeckt.
In diesem Kurs befassen wir uns mit den verschiedenen Grundschritten des Singletime Swing, Doubletime Swing (Boogie) und Tripletime Swing (Jive) und lernen einfache Platzwechsel, die sich frei miteinander kombinieren lassen. Der Spaßfaktor steht dabei ganz oben und nach einem Wochenende kann man schon richtig „loslegen“.
K 02.09.06 WE
Elisabeth Moufang-Jäger
Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Sa/So, 28./29.05.2011, 11.00-14.00 Uhr
€ 31,–
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Argentinischer Tango - getanzte Sinnlichkeit
Wer es etwas tiefgründiger mag, für den ist der Argentinische Tango genau das Richtige: sinnlich, weich, elegant und manchmal ein wenig melancholisch. Der Tango ist ein Tanz, in dem die Spannung zwischen den Geschlechtern zelebriert wird. Sehnsucht und Leidenschaft sprechen miteinander. Der Tango ist deshalb nicht nur bloßes Zusammenspiel von Füßen auf der Tanzfläche, sondern Ausdruck der gesamten Körperhaltung.
In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen des Argentinischen Tango kennen. Selbstverständlich gibt es auch Ausgeh-Tipps! - Der Kurs richtet sich in erster Linie an Paare, aber auch Einzelanmeldungen sind möglich.
K 02.09.07 WE
Elisabeth Moufang-Jäger
Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Sa/So, 28./29.05.2011, 14.00-17.00 Uhr
€ 31,–
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

KK Diese Kurse können von den gesetzlichen Krankenkassen im Rahmen von Präventionsmaßnahmen bezuschusst werden.

Gesundheit

Entspannung und Stressbewältigung

Mit Auge, Ohr, Hand und Fuß
- Kinder 6-10 Jahre mit Eltern
Jeder Mensch hat sein Dominanzprofil. Diese Bevorzugung eines bestimmten Auges, eines Ohres, einer Hand oder eines Fußes - und umgekehrt die Schwäche der gegenüber liegenden Seite - harmoniert oft nicht mit unserer dominanten Hirnhälfte und es kann zu Lernschwierigkeiten kommen. In diesem Kurs bestimmen wir das Profil des Kindes und erarbeiten Hilfestellungen für den (Schul-) Alltag. Kinder und Eltern lernen die Brain-Gym-Übungen kennen und gehen gemeinsam auf Traumreisen. Stille- und Wahrnehmungsübungen runden das Programm ab und Sie haben einen bunten Strauß von Möglichkeiten effektiver mit Ihrem Kind zu lernen.
Bitte mitbringen: Matte und/oder warme Decke, Schreibzeug, Buntstifte und Wasser.
K 03.01.01
Elke Pfütze, Heilpraktikerin
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1
Sa, 14.05.2011, 14.00-17.00 Uhr
€ 9,– Elternteil plus € 7,– Kind (bitte bei der Anmeldung Name und Alter des Kindes angeben)

Christiane Hosemann, Entspannungspädagogin

Zusammen entspannen mit Progressiver Muskelentspannung
- ein Verwöhnnachmittag für Eltern mit Schulkindern (6-11 Jahre)
Erleben Sie in gemütlichem Miteinander ganz stressfrei, wie Sie eine „SINN-volle“ Auszeit für sich und Ihr Kind gestalten können und durch gemeinsame Verwöhn-Rituale im Kontrast zur Hektik des Alltags eine entspanntere Familienatmosphäre gestalten. Die Progressive Muskelentspannung eignet sich als eine von Groß und Klein ganz unkompliziert zu praktizierende, aber sehr effektive Tiefenentspannungsmethode, die hilfreich ist bei (Schul-) Stress, Nervosität, Verspannungen und Schlafschwierigkeiten. Ergänzend runden Elemente der Atementspannung, des autogenen Trainings, Wahrnehmungsspiele, Massagen, Phantasiereisen und einfache Brain-Gym-Übungen zur Konzentration diesen Verwöhntag ab.
Bitte mitbringen: Matte, Decke (Schlafsack), Kissen, warme Socken, Verpflegung
K 03.01.02
Christiane Hosemann,
Entspannungspädagogin
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.106
Do, 17.03.2011, 15.30-19.15 Uhr
€ 11,– Elternteil plus € 8,– pro Kind, 1 Termin, 5 UE, zzgl. Kosten für Übungsmaterial

Stress verarbeiten und Energie freisetzen - den Berufsalltag gelassener gestalten KK
Berufliche und persönliche Belastungen kennzeichnen unseren Alltag. Unsere Psyche und unser Körper sind stark belastet, manchmal überlastet, Beschwerden stellen sich ein, wir sind gestresst. Wir beschäftigen uns mit den Ursachen und Auswirkungen von Stress. Körperübungen (vor allem mit Yoga) und eine neue innere Ausrichtung helfen uns, den Alltag kraftvoller, klarer, ruhiger und entspannter zu leben und zu uns selbst zu kommen.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, warme Socken, Schreibmaterial

K 03.01.06 BU BU
Lothar Brill, Dipl.Soz.Arb. (FH), Yogalehrer
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.106
Mo-Fr, 06.-10.06.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 138,–, 5 Termine, 40 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

K 03.01.07 BU BU
N. N.
Sylt
So-Sa, 30.10.-05.11.2011
ca. € 570,– incl. Bahnfahrt, Unterkunft und Vollverpflegung
Bitte Flyer mit näheren Infos anfordern unter 0 61 03 / 31 31 - 13 50.

Wellnesstag
Schenken Sie sich selbst und den Menschen, die Ihnen am Herzen liegen, Aufmerksamkeit, Zeit und Streicheleinheiten. Erlernen Sie sanfte und doch tiefgehende Körpermassage mit duftenden Aromaölen, eine wohltuende Gesichtsmassage für die Schönheit und Körperübungen, die entspannen und Ihnen gleichzeitig neue Kraft geben.
Bitte bequeme Kleidung, Socken, Handtuch, Decke, Laken, großes Kissen mitbringen.
Bitte zu zweit anmelden!
K 03.01.08
Eva Pünter
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1
Sa, 19.03.2011, 10.00-18.00 Uhr
€ 22,–, 1 Termin, 10 UE, zzgl. € 5,– für Aromaöl

Klangmassage nach Peter Hess®
Peter Hess hat die Methode der Klangmassage aus vielfältigen Klangerfahrungen in Nepal und Tibet entwickelt und in langjähriger Praxis an die Bedürfnisse der Menschen in westlichen Kulturen angepasst. Der Ton der Klangschalen berührt unser Innerstes, er bringt die Seele zum Schwingen. Ihr Klang löst Spannungen, mobilisiert die Selbstheilungskräfte und setzt schöpferische Energien frei. Das Seminar wird mit einer gegenseitigen Klangmassage zum Klangerlebnis.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, Decke, Iso-Matte, Nackenkissen, Imbiss und Trinkwasser
K 03.01.11
Heidi Ninomiya-Rehm,
Peter Hess Klangmassage®-Praktikerin
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.106
So, 19.06.2011, 10.00-18.00 Uhr
€ 22,–, 1 Termin, 10 UE

Entspannung bei Schmerzen

In Ruhe und Entspannung Schmerzen auflösen und lindern. Das ist das Ziel des Entspannungskurses. Gezielte mentale Übungen und Phantasiereisen helfen dabei, besser mit Schmerzen umzugehen. Lernen Sie Ihre Schmerzen besser anzunehmen und loszulassen. So wie das Nervensystem Schmerz „erlernt“ hat, (und ihn dabei chronisch werden lässt) kann es auch wieder lernen, ihn zu kontrollieren und zu vergessen. Die Übungen ersetzen natürlich keine Medikamente.
Bitte Isomatte, Decke und warme Socken mitbringen.
K 03.01.12
Brita Fellner-Näser, Heilpraktikerin
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.106
Di, 19.00-20.00 Uhr, ***ab 08.02.2011***
€ 18,–, 6 Termine, 8 UE

Power-Pausen - professionelle Entspannung fürs Büro

Wer nicht regeneriert, verliert ... Die Fähigkeit, gezielt Körper und Geist entspannen zu können, stellt besonders in Zeiten hoher Anforderungen ein wichtiges Instrument zum Ausgleich von Stressbelastungen und zum dauerhaften Erhalt von Vitalität, Gesundheit und Lebensfreude dar. Für lange Entspannungsübungen fehlt im Büroalltag meist die Zeit und die passende Umgebung - gewusst wie, reichen aber oft schon kürzere Pausen zum „Auftanken“.
Bitte Decken und Kissen mitbringen.
K 03.01.13
Christiane Hosemann,
Entspannungspädagogin
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.106
Mo, 11.04.2011, 17.00-21.30 Uhr
€ 13,– , 1 Termin, 6 UE, zzgl. Kosten für Übungsmaterial

Unser Atem trägt uns durchs Leben

K 01.07.27 WE
Birgit Kramer, staatl. anerkannte Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin
Kursbeschreibung siehe S. 6

„Zeigt her Eure Füße“

Heute dreht sich alles um unsere Füße - für mehr Wohlbefinden, Gesundheit und Leichtigkeit.
Akupressurtechniken helfen auf dem Weg zu mehr Gelassenheit, Ausgeglichenheit und mehr Kenntnis über sich selbst. Durch Fußreflexzonen-Entspannungsmassagen werden die Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert. Im Kurs lernen die Teilnehmer wirkungsvolle Lockerungs-, Entspannungsübungen und Massagetechniken kennen, die sie leicht im täglichen Leben umsetzen können.
Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, Handtuch, Iso-Matte, Decke mitbringen.
K 03.01.15
Christiane Cholschreiber-Dammann,
Entspannungspädagogin
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.106
So, 10.04.2011, 10.00-16.00 Uhr
€ 18,–, 1 Termin, 8 UE

Zilgrei® - das Atmungs- und Haltungssystem nach A. Zillo und Dr. H. Greissing

Zilgrei ist eine wirkungsvolle Selbsthilfemethode zur Schmerzlinderung und besseren Beweglichkeit, die ohne besondere Voraussetzungen erlernbar ist. Sie kann in jedem Alter zur Vorbeugung und zur Selbstbehandlung angewendet werden. Beweglicher und beschwerdefrei, das ist der Wirkungseffekt von Zilgrei. Das Wirkungsspektrum umfasst u.a. Einschränkungen des gesamten Bewegungsapparates und hilft u.a. bei Rheuma, Arthrose, Kopf-, Nacken-, Rückenschmerzen, Stress und Nervosität.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, Decke, Iso-Matte, Nackenkissen, Imbiss und Trinkwasser
K 03.01.29
Heidi Ninomiya-Rehm, Zilgrei®-Lehrerin
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.106
Sa, 19.02.2011, 10.00-18.00 Uhr
€ 22,–, 1 Termin, 10 UE

Feldenkrais-Workshop: Befreite Schultern, entspannter Nacken

In speziellen Feldenkrais-Lektionen lernen Sie durch sanfte und aufmerksam ausgeführte Bewegungen sich neu zu bewegen. Ein effektiveres Zusammenspiel aller Körperteile führt zu fließenden, leichteren und effizienteren Bewegungsabläufen und zur Entlastung von Schulter, Nacken und mehr. Hier ist tatsächlich der Weg das Ziel - unter Beachtung dessen, was jedem Einzelnen im Moment möglich ist.
Bitte bequeme Kleidung, Decke, Socken mitbringen.
K 03.01.30 WE
Eva-Maria Spieß, Gilde-lizensierte Feldenkrais-Lehrerin®
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum M 1
Sa/So, 28./29.05.2011,
Sa 16.00-18.00 Uhr, So 10.00-16.00 Uhr
€ 22,–, 2 Termine, 10 UE

Qi Gong und die Aktivität der Gedanken

Qi Gong Übungen stabilisieren Körper und Geist; sie schaffen neuen Raum in uns. Das immer tätige Wachbewusstsein kommt zur Ruhe und die tieferen Schichten des Bewusstseins können sich mühelos öffnen. Ohne zu bewerten beobachten wir, was uns bewegt und teilen dies miteinander im Dialog.
Sie lernen verschiedene Qi Gong Übungen, die Sie im Alltag anwenden können. Dabei lernen Sie sich selber besser kennen und schaffen dadurch mehr Raum für mehr Freiheit in Ihrem Leben.
Bitte mitbringen: Kissen und Decke, bequeme Kleidung, Schreibutensilien.
K 03.01.31 WE
Patricia Eilert
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166,Haus 6, 1. OG, Raum 6.106
Sa/So, 26./27.03.2011,
Sa 12.00-18.00 Uhr, So 10.00-17.30 Uhr
€ 40,–, 2 Termine, 18 UE

Bildungsurlaub BU

Kurse für Kinder und Jugendliche ☺

Qi Gong Wildgans-Typ - chinesische Heilgymnastik zur guten Lebensqualität

Merkmale einer gesunden Lebensqualität sind z.B. gutes Gedächtnis, geschmeidige, gelenkige Beweglichkeit, stabile psychische Stimmung, harmonische Funktion der inneren Organe, starke Abwehrkraft usw. Um das zu erreichen, sollte man täglich 10 Minuten diesen Typ des Qigongs mit den sanften und fließenden Bewegungsabläufen trainieren. Wegen der erwiesenen Wirkung erhielt Wildgans-Qi Gong im Jahr 1995 in China eine staatliche Anerkennung.
Übungsschwerpunkte dieses Kurses sind die Figuren 1-30. Der Kurs ist auch für Anfängerinnen und Anfänger geeignet.
Bitte Schreibutensilien, Matte, bequeme Kleidung und Schuhe mitbringen.
K 03.01.32 WE
Weihong Yang, chinesischer Arzt
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11,Raum 1
Sa/So, 21./22.05.2011,
Sa 10.00-17.00 Uhr, So 10.00-17.00 Uhr
€ 22,–, 2 Termine, 10 UE

Bewegung

Spinning - ein Herz-Kreislauf-Training

Einfach gesagt ist Spinning Radfahren in der Gruppe zu fetziger Musik unter Anleitung eines Trainers, der selbst mitfährt und durch Einlegen unterschiedlicher Musik den „Tretrhythmus“ vorgibt. Gefahren wird auf speziell konstruierten, feststehenden Rädern. Spinning eignet sich für jede Altersstufe, egal ob weiblich oder männlich, ob dick oder dünn. Es fördert die Ausdauer und die Fettverbrennung - der Fettkiller Nr. 1!
Diese Veranstaltung wird in Kooperation mit dem Fitness-Club Vita Nova durchgeführt. Mitzubringen sind zwei Handtücher und eine Trinkflasche.
K 03.02.01
Günter Agsten, Vita Nova
Seligenstadt, Vita Nova, Sportgelände, Zellhäuser Straße
Mi, 18.00-19.00 Uhr, ***ab 02.02.2011***
€ 48,– (zzgl. € 26,– Raum- und Gerätenutzungsgebühr), 16 Termine, 22 UE

Zumba

Zumba - der umgangssprachliche spanische Ausdruck für „sich schnell bewegen und Spaß haben“ - wurde Mitte der 90er-Jahre von dem Kolumbianer Alberto „Beto“ Perez entwickelt. Angeregt wurde er durch die Latin-Salsa- und Merengue-Musik seiner Heimat. Entstanden

Petra Lück,
Fachbereichsleiterin
Tel.: 0 61 03 / 31 31 - 13 43
E-Mail: p.lueck@kreis-offenbach.de

ist daraus eine Kombination aus feurigen lateinamerikanischen Rhythmen und heißen Tanzschritten aus Cumbia, Salsa, Samba und Merengue.
Für die Teilnahme an diesem Workshop muss man nicht tanzen können. Das wichtigste ist, sich zur Musik zu bewegen u. Spaß zu haben.
Der Zumba-Kurs wird in Kooperation mit dem Fitnessstudio CURES Wellness veranstaltet. Mitzubringen sind leichte Sportkleidung und eine Trinkflasche.
K 03.02.02
Petra Bolling
Dietzenbach, Cures Wellness Fitnessstudio, Borsigstr. 6
So, 15.00-16.00 Uhr, ***ab 06.03.2011***
€ 18,– (zzgl. € 10,– Raum- und Gerätenutzungsgebühr), 6 Termine, 8 UE

Beckenboden-Gymnastik

Dieser Kurs unter Leitung einer Physiotherapeutin eignet sich für Frauen und Männer mit Rückenbeschwerden oder Harninkontinenz, für Frauen mit Gebärmuttersenkung sowie für Männer nach Prostataoperationen. Ziel ist die Muskeln des Beckenbodens zu trainieren. Dazu müssen Sie diese „unsichtbaren“ Muskeln zunächst wahrnehmen, damit Sie sie isoliert anspannen können. Mit einem starken Beckenboden ändert sich auch die Stellung des Beckens in Bezug auf die Lendenwirbelsäule. Rückenschmerzen lassen sich so beseitigen oder entstehen erst gar nicht. Die Beckenboden-Gymnastik wird in Kooperation mit dem Fitnessstudio CURES Wellness veranstaltet. Mitzubringen sind Sportkleidung, ein Handtuch und eine Trinkflasche.
K 03.02.03
Baris Güngör
Dietzenbach, Cures Wellness Fitnessstudio, Borsigstr. 6
Mo, 17.30-18.30 Uhr, ***ab 21.02.2011,***
außer Rosenmontag
€ 18,– (zzgl. € 10,– Raum- und Gerätenutzungsgebühr), 6 Termine, 8 UE

Bewegungstraining
Nach Aufwärmübungen erfolgt ein Bewegungstraining mit Schwerpunkt Volleyball.
K 03.02.25
Jürgen Krzonkalla
Neu-Isenburgs, Schule im Buchenbusch, Im Eschenweg 4, Turnhalle
Do, 18.00-20.15 Uhr, ***ab 03.02.2011***
€ 106,–, 16 Termine, 48 UE

Nicht-Raucher-training

Zigaretten ade
Wie man erfolgreich, stressfrei und ohne Angst vor großer Gewichtszunahme zum zufriedenen Nichtraucher werden kann, zeigt der Kurs „Zigarette ade - Nichtraucher in 6 Wochen". Er beruht auf neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen und hat eine nachgewiesene hohe Erfolgsquote. Das Anzünden einer Zigarette ist ein über mehrere Jahre trainiertes und ritualisiertes Verhalten. Deshalb wird in drei Stufen - Beobachten, Verändern und Stabilisieren - das Rauchen dauerhaft verlernt. Die guten Ergebnisse werden erzielt, indem die Raucherinnen und Raucher ihr Ziel, das Rauchen aufzugeben, gemeinsam mit anderen verfolgen. Es macht mehr Spaß, wenn man sich gegenseitig hilft, motiviert und unterstützt.
Der Kurs entspricht den Kriterien der Spitzenverbände der Krankenkassen (Paragraph 20 SGB V) und ist somit erstattungsfähig. Der Rückerstattungsbetrag liegt je nach Krankenkasse bei ca. 75-140 Euro.
K 03.03.02
Ole Ohlsen
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Bauteil 2, 1.OG, Raum 2.107
Kostenlose und unverbindliche Informationsveranstaltung am
Mi, 10.03.2011, 19.30-20.30 Uhr
(telefonische Voranmeldung erbeten)
Kurs ***ab Mi, 17.03.2011,*** 19.30-21.30 Uhr
(schriftliche Anmeldung ist erforderlich)
Abmeldeschluss: 15.03.2011
€ 150,– (incl. € 25,– für Seminarunterlagen, Kopien, Getränke und kleine Snacks),
5 Termine, 20 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Erkrankungen / Heilmethoden

Führungen im Wetterpark
K 01.14.30
K 01.14.31
Bernd Zeuschner
Beschreibung siehe S. 9

Homöopathische und psychologische Aspekte der Persönlichkeit
Dieser Kurs gibt Einblick in die klassische Homöopathie, die sich mit einigen Arzneimittelbildern auf die Persönlichkeitstypologie bezieht. Gleichermaßen werden auch die psychologischen Aspekte der Persönlichkeit (nach Dietmar Friedmann) beleuchtet. Diese zwei Aspekte - psychologisch und homöopathisch - ergänzen sich hervorragend und geben eine umfassende Antwort darauf, welcher Typ Sie sind und wie Sie Ihre Persönlichkeit weiterentwickeln können.
K 03.04.01 WE
Andrea Helmling, Heilpraktikerin,
Elisabeth Mannhalter, Dipl. Politologin
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166,Haus 2, 1. OG, Raum 2.107
Sa/So, 19./20.03.2011, 10.00-18.00 Uhr
€ 88,–, 2 Termine, 40 UE

Die Dorn-Methode - Hilfe zur Selbsthilfe bei Rückenschmerzen
Viele kennen Schmerzen an Wirbelsäule, Knochen und Gelenken. Ursache ist eine ständige Fehlhaltung beim Sitzen und Stehen und mangelnde Bewegung. Sie lernen spezielle, sanfte und einfache Übungen, um die Wirbel und Gelenke wieder in die richtige Position zu bringen und Schmerzen zu lindern. Die Breuss-Massage ist für den Rücken gedacht und schenkt Entspannung und Wohlbefinden. Sie lernen die Massage am Rücken mit verschiedenen Griffen kennen.
Bitte eine Decke, Isomatte und 2 Handtücher mitbringen.
K 03.04.02
Andrea Mira Jegoroff, Heilpraktikerin
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 6, 1. OG, Raum 6.106
Sa, 09.04.2011, 10.00-14.00 Uhr
€ 11,–, 1 Termin, 5 UE

Schüßler Salze - Salze des Lebens
Die Schüßler Salze sind Mineralsalze, die für den Stoffwechsel eine regulierende, aufbauende und ausgleichende Wirkung haben. Im Kurs erfahren Sie, welche Salze es gibt, welchen Schwerpunkt jedes der 12 Salze hat, wie Sie die Salze zur Selbsthilfe anwenden können und wie Sie anhand des Gesichtes erkennen, welches Salz Ihr Körper benötigt. Bitte kein Make-up oder Cremes benutzen, um die Gesichtshaut sehen zu können.
K 03.04.03
Andrea Mira Jegoroff, Heilpraktikerin
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.107
Sa, 19.02.2011, 10.00-15.30 Uhr
€ 13,–, 1 Termin, 6 UE

Die Ergänzungsmittel der Schüßler Salze
Um die ersten 12 Schüßler-Salze nun erweitern, gibt es die Ergänzungsmittel von Nr. 13-24. Sie können ebenso zum Einsatz kommen und bilden eine weitere Möglichkeit zur Selbsthilfe.
Teilnahme-Voraussetzung: gute Grundkenntnisse der Schüßler Salze Nr. 1-12. Bitte Schreibunterlagen mitbringen.
K 03.04.04
Andrea Mira Jegoroff, Heilpraktikerin
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.107
Sa, 11.06.2011, 10.00-15.30 Uhr
€ 13,–, 1 Termin, 6 UE

Jin Shin Jyutsu® - Japanisches Heilströmen
Eine alte japanische Heilkunst, die im 20. Jahrhundert eine Neubelebung erfahren hat. Alles, war dazu benötigt wird, sind die Hände, die wir uns selbst und auch gegenseitig auf die Hauptenergiepunkte (Energieschlösser) unseres (bekleideten) Körpers auflegen. Diese Punkte - 26 auf jeder Körperhälfte - haben direkten Zugang zu allen Körperfunktionen. Durch das Halten der Energiepunkte lassen sich Blockaden lösen, Beschwerden lindern und der Energiestrom kann ungehindert fließen. Die wichtigsten Energiepunkte und deren Funktion werden in praktischen Übungen erlernt. Ergänzend werden Anwendungen zur Ersten Hilfe geübt.
Bitte mitbringen: Schreibsachen, bequeme Kleidung, Socken, Decke, Iso-Matte, Nackenkissen, Imbiss und Trinkwasser
K 03.04.05
Heidi Ninomiya-Rehm,
Jin Shin Jyutsui®-Praktikerin
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1
So, 03.04.2011, 10.00-18.00 Uhr
€ 22,–, 1 Termin, 10 UE

Chinesische Medizin: Gesundheitszustands vorhersage, gesunde Diät und Kräutertee - 5-Elemente-Lehre
Die chinesische Medizin ist eine Art von Körperklimaforschung. Durch Zungenbeobachtung und Pulsmessung kann man den eigenen Gesundheitszustand beurteilen. Einer der Hauptpfeiler ist die Ernährung nach den 5 Elementen Holz, Erde, Metall, Feuer, Wasser, die den 5 Geschmäckern sauer, süß, scharf, bitter, salzig entsprechen. Mit dieser Ausgleichstheorie können viele Disharmonien und Beschwerden im Körper, die aufgrund von individueller Kondition, psychischer Stimmung, den Jahreszeiten oder Veränderungen des Klimas entstanden sind, vorgebeugt, ausgeglichen oder geheilt werden. Das Seminar beinhaltet die Grundtheorie, persönliche Gesundheitszustandsbeurteilung und Anwendung von Süß- und Sauergeschmack mit vielen praktischen Rezepten. Bitte Schreibzeug mitbringen.
K 03.04.07
Weihong Yang, chinesischer Arzt
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1
So, 03.07.2011, 10.00-17.00 Uhr
€ 22,–, 1 Termin, 10 UE

Tui Na-Massage, Hilfe bei Rücken-, Hüftschmerzen und Bandscheibenvorfall
Tui Na ist eine spezielle Massagetechnik in der chinesischen Medizin mit verschiedenen Handmethoden, wie z.B. einrenken, reiben, drücken, pressen. Viele Menschen leiden allgemein an Steife- und Verspannungsschmerzen im Brust-, Lendenwirbel-, Bein- und Ischiasbereich. Seit 2000 Jahren bietet die chinesische Medizin mit Hilfe der Tui Na-Massage, Kräutermischungen und Qi-Gong-Übungen wirkungsvolle Methoden, Rehabilitations- und Vorbeugungsmöglichkeiten an. Im Kurs werden Bewegungstests für die entsprechende Körperbeweglichkeit und Kräutertherapien angeboten, sowie auch Tui Na- und Vorbeugungsübungen individuell gezeigt und praktisch geübt.
Bitte Schreibutensilien, Matte, bequeme Kleidung mitbringen.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
K 03.04.08
Weihong Yang, chinesischer Arzt
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1
Sa, 02.07.2011, 10.00-17.00 Uhr
€ 22,–, 1 Termin, 10 UE

Diese Kurse können von den gesetzlichen Krankenkassen im Rahmen von Präventionsmaßnahmen bezuschusst werden.

Wechseljahre - Zeit für Veränderung, Zeit für mich

Hitzewallungen, seelisches Tief, Schlafstörungen - wer kennt das nicht? Die Wechseljahre gehören zum Leben jeder Frau und werden doch unterschiedlich wahrgenommen. Der Kurs bietet Frauen die Möglichkeit, sich mit den körperlichen und seelischen Veränderungen auseinander zusetzen und eigene Ressourcen zu entdecken. Neben Informationen zur Hormonumstellung gibt es interessante Tipps rund um naturheilkundliche Möglichkeiten und zur Ernährung, aber auch Entspannungs- und Bewegungsübungen.
K 03.04.09
Corinne C. Hahn, Gesundheitsberaterin
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.109
Di, 18.30-20.00 Uhr, ***ab 15.03.2011***
€ 22,–, 5 Termine, 10 UE

Ernährung

Basenfasten® nach der Wackermethode

Basenfasten entsäuert den Körper, entlastet den Organismus und entschlackt das Bindegewebe.
Eine Woche werden nur basische Lebensmittel zubereitet und somit auf alle tierischen Eiweiße, Alkohol, Zucker und Kaffee verzichtet. Essen Sie sich satt mit der gezielten Auswahl von Lebensmitteln. Die Rezepte sind vielfältig und schmackhaft. Im Kurs erhalten Sie alle erforderlichen Informationen. Am Samstag findet ein praktischer Teil statt, mit einem gemeinsamen Imbiss, Warenkunde und praktischen Ideen zur basischen Ernährung.
K 03.07.01
Brita Fellner-Näser, Heilpraktikerin
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.115
Di 05.04., Do 07.04., Di 12.04.2011, 19.00-20.30 Uhr sowie ***Sa, 09.04.2011,*** 11.30-13.30 Uhr
€ 20,– (zzgl. € 3,– für Lebensmittel), 4 Termine, 9 UE

Stress am Arbeitsplatz und gesund essen- gewusst wie

Wir stellen gemeinsam einfache, aber wirkungsvolle Pausensnacks her, die Sie später im Berufsalltag leicht nachmachen können. Erfahren Sie auch, wie Stress und Ernährung zusammenhängen und mit welchen Tipps und Tricks es machbar ist, bei Stress gesund zu essen - kombiniert mit einem sinnvollen Essverhalten.
Wie sollte ich am Arbeitsplatz und unterwegs richtig essen und welche Bedeutung haben Zwischenmahlzeiten für die Leistungsfähigkeit? Die Leistungskurve, Heißhunger und dessen Entstehung stellen ebenso Schwerpunkte dar, wie die Bewertung von Fastfood im Hinblick auf eine ausgewogene Ernährung.
K 03.07.02
Annette Gumpricht, Ernährungswissenschaftlerin
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 7, 2. OG, Raum 7.212
Fr, 20.05.2011, 17.00-21.00 Uhr
€ 11,–, zzgl. € 7,– für Lebensmittel und Handout (direkt an Kursleiterin), 1 Termin, 5 UE

Annette Gumpricht, Ernährungsexpertin

Kochen

Kochen nach der 5-Elemente-Küche - Leicht und lecker abnehmen

Kennen Sie das auch? Sie nehmen trotz vieler Diäten einfach nicht ab. Im Gegenteil, Sie nehmen immer mehr zu! Durch den ständigen Verzicht sind Sie so verunsichert, dass Sie gar nicht mehr wissen, was Sie essen dürfen. Wenn der Frust dann allzu groß wird, gibt es kein Halten mehr. Sie nehmen innerhalb kurzer Zeit die Kilos zu, die Sie sich mühevoll abgehungert haben.
Wir bereiten gemeinsam ein leichtes, leckeres Menü nach der 5-Elemente-Küche zu und genießen es gemeinsam.
K 03.07.03
Helen Fuhrländer
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 7, 2. OG, Raum 7.212
Do, 26.05.2011, 18.00-21.45 Uhr
€ 20,– (zzgl. € 12,– Umlage für Lebensmittel), 1 Termin, 5 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

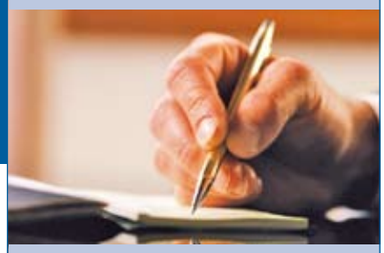
Kochen nach der 5-Elemente-Küche - Das schnelle vegetarische Abendessen

Nach einem anstrengenden Arbeitstag am PC, Telefon etc. tut unserem Körper ein leichtes vegetarisches Abendessen besonders gut.
Wir bereiten ein leckeres, saftreiches vegetarisches Abendessen nach der kreativen 5-Elemente-Küches zu und genießen es gemeinsam. Zum einfachen Nachkochen für zu Hause erhalten Sie hiervon auch alle Rezepte.
K 03.07.06
Helen Fuhrländer
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 7, 2. OG, Raum 7.212
Do, 09.06.2011, 18.00-21.45 Uhr
€ 20,– (zzgl. € 12,– Umlage für Lebensmittel), 1 Termin, 5 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Vietnamesische Küche

Trotz der Vielfalt der asiatischen Küche hebt sich die vietnamesische durch ihre einzigartige Gewürzmischung und Zubereitungsart hervor. Dabei werden die regionalen Unterschiede deutlich, denn das Land hat durch seine geographischen Gegebenheiten sehr traditionelle regionalbedingte Ess- und Geschmacksgewohnheiten. Sie lernen für das Land typische Gerichte und Menüfolgen kennen, mal raffiniert, mal einfach, aber immer köstlich zubereitet.
Dabei werden Sie sich hoffentlich mit den Essstäbchen vertraut machen, die in diesem Land ein unverzichtbares Instrument sind. Darüber hinaus werden Ihnen interessante Einblicke in die vietnamesischen Lebens- und Essgewohnheiten gegeben, die Ihnen das Land und seine geheimnisvollen Seiten näher bringen.
Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, ein scharfes Küchenmesser und einen kleinen Behälter zum Mitnehmen eventueller Reste.
K 03.07.15
Thanh Thuy Duong Thi
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 7, 2. OG, Raum 7.212
Do, 18.30-21.30 Uhr, ***ab 03.03.2011***
€ 35,– (zzgl. € 3,60 Küchenbereitstellungsgebühr), 4 Termine, 16 UE
Die Kosten für Lebensmittel in Höhe von ca. € 6,– pro Abend werden im Kurs abgerechnet.

Deutsch



Lesen und Schreiben von Anfang an Alphabetisierung für deutsche Erwachsene

Viele deutsche Erwachsene können nicht oder nur mühsam lesen und schreiben. Im Alltag gibt es für sie zahlreiche Schwierigkeiten und immer sind sie auf die Hilfe anderer angewiesen.
Dieser Kurs soll helfen, das zu ändern. Hier kann man Lesen und Schreiben im Erwachsenenalter erlernen! Wir arbeiten in einer kleinen Gruppe in entspannter Atmosphäre.
K 06.07.01
Regina Wellings
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1.OG, Raum 2.107
Mi, 18.00-20.30 Uhr, ***ab 16.02.2011***
€ 54,–, 12 Wochen, 36 UE
Der Einstieg in den Kurs ist - soweit Platz vorhanden - jederzeit möglich. Bitte lassen Sie sich unverbindlich beraten:
Frau Fries 0 61 03 / 31 31 - 13 37,
Frau Wellings 0 69 / 30 06 87 70.
Selbstverständlich wird jedes Gespräch vertraulich behandelt.

Sicherheit in der deutschen Rechtschreibung

Sie möchten Ihre Texte wie z.B. E-Mails oder Protokolle in korrekter Rechtschreibung verfassen. Deshalb möchten Sie die wichtigsten Regeln der Rechtschreibung systematisch wiederholen und üben: Groß- und Kleinschreibung, Kommasetzung, Schreibung der Wörter (z.B: ss, ß).
Voraussetzung: Ihre Muttersprache ist Deutsch oder Sie haben Deutsch so gut gelernt, dass Sie problemlos sprechen und verstehen.
K 04.04.42
Thomas Knaust
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 2. OG, Raum 2.207
Fr/Sa, 11./12.03. und 18./19.03.2011,
Fr 17.00-21.00 Uhr, Sa 09.00-17.00 Uhr
€ 45,–, 4 Termine, 30 UE

Gebärdensprache

Gebärdensprache für Anfänger/innen

Die deutsche Gebärdensprache ist eine natürliche und eigenständige Sprache der Gehörlosen, um sich mit anderen zu verständigen und auszutauschen. Im Kurs werden natürliche Gebärdenzeichen, Mimik und visuelle und nonverbale Kommunikation geübt. Dabei erhalten Sie Einblick in das Leben und die Kultur der Gehörlosen. Der Kurs wird von einem gehörlosen Dozenten geleitet.
Kursinhalt: Mimikübungen, Fingeralphabet, richtungsgebundene Verbgebärden, Namensgebärden sowie Fachgebärden aus dem Bereich Familie, Zeit, Verkehr und Natur.
K 04.00.01 WE
Achim Kreutz
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.115
Fr/Sa, 18./19.03. und 25./26.03.2011,
Fr 18.00-21.00 Uhr, Sa 10.00-13.00 Uhr
€ 35,–, 4 Termine, 16 UE, zzgl. € 5,– für Kursmaterial

Gebärdensprache für Fortgeschrittene I

Im Kurs werden Satzmimik (Sprachinstrument der Gebärdensprache), Modalverben, Lokalitäten, objektinkorporierende Gebärdenzeichen, Spezialgebärden sowie Fachgebärden im Bereich Leben/Wohnen, Termine vereinbaren, Arbeit/Beruf, Tiere und Länder geübt.
K 04.00.02
Achim Kreutz
Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1, Seitentrakt, EG, D 0.2
Mo, 19.00-20.30 Uhr, ***ab 14.02.2011***
€ 53,–, 11 Termine, 24 UE, zzgl. € 5,– für Kursmaterial
Der letzte Kurstermin (4 UE) wird in Offenbach durchgeführt. Genaue Informationen erhalten Sie im Kurs.

Fremdsprachen

Fachbereichsleitung:
Hildegard Fries
(Deutsch als Fremdsprache)
0 61 03 / 31 31 – 13 37
Klaus D. Schiller (Fremdsprachen)
0 61 03 / 31 31 – 13 36

Deutsch als Fremdsprache

Intensivkurse

Die Anmeldung:

Vor dem Besuch eines Intensivkurses Deutsch als Fremdsprache beraten wir Interessenten in einem ausführlichen Gespräch und stufen sie ihrem Kenntnisstand entsprechend ein.
Bitte vereinbaren Sie einen Termin mit uns: 0 61 03 / 31 31 – 13 13

• Der Unterrichtsort

Alle Intensivkurse finden in **Dreieich (Sprendlingen) statt. Die genaue Adresse: Haus des Lebenslangen Lernens (HLL) Frankfurter Str. 160-166**
Die Angabe des Unterrichtsraumes finden Sie auf Informationstafeln im Foyer des HLL.

• Die Bücher

– Hamburger ABC, Arbeitsgemeinschaft Karolinenviertel e.V.
– Erste Schritte, Hueber-Verlag
– Schritte plus, Hueber-Verlag
– em neu, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber-Verlag
– Das Oberstufenbuch, Schubert-Verlag
Weitere Angaben zu Materialien und zur Lektüre erhalten Sie im Kurs.

• e-learning

Im Selbstlernzentrum im HLL (Raum 2.102) stehen Ihnen verschiedene Sprachlernprogramme kostenlos zur Verfügung. Sie können hier zusätzlich zum Unterricht ihre Sprachkenntnisse verbessern und gezielt üben.
Unser Programm
TELLMEMORE® By Auralog Deutsch
ist eine vielfach prämierte Lernsoftware.
Gern helfen wir Ihnen bei der Anwendung.
Ansprechpartner:
Mathias Hein, Tel.: 0 61 03 / 31 31 - 21 04.

• Die Prüfungen

Bitte entnehmen Sie die Titel und Termine unserer Sprachprüfungen der Tabelle auf S. 27.
Die entsprechenden Anmeldeformulare sind bei der Kreisvolkshochschule Offenbach erhältlich.
Die Anmeldung ist verbindlich. Abmeldungen sind nur bis zum jeweils letzten Anmeldetermin möglich. Danach werden Prüfungsgebühren fällig!
Falls verspätete Anmeldungen noch berücksichtigt werden können, erhöht sich die Prüfungsgebühr; bitte im Einzelfall bei der Kreisvhs erfragen.

Integrationskurse nach dem Zuwanderungsgesetz:

Die Kreis-vhs Offenbach ist ein vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) zugelassener Anbieter von Integrationskursen. Neuzuwanderer erhalten direkt von der Ausländerbehörde eine Berechtigung zur Teilnahme. Auch länger hier lebende Ausländer können auf Antrag beim BAMF eine solche Berechtigung erhalten. In den Integrationskursen beträgt die Gebühr für berechtigte Teilnehmer 1,-- € pro Stunde.

D *Mit diesem Zeichen sind die Integrationskurse in unserem Programm gekennzeichnet.*

Haben Sie Fragen zu den Integrationskursen? Bitte rufen Sie uns an, wir helfen gern:
Hildegard Fries, 0 61 03 / 31 31 – 13 37
Martina Woitalla, 0 61 03 / 31 31 – 13 46

Anmeldung bei der Kreis-vhs Offenbach

Anmeldeschluss	Prüfung	Prüfungstermin
28.01.2011	Start Deutsch 1 (A1)	02.03.2011
03.02.2011	Zertifikat Deutsch (B1)	19.03.2011
31.03.2011		14.05.2011
26.05.2011		09.07.2011
02.05.2011	Deutsch für den Beruf	17.06.2011
auf Anfrage	TestDaF (B2/C1)	auf Anfrage
02.05.2011	Goethe Zertifikat (C1) ZMP	18.06.2011
02.05.2011	TELC Certificate in English B1	18.06.2011
02.05.2011	TELC Certificate English for Business Purposes B1	18.06.2011
08.04.2011	Business English Certificate Preliminary B1	08.06.2011
11.03.2011	Cambridge First Certificate in English B2	11.06.2011
15.04.2011	Business English Certificate Vantage B2	28.05.2011
11.03.2011	Cambridge Certificate in Advanced English C1	15.06.2011
08.04.2011	Business English Certificate Higher C1	21.05.2011
11.03.2011	Cambridge Certificate of Proficiency in English C2	16.06.2011
30.04.2011	TELC Spanisch B1	18.06.2011
30.04.2011	TELC Italienisch B1	18.06.2011

Anmeldung für die Sprachdiplome direkt beim Goethe-Institut Frankfurt (0 69 / 9 61 22 70):

auf Anfrage	Kleines Deutsches Sprachdiplom C2	Termin auf Anfrage
auf Anfrage	Großes Deutsches Sprachdiplom C2	Termin auf Anfrage

Deutsch als Fremdsprache Das lateinische Alphabet

Mi+Fr, 08.30-11.45 Uhr, ***ab 09.02.2011***
€ 180,–, 15 Wochen, 120 UE

Deutsch als Fremdsprache A1 Vorkurs Lesen und Schreiben

Mo/Di/Do/Fr, 08.30-11.45 Uhr,
ab 07.02.2011
€ 360,–, 15 Wochen, 240 UE

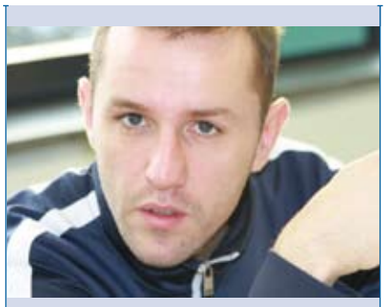
Deutsch als Fremdsprache A1 (D)
Mo-Fr, 08.30-11.45 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 450,–, 15 Wochen, 300 UE

Deutsch als Fremdsprache A1/A2 (D)
Mo-Fr, 08.30-11.45 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 450,–, 15 Wochen, 300 UE

Deutsch als Fremdsprache A2 (D)
Mo-Fr, 08.30-11.45 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 450,–, 15 Wochen, 300 UE

Deutsch als Fremdsprache A2/B1 Zertifikat Deutsch (D)
Mo-Fr, 08.30-11.45 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 450,–, 15 Wochen, 300 UE

Deutsch als Fremdsprache B1/B2
Mo-Fr, 08.30-11.45 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 450,–, 15 Wochen, 300 UE



Deutsch als Fremdsprache C1
Mo-Fr, 08.30-11.45 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 450,–, 15 Wochen, 300 UE

Deutsch als Fremdsprache C2
Mi+Fr, 08.30-11.45 Uhr, ***ab 09.02.2011***
€ 180,– (zzgl. € 54,– Korrekturpauschale), 15 Wochen, 120 UE

Kurse mit besonderen Schwerpunkten Prüfungsvorbereitende Kurse

Deutsch als Fremdsprache C1 Mittelstufe Teil 2
em neu, Abschlusskurs, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber-Verlag
K 04.04.40
Ingo Politycki
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 2. OG, Raum 2.209
Mo+Mi, 17.30-20.30 Uhr, ***ab 14.02.2011***
€ 180,–, 30 Termine, 120 UE

Grammatik- und Schreibtraining (A2/B1)
Sie sprechen und verstehen schon ziemlich gut Deutsch, aber mit dem Schreiben und der Grammatik haben Sie immer wieder Probleme. Wie baue ich einen Satz? Welcher Artikel ist richtig: der, die, das, den...? Was ist Nominativ oder Akkusativ und welche Form ist richtig? Auf diese Fragen erhalten Sie in unserem Kurs eine Antwort. Wir behandeln die wichtigsten Themen der Grammatik und üben, kleine Texte richtig zu schreiben.
K 04.04.41
Thomas Knaust
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.115
Fr/Sa, 11./12.02., 18./19.02., 04./05.03.2011,
Fr 17.00-21.00 Uhr, Sa 09.00-17.00 Uhr
€ 68,–, 6 Termine, 45 UE

Sicherheit in der deutschen Rechtschreibung
Sie möchten Ihre Texte wie z.B. E-Mails oder Protokolle in korrekter Rechtschreibung verfassen. Deshalb möchten Sie die wichtigsten Regeln der Rechtschreibung systematisch wiederholen und üben: Groß- und Kleinschreibung, Kommasetzung, Schreibung der Wörter (z.B: ss, ß).
Voraussetzung: Ihre Muttersprache ist Deutsch oder Sie haben Deutsch so gut gelernt, dass Sie problemlos sprechen und verstehen.
K 04.04.42
Thomas Knaust
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 2. OG, Raum 2.207
Fr/Sa, 11./12.03. und 18./19.03.2011,
Fr 17.00-21.00 Uhr, Sa 09.00-17.00 Uhr
€ 45,–, 4 Termine, 30 UE

Orientierungskurs Abschluss des Integrationskurs B1 (D)
In diesem Kurs erfahren Sie kompakt und sprachlich leicht verständlich Wissenswertes über Geschichte, Kultur, Institutionen und Politik der Bundesrepublik Deutschland. Der Kurs steht allen Interessierten offen, die mehr über ihre neue Heimat erfahren möchten.
K 04.04.45
N. N.
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 2. OG, Raum 2.207
Mo-Fr, 08.-12.08.2011, 08.30-11.45 Uhr und 15.-19.08.2011, 08.30-12.30 Uhr
€ 68,–, 10 Termine, 45 UE

Sprachen lernen in Europa

Vhs-Lernstufen nach dem „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen“: (von unten nach oben zu lesen)

Lernstufe	**C2**	**Am Ende dieser Stufe können Sie** *gesprochene und schriftliche Sprache problemlos verstehen. Sie könnensich an allen Gesprächen und Diskussionen mühelos beteiligen und sind auch mit umgengssprachlichen und idomatischen Ausdrucksweisen sehr vertraut. Sie können die Sprache in allen privaten und beruflichen Situationen in anspruchsvollen Zusammenhängen schriftlich wie mündlich angemessen und präzise anwenden.*	**Mögliche Prüfungen:** *Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch*
Lernstufe	**C1**	**Am Ende dieser Stufe können Sie** *längeren Reden und Gesprächen mit komplizierten Zusammenhängen folgen, lange und komplexe Sach- und literarische Texte, Fachartikel und lange technische Anleitungen verstehen, auch wenn sie nicht in Beziehung zu Ihrem Spezialgebiet stehen. Sie können sich fast mühelos spontan und fließend ausdrücken, die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben und in der Ausbildung angemessen und präzise anwenden. Sie können sich schriftlich klar und präzise ausdrücken, Texte über komplexe Sachverhalte verfassen und den für den Leser angemessenen Stil wählen.*	**Mögliche Prüfungen:** *Deutsch, Englisch, Französisch, Griechisch, Italienisch, Spanisch*
Lernstufe	**B2**	**Am Ende dieser Stufe können Sie** *längeren Redebeiträgen und komplexer Argumentation in der Standardsprache sowie den meisten Nachrichtensendungen folgen. Sie können sich im privaten und beruflichen Bereich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern möglich ist, und können sich an Diskussionen beteiligen. Darüber hinaus können Sie klare detaillierte Texte über eine Vielzahl von Themen schreiben, Aufsätze verfassen, persönliche und formelle Briefe schreiben und deutlich machen, was wichtig ist.*	**Mögliche Prüfungen:** *Deutsch, Englisch, Französisch, Griechisch, Italienisch, Spanisch*
Lernstufe	**B1**	**Am Ende dieser Stufe können Sie** *die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Bereiche wie Arbeit, Schule oder Freizeit geht. Sie können die meisten alltäglichen Situationen sprachlich bewältigen und sich zusammenhängend zu vertrauten Themen, z. B. Familie, Hobbys und Beruf äußern. Sie können über Erfahrungen und Ereignisse berichten und Meinungen und Ansichten begründen.*	**Mögliche Prüfungen:** *Deutsch, Englisch, Französisch, Griechisch, Italienisch, Niederländisch, Portugiesisch, Russisch, Schwedisch, Spanisch,*
Lernstufe	**A2**	**Am Ende dieser Stufe können Sie** *Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke/Wörter verstehen, wenn es z. B. um einfache Informationen zur Person, zu Familie, Einkaufen oder Arbeit geht. Sie können sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen und mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und alltägliche Dinge beschreiben.*	**Mögliche Prüfungen:** *Deutsch, Englisch, Französisch, Griechisch, Italienisch, Niederländisch, Portugiesisch, Russisch, Schwedisch, Spanisch, Tschechisch*
Lernstufe	**A1**	**Am Ende dieser Stufe können Sie** *vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sich und andere vorstellen, Fragen zu Ihrer Person stellen und Fragen hierzu beantworten. Sie können sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.*	**Mögliche Prüfungen:** *Deutsch, Englisch, Französisch, Griechisch, Italienisch, Spanisch, Türkisch*

Prüfungstraining zum Zertifikat Deutsch (B1)

Sie möchten die Prüfung zum Zertifikat Deutsch (B1) ablegen. Mündlich kommen Sie auf Deutsch gut zurecht, für den schriftlichen Teil der Prüfung brauchen Sie aber noch Unterstützung. An 5 Wochenenden bieten wir Ihnen ein umfassendes Trainingsprogramm an; Sie üben ausführlich alle Testteile der schriftlichen Prüfung und bekommen auch Informationen über das Verfahren der mündlichen Prüfung. Das Trainingsprogramm schließt die Durchführung eines Modelltests ein.

K 04.04.90
Thomas Knaust, Christine Teschner
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.109
Fr/Sa, 18./19.03., 25./26.03., 08./09.04., 29./30.04. und 06./07.05.2011,
Fr 17.00-21.00 Uhr, Sa 09.00-17.00 Uhr
€ 165,– (zzgl. € 5,– Materialkosten),
10 Termine, 75 UE

Prüfungen für die Einbürgerung:

Sie möchten die deutsche Staatsangehörigkeit beantragen und müssen deshalb den Einbürgerungstest zum staatsbürgerschaftlichen Wissen ablegen. Vielleicht brauchen Sie auch eine Sprachprüfung auf dem Niveau B1 als Nachweis über Ihre Sprachkenntnisse.
Beide Prüfungen können Sie im Prüfungszentrum der Kreisvolkshochschule ablegen.

Bitte rufen Sie uns an! Wir beraten Sie gern kostenlos und unverbindlich,
Tel. 0 61 03 / 31 31 – 13 13

So geht es mit uns zur Einbürgerung:
☑ persönliches Beratungsgespräch
☑ Vorbereitungskurs zur Prüfung
☑ Anmeldung zur Prüfung,
☑ Prüfung ablegen.

Termine für den Einbürgerungstest:

Anmeldung bis:	Prüfung am:
20.01.2011	23.02.2011
24.02.2011	30.03.2011
07.04.2011	11.05.2012
26.05.2011	22.06.2011
07.07.2011	10.08.2011

Arabisch

Arabisch A1.1

Tamhidi, Bd. 1, Lektion 1-5
Sie sind Anfänger/in ohne Vorkenntnisse in der arabischen Sprache. Sie können in diesem Kurs problemlos in die Sprache (Schrift, Lesen und Sprechen) einsteigen. Sie sind herzlich eingeladen, mit dem Lehrbuch „Tamhidi“ Band 1 zu arbeiten. Das Buch „Tamhidi“ Band 1, auf Deutsch „Einführung“, das vom Kursleiter verfasst ist, beinhaltet 15 einfache Lektionen. Mit Übungen und Worterklärungen auf Deutsch und in Lautschrift ist der Anfang leicht gemacht.

K 04.01.01
Taufik Ghalayini
Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1, E-Trakt EG, E 0.1
Di, 18.00-19.30 Uhr, ***ab 01.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

K 04.01.02
Taufik Ghalayini
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 2. OG, Raum 2.213
Mi, 18.00-19.30 Uhr, ***ab 02.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Arabisch A1.3

Tamhidi, Bd. 1, ab Lektion 10
Sie haben mit dem Lehrbuch „Tamhidi“ Band 1 gearbeitet, es aber noch nicht abgeschlossen. Sie können lesen und verfügen über Vorkenntnisse. Sie sind herzlich eingeladen, mit dem Lehrbuch „Tamhidi“ Band 1 ab der 10. Lektion zu arbeiten. Das Lehrbuch ist vom Kursleiter verfasst. Mit einfachen Texten wird die Erweiterung der vorhandenen Kenntnisse leicht gemacht.
K 04.01.03
Taufik Ghalayini
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 2. OG, Raum 2.213
Mi, 19.30-21.00 Uhr, ***ab 02.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Arabisch A2.1

Tamhidi, Bd. 2
Sie haben das Lehrbuch „Tamhidi“ Band 1 bis zum Ende bearbeitet bzw. Sie können problemlos lesen und verfügen über Vorkenntnisse. Sie sind herzlich eingeladen, mit dem neuen Lehrbuch „Tamhidi“ Band 2 zu arbeiten. „Tamhidi“ Band 2, auf Deutsch „Einführung“, das vom Kursleiter verfasst ist, beinhaltet 15 einfache Lektionen. Mit grammatikalischen Übungen wird die Erweiterung der vorhandenen Kenntnisse leicht gemacht.
K 04.01.04
Taufik Ghalayini
Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1, E-Trakt EG, E 0.1
Mo, 19.30-21.00 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Unser Kursleiter Taufik Ghalayini bietet **vom 12.03. bis 25.03.2011 und vom 10.09. bis 23.09.2011 Sprach- und Kulturreisen nach Damaskus (Syrien)** *an.*
Weitere Informationen erhalten Sie bei der Kreis-vhs unter 0 61 03 / 31 31 – 13 36, Herr Schiller.

Arabisch B1.3

Sie können problemlos lesen und Verben in allen Zeiten konjugieren. Sie sind herzlich eingeladen, mit den neuen Lektionen zu arbeiten. Der Zeichentrickfilm „Sindbad“ wird mit Beamer an der Wand gezeigt. Der Film ist in Arabisch und zusätzlich mit Untertiteln auf Arabisch versehen. Die im Film gesprochenen Dialoge bekommen Sie als Text mit Übungen und Worterklärungen auf Deutsch. Damit wird die Vertiefung der vorhandenen Kenntnisse leicht gemacht.
K 04.01.05
Taufik Ghalayini
Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1, E-Trakt EG, E 0.1
Di, 19.30-21.00 Uhr, ***ab 01.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Chinesisch

Chinesisch A1.2

Ni Xing - Lehr- und Arbeitsbuch ab Lektion 7, ISBN 978-3-468-48123-9, Langenscheidt
Ni Xing, was heißt das? Schaffen Sie es zuerst, zu diesem Kurs zu kommen. Am Ende des Kurses beurteilen Sie selbst, wie weit Sie es in der Chinesischen Sprache geschafft haben.
K 04.02.01
Sisouphan Thao-Tsang
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 2. OG, Raum 2.213
Di, 17.30-19.00 Uhr, ***ab 01.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Chinesisch A1.4

Lóng, Klett Verlag
Bereits erworbene Kenntnisse im Sprechen und Lesen werden vertieft und Grammatik und Wortschatz erweitert.
K 04.02.02
Chia-Ling Chang-Ripper
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 2. OG, Raum 2.207
Di, 18.00-19.30 Uhr, ***ab 01.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

telc LANGUAGE TESTS

Chinesisch A1.6

Liao Liao, Hueber Verlag
Im Mittelpunkt dieses Kurses steht das Unterrichten von grundlegendem Vokabular, Schriftzeichen, Satzbau und Grammatik unter Verwendung alltäglicher Themen. Vorkenntnisse sind erforderlich.
K 04.02.03
Sisouphan Thao-Tsang
Rödermark (Waldacker), Bürgertreff, Goethestraße 39, Beratungsraum
Do, 10.00-11.30 Uhr, ***ab 03.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Chinesisch A2 Kompaktkurs

Chinesisch für Deutsche, ISBN 7-88394-420-7, ab Lektion 23
Im Kurs sollen Sie Ihr Chinesisch im Lesen, Schreiben, Sprechen und Hörverstehen vertiefen und wiederholen die Grammatik.
K 04.02.04
Sisouphan Thao-Tsang
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.111
Mi, 17.30-19.45 Uhr, ***ab 02.02.2011***
€ 99,–, 15 Termine, 45 UE

„Brüder Grimm“ Märchen auf Chinesisch A2

Brüder Grimm (chinesisch)
ISBN 7-5054-1171-3/G0570
Sie sollen ihre Aussprache verbessern, Vokabular und Schriftzeichen erweitern und vertiefen.
K 04.02.05
Sisouphan Thao-Tsang
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.113
Sa, 09.30-11.00 Uhr, ***ab 05.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Dänisch

Dänisch A1.5

„Vi snakkes ved!“ Hueber Verlag, Kursbuch und Arbeitsbuch, ab Lektion 14
Für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen.
K 04.03.01
Kristin Andersen
Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61
Di, 19.15-20.45 Uhr, ***ab 08.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Dänisch A2.3

„Av, min arm!“ Hempen Verlag, ab Lektion 7
K 04.03.02
Kristin Andersen
Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61
Mo, 18.30-20.00 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Dänisch B1 Konversation und Grammatik

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.
K 04.03.03
Kristin Andersen
Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61
Di, 17.30-19.00 Uhr, ***ab 08.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Dansk B2 konversation og grammatik
Lehrmaterial wird vom Kursleiter zur Verfügung gestellt.
Wir besprechen aktuelle Themen mit Bezug auf Dänemark auf Dänisch.
K 04.03.04
Aksel Andersen
Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61
Mo, 18.30-20.00 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Englisch

Englisch A2.1 Refresher
Fairway, Refresher A2, Klett Verlag, ab Unit 1
In diesem Kurs können Anfänger/innen mit Vorkenntnissen oder Wiedereinsteiger/innen ihre Englischkenntnisse, die sie früher einmal erworben haben, in kurzer Zeit auffrischen, vertiefen und festigen.
K 04.06.01
Heike Rosskopf
Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum 01-EG-37
Mo, 19.45-21.15 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Englisch für ältere Bürger/innen A2.7
Language in use, Pre-Intermediate ab Lektion 21, Klett-Verlag
Schrittweises Vorgehen, individuelle Betreuung.
K 04.06.02 S
Christa Geiß
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3
Fr, 12.30-14.00 Uhr, ***ab 11.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Englisch B1
face2face Intermediate, Klett Verlag, ab Lektion 4
K 04.06.03
Christa Geiß
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 2. OG, Raum 2.209
Di, 13.30-15.00 Uhr, ***ab 08.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

„Sterling Silver" Englisch für ältere Bürger/innen B1/B2
Language in use, Intermediate, Klett-Verlag, ab Lektion 18
Lesen verschiedener Texte sowie Konversation.
K 04.06.04 S
Christa Geiß
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4
Fr, 09.00-10.30 Uhr, ***ab 11.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

„Blooming Well" Englisch für ältere Bürger/innen B1/B2
Language in use, Intermediate, ab Lektion 19
Lesen verschiedener Texte und Konversation.
K 04.06.05 S
Christa Geiß
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4
Fr, 10.45-12.15 Uhr, ***ab 11.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

English Intensive B1, 1 Woche Bildungsurlaub - Intermediates BU
This course is designed for all those who want to improve their English at an intermediate level.
Emphasis is placed on speaking and using the language in everyday situations. Come and join us to get know a little more of Britain and the USA e.g.: customs, traditions, travelling, culinary delights, education etc. This is the chance to brush up your English in just one week with lots of goal oriented support to help you overcome grammatical and linguistic "stumbling blocks".
English at or above the level of vhs-Certificate or "Mittlere Reife" is required.
Lehrgangssprache Englisch
Dieser Intensivkurs entspricht den Richtlinien des „Bildungsurlaubsgesetzes"

K 04.06.06 BU
Dr. David Johnson
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3
Mo-Fr, 18.-22.04.2011, 08.00-17.00 Uhr
€ 116,– (zzgl. € 6,– für Lehrmaterial), 40 UE

K 04.06.07 BU
Dr. David Johnson
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3
Mo-Fr, 20.-24.06.2011, 08.00-17.00 Uhr
€ 116,– (zzgl. € 6,– für Lehrmaterial), 40 UE

Englisch B1.4 Refresher
Fairway, Refresher B1, Klett Verlag, ab Unit 8
In diesem Kurs können Fortgeschrittene ihre bereits erworbenen Kenntnisse auffrischen, vertiefen und festigen.
K 04.06.08
Heike Rosskopf
Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum 01-EG-37
Mo, 18.00-19.30 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Sprachkurse bei der Kreis-vhs: Eine gute Investion in Ihre Zukunft!

Englisch B1/B2 Vorbereitung für B-Zertifikate - vormittags -
Nach gemeinsamer Ermittlung der Interessenlage der einzelnen Teilnehmenden wird ein Konzept zur Prüfungsvorbereitung anhand von Mock-Exams und Zusatzmaterialien erstellt. Die Zertifikate sind praxisorientiert, europaweit anerkannt und auch für Bewerbungen auf neue Arbeitsstellen oder Universitäten relevant.
K 04.06.09
Eva Hippe, telc-Prüferlizenz C-Englisch
Neu-Isenburg, WERKSTATT PRAXIS, Wilhelm-Leuschner-Str. 17, Parkmöglichkeit Friedensallee (Nähe Spielpark Tannenwald)
Mi, 09.30-11.45 Uhr, ***ab 09.02.2011***
€ 99,–, 15 Termine, 45 UE

Englisch B1/B2 English for Tourists - vormittags -
Materialien werden gestellt, evtl. Buchtitel im Kurs bekannt gegeben.
Spielerisch, abwechslungsreich und intensiv Englisch lernen und praktizieren - learning by doing and having fun! Zusteiger sind willkommen!
K 04.06.10
Eva Hippe
Neu-Isenburg, WERKSTATT PRAXIS, Wilhelm-Leuschner-Str. 17, Parkmöglichkeit Friedensallee (Nähe Spielpark Tannenwald)
Di, 09.30-11.45 Uhr, ***ab 08.02.2011***
€ 99,–, 15 Termine, 45 UE

Englisch B2/C1 Intensivkurs - vormittags -
Materialien werden gestellt. Die Kursleiterin verfügt über die europaweit anerkannte Prüferlizenz bis Stufe C im Rahmen der telc.
K 04.06.11
Eva Hippe
Neu-Isenburg, WERKSTATT PRAXIS, Wilhelm-Leuschner-Str. 17, Parkmöglichkeit Friedensallee (Nähe Spielpark Tannenwald)
Mo, 09.30-11.45 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 99,–, 15 Termine, 45 UE

Cambridge Certificates

Cambridge Advanced, Proficiency and Business English (BEC 1-3) B2/C2
A course designed for advanced students interested in conversation, writing, discussion, literature and improving grammatical skills. This is your chance to brush up your English. Emphasis is placed on using the English language in authentic situations and on developing fluency and accuracy in both written and spoken English. We work with a new textbook according to the new exam regulations and the English magazine "Spotlight". Exam preparation (First, Advanced, Proficiency and Business English BEC 1-3) is also offered.

K 04.06.12
Dr. David Johnson
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4
Mi, 18.30-20.00 Uhr, ***ab 02.02.2011***
€ 87,–, 15 Termine, 30 UE

Klaus D. Schiller, Fachbereitsleiter – Fremdsprachen, Tel. 0 61 03 / 31 31 - 13 36

K 04.06.13
Dr. David Johnson
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4
Mi, 20.00-21.30 Uhr, ***ab 02.02.2011***
€ 87,–, 15 Termine, 30 UE

Sprachreisen – Auch als Bildungsurlaub! Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene BU
Schon ab 1 Woche!
Englisch auf Malta - St. Julians in London in Brighton
Ganzjährig regelmäßige Starttermine
Kreis-vhs Offenbach in Zusammenarbeit mit einem renommierten Sprachreisenanbieter.
Der Flug kann mitgebucht werden.
Die Kreisvolkshochschule tritt als Vermittlerin auf.
Angebote und Informationen sind über die Kreisvolkshochschule Offenbach, Tel. 0 61 03 / 31 31 - 13 50 zu erhalten.

Französisch

Exprimons-nous en français Französisch B2, vormittags
Mit leichter Konversation
Wir arbeiten mit verschiedenen ansprechenden Hör- oder Lesetexten, mit Alltagsthemen und Lebensarten sowie mit dem Lehrbuch Voyages 3, Klett-Verlag. Wir frischen immer wieder die Grammatik auf.
K 04.08.01
Sabine Malher
Rodgau (Jügesheim), Ev. Gemeindezentrum Jügesheim, Berliner Str. 2
Mi, 09.00-10.30 Uhr, ***ab 26.01.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Sprachreisen –
Auch als Bildungsurlaub!
Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene
BU
Schon ab 1 Woche!
Französisch
in Paris
in Nizza
Ganzjährig regelmäßige Starttermine
Kreis-vhs Offenbach in Zusammenarbeit mit einem renommierten Sprachreisenanbieter.
Der Flug kann mitgebucht werden.
Die Kreisvolkshochschule tritt als Vermittlerin auf.
Angebote und Informationen sind über die Kreisvolkshochschule Offenbach,
Tel. 0 61 03 / 31 31 - 13 50 zu erhalten.

Hindi

Hindi A1.1
Hindi ist eine indische Sprache, die in ganz Indien sowie in den meisten nord- und zentralindischen Staaten und fast auf dem ganzen indischen Subkontinent gesprochen wird. Hindi und Urdu sind im Prinzip im Wortlaut eine Sprachen mit dem Unterschied, dass Hindi in Devnagri Skript (links noch rechts) geschrieben wird und Urdu mit arabischen Schriftzeichen (rechts nach links). Was das gesprochene angeht, sind die beiden Sprachen ausnahmslos gleich. Die Teilnehmenden lernen die ersten grundlegenden Sprachfähigkeiten und die Hindi Schrift in Devnagri Skript, also von links nach rechts. Der Kurs richtet sich nicht nur an Indienreisende und Geschäftsleute sondern auch an alle, die sich für die indische Kultur interessieren und enge Kontakte knüpfen wollen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Kleingruppe: 5-8 Teilnehmende
K 04.29.01
Vinod Varma
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.107
Mo, 18.30-20.00 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 150,–, 13 Termine, 26 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Italienisch

Italienisch A1.2
Allegro A1, Klett Verlag, ab Lektion 5
Für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen.
K 04.09.01
Michele Grillo
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 2. OG, Raum 2.211
Mi, 19.30-21.00 Uhr, ***ab 09.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Italienisch Konversation B2
Nuovo Progetto Italiano 2, ab Lektion 7, Verlag Edilingua
Mehr Sicherheit im Italienischen
Schwerpunkte dieses Kurses sind Erweiterung des Wortschatzes, Wiederholung der Grammatik und vor allem regelmäßiges Üben der kommunikativen alltäglichen Situationen um mehr Flüssigkeit und Spontanität zu gewinnen.
K 04.09.02
Bianca Bleile-Neri
Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61
Mi, 18.00-19.30 Uhr, ***ab 02.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Sprachreisen –
Auch als Bildungsurlaub!
Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene
BU
Schon ab 1 Woche!
Italienisch
in Florenz
Ganzjährig regelmäßige Starttermine
Kreis-vhs Offenbach in Zusammenarbeit mit einem renommierten Sprachreisenanbieter.
Der Flug kann mitgebucht werden.
Die Kreisvolkshochschule tritt als Vermittlerin auf.
Angebote und Informationen sind über die Kreisvolkshochschule Offenbach,
Tel. 0 61 03 / 31 31 - 13 50 zu erhalten.

Japanisch

Japanisch A1.2
Japanisch im Sauseschritt 1, Band 1, ab Lektion 6
Ziel des Kurses ist es, eine einfache alltägliche Konversationsfähigkeit zu vermitteln. Dazu lernen wir grundlegende grammatische Strukturen und das nötige Basisvokabular. Auch das Silbenalphabet „Hiragana“ und „Katakana“ werden geübt und Interessantes von Land und Leuten kommt nicht zu kurz. Vorkenntnisse sind erforderlich.
K 04.10.01
Maki Mathis
Neu-Isenburg, Brüder-Grimm-Schule, Waldstr. 101, Raum 311
Mo, 18.30-20.00 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Japanisch A1.5
Japanisch im Sauseschritt 1, ab Lektion 21
K 04.10.02
Maki Mathis
Neu-Isenburg, Brüder-Grimm-Schule, Waldstr. 101, Raum 311
Di, 18.30-20.00 Uhr, ***ab 01.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Japanisch A2.12
Japanisch im Sauseschritt 3 A, ab Lektion 1
K 04.10.03
Maki Mathis
Neu-Isenburg, Brüder-Grimm-Schule, Waldstr. 101, Raum 311
Mi, 18.30-20.00 Uhr, ***ab 02.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Latein

Latein in unserem Alltag
In diesem Kurs wird vorrangig anhand geläufiger Fremdwörter ein Grundschatz lateinischer Vokabeln erworben. Dabei werden neben Worten aus der Medizin wie „Desensibilisierung“ auch alltägliche Begriffe wie „Kalender“ in ihrer ursprünglichen und heutigen Bedeutung erschlossen. Zudem werden bekannte Sprichworte (z.B. In vino veritas) in Bezug auf Herkunft und Bedeutung ergründet.
K 04.11.01
Mandy Weber
Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum 01-EG-54
Di, 19.00-20.30 Uhr, ***ab 01.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Latein Aufbaukurs
Dieser Kurs richtet sich an Lernende mit Grundkenntnissen in Latein. Diese sollen vertieft und angewendet werden, um die Sprache umfassender zu lernen. Dabei sind sowohl Schüler/innen, die mit weiterer Übung ihr Niveau verbessern wollen, als auch ehemalige Schüler/innen, die ihre Kenntnisse auffrischen wollen, herzlich willkommen. Zwei Jahre Lateinkenntnisse wären wünschenswert.
K 04.11.02
Mandy Weber
Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum 01-EG-49
Do, 19.00-20.30 Uhr, ***ab 10.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Niederländisch

Niederländisch A1.1
Welkom! Klett Verlag, ab Lektion 1
Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse.
K 04.14.01
Arie Hordijk
Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1, Seitentrakt, EG, D 0.1
Mo, 19.30-21.00 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Niederländisch A1.2
Welkom! Klett Verlag
Basiskenntnisse der Grammatik - Umgangsformen und Alltagssituationen
Für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen.
K 04.14.02
Arie Hordijk
Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1, Seitentrakt, EG, D 0.1
Mo, 18.00-19.30 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Polnisch

Polnisch A1.1
„Hurra!!! Po polsku 1“ (Lehrbuch und Übungsheft), ab Lektion 1
Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse.
K 04.17.01
Elzbieta Domaradzka
Neu-Isenburg, Brüder-Grimm-Schule, Waldstr. 101, Raum 312
Mo, 18.00-19.30 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Polnisch A1.4
„Hurra!!! Po polsku 1“ (Lehrbuch und Übungsheft), ab Lektion 13
Vorkenntnisse sind erforderlich.
Unsere Themen: Urlaub, Wohnen, Gesundheit, Biografie
Unsere Ziele: Vokabeln trainieren; kurze Texte verfassen: E-Mail, Brief u.ä.; Grammatik wiederholen und erlernen
K 04.17.02
Elzbieta Domaradzka
Neu-Isenburg, Brüder-Grimm-Schule, Waldstr. 101, Raum 312
Mi, 18.00-19.30 Uhr, ***ab 02.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Polnisch B1.1
„Hurra!!! Po polsku 2“, ab Lektion 5
Sie können sich im Alltag bereits gut verständigen? Sie brauchen jedoch mehr Übung, so dass Sie über Erfahrungen, Ereignisse und Meinungen spontan und fehlerfrei berichten können. Sie möchten auch komplexeren Nachrichtensendungen folgen können und ein normales Gespräch mit Muttersprachlern führen. Sie sind herzlich eingeladen! Serdecznie zapraszan.
K 04.17.03
Elzbieta Domaradzka
Neu-Isenburg, Brüder-Grimm-Schule, Waldstr. 101, Raum 312
Mi, 19.30-21.00 Uhr, ***ab 02.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Portugiesisch-Brasilianisch

Portugiesisch - Brasilianisch A1.2
Oi, Brasil!, Hueber Verlag
Lernen Sie spielerisch eine neue Sprache. Zur Verständigung im Urlaub oder um Sprache und Kultur kennen zu lernen, um Briefe zu schreiben und natürlich zur beruflichen Nutzung im Ausland. Dieser Kurs wendet sich an Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen.
K 04.18.01
Valeria Lisboa
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.109
Di, 19.00-20.30 Uhr, ***ab 01.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

„Wer fremde Sprachen nicht kennt, weiß nichts von seiner eigenen“
Johann Wolfgang von Goethe

Rumänisch

Rumänisch A1
Rumänisch für Sie, Hueber Verlag
„Italienisch?“ „Spanisch?“ „Nein, das ist Rumänisch!“ Die Ähnlichkeiten (die Grundvokabeln, die grammatikalische Struktur und das phonetische System) der drei romanischen Sprachen sind manchmal verblüffend und sollten jedem Anfänger Mut machen, vor allem denjenigen, die das schöne Urlaubsland Rumänien kennen lernen wollen. Dieses Land bietet aber viel mehr als Tourismus oder Kur, sei es im Bereich Kultur, Sport oder Geschäft. Eine Einladung an alle Interessenten, die durch das Erlernen der rumänischen Sprache ihrem Ziel ein Stück näher kommen können. Der Kurs ist für Anfänger/innen, die keine oder nur geringe Vorkenntnisse haben.
K 04.26.01
Paul Lorenz
Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1, Seitentrakt, 2. OG, D 2.3
Mi, 19.00-20.30 Uhr, ***ab 09.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Rumänisch A2
Rumänisch für Sie, Hueber Verlag
Der Kurs ist für Anfänger/innen, die Vorkenntnisse haben.
K 04.26.02
Paul Lorenz
Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1, Seitentrakt, 1. OG, D 1.3
Do, 19.00-20.30 Uhr, ***ab 10.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Russisch

Russisch A1.1
Otlitschno!, Kursbuch, Hueber Verlag,
ab Lektion 1, ISBN 978-3-19-004477-1
K 04.19.01
Anna Elsner
Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61
Di, 19.30-21.00 Uhr, ***ab 01.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Russisch A1.6
Most 1, Neue Ausgabe, Klett Verlag,
ab Lektion 15, ISBN 978-3-12-527550-8
K 04.19.02
Anna Elsner
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum O 6
Mo, 18.15-19.45 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Russisch A1.10
Kljutschi, Hueber Verlag, Bd. 1, ab Lektion 8
Neueinsteiger mit geringen Vorkenntnissen sind willkommen.
K 04.19.03
Anna Elsner
Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum 01-EG-37
Mi, 18.45-20.15 Uhr, ***ab 02.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Russisch A2.8
Most 2, Neue Ausgabe, Klett Verlag,
ab Lektion 3, ISBN 978-3-12-527560-7
K 04.19.04
Anna Elsner
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum O 6
Mo, 19.45-21.15 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Russisch B1 - Konversation
Lesen und besprechen von lehrbuchunabhängigen Originaltexten
K 04.19.05
Ludmilla Wagner
Neu-Isenburg, Brüder-Grimm-Schule, Waldstr. 101, Raum 312
Di, 18.30-20.00 Uhr, ab 01.02.2011
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Russisch B1 - Konversation
Texte, die das moderne Leben, den Menschen und die oft widersprüchliche Wirklichkeit in Russland schildern, sollen zu einem intensiven Meinungsaustausch, natürlich auf russisch, anregen. Vielleicht gelingt es, dem Geheimnis der „russischen Seele“ ein wenig näher zu kommen. Auch Musik, Lieder und Gedichte sind dabei hilfreich.
K 04.19.06
Anna Elsner
Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61
Di, 18.00-19.30 Uhr, ***ab 01.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Bosnisch-Kroatisch-Serbisch

Bosnisch-Kroatisch-Serbisch A1.1
Lehrbuch wird von der Kursleiterin bekannt gegeben.
Einführung in die bosnische, kroatische und serbische Sprache, damit Sie sich in Alltagssituationen zurecht finden können. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
K 04.21.01
Gordana Steko
Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61
Do, 19.30-21.00 Uhr, ***ab 03.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Bosnisch-Kroatisch-Serbisch A1.2
Kroatisch lernen? Nema problema,
ab Lektion 6
Erweiterung und Vertiefung der schon erworbenen Kenntnisse und Einstieg in die tägliche Kommunikation. Schwerpunkt liegt auf der sprachlichen Bewältigung von Alltagssituationen.
K 04.21.02
Gordana Steko
Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61
Mo, 19.30-21.00 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Bosnisch-Kroatisch-Serbisch A1.3
Lehrbuch siehe K 04.21.02, ab Lektion 10
K 04.21.03
Gordana Steko
Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61
Di, 19.30-21.00 Uhr, ***ab 01.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Bosnisch-Kroatisch-Serbisch A1.9
Lehrmaterial wird von der Kursleiterin zur Verfügung gestellt.
Erweiterung und Vertiefung der schon erworbenen Kenntnisse und Einstieg in die tägliche Kommunikation. Schwerpunkt liegt auf der sprachlichen Bewältigung von Alltagssituationen.
K 04.21.04
Gordana Steko
Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61
Mi, 19.30-21.00 Uhr, ***ab 02.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Spanisch

Spanisch A1.1
Con gusto A1, Klett Verlag
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
K 04.22.01
Laura Zoyo
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.107
Mi, 19.00-20.30 Uhr, ***ab 02.02.2011***
€ 57,–, 13 Termine, 26 UE

Spanisch A1.1 intensiv 1 Woche Bildungsurlaub für Anfänger
BU
In diesem Kurs können Sie als Anfänger schnell und effizient in die spanische Sprache einsteigen. Neben grammatischen Strukturen und Wortschatz werden kulturelle und landeskundliche Aspekte behandelt, ferner Themen des sozialen Zusammenlebens in Spanien und Lateinamerika und aktuelle Themen. Der abwechslungsreiche Kurs vermittelt eine umfangreiche Palette von Kenntnissen und Wissen über Spanisch sprechende Länder und deren Kultur.
Dieser Intensivkurs entspricht den Richtlinien des „Bildungsurlaubsgesetzes“.
Das Lehrbuch CAMINOS 1 NEU vom Klett Verlag sollte sich jeder kurz vor Kursbeginn besorgen.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
K 04.22.02 BU
Monica Vasquez-Tauber
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.107
Mo-Fr, 04.-08.04.2011, 09.00-16.30 Uhr
€ 116,– (zzgl. € 6,– für Lehrmaterial), 40 UE

Spanisch A1.2 intensiv 1 Woche Bildungsurlaub für Anfänger mit Vorkenntnissen
BU
Caminos 1 Neu, ab Lektion 6, Klett-Verlag
In diesem Kurs können Sie als Anfänger schnell und effizient in die spanische Sprache einsteigen. Allerdings sollten Sie schon ein Semester in der vhs gelernt haben. Neben grammatischen Strukturen und Wortschatz werden kulturelle und landeskundliche Aspekte behandelt, ferner Themen des sozialen Zusammenlebens in Spanien und Lateinamerika und aktuelle Themen. Der abwechslungsreiche Kurs vermittelt eine umfangreiche Palette von Kenntnissen und Wissen über Spanisch sprechende Länder und deren Kultur.
Dieser Intensivkurs entspricht den Richtlinien des „Bildungsurlaubsgesetzes“
K 04.22.03 BU
Monica Vasquez-Tauber
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.107
Mo-Fr, 09.-13.05.2011, 09.00-16.30 Uhr
€ 116,– (zzgl. € 6,– für Lehrmaterial), 40 UE

Spanisch A2 intensiv 1 Woche Bildungsurlaub für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen
BU
Caminos 2 Neu, ab Lektion 1, Klett-Verlag (bitte kurz vor Kursbeginn besorgen)
Dieser Kurs richtet sich an Leute, die schon Kenntnisse von Caminos 1 haben und die spanische Sprache erweitern und vertiefen wollen.
Neben grammatischen Strukturen und Wortschatz werden kulturelle und landeskundliche Aspekte behandelt, ferner Themen des sozialen Zusammenlebens in Spanien und Lateinamerika und aktuelle Themen. Der abwechslungsreiche Kurs vermittelt eine umfangreiche Palette von Kenntnissen und Wissen über Spanisch sprechende Länder und deren Kultur.
Dieser Intensivkurs entspricht den Richtlinien des „Bildungsurlaubsgesetzes“
K 04.22.04 BU
Monica Vasquez-Tauber
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.107
Mo-Fr, 06.-10.06.2011, 09.00-16.30 Uhr
€ 116,– (zzgl. € 6,– für Lehrmaterial), 40 UE

Sprachreisen – Auch als Bildungsurlaub! Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene
BU
Schon ab 1 Woche!
Spanisch
in Barcelona
in Malaga
in Havanna (Cuba)
auf Mallorca
Ganzjährig regelmäßige Starttermine
Kreis-vhs Offenbach in Zusammenarbeit mit einem renommierten Sprachreisenanbieter.
Der Flug kann mitgebucht werden.
Die Kreisvolkshochschule tritt als Vermittlerin auf.
Angebote und Informationen sind über die Kreisvolkshochschule Offenbach,
Tel. 0 61 03 / 31 31 - 13 50 zu erhalten.

Tschechisch

Tschechisch für den Urlaub A1 - Crashkurs
Lida Hola, Tschechisch Schritt für Schritt, ab Lektion 1
In diesem Kurs werden die Grundkenntnisse zur Orientierung im Alltag vermittelt. Er ist auch als Vorbereitung für den nachfolgenden Konversationskurs geeignet.
K 04.23.01
Vera Lehnert
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 2. OG, Raum 2.211
Sa 26.03., 09.04., 07.05. und 21.05.2011, 10.00-14.15 Uhr
€ 26,– (zzgl. € 8,– für Lehrmaterial),
4 Termine, 20 UE

Tschechisch A1.3 - Konversation und tschechischer Alltag
Lida Hola, Tschechisch Schritt für Schritt, ab Lektion 3/4
Vorkenntnisse sind erforderlich.
K 04.23.02
Vera Lehnert
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 2. OG, Raum 2.209
Di, 20.00-21.30 Uhr, ***ab 01.02.2011***
€ 66,– (zzgl. € 6,– für Lehrmaterial),
15 Termine, 30 UE

Türkisch

BU

Bildungsurlaub
1 Woche Türkei
Türkisch für Anfänger/innen A1 mit Landeskunde in YENI FOÇA 60 km von Izmir an der Küste vom 10.09. - 17.09.2011
Der kleine Ort, der seine Ursprünglichkeit erhalten hat, liegt nur 60 Kilometer von Izmir entfernt. Gewohnt und unterrichtet wird in einem kleinen landestypischen Hotel an der „Türkischen Ägäis". Exkursionen werden nach Eski Foça, dem früheren Phokeia, unternommen, sowie eine Bootstour durch das dortige Naturschutzgebiet (Seehunde). Ebenso ist ein Tagesausflug nach dem berühmten Pergamon geplant.
Die Anerkennung als Bildungsurlaub liegt vor.
K 04.24.01 BU
Mehmet Ören / Klaus D. Schiller
ca. € 739,–
Ein ausführliches **INFO-Blatt mit Anmeldeformular** kann auch telefonisch angefordert werden unter der
Tel.-Nr. 0 61 03 / 31 31 - 13 50 oder 0 61 03 / 31 31 - 13 36 (Herr Schiller).

Türkisch A1.1
Kolay gelsin!, Klett Verlag
Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse.
K 04.24.02
Veli Turhan
Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61
Do, 19.00-20.30 Uhr, ***ab 03.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Türkisch A1.2
Kolay gelsin!, Klett Verlag, ab Lektion 4
Für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen.
K 04.24.03
Veli Turhan
Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61
Mo, 19.00-20.30 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Türkisch A1.8
Türkçe, Bd. 1, Klett Verlag, ab Lektion 12
Für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen.
K 04.24.04
Veli Turhan
Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61
Mi, 19.00-20.30 Uhr, ***ab 02.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Ungarisch

Ungarisch A1
Lehrbuch wird vom Kursleiter bekannt gegeben.
„Paprika, Palinka, Piroska" und etwas mehr. Es werden Kenntnisse für Reise und Urlaub in Ungarn vermittelt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
K 04.25.01
Paul Lorenz
Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1, Seitentrakt, 2. OG, D 2.3
Di, 19.00-20.30 Uhr, ***ab 08.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Ungarisch A2
Szituaciók, Hueber Verlag
Vorkenntnisse sind erforderlich.
K 04.25.02
Paul Lorenz
Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1, Seitentrakt, 2. OG, D 2.3
Mo, 19.00-20.30 Uhr, ***ab 07.02.2011***
€ 66,–, 15 Termine, 30 UE

Datenverarbeitung / Informatik

Fachbereichsleitung:
Rita Hannebauer
Tel. 0 61 03 / 31 31 - 13 40
E-Mail: r.hannebauer@kreis-offenbach.de

Wichtige Hinweise:

- *Bitte lassen Sie sich beraten, wenn Sie sich bezüglich der Kurswahl / Vorkenntnisse unsicher sind.*
- *In unseren 3 Schulungsstätten wird mit Office 2010 gearbeitet unter Windows 7.*
- *Die* **EDV-Gebühr** *setzt sich zusammen aus einer Gebühr von € 1,-- pro UE für die Bereitstellung von Hard- und Software. Zusätzlich sind darin bei vielen Kursen Begleitmaterialien zum Preis von bis zu € 14,-- enthalten. Die EDV-Gebühr wird nicht ermäßigt oder befreit.*
- *Für alle Computer-Kurse sollte ein PC zum häuslichen Üben vorhanden sein, da sich ansonsten schnell ein Kompetenzunterschied zu den Teilnehmenden mit regelmäßiger Übung ergibt. Die Kreis-vhs stellt außerdem* **Übungsmöglichkeiten** *zur Verfügung. Genauere Informationen erhalten Sie von Ihrer Kursleitung.*
- *Aufgrund einer Vereinbarung zwischen Deutschem Volkshochschulverband und Microsoft sind Teilnehmende an EDV-Kursen nach Kursbesuch zum Bezug von* **Microsoft- Lizenzen zu vergünstigten Konditionen** *für den Privatgebrauch berechtigt (z.B. Windows 7 Update € 89,00, Office 2010 Pro Plus € 95,00, alle Preise incl. MwSt., zzgl. Versandkosten). Die Bestellung erfolgt durch die Teilnehmenden selbst, Bestellvordrucke und ausführliche Informationen gibt es unter www.cobra-shop.de. Der Bestellung muss eine Teilnahmebescheinigung beigelegt werden, diese stellt die Kreis-vhs nach Kursbeendigung auf Wunsch kostenlos aus.*
- *Personen ohne jegliche Kenntnis einer (Schreibmaschinen)Tastatur ist der Besuch eines Kurses* **„Computerschreiben in 4 Terminen"** *(s. K 05.04.01 ff) zu empfehlen. Dies bedeutet keineswegs, dass man zur erfolgreichen Teilnahme an einem EDV-Kurs 10-Finger blind schreiben muss, eine gewisse Sicherheit im Umgang mit der Tastatur – auch im 2-Finger-System - ist aber erforderlich.*

Beratungs- und Einstufungstermine EDV und berufliche Bildung

Wollen Sie wissen, wie es um Ihre Kenntnisse in der EDV bestellt ist? Bei der Kreis-vhs Offenbach können Sie Ihr Wissen in den verschiedenen Komponenten des Office-Paketes (Word, Excel, PowerPoint, Outlook), in der Benutzeroberfläche Windows und im Umgang mit dem Internet kostenlos prüfen. Es stehen zu allen Komponenten Tests zur Verfügung, die Ihnen innerhalb von etwa 15 – 30 Minuten pro Anwendung helfen, Ihre Kenntnisse und Lücken genauer einzuschätzen.
Bei dieser Gelegenheit können Sie auch die EDV-Ausstattung der Kreis-vhs näher kennen lernen und sich kostenlos und unverbindlich beraten lassen.

Mi, 26.01.2011, *09.30-12.00 Uhr, Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5*

Mo, 31.01.2011, *16.00-18.00 Uhr, Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Bauteil 3, 1. OG, Raum 3.104*

Mi, 08.02.2011, *09.30-12.00 Uhr, Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3*

Sa, 12.02.2011, *14.00-15.00 Uhr, Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Bauteil 3, 1. OG, Raum 3.104*

Mo, 21.02.2011, *15.00-18.00 Uhr, Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5*

Weitere Beratungstermine (ohne EDV-Tests) werden nach individueller Vereinbarung unter 0 61 03 / 31 31 – 13 40 im HLL, Dreieich (Sprendlingen), Frankfurter Str. 160-166, Zimmer 1.319 angeboten.

Qualifizierungsscheck
Weil Du mehr kannst

Hinweis: *Bei allen Terminen erfolgt auch eine Beratung zur finanziellen Förderung im Rahmen der Qualifizierungsschecks. Nähere Information dazu s. S. 38*

Die Computerräume der Kreis-vhs sind hell und freundlich eingerichtet.
Gelernt wird in kleinen Gruppen von maximal 10 Personen an leistungsfähigen PC mit aktueller Software. Jedem Teilnehmenden steht ein eigener Rechner mit Internetzugang zur Verfügung. Unterstützt wird der Unterricht durch modernste didaktische Medien (Beamer, pädagogisches Netz und interaktive Tafel). Engagierte Kursleitungen sorgen für eine individuelle Betreuung und Förderung.

Grundlagen

Kombi-Kurs Grundlagen der EDV

Der Kurs bietet einen Einstieg in die EDV und ist Grundlage für alle weiterführenden Kurse in den Bereichen Standardsoftware und Internet. Anhand zahlreicher Übungen erlernen Sie das heute überall erforderliche Grundwissen der Computertechnologie und die Bedienung eines PC. Ziel ist die erste selbstständige Handhabung von PC und Internet sowie das Erstellen und Speichern eigener Textdateien. Themen:

- Grundlagen EDV und Internet (entspricht Bausteine 1+2 PC und Internet Basiswissen sowie Effektive Datenverwaltung): Hardware u. PC-Kaufberatung * Umgang mit Maus und Tastatur * Übersicht und Einblick in die gängige Standardsoftware * Windows-Desktop u. Fenstertechnik * Datenstruktur u. der Umgang mit Speichermedien * sinnvolles Organisieren von Dateien auf der Festplatte * Grundlagen von Scannen u. Brennen * Internet: Zugangsvoraussetzungen, Surfen, Suchen, Mailen
- Textverarbeitung Word (entspricht Textverarbeitung Baustein 1): Texterfassung und -korrektur * Textdokumente speichern u. drucken * Text markieren, kopieren, verschieben * grundlegende Formatierungen (Zeichen, Absatz, Seiten)

Hinweise: In allen Schulungsstätten wird mit Office 2010 gearbeitet. Häusliche Übung zur Festigung des Unterrichtsstoffs ist erforderlich. Für Personen ohne eigenen PC werden im Kurs Übungsmöglichkeiten bekannt gegeben.

K 05.01.01
Hildegard Hügemann
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Mo/Mi/Fr, 09.00-12.00 Uhr, ***ab 14.02.2011,*** Ende 07.03.2011
€ 136,– (zzgl. € 54,– EDV-Gebühr), 10 Termine, 40 UE

K 05.01.02
Christiane Ebinger
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3
Mo/Mi/Do, 08.30-12.00 Uhr, ***ab 28.02.2011,*** Ende 17.03.2011
€ 136,– (zzgl. € 54,– EDV-Gebühr), 9 Termine, 40 UE

K 05.01.03 XXL
Helge Tischler
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Do, 16.30-19.45 Uhr, ***ab 17.03.2011***
€ 163,– (zzgl. € 62,– EDV-Gebühr), 11 Termine, 48 UE

K 05.01.04 Feriencrashkurs
Anja Geiling
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Mo-Do, 18.-21.04. und Di-Fr 26.-29.04.2011, 16.00-19.45 Uhr
€ 136,– (zzgl. € 54,– EDV-Gebühr), 8 Termine, 40 UE

Anja Geiling

Baustein 2: Ordnung auf der Festplatte - Dokumentverwaltung mit Windows 7

Viele PC-Anwender/innen beherrschen das Windows-Handling mit Maus, Tastatur und Fenstern und besitzen Grundkenntnisse in Standardprogrammen wie Word oder Excel. Häufig jedoch fehlen wichtige Kenntnisse zum effektiven Verwalten des eigenen Datenmaterials. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie

- Ordner erstellen und verwalten und sicher in der Ordnerstruktur navigieren,
- Daten verschieben, kopieren und löschen,
- Daten auf CD/DVD brennen sowie den Umgang mit einem USB-Stick,
- mit Verknüpfungen arbeiten und wie Sie
- die Suchfunktionen von Windows 7 einsetzen.

K 05.01.10
Christiane Ebinger
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3
Mo/Do, 09.00-12.00 Uhr, ***ab 02.05.2011,*** Ende 12.05.2011
€ 54,– (zzgl. € 30,– EDV-Gebühr), 4 Termine, 16 UE

Erfolgreich bewerben im Internet

Sie erhalten einen detaillierten Überblick über den Stellenmarkt, wie er sich heute in den verschiedenen Medien, insbesondere im Internet (Jobbörsen, Homepages, Netzwerke) darstellt. Sie erfahren, wie Sie sich im Internet einen Job suchen und wie Sie Ihre Bewerbung aufgeben (per Mail, per Bewerbungsformular auf einer Homepage).
Bitte bringen Sie Ihre komplette Bewerbung (Lebenslauf, Anschreiben, Foto, Zeugnisse) auf USB-Stick mit.

K 05.09.10
Carmen Bersem
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Sa, 14.05.2011, 09.00-14.15 Uhr
€ 17,–, 1 Termin, 6 UE

Fachbereichsleitung:
Rita Hannebauer
Tel. 0 61 03 / 31 31 – 13 40
E-Mail: r.hannebauer@kreis-offenbach.de

Kurse für Schülerinnen und Schüler

PC-Grundlagen für Kids 3./4. Kl. - Ferienkurs

Vom einfachen Text bis zum pfiffig gestalteten layout mit Symbolen, Bildern, ClipArts, WordArt gibt es tolle Anregungen und individuelle Förderung. In einer kleinen Gruppe lernen Kinder, die noch keine oder wenig Erfahrung am Computer besitzen, was sie alles mit der Textverarbeitung Word machen können. Mit diesen Fertigkeiten können z.B. Hausaufgaben oder hübsche Einladungskarten zur nächsten Geburtstagsfeier erstellt werden. Es wird auch gespeichert (USB-Stick) und gedruckt. Gearbeitet wird mit der aktuellen Version Word 2010 unter Windows 7.

K 05.01.20 J
Helga Peters
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Di-Fr, 26.-29.04.2011, 09.30-12.30 Uhr
€ 38,– (zzgl. € 15,– EDV-Gebühr), 4 Termine, 15 UE
- bereits ermäßigte Gebühr für Schüler/innen -

Lehrgangs- und Prüfungssystem Xpert EDV - Xpert European Computer Passport

Xpert-Basis-Zertifikat im Bausteinsystem

	Grundlagen EDV + Internet	Textverarbeitung Basics	Aufbauwissen EDV
B1	PC und Internet Basiswissen	Textverarbeitung Basiswissen mit Word	PC und Internet Erweiterung - effektiver, sicherer, schneller
B2	Effektive Datenverwaltung mit dem Explorer	Professionelles Gestalten	Sicherheit zuerst - Systempflege für PC und Internet
B3	Internetpraxis - Nutzung und Sicherheit	Textverarbeitung fürs Büro mit Word	PC und Internet Aufbauwissen: Netzwerke und Benutzer-Grundlagen
Prüfung	Win@Internet 1	Textverarbeitung Basic mit Word	Win@Internet 2*

* statt der Prüfung Win@Internet 2 kann alternativ jede andere Prüfung aus den Master-Prüfungen gewählt werden

Xpert-Zertifikat Master im Bausteinsystem

zusätzlich zu den 3 Basisprüfungen sind zum Erlangen des Master-Zertifikats 2 der u.g. Prüfungen nach individueller Wahl abzulegen

	Tabellenkalkulation	Präsentation	Kommunikation	Datenbanktechnik	Textverarbeitung Pro
B1	Tabellenkalkulation Basiswissen mit Excel	Präsentation Basiswissen mit PowerPoint	Outlook Basiswissen	Datenbank-Basiswissen mit Access	Textvorlagen, Layout und Büroautomation
B2	Professionelles Arbeiten mit Excel	Professionelles Präsentieren mit PowerPoint	Büromanagement mit Outlook	Aufbauwissen für Datenbankentwickler mit Access	Referate und Berichte - Der strukturierte Umgang mit langen Texten
Prüfung	Tabellenkalkulation mit Excel	Präsentation mit PowerPoint	Kommunikation mit Outlook	Datenbanktechnik mit Access	Textverarbeitung Pro mit Word

Alle Prüfungen dauern 2 Zeitstunden (außer Kommunikation mit Outlook 1 Zeitstunde). Die Kosten betragen pro Prüfung 48,- €.
Die o.g. Bausteine finden Sie auch in unterschiedlichen Kombinationen in unseren Kombi-Kursen MS-Office. Die Einzelbausteine werden z.T. nur einmal jährlich angeboten.
Nähere Informationen zur Prüfungsvorbereitung und zu Prüfungsterminen erhalten Sie im Kurs bzw. unter 06103 / 31 31 -13 40 (Rita Hannebauer, Fachbereichsleiterin EDV).

Word und mehr für Kids 3.-5. Kl. - Ferienkurs

In einer kleinen Gruppe mit individueller Betreuung geht es um weiterführende Kenntnisse rund um den PC. Themen sind Hintergrund und Bildschirmschoner, Arbeiten mit dem USB-Stick, Tricks zum Gestalten von Hausaufgaben, Einladungen, CD-Covern, Visitenkarten. Wir lernen Excel kennen (Tabelle gestalten, Rechnen und Diagramme erzeugen), suchen im Internet und erstellen eine PowerPoint-Präsentation. Gearbeitet wird mit der aktuellen Version Office 2010 unter Windows 7.

K 05.01.25 J
Helga Peters
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Di-Fr, 26.-29.04.2011, 13.30-16.30 Uhr
€ 38,– (zzgl. € 15,– EDV-Gebühr), 4 Termine, 15 UE
- bereits ermäßigte Gebühr für Schüler/innen -

Kurse für Personen ab 55 Jahren

PC-Grundlagen für Späteinsteiger

Im Kurs lernen Sie in aller Ruhe und mit vielen Übungen die grundlegenden Kenntnisse, damit Sie einen PC für private Zwecke nutzen können. Schwerpunkte sind die beiden interessantesten Anwendungen für den Privatgebrauch: die Textverarbeitung Word/WordPad und das Internet. Sie lernen ansprechendes Gestalten, Drucken und Speichern von Textdokumenten sowie Suchen von Informationen und Mailen kennen. Dabei werden natürlich auch die erforderlichen Basiskenntnisse im Umgang mit Maus und Tastatur behandelt.
Vorkenntnisse: keine

K 05.01.30 S
Helga Peters
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Di, 14.00-17.00 Uhr, ***ab 15.02.2011***
€ 109,– (zzgl. € 46,– EDV-Gebühr), 8 Termine, 32 UE

PC-Aufbaukurs für Personen ab 55 Jahren - Briefe, Einladungen, Glückwunschkarten

Haben Sie Spaß an der Computerei gefunden und möchten „mehr"? Vom einfachen Text zum pfiffig gestalteten Layout mit Symbolen, Bildern, ClipArts, WordArt und Textfeldern gibt es tolle Anregungen und individuelle Betreuung. In einer kleinen Gruppe lernen Sie, was Sie alles mit der Textverarbeitung Word 2010 machen können und wie Sie Ihr Erzeugnis in Ordnern und auf USB-Stick speichern sowie drucken.
Vorkenntnisse: Kenntnisse entsprechend Grundkurs

K 05.01.32 S
Helga Peters
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Mi, 14.00-17.00 Uhr, ***ab 16.02.2011***
€ 68,– (zzgl. € 20,– EDV-Gebühr), 5 Termine, 20 UE

PC-Aufbaukurs für Personen ab 55 Jahren – Vertiefung Windows, Word und Internet

Haben Sie Spaß an der Computerei gefunden und möchten Ihre Kenntnisse auf mehreren Gebieten vertiefen? Im Kurs werden weiter führende Kenntnisse im Umgang mit der Textverarbeitung Word (z.B. Grafiken einbinden, eigenen Briefkopf gestalten), der Benutzeroberfläche Windows (Ordnung auf dem PC) und dem Internet (Suchtechniken, Sicherheit, Onlineshopping, eBay, Google) vermittelt. Wünsche der Teilnehmer/innen werden berücksichtigt.
Hinweis: Es wird mit Office 2010 gearbeitet unter Windows 7.

K 05.01.33 S
Helge Tischler
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Do, 09.00-12.00 Uhr, ***ab 17.02.2011***
€ 109,– (zzgl. € 32,– EDV-Gebühr), 8 Termine, 32 UE

PC-Aufbaukurs für Personen ab 55 Jahren - der sichere PC, Gefahrenabwehr aus dem Internet

Wer sich im Internet bewegt, begegnet ungewollt einer Vielzahl von Gefahren. Viren, Trojaner, Würmer oder Rootkits versuchen, einen Zugang zum PC zu finden, um sich dort einzunisten und fragwürdige Aktivitäten zu entfalten. Wenn der Rechner immer langsamer wird und die Zahl der unerwünschten Werbemails (Spam) sich häuft, kann man davon ausgehen, dass eine Infizierung mit Schadsoftware stattgefunden hat. Im Kurs erfahren Sie, wie Sie sich vor Schadprogrammen schützen und was Sie bei Befall tun können.
Voraussetzung: Windows-Kenntnisse

K 05.01.35 S
Helge Tischler
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Do, 09.00-12.00 Uhr, ***ab 05.05.2011,***
Ende 26.05.2011
€ 54,– (zzgl. € 16,– EDV-Gebühr), 4 Termine, 16 UE

Helga Peters

PC-Aufbaukurs für Personen ab 55 Jahren - Ordnung halten auf dem PC

Je mehr Sie mit dem PC arbeiten, desto wichtiger wird eine sinnvolle Ablage der Dateien. Im Kurs lernen Sie Ordnung halten auf dem PC, d.h. eigene Ordner anlegen, löschen, verschieben, kopieren und sichern sowie den Umgang mit Datenträgern (Stick und CD).
Vorkenntnisse: entsprechend Grundkurs
Hinweis: Es wird gearbeitet unter Windows 7.

K 05.01.37 S
Helga Peters
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Fr, 14.00-17.00 Uhr, ***ab 06.05.2011,***
Ende 27.05.2011
€ 54,– (zzgl. € 16,– EDV-Gebühr), 4 Termine, 16 UE

Weitere Kurse für Späteinsteiger am Kursort Dietzenbach finden Sie im Programm der vhs Dietzenbach auf Seite 58.

Für Späteinsteiger besonders geeignet sind auch die folgenden Kurse in diesem Programm:

Kombi-Kurs Grundlagen der EDV
K 05.01.03 XXL + K 05.01.04

Baustein 2: Ordnung auf der Festplatte - Dokumentverwaltung mit Windows 7
K 05.01.10

Alltagsaufgaben am PC problemlos meistern mit Office 2010
K 05.02.07

MAZ Microsoft®
Anerkanntes EDV-Weiterbildungszentrum

Microsoft anerkanntes EDV-Weiterbildungszentrum

Die Kreis-vhs Offenbach hat die Qualität der EDV-Kurse stetig verbessert und professionalisiert. In den Schulungsorten Dreieich (Sprendlingen), Dietzenbach und Rödermark wurde ein Niveau erreicht, das vom weltweit größten Softwarehersteller mit dem Titel „Microsoft anerkanntes Weiterbildungszentrum" ausgezeichnet wurde. Für jeden Teilnehmenden steht ein PC mit den neuesten Softwareprodukten zur Verfügung. Der Einsatz eines Beamer und anderer Präsentationsmedien ermöglicht den erfahrenen, aus der Praxis kommenden Kursleitungen moderne didaktische Methoden.

Kombi-Kurse MS-Office

Kombi-Paket MS-Office 2010 - Word, Excel und Outlook

Dieser Kurs vermittelt die im Büroalltag am häufigsten benötigten Windows-Anwendungen. Wenn Sie in Word und Windows Kenntnisse entsprechend dem Kombi-Kurs Grundlagen der EDV besitzen, profitieren Sie von fortgeschrittenen Möglichkeiten in Word und erarbeiten Excel sowie Outlook von Grund auf. Außerdem lernen Sie die Möglichkeiten des Datenaustauschs zwischen diesen Programmen kennen. Themen:

- Word (entspricht Textverarbeitung Baustein 2): erweiterte Formatierungen (Nummerieren und Aufzählen, Kopf- und Fußzeilen, Rahmen und Schattierungen, Spaltensatz, Fuß- und Endnoten), Tabulatoren und Tabellen, AutoText, automatische Arbeitshilfen (z.B. Suchen und Ersetzen), Anpassung von Word an die eigenen Arbeitsbedürfnisse
- Excel (entspricht Tabellenkalkulation Baustein 1): Aufbau, Aufbereitung und Gestaltung von Tabellen, einfache Rechenoperationen, Formatieren von Tabellen u. Mappen, einfache mathematische, statistische u. Datums-Funktionen, Diagrammerstellung, Ausfüllen u. Sortieren von Datenreihen, relative u. absolute Adressierung, Drucken
- Outlook (entspricht Kommunikation Bausteine 1+2): Outlook-Benutzeroberfläche u. Ansichten, persönliches Adressbuch aufbauen u. pflegen, (wiederkehrende) Termine u. Ereignisse planen, E-Mail-Korrespondenz und damit verbundene Sicherheitsaspekte, Ordnerverwaltung, Kontakte, Gruppen u. Verteilerlisten, Besprechungen planen u. bearbeiten, Regelassistent inkl. Spam-Filter

Hinweis: Dieser Kurs ist gut geeignet als Fortsetzung des Kombi-Kurses Grundlagen der EDV, setzt aber voraus, dass die dort vermittelten Kenntnisse durch häusliche Übungen gefestigt sind.

K 05.02.01
Hildegard Hügemann
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Mi, 18.30-21.30 Uhr, ***ab 16.02.2011***
€ 122,– (zzgl. € 50,– EDV-Gebühr), 9 Termine, 36 UE

K 05.02.02
Hildegard Hügemann
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Mo/Mi/Fr, 09.00-12.00 Uhr,
ab 14.03.2011, Ende 08.04.2011
€ 163,– (zzgl. € 62,– EDV-Gebühr), 12 Termine, 48 UE

Hildegard Hügemann

K 05.02.03
Christiane Ebinger
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3
Mo/Mi/Do, 09.00-12.00 Uhr,
ab 21.03.2011, Ende 14.04.2011
€ 163,– (zzgl. € 62,– EDV-Gebühr),
12 Termine, 48 UE

K 05.02.04 BU **BU**
Dr. Zisis Basdos
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Mo-Fr, 09.-13.05.2011, 09.00-15.30 Uhr
€ 136,– (zzgl. € 54,– EDV-Gebühr),
5 Termine, 40 UE

Christiane Ebinger

Was ist neu in Office 2010 und Windows 7

Diese Veranstaltung richtet sich an Teilnehmende mit guten Kenntnissen des Office-Paketes (vor allem Word) aus älteren Versionen. Beim Wechsel von Office 2003 auf 2007 bzw. 2010 haben sich einige grundlegende Änderungen ergeben, die im Kurs behandelt werden. Schwerpunkte sind die Änderungen in Word, aber auch die Neuerungen in Excel und PowerPoint sowie Windows 7 werden aufgegriffen.
K 05.02.06
Christiane Ebinger
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Mo/Do, 28.02./03.03.2011,
18.00-21.00 Uhr
€ 43,– (zzgl. € 22,– EDV-Gebühr), 2 Termine, 8 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Alltagsaufgaben am PC problemlos meistern mit Office 2010

Sie benötigen einen Aushang für das schwarze Brett? Für eine Familienfeier möchten Sie die Einladungen selbst gestalten und die geplante Städtereise soll per Internet recherchiert werden? Anschließend sollen die digitalen Bilder am Bildschirm präsentiert werden? Sie möchten außerdem Ihre Korrespondenz und Ihre Dateien und Ordner in den Griff bekommen und einige einfache Berechnungen in Excel durchführen? In diesem praxisorientierten Kurs erfahren Sie, wie solche alltäglichen Probleme mit Word, Excel, PowerPoint und Internet gelöst werden.
Voraussetzung: Grundkenntnisse PC
K 05.02.07
Helge Tischler
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Mo/Mi, 15.45-18.00 Uhr,
ab Mi 09.03.2011, Ende 06.04.2011
€ 136,– (zzgl. € 54,– EDV-Gebühr),
9 Termine, 40 UE

Vernetzung in Office 2010 - Premiumkurs Kleingruppe

In diesem Kurs wird der Datenaustausch der verschiedenen Office-Programme untereinander behandelt, z.B.
- Excel-Tabelle als Verknüpfung in einem Word-Dokument einfügen
- Excel-Daten als verknüpftes Diagramm in einer PowerPoint-Präsentation darstellen
- Notizen aus PowerPoint in Word weiterbearbeiten
- Verknüpfungen in PowerPoint zu Word- und Excel-Dateien erstellen
- in Word erstellte Gliederungen in PowerPoint im-/exportieren
- Adressdaten aus Excel und Access in Outlook als Kontakte im/-exportieren
- Adressdaten aus Outlook für den Serien-druck nutzen

Voraussetzung: Grundkenntnisse der Office-Programme und Umgang mit dem Windows-Explorer
K 05.02.08
Christiane Ebinger
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Sa, 09.04.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 53,– (zzgl. € 8,– EDV-Gebühr), 1 Termin, 8 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Fit für Ausbildung und Arbeit mit Office 2010

Dieser Kurs bietet Ihnen praxisorientiertes Basiswissen in WORD (Textverarbeitung), EXCEL (Tabellenkalkulation), POWERPOINT (Präsentation), ACCESS (Datenbank) und OUTLOOK (Bürokommunikation). Sie erhalten damit einen Überblick in alle Office-Anwendungen, gleichzeitig erlernen Sie den sicheren Umgang mit dem Internet. Erfahren Sie, dass Lernen auch Spaß machen kann! Je nach beruflichen Anforderungen sollten im Anschluss vertiefende Kurse besucht werden.
Voraussetzung: EDV-Basiswissen, empfehlenswert sind Kenntnisse in der Datenverwaltung mit dem Dateimanager Windows-Explorer.
K 05.02.09
Marianne Linnemannstöns
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3
Di, 19.00-21.30 Uhr, ***ab 15.03.2011***
€ 136,– (zzgl. € 54,– EDV-Gebühr),
12 Termine, 40 UE

Fit fürs Büro mit Office 2010 - Aufbauwissen Word und PowerPoint Basiswissen

Dieser Kurs ist gut geeignet nach dem Kombi-Paket MS-Office oder für Quereinsteiger/innen mit entsprechenden gefestigten Vorkenntnissen. Sie vertiefen Ihre vorhandenen Kenntnisse in Word und lernen zudem, wie Kontakte aus Outlook in Word für die Erstellung von Serienbriefen verwendet werden. Außerdem eignen Sie sich das Grundwissen PowerPoint an, so dass Sie die Basisanforderungen für eine Sekretariatstätigkeit erfüllen. Themen:
- Word (entspricht Textverarbeitung Baustein 3): Geschäftsbrief nach DIN 5008 * Serienbrief und Etikettendruck * Dokument- und Formatvorlagen
- PowerPoint (entspricht Präsentation Baustein 1): Erstellen einer animierten Präsentation mit Aufzählungen, Nummerierungen, Kopf-/Fußzeilen, Folienhintergrund * Drucken von Folien, Handzetteln und Notizen * Erstellen und Bearbeiten grafischer Elemente * Masterfolien/Entwurfsvorlagen
- Outlook: Kontakte, Gruppen und Verteilerlisten für Seriendruck von Geschäftsbriefen und Etiketten verwenden.

Hinweis: Nach diesem Kurs besitzen Sie alle Kenntnisse, um die Prüfungen Textverarbeitung Basic und Kommunikation mit Outlook ablegen zu können.

K 05.02.10
Oliver Weck
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3
Do, 18.30-21.30 Uhr, ***ab 24.02.2011***
€ 136,– (zzgl. € 54,– EDV-Gebühr),
10 Termine, 40 UE

K 05.02.11
Hildegard Hügemann
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Mo/Mi/Fr, 09.00-12.30 Uhr,
ab 02.05.2011, Ende 20.05.2011
€ 136,– (zzgl. € 54,– EDV-Gebühr),
9 Termine, 40 UE

K 05.02.12
Christiane Ebinger
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3
Mo/Mi/Do, 08.30-12.00 Uhr,
ab 23.05.2011, Ende 15.06.2011
€ 136,– (zzgl. € 54,– EDV-Gebühr),
9 Termine, 40 UE

K 05.02.13 BU **BU**
Dr. Zisis Basdos
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Mo-Fr, 06.-10.06.2011, 09.00-15.30 Uhr
€ 136,– (zzgl. € 54,– EDV-Gebühr),
5 Termine, 40 UE

Die perfekte Büro-Assistenzkraft - PowerPoint, Excel und Word 2010 professionell – Premiumkurs Kleingruppe **BU**

Die perfekte Assistenzkraft im Büro muss weit mehr beherrschen als das, was im Kurs „Fit fürs Büro“ vermittelt wird. In diesem Kurs erwerben Sie fortgeschrittene Kenntnisse in Word, Excel und PowerPoint. Themen:
- Word (entspricht Bausteine 1 Word pro): Format- u. Dokumentvorlagen, Formulare, Festlegung von Standardvorgaben
- Excel (entspricht Baustein 2): erweiterte Formatierungs- und Diagrammfunktionen, vertiefte Arbeit mit Formeln und Funktionen, Bereichsnamen, SmartTags, Datenlisten filtern
- PowerPoint (entspricht Baustein 2): mit eigenen Vorlagen arbeiten, erweiterte grafische Gestaltungsmöglichkeiten, Diagramme, Organigramme, Strukturdiagramme, Arbeiten in Masteransichten, Film u. Sound einfügen, Hyperlinks uvm
- Integration in Office: Verknüpfungen aller Office-Anwendungen, mit Ole-Objekten arbeiten

K 05.02.14 BU
Christiane Ebinger
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Mo-Fr, 14.-18.02.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 203,– (zzgl. € 54,– EDV-Gebühr),
5 Termine, 40 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Bundesministerium für Bildung und Forschung
ESF Europäischer Sozialfonds für Deutschland

Medienqualifizierung für Erzieherinnen und Erzieher

Der Computer erleichtert mit Internet, E-Mail und Office-Programmen Ihren Arbeitsalltag als Erzieherin oder Erzieher. Im Internet finden Sie Anregungen zu Spielen, Liedern und Projekten. Sie können sich dort auch mit Kolleginnen und Kollegen austauschen und viele Weiterbildungsmöglichkeiten nutzen. Mit Bildbearbeitungssoftware kann die Entwicklung der Kinder dokumentiert werden, Serienbriefe helfen bei der Erstellung von Einladungen, PowerPoint unterstützt Sie bei der Vorstellung Ihrer Einrichtung.
Die Medienqualifizierung im Umfang von 40 UE führt das pädagogische Fachpersonal im frühkindlichen Bereich an die digitalen Medien und den „Lernort Internet“ praxisnah heran. Mit anschaulichen Beispielen werden die Erzieherinnen und Erzieher in die Lage versetzt, den Computer in der eigenen Einrichtung auch für medienpädagogische Projekte und zur Medienkompetenzförderung einzusetzen sowie das Internet zur eigenen Weiterbildung zu nutzen.
Darüber hinaus erhalten Sie in dieser Schulung einen Überblick über Möglichkeiten und Gefahren von Medien in Kinderhänden. Viele Praxisbeispiele geben Ihnen Anregungen, wie Sie den Computer direkt für Projekte und zur Medienkompetenzförderung einsetzen können.
Die Teilnahme ist entgeltfrei, da die Schulungen über das Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) und den Europäischen Sozialfonds (ESF) gefördert werden.

Hinweis: Bitte melden Sie sich zunächst bei „Schulen ans Netz“ an, damit die Kostenübernahme geklärt ist: www.schulen-ans-netz.de, Tel. 02 28 / 9 10 48 – 2 59 oder -2 60.
Weitere Informationen unter 0 61 03 / 31 31 – 13 40 Rita Hannebauer.

K 05.02.15
Christiane Ebinger
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Di, 08.00-17.00 Uhr, ***ab 01.03.2011,***
5 Termine
für Erzieher/innen mit guten Vorkenntnissen

K 05.02.16
Christiane Ebinger
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Di, 08.00-17.00 Uhr, ***ab 03.05.2011,***
5 Termine
für Erzieher/innen ohne bzw. mit sehr geringen Vorkenntnissen

Bildungsurlaub **BU**
Akkreditiert als Lehrerfortbildung
Kurse für Kinder und Jugendliche

MS-OneNote - Ihr individuelles digitales Informationssystem und Lexikon - Premiumkurs Kleingruppe

OneNote ist Bestandteil des MS-Office 2007/2010-Paketes und mehr als nur ein digitaler Notizblock. Es wird zu Unrecht bei vielen Office-Nutzern vernachlässigt. Neben einfachen Notizen kann man schnell und einfach „Notizbücher“ mit Unterabschnitten und Seiten anlegen und damit ein individuell strukturiertes Wissensarchiv anlegen. Ob Sie eine Kochrezeptsammlung anlegen, eine Videosammlung mit Hintergrundinformationen katalogisieren oder Projekte planen, mit OneNote erfolgt die strukturierte Anlage und Erfassung unkompliziert und der Zugriff auf Informationen schnell und übersichtlich. Der Austausch mit anderen Office-Anwendungen (Word, Outlook, Excel) ist problemlos möglich. Der Kurs richtet sich an Einzelanwender, prinzipiell ist aber auch ein Netzwerk- oder Teamzugriff möglich.
Vorkenntnisse: Grundkenntnisse EDV
K 05.02.17
Tadeusz Olszowski
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3
So, 03.04.2011, 09.00-13.30 Uhr
€ 32,– (zzgl. € 6,– EDV-Gebühr), 1 Termin, 6 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Ansprechende Publikationen erstellen mit dem Publisher 2010 - Premiumkurs Kleingruppe

BU

Mit Publisher können Sie schnell und einfach ansprechende Publikationen für verschiedene Zwecke erstellen. Mithilfe der mitgelieferten Vorlagen lassen sich beispielsweise Handzettel, Broschüren, Etiketten, Grußkarten, Kalender, Visitenkarten oder Magazine ohne großen Zeitaufwand anfertigen. Darüber hinaus ist es möglich, Publikationen ganz nach eigenen Vorstellungen zu gestalten.
Voraussetzung: gute Windows- und Wordgrundkenntnisse
K 05.02.19 BU
Christiane Ebinger
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Mo-Fr, 21.-25.02.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 203,– (zzgl. € 54,– EDV-Gebühr), 5 Termine, 40 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

BU

Hinweis:
Alle PC-Bildungsurlaube enthalten einen von der Gesetzgebung vorgeschriebenen Anteil von mind. 20% gesellschaftspolitische Bildung, der in diesem Fall auf die gesetzlichen Bestimmungen von Datenverarbeitung und -schutz in Deutschland und der Europäischen Union abgestimmt ist. Themen sind außerdem: „Internationaler Datentransfer, dessen Nutzen und Gefahren“, „Computerkriminalität und ihre Bekämpfung“, „Veränderung von Arbeitsmärkten und Arbeitsplätzen durch Datenverarbeitung“ sowie „Geschichte und gesellschaftliche Dimensionen des Internet”.

Textverarbeitung

Word 2010 - Basiswissen und professionelles Gestalten - Premiumkurs Kleingruppe

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die noch keine oder unsystematische Word-Kenntnisse besitzen. In einer kleinen Gruppe wird das Word-Wissen in kompakter Form vermittelt. Themen (entspricht Word Bausteine 1 und 2):
- Texterfassung und -korrektur,
- drucken,
- Text markieren, kopieren, verschieben,
- Formatierungen: Zeichen, Absatz, Seiten, Tabulatoren und Tabellen, Spalten, Nummerieren und Aufzählen, Rahmen und Schattierungen, Kopf- und Fußzeilen,
- AutoText.

Vorkenntnisse: PC-Grundkenntnisse inkl. Ordnerverwaltung
K 05.02.22 WE
Anja Geiling
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3
Fr-So, 25.-27.03.2011, Fr 18.00-21.00 Uhr, Sa/So 09.00-16.00 Uhr
€ 102,– (zzgl. € 34,– EDV-Gebühr), 3 Termine, 20 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Word 2010 Spezial Büroalltag (Bausteine 2-5)

BU

Die Textverarbeitung mit Word 2010 von der professionellen Gestaltung bis zum perfekten Seriendruck ist Inhalt dieses Kurses. Wenn Sie Grundkenntnisse mit Word aus älteren Versionen besitzen und diese auffrischen und für die Anwendung im Büroalltag vertiefen wollen, eignen Sie sich hier die professionellen Techniken an. Themen: Zeichen-, Absatz-, Seitenformatierungen * Rahmen, Linien, Schattierungen * Briefe gestalten nach DIN 5008 * Dokument- u. Formatvorlagen * Inhaltsverzeichnis * Tabellen u. Tabulatoren * Schnellbausteine * Seriendruck * Kopf- u. Fußzeilen * die neuen Designs in Word 2010 * Umgang mit langen Texten, Einfügen von Inhalts- u. Abbildungsverzeichnis sowie Index.
K 05.02.27 BU
Christiane Ebinger
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Mo-Fr, 31.01.-04.02.2011,
09.00-16.00 Uhr
€ 136,– (zzgl. € 54,– EDV-Gebühr), 5 Termine, 40 UE

Qualifizierungsscheck
Weil Du mehr kannst

Qualifizierungsschecks in Hessen – finanzielle Förderung beruflicher Bildung
Infos siehe S. 38

Sie finden uns im Internet unter: www.kreis-vhs-offenbach.de

Tabellenkalkulation

Baustein 1: Tabellenkalkulation Basiswissen mit Excel 2010

Dieser Kurs bietet anhand zahlreicher Übungen den effektiven Einstieg in die vielfältigen Möglichkeiten des meistgenutzten Tabellenkalkulationsprogramms. Ziel ist die erste, sichere und selbstständige Anwendung von Excel und das ansprechende Gestalten von Tabellen und Mappen. Themen: Struktur und Handhabung des Excel-Arbeitsbildschirms * Aufbau und Aufbereitung von Tabellen und Mappen * einfache Rechenoperation * Formatieren von Tabellen und Mappen * einfache mathematische, statistische und Datums-Funktionen * die Diagrammerstellung * Ausfüllen und Sortieren von Datenreihen * relative und absolute Adressierung * Druck von Tabellen
Voraussetzung: Grundkenntnisse EDV

K 05.02.30 WE - Premiumkurs Kleingruppe
Uwe Daneke
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Sa/So, 12./13.03.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 85,– (zzgl. € 30,– EDV-Gebühr), 2 Termine, 16 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

K 05.02.31
Dietmar Miersch
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Mo, 19.00-22.00 Uhr, ***ab 02.05.2011***
€ 54,– (zzgl. € 30,– EDV-Gebühr), 4 Termine, 16 UE

Uwe Daneke

Baustein 2: Professionelles Arbeiten mit Excel 2010 - Premiumkurs Kleingruppe

Dieser Kurs wendet sich an alle, die bereits Grundkenntnisse besitzen und ihre Kenntnisse vertiefen möchten. Ziel ist das sichere, praktische Beherrschen der mächtigen Arbeitswerkzeuge von Excel, die ein schnelles und professionelles Gestalten von Tabellen gestatten. Themen: die Datenbankfunktion von Excel * erweiterte Formatierungs- und Diagrammfunktionen * Tabellen filtern und sortieren * die Arbeit mit Formeln und Funktionen * Bereichsnamen * Smart-Tags * Daten auswerten und konsolidieren mit PIVOT-Tabellen
Voraussetzung: Excel-Basiswissen
K 05.02.32 WE
Uwe Daneke
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Fr-So, 20.-22.05.2011,
Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa/So 09.00-16.00 Uhr
€ 102,– (zzgl. € 34,– EDV-Gebühr), 3 Termine, 20 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Formeln und Funktionen mit Excel 2010

Viele Anwender/innen von Excel beherrschen die Arbeit in Tabellenblättern recht gut, aber haben Schwierigkeiten im Umgang mit Rechenformeln und Funktionen. Damit die Möglichkeiten von Excel besser ausgeschöpft werden können, sind die vielfältigen Formeln und Funktionen Thema eines eigenständigen Seminars: Rechen-, Vergleichs-, Verkettungsoperatoren * Entwicklung von Formeln * Verwendung des Funktionsassistenten * mathematische und statistische Funktionen * Datums- und Zeitfunktionen * Logische Funktionen (WENN, UND, ODER) * Verweisfunktionen (SVERWEIS, WVERWEIS)
Vorkenntnisse: Excel-Basiswissen
K 05.02.33 WE
Uwe Daneke
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Fr/Sa, 08./09.04.2011,
Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa 09.00-16.00 Uhr
€ 41,– (zzgl. € 26,– EDV-Gebühr), 2 Termine, 12 UE

Komplexe Formeln mit Excel 2010 - Premiumkurs Kleingruppe

Excel ist ein wichtiges Werkzeug in vielen Bereichen des Berufslebens. Einfache Formeln und Funktionen reichen aber manchmal nicht aus. Dann ist es notwendig komplexe Formeln aufzustellen. In diesem Kurs erfahren Sie, wie man Formeln und Funktionen schachtelt und über mehrere Tabellenblätter und/oder Dateien verknüpft.
Voraussetzung: Kenntnisse Excel Baustein 1+2
K 05.02.34 – aus II/2010
Dietmar Miersch
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Sa, 22.01.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 53,– (zzgl. € 8,– EDV-Gebühr), 1 Termin, 8 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Excel 2010 Pivottabellen - Premiumkurs Kleingruppe

Pivottabellen bieten sich an zur Datenanalyse von großen Tabellen. Inhalte: Gesamtergebnisse von Spalten und Zeilen ermitteln, Teilergebnisse von einzelnen Datenfeldern bilden, Daten zusammenfassen, Daten aus verschiedenen Perspektiven betrachten.
Voraussetzung: Grundkenntnisse Excel
K 05.02.36
Dietmar Miersch
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Sa, 14.05.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 53,– (zzgl. € 8,– EDV-Gebühr), 1 Termin, 8 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Ihr heißer Draht zur Kreis-vhs 0 61 03 / 31 31 - 13 13

Präsentation

Baustein 1: Präsentation Basiswissen mit PowerPoint 2010

Präsentationen gehören heute häufig zur Basisqualifikation im Berufsleben. Dieser Kurs bietet dazu anhand zahlreicher Übungen den effektiven Einstieg in die vielfältigen Möglichkeiten des aktuellen Standard-Präsentationsprogramms. Ziel ist die erste, sichere und selbstständige Anwendung von Powerpoint und die ansprechende Gestaltung von Folienesequenzen. Themen: Inhalt, Aufbau und Gestaltung von Präsentationen * grundlegende Werkzeuge zum Aufbau und Gestalten von Folien(sätzen) * Aufzählungen und Nummerierungen, Kopf- und Fußzeilen, Folienhintergrund * Drucken von Folien, Notizen, Gliederungen, Handzetteln * einfache Folienübergänge und Animationen * Vorführung einer Präsentation; der Foliennavigator * Erstellen u. Bearbeiten grafischer Elemente
Vorkenntnisse: Grundlagen der EDV
K 05.02.40 WE
Christiane Ebinger
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Fr/Sa, 18./19.03. und 25./26.03.2011, Fr 18.30-21.00 Uhr, Sa 09.00-15.00 Uhr
€ 68,– (zzgl. € 34,– EDV-Gebühr), 4 Termine, 20 UE

Das Präsentationsprogramm PowerPoint 2010 im Büroalltag - Premiumkurs Kleingruppe

BU

Im Bildungsurlaub werden die Inhalte der Bausteine 1 und 2 behandelt, d.h. die Grundlagen bis hin zur professionellen Handhabung der vielfältigen Werkzeuge. Die Zweiteilung des Bildungsurlaubs, die gesetzlich zulässig ist, ermöglicht eine bessere Übung und Vertiefung.
Vorkenntnisse: entsprechend Modul Grundlagen der EDV
K 05.02.42 BU
Christiane Ebinger
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Mo-Fr, 07.-11.02.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 203,– (zzgl. € 54,– EDV-Gebühr), 5 Termine, 40 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Digitale (Urlaubs-)Bilder als Diashow präsentieren - Workshop PowerPoint 2010

Ein runder Geburtstag oder eine Reise bieten Anlässe für eine interessante, unterhaltsame oder witzige Präsentation. Im Praxis-Workshop erstellen Sie Ihre eigene Bildschirmpräsentation mit Ihren eigenen Fotos mit Animationen und passender Hintergrundmusik. Am Ende brennen Sie Ihre Show auf CD. Bringen Sie bitte Ihre Bilder auf CD oder USB-Stick mit.
Vorkenntnisse: sicherer Umgang mit dem PC
K 05.02.44
Christiane Ebinger
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Mo/Mi, 16./18.05.2011, 09.00-12.00 Uhr
€ 27,– (zzgl. € 8,– EDV-Gebühr), 2 Termine, 8 UE

Datenbanktechnik

Datenbank Access 2010 - Premiumkurs Kleingruppe

BU

Access ist ein universell einsetzbares Datenbank-Managementsystem für kleine, aber auch hochkomplexe Anwendungen. Es gibt kaum eine Konkurrenz zu Access, was das schnelle Erstellen von Benutzeroberflächen für den Zugriff auf die Daten in relationalen Datenbanken angeht. In diesem Bildungsurlaub erlernen Sie die grundlegenden Kenntnisse zur Datenmodellierung, die die zu erfassenden Daten in ein relationales Datenbankmodell überführen. Dabei geht es um Techniken der Datenmodellierung, Namenskonventionen, Normalisierung, Integritätsregeln und Beziehungen. Auf dieser Basis werden verschiedene Abfragetypen erarbeitet, Formulare und Berichte erstellt bis hin zum Aufbau einer gesteuerten Benutzeroberfläche.
K 05.02.53 BU
Hildegard Hügemann
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Mo-Fr, 11.-15.04.2011, 08.00-14.30 Uhr
€ 203,– (zzgl. € 54,– EDV-Gebühr), 5 Termine, 40 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Kommunikation

Baustein 1: Outlook 2010 Basiswissen - Premiumkurs Kleingruppe

Als „Personal Information Manager“ ist MS Outlook eine zentrale PC-Schaltstelle für alle Kontakt- und Termindaten; es befindet sich im Standard-Lieferumfang von Office. Das Programm wird eingesetzt, um den Büroalltag (intern: lokal am Einzelplatzrechner bzw. im lokalen Netzwerk; extern: Zugang zum Internet) zu organisieren und überschaubarer zu gestalten. Ziel ist die erste, routinierte Handhabung von Outlook mit seinen vielfältigen Organisationsmöglichkeiten. Themen: die Outlook-Benutzeroberfläche * Outlook-Ansichten individuell einstellen * persönliches Adressbuch aufbauen u. pflegen * (wiederkehrende)Termine u. Ereignisse planen * E-Mail-Korrespondenzen und damit verbundene Sicherheitsaspekte * Ordnerverwaltung in Outlook
Vorkenntnisse: Grundkenntnisse EDV und Internet
K 05.02.60
Tadeusz Olszowski
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3
So, 13.03.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 43,– (zzgl. € 22,– EDV-Gebühr), 1 Termin, 8 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Tadeusz Olszowski

Baustein 2: Büromanagement mit Outlook 2010 - Premiumkurs Kleingruppe

Dieser Kurs wendet sich an alle, die Outlook zur Verwaltung ihrer E-Mail-Korrespondenz bereits nutzen und ihren Büroalltag perfekter organisieren und effizienter gestalten möchten. Themen: persönliche Ordner verwalten u. archivieren * Besprechungen planen und bearbeiten * Kontakte, Gruppen und Verteilerlisten * Regelassistent inkl. Spam-Filter * Aufgabenliste erstellen und organisieren * Automatisierung von Outlook-Funktionen
Vorkenntnisse: Outlook-Basiswissen
K 05.02.65
Tadeusz Olszowski
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3
Sa, 02.04.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 43,– (zzgl. € 8,– EDV-Gebühr), 1 Termin, 8 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Grafik- und Bildbearbeitung / Multimedia

Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop Elements 9 (Teil 1) - Der Organizer

Der Organizer eignet sich bestens dazu, Ihre Fotos zu verwalten. Durch die Anlage von Alben, die Zuordnung von Stichwörtern etc. lässt sich die Bilderflut sehr gut und übersichtlich organisieren, sortieren und ordnen. Wenn Sie alle Möglichkeiten ausschöpfen, werden Sie nie wieder verzweifelt nach einem bestimmten Foto suchen müssen. Damit ist die Fähigkeit des Organizer aber noch nicht erschöpft. Er ist auch dazu da, Fotos auf die Schnelle zu bearbeiten oder Ihre Bilder bequem per E-Mail zu versenden. Aus diesem Grund bietet der Kurs den idealen Einstieg in die Fotobearbeitung.
Vorkenntnisse: Grundkenntnisse Windows
K 05.02.80
Christiane Ebinger
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Mo/Mi, 15.00-18.00 Uhr, ***ab 28.03.2011,*** Ende 06.04.2011
€ 54,– (zzgl. € 16,– EDV-Gebühr), 4 Termine, 16 UE

Mit Xpert zum Experten in beruflicher Bildung

Xpert ist die Dachmarke der deutschen Volkshochschulen und europäischer Bildungseinrichtungen für ein qualitativ hochwertiges, standardisiertes Kurssystem zur Erlangung fachlicher und persönlicher Kompetenz in der beruflichen Weiterbildung. Es sind Kurse und Prüfungen, die exakt an den Bedürfnissen des Arbeitsmarktes ausgerichtet sind. Xpert wendet sich besonders an Arbeitssuchende, Wiedereinsteiger/innen und all diejenigen, die an ihrem Arbeitsplatz mit neuen Anforderungen konfrontiert werden.

Xpert setzt sich zusammen aus Basic-, Professional- und Masterkursen im Bausteinsystem, durch die sich die Teilnehmenden sowohl Kernkompetenzen aneignen als auch zum Spezialisten qualifizieren können. Zertifiziertes Unterrichtsmaterial garantiert die optimale Unterstützung der Kurse und Prüfungen. Jedes Modul schließt mit einer eigenen Prüfung ab und ermöglicht den nahtlosen Übergang zwischen verschiedenen Anbietern.

Bei der Kreis-vhs Offenbach finden Sie die 3 Xpert-Linien

- *Xpert european computer passport – das EDV Kurs- und Zertifikatssystem (nähere Info S. 31)*
- *Xpert personal business skills – das Kurs- und Zertifikatssystem im Bereich der Schlüsselkompetenzen (nähere Info S. 40)*
- *Xpert Business – das kaufmännische Kurs- und Zertifikatssystem (nähere Info S. 39)*

WIR SETZEN AUF HERDT IT-SCHULUNGSUNTERLAGEN
HERDT
Qualität garantiert!
www.herdt.com

Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop Elements 9 (Teil 2) - der Editor

Wenn Sie ein Foto nicht nur auf die Schnelle bearbeiten, sondern alle Möglichkeiten und Funktionen nutzen möchten, die Photoshop Elements bereitstellt, brauchen Sie den Editor. Hier finden Sie alle Werkzeuge zur vollständigen und differenzierten Fotobearbeitung. Inhalte: Beleuchtungskorrektur * Farbstiche entfernen * Kontrast verbessern mit der Tonwertkorrektur * Bilder schärfen u. gerade richten * Kameraverzerrung korrigieren * Einsatz diverser Filter zur Verbesserung der Bildqualität * Korrekturen von Bildbereichen * Bilder mit Text versehen * Erster Einstieg in die Ebenentechnik.
Voraussetzung:
gute Grundkenntnisse Windows
Hinweis: dieser Kurs ist auch für Interessenten geeignet, die nicht an Teil 1 Organizer teilgenommen haben
K 05.02.81
Christiane Ebinger
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Mo/Mi, 15.00-18.00 Uhr, ***ab 02.05.2011,*** Ende 16.05.2011
€ 68,– (zzgl. € 36,– EDV-Gebühr), 5 Termine, 20 UE

Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop Elements 9 (Teil 3) - Mit Ebenen arbeiten

Der Kurs vertieft und erweitert die im zweiten Teil erworbenen Kenntnisse. Im Mittelpunkt steht die Optimierung der Bildqualität, dazu wird verstärkt mit der Ebenentechnik und Maskierungsebenen gearbeitet. Oft reicht es, nur einen Teilbereich des Fotos zu bearbeiten, hier kommen die unterschiedlichen Auswahlwerkzeuge von Photoshop Elements zum Einsatz. Ein wesentlicher Reiz der digitalen Bildbearbeitung liegt in den vielfältigen Möglichkeiten, die sie für Fotomontagen bietet. Lernen Sie im Kurs, wie das geht. Außerdem erstellen Sie ein Panoramabild.
Voraussetzung: Adobe Fotoshop Elements Teil 2
K 05.02.82
Christiane Ebinger
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Mo/Mi, 15.00-18.00 Uhr, ***ab 30.05.2011,*** Ende 20.06.2011
€ 82,– (zzgl. € 26,– EDV-Gebühr), 6 Termine, 24 UE

Workshop: Dia-Show erstellen mit Adobe Photoshop Elements 9 - Premiumkurs Kleingruppe

Ein schönes Geschenk für Ihre Freunde und Verwandten wäre doch eine DVD mit Ihren Lieblingsbildern oder den Fotos der letzten Familienfeier. Die DVD kann mit einem DVD-Player abgespielt und auf dem Fernsehbildschirm oder auf dem Computer betrachtet werden. Animierte Übergänge, Kamerafahrten, ergänzende Texte und Grafiken sowie Hintergrundmusik runden Ihre Diashow ab.
Voraussetzung: Grundkenntnisse Adobe Photoshop Elements
K 05.02.83
Christiane Ebinger
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Sa, 28.05.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 53,– (zzgl. € 8,– EDV-Gebühr), 1 Termin, 8 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Workshop: Was ist neu in Adobe Photoshop Elements 9 - Premiumkurs Kleingruppe

Mit Photoshop Elements 9 hat Adobe eine ganze Reihe von Updates und Verbesserungen eingeführt.
- Die Sofortreparatur entfernt unerwünschte Objekte aus einem Foto. Alte oder eingerissene Fotos lassen sich so leicht reparieren, störende Bilddetails können einfach „weggeputzt“ werden.
- Stilistische Merkmale einer Aufnahme (ein Kontrast oder ein Farbschema) können mit einem Klick mit der Photomerge-Stil-Übereinstimmung analysiert und auf ein anderes Foto übertragen werden.
- Der erweiterte Editor-Assistent erlaubt das Erstellen von Pop-Art, Spiegelungen und weiteren Effekten.
- Die neuen Ebenenmasken erlauben das Ausblenden oder Mischen von Bildausschnitten.
- Die Palette der Druckmöglichkeiten wurde erweitert um Kalender, Grußkarten und Bildbände.

Voraussetzung: Vorkenntnisse Adobe Photoshop Elements aus älteren Versionen
K 05.02.84
Christiane Ebinger
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Mo/Mi, 21./23.03.2011, 15.00-18.00 Uhr
€ 53,– (zzgl. € 8,– EDV-Gebühr), 2 Termine, 8 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Grundkurs Photoshop CS5 - Premiumkurs Kleingruppe

Adobe Photoshop ist DAS Werkzeug, wenn es um digitale Bildverarbeitung geht. Im Kurs erhalten Sie einen umfassenden Einstieg in die spannende Photoshop-Welt: Grundeinstellungen und Arbeitsoberfläche, Bildoptimierung und Retusche, Selektives Arbeiten mit Auswahl, Arbeiten mit Ebenen, Theoretische Grundlagen (Farbmodelle, Farbtiefe, Dateiformate etc.).
Voraussetzung: Windowskenntnisse
K 05.02.85 WE – aus II/2010
Mechthild Schwetje
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Sa/So, 29./30.01.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 85,– (zzgl. € 30,– EDV-Gebühr), 2 Termine, 16 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

RAW-Bilder in Photoshop CS5 - Premiumkurs Kleingruppe

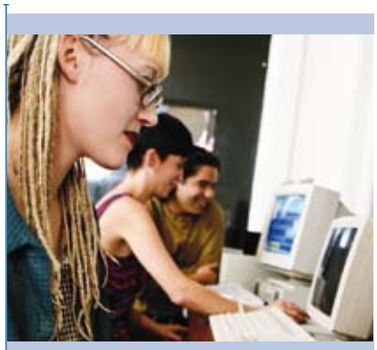
Um das volle Potential Ihrer digitalen (Spiegelreflex-)Kamera auszuschöpfen, fotografieren Sie im RAW-Format und haben damit die Möglichkeit beim Entwickeln das Beste aus Ihren Bildern herauszuholen. Im Kurs werden wir Bilder mit Hilfe des Photoshop Camera Raw Modules entwickeln und optimieren. Wichtiges Hintergrundwissen wird dabei ebenso vermittelt wie hilfreiche Tipps zum Raw-Workflow und die Funktionen der einzelnen Werkzeuge.
Voraussetzung: Grundkenntnisse in Photoshop oder einem anderen Bildbearbeitungsprogramm
K 05.02.86
Mechthild Schwetje
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Sa, 30.04.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 43,– (zzgl. € 8,– EDV-Gebühr), 1 Termine, 8 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Michael Samstag

Grundlagen der Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop CS5

BU

In diesem Kurs lernen Sie ein breites Spektrum an Werkzeugen kennen und einsetzen: der Editor zur vollständigen und differenzierten Fotobearbeitung * die Arbeit mit Ebenen zur Erstellung von Fotocollagen und Panoramabildern * fortgeschrittene Farb-, Schärfe- und Kontrastkorrekturen * Retuschieren und Restaurieren * Organizer zum Verwalten, Organisieren und Sortieren Ihrer Fotos.
K 05.02.87 BU
Michael Samstag
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Mo-Fr, 04.-08.04.2011, 09.00-15.30 Uhr
€ 136,– (zzgl. € 54,– EDV-Gebühr), 5 Termine, 40 UE



Grundlagen der Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop Elements 9 auf Föhr

BU

Für diesen BU ist ein Notebook mitzunehmen. Im Preis sind die Fahrt per Bahn, Unterkunft mit Vollverpflegung in der Jugendherberge Wyk auf Föhr im Doppelzimmer mit Dusche/WC sowie die Kursgebühren enthalten. Bei Interesse fordern Sie unseren ausführlichen Handzettel unter 0 61 03 / 31 31 - 13 13 an.
K 05.02.88 BU
Christiane Ebiner
So-So, 02.-09.10.2011
€ 579,–, 7 Termine, 40 UE

Vom Bild zum Buch - Online-Fotobücher selbst gestalten Premiumkurs Kleingruppe

Erstellen Sie ganz einfach ein persönliches Online-Fotobuch. Die moderne Form des klassischen Fotoalbums, ob als Urlaubsbuch, zur Kommunion/Konfirmation oder Taufe, Hochzeitsbuch oder einfach als wunderschönes Geschenk! Bei der Gestaltung können Sie Ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Sie können zwischen unterschiedlichen Formaten, Bindungen, Designvorlagen und Hintergründen wählen und zusätzliche Texte gestalten. Verschiedene Anbieter stellen kostenlose Software zum Erstellen Ihres Online-Fotobuches zur Verfügung; in diesem Kurs arbeiten wir mit der kostenlosen Software von CEWE. Bitte bringen Sie Ihre digitalen Fotos auf CD oder USB-Stick mit! Kursinhalte: Download der Software und Hinweise zur Installation * Einrichten der Oberfläche * Bilder einfügen * Bildausschnitte festlegen * Bilder drehen * Bilder mit Rahmen * Seitenlayout festlegen, verändern, anpassen * Seitenhintergrund formatieren * Texte erstellen u. gestalten * Druckvorschau * Bestellung abschicken.
Vorkenntnisse: sicherer Umgang mit dem PC
K 05.02.92
Christiane Ebinger
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Mo/Mi, 11./13.04.2011, 15.00-18.00 Uhr
€ 43,– (zzgl. € 8,– EDV-Gebühr), 2 Termine, 8 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -
Hinweis: Die Firma CEWE unterstützt den Kurs mit einem Gutschein für ein Online-Fotobuch in Höhe von € 26,95 pro Teilnehmer/in.

Premiumkurs Kleingruppe: 4 - 6 Teilnehmer/innen

Die Kreis-vhs Offenbach hat 3 eigene Computer-Schulungsstätten in

- **Dietzenbach,** *vhs-Gebäude, Wilhelm-Leuschner-Str. 33*
- **Dreieich (Sprendlingen),** *HLL, Frankfurter Str. 160-166, Raum 3.104*
- **Rödermark (Ober-Roden),** *vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11*

Diese 3 EDV-Räume sind vom weltweit größten Softwarehersteller mit dem Titel „Microsoft anerkanntes Weiterbildungszentrum“ ausgezeichnet worden. Gelernt wird in kleinen Gruppen von maximal 10 Personen an leistungsfähigen PC mit aktueller Software.

Jedem Teilnehmenden steht ein eigener Rechner mit Internetzugang zur Verfügung. Unterstützt wird der Unterricht durch modernste didaktische Medien (Beamer, pädagogisches Netz und interaktive Tafel).

Einführung in die Videobearbeitung am PC - Premiumkurs Kleingruppe

Wir zeigen, was eine gute Kamera können muss und informieren über neue Geräte. Fachbegriffe kurz erklärt, Videos analog und digital auf den PC übertragen; Videoclips erstellen; Clipsammlungen erstellen und bearbeiten; Dateien importieren (Video per E-Mail); mit Schnitt Text und Sound zum richtigen Film; Projekte erstellen und speichern; Clips und Einzelbilder zu Projekten hinzufügen; Clips in Projekten verschieben, entfernen und schneiden; Sprechtext und Sound zu einem Projekt hinzufügen; das fertige Projekt als Film speichern und den Film abspielen; Filme auf CD (VCD, SVCD und DVD) brennen; Filme per E-Mail senden. Gearbeitet wird mit verschiedenen Video-Bearbeitungsprogrammen (Windows 7, Ulead Video Studio u.a.).
Voraussetzung: sichere PC-Kenntnisse
K 05.02.93
Jancu Fekler
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Di/Do, 10./12.05. und 17./19.05.2011, 15.45-19.30 Uhr
€ 102,– (zzgl. € 20,– EDV-Gebühr), 4 Termine, 20 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Jancu Fekler

Professionelles Arbeiten mit Acrobat 9 im Büro - Premiumkurs Kleingruppe

m Bürobereich werden häufig Dateiinhalte im PDF-Format erzeugt und zum Datenaustausch sowie zur Bereitstellung im Internet genutzt. Sie erfahren, wie Sie PDF-Dateien aus verschiedenen Anwendungsprogrammen konvertieren, dabei für unterschiedliche Zwecke und Zielgruppen optimieren, schützen sowie mit unterschiedlichen Werkzeugen bearbeiten können. Weitere Themen sind das Erstellen von Verknüpfungen und Lesezeichen.
Voraussetzung: Windows-Kenntnisse sowie grundsätzliche Kenntnisse in mind. einem Anwendungsprogramm

K 05.02.94 – aus II/2010
Kaia Lang
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Sa, 15.01.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 43,– (zzgl. € 22,– EDV-Gebühr), 1 Termin, 8 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

K 05.02.95
Kaia Lang
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
So, 10.04.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 43,– (zzgl. € 22,– EDV-Gebühr), 1 Termin, 8 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Desktop Publishing (DTP) mit Adobe InDesign CS5 - Premiumkurs Kleingruppe

Adobe InDesign dient zur Erstellung von Visitenkarten, Anzeigen, Flyern, Zeitungen, Broschüren und mehr. Texte lassen sich mit typographischen Funktionen gestalten und mit Fotos und Grafiken kombinieren. Vom Verein bis zum Großunternehmen wird InDesign zur Abwicklung der Druckaufgaben zwischen Firma und Druckerei genutzt. In diesem Wochenendkurs wird anhand einfacher Drucksachen eine Einführung in das umfangreiche Programm geboten.
- Grundlagen DTP (Dateiformate, Farbsysteme, Arbeitsprozesse)
- InDesign kennen lernen: Arbeitsbereich, Arbeiten mit Text, Grafik, Farbe
- einfache Drucksachen aufbauen (Visitenkarte/Briefbogen/Kleinanzeige)
- fortgeschrittene Textformatierung (Flyer, Faltblatt, mehrseitige Dokumente)
- Daten für den Druck aufbereiten, als PDF ausgeben

K 05.02.96 WE
Michael Samstag
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Sa/So, 02./03.04.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 85,– (zzgl. € 16,– EDV-Gebühr), 2 Termine, 16 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Betriebssystem Windows

BU

Aufbau und Planung eines Windowsnetzwerk mit Windows 2008 Server und Windows 7

Nutzung von gemeinsamen Ressourcen, Grundlagen von Datenschutz und Datensicherheit
Dieser Kurs gibt Ihnen einen umfassenden Überblick über das neueste Serverbetriebssystem aus dem Hause Microsoft.
Der Kurs eignet sich besonders für Einsteiger, die sich einen umfassenden Überblick über die Aufgaben und Funktionen eines Serverbetriebssystems verschaffen möchten. Aber auch erfahrene Teilnehmer kommen auf ihre Kosten und lernen die Einsatzmöglichkeiten von Windows Server 2008 kennen
Inhalte: • Editionen und Einsatzmöglichkeiten • Hardwareanforderungen • Installation / Installationsarten • Grundkonfiguration • Verwaltung des Servers • Rollen und Features • Sicherheit und Updates • Zuverlässigkeit und Leistungsüberwachung • Problembehandlung
Vorkenntnisse: gute Windows-Grundkenntnisse
K 05.03.21 BU
Oliver Weck
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Mo-Fr, 02.-06.05.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 203,– (zzgl. € 60,– EDV-Gebühr), 5 Termine, 40 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

PC einrichten und pflegen unter Windows 7 - Premiumkurs Kleingruppe

In diesem Kurs erhalten Sie einen Überblick über die Neuerungen und den Umgang mit dem Betriebssystem Windows 7. Sie lernen Windows 7 effizient anzupassen und zu optimieren. Sie nehmen Konfigurationen vor, z.B. Netzwerkverbindungen, Sicherheit, Einstellungen in der Systemsteuerung, Fehlerdiagnose und -behebung, Systemüberwachung und -pflege. Die Verwendung von Windows Update, Probleme bei der Arbeit mit Windows beheben (z.B. Probleme mit älterer Software) und die Systemwiederherstellung sind weitere Themen. Die Sicherheitsfunktionen sowie die Highlights wie z.B. Jump Lists, die neuen Fensterfunktionen wie Snap und Shake, neue Möglichkeiten des Desktopdesigns sowie neue Suchfunktionen werden ausführlich behandelt.
Vorkenntnisse: Kenntnisse anderer Betriebssysteme
K 05.03.31 WE
Oliver Weck
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3
Sa/So, 21./22.05.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 85,– (zzgl. € 30,– EDV-Gebühr), 2 Termine, 16 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Webseiten gestalten

Webseiten kann man auf verschiedene Weise erstellen. Mit Frontpage, Joomla und Dreamweaver, den so genannten WYSIWYG-Editoren (What You See Is What You Get), können Webseiten auf einer graphischen Oberfläche bearbeitet werden, welche die Webseite zeigt, wie sie später aussehen wird. Dies ermöglicht auch dem Anfänger eine schnelle Webseiten-Gestaltung. Profis gestalten ihre Webseiten oft direkt in HTML bzw. XHTML oder überarbeiten den HTML-Code nach der Erstellung. Basiskenntnisse in HTML sind auch bei der Erstellung von Webseiten mit WYSIWYG-Editoren sinnvoll, da WYSIWYG-Editoren nicht alle Funktionen von HTML beherrschen. Flash eignet sich vor allem zur effektvollen Animation von Webseiten, PHP und MySQL erlauben die Gestaltung dynamischer Webseiten, z.B. für Besucherzähler. Das Click & Change System ist ideal zur schnellen Erstellung und Pflege von Internetangeboten. Joomla! ist ein sogenanntes Content-Management-System (übersetzt: Inhaltsverwaltungssystem), mit dem sich auf einfache Art Inhalte einer Website gestalten lassen, wobei Design und Inhalt getrennt sind. Für den Anfänger empfiehlt sich die Veranstaltung Einführung in Web-Publishing, da hier die WYSIWYG-Editoren und die wichtigsten HTML-Tags behandelt werden.

Einführung in Web-Publishing (mit Editoren und HTML)

In diesem Kurs lernen Sie, ihre eigene Homepage zu bauen. Es werden Grundkenntnisse in der Seitengestaltungssprache HTML vermittelt. Struktur und Layout der Seiten werden ebenso behandelt wie die Seitenveröffentlichung bzw. Übertragung ins Internet. Zusätzlich werden die Themengebiete Internetgrafiken sowie Seitenverwaltung mit einem Editor (z.B. Frontpage) angesprochen.
Voraussetzung: Vorkenntnisse von Windows und Word
K 05.03.50 WE
Jürgen Hofmann
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3
Fr-So, 08.-10.04.2011,
Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa/So 09.00-16.00 Uhr
€ 68,– (zzgl. € 20,– EDV-Gebühr), zzgl. € 3,– Materialkosten, 3 Termine, 20 UE

Jürgen Hofmann

Webseiten gestalten und pflegen mit System - Premiumkurs Kleingruppe

Mit dem Click & Change-System von Jimdo gestalten Sie in kurzer Zeit ein Internetangebot wie ein Profi. Auch die Datenaktualisierung mit Text, Bildern und News erfolgt mit einigen kurzen Mausclicks. Die Software hierfür ist kostenlos und muss nicht auf einem Rechner installiert werden. Der ideale Weg für Ihr nächstes Webangebot in eigener Regie (private, Vereins- oder Geschäftswebsite).
Voraussetzung: Vorkenntnisse Internet- und Word-Grundwissen, keine HTML-Kenntnisse erforderlich
K 05.03.52
Jürgen Hofmann
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3
Sa, 14.05.2011, 09.00-12.45 Uhr
€ 27,– (zzgl. € 5,– EDV-Gebühr), 1 Termin, 5 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Bildungsurlaub BU
Akkreditiert als Lehrerfortbildung
Kurse für Kinder und Jugendliche

Dynamische Webseiten mit PHP, Apache und MySQL - Premiumkurs Kleingruppe

PHP ist eine serverbasierte Skriptsprache, die aus statischen HTML-Dateien dynamische, interaktive und flexible Webseiten macht. Mit PHP können Sie Webseiten in Abhängigkeit von individuellen Vorgaben des Benutzers erzeugen. Es können Formulareingaben verarbeitet, in einer MySQL-Datenbank gespeichert und zu einem späteren Zeitpunkt wieder ausgelesen und erneut angezeigt werden. Durch den Einsatz von PHP wird also eine HTML-Seite flexibel, doch erst in Kombination mit einer MySQL-Datenbank entfaltet sich das volle Potenzial dynamischer Webseiten in Form eines datenbankbasierten Web-Publishing. PHP wird direkt in den HTML-Code eingebunden. Themen: Zusammenspiel HTML, PHP, MySQL, Apache * Entwicklungsumgebungen für PHP * PHP Grundlagen und nützliche Funktionen * Datenbankfunktionen mit MySQL
Voraussetzung: Grundlagen HTML und Programmierkenntnisse
K 05.03.56 WE
Hildegard Hügemann
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Fr-So, 06.-08.05.2011,
Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa/So 09.00-16.00 Uhr
€ 102,– (zzgl. € 34,– EDV-Gebühr),
3 Termine, 20 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Eigene Homepage erstellen - Joomla! Praxisprojekt für Einsteiger - Premiumkurs Kleingruppe

Joomla! ist ein weit verbreitetes und beliebtes Content-Management-System. Es ist eine Free Software und eignet sich zur Erstellung professioneller Webseiten ohne Programmierkenntnisse. Lernen Sie, wie Sie mit Joomla! eine Webseite mit Foto- und Videogalerie, Forum, Login, Umfrage und Newsfeed erstellen. Joomla! kann für Einzelpersonen- oder Familien-Websites, für kleine und mittlere Unternehmen, Non-Profit-Organisationen, Vereine u.a. verwendet werden.
Vorkenntnisse: Sicherer Umgang mit Windows-Explorer, Internet-Grundkenntnisse
K 05.03.58 WE
Dietmar Miersch
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Sa/So, 11./12.06.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 85,– (zzgl. € 16,– EDV-Gebühr), 2 Termine, 16 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

WIR SETZEN AUF HERDT IT-SCHULUNGSUNTERLAGEN
HERDT
Qualität garantiert!
www.herdt.com

Qualifizierungsscheck
Weil Du mehr kannst

Qualifizierungsschecks in Hessen – finanzielle Förderung beruflicher Bildung

Wer sich beruflich fortbildet, kann mehr und entwickelt Perspektiven. Damit Sie die Kosten nicht alleine tragen müssen, beteiligt sich das Land Hessen durch das Förderinstrument „Qualifizierungsschecks" mit Mitteln aus dem Europäischen Sozialfonds. Das Land Hessen übernimmt die Hälfte der Teilnahme- und Prüfungsgebühren bis maximal € 500,-- pro Person und Jahr für eine Weiterbildungsmaßnahme von einem zertifizierten Bildungsanbieter.

Dazu müssen Sie folgende Voraussetzungen erfüllen:
- *Sie arbeiten in einem kleinen oder mittleren Unternehmen mit bis zu 250 Beschäftigten*
- *Sie haben für ihre derzeitige Tätigkeit entweder keinen anerkannten Abschluss oder Sie sind älter als 45 Jahre oder arbeiten Teilzeit*

Weitere Voraussetzung für den Erhalt eines Qualifizierungsschecks ist eine kostenlose persönliche und neutrale Bildungsberatung. Als Ergebnis des Beratungsgesprächs werden Themen und Inhalte der beruflichen Weiterbildungsmaßnahme und in Frage kommende Weiterbildungsanbieter festgelegt.

Die Kreis-vhs Offenbach ist sowohl **Beratungsstelle** *als auch* **zertifizierter Bildungsanbieter.**

Ihre Ansprechpartnerin bei der Kreis-vhs für eine berufsbezogene Beratung für EDV und kaufmännische Weiterbildung:
Rita Hannebauer, *Tel. 0 61 03 / 31 31 – 13 40*

Trägerübergreifende Beratung:
Christine Kircher, *Tel. 0 61 03 / 31 31 – 11 20*
Marketta Rosentreter,
Tel. 0 61 03 / 31 31 – 12 14

Weiterbildung Hessen e.V. setzt das Förderinstrument Qualifizierungsschecks im Auftrag des Hessischen Ministeriums für Wirtschaft, Verkehr und Landesentwicklung um und steht ebenfalls gerne für Fragen und weitere Informationen zur Verfügung und bietet eine Liste aller Beratungsstellen:
Weiterbildung Hessen e.V.,
Tel. 0 69 / 5 97 99 66 – 0,
www.qualifizierungsschecks.de.

Ihr heißer Draht zur Kreis-vhs
0 61 03 / 31 31 - 13 13

Arbeit und Beruf

Fachbereichsleitung:
Rita Hannebauer
Tel. 0 61 03 / 31 31 – 13 40
E-Mail: r.hannebauer@kreis-offenbach.de

Büroorganisation / Tastschreiben

Computerschreiben in 4 Terminen - für Kids und Erwachsene

Lernen mit geschlossenen Augen, Bildern, Farben und Geschichten? In diesem Kurs erfahren Kinder, Jugendliche und Erwachsene, wie sie auf einfache Weise ganz ohne Stress innerhalb kürzester Zeit die Tasten des Computers bedienen, ohne hinzuschauen - und dabei eine Menge Spaß haben. Das spezielle System arbeitet mit Entspannungsmethoden und bildhaften Geschichten, und nach nur 4 Terminen beherrschen die Teilnehmenden die Tastatur blind. Vorausgesetzt, sie üben zusätzlich zu Hause zur Steigerung der Schreibsicherheit und -geschwindigkeit und sind bereit, sich auf diese neue Methodik einzulassen.

K 05.04.01 für Kinder ab 8 J. und Erwachsene
Hildegard Hügemann
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Fr, 16.30-18.20 Uhr, ***ab 25.03.2011***
€ 34,– (zzgl. € 25,– EDV-Gebühr),
4 Termine, 10 UE

K 05.04.02 Eltern-Kind-Ferienkurs
Anne Christiane Wiegand
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Mo-Do, 18.-21.04.2011, 15.30-17.20 Uhr
€ 34,– (zzgl. € 25,– EDV-Gebühr),
4 Termine, 10 UE

K 05.04.03 Ferienkurs für Jugendliche und Erwachsene
Anne Christiane Wiegand
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Mo-Do, 18.-21.04.2011, 17.30-19.20 Uhr
€ 34,– (zzgl. € 25,– EDV-Gebühr),
4 Termine, 10 UE

Protokollführung

Protokolle anfertigen ist für viele eine unbeliebte Tätigkeit, aber sehr wichtig für eine gut dokumentierte Arbeit. In diesem Kurs erarbeiten Sie die Grundsätze der Protokollerstellung und können damit sinnvolle Protokolle mit wenig Zeitaufwand erstellen. Inhalte:
- Übersicht über die 4 wichtigsten Protokollarten mit Besonderheiten und Einsatzgebieten: Wörtliches, Verlaufs-, Kurz- und Ergebnisprotokoll
- Erstellung eines Protokollrahmens unter Berücksichtigung aller formalen Kriterien
- Einführung und Übungen zur Protokollsprache
- Formulierungsübungen an praktischen Beispielen

K 07.54.03
Sylvia Hornung
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3
Sa, 07.05.2011, 10.00-15.15 Uhr
€ 17,– (zzgl. € 2,50 Arbeitsmaterial),
1 Termin, 6 UE

Xpert-Business Lehrgänge

Finanzbuchführung 1

Ziel dieses Grundlehrgangs ist es, Anfänger/innen systematisch und praxisbezogen in das Sachgebiet der doppelten Buchführung einzuführen. Inhalte: Grundsätze ordnungsgemäßer Buchhaltung, Inventur, Bilanz, G&V, Buchung von Belegen, Grundzüge der Umsatzsteuer. Information zum Prüfungssystem siehe schematische Übersicht und Terminübersicht.
K 05.05.01
Doris Carius, Mitglied im Bundesausschuss Xpert Business Finanzbuchführung
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 2. OG, Raum 2.207
Mi, 18.30-21.30 Uhr, ***ab 23.02.2011***
€ 174,– (zzgl. € 36,– Arbeitsmaterial),
15 Termine, 60 UE

Lohn- und Gehaltsabrechnung II

Dieser Kurs baut auf dem Kurs Lohn und Gehalt I auf. Er vermittelt vertieftes Praxiswissen, um Lohn- und Gehaltsabrechnungen im Betrieb durchführen zu können. Schwerpunkte sind Besonderheiten bei Lohnbestandteilen, Pauschalierungen, Abzugsbeträgen, Abrechnungsgruppen, Auslandsaufenthalten, Reisekosten, Fahr- u. Einsatzwechseltätigkeit, doppelte Haushaltsführung und Umzugskosten, Abfindungen, betriebliche Altersvorsorge und Zahlung von Betriebsrenten, Jahresabschlussarbeiten. Information zum Prüfungssystem siehe schematische Übersicht und Terminübersicht.
K 05.05.08
Patric Döbert, Steuerberater, Mitglied im Bundesausschuss Xpert Business Lohn und Gehalt
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.109
Mo, 18.30-21.30 Uhr, ***ab 14.02.2011***
€ 128,– (zzgl. € 36,– Arbeitsmaterial),
11 Termine, 44 UE

Lohn- und Gehaltsabrechnung am PC

Mit Hilfe der Software von Lexware erlernen Sie das Erstellen von Lohn- und Gehaltsabrechnungen am PC von der Anlage der Firmen-, Krankenkassen- u. Arbeitnehmerstammdaten über die Lohnartenbesteuerung und Erfassung der variablen Lohndaten bis zur Interpretation und Kontrolle der Computerausdrucke und Verbuchung der Lohn- und Gehaltsabrechnung in der Finanzbuchführung.
Voraussetzung: fundierte Kenntnisse der manuellen Lohn- und Gehaltsabrechnung und Grundkenntnisse Windows. Information zum Prüfungssystem siehe schematische Übersicht und Terminübersicht.
K 05.05.09 WE
Patric Döbert, Steuerberater, Mitglied im Bundesausschuss Xpert Business Lohn und Gehalt
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5
Fr/Sa, 18./19.03. und 01./02.04.2011,
Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa 09.00-16.00 Uhr
€ 70,– (zzgl. € 24,– EDV-Gebühr und € 18,– für Arbeitsmaterial), 4 Termine, 24 UE

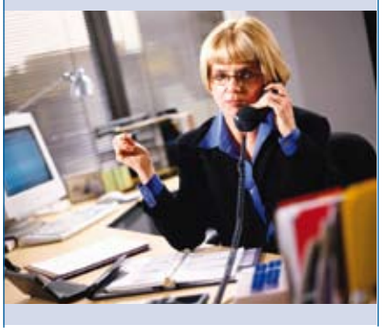
Grundlagen der Kosten- und Leistungsrechnung

Die Kosten- und Leistungsrechnung macht Aussagen über die Wirtschaftlichkeit eines Betriebes, seiner Teilbereiche und einzelner Produkte. In diesem Kurs werden dazu die wesentlichen Instrumente in der Kostenarten-, Kostenstellen- und Kostenträgerrechnung jeweils mit Beispielen besprochen. Kalkulationsmethoden und Möglichkeiten der Deckungsbeitragsrechnung mit der Break-even-Analyse erfassen weitere praktische Anwendungsfelder. Information zum Prüfungssystem siehe schematische Übersicht und Terminübersicht.
K 05.05.10
Anna-Katrin Gunka
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.107
Fr, 18.00-21.45 Uhr, ***ab 04.03.2011***
€ 174,– (zzgl. € 31,– Arbeitsmaterial), 60 UE, 12 Termine

Doris Carius, Kursleiterin Finanzbuchhaltung

Bilanzierung

Aufbauend auf den Kursen Fibu I und II werden Kenntnisse in der nationalen Rechnungslegung erweitert und vertieft und darüber hinaus Grundzüge der internationalen Rechnungslegung vorgestellt. Der Kurs soll Sie befähigen, einfache Jahresabschlüsse selbständig zu erstellen und schwierige Abschlüsse fachgerecht vorzubereiten. Weiterhin erfahren Sie, wie Sie Abschlüsse analysieren können, um die Lage und Entwicklung eines Unternehmens auf der Grundlage von Kennzahlen beurteilen zu können. Kursthemen sind u.a.: Inventur, Grundsätze ordnungsgemäßer Buchführung, Bewertungsgrundsätze, Abschreibung, Leasing, Rückstellungen, IAS, USGAAP.
K 05.05.16
Tatjana Winter
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 2. OG, Raum 2.209
Di, 18.30-21.30 Uhr, ***ab 22.02.2011***
€ 174,– (zzgl. € 18,– Arbeitsmaterial), 60 UE, 15 Termine



Kaufmännische Kurse

Die Einnahme - Überschuss - Rechnung

Auch eine Einnahme-Überschussrechnung birgt Gefahren. Dieser Kurs vermittelt grundlegendes Wissen zur EÜR. Vor- und Nachteile zwischen der einfachen und der doppelten Buchführung werden dargestellt. Folgende Themen werden im einzelnen behandelt: Ansatz von Betriebseinnahmen und Betriebsausgaben, beschränkt abzugsfähige Betriebsausgaben, Umatzsteuer, besondere Aufzeichnungspflichten, Kontokorrentbuchführung, das Formular EÜR. Die gesamte Thematik wird mit einer sinnvollen Umsetzung mittels Lexware am PC vermittelt.
K 05.06.01
Doris Carius
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3
Sa, 12.03.2011, 09.00-16.00 Uhr
EUR 23,– (zzgl. 8,– EDV-Gebühr), 1 Termin, 8 UE, zzgl. Arbeitsmaterial

Buchführung - sind Sie up to date?

Wann haben Sie den letzten Buchführungskurs besucht, wann haben Sie sich zuletzt mit den steuerlichen Neuerungen der Buchführung befasst? Buchen Sie in der Praxis alles richtig? In dieser Veranstaltung werden häufige Buchführungsfehler besprochen sowie Änderungen aus Umsatzsteuer- und Einkommenssteuerrecht dargestellt. Schwerpunkte sind Rechnungsformalitäten, Umkehr der Steuerschuldnerschaft, Abschreibungen und die Steueränderungen zum 01.01.2011.
K 05.06.03
Doris Carius
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 2. OG, Raum 2.207
Sa, 05.02.2011, 09.00-16.00 Uhr
€ 48,–, 1 Termin, 8 UE, zzgl. Arbeitsmaterial
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

SAP R/3 - Grundlagen, Bedienungsoberfläche und Einsatzmöglichkeiten

Der Kurs vermittelt grundlegende Funktionen im Umgang mit der SAP R/3-Software. Im Rahmen einer Simulationsumgebung (CBT) werden behandelt: Überblick zur Systemumgebung, An- und Abmelden, Bildschirmaufbau / Bedienelemente, Funktionstasten, Menüsystem, Matchcodes, Sonderfunktionen.
K 05.06.07
Willi Wagner
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Mo/Di, 23./24.05.2011, 18.00-21.00 Uhr
€ 27,– (zzgl. € 8,– EDV-Gebühr und Materialkosten), 2 Termine, 8 UE

SAP R/3 - Anwendungen (FI, MM, SD, HR)

Der Kurs vermittelt einen Überblick über die Integration von SAP R/3 zur Durchführung von Aufgaben in Rechnungswesen, Materialwirtschaft, Vertrieb und Personalwesen. Die Übungen erfolgen in einer Simulationsumgebung (CBT). Jeder Teilnehmende kann ein Modul (FI-CO, FI-AP, FI-AR, FI-GL, CCA, MM, SD, HR) für die Bearbeitung im Kurs auswählen.
Voraussetzung: Kenntnisse entsprechend Grundlagenseminar
K 05.06.08
Willi Wagner
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Mi/Do, 25./26.05.2011, 18.00-21.00 Uhr
€ 27,– (zzgl. € 8,– EDV-Gebühr und Materialkosten), 2 Termine, 8 UE

Sie finden uns im Internet unter: www.kreis-vhs-offenbach.de

Xpert Business Abschlüsse | Betriebswirtschaft

XB Kurse	Geprüfte Fachkraft (XB)				Buchhalterin (XB)	
	Finanzbuchführung	Internes Rechnungswesen	Externes Rechnungswesen	Lohn und Gehalt	Finanzbuchhalter/in	Betriebswirtschaft Rechnungswesen
Finanzbuchführung (1)	◐	◐				
Finanzbuchführung (2)	●		◐		●	●
Finanzbuchführung (3) EDV	●				●	●
Finanzwirtschaft		◐			●	●
Kosten- und Leistungsrechnung		●			●	●
Controlling		●				
Bilanzierung			●			
Betriebliche Steuerpraxis			●			
Lohn und Gehalt (1)				◐		
Lohn und Gehalt (2)				●		●
Lohn und Gehalt (3) EDV				●		●

Dies ist eine Auswahl aus unserem umfangreichen Qualifizierungsangebot.
Weitere Xpert Business Angebote, z. B. im Bereich „Persönliche Arbeitstechniken", sowie aktuelle Informationen finden Sie auf unserer Website: www.xpert-business.eu

SAP R/3 - Anwendungen einer betriebswirtschaftlichen Software

BU

Vorgestellt werden folgende Anwendungen der Software SAP R/3: Aufbau des Systems und der Module von SAP R/3, Modul FI-CO (Finanzwesen und Controlling, Finanzbuchhaltung, Debitoren-, Kreditorenbuchhaltung), Modul MM (Materialwirtschaft mit Einkauf, Logistik), Modul SD (Vertrieb), Personalverwaltung und -abrechnung. Die Übungen erfolgen nicht mit einer installierten SAP R/3-Anwendung, sondern mit einer Simulation von SAP R/3 in einer Lernumgebung (Lernsoftware). Sie lernen die Bearbeitung praxisnaher Geschäftsfälle mit SAP R/3 kennen.

K 05.06.09 BU – aus II/2010
Willi Wagner
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Mo-Fr, 24.-28.01.2011, 09.00-15.30 Uhr
€ 136,– (zzgl. € 54,– EDV-Gebühr und Materialkosten), 5 Termine, 40 UE

Buchen nach Belegen mit Datev SKR 03 / SKR 04

Der Kurs vermittelt Grundlagen des Programms Kanzlei-Rechnungswesen im Bereich der Finanzbuchhaltung: Organisation der Fibu, Vorarbeiten, Programmstruktur, Mandantenanlage, Stammdaten, Kontenplan, Dialog-/Stapelerfassung, Buchen von Geschäftsfällen. Voraussetzung: Grundkenntnisse Buchhaltung

K 05.06.10 – aus II/2010
Willi Wagner
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Mo-Do, 24.-27.01.2011, 18.00-21.00 Uhr
€ 54,– (zzgl. € 37,– EDV-Gebühr und Materialkosten), 4 Termine, 16 UE

Einsatz der Datev-Software „Kanzlei-Rechnungswesen"

BU

Dieser Kompaktkurs wird praxisnah anhand einer Fallstudie durchgeführt und vermittelt Ihnen folgende Themen: Einführung in den Aufbau des Programms, Anlegen von Mandanten und Stammdaten, Kontenrahmen, Kontieren und Erfassen von Geschäftsfällen, Buchungsverarbeitung, Offene-Posten-Buchhaltung (Debitoren/Kreditoren) und Zahlungsvorgänge, Periodische Auswertungen, Betriebswirtschaftliche Auswertung (BWA), Abschlussbuchungen, Gewinn- und Verlustrechnung sowie der Bilanz.
Bei Interesse und Vorliegen der Voraussetzungen kann eine Prüfung EDV-Finanzbuchführung nach den Richtlinien Xpert-Business unmittelbar nach dem Kurs abgelegt werden. Eine verbindliche schriftliche Anmeldung dazu ist mit der Kursanmeldung erforderlich, eine vorherige Beratung unter 0 61 03 / 31 31 – 13 40 wird empfohlen.
Voraussetzung: Grundkenntnisse der Buchführung

K 05.06.12 BU
Willi Wagner
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Mo-Fr, 23.-27.05.2011, 09.00-15.30 Uhr
€ 136,– (zzgl. € 63,– EDV-Gebühr und Materialkosten), 5 Termine, 40 UE

Steuerrecht für Selbstständige

Dieser Kurs wendet sich an alle, die im alltäglichen Leben mit der Komplexität des Steuerrechts kämpfen müssen. Im Rahmen der Veranstaltung sollen die steuerlichen Pflichten des Unternehmers mit Beginn seiner Tätigkeit bzw. während des laufenden Geschäfts vermittelt. Die Teilnehmenden werden befähigt ihre steuerlichen Verpflichtungen und Möglichkeiten zur Bewältigung kennen zu lernen. Angesprochen sind insbesondere „kleinere" und „jüngere" Gewerbetreibende und Freiberufler sowie Personen, die sich selbständig machen wollen. Folgende Themen werden behandelt:

- Beginn der Selbständigkeit (Gewerbeanmeldung, Umsatzsteuerpflicht)
- Aufzeichnungs- und Buchführungspflichten
- Organisation der Buchführung
- Umsatzsteuer im Überblick (steuerfreie Lieferungen, Steuersätze, Eigenverbrauch).

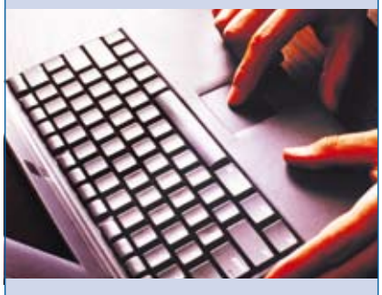
K 05.06.15 WE
Madlen Hellmann
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 2. OG, Raum 2.209
Fr-So, 18.-20.03.2011,
Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa/So 09.00-15.00 Uhr
€ 52,–, 3 Termine, 18 UE

Wie mache ich meine Steuererklärung und spare Steuern

Das Ausfüllen der Steuererklärung bereitet niemandem Freude. Was sind z.B. Werbungskosten, Sonderausgaben oder außergewöhnliche Belastungen? Welche Auswirkungen haben die Neuregelungen im Steuerrecht (z.B. Arbeitszimmer), was ist zu beachten? Ziel des Kurses ist das Ausfüllen einer Steuererklärung oder eines Antrags auf Lohnsteuerermäßigung unter Berücksichtigung der rechtlichen Möglichkeiten zum Steuersparen. Die Teilnehmenden lernen das Berechnen des zu versteuernden Einkommens, das Anwenden der Lohnsteuertabelle und die Nutzung gängiger Rechtsmittel kennen. Auch das Alterseinkünftegesetz zur Rentenbesteuerung wird behandelt.

K 05.06.20 WE
Werner Rittershofer
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 2. OG, Raum 2.207
Fr/Sa, 25./26.02.2011,
Fr 18.00-21.00 Uhr, Sa 09.00-15.30 Uhr
€ 35,– (zzgl. € 8,– für Seminarunterlagen bar im Kurs), 2 Termine, 12 UE

Management



Projekte organisieren und erfolgreich durchführen

In jeder Firma und sonstigen Organisation (öffentliche Verwaltung, Parteien, Verbände, Vereine, Schulen) werden heute Aufgaben in Form von Projekten durchgeführt. Auch Handwerker und Privatpersonen müssen bei größeren Aufgaben - z.B. beim Bau eines Hauses - die auszuführenden Schritte koordinieren und dabei Termine und Kosten im Griff behalten. Hier helfen bewährte Methoden des Projektmanagements. In diesem Kurs lernen Sie durch Vortrag, Diskussion und Übungsbeispiele, kleinere Projekte selbst zu planen und zu steuern und erfahren, wie man es - nach den gleichen Grundregeln, nur etwas aufwändiger - bei Großprojekten machen würde.
Information zu Prüfungsmöglichkeiten s. u.

K 05.09.02 WE
Gernot Waschek, Dipl.-Ing.
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 2. OG, Raum 2.207
Fr-So, 13.-15.05.2011,
Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa/So 09.00-16.00 Uhr
€ 85,– (zzgl. € 5,– für Seminarunterlagen bar im Kurs), 3 Termine, 20 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Gernot Waschek

Arbeitszeugnis - Kündigung - Aufhebungsvertrag - Abfindung

„Er bemühte sich stets, unseren Anforderungen gerecht zu werden." - das ist noch recht einfach zu durchschauen. Aber wie steht es mit „Sie war sehr tüchtig und in der Lage, ihre eigene Meinung zu vertreten"? Oder „Er verfügt über Fachwissen und hat ein gesundes Selbstvertrauen"? Dieser Kurs hilft bei der Entschlüsselung von Zeugnistexten und zeigt worauf es beim Arbeitszeugnis ankommt, was auf keinen Fall zu lesen sein darf und welche Zeugnissprache und „Geheimcodes" es gibt. Im Kurs werden außerdem weitere mit der Beendigung eines Arbeitsverhältnisses entstehende Themen behandelt: Kündigung, Aufhebungsvertrag, Abfindung, Tarif- und Arbeitsvertrag, Arbeitnehmerschutz und vieles mehr.

K 05.09.04
Jörn Breitung, Rechtsanwalt
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.115
Mi, 11.05. und 18.05.2011,
18.00-21.00 Uhr
€ 23,–, 2 Termine, 8 UE

Erfolgreich bewerben im Internet

Sie erhalten einen detaillierten Überblick über den Stellenmarkt, wie er sich heute in den verschiedenen Medien, insbesondere im Internet (Jobbörsen, Homepages, Netzwerke) darstellt. Sie erfahren, wie Sie sich im Internet einen Job suchen und wie Sie Ihre Bewerbung aufgeben (per Mail, per Bewerbungsformular auf einer Homepage).
Bitte bringen Sie Ihre komplette Bewerbung (Lebenslauf, Anschreiben, Foto, Zeugnisse) auf USB-Stick mit.

K 05.09.10
Carmen Bersem
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 3, 1. OG, Raum 3.104
Sa, 14.05.2011, 09.00-14.15 Uhr
€ 17,–, 1 Termin, 6 UE

Prüfungen Berufliche Bildung / EDV

Prüfung	Prüfungstermin	Prüfungsgebühren
Buchführung I	18.06.2011	€ 48,–
EDV-Finanzbuchführung mit Lexware	26.02.2011	€ 48,–
EDV-Finanzbuchführung mit Datev	27.05.2011	€ 48,–
Lohn- und Gehaltsabrechnung II	18.06.2011	€ 48,–
Lohn- und Gehaltsabrechnung am PC	16.04.2011	€ 48,–
Kosten- und Leistungsrechnung	18.06.2011	€ 48,–
Bilanzierung	18.06.2011	€ 48,–
Xpert European Computer Passport	n.Ver.	€ 48,–
Xpert personal business skills	alle o.g. Termine u. n.V.	€ 36,–

An- und Abmeldeschluss jeweils einen Monat vor der Prüfung.
Prüfungsort: Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166

Fortbildungsreihe Ehrenamt

Die Kreisvolkshochschule Offenbach führt wieder eine spezielle Fortbildungsreihe Ehrenamt durch. Zur Förderung des ehrenamtlichen Engagements erstattet der Kreis Offenbach auf Antrag die Hälfte der gezahlten Kursgebühren.

Ein Antrag kann gestellt werden z.B. von
- *Vorstandsmitgliedern von Vereinen und gemeinnützigen Organisationen*
- *Schul- und Kindergartenelternbeiräten*
- *Ausländerbeiräten*
- *sowie Personen, die sich für die Übernahme eines Amtes qualifizieren wollen*

Voraussetzung ist, dass der Wohnsitz des Antragstellers oder die Organisation, für die die ehrenamtliche Tätigkeit ausgeübt wird, im Kreis Offenbach liegt.

Die **Anmeldung** *zu den Seminaren erfolgt mit den im Programmheft beigefügten Anmeldeformularen an die* **Kreisvolkshochschule Offenbach.** *Nach Ende der Veranstaltung und Bezahlung der Gebühr an die Kreis-vhs Offenbach erhalten Sie eine Teilnahmebescheinigung und ein Antragsformular für die Rückerstattung der halben Kursgebühr.*

Spendenrecht und Spendenhaftung
Behandelt werden alle Fragen rund um
- Spendenrecht (Geld-, Sach-, Aufwandspende und Zuwendungsbestätigungen)
- Spendenhaftung (§ 10 b Abs. 4 EStG, Rechtsprechung des BFH und der Instanzgerichte, Erlass der OFD Frankfurt/Main)
- Haftungsinanspruchnahme durch die Finanzämter (Entzug der Gemeinnützigkeit, Haftungsanfrage und Festsetzung von Haftungssummen)
- Strategien zur Vermeidung der Spendenhaftung

K 07.15.01
Malte Jörg Uffeln, Rechtsanwalt
Dreieich (Sprendlingen), HLL, Frankfurter Str. 160-166, Haus 2, 1. OG, Raum 2.107
Di, 22.03.2011, 18.00-20.15 Uhr
€ 7,–, 1 Termin, 3 UE

Protokollführung
Protokolle anfertigen ist für viele eine unbeliebte Tätigkeit, aber sehr wichtig für eine gut dokumentierte Arbeit. In diesem Kurs erarbeiten Sie die Grundsätze der Protokollerstellung und können damit sinnvolle Protokolle mit wenig Zeitaufwand erstellen. Inhalte:
- Übersicht über die 4 wichtigsten Protokollarten mit Besonderheiten und Einsatzgebieten: Wörtliches, Verlaufs-, Kurz- und Ergebnisprotokoll
- Erstellung eines Protokollrahmens unter Berücksichtigung aller formalen Kriterien
- Einführung und Übungen zur Protokollsprache
- Formulierungsübungen an praktischen Beispielen

K 07.54.03
Sylvia Hornung
Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3
Sa, 07.05.2011, 10.00-15.15 Uhr
€ 17,– (zzgl. € 2,50 Arbeitsmaterial),
1 Termin, 6 UE

Die Einnahme - Überschuss - Rechnung
K 05.06.01
Kursbeschreibung s. S. 39

Projekte organisieren und erfolgreich durchführen
K 05.09.02 WE
Kursbeschreibung siehe S. 40

Ansprechende Publikationen erstellen mit dem Publisher 2010
K 05.02.19 BU
Kursbeschreibung siehe S. 34

Vereint Aktiv
... Ehrensache!

Schulabschlüsse
Beratung und Information

Kreisvolkshochschule Offenbach
durch unseren Fachbereichleiter
Thomas Falk Tel.: 0 61 03 / 31 31 13 41

Walter-Kolb-Stifung e. V.
Beratung für Weiterbildung Rhein-Main
Kurt-Schumacher-Str. 41
60313 Frankfurt
Tel.: 0 69 / 21 24 09 00,
Mo-Fr von 08.00-16.00 Uhr

Unterrichtstätten
in Kreis und Stadt Offenbach

Gymnasium und Realschule für Erwachsene im HLL Dreieiech
(Abitur, Fachhochschule, Mittlere Reife)
Tel.: 0 61 03 / 31 31 - 68 40

Abendgymnasium für Berufstätige in Offenbach
(Abitur, Fachhochschulreife)
Tel.: 0 69 / 83 70 61

Volkshochschule der Stadt Offenbach
(Hauptschulabschluss)
Tel.: 0 69 / 80 65 - 31 41

Leitbild der Kreisvolkshochschule Offenbach

Identität und Werte
Die Kreisvolkshochschule ist die Weiterbildungseinrichtung des Kreises Offenbach und arbeitet im öffentlichen Auftrag. Arbeitsgrundlagen sind das Hessische Weiterbildungsgesetz und die Satzung der Kreisvolkshochschule Offenbach. Wir sind überparteilich, gemeinwohlorientiert, bürgernah sowie weltanschaulich und konfessionell neutral.

Auftrag und Ziele
Unser Auftrag wird durch das Hessische Weiterbildungsgesetz vorgegeben. Er basiert auf den Grundwerten einer demokratischen Ordnung, auf Meinungsvielfalt und Toleranz. Er orientiert sich an den beruflichen, sozialen und persönlichen Bedürfnissen der Bevölkerung. Wir wollen Menschen unterschiedlicher Herkunft, sozialer Lage, Weltanschauung und Nationalität erreichen und lebenslanges Lernen für alle ermöglichen. Unser Bildungsverständnis bezieht die vielfältigen Begabungen, Fähigkeiten und Fertigkeiten von Menschen mit ein.
Wir ermöglichen durch ein breit gefächertes und innovatives Programm und durch vielfältige Lernprozesse lebenslanges Lernen für die verschiedenen gerade auch bildungsfernen Bevölkerungsgruppen. Als Lernort und Begegnungsstätte leisten wir einen Beitrag zu Chancengleichheit und Integration. Im Haus des Lebenslangen Lernens nehmen wir diese Aufgabe gemeinsam mit den pädagogischen Starteinrichtungen (vhs Dreieich, Max-Eyth-Schule, Schule für Erwachsene) wahr. Die Entfaltung der Persönlichkeit und die Förderung von Kritikfähigkeit in einem toleranten Lernumfeld gehören ebenso zu unseren Zielen, wie die Weiterentwicklung von Fähigkeiten, das Leben selbstbewusst und eigenverantwortlich zu gestalten.

Teilnehmende
Mit unseren Kultur- und Bildungsangeboten wenden wir uns an alle Erwachsene und Heranwachsende, unabhängig von Herkunft, Bildungsstand und Weltanschauung. Für besondere Zielgruppen, Betriebe, Schulen, Vereine und andere Einrichtungen des Landkreises entwickeln wir maßgeschneiderte Bildungsangebote. Wir bieten die Möglichkeit zur Mitwirkung bei der Programmplanung.

Fähigkeiten
Unsere Kreisvolkshochschule bietet professionelle und effiziente Verwaltungs- und Managementstrukturen. Der Service und die Organisation arbeiten kompetent, kundenfreundlich und zuverlässig. Wir haben qualifizierte haupt- und nebenberufliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit einem hohen Maß an Professionalität, Fachwissen, Methodenkenntnissen und Sozialkompetenz. Die bedarfsgerechten Angebote und pädagogischen Konzepte sind markt- und kundenorientiert.

Leistungen
Wir veröffentlichen und realisieren unsere Bildungsangebote auf vielfältige Weise. Dabei stellen wir sicher, dass die Menschen im Kreis Offenbach wohnortnah versorgt werden. Unser Bildungsangebot ist nach Stoffgebieten und Niveaustufen differenziert und bietet eine große Anzahl an Themen, Unterrichtsmethoden, Veranstaltungsformen und -zeiten. Für Institutionen, insbesondere für unsere Partnerschulen im HLL, führen wir maßgeschneiderte Bildungsmaßnahmen durch. Gleichzeitig suchen wir die Zusammenarbeit mit anderen Bildungsinstitutionen im Kreis Offenbach und kooperieren dabei vorrangig mit den Volkshochschulen in den Kommunen. In Zusammenarbeit mit Prüfungsinstitutionen bieten wir anerkannte Abschlüsse und Zertifikate an. Wir leisten individuelle Bildungs- und Lernberatung. Unserem haupt- und nebenberuflichen Personal ermöglichen wir kontinuierliche Weiterbildung. Es gehört zu unserem Service, dass wir für Teilnehmende und Kursleitungen gut erreichbar sind. Unsere Leistungen umfassen u. a. kostenfreie Bildungs- und Lernberatung, schriftliche Anmelde- und Teilnahmebestätigungen.

Ressourcen
Unsere wichtigsten Ressourcen sind die beruflichen und persönlichen Potenziale unserer haupt- und nebenberuflichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die öffentlichen Zuschüsse, die Teilnahmebeiträge und die Unterstützung durch den Kreis Offenbach. Wir profitieren von der Vielfalt der Kooperationspartner, den guten Lernbedingungen und der modernen Ausstattung im HLL sowie von den bedarfsgerecht ausgestatteten Räumlichkeiten an Schulen im Kreisgebiet. Wir sind Mitglied im Hessischen und Deutschen Volkshochschulverband, wo wir umfassende Informationen und strukturelle Unterstützung erhalten. Die Kooperation mit den örtlichen und benachbarten Volkshochschulen festigt unsere Stellung in der regionalen Weiterbildungslandschaft. Durch die kontinuierliche Verbesserung und Vernetzung unserer Arbeit schaffen und erschließen wir uns neue Ressourcen.

Gelungenes Lernen
Unter gelungenem Lernen verstehen wir, dass die Teilnehmenden ihre angestrebten Lernziele mit unserer Hilfe erreichen und sie sich besser in ihrem persönlichen, beruflichen und gesellschaftlichen Umfeld orientieren und sich stärker beteiligen können. Dies ermöglichen wir durch ganzheitliches, soziales und partizipatives Lernen, das sich an den Wünschen, Möglichkeiten und Lebenserfahrungen der Teilnehmenden orientiert. Lernen wird gelernt und regt zum lebenslangen Weiterlernen an, damit die gewonnenen Fähigkeiten, Techniken, Haltungen und Einstellungen im persönlichen, beruflichen und gesellschaftlichen Alltag umgesetzt werden können.

Volkshochschule Dreieich

Geschäftsstelle:
Frankfurter Str. 160 - 166,
63303 Dreieich (Sprendlingen)
Tel.: 0 61 03 / 31 31 - 15 15
Fax: 0 61 03 / 31 31 - 15 10
E-Mail: verwaltung@vhs-dreieich.de

Öffnungszeiten: Mo bis Do 10.00-12.30 Uhr und Do 15.00-18.00 Uhr

Leitung: Thomas Falk

Verwaltung:
Angelika Köhler, Susanne Hormel

Anmeldeverfahren: Persönlich bei Barzahlung oder Einzugsermächtigung bzw. schriftlich auch per Fax und E-Mail unter Erteilung einer Einzugsermächtigung (formlos unter Angabe der Bankverbindung)

Anmeldefristen: Anmeldungen sollten mindestens fünf Arbeitstage vor dem jeweiligen Kursbeginn erfolgen.
Semesterbeginn: 31. Januar 2011
Programm: Das Jahresprogramm 2011 ist in der vhs-Geschäftsstelle sowie im Stadtgebiet Dreieich in allen Banken, Sparkassen, Bürger- und Rathäusern, Buchhandlungen und öffentlichen Einrichtungen erhältlich; außerdem einzusehen über unsere Homepage:
www.vhs-dreieich.de

Die vhs Dreieich bietet Kurse, Wochenendseminare, Vorträge, Tagesveranstaltungen und Workshops auf folgenden Gebieten an:
- Gesellschaft, Geschichte, Politik: als Lehrerfortbildung akkreditierte Vorträge
- Studienreisen
- Diavorträge
- Pädagogik
- Kunstgeschichte/Kunsttouren
- Künstlerisches/handwerkliches Gestalten
- Fotokurse und Workshops
- Tanz
- Essen und Trinken, aus Küche und Keller
- Gesundheit/Bewegung
- Datenverarbeitung
- Sprachen: Deutsch als Fremdsprache, Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch

Hinweis auf besondere Veranstaltungen der vhs Dreieich im Frühjahrssemester 2011: Diavorträge im Burghofsaal/Dreieichenhain (jeweils dienstags um 20.00 Uhr):
Entlang der Bernsteinküste nach Masuren (22.02.2011),
Stationen der Weihrauchstraße – Eine Reise durch den Vorderen Orient: Oman – Jemen – Saudi-Arabien (15.03.2011),
Mecklenburg-Vorpommern (05.04.2011)

vhs-Reihen:
Die Harmonie von Küche und Keller
(unter einem Motto gemeinsam kochen und genießen an sieben einzeln buchbaren Terminen an Samstagen)

Neu im Programm:
Lust auf Theater? (Vorbesprechungen und Theaterbesuche), Linedance, Kochen nach der Idee von Slow-Food, Marokkanische Küche, Pilates, Stretching und Entspannung, Die Kraft der Mitte, 50plus Fitness, Hormon-Yoga (Anfängerinnen), Sonderveranstaltung: Parliamo di... (Themen zur italienischen Kultur auf Italienisch)

Reisen 2011:
Französisches Baskenland und Bordelais mit einem Stopp in der Vulkan-Auvergne (21.05. - 29.05.2011), Venedig, Venetien und Friaul mit einem Stopp in den Dolomiten (3.09. – 11.09.2011)

Volkshochschule Egelsbach

Infos über neue Kurse im vhs–Büro
Alte Schule,
Rheinstraße 72, 63329 Egelsbach
Tel.: 0 61 03 / 2 02 76 36
Fax: 0 61 03 / 2 02 76 92
E-Mail: anfrage@vhs-egelsbach.de
Internet: www.vhs-egelsbach.de

Das Programmheft liegt nach Erscheinen wieder in Banken, Arztpraxen und Geschäften in Egelsbach aus.

Vorträge / Seminare:
- Farb- und Stilberatung
- Portrait-Zeichnen an 2 Wochenenden
- Photoshop-Intensivkurs
- Studio-Portrait-Workshop
- Rückenprobleme
- Reiki 1. und 2. Grad
- Meditationsabende
- Entspannungstraining
- Der Schlüssel zum eigenen Wohlfühlgewicht

Die junge vhs:
- Beauty-Day for Girls
- Zumbatomic für Grundschulkinder am Freitagnachmittag
- Kindertanz für Kinder ab 4 Jahren, Preballett, Ballett, Hip-Hop

Kreativkurse:
- Ballett für Erwachsene am Donnerstagabend
- Bauchtanz für Fortgeschrittene am Dienstagabend
- Die Dienstagsmaler in der Hexenküche – Zeichnen und Malen

Gesundheitskurse:
- Zumba für Erwachsene am Freitag
- Yoga
- Tai Chi Chuan – Fortgeschrittene
- Kung Fu
- Rückenschule am Dienstagabend
- Joyrobic am Montagabend
- Pilates am Montagabend

Sprachkurse:
- Englisch: Anfänger/innen, Aufbau- und Fortgeschrittenenkurs
- Französisch: Fortsetzungskurs – Konversation
- Italienisch: Fortgeschrittene am Vormittag und am Abend
- Spanisch: Anfänger/innen und Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Angebote der vhs-Musikschule Egelsbach:
- Instrumentalunterricht für alle Altersgruppen, für Erwachsene gern auch am Vormittag: Flöte, Posaune, Klarinette, Gitarre, E-Gitarre, Violine, Keyboard, Klavier, Cello, Querflöte, Ensemblespiel auf Wunsch
- „Klavier u. Malblock“ für Kinder ab 5 Jahren
- Babymusikgarten für Babys bis 18 Monate
- Musikgarten Teil 1 für Kinder von 1 – 3 Jahren und Elternteil
- Musikgarten Teil 2 für Kinder von 3 – 4 Jahren mit Elternteil
- Musikalische Früherziehung für Kinder ab 4 Jahre (ohne Eltern)

Volkshochschule Hainburg

Leitung: Birgit und Fritz Hofmeister
Wilhelm-Leuschner-Str. 10,
63512 Hainburg
Tel.: 0 61 82 / 89 85 51
Fax: 0 61 82 / 89 85 49
Internet: www.vhs-hainburg.de

Anmeldung: Schriftlich nach Erscheinen des Programmheftes mit dem Anmeldeformular, das sich auf der letzten Seite des Programmheftes der vhs Hainburg befindet.

Semesterbeginn: 07.02.2011

Das Programmheft mit den ausführlichen Kursangeboten wird an alle Haushalte in Hainburg verteilt und ist nach den Weihnachtsferien in den Rathäusern, Banken und Buchhandlungen in Hainburg erhältlich.

Programmübersicht:

Politik – Gesellschaft:
Psychologie – Neurolinguistisches Programmieren Teil I, II und III

Sprachen:
Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch, Deutsch als Fremdsprache

Kultur und Gestalten:
Malen mit Kindern, Zeichenkurse Aquarell und Pastell, Portraitzeichnen, Acrylmalerei, Kalligraphie, Kreatives Arbeiten mit Ton, Kreatives Gestalten, Serviettentechnik, Papierkunst in 3-D-Technik, Keilrahmengestaltung, Ikebana, Floristik, Edelsteinschmuck, Einführung in die Grundlagen der Zauberkunst, Familien- und Erwachsenenspiele, Orientalischer Tanz, Nähen, Restaurierung von antiken Möbeln

Arbeit und Beruf
Textverarbeitung Word 2003, Windows XP, Windows Vista und Word für Anfänger/innen und Fortgeschrittene, Excel 2003 und 2007, Seniorenkurse, Access 2007, Powerpoint 2003, Bildbearbeitung mit Photoshop Elements 6.0

Gesundheit:
Verschiedene Kochkurse wie Kochkurse am Samstag, „Hackfleisch - die vielfältige Alternative“, „Steaks richtig braten“, „Spargel – ein königlicher Genuss“, „Canapés“, „Kochen mit Mineralwasser“, „Kochen mit scharfen Gewürzen“, „Dein Weg zum Wohlfühlgewicht“, Homöopathie, Yoga, Entspannungskurse, Gesundheitsgymnastik für Frauen und Männer, Wirbelsäulengymnastik, Rückenfitness, Bauch-Beine-Po, Kraft und Dehnung, Ausdauer Pur, Nordic Walking für Anfänger/innen und Fortgeschrittene und für Senioren, Business-Workout, Powerstep, Step-Aerobic, Thai Bo, Kickboxen, Taiji-Qigong, Pilates, Power Yoga, Power-Jam, Callanetics, Gymnastik für den Beckenboden, Ganzkörperworkout, Ganzkörpertraining, Entspannungsgymnastik, Fatburner, Body-Art, Bodystyling, Bodytoning, Schminkkurse

Vorträge und Studienreisen erbitten wir dem Programmheft zu entnehmen.

Volkshochschule Langen

Geschäftsstelle:
Kulturhaus Altes Amtsgericht
Darmstädter Str. 27, 63225 Langen
Tel.: 0 61 03 / 9 10 – 4 60
Fax: 0 61 03 / 9 10 – 4 66
E-Mail: vhs@langen.de
Internet: www.vhs-langen.de

Öffnungszeiten: Mo-Fr 08.00-12.00 Uhr, Mo-Do 13.30-15.30 Uhr
Leitung: U. Sandvoß
Verwaltung: D. Seidel, S. Güldenstein

Das Langener Kulturprogramm erscheint am Freitag, **07. Januar 2011** als Beilage der Langener Zeitung, wird in Langen ausgelegt und kann im Internet abgerufen werden.
Semesterbeginn: 07. Februar 2011

Besonders hingewiesen wird auf folgende Veranstaltung:
- Heimwerken für Frauen

Weitere Kurse aus dem Langener Kulturprogramm:
- Nachtwächterführung
- Koch- und Backkurse – Kochen nur für Männer – Whisky-Kunde
- Mittelalterlicher Schwertschaukampf
- Rhetorik
- Kinderkurse: Inliner-Training
- Deutsch als Fremdsprache
- Englisch
- Französisch (zum Teil auch vormittags)
- Italienisch
- Spanisch
- Freies Gestalten im Zeichnen und Malen – Filzen – Schmuck häkeln
- Nähen – für Anfänger/innen und Fortgeschrittene – Stricken
- Schminkkurse
- Walking – Progressive Muskelentspannung – Autogenes Training – Yoga – Gymnastik – AERO-BBP-Gymnastik – TBF-Total-Body-Fitness - Rückenschule – Qi Gong v Chinesisches Schattenboxen – Orientalischer Tanz – Rumba-Gymnastik – Argentinischer Tango

Informationen zu dem Angebot der Musikschule Langen erhalten Sie bei der Geschäftsstelle der Musikschule Langen
Kulturhaus Altes Amtsgericht
Darmstädter Straße 27
63225 Langen
Tel.: 0 61 03 / 9 10 – 4 70
Fax: 0 61 03 / 9 10 – 4 66
E-Mail: musikschule@langen.de
Internet: www.musikschule-langen.de
Leitung: U. Sandvoß
Verwaltung: E. Eichler, J. Rusche

Volkshochschule Mühlheim

Volkshochschule der Stadt Mühlheim a.M.
Rathaus, Friedensstraße 20
63165 Mühlheim am Main
Fachbereich IV Sport und Kultur
Leitung: Klaus Schäfer
Tel.: 0 61 08 / 6 01 – 6 00

Sachbearbeitung Volkshochschule:
Tel.: 0 61 08 / 6 01 – 6 02, Robin Kaiser
Tel.: 0 61 08 / 6 01 – 6 06, Meike Lipps
Fax: 0 61 08 / 6 01 – 6 11
E-Mail: vhs@stadt-muehlheim.de
Internet: http://www.muehlheim.de/vhs

Sprechzeiten: Mo, Di, Do und Fr 08.30-12.00 Uhr und zusätzlich Di 14.00-17.45 Uhr
Anmeldungen: Anmeldungen werden in der vhs sowie beim „Zentralen Bürgerservice" (ZBS) während der Öffnungszeiten entgegengenommen oder können per Post, Fax oder E-Mail zugesandt werden. Eine Bestätigung erfolgt nicht.

Das Semesterprogramm ist bei der vhs im Rathaus, beim „Zentralen Bürgerservice", in Banken, Apotheken und einigen Geschäften kostenlos erhältlich, oder wird gegen Übersendung eines mit € 1,45 frankierten Freiumschlags zugesandt.
Semesterbeginn: 21. Februar 2011

Angebote für die Generation„ 50 plus":
Gesundheitstraining Kreislaufaktiv & Muskelkraft, Englisch für Senioren u. Junggebliebene, PC-Kurse für aktive Senioren

Junge vhs:
Gutes Benehmen ist in! Knigge für Kids von 8 bis 13 Jahren, Schule aus – was nun? Gesunde Ernährung für Kinder

Kreativkurse:
Kalligrafie, Malen und Zeichnen, Filzen, Schmuck selbst gemacht, Schneiderkurse/ Schneiderworkshop, Orientalischer Tanz

Gesundheitspflege:
Yoga, Meditation am Abend, Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, Burnout-Prophylaxe, Fitness zum Wohlfühlen, Ausgleichgymnastik, Rückenschule, „Gib Deinem Rücken eine Chance", Funktionelle Gymnastik, Fatburner, Zamba-Fitness, Wirbelsäulengymnastik, Fit mit Gymnastik, Pilates, Bodyforming, Schröpf-Massage, Mit Leichtigkeit und voller Schwung in den Frühling, Raus aus dem Hamsterrad, Frauen informieren Frauen

Sprachen:
- Deutsch für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen
- Englisch (Anfänger/innen bis Konversation)
- Italienisch für Anfänger/innen und Fortgeschrittene
- Spanisch für Anfänger/innen und Fortgeschrittene
- Crashkurs Sprachenlernen nach Birkenbihl-Methode (Englisch, Französisch, Italienisch)

Musikschule
Hauptstraße 3 (Stadtteil Dietesheim)
Telefon: 0 61 08 / 7 61 59
Pädagogische Leitung: Christiane Wetzlar
Verwaltung: Nathalie Mrvos
Sprechzeiten: Mo bis Do 08.30 - 11.30 Uhr, Di und Do 16.00 - 18.00 Uhr

Angeboten werden:
- Musik für „Mäuse"
- Musikalische Früherziehung
- Musikalische Grundausbildung
- Instrumentalunterricht (zur Auswahl stehen 16 Instrumente)
- Gesangsausbildung
- musikalische Erwachsenenbildung

Volkshochschule Neu-Isenburg

Geschäftsstelle:
Bahnhofstr. 2/ Ecke Frankfurter Str.
Tel.: 0 61 02 / 25 47 46
Fax: 0 61 02 / 66 44

Leitung: Sabine Wershoven

E-Mail: info@vhs-neu-isenburg.de
Internet: www.vhs-neu-isenburg.de
Öffnungszeiten: Mo-Fr von 09.00-12.00 Uhr Nachmittags nur nach vorheriger Terminvereinbarung

Kursbeginn /Anmeldung:
Das neue Programm liegt in öffentlichen Gebäuden der Stadt Neu-Isenburg aus. Den genauen Beginn der jeweiligen Kurse können Sie dem Programmheft entnehmen. Anmeldungen werden telefonisch, per Post, Fax oder E-Mail ab sofort angenommen. Bitte besuchen Sie uns auch im Internet, Sie finden dort unser komplettes Programmangebot. Eine Anmeldung ist von dieser Seite rund um die Uhr möglich und Sie können direkt erkennen, ob ein Kurs noch freie Plätze bietet.

Neu in unserem Programm sind u.a. die folgenden Kurse:
Selbstverteidigung für Kinder, Körpersprache in der Hundeerziehung, Wechseljahre meistern, Wer bin ich? – Potenzialanalyse, Geschichte der Philosophie, Tarot- und Lenormandkarten, Geschichte des Papsttums, Theater verstehen –moderne Inszenierungen, Origami-Blüten, Einführung in das Nähen mit der Nähmaschine, Yoga mit Stühlen, Selbstverteidigung für Frauen, Latin Dance Gymnastik für Frauen, Sicherer Tritt im Alltag, die Anwendung von Bachblüten, Basenfasten, Bewusstsein und Körperhaltung, It's Teatime – Die Welt der Teesorten, Schulung für ehrenamtliche Museumsführer, Lernen mit Spaß – richtig Lernen lernen, Microsoft Publisher für Einsteiger, JAVA-Grundkurs für Programmieranfänger, Antivirus, Firewall und Updates, Einführung in die Chinesische Medizin (TCM), Bewusstsein und Körperhaltung, Vorträge: Störfaktor im Wohn- und Schlafbereich, Hypnose zur Behandlung von Schmerzpatienten, Frühjahrskur mit frischen Wildkräutern im Sinne der TCM
Bildungsurlaub: Stress verarbeiten und Burnout Prophylaxe 22.–26.08.2011

Außerdem finden Sie in jedem Semester folgende Standardkurse:
Kurse für Kinder, Geschichte, Politik, Psychologie, Religion, Literatur, Kunst- und Kulturgeschichte, Malen und Zeichnen, Gestalten, Fotografie, Tanzen, Entspannung, Yoga, Gymnastik, Rückenschule, Wassergymnastik, Heilmethoden, Massagepraktiken, Kochen und Ernährung, Deutsch als Fremdsprache, sonstige Fremdsprachen, Berufliche Weiterbildung, EDV-Kurse.

Studienreisen:
Jedes Jahr erstellen wir ein neues und abwechslungsreiches Angebot an Reisen und Tagesfahrten. Die Reisen für das kommende Kalenderjahr werden jährlich beim vhs-Reisetag – immer am ersten Samstag im November - vorgestellt.

Mehrtagesreisen:
22.02.–01.03. Marokkos Süden, 10.–24.03. Peru, 17.–21.03. Freiburg, Straßburg und das Elsass, 30.03.–03.04. Barcelona, 06.–13.04. Amalfiküste, 27.04.–06.05. West- und Südtürkei, 14.–18.05. Donau-Flusskreuzfahrt von Passau nach Budapest, 03.–10.06. Cornwall, 18.–25.06. Rügen, 27.–31.07. Belgien, 20. – 22.08. Erfurt, 20.–26.08. Island, 12.–15.09. Südpfalz, 14.–21.09. Kroatien, 24.09.–04.10. Ostkanada.

Tagesfahrten:
Kunsthalle Bonn 22.02., Wiesbaden 16.03., Speyer 21.06., Hersfelder Festspiele 27.07.

Führungen in Frankfurt:
Höchst 17.05., Bahnhofsviertel 13.04.

Sonderveranstaltungen:
Samstag, 20.08.2011, 10.00-16.00 Uhr, Gemeinsam bewegen – Fit mit der vhs

Artothek:
Interessierte können sich in den Räumen der ***vhs*** Bilder anschauen und gegen einen Spendenbeitrag von € 5,– ausleihen. Die Dauer der Ausleihe beträgt 10 Wochen. Bitte den Personalausweis mitbringen.

Volksbildungswerk Obertshausen

Geschäftsstelle: Rathaus Obertshausen
Beethovenstr. 2 – 8
63179 Obertshausen

vhs Obertshausen –
Ihre vhs in Obertshausen
Tel.: 0 61 04 / 4 05 26 -51 / -52
Fax: 0 61 04 / 4 05 26 55
E-Mail: info@vhs-obertshausen.de
Homepage: www.vhs-obertshausen.de

Musikschule
Tel.: 0 61 04 / 4 05 26 -46 / -47
E-Mail: info@musikschule-obertshausen.de
Homepage:
www.musikschule-obertshausen.de

Öffnungszeiten: Mo – Fr 08.00 – 12.30 Uhr und Mi 15.00 - 18.30 Uhr
Ausführliches Programm bitte anfordern!
Telefonische Anmeldungen zu Kursen und Reisen bzw. Vormerkungen sind möglich!

Gesundheit:
Yoga, Tai Chi Chuan, Qi-Gong, Wirbelsäulengymnastik, Ganzheitliches Bodyworkout, Gymnastik für Frauen, Fitness-Mix, Pilates, Nordic Walking, Eltern-Kind-Kurse, Wassergymnastik, Kochkurse

Sprachen:
Englisch, Französisch, Deutsch, Italienisch, Portugiesisch, Spanisch

Kultur – Gestalten:
Zeichnen für Senioren, Hardanger-Stickerei, Kreativ mit Nadel und Faden, Keramik, Kalligraphie, Bleiverglasungen, Schminkkurse, Patchworkkurs, Halskettenkurse

Arbeit und Beruf:
Computerkurse

Kinderkurse:
Schwimmen, Ballett, Tanzen

Musikschule für Kinder, Jugendliche und Erwachsene in Obertshausen
Prospekt anfordern!

Festspiel- und Studienreisen
Flugreise Sizilien, März 2011
Flugreise Rom, März 2011
Flugreise Kos, Mai 2011
Musik- und Kunstreise Barcelona, April 2011
Flugreise Jalta, Juni 2011
Busreise Berlin, Juni 2011
Musikreise Südfrankreich, Juli 2011
Flugreise Oman, September 2011

Volkshochschule Seligenstadt

Kulturring Seligenstadt e.V.
Geschäftsstelle: Steinheimer Str. 6, EG
Tel.: 0 61 82 / 35 69
Fax: 0 61 82 / 7 83 67 90
E-Mail: vhs-seligenstadt@t-online.de
Internet: (in baldiger Zukunft):
www.volkshochschule-seligenstdt.de

Bürozeiten: Di und Do, 09.30 bis 11.30 Uhr
Geschäftsführung: Elisabeth Emadi

Beginn des Frühjahrssemesters am 07.02.2011

Auf folgende Kurse und Veranstaltungen wird besonders hingewiesen:
Kultur - Gestalten
Seligenstädter Klosterkonzerte, Theaterfahrten, Zeitgenössische Aktmalerei in Acryl, Comiczeichnen für Jugendliche, Zeichnen in Pastell, Aquarellmalen, Acrylmalerei, Acrylworkshops für Kinder, Fotografie für Einsteiger und Fortgeschrittene, Nähkurse, Weisstickerei, Chinesische Kalligraphie, Gitarrenkurs für Erwachsene, Ikebana, Naturseife aus der eigenen Küche, Trommelworkshop, Orientalischer Tanz für Anfänger

Gesundheit
Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene, Tai Chi Chuan für Anfänger und Fortgeschrittene, Chi Kung und Tai Chi, Progressive Muskelentspannung nach Jacobson, Gesund abnehmen ohne Jojo-Effekt, Kinesiologie / Klopfakupressur, Pilates Basic, Selbstverteidigung, Bodystyling

Sprachen:
- Deutsch als Fremdsprache – Anfänger/innen und Fortgeschrittene
- Fremdsprachen nach der Birkenbihl-Methode
- Englisch – Anfänger/innen und Fortgeschrittene - Englisch für das Alter 50 plus - Englisch für Kinder - Englisch conversation
- Französisch – Anfänger/innen und Fortgeschrittene
- Italienisch – Anfänger/innen und Fortgeschrittene
- Spanisch – Anfänger/innen und Fortgeschrittene - Spanisch Conversación
- Chinesisch – Anfänger/innen und Fortgeschrittene
- Norwegisch für Anfänger/innen

Arbeit - Beruf
Tastschreiben am PC - MS-Word für Anfänger - MS-Excel für Anfänger - MS-PowerPoint für Anfänger - Der Weg ins Internet - E-mail mit Outlook Express - Dateimanagement Windows XP - OpenOffice „Writer“ - Rund um das digitale Bild

Musik und Theater
- Konzertreihe Junges Podium (im Romanischen Haus)
- Seligenstädter Klosterkonzerte des Kulturrings Seligenstadt e. V.
- Theaterfahrten im Rahmen des Rhein-Mainischen Besucherrings nach Frankfurt, Darmstadt und Wiesbaden unter der Leitung von Christa Süßmann, Bachgasse 5, Tel.: 0 61 82 / 2 80 30

Das vollständige Frühjahrsprogramm der Volkshochschule Seligenstadt erscheint **Ende Dezember 2010 / Anfang Januar 2011.** Diesem entnehmen Sie bitte nähere Angaben und Informationen über die genannten Kurse und weiteren Veranstaltungen. Es ist erhältlich in den Rathäusern und Verwaltungsstellen der Stadt Seligenstadt und der Gemeinde Mainhausen, in den öffentlichen Büchereien sowie in den Niederlassungen der Bezirkssparkasse Langen-Seligenstadt und der Volksbanken.

Soweit nicht anders angegeben, finden die vhs-Kurse des Kulturringes Seligenstadt e. V. in den Räumen der Merianschule statt.

Nachbarvolkshochschulen

Volkshochschule
Offenbach am Main
Berliner Str. 77, 63065 Offenbach am Main
Tel.: 0 69 / 80 65 31 41, Fax: 80 65 31 44
E-Mail: vhs@offenbach.de
Internet: www.vhs-offenbach.de

Volkshochschule
der Stadt Darmstadt
Große Bachgasse 2, 64283 Darmstadt
Tel.: 0 61 51 / 13 27 86, Fax: 13 32 60
E-Mail: vhs@darmstadt.de
Internet: www.darmstadt.de/vhs/

Volkshochschule
Darmstadt - Dieburg
Postfach 1220, 64807 Dieburg
Tel.: 0 60 71 / 8 81 23 01, Fax: 8 81 23 19
E-Mail: vhs@ladadi.de
Internet: www.ladadi.de

Volkshochschule
der Stadt Frankfurt
Sonnemannstr. 13, 60314 Frankfurt
Tel.: 0 69 / 21 27 15 01, Fax: 21 27 15 00
E-Mail: vhs@frankfurt.de
Internet: www.vhs-frankfurt.de

Volkshochschule der Stadt Hanau
Ulanenplatz 4, 63452 Hanau
Tel.: 0 61 81 / 9 23 80 20, Fax: 9 23 80 21
E-Mail: fit@vhs-hanau.de
Internet: www.vhs-hanau.de

Bildungspartner Main-Kinzig GmbH
Volkshochschule
Herzbachweg 65, 63571 Gelnhausen
Tel.: 0 60 51 / 9 16 79 - 0, Fax: 9 16 79 - 10
E-Mail: vhs@bildungspartner-mk.de
Internet: www.bildungspartner-mk.de

Volkshochschule Rüsselsheim
Am Treff 1, 65428 Rüsselsheim
Tel.: 0 61 42 / 83 27 37, Fax: 1 68 94
E-Mail: service@vhs-ruesselsheim.de
Internet: www.vhs-ruesselsheim.de

Kreisvolkshochschule Groß-Gerau
Hauptstr. 1, 64521 Groß-Gerau
Tel.: 0 61 52 / 18 70 - 0, Fax: 18 70 - 1 90
E-Mail: info@kvhsgg.de
Internet: www.kvhsgg.de

Kreisvolkshochschule Bergstraße
Marktplatz 1, 64653 Lorsch
Tel.: 0 62 51 / 1 72 96 - 0,
Fax: 1 72 96 - 66
E-Mail: info@kvhs-bergstrasse.de
Internet: www.kvhs-bergstrasse.de

Volkshochschule
Odenwaldkreis e.V.
Bahnstraße 43, 64711 Erbach
Tel.: 0 60 62 / 9 52 - 1 32, Fax: 9 52 - 29
E-Mail: vhs@vhs-odenwald.de
Internet: www.vhs-odenwald.de

STICHWORTVERZEICHNIS

A

Abnehmen 23, 48, 89
Access 35
Acrobat 37
Acrylmalerei 15, 47, 71, 85
Aktzeichnen 14, 47
Akupressur 48
Alphabetisierung 24, 53
Anthroposophie 83
Aquarellieren 15, 46, 51, 63, 85
Arabisch 26
Archäologie 12
Atem 6, 50
Ausdrucksmalen 4
Autogenes Training 50, 63, 73

B

BBP 52, 77, 88
Beckenbodentraining 11, 21, 74
Beruf 30ff, 38ff, 56f, 81f
Betriebssysteme 30f, 37
Bewerben 40, 56, 81
Bilanzierung 39
Bildbearbeitung am PC 36, 57f, 68, 72
Bildhauerei 15f
Bildungsurlaub 5, 10, 20, 27ff, 33ff, 40, 55f
Blues Harp 19
Bogenschießen 51
Bosnisch 29
Braingym 20
Buchbinden 18
Buchführung 38f, 81
Büromanagement 33, 35

C

Cambridge Certificates 27
Chinesisch 26
Computerkurse 30ff, 57f, 66f

D

Dänisch 26f
Datev 40
Desktop-Publishing 37
Deutsch 24ff
Deutsch als Fremdsprache 24ff, 53, 65, 79, 89
Didgeridoo 19
Digitale Fotografie 17, 35f, 72
Dorn-Methode 22
Drehkurse (Töpfern) 16
Drucktechniken 13

E

Ehrenamt 41
Einbürgerung 26
Eltern 3, 20, 38
Englisch 27, 51, 53ff, 65, 79, 90f
Englisch für den Beruf 54, 80
Englisch für Kinder/Schüler 55, 65
Entspannung 6, 20f, 48ff, 63f, 74f, 87f
Ernährung 23, 47, 89
Eutonie 87
Excel 32ff, 57f, 66f

F

Familienaufstellung 5, 45, 62
Feldenkrais 21, 50
Feng Shui 62
Filzen 18
Fitness 21f, 52, 64, 76ff, 88f
Fossilien 45
Fotografie 17, 47, 72
Französisch 27, 51, 55f, 66, 80, 91
Frauenkurse 9ff, 19, 46, 51, 62f, 78
Führungen 2, 11ff, 59, 61
Funkkolleg 9
Fußreflexzonenmassage 21, 49

G

Garten 8f
Gebärdensprache 24
Gedächtnistraining 4, 75
Gehirntraining 3f, 46, 51, 57
Geschichte 2
Gesellschaft 2, 44
Gesundheit 20ff, 48f, 63f, 73ff, 86ff
Gitarre 71f
Grafik 13f, 63
Gymnastik 21, 52, 64, 75f, 88f

H

Heilmethoden 8, 22f, 48, 64
Heimwerken 47
Herz / Kreislauf 21, 77
Hindi 28
Hirnforschung 8
Homöopathie 22, 48
HTML 37f
Hypnose 7

I

Ikebana 18, 72
Integrationskurse 24f, 53, 89f
Internet 32, 40, 57f
Italienisch 28, 56, 66, 80, 91f

J

Japanisch 28
Jin Shin Jyutsu 22
Jugendliche 15, 38, 49, 55f, 60, 73, 81, 92

K

Kalligraphie 15
Kaufmännische Kurse 38ff, 81
Keramik 16f, 85
Kinderkurse 3, 10, 14, 16, 19, 20, 31f, 38, 46f, 49, 55f, 58, 60, 71ff, 76f, 83, 85f
Kinesiologie 6, 74
Kochen 23, 47f, 65, 78f
Kommunikation 3, 35, 45, 57
Kosmetik 47, 63, 86
Kosten- und Leistungsrechnung 39
Kroatisch 29
Kunst- und Kultur 12ff, 46f, 63, 70f, 85f
Kunsthandwerk 17f, 72, 86

L

Länderkunde 62, 82, 84
Latein 28
Lehrer-Fortbildung 2, 4, 8f, 13ff, 18f, 71f
Leitbild der Kreis-vhs 41
Lernen 3f, 83
Lernstufen (Sprachen) 25
Lesungen 9, 11f, 46
Lexware 39
Literatur 11f, 62, 84
Lohn und Gehalt 38f

M

Malen 14f, 46f, 63, 70f, 85
Management 40
Mappenvorbereitung 15
Marketing 57
Massage 20ff, 48f, 74, 87
Mathematik 58, 81, 92
Meditation 50, 74, 88
Mode 18f, 47, 86
Musik, Musizieren 19, 60, 68, 71f

N

Nähen 18f, 73, 86
Natur 8f, 70, 84
Netzwerk 37
Neuro-Kompetenzen 3f
Nichtrauchen 22
Niederländisch 28
NLP 70

O

Office 32ff
Ökologie 45, 62, 70
One Note 34
Origami 47
Outlook 35, 67

P

Pädagogik 3f, 45, 83
Partnerschaft 6, 75
Patchwork 47, 73
Patientenverfügung 2
Percussion/Schlagzeug 19, 72
Pflegeversicherung 2
Philosophie 8, 83
PHP 38
Pilates 52, 64, 77, 88f
Plastisches Gestalten 15f, 71, 85
Politik 2, 44, 83
Polnisch 28
Portugiesisch–Bras. 28
Power-Lesen 3f
Powerpoint 33, 35, 67
Projektmanagement 40
Protokollführung 38
Prüfungen 24, 26, 31, 39f
Psychologie 4ff, 45, 62, 70. 83
Publisher 34

Q

Qigong 21, 50, 63f, 75, 87f
Qualifizierungsschecks 38

R

Radieren 13
Recht 2f, 40f, 44, 62
Reiki 7, 64, 73
Reinkarnation 7
Reisen 10, 27ff, 36, 59, 91
Reiten 51
Religion 8, 70
Restaurierung 13
Rhetorik 3, 57, 61, 82
Rumänisch 29
Russisch 29

S

SAP 39f
Schmuck 17, 72, 86
Schreibwerkstatt 4, 10
Schulabschlüsse 41
Schüssler-Salze 22
Schwangerschaft 89
Selbstbewusstsein 9f
Selbstverteidigung 10, 46, 51
Seniorenbildung 27, 32, 51, 58, 62, 78
Serbisch 29
Spanisch 29, 51, 56, 66, 80f, 92
Spiele 44, 69f
Spinning 21, 77
Sportbootführerschein 73
Spracheinstufung 25, 53, 65
Sprachreisen 27ff, 91
Steuern 40
Stimmtraining 10, 19, 50
Stressbewältigung 20, 22, 50

T

Tai Chi 75
Tanz 19f, 63, 77, 86
Tarot 7
Tastschreiben am PC 38, 58, 67
TestDaf 24
Textiles Gestalten 18, 47, 73, 86
Theater 12, 70
Theologie 8, 70, 84
Tschechisch 30
Türkisch 30
Typberatung 47

U

Ungarisch 30

V

Verein 41
Videobearbeitung 37
Vorträge 2ff, 8ff, 44f, 48, 62, 82, 83f

W

Walking (Nordic) 77f
Weben 18
Web-Publishing 37f, 67
Wellness 20
Wetter 9
Windows 30ff, 37, 58, 66f
Wirbelsäulengymnastik 51f, 64, 75f, 88
Word 32ff, 57f, 66f
Work Life Balance 5

X

Xpert 31, 35

Y

Yoga 11, 49, 63, 74, 86f

Z

Zeichnen 14, 46f, 71, 85
Zeitmanagement 57
Zilgrei 21
Zirkustraining 76