



Bildung beginnt mit Neugierde



Kultur- und Bildungshaus Schwedenbau
mit Stadtbücherei, Museum und Volkshochschule

Zuversicht **Kultur** **Fortschritt**

Freiraum **Miteinander** **Stabilität**

Weil's um mehr als Geld geht.

Wir setzen uns ein für das, was im Leben wirklich zählt.
Für Sie, für die Region, für uns alle.

Mehr auf ksk-rw.de/mehralsgeld

**Kreissparkasse
Rottweil**

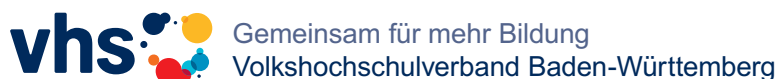
...hörbar besser

GESANG- + INSTRUMENTAL-UNTERRICHT
Anfänger und Fortgeschrittene
Einzel- + Gruppenunterricht – musik. Früherziehung
Erwachsene + Kids ab 3 Jahre

KLASSIK
JAZZ
POP
ROCK

INFOS: Telefon 07423 6866 | info@musikschule-oberndorf-sulz.de
www.musikschule-oberndorf-sulz.de

In Zusammenarbeit mit



Liebe Leserinnen und Leser,

vielen Dank, dass Sie sich die Zeit nehmen, unser neues Programmheft durchzuschauen. Wir freuen uns, Ihnen einige spannende Neuigkeiten und Angebote präsentieren zu dürfen.

Zunächst möchten wir unsere neue Kollegin, Frau Anja Straß, herzlich willkommen heißen. Sie verstärkt unser Team seit dem 1. Juni 2024 und übernimmt überwiegend den Bereich Integrationskurse.

Eine positive Veränderung gibt es auch in der Parkplatzsituation vor Ort. Dank der Einrichtung von 50 freien Parkplätzen im ehemaligen Brauereiareal hat sich die Lage deutlich entspannt.

Nach dem großen Erfolg der Ikebana-Ausstellung im Mai anlässlich des Jubiläums „45 Jahre Ikebana an der vhs Oberndorf a. N.“ bieten wir im neuen Semester einen Ikebana-Anfängerkurs an. Im Bereich der körperlichen Fitness haben wir ebenfalls Neues zu bieten: Petra Manuela Weber bietet mit „Move in You“ und einem „Pilates-Intensivtag“ zwei interessante Workshops am Wochenende an. Außerdem freuen wir uns, Frau Saskia Fitschulke-Leucht im Fitnessbereich begrüßen zu dürfen. Mit Angeboten wie Zumba und Strong Nation bereichert sie unser Programm zusätzlich.

Neu ist auch die Zusammenarbeit mit der vhs DigitalKooperation im Bereich „Arbeitsleben“. Diese ermöglicht es uns, Onlinekurse zu speziellen beruflichen Themen anzubieten. Wir hoffen, dass dieses Angebot rege angenommen wird.

Die Suche nach neuen Kursleitern in Präsenz gestaltet sich schwierig, weshalb unser besonderer Dank unseren engagierten Dozentinnen und Dozenten gilt. Ohne ihre Mitarbeit wäre es nicht möglich gewesen, erneut ein großartiges Programm auf die Beine zu stellen.

Nun wünschen wir Ihnen viel Spaß beim Stöbern und freuen uns auf Ihre rege Teilnahme.

Herzliche Grüße
Ihr vhs-Team

Ihre Ansprechpartner



Irmgard Reger,
Leiterin
Tel. 0 74 23 77-11 80
vhs@oberndorf.de



Carola Glorian,
Information und Anmeldung
Tel. 0 74 23 77-11 81
carola.glorian@oberndorf.de



Anja Straß,
Integrationskurse
Tel. 0 74 23 77-11 81
anja.strass@oberndorf.de

Informationen – Kontakt	4
vhs.cloud	5
Politik – Gesellschaft – Umwelt	5 – 9
Kultur – Gestalten – Tanzen	9 – 11
Gesundheit und Fitness	12 – 17
Kochen und Genießen	17
Integrationskurse	18
Sprachen	19 – 21
PC-Alltag – Digitale Welt – Arbeitsleben	21 – 23
Ferienplan	24
Leitbild	24
Anmeldeformular	25
Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)	26
Datenschutzerklärung – Widerrufsrecht	27



Für Kleinkinder, Kids und Teenager

Online Workshop:	
Superhirn – Namen und Gesichter merken	S. 8
Online Superhirn – Kopfrechnen, schneller als mit dem Taschenrechner	S. 9
Online-Workshop:	
Superhirn „Vokabeln lernen im Sekundentakt“	S. 9
Zaubern lernen mit Diplom	
für Kinder von 7 – 16 Jahren	S. 9
In der Weihnachtstöpferei für Kinder ab 8 Jahren	S. 10
Hip-Hop für Kids (10 – 14 Jahre)	S. 11
Pre-Ballett für Anfänger von 5 – 8 Jahren	S. 11
Pre-Ballett für Kids (5 – 8 Jahre) mit Vorkenntnissen	S. 11
Ballett für fortgeschrittene Kinder	S. 11
Langlauf klassisch für Einsteiger am Feldberg	S. 12
Schneeschuhwanderung im Hochschwarzwald	S. 12
Babyschwimmen (6 Wochen bis Stehalter)	S. 17
Babyschwimmen (Stehalter bis 2 Jahre)	S. 17
Weihnachtsbäckerei für Kinder ab 8 Jahren	S. 17
10-Finger-Tast schreiben leicht gemacht!	S. 21

Inklusives vhs-Angebot: Gemeinsam voneinander lernen

Besuchen Sie unsere Angebote für Menschen mit und ohne Behinderung:

Online Workshop:	
Superhirn – Namen und Gesichter merken	S. 8
Superhirn – Kopfrechnen, schneller als mit dem Taschenrechner	S. 9
Superhirn „Vokabeln lernen im Sekundentakt“	S. 9
In der Weihnachtstöpferei für Kinder ab 8 Jahren	S. 10
Weihnachtsbäckerei für Kinder ab 8 Jahren	S. 17

Wie melde ich mich an?

Im Internet unter www.vhs-oberndorf.de oder telefonisch unter **07423 77-1180** oder per E-Mail: vhs@oberndorf.de Sie können sich auch persönlich in der Klosterstraße 14 (Schwedebau, 1. Stock) in Oberndorf a. N. anmelden.

Anmeldungen sind verbindlich! Ein Fernbleiben ist keine Abmeldung. Ihre Kursanmeldung wird nicht bestätigt. Wir erwarten Sie zum Kursbeginn.

Wie kann ich den Kurs bezahlen?

Für das Kursentgelt können Sie uns ein SEPA-Mandat erteilen. Wenn kein Mandat erteilt wird, erhalten Sie eine Rechnung. Diese können Sie dann überweisen oder bar bei der Stadtkasse bezahlen. Abbuchungen und Rechnungsstellungen erfolgen immer erst nach Kursbeginn.

Wie sind die Abmeldebedingungen?

Telefonische Anmeldungen sind in ihrer Verbindlichkeit schriftlichen gleichgestellt. Der Kursteilnehmende hat keine Zahlung zu veranlassen. Er kann sich am Schluss des ersten Abends schriftlich abmelden, falls ihm der Kurs nicht zusagt. Für Kurzveranstaltungen bis zu 4 Abenden und für EDV-Kurse gilt diese Regelung nicht. Eine Abmeldung muss **hier bis spätestens am 7. Werktag vor Kursbeginn** erfolgen. Danach wird die volle Kursgebühr fällig. Kursgebühren werden nur dann zurückerstattet, wenn Kurstage ausfallen oder bei zwingenden Gründen auf schriftlichen Antrag. Auch für Kurse, die erst später im Semester beginnen, ist eine Anmeldung während der Öffnungszeiten der vhs erwünscht. Oft entscheidet gerade eine Anmeldung, ob ein Kurs zustande kommt.

Eine Abmeldung muss grundsätzlich über das vhs-Büro erfolgen.

Welche Ermäßigungen gibt es?

Die im Familienpass des Landes Baden-Württemberg aufgeführten Kinder erhalten, sofern sie Einwohner der Stadt Oberndorf a. N. sind, 50% Gebührenermäßigung auf einen Kurs im Semester gegen Vorlage des städtischen Gutscheins (Familienpass). Ebenfalls 50% Gebührenermäßigung auf einen Kurs im Semester erhalten Personen mit einem Schwerbehinderten-Ausweis (mind. 50%), mit einem Freiwilligen-Card-Ausweis oder einem Ausweis der Freiwilligen Feuerwehr. Die Ausweise sind bei der Anmeldung vorzulegen. Ermäßigungen für Alleinerziehende und Arbeitslose auf Anfrage.

Was passiert, wenn die Mindestteilnehmendenzahl nicht erreicht wird?

Wir sind bemüht, auch Kurse stattfinden zu lassen, die die Mindestteilnehmendenzahl nicht erreichen. Dies kann jedoch nur unter veränderten Konditionen geschehen. Die Kursgebühr geht – falls nichts anderes vermerkt ist – bei allen Kursen von 10 Teilnehmenden aus. Sie erhöht sich bei 9 Teilnehmenden um 5 Euro und bei 8 Teilnehmenden um 10 Euro. Kurse unter 8 Teilnehmenden werden nicht im Rahmen dieser Regelung durchgeführt. Im Sprachkursbereich gilt die Kleingruppenregelung auf Seite 18.

Kann ich eine Bescheinigung erhalten?

Teilnahmebescheinigungen erhalten Sie auf Wunsch kostenlos. Seminarzeugnisse mit Kursinhalt erhalten Sie gegen eine Gebühr von 5,- Euro.

Was ist sonst noch wichtig?

Die vhs übernimmt keine Haftung für eventuelle Unfälle, Schäden oder Verluste. Ihre Teilnahme an allen Veranstaltungen erfolgt auf eigene Gefahr. Weitere Regelungen finden Sie auch in unseren allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Soweit die Gebühren, Abgaben, Kostenersätze und sonstigen Einnahmen (Entgelte) der Umsatzsteuer unterliegen, sind diese als Nettobeträge anzusehen. Die Entgelte erhöhen sich in diesem Fall um die gesetzlich entstehende Umsatzsteuer (Mehrwertsteuer) in der im Umsatzsteuergesetz jeweils festgelegten Höhe.

Semesterdauer

Das Herbst-/Wintersemester 2024/2025 dauert von Montag, 23. Sept. 2024 bis Freitag, 14. Februar 2025. An Schulfertage und gesetzlichen Feiertagen finden keine Kurse statt.

Unterrichtsfreie Zeit:

25.7. – 8.9.2024	Sommerferien
3.10. – 4.10.2024	Tag der Deutschen Einheit und beweglicher Ferientag
28.10. – 1.11.2024	Herbstferien
23.12. – 6.1.2025	Weihnachtsferien

Unsere Hauptschulungsorte:

Unterstadt:

vhs im Schwedenbau, Klosterstraße 14
Rathaus, Klosterstraße 3

Oberstadt:

Gymnasium am Rosenberg, Eugen-Frueth-Str. 5
Fachklassenbau, Eugen-Frueth-Str. 3
Verbundschule, Gebäude B, Oberamteistraße 8
Don-Bosco-Haus, Wasserfallstraße 5/1
Kunsthau, Rotunde, Mauserstr. 1

Sulz:

Volkssmission, Schäfferstraße 9

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag 9.00 – 12.30 Uhr,
Montag bis Donnerstag 14.00 – 16.00 Uhr
Termine außerhalb der Öffnungszeiten nach Vereinbarung.

Kontakt

Leitung: Irmgard Reger
E-Mail: vhs@oberndorf.de
Telefon: 07423 77-1180

Information und Anmeldung:

Carola Glorian
E-Mail: carola.glorian@oberndorf.de
Telefon: 07423 77-1181

Integrationskurse:

Anja Straß
E-Mail: anja.strass@oberndorf.de
Telefon: 07423 77-1181

Hausanschrift:
Klosterstraße 14
78727 Oberndorf a.N.
1. Stock (Aufzug)

Postanschrift:
Volkshochschule Oberndorf a. N.
Klosterstraße 3
78727 Oberndorf a. N.

Fotos: vhs Oberndorf a. N.
Gestaltung: Input NEUE WERBUNG GmbH.
Druck: Ottodruck. Papier: aus 50% Altpapier und 50% TCF-Zellstoff holzfrei

Wir drucken **NATÜRLICH!**

Drucksachen regional und ökologisch erzeugt!

- FSC®-Zertifizierung
- klimaneutrales Drucken
- Online-Portal zur Druckfreigabe
- Webshop
- Einsatz einer chemiefreien CTP-Anlage
- Bezug von zertifiziertem Ökostrom aus erneuerbaren Energien

FSC
www.fsc.org
FSC® C121351
Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Auf Wunsch **Klimaneutral**
ClimatePartner

ottodruck
Feine Druckkunst aus dem Schwarzwald

www.ottodruck.de

Zukunft | Bildung | Begeisterung

Gesellschaftliche Veränderungen und technologischer Fortschritt erfordern lebensbegleitendes Lernen für alle Menschen.

Die vhs Oberndorf a.N. hat das Ziel, unabhängig von Alter und sozialer Herkunft die Freude an Bildung zu wecken und aufrechtzuerhalten. Sie bietet eine Plattform für persönliche Entfaltung und gesellschaftliche Teilhabe. Als kommunale Bildungseinrichtung in Oberndorf a.N. dient sie der Allgemeinheit und arbeitet unabhängig von politischen und weltanschaulichen Interessen.

Die vhs Oberndorf a.N. setzt auf Qualität, Professionalität und eine breite Palette von Weiterbildungsmöglichkeiten. Sie fördert Vielfalt und ist offen für alle Menschen. Bei kontroversen Themen stellt sie verschiedene Perspektiven dar, basierend auf objektiver Information.

Die vhs Oberndorf a.N. arbeitet sowohl in physischen als auch digitalen Lernumgebungen und schafft Räume für soziales und individuelles Lernen. Sie ist agil und experimentierfreudig, arbeitet aufsuchend und vernetzt, um Bildung für alle zugänglich zu machen. Ihr Programm orientiert sich an den Bedürfnissen der Menschen und den gesellschaftlichen Herausforderungen, wie z.B. dem gesellschaftlichen Zusammenhalt, Nachhaltigkeit, Integration, Digitalisierung und der Förderung der Gesundheit.

Die vhs.cloud auf einen Blick



Was ist die vhs.cloud?

Die vhs.cloud ist die Lernplattform für Volkshochschulen in Deutschland. Sie wird vom Deutschen Volkshochschul-Verband e.V. betrieben und steht allen Volkshochschulen zur Verfügung. Volkshochschulen können in der vhs.cloud „virtuelle“ Kurse einrichten. Dabei kann es sich um Kurse handeln, die Präsenzkurse um einige Online-Angebote ergänzen oder auch um Kurse, die überwiegend oder ausschließlich online durchgeführt werden.

vhs.cloud: immer, überall mit dem Gerät Ihrer Wahl

Nutzen Sie Ihre vhs.cloud einfach, bequem und sicher mit allen Geräten – vom PC oder Mac über das Tablet bis hin zum Smartphone. Immer mit dem Gerät, mit dem Sie am liebsten arbeiten oder das Sie gerade zur Hand haben.

Nutzen Sie ausgewählte Funktionen der vhs.cloud ganz bequem über die App. Kommunizieren Sie beispielsweise per Quick-Message, tauschen Sie Dateien aus und informieren Sie sich über Neuigkeiten. Die App steht Ihnen in den Versionen für iOS und Android zur Verfügung.

Sicher in der vhs.cloud

Volkshochschulen folgen hohen Standards der IT-Sicherheit und des Datenschutzes. Beispielsweise findet das Hosting ausschließlich auf Servern in Deutschland statt und eindeutige Registrierungsprozesse schließen unbefugte Nutzung aus.

Unterstützung bei der Nutzung der vhs.cloud

Wenn Sie bei der Nutzung der vhs.cloud einmal nicht weiterkommen, unterstützen wir Sie gerne.



Heimat- und Waffenmuseum

Öffnungszeiten

Dienstag, Mittwoch und Freitag	14.00 – 17.00 Uhr
Samstag und Sonntag	11.00 – 17.00 Uhr

Bildungsreise:

„Weimar: Das Allerschönste und natürlich: Goethe!“

Reiseführerin Dr. Annette Seemann (Literaturwissenschaftlerin und Autorin) konzentriert sich mit ihren Gästen auf das klassische Weimar und hier besonders auf Johann Wolfgang von Goethe und dessen Wirken, auf seine damaligen Lebensumstände und auf seine Zeitgenossen. Das Programm vom 6.10.24 bis zum 10.10.24 mit der Möglichkeit einer eintägigen Verlängerung in Kurzversion:

Sonntag, 6.10.24: 19 Uhr, Begrüßung und Einführung in das Programm durch Frau Dr. Annette Seemann im Boutique-Hotel Amalienhof
Montag, 7.10.24: Großer Stadt- und Parkspaziergang auf Goethes Spuren. Mittagessen. Anschließend Besichtigung des Dichterzimmers im Residenzschloss und des Römischen Hauses im Park an der Ilm.

Dienstag, 8.10.24: Einführung in das Tagesprogramm. Spaziergang zum Goethe- und Schiller-Archiv. Besichtigung einiger Originalhandschriften von Goethe und Menschen aus seinem Umfeld. Besuch des Goethe-Nationalmuseums und des Goethes Wohnhauses. Besichtigung einiger Originalzeichnungen Goethes. Mittagessen. Anschließend Schloss Belvedere, Spaziergang im Park und Weinprobe.

Mittwoch, 9.10.24: Besichtigung des Wittumspalais der Herzogin Anna Amalia. Blick in den Garten des Kirms-Krackow-Hauses und in den Herder-Garten. Stadtkirche St. Peter und Paul (Herderkirche) mit Cranach-Altar. Mittagessen. Anschließend Besichtigung des Historischen Friedhofs mit Fürstengruft und den Grabstätten von Goethe und Schiller. Besuch des Rokokosaals der Herzogin-Anna-Amalia-Bibliothek mit Besichtigung einiger Exemplare aus Goethes Privatbibliothek sowie Werther-Ausgaben und zahlreicher Zimelien.

Donnerstag, 10.10.24: Besichtigung des Schlosses Tiefurt und des anliegenden Parkes. Gemeinsames Mittagessen. Ende der Exkursion gegen 15 Uhr.

Leistungen der Reise: Reiseführung, Eintrittsgelder, Transfer in Weimar, Mittagessen (ohne Getränke), Weinprobe sowie Übernachtung mit Frühstück im Boutique-Hotel Amalienhof. Gesamtkosten mit, bitte beachten, Selbstanreise. Eine Bildungsreise in Kooperation mit der Volkshochschule Weimar.

Es gelten die AGB der durchführenden vhs.

Kursnummer: 24-2-10010

ab Sonntag, 6.10.2024 bis Donnerstag, 10.10.2024, Weimar

Einzelzimmer: 899,- Euro p. P., Doppelzimmer 749,- Euro p. P.



vhs • wissen live
das digitale Wissenschaftsprogramm

Antisemitismus: Eine deutsche Geschichte

Der Anschlag auf die Synagoge in Halle 2019 hat nicht nur gezeigt, wie gefährlich die Lage für Juden in Deutschland geworden ist – die Debatte hat auch offengelegt, dass antijüdische Einstellungen schon lange in der Mitte der Gesellschaft existieren. Peter Longerich zeigt in seinem Vortrag, dass wir den gegenwärtigen Antisemitismus in Deutschland nicht begreifen können, wenn wir ihn vor allem als Sündenbock-Phänomen verstehen, wie es hierzulande in Schule und Hochschule gelehrt wird. Denn der Blick in die Geschichte offenbart, dass das Verhältnis zum Judentum bis heute vor allem ein Spiegel des deutschen Selbstbildes und der Suche nach nationaler Identität geblieben ist.

Kursnummer: 24-2-11005

am Montag, 16.9.2024, 19.30 – 21.00 Uhr

Online über Zoom, gebührenfrei



Deals mit Diktaturen:

Eine andere Geschichte der Bundesrepublik

Der Umgang mit Diktatoren hat die bundesdeutsche Demokratie von Anfang an herausgefordert. Frank Bösch zeigt auf der Grundlage umfassender Archivrecherchen, welche Interessen dabei aufeinandertrafen und was in den Hinterzimmern besprochen und angebahnt wurde. Mit den Regierungen wandelte sich der Austausch mit Autokratien in Südamerika, Ostasien oder im Ostblock. Durch gesellschaftlichen Protest gewannen Werte und Sanktionen allmählich an Bedeutung. Doch der wirtschaftsorientierte Pragmatismus blieb das vorherrschende Muster, das die Geschichte der Bundesrepublik zutiefst prägte.

Kursnummer: 24-2-11006

am Montag, 23.9.2024, 19.30 – 21.00 Uhr

Online über Zoom, gebührenfrei



Stonehenge: Archäologie, Geschichte, Mythos

Stonehenge gehört zu den bekanntesten und zugleich rätselhaftesten Denkmälern der europäischen Vorgeschichte. Seine Anfänge reichen ins 3. Jahrtausend v. Chr. zurück. Ähnlich wie die großen Pyramiden von Gizeh ist Stonehenge zum Sinnbild einer Kultur und einer Epoche geworden, und ähnlich wie die Pyramiden von Gizeh gab und gibt auch Stonehenge Anlass zu zahllosen Mutmaßungen, Theorien und Spekulationen. In seinem Vortrag wird Bernhard Maier über Stonehenge, seine Erbauer, seine Geheimnisse und seine Rezeption sprechen.

Kursnummer: 24-2-11009

am Mittwoch, 25.9.2024, 19.30 – 21.00 Uhr

Online über Zoom, gebührenfrei

NEU

**Israel ein Jahr nach dem Terrorangriff der Hamas**

Am 7. Oktober 2023 verübte die Hamas einen Terrorangriff auf Israel von ungeheurer und beispielloser Brutalität. Israel mobilisierte daraufhin Truppen für eine Offensive in Gaza. Doch konnte das militärische Ziel, die Hamas erheblich zu schwächen, erreicht werden? Und wie hat der Terrorangriff Politik und Gesellschaft in Israel verändert? Richard C. Schneider wird ein Jahr später diese Fragen diskutieren und die neuesten Entwicklungen analysieren und historisch einordnen.

Kursnummer: 24-2-11010

am Sonntag, 13.10.2024, 19.30 – 21.00 Uhr

Online über Zoom, gebührenfrei

NEU

**Cyberkrieg, KI und kritische Infrastrukturen**

„Wir befinden uns schon lange im Krieg!“ – diese Formulierung hört man immer wieder im Zusammenhang mit dem Cyberraum. Angriffe auf unsere (kritische) Infrastruktur sind an der Tagesordnung und betreffen die verschiedensten Systeme von der produzierenden Industrie über Krankenhäuser bis hin zu Bildungseinrichtungen. Der Vortrag wird vorrangig aus technischer Sicht darstellen, wo und warum wir verwundbar sind, welche Rolle große Konzerne spielen und welche Gegenmaßnahmen sowohl aus technischer wie gesetzgeberischer Sicht notwendig sind.

Kursnummer: 24-2-11011

am Donnerstag, 17.10.2024, 19.30 – 21.00 Uhr

Online über Zoom, gebührenfrei

NEU

**Der Aufstieg Chinas**

Beruhet Chinas unaufhörlicher globaler Aufstieg auf einer Wiederherstellung seiner früheren historischen Zentralstellung oder auf der Leistung der aktuellen politischen Führung des Landes? Im Vortrag wird Klaus Mühlhahn einen breiten Überblick über Chinas Aufstieg geben und die erstaunliche Widerstandsfähigkeit schildern, die das Land in den stürmischen Zeiten von Krieg, Rebellion, Krankheit und Hungersnot gezeigt hat. Darüber hinaus wird der Vortrag sich auf die Lehren aus der Geschichte konzentrieren, die Einblicke in die internationale Position Chinas geben und die Frage beantworten, wie Deutschland und Europa reagieren sollten.

Kursnummer: 24-2-11014

am Montag, 28.10.2024, 19.30 – 21.00 Uhr

Online über Zoom, gebührenfrei

NEU

**Kolonisierung und imperiale Politik: Nordamerika und Russland im Vergleich**

Im 17. und 18. Jahrhundert wurden große Teile Nordamerikas und Russlands kolonisiert. In dieser Veranstaltung sollen Unterschiede und Gemeinsamkeiten zwischen der amerikanischen und russischen Kolonisierung diskutiert und herausgearbeitet werden.

Kursnummer: 24-2-11015

am Mittwoch, 4.12.2024, 19.30 – 21.00 Uhr

Online über Zoom, gebührenfrei

NEU

**Der elektronische Spiegel:****Menschliches Denken und Künstliche Intelligenz**

Während Künstliche Intelligenz (KI) landauf, landab diskutiert wird, ist kaum bekannt, dass die klugen Maschinen nie nur dazu da waren, uns langweilige oder gefährliche Arbeit abzunehmen. Sie waren von Beginn an Hypothesen über das Funktionieren des Geistes, elektronische Spiegel, in deren Zerrbild der Mensch nur umso besser erkennen kann, was Intelligenz ausmacht und was ganz offensichtlich nicht. Am Beginn der Künstliche-Intelligenz-Forschung stand die Vorstellung, man müsse das menschliche Denken nur genau genug beschreiben, um intelligente Maschinen bauen zu können. 70 Jahre später hat sich Ernüchterung eingestellt: Die größten Herausforderungen bestehen nicht darin, im Schach zu gewinnen oder in Gedanken geometrische Figuren

zu drehen, sondern in etwas so schwer Greifbarem wie Flexibilität, Kreativität und gesundem Menschenverstand; darin, eine Situation zu verstehen und angemessen zu reagieren.

Kursnummer: 24-2-11016

am Sonntag, 3.11.2024, 19.30 – 21.00 Uhr

Online über Zoom, gebührenfrei

NEU

**Die Kurze Stunde der Frauen:****Wie Frauen nach dem 2. Weltkrieg die Emanzipation wagten und alte Machtstrukturen bekamen**

In der Phase der Nachkriegszeit wurden Frauen nachträglich mehr bewundert als in jeder anderen Epoche. Bis heute hält sich hartnäckig die Legende der Trümmerfrauen. Wie die Frauen selbst aber die damalige Zeit erlebten, ist kaum bekannt. Welche Hoffnungen hegten sie? Wie erfuhren sie die belastenden Lebensumstände? Und was dachten sie, als die neu empfundene Freiheit bald wieder den alten Machtverhältnissen weichen mussten?

Kursnummer: 24-2-11017

am Mittwoch, 6.11.2024, 19.30 – 21.00 Uhr

Online über Zoom, gebührenfrei

NEU

**Die Hirsche von Lascaux und die Wiedergeburtmythologie der Höhlenmalerei**

Anhand von 100 Abbildungen werden die Gravuren und Gemälde von Lascaux vorgestellt. Dabei geht es zunächst um die bildarchitektonische Aufteilung der Höhle und die symbolische Funktion der einzelnen Räume. Eine zentrale Bedeutung kommt den Wiedergeburten von Getöteten – Tieren und Menschen – zu. Diesen gelten die Zeremonien der beiden Magier, deren Kulthandlungen und Visionsreisen durch das Reich der Totengeister auf den Bildern zu sehen sind. Ein besonderes Augenmerk gilt den Hirsch-Mythen der 88 Hirschdarstellungen. Jeder Raum beinhaltet eine zentrale Hirsch-Szene. Miteinander verbunden stellen sie eine Erzählung dar. Am Beispiel von Lascaux können die animistischen Glaubensvorstellungen der Steinzeit nachvollzogen werden.

Kursnummer: 24-2-11019

am Mittwoch, 13.11.2024, 19.30 – 21.00 Uhr

Online über Zoom, gebührenfrei

NEU

**Europäische Öffentlichkeit und demokratische Kommunikation**

Europa hat viele Öffentlichkeiten, aber keine gemeinsame. So eine der geläufigen Gegenwartsdiagnosen, wenn es um das aktuelle Befinden unseres Kontinents geht. Woran aber liegt es, dass Europa auch nach mehr als 70 Jahren des institutionellen Zusammenwachsens keine gemeinsame Öffentlichkeit auf die Beine gestellt bekommt? Liegt es am Mangel an einer gemeinsamen Sprache, fehlt es an einer gemeinsamen Publizistik, an Medien, die das Nationale überwinden und gezielt gesamteuropäische Fragen thematisieren, braucht es eine gemeinschaftlich-öffentliche Sphäre jenseits der Institutionen der Union? Über das spannungsvolle Verhältnis von Europäischer Öffentlichkeit und demokratischer Kommunikation diskutieren Hélène Miard-Delacroix, Bartosz Wielinski und Julian Müller.

Kursnummer: 24-2-11117

am Mittwoch, 9.10.2024, 18.30 – 20.00 Uhr

Online über Zoom, gebührenfrei

NEU

**Kant: Die Revolution des Denkens**

Kants „Kritik der reinen Vernunft“ ist ein Meilenstein der Geistesgeschichte, weil sie ein neues Verständnis unseres menschlichen Standpunkts in der Welt entwickelt. Kant nennt das seine „Revolution der Denkart“. Sie besteht in der Einsicht, dass ein objektives Bild der Welt sich nicht allein aus den Eigenschaften der erkannten Dinge ergibt, sondern auch aus der Funktionsweise menschlicher Erkenntnis. Manche Aspekte unseres Weltbildes, etwa Raum und Zeit, gehen Kant zufolge nicht auf Eigenschaften der Welt selbst zurück, sondern auf den menschlichen Geist. Trotzdem sind sie objektiv gültig, weil sie ein objektives, für alle Menschen gültiges Bild der Realität erst möglich machen. Dieser revolutionäre Gedanke einer „Objektivität des menschlichen Standpunktes“ ist nicht nur für Kants Erkenntnistheorie, sondern auch für seine Ethik und Ästhetik grundlegend. Der Philosoph Marcus Willaschek erklärt in seinem Vortrag Kants Revolution des Denkens auf anschauliche und verständliche Weise und gibt so einen guten Einblick in die Grundlagen der kantischen Philosophie.

Kursnummer: 24-2-11118

am Donnerstag, 14.11.2024, 19.30 – 21.00 Uhr

Online über Zoom, gebührenfrei

NEU



Der Architekt des Islamismus: Hasan al-Banna und die Muslimbrüder

Die Muslimbrüder gehören seit ihrer Gründung im Jahr 1928 zu den einflussreichsten islamischen Bewegungen der Gegenwart, auf die sich islamische Aktivist*innen von der palästinensischen Hamas bis zur türkischen AKP beziehen. Auf der Grundlage vielfältiger, bislang kaum ausgeschöpfter arabischer Quellen zeigt Gudrun Krämer, wie der Gründer der Muslimbruderschaft, Hasan al-Banna, aus einem sunniten inspirierten Bildungs- und Wohltätigkeitsverein eine Massenorganisation mit Hunderttausenden von Anhängern schuf, die unter Berufung auf die Religion Politik machte. Neben einem eigenen Zweig der Muslimschwestern entstand im Schatten des Zweiten Weltkriegs auch ein Geheimapparat. Ende 1948 wurde die Muslimbruderschaft verboten, wenig später fiel al-Banna einem Attentat zum Opfer. Noch heute dient er nicht-jihadistischen Islamisten als Referenz. Gudrun Krämer erhebt die ideengeschichtlichen Grundlagen, das soziale Umfeld und den politischen Kontext der Bewegung, porträtiert Mitstreiter und Gegner und erschließt anhand der Biographie Hasan al-Bannas eindrucksvoll ein Schlüsselkapitel in der Geschichte des modernen Islam.

NEU

Kursnummer: 24-2-11207
am Donnerstag, 21.11.2024, 19.30 – 21.00 Uhr
Online über Zoom, gebührenfrei

@

Wissenschaftsgläubigkeit: Politik und Anti-Politik heute

Ob Klima-, Umwelt- oder Gesundheitskrise: Die Macht Worte der Wissenschaft verheißen Abhilfe im Zeichen moderner Sachrationalität. Tatsächlich aber verbündet sich hier naive Wissenschaftsgläubigkeit mit einem tendenziell undemokratischen Machtanspruch. Im Mehrheitsprinzip wird Freiheit gewährleistet. Demokratische Herrschaft verbindet sie mit politischen Rationalitätserwartungen. Aktivistische Wissenschaft oder scientistische Politik setzen hingegen einseitig auf das alternativlose Regime einer unbedingten Wahrheit. Das „Follow the Science!“ hat in modernen Wissenschaftsgesellschaften viel für sich. Öfter bedeutet es jedoch bloß ein „Schluss mit der Diskussion! Die Zeiten sind zu ernst.“ Wie dieser Vortrag anhand aktueller Beispiele zeigt, kann der Scientismus schnell autoritär werden – zum Schaden der liberalen Demokratie wie ihrer Fähigkeit, epochale Herausforderungen klug und wirksam zu bearbeiten.

NEU

Kursnummer: 24-2-11208
am Freitag, 17.1.2025, 19.30 – 21.00 Uhr
Online über Zoom, gebührenfrei

@

Klimahandel – wie unsere Zukunft verkauft wird

Seit über einem halben Jahrhundert wissen wir um die erschreckenden Auswirkungen von Umweltzerstörung und Klimawandel. Zwar häufen sich internationale Umwelt- und Klimakonferenzen, doch warum handeln wir nicht konsequent gegen die verheerenden Bedrohungen? Mojib Latif wendet sich in diesem Vortrag der Frage zu, warum unsere Welt trotz besseren Wissens weiterhin auf gefährliche Weise den Ast absägt, auf dem sie sitzt. Er stellt die unbequemen Fragen nach dem Versagen der Politik und den Interessen weniger mächtiger Konzerne, die von dieser fatalen Entwicklung profitieren und zeigt Wege auf, wie dennoch durch globale Zusammenarbeit die Zukunft nachfolgender Generationen gerettet werden kann.

NEU

Kursnummer: 24-2-11209
am Mittwoch, 22.1.2025, 19.30 – 21.00 Uhr
Online über Zoom, gebührenfrei

@

Gesundheit

Babygesänge: Wie aus Weinen Sprache wird

Das Weinen eines Babys löst universal bei allen Menschen die gleichen Emotionen aus. Aber ein Weinen bedeutet nicht immer Hunger, Schmerz oder Einsamkeit. Das Weinen der Babys ist eine geheime Klangwelt.

Seit mehr als 40 Jahren untersucht Kathleen Wermke auf fast allen Kontinenten vorsprachliche Babyklänge – sie hat einzigartige Melodien, Intervalle und rhythmische Akzentuierungen gefunden. Und obwohl die Babygesänge zwar in gewisser Weise anderen Natursängern wie Walen, Delfinen oder Singvögeln ähneln, ist ihr Singsang der einzige, aus dem sich später Sprache entwickelt. In ihrem Vortrag zeigt sie, wie aus melodischem Singsang Sprache wird und dass zum Beispiel japanische Babys ganz anders klingen als schwedische.

NEU

Kursnummer: 24-2-12020
am Montag, 2.12.2024, 19.30 – 21.00 Uhr
Online über Zoom, gebührenfrei

@

Medizinethik – ethische Fragen im Krankenhaus, in der Forschung und in der Politik

Schwierige Entscheidungen am Krankenbett, die ethischen Implikationen neuester Forschungsergebnisse bis hin zur Beratung der großen Politik: Medizinethik – was ist das eigentlich? Im Vortrag werden verschiedene Handlungsbereiche und Themenfelder vorgestellt und anhand aktueller Fälle diskutiert. In Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech).

NEU

Kursnummer: 24-2-12022
am Dienstag, 8.10.2024, 19.30 – 21.00 Uhr
Online über Zoom, gebührenfrei

@

Vortrag: Stressbewältigung und ganzheitliche Gesundheit

Erfahren Sie, wie Sie Stress richtig einschätzen, ihm vorbeugen, ihn abbauen oder sogar kreativ nutzen können. In der heutigen Zeit ist Stress einer der größten Gesundheitsgefährder. Doch ohne Stress ist ein Leben in der Natur und Gesellschaft undenkbar. Wie finden wir also die richtige Balance? Dieser Vortrag bietet einen ganzheitlichen Ansatz, um wieder in Balance zu kommen oder sie aufrechtzuerhalten. Erlernen Sie grundlegende Fähigkeiten zur Förderung Ihrer Gesundheit in den Bereichen Ernährung, mentale Stärke und Bewegung. Sie erhalten Einblicke in einen gesunden Lebensstil, lernen Stress abzubauen oder erst gar nicht entstehen zu lassen, Ihren Körper positiv wahrzunehmen, Ihre eigene Kraft zu spüren und sich ausgewogen zu ernähren, ohne Verzicht oder Diäten. Dieser Vortrag erweitert Ihr Wissen über Gesundheit und gibt Ihnen praktische Werkzeuge an die Hand, um Ihr mentales und körperliches Gleichgewicht wiederzufinden.

NEU

Kursnummer: 24-2-12023
Referentin: Natalie Kerner
am Donnerstag, 10.10.2024, 19.00 – 20.30 Uhr
Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1
Eintritt: 7,50 €

Vortrag: Gesunder Darm – Stärkung des Wohlbefindens durch eine gesunde Darmflora

Erfahren Sie in diesem Vortrag, wie ein gesunder Darm Ihr Wohlbefinden, Ihre Stimmung und Ihr Immunsystem positiv beeinflusst. Die Darmflora spielt eine entscheidende Rolle für unsere Gesundheit und ist nahezu so einzigartig wie ein Fingerabdruck. Eine ausgewogene Darmflora verleiht uns Energie, lässt uns wohl fühlen und stärkt unsere Abwehrkräfte. Sogar unser Gewicht kann von ihr beeinflusst werden. Ein gesunder Darm ist ein wahrhaftiges Wunderwerk, das uns vor Krankheiten schützt, uns fit hält und auch unsere Schönheit unterstützt. In diesem Vortrag erhalten Sie Hintergrundwissen über die Bedeutung eines gesunden Darms und wie Sie mit innerer Gelassenheit, ausgewogener Ernährung und verschiedenen Zubereitungsformen von Speisen Ihre Darmflora positiv beeinflussen können. Entdecken Sie, wie Sie Ihre Darmgesundheit aktiv beeinflussen können, um ein höheres Maß an Wohlbefinden zu erreichen. Im Anschluss haben Sie die Möglichkeit, Fragen zu stellen und weitere Informationen zu erhalten.

NEU

Kursnummer: 24-2-12024
Referentin: Natalie Kerner
am Donnerstag, 7.11.2024, 19.00 – 20.30 Uhr
Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1
Eintritt: 7,50 €

Workshop „Ich muss heim zu meiner Mama!“ – Tipps im Umgang mit Menschen mit Demenz (2)

Die Gründerin der Validation, Naomi Feil, hat die Methode der Validation entwickelt. Der Workshop ist für alle, die im Frühjahr schon Teil (1) besucht haben, ebenso aber auch für Neueinsteiger.

NEU

Kursnummer: 24-2-15004
Kursleiterin: Beate Scherer
am Donnerstag, 12.12.2024, 16.00 – 20.00 Uhr
Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1
Kursgebühr: 50,00 € bei 10 Teilnehmenden

Bitte beachten Sie, dass wir unser Programm kontinuierlich erweitern und aktualisieren. Zusätzliche Angebote, die zum Zeitpunkt des Drucks noch nicht feststanden, finden Sie online auf unserer Homepage. Ein regelmäßiger Besuch unter www.vhs-oberndorf.de lohnt sich!

Verbraucherfragen

Die kluge Baufinanzierung Selbstbewusst in ein Finanzierungsgespräch gehen

Der Referent stellt in einem Multimediavortrag dar, wie man sich richtig und sinnvoll auf das Finanzierungsgespräch bei einem Kreditinstitut vorbereitet. Denn wer gut vorbereitet ist, kann überhöhte Zinsen, unnötige Kosten und Überraschungen im Bankengespräch vermeiden. Der Vortrag ist kurzweilig und zielorientiert aufgebaut. Der Referent bietet Raum für individuelle Fragen. Die Teilnehmenden erhalten ein „Stichwort-Handout“, in dem sie ihre Notizen eintragen können.

Kursnummer: 24-2-13010
Referent: Olaf Arnold
am Samstag, 12.10.2024, 9.00 – 12.00 Uhr
Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1
Gebühr: 30,00 €

NEU

vhs.wissen live: Wie die Energiewende gelingen kann.

Die deutsche Wirtschaft steht aktuell vor großen Herausforderungen. Eine davon ist das Ziel, unsere Volkswirtschaft klimaneutral zu gestalten. Zwar konnten die Emissionen in Deutschland in den zurückliegenden 30 Jahren bereits stark gesenkt werden. Um das Ziel der Klimaneutralität bis zum Jahr 2045 zu erreichen, muss aber unter anderem sowohl die installierte Leistung erneuerbarer Energien als auch die heimische Erzeugung von Wasserstoff deutlich ansteigen. Um entsprechende Anreize zu setzen, sollte die Attraktivität für unternehmerisches Handeln steigen und staatliches Handeln selbst effizienter und lösungsorientierter werden. Gleichzeitig gilt es, die Interessen des Industriestandorts Deutschland zu berücksichtigen. Der Vortrag befasst sich mit Handlungsoptionen, die aus der volkswirtschaftlichen Perspektive notwendige Rahmenbedingungen für eine effiziente Energiewende skizzieren – ohne unseren Wohlstand zu gefährden. In Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech).

Kursnummer: 24-2-14020
am Dienstag, 1.10.2024, 19.30 – 21.00 Uhr
Online über Zoom, gebührenfrei

NEU

@

Natur und Umwelt

vhs.wissen live: Das Internet der Tiere

Die kollektive Weisheit der Tiere der Erde stellt einen immensen Schatz an noch nie dagewesenen Informationen für die Menschheit dar. Das „Internet der Tiere“ kann uns dabei helfen, Naturkatastrophen vorherzusagen, die globale Ausbreitung von Zoonosen zu prognostizieren oder Nahrungsressourcen zu sichern. Die entwickelten Sinne der Tiere sowie technische Sensoren an von Tieren getragenen Peilsendern ermöglichen lokale Erdbeobachtungen mit höchster räumlicher und zeitlicher Auflösung. Diese beispiellosen Daten über die Lebensgeschichte einzelner Wildtiere liefern tiefe, neue Einblicke in grundlegende biologische Prozesse. Die ICARUS-Initiative, eine internationale, wissenschaftlich getriebene Bottom-up-Technologieentwicklung von kleinen, günstigen und autonomen IoT-Sensoren (Internet der Dinge) für die Bewegung und das Verhalten von Tieren, zielt darauf ab: Wearables für Wildtiere. Die daraus resultierenden Big Data helfen, das Leben auf unserem Planeten zu verstehen, zu überwachen, vorherzusagen und zu schützen.

Kursnummer: 24-2-14040
am Montag, 25.11.2024, 19.30 – 21.00 Uhr
Online über Zoom, gebührenfrei

NEU

@

Webinar Imkeranfängerschulung – Faszination Honigbienen

Sie wollten schon immer mehr über das Imkern erfahren - Sie lernen hier in 5 Blöcken à 120 min, wie Sie mit einem Minimum an Arbeitszeit ein Maximum an Honig erreichen können. Der Kurs ist vor allen Dingen für Neuanfänger aber auch für fortgeschrittene Imker geeignet, die Ihre Kenntnisse erweitern oder auch auffrischen möchten. Die zusätzlichen Schulungsunterlagen sind übersichtlich dem jahreszeitlichen Ablauf angepasst eingestellt. Bei Fragen/Problemstellungen können Sie den Dozenten zur Unterstützung schriftlich über das System kontaktieren. Bei erfolgreichem Abschluss des Kurses erhalten Sie ein Zertifikat. Kostenloser Online-Infoabend: Freitag, 27.9.2024, 18.00 – 19.00 Uhr

Kursnummer: 24-2-14070
Kursleiter: Robert Löffler
ab Freitag, 11.10.2024, 18.00 – 20.00 Uhr, 5 x freitags
Online, Kursgebühr: 30,00 €

NEU

@

Persönlichkeit und Kommunikation

Workshop: Interkulturelle Kompetenz als Erfolgsfaktor

In diesem Workshop werden wir zunächst die Bedeutung und den Einfluss der Kultur auf unsere Identität entdecken. Daraufhin werden wir uns mit dem Begriff der interkulturellen Kompetenz befassen und die folgende Frage beantworten: Wie können wir in einer zunehmend globalisierten Welt unsere Kultur bewahren und uns gleichzeitig anderen Kulturen öffnen? Wir werden konkrete Situationen untersuchen, in denen wir unsere interkulturelle Kompetenz einsetzen können. Dieser Workshop basiert auf individuellen Reflexionen und Erfahrungen der Teilnehmer, Gruppenarbeiten, Videos, Spielen, etc. Er richtet sich an Menschen aller Nationalitäten, es sind keine Vorkenntnisse erforderlich und eignet sich somit für alle, die wissbegierig sind und sich für ihre eigene Kultur ebenso wie für andere Kulturen interessieren. Der Inhalt beschränkt sich dabei nicht auf ein bestimmtes Land. Ziel dieses Workshops ist es, interkulturelle Kompetenz im Alltag und im Berufsleben zu entwickeln.

Kursnummer: 24-2-16010
Kursleiterin: Catherine Lecerf-Reich
Termin: Freitag, 15.11., 17.00 – 20.00 Uhr und Samstag, 16.11.2024, 9.30 – 12.30 Uhr
Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1
Kursgebühr: 56,00 € bei 8 Teilnehmenden

Entfesseln Sie Ihre Stärken: Selbstvertrauen, Überzeugungskraft und Durchsetzungsvermögen

Manchmal fällt es schwer, Forderungen durchzusetzen, im Mittelpunkt zu stehen oder „nein“ zu sagen. Mangelndes Selbstvertrauen kann eine Ursache sein: Sie erhalten nicht das, was Sie wollen, werden von anderen überholt und ärgern sich im Nachhinein über sich selbst. Aber gute Nachrichten: Selbstvertrauen lässt sich erlernen. In diesem Online-Seminar trainieren Sie, sich selbst zu vertrauen, sich zu motivieren und das Ruder in die Hand zu nehmen. Sichere Argumentation, flüssiges Sprechen und Überzeugungskraft werden Ihre Partner sein, während Sie Schritt für Schritt den Zugang zu Ihren eigenen Kraftquellen und Ressourcen gewinnen. Darüber hinaus bietet Ihnen dieses Seminar zahlreiche Tipps und Anregungen zur Umsetzung, um Ihre Stärke auch über das Seminar hinaus zu entfesseln.

Kursnummer: 24-2-16012
Referent: Matthias Dahms
am Dienstag, 24.9.2024, 18.30 – 21.30 Uhr
Online über Zoom, Seminargebühr: 65,00 €

NEU

@

Online Workshop: Superhirn – Namen und Gesichter merken

Viele Menschen können sich zwar sehr gut an Gesichter erinnern, aber der dazugehörige Name ist in den meisten Fällen nicht mehr präsent. Damit Ihnen in Zukunft auch der dazugehörige Name einfällt, gibt es einfache und wirksame Methoden sich Gesichter und Namen einzuprägen. Mit dieser Methode schaffte es auch der Gedächtnissportler Boris Konrad ins Guinness-Buch der Rekorde: 201 Gesichter und die dazugehörigen Namen in nur 15 Minuten.

Kursnummer: 24-2-16019
Referent: Helmut Lange
am Dienstag, 1.10.2024, 19.00 – 21.30 Uhr
Online über „edudip“, Kursgebühr: 25,00 €

Junge vhs

@



Catherine Lecerf-Reich
vhs-Dozentin für Persönlichkeit
und Kommunikation

Schlagfertigkeit Online:**Von der Kunst, jederzeit die richtigen Worte zu finden**

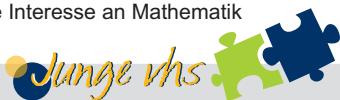
Bemerken Sie manchmal, dass Ihnen die passenden Worte zu spät einfallen? Haben Sie großartige Ideen erst, wenn die Gelegenheit schon vorbei ist? Dann ist unser Online-Seminar genau das Richtige für Sie! Schlagfertigkeit ist die Kunst, in jedem Moment die richtigen Worte zu finden. In unserem Seminar lernen Sie, spontaner mit Ihrer Sprache umzugehen und Ihren aktiven Wortschatz spürbar zu erweitern. Selbst in Belastungssituationen werden Sie flüssig und treffend formulieren können, was Ihnen dabei hilft, mutiger und selbstbewusster aufzutreten. Wir trainieren gemeinsam spontane, humorvolle und spritzige Antworten, die Ihr Gegenüber verblüffen werden. Dieses Impulsseminar bietet zahlreiche Anregungen für das Training zu Hause und macht Sie wortgewandt, sicher und selbstbewusst.

Kursnummer: 24-2-16014
Referent: Matthias Dahms
am Dienstag, 22.10.2024, 18.30 – 21.30 Uhr
Online über Zoom, Seminargebühr: 65,00 €

**Online Workshop: Superhirn – Kopfrechnen schneller als mit dem Taschenrechner**

Sie lernen verblüffende Kopfrechentricks, mit deren Hilfe Sie schneller im Kopf rechnen können als mit einem Taschenrechner. Mit ein bisschen Übung können Sie vielleicht auch schneller rechnen als Sie sprechen können. Die aus Indien stammenden Rechenmethoden (vedische Mathematik) sind in unserem Kulturkreis noch unbekannt, machen viel Spaß und erhöhen das generelle Interesse an Mathematik um ein Vielfaches.

Kursnummer: 24-2-16020
Referent: Helmut Lange
am Dienstag, 8.10.2024, 19.00 – 21.30 Uhr
Online über „edudip“, Kursgebühr: 25,00 €

**Online-Workshop:****Superhirn „Vokabeln lernen im Sekundentakt“**

Wer möchte nicht im Sekundentakt Vokabeln lernen können? Und dabei noch Spaß haben? Die Schlüsselwortmethode hilft Ihnen dabei Vokabeln nicht nur schneller zu erfassen, sondern auch länger im Kopf zu behalten. Das zig-fache Wiederholen wird auf ein Minimum reduziert. Der Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge Helmut Lange hat zum Thema „Vokabeln lernen“ mehrere Bücher geschrieben und zeigt Ihnen anhand von weiterentwickelten Lernstrategien den Weg zu verblüffenden Lernerfolgen – schon während des Webinars.

Für Schüler

Kursnummer: 24-2-16024
Referent: Helmut Lange
am Donnerstag, 17.10.2024, 16.00 – 18.00 Uhr
Online über „edudip“, Kursgebühr: 25,00 €



Für Erwachsene

Kursnummer: 24-2-16025
Referent: Helmut Lange
am Donnerstag, 24.10.2024, 19.00 – 21.30 Uhr
Online über „edudip“, Kursgebühr: 25,00 €

**Online-Workshop: 5 Wege zu einem perfekten Gedächtnis**

Das Denken und Lernen sind zu einem großen Teil durch die Schulzeit geprägt. Wenn Sie als Lernender an Fort- und Weiterbildung teilnehmen, greifen Sie meist auf althergebrachtes Lernverhalten zurück und wundern sich, dass kaum etwas hängen bleibt. Dabei kann Lernen so einfach sein, wenn Sie nur ein paar Merktechniken anwenden. Wenn Sie also in Zukunft Zahlen, Daten, Fakten, Vokabeln, Namen und Gesichter schnell und sicher behalten möchten, dann lassen Sie sich von einem kreativen und einflussreichen Gedächtnistrainer inspirieren. Denn Ihr Gehirn kann viel mehr als Sie denken. Sie bekommen faszinierende Gedächtnistechniken von dem professionellen Andragogen Helmut Lange vermittelt. Schon während des Seminars kann Ihre Merkfähigkeit um 300% gesteigert werden. Danach werden Sie nicht mehr lernen, weil Sie müssen, sondern Sie werden lernen, weil Sie wollen! Just for fun! Der Onlinekurs spricht jeden an – ob Schüler, Studenten, Berufstätige oder Senioren – probieren Sie es gerne aus!

Kursnummer: 24-2-16027
Referent: Helmut Lange
am Samstag, 26.10.2024, 9.00 – 16.30 Uhr
Online über „edudip“, Kursgebühr: 60,00 €

**Zaubern****Zaubern lernen mit Diplom für Kinder von 7 – 16 Jahren**

Zaubern können, wer will das nicht? In der Zauberschule von Fred Bossie liegt Magie in der Luft! Die Zauberschüler lernen, wie sie mehr Anerkennung und Bewunderung gewinnen, und zwar durch eigene Leistung – weil sie etwas beherrschen, das nicht jeder kann! Durch das „Zaubern Lernen“ wird die Kreativität der Kinder gefördert sowie das Selbstbewusstsein auf eine positive Art gesteigert.

Ein paar Gegenstände, die auch im Nachhinein immer wieder leicht zu beschaffen sind, etwas Geduld und Übung – und schon kann es losgehen. Pfiffige Tricks mit Alltagsgegenständen, manche einfach, manche anspruchsvoll, lassen die jungen Zauberkünstler/innen ganz groß rauskommen. Mit der Schritt-für-Schritt-Methode und anschaulicher Unterweisung sowie einer umfangreichen Zauberbroschüre sind die Zaubertricks eingängig und leicht nachvollziehbar.

Eine halbe Stunde vor Ende öffnen wir die Zauberschule für Mama, Papa, Oma, Opa, Geschwister und Interessierte – schließlich brauchen die Zauberkünstler für die abschließende „Zaubershow“ auch Publikum. Ein Zaublerprogramm, das die Kinder in den Mittelpunkt stellt und bei dem auch die „großen Kinder“ noch staunen können. Zu guter Letzt gibt es ein Zauberdiplom.

Kursnummer: 24-2-20030
Kursleiter: Fred Bossie
am Sonntag, 10.11.2024, 10.00 – 15.00 Uhr
Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1
Kursgebühr: 50,00 € bei 10 Teilnehmenden

**Fotografie****Fotografie mit der digitalen Spiegelreflex- und Systemkamera**

Fotografie ist weit mehr als nur das Drücken des Auslösers. Sie ermöglicht es uns, unsere Welt immer wieder neu zu entdecken, kreativ zu gestalten und andere an unseren Entdeckungen teilhaben zu lassen. Die Kamera wird dabei zu einem visuellen Diktiergerät, das nicht nur Stichworte festhält, sondern auch die Geschichten einer ganzen Reise erzählen kann. In unserem Fotografie-Grundlagenkurs lernen Sie, wie Sie beeindruckende Aufnahmen erstellen, Ihre Bildideen mit einfachen Mitteln umsetzen, Motive im richtigen Licht erkennen und gelungen präsentieren. Dabei spielen nicht nur Kamera und Objektiv eine Rolle, sondern auch das Sehen, das Erkennen und vor allem die Fähigkeit, den Betrachter durch Ihre Fotos in die Geschichte einzubeziehen. Im praktischen Teil des Kurses werden Sie das Gelernte mit Ihrer eigenen Kamera üben. Dabei erhalten Sie wertvolle Tipps aus der Praxis und werden ermutigt, kreativ mit Ihrer Kamera umzugehen. Die entstandenen Fotos werden anschließend besprochen, sodass der Kreis des Lernziels geschlossen wird. Der Fotografie-Grundlagenkurs richtet sich an Benutzer von digitalen System-, Spiegelreflex-, Bridge- und ähnlichen Kameras. Bitte mitbringen: die eigene Kamera

Kursnummer: 24-2-21010
Kursleiter: Jürgen Schapke
ab Freitag, 15.11.2024, 18.30 – 21.30 Uhr
Termine: Freitag, 15.11., 22.11., 29.11.24, 18.30 – 21.30 Uhr
und Samstag, 23.11.24, 9.00 – 12.00 Uhr
Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1
Kursgebühr: 88,00 €

Ikebana

die japanische Kunst des Blumensteckens

Ikebana für Anfänger – neugierig machen auf Ikebana

Fast alle Menschen lieben Blumen und Pflanzen, Kinder pflücken mit Begeisterung Blumensträuße. Zu allen möglichen Anlässen schenkt man sich Blumen und mit Pflanzen bringen wir ein Stück Natur in unsere Wohnungen. Die Freude an der Schönheit der Pflanzen und die Liebe zur Natur, verbunden mit dem Wunsch nach eigener Kreativität, sind der erste und wichtigste Schritt zu Ikebana. Wer sich auf die Suche nach dieser besonderen Kreativität begeben möchte ist herzlich zu diesem Kurs eingeladen. Mitzubringen sind eine Schale mit einem Durchmesser von ca. 25 cm, eine Blumenschere und wenn vorhanden ein Blumensteckigel. Das Material für den ersten Kursabend bringt die Kursleiterin mit. Für das Material wird ein Unkostenbeitrag erhoben, auch ein Steckigel kann im Kurs erworben werden.

Kursnummer: 24-2-22009
Kursleiterin: Christa Gruhler
ab Montag, 30.9.2024, 19.00 – 20.30 Uhr
Termine: 30.9., 7.10., 14.10., 21.10.2024
Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1
Kursgebühr: 32,00 € bei 6 Teilnehmenden



Ikebana für Teilnehmer mit Vorkenntnissen

Ikebana die japanische Kunst des Blumensteckens. Entdecken Sie die faszinierende Welt des Ikebana. In diesem Kurs lernen Sie nach den Regeln der Stuttgarter Ikebana Schule „shin eigetsu shofu ryu“ attraktive Arrangements aus Blüten, Zweigen und anderen Elementen zu gestalten. Tauchen Sie ein in diese kunstvolle Praxis, die Ruhe und Besinnung vermittelt und uns mit der Natur verbindet. Die Themen und Materialangaben erhalten Sie von der Kursleiterin.

Kursnummer: 24-2-22010
Kursleiterin: Christa Gruhler
ab Samstag, 28.9.2024, 13.30 – 16.00 Uhr
Termine: 28.9., 26.10., 16.11., 14.12.2024
Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1
Kursgebühr: 54,00 € bei 6 Teilnehmenden

Plastisches Gestalten**Kreatives Töpfern**

Entfalten Sie Ihre Kreativität beim Töpfern! In diesem Kurs erhalten Sie die Möglichkeit, Ihren eigenen Vorstellungen freien Lauf zu lassen und Objekte, Skulpturen sowie praktische oder dekorative Gegenstände aus Ton zu gestalten. Bitte beachten Sie, dass die Materialkosten nicht im Kurspreis enthalten sind und separat anfallen.

Kursnummer: 24-2-23010
Kursleiterin: Elisabeth Große
ab Donnerstag, 19.9.2024, 17.00 – 19.00 Uhr, 5 x donnerstags
Fachklassenbau, Werkraum
Kursgebühr: 60,00 €

Kursnummer: 24-2-23020
Kursleiterin: Elisabeth Große
ab Donnerstag, 19.9.2024, 19.30 – 21.30 Uhr, 5 x donnerstags
Fachklassenbau, Werkraum
Kursgebühr: 60,00 €

Kursnummer: 24-2-23030
Kursleiterin: Elisabeth Große
ab Donnerstag, 21.11.2024, 17.00 – 19.00 Uhr, 5 x donnerstags
Fachklassenbau, Werkraum
Kursgebühr: 60,00 €

Kursnummer: 24-2-23040
Kursleiterin: Elisabeth Große
ab Donnerstag, 21.11.2024, 19.30 – 21.30 Uhr, 5 x donnerstags
Fachklassenbau, Werkraum
Kursgebühr: 60,00 €

Töpfertreff

Eingeladen sind Personen aus dem Regelkurs, die beim Treff die Möglichkeit haben, Ihren eigenen Vorstellungen freien Lauf zu lassen und Objekte, Skulpturen sowie praktische oder dekorative Gegenstände aus Ton zu gestalten.

Kursnummer: 24-2-23050
Kursleiterin: Elisabeth Große
ab Donnerstag, 14.11.2024, 17.00 – 19.00 Uhr
Termine: 14.11.2024, 9.1., 16.1., 23.1., 30.1., 6.2., 13.2.2025
Fachklassenbau, Werkraum
gebührenfrei

**Für Kinder ab 8 Jahren
In der Weihnachtstöpferei!**

Ton ist ein idealer Werkstoff für Kinderhände. Der Ton wird geknetet, gerollt, gedreht, gebogen, gewalzt, gedrückt, sodass sich Formen nach der realen Welt oder der Fantasie ergeben. Schalen, kleine Vasen, lustige Figuren aus Ton und Fantasietiere können Kinder im Grundschulalter gestalten und anschließend in den Wunschfarben glazieren. Bitte beachten Sie, dass die Materialkosten nicht im Kurspreis enthalten sind und separat anfallen.

Kursnummer: 24-2-23055
Kursleiterin: Elisabeth Große
ab Freitag, 22.11.2024, 16.30 – 18.00 Uhr, 3 x freitags
Fachklassenbau, Werkraum
Kursgebühr: 25,00 € bei 6 Teilnehmenden

**Malen und Zeichnen****vhs.wissen live: Im Detail die ganze Welt: Werke von Jan Brueghel der Ältere in der Alten Pinakothek**

Weite Landschaften, opulente Blumenarrangements, Tiere, Menschen, Stadt und Land – es gibt kaum ein Thema, das Jan Brueghel nicht aufgegriffen hätte. 1568 als Sohn von Pieter Bruegel dem Älteren (d. Ä.), dem berühmten Bauern-Bruegel, geboren, folgte er diesem früh in die künstlerische Laufbahn und reiste wie dieser zunächst nach Italien. Nach seiner Rückkehr ließ er sich in Antwerpen nieder. Er entwickelte einen charakteristischen Bildtypus mit einem hoch angesetzten Horizont, und die so entstandene Fläche füllte er mit einer Vielzahl von lebensecht wiedergegebenen Details, die zur genauen Betrachtung einladen. Die Bayerischen Staatsgemäldesammlungen verfügen über den umfassendsten Bestand von Werken Jan Brueghels d. Ä. weltweit. In der Führung werden einige ausgewählte Werke in der Alten Pinakothek vorgestellt.

Die Veranstaltung wird live aus der Alten Pinakothek in München gestreamt.

Kursnummer: 24-2-24000
am Donnerstag, 12.12.2024, 19.30 – 21.00 Uhr
Online über Zoom, gebührenfrei

NEU

**Malkurs für Anfänger im November**

Etwas Gegenständliches zu zeichnen ist sowohl eine Herausforderung als auch ein beglückendes Erlebnis. Tauchen Sie ein und probieren Sie sich in der Welt des Zeichnens aus, sei es mit Bleistiften, Buntstiften, Aquarellfarben, Pastellkreiden oder anderen Materialien. Verschiedene Anregungen und spielerische Ansätze erleichtern den Einstieg. Auch das Arbeiten mit Aquarell- und Acrylfarben ist möglich. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Benötigte Materialien können im Kurs erworben werden, falls nicht vorhanden.

Kursnummer: 24-2-24004
Kursleiterin: Monika Bihl
ab Mittwoch, 6.11.2024, 10.00 – 12.00 Uhr, 4 x mittwochs
Kunsthau, Rotunde, Mauserstraße 1
Kursgebühr: 45,00 € bei 7 Teilnehmenden

Malkurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Entspannen Sie sich beim Malen in spielerischen Umgang mit Aquarell- oder Acrylfarben. Tauchen Sie ein in die Welt des Zeichnens, sei es nach Motiv oder experimentell, und nutzen Sie verschiedene Stifte wie Bleistifte, Kohle, Pastellstifte, Aquarell-Buntstifte und Aquarell-Pastellkreiden. Vielleicht gibt es ein Thema, das Sie schon immer erkunden wollten. Dieser Kurs eignet sich für Anfänger und Fortgeschrittene. Benötigte Materialien können im Kurs erworben werden, falls noch nicht vorhanden.

Kursnummer: 24-2-24005
Kursleiterin: Monika Bihl
ab Donnerstag, 7.11.2024, 17.30 – 19.30 Uhr, 4 x donnerstags
Kunsthau, Rotunde, Mauserstraße 1
Kursgebühr: 45,00 € bei 7 Teilnehmenden

Offener Künstlertreff

Eingeladen sind künstlerisch ambitionierte Personen, die einen lebhaften Gedankenaustausch über Kunst schätzen. Inhalte: Bildbesprechungen, Austausch und Kommunikation über Kunst und Malerei, Vorstellung von Techniken, Forum zur Entwicklung von Projekten und Zielen, Diskussion über bewegende Ausstellungen und Performances.

Kursnummer: 24-2-24017
ab Freitag, 13.9.2024, 14.00 – 18.00 Uhr
Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1
Termine: 13.9., 11.10., 8.11., 13.12.2024, 10.1., 7.2.2025
gebührenfrei

Textiles Gestalten**Kreatives Stricken und Häkeln mit Garnresten**

Entdecken Sie die Freude am kreativen Stricken und Häkeln. Gestalten Sie Ihr persönliches Unikat, auch Garnreste erhalten ein neues Leben. Anfänger und auch Strick- und Häkelbegeisterte sind sehr willkommen. Sie können Stricken und/oder Häkeln neu lernen, Fertigkeiten auffrischen oder ausbauen und eigene Ideen im kreativen Mix umsetzen, z. B. Accessoires wie Schals, Loops, Mützen, Taschen, oder Wohn-Accessoires und vieles mehr aus unterschiedlichen Garnen in Garn- und Farbmix, farbenfroh oder Ton in Ton. (keine Socken). Alle individuellen Projekte werden fachlich von der Kursleiterin begleitet. Bitte mitbringen, wenn vorhanden: alte Garnreste, egal welche Farbe

Abmeldungen sind nur über das vhs-Büro möglich!

oder Stärke, Strick- und Häkelnadeln, Schere und Maßband. Zusätzliche Garne können Sie im Kurs zukaufen und werden nach Verbrauch abgerechnet.

Kursnummer: 24-2-24050
Kursleiterin: Barbara Hämmerle
ab Freitag, 11.10.2024, 17.00 – 20.00 Uhr, 4 x freitags
Termine: 11.10.24, 25.10.24, 8.11.24, 22.11.2024
Schwedenbau, 1. Stock, Raum Frohes Alter
Kursgebühr: 64,00 € bei 6 Teilnehmenden

Tanzen

Jazzdance für Erwachsene

Entdecken Sie den mitreißenden Jazzdance! Eine Tanzform, die Elemente aus Ballett, Musical, Hip-Hop und mehr vereint. Egal ob Anfänger oder erfahrener Tänzer, der Einstieg ist jederzeit möglich. Erleben Sie kreative Choreografien, verbessern Sie Ihre Körperbeherrschung und haben Sie Spaß an der Musik. Unsere Kursleiterin unterstützt Sie dabei, Ihr tänzerisches Potenzial zu entfalten. Melden Sie sich an und erleben Sie die Energie des Jazzdance!

Kursnummer: 24-2-25010
Kursleiterin: Ginger-Georgia Streibig
ab Mittwoch, 11.9.2024, 17.15 – 18.45 Uhr, 10 x mittwochs
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden

Kursnummer: 24-2-25011
Kursleiterin: Ginger-Georgia Streibig
ab Mittwoch, 27.11.2024, 17.15 – 18.45 Uhr, 10 x mittwochs
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden

Move in You – Komm in Bewegung in und mit Dir und tanz Dich frei

Dieses wundervolle neue Training bringt Dich wieder in Bewegung. Über das Tanzen, sich bewegen zur Musik bekommst Du einen neuen Zugang zu Deinem Körper. Hier entstehen neue Möglichkeiten den Körper wahrzunehmen und zu fühlen. Es werden Emotionen spielerisch über Bewegung freigesetzt und auch wieder losgelassen. Wild, lustig oder sanft – alles ist möglich. Teilweise werden wir auch eine kleine Choreographie tanzend erleben. Ich freue mich sehr diese neue Art des Trainings mit Dir zu teilen und sei gespannt, was für neue Möglichkeiten in Dir entstehen dürfen. Kursleiterin Petra Manuela Weber ist zertifizierte Pilatetrainerin, Fitness-Tanzpädagogin und Mental Coach.

NEU

Kursnummer: 24-2-25041
Kursleiterin: Petra Manuela Weber
am Samstag, 26.10.2024, 10.00 – 13.30 Uhr
Schwedenbau, 3. Stock, Vortragssaal
Kursgebühr: 45,00 € bei 10 Teilnehmenden

Tanzen für Kinder und Jugendliche Hip-Hop für Kids (10 – 14 Jahre)

Tauche ein in die Welt des Hip-Hop! In diesem Kurs nutzen wir ein intensives Warm-up und den mitreißenden Beat der Hip-Hop Musik, um so richtig in Schwung zu kommen und die kraftvollen Moves zum Leben zu erwecken. Dabei trainieren wir Konzentration, Kondition, Koordination, Kraft und Beweglichkeit. Unser Ziel ist es, mit viel Freude die Bewegungen des Hip-Hops und Elemente des Breakdance zu erlernen. Du wirst lernen, alleine und mit einem Partner zu tanzen und diese Tanzkunst elegant auf Musik zu präsentieren. Am letzten Termin des Kurses planen wir eine kleine Vorführung, bei der Du zeigen kannst, was Du gelernt hast. Bitte mitbringen: Turnschuhe bzw. Gymnastikschuhe und ein Getränk

Kursnummer: 24-2-25050
Kursleiterin: Nathalie Laref-Schäfer
ab Freitag, 11.10.2024, 16.30 – 17.30 Uhr, 14 x freitags
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Kursgebühr: 65,00 € bei 10 Teilnehmenden

Junge vhs

Pre-Ballett für 5 – 8-Jährige

Entdecke die Anmut und Eleganz des Balletts! Unser Kurs für Kinder bietet eine wunderbare Möglichkeit, die grundlegenden Techniken und Bewegungen des Balletts zu erlernen. Mit viel Spaß und Kreativität werden die Kinder an die Welt des Balletts herangeführt. In unserem Kurs legen wir Wert auf eine altersgerechte und spielerische Herangehensweise. Die Kinder werden Schritt für Schritt in die Grundlagen des Balletts eingeführt, einschließlich Haltung, Balance, Koordination und Flexibilität. Durch Musik und fantasievolle Übungen wird ihre Kreativität angeregt und ihr tänzerisches Potenzial entwickelt. Bitte mitbringen: bequeme, eng anliegende Kleidung, Ballettschuhe bzw. Gymnastikschuhe.

Für Neueinsteiger

Kursnummer: 24-2-25510
Kursleiterin: Nathalie Laref-Schäfer
ab Samstag, 28.9.2024, 9.15 – 10.00 Uhr, 16 x samstags
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Kursgebühr: 72,00 € bei 10 Teilnehmenden

Junge vhs

Für Anfänger mit Vorkenntnissen

Kursnummer: 24-2-25520
Kursleiterin: Nathalie Laref-Schäfer
ab Samstag, 28.9.2024, 10.15 – 11.00 Uhr, 16 x samstags
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Kursgebühr: 72,00 € bei 10 Teilnehmenden

Ballett für fortgeschrittene Kinder

Komm vorbei und setze Deine Balletterfahrung fort! Entdecke neue Herausforderungen und verfeinere Deine Technik. Gemeinsam werden wir uns weiterentwickeln und die Leidenschaft für Ballett teilen. Lass uns den Ballettsaal mit unserer Energie und Begeisterung erfüllen! Bitte mitbringen: bequeme, eng anliegende Kleidung, Ballettschuhe bzw. Gymnastikschuhe

Kursnummer: 24-2-25530
Kursleiterin: Nathalie Laref-Schäfer
ab Samstag, 28.9.2024, 11.15 – 12.00 Uhr, 16 x samstags
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Kursgebühr: 72,00 € bei 10 Teilnehmenden

Junge vhs

Jugendkunstschule KREISEL

Freiraum zur kreativen Entfaltung
für Kinder und Jugendliche



Malen und zeichnen, hämmern, modellieren und nähen?
Wir vermitteln künstlerisches und technisches Wissen
– ohne Leistungsdruck oder schulische Bewertung.
Der KREISEL bietet Freiraum, an dem es nur richtig
und kein falsch gibt. Sei dabei!

Infos & Anmeldung
Einstieg jederzeit möglich, zwei Mal
Schnuppern gratis! Jahreskurse von
Okt. bis Juli (28,- € mtl.), Ausstieg
möglich zum 31.3. / 31.7. / 31.12.
Detaillierte Kursbeschreibungen,
mehr Info und weitere Angebote

KUNSTKREISEL.DE



Natursport entdecken

Kletterkurs für Einsteiger in der Halle

Klettern wird heute spielerisch, kraftsparend und sicher ausgeführt. Vielseitige Bewegungsabläufe trainieren Muskeln und Gelenke. Erste Erfolge bewirken innere Stärke und Freude. Der letzte Kurstermin findet in der Kletterhalle Rottweil mit dem Erlangen eines Kletterscheines für Toprope statt. Dieser ist Voraussetzung für das Klettern in Hallen. Der Eintritt für die Kletterhalle Rottweil beträgt 13,- € und ist von den Teilnehmenden vor Ort zu bezahlen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Turnschuhe mit harter Sohle. Klettergurt und Sicherungsmaterial wird gestellt.

Kursnummer: 24-2-30001
Kursleiter: Gerhard Hauser
ab Montag, 30.9.2024, 19.00 – 21.00 Uhr, 4 x montags
Neckarhalle
Kursgebühr: 54,00 €

Langlauf klassisch für Einsteiger am Feldberg

Der Skilanglauf erfüllt sämtliche Bedingungen einer gesundheitsfördernden sportlichen Betätigung. Er erlaubt das Training von Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und bietet darüber hinaus wunderschöne Naturerlebnisse am Feldberg. Die leichte Erlernbarkeit macht den Langlauf zu einem idealen Gesundheitssport. Im Einsteiger-Workshop lernen Sie die einfachen Technikformen des klassischen Langlaufs. Lassen Sie sich fachgerecht von Trainern anleiten, damit Sie diesen faszinierenden Sport von Anfang an richtig genießen können! Die Teilnehmer treffen sich 40 Minuten vor Kursbeginn für die Registratur und gegebenenfalls den Skiverleih direkt in der Skischule. Nur Selbstanreise ist möglich. Das Mindestalter beträgt 14 Jahre. Der Verleih von Langlaufausrüstung (Skier + Schuhe + Stöcke) kostet 21,- €.

Kursnummer: 24-2-30073
Veranstalter: Black Forest Magic, Feldberg
am Sonntag, 26.1.2025, 10.00 – 13.00 Uhr, Feldberg
Kursgebühr: 45,00 €
Verbindlicher Ersatztermin: 16.02.2025



Kursnummer: 24-2-30074
Veranstalter: Black Forest Magic, Feldberg
am Samstag, 8.2.2025, 10.00 – 13.00 Uhr, Feldberg
Kursgebühr: 45,00 €
Verbindlicher Ersatztermin: 22.02.2025



Schneeschuhwanderung durch den Hochschwarzwald

Auf einer Wanderung durch verschneite Berglandschaften und Schneeflächen lassen sich ruhige Ecken des schneesicheren Hochschwarzwalds entdecken. Auf schönen Waldpfaden stellt sich das Gefühl von Ruhe, Einsamkeit und Freiheit ein. Die altbewährte Sportart ermöglicht eine kräftesparende Fortbewegung im Schnee. Es gibt eine kurze Einweisung, gefolgt von einer Wanderung mit professionellem Guide. Das Mindestalter beträgt 14 Jahre. Nur Selbstanreise ist möglich. Schneeschuhe, Stöcke usw. sind im Preis inklusive.

Mitzubringen sind Bergschuhe bzw. hohe Wanderschuhe, eine Mütze, Handschuhe und Geld für eine Einkehr.

Kursnummer: 24-2-30081
Veranstalter: Black Forest Magic, Feldberg
am Sonntag, 26.1.2025, 10.00 – 14.30 Uhr, Feldberg
Kursgebühr: 39,00 €
Verbindlicher Ersatztermin: 16.02.2025



Kursnummer: 24-2-30082
Veranstalter: Black Forest Magic, Feldberg
am Samstag, 8.2.2025, 10.00 – 14.30 Uhr, Feldberg
Kursgebühr: 39,00 €
Verbindlicher Ersatztermin: 22.02.2025



Wir suchen neue Dozentinnen und Dozenten für alle Fachbereiche!

Sie interessieren sich für ein Thema und haben gute Kenntnisse/Fertigkeiten in diesem Bereich? Sie haben Lust, andere für dieses Thema zu begeistern und beim Lernen zu unterstützen? Dann melden Sie sich bei uns!

Entspannung

Bitte mitbringen: Getränk, Handtuch, bequeme Kleidung und Gymnastikmatte, falls vorhanden.

Wochenendseminar:

Qi Gong (Atem- und Heilgymnastik) – Einführung

Erfahren Sie die heilende Wirkung von Qi Gong, einer Atem- und Heilgymnastik, die zur Harmonisierung des gesamten Menschen beiträgt. Die langsamen, harmonischen und meditativen Bewegungen machen diesen Kurs für jeden zugänglich. Qi Gong ist nicht nur eine ausgezeichnete Haltungsschulung, sondern auch eine wertvolle Ergänzung zu anderen Bewegungs- und Körperarbeiten. Die Teilnahme am Anfängerkurs ist Voraussetzung für die Teilnahme am Qi Gong-Folgekurs.

Kursnummer: 24-2-31030
Kursleiterin: Gabriele Kutz
ab Freitag, 20.9.2024, 18.45 – 21.45 Uhr
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Termine: Freitag, 20.9.24, 18.45 - 21.45 Uhr und
Samstag, 21.9.24, 10.00 – 13.00 Uhr/14.00 – 17.00 Uhr
Kursgebühr: 66,00 € bei 7 Teilnehmenden

Qi Gong

Erweitern und Vertiefen des Erlernten. Bei der fernöstlichen Bewegungslehre Qi Gong steht die Lebensenergie „Qi“ im Mittelpunkt. Qi Gong ist Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin und soll Stress reduzieren und die Gesundheit fördern.

Kursnummer: 24-2-31050
Kursleiterin: Gabriele Kutz
ab Donnerstag, 26.9.2024, 19.15 – 20.45 Uhr, 10 x donnerstags
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Kursgebühr: 90,00 € bei 10 Teilnehmenden

Frauen Wochenende: Hormonyoga nach Dinah Rodrigues

Natürliche Balance vor, während und nach den Wechseljahren. Gemeinsam wird eine Übungsreihe mit dynamischen Übungen aus verschiedenen Yogarichtungen erlernt. Die typischen mit den Wechseljahren verbundenen Symptome werden beseitigt oder gemildert, Muskulatur und Knochen gekräftigt, die Flexibilität des Körpers erhöht, Vitalität und Wohlbefinden gesteigert. Der Workshop ist für interessierte Frauen oder zum Wiederholen der gelernten Übungsreihe. An diesem Wochenende werden wir uns austauschen und mit viel Spaß gemeinsam üben. Inklusive Skript.

Kursnummer: 24-2-32005
Kursleiterin: Anke Morhard
ab Samstag, 23.11.2024, 8.30 – 13.30 Uhr
Termine: 23.11. und 24.11.2024, jeweils 8.30 – 13.30 Uhr
Schwedenbau, 1. Stock, Raum 2
Kursgebühr: 60,00 € bei 5 Teilnehmenden

Hatha Yoga – Entspannung und Prävention – für Menschen mit und ohne Yogaerfahrung

Das Wort Yoga stammt von einer Sanskrit-Wurzel, die „verbinden“ bedeutet. Yoga ist ein sehr altes, ganzheitliches Übungssystem aus Indien. Es hilft, Körper, Geist und Seele ins Gleichgewicht zu bringen und kann auch als „Einheit“, „Verbindung“ und „Harmonie“ übersetzt werden. Yoga entspannt das gesamte Energiesystem und bewirkt so die Entspannung auf körperlicher, mentaler und emotionaler Ebene. Inhalt: Leicht erlernbare Atem- und Meditationsübungen. Erlernen und Vertiefen von Asanas (Körperstellungen) und Tiefenentspannung.

Kursnummer: 24-2-32009
Kursleiterin: Simone Mutschler
ab Montag, 23.9.2024, 18.15 – 19.15 Uhr, 15 x montags
Schwedenbau, 3. Stock, Vortragssaal
Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden

Kursnummer: 24-2-32010
Kursleiterin: Simone Mutschler
ab Montag, 23.9.2024, 19.45 – 21.15 Uhr, 15 x montags
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Kursgebühr: 118,50 € bei 10 Teilnehmenden

Kursnummer: 24-2-32020
Kursleiterin: Wiebke Maier
ab Dienstag, 24.9.2024, 9.00 – 10.00 Uhr, 17 x dienstags
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Kursgebühr: 90,00 € bei 10 Teilnehmenden

Kursnummer: 24-2-32040
 Kursleiterin: Gabriele Götz
 ab Dienstag, 24.9.2024, 16.30 – 17.30 Uhr, 15 x dienstags
 Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1
 Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden

Kursnummer: 24-2-32050
 Kursleiterin: Gabriele Götz
 ab Mittwoch, 25.9.2024, 10.45 – 11.45 Uhr, 15 x mittwochs
 Altobendorf, Turnhalle
 Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden

Kursnummer: 24-2-32080
 Kursleiterin: Anke Morhard
 ab Donnerstag, 26.9.2024, 16.45 – 17.45 Uhr, 13 x donnerstags
 Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
 Kursgebühr: 69,00 € bei 10 Teilnehmenden

Kursnummer: 24-2-32090
 Kursleiterin: Anke Morhard
 ab Donnerstag, 26.9.2024, 18.00 – 19.00 Uhr, 13 x donnerstags
 Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
 Kursgebühr: 69,00 € bei 7 Teilnehmenden

Yoga speziell bei Einschränkungen im Bewegungssystem

Dieser Kurs richtet sich an Menschen mit körperlichen Beschwerden, die schon fast gewohnheitsmäßig mit Schmerzen im Bewegungssystem leben. Dadurch schränkt sich der Bewegungsraum sehr ein oder wird einseitig belastet. Zum Beispiel nach einer Hüft-OP, Bandscheibenproblemen oder auch chronischen Schmerzen im Kreuz. Mit diesem Kurs wird eine besondere Form der Körperarbeit angeboten, welche auf Beschwerden im Bewegungssystem ausgerichtet ist. Voraussetzung ist die Bereitschaft, körperlich und aktiv an sich zu arbeiten, sowie eine Portion Mut und Zuversicht mitzubringen, im Hinblick auf eine Linderung und eine verbesserte Lebensqualität. Die Leiterin weist darauf hin, dass unbedingt eine Rücksprache mit dem behandelnden Arzt erfolgen muss. Die Kursteilnahme erfolgt in Eigenverantwortung.

Kursnummer: 24-2-32115
 Kursleiterin: Simone Mutschler
 ab Montag, 23.9.2024, 9.00 – 10.00 Uhr, 15 x montags
 Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
 Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden

Yoga Gym

Nehmen Sie aktiv Ihre Gesundheit in die Hand und fördern Sie diese mit aufbauenden und bewussten Körperübungen, Meditation und Entspannung. Unser Yoga Gym-Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre körperliche und geistige Gesundheit zu stärken und zu stabilisieren. Egal, ob Sie bereits Yogaerfahrung haben oder nicht, dieser Kurs ist für jeden zugänglich. Sie haben die Möglichkeit, Ihre Gesundheit auf sanfte und ganzheitliche Weise zu verbessern.

Kursnummer: 24-2-32120
 Kursleiterin: Ginger-Georgia Streibig
 ab Montag, 9.9.2024, 16.30 – 17.30 Uhr, 10 x montags
 Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
 Kursgebühr: 53,00 € bei 10 Teilnehmenden

Kursnummer: 24-2-32121
 Kursleiterin: Ginger-Georgia Streibig
 ab Montag, 25.11.2024, 16.30 – 17.30 Uhr, 10 x montags
 Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
 Kursgebühr: 53,00 € bei 10 Teilnehmenden

Breathwork Journey

Komm mit auf Deine Atemreise und beginne einen Neubeginn für Körper, Geist und Seele allein durch Deinen Atem. Ich begleite Dich mit Musik durch diese Reise, damit Du tief bei Dir ankommst und Blockaden sich lösen können. Dein Monkeymind wird ausgeschaltet, und Du bist ganz mit Dir und Deiner Atmung verbunden. Melde Dich gleich an und sichere Dir Deinen Platz. Ich freue mich auf Dich. Weitere Informationen erhältst Du nach der Kursbuchung per WhatsApp.

Kursnummer: 24-2-32130 NEU
 Kursleiterin: Ingrun Schütze
 ab Dienstag, 1.10.2024, 19.30 – 21.00 Uhr
 Termine: 1.10., 22.10., 5.11.2024
 Schwedenbau, 3. Stock, Vortragssaal
 Kursgebühr: 48,00 € bei 6 Teilnehmenden

Pilates und Faszientraining

Pilates – Stärkung, Haltung und Balance

Entdecken Sie die Vorteile des Pilates-Trainings, das darauf abzielt, Ihre Muskulatur zu stärken, insbesondere den Beckenboden, die Bauchmuskeln und den Rücken. Durch gezieltes Training dieser Muskelgruppen verbessern Sie Ihre Körperhaltung und stabilisieren Ihre Wirbelsäule. Dies kann dazu beitragen, Rückenschmerzen zu reduzieren und das Verletzungsrisiko zu verringern. Unser Pilates-Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Körperwahrnehmung, Ihr Gleichgewicht und Ihre Koordination zu fördern. Durch bewusste Bewegungen und die Konzentration auf die Atmung werden Ihre Muskeln effektiv eingesetzt und die Bewegungen werden fließender. Egal, ob Sie bereits Pilates-Erfahrung haben oder nicht, dieser Kurs ist für alle geeignet.

Kursnummer: 24-2-33031
 Kursleiterin: Andrea Bühler
 ab Dienstag, 24.9.2024, 17.35 – 18.35 Uhr, 15 x dienstags
 Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
 Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden

Kursnummer: 24-2-33041
 Kursleiterin: Sylvia Kammerer
 ab Mittwoch, 25.9.2024, 8.10 – 9.10 Uhr, 15 x mittwochs
 Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
 Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden

Pilates Intensivtag

Pilates ist eine sanfte, aber äußerst wirkungsvolle und ganzheitliche Trainingsmethode für Körper und Geist. Dieser Intensivtag bietet Ihnen die Möglichkeit, tief in die Pilatespraxis einzutauchen. Durch Übungen im Stehen, Sitzen oder Liegen werden wir den Körper kräftigen, dehnen, tief atmen und den Geist mental stärken – alles basierend auf der Pilatesphilosophie. Wir integrieren spezielle Faszienübungen und nutzen zusätzliche Kleingeräte. Dieser Tag wird Sie stärken und mit neuer Energie erfüllen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich; jeder kann mitmachen.

Die Kursleiterin Petra Manuela Weber ist zertifizierte Pilatestrainerin, Fitness-Tanzpädagogin und Mental Coach.

Kursnummer: 24-2-33045 NEU
 Kursleiterin: Petra Manuela Weber
 am Samstag, 19.10.2024, 10.00 – 13.30 Uhr
 Schwedenbau, 3. Stock, Vortragssaal
 Kursgebühr: 45,00 € bei 10 Teilnehmenden

Pilates für Fortgeschrittene

Ziel: Kräftigung der Muskulatur und deutliche Verbesserung der Körperwahrnehmung. Reduktion von Rückenbeschwerden und Stärkung des Beckenbodens, Stressabbau und Entspannung.

Kursnummer: 24-2-33050
 Kursleiterin: Sylvia Kammerer
 ab Mittwoch, 25.9.2024, 19.05 – 20.05 Uhr, 15 x mittwochs
 Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
 Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden



Petra Manuela Weber
 vhs-Dozentin für Tanzen und Pilates

Bitte mitbringen: Getränk, Handtuch, bequeme Kleidung und Gymnastikmatte, falls vorhanden.

Pilates und Faszien – Kräftigung, Körperwahrnehmung, Beweglichkeit

Stärken Sie Ihre Muskulatur, insbesondere den Beckenboden, Bauch und Rücken, durch Pilates. Verbessern Sie Ihre Körperwahrnehmung und erhalten Sie Ihre Beweglichkeit. In unserem Kurs legen wir zudem besonderen Wert auf die Förderung und Erhaltung der Faszien (Bindegewebsstrukturen), um Ihr Wohlbefinden zu steigern. Melden Sie sich jetzt an und erleben Sie die positiven Effekte von Pilates und Faszientraining auf Ihren Körper.

Kursnummer: 24-2-33060
Kursleiterin: Sylvia Kammerer
ab Freitag, 27.9.2024, 9.20 – 10.20 Uhr, 15 x freitags
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden

Faszien-Training für Beweglichkeit und Wohlbefinden

In diesem Kurs lernen Sie Methoden kennen, um Verklebungen der Faszien zu lösen und die Beweglichkeit zu verbessern. Nackenverspannungen und Rückenschmerzen können durch verklebte Faszien entstehen. Unser Programm beinhaltet praktische Übungen und zeigt Ihnen, wie Sie Faszientraining in Ihren Alltag integrieren können. Dieser Kurs richtet sich an alle, die ihre Beweglichkeit verbessern möchten, sei es für den Alltag oder den Sport. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Kursnummer: 24-2-33090
Kursleiterin: Sylvia Kammerer
ab Donnerstag, 26.9.2024, 8.00 – 8.45 Uhr, 15 x donnerstags
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Kursgebühr: 60,00 € bei 10 Teilnehmenden

Körpererfahrung – Beweglichkeit – Workout

Fit durchs Trampolin

Das Springen auf dem Trampolin verbessert Ihre Ausdauer und stärkt Ihre Muskeln. Gleichzeitig trainieren Sie Ihren Gleichgewichtssinn, Ihre Koordinationsfähigkeit und Beweglichkeit. Dieses Training hilft Erwachsenen, sich sicherer im Alltag zu bewegen. Das Trampolinspringen ist äußerst gelenkschonend, da das Trampolin das Aufkommen der Füße abfedert, im Gegensatz zum Joggen oder Hüpfen auf hartem Untergrund. Die Kurse richten sich an Frauen und Männer, die ein motivierendes Fitnesstraining mit Musik suchen, um Kondition und Koordination zu fördern.

Kursnummer: 24-2-33400
Kursleiterin: Sylvia Kammerer
ab Mittwoch, 25.9.2024, 20.15 – 21.15 Uhr, 15 x mittwochs
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Kursgebühr: 90,00 € bei 8 Teilnehmenden

Kursnummer: 24-2-33401
Kursleiterin: Sylvia Kammerer
ab Freitag, 27.9.2024, 10.25 – 11.10 Uhr, 15 x freitags
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Kursgebühr: 67,50 € bei 8 Teilnehmenden

Fit durchs Trampolin light

Dieselben Glücksgefühle, allerdings für absolute Fitness-Anfänger, Generation 50 PLUS und alle, die es etwas leichter mögen! Hier werden die Übungen auf dem Trampolin mit viel weniger Tempo ausgeführt und auf hohe Sprünge verzichtet, damit jeder mitkommt und dabei auch viel Spaß hat.

Kursnummer: 24-2-33405
Kursleiterin: Sylvia Kammerer
ab Donnerstag, 26.9.2024, 8.50 – 9.50 Uhr, 15 x donnerstags
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Kursgebühr: 90,00 € bei 8 Teilnehmenden

Body Workout 50 PLUS das Fitness-Training für Körper und Geist

Eine prallgefüllte Stunde mit allem, was das Herz begehrt, erwartet euch: Vielfältige Bewegungsformen von anstrengend bis lustig, abwechslungsreiche Koordinationsübungen, Kraft und Stabilität von oben bis unten und natürlich kleine Ausdauerheiten zum Durchhalten! Wir sind zwar schon gesund und munter, aber es wird noch besser: Durch funktionelle Übungen für Schulter und Nacken sowie Wirbelsäule und Rumpf erhalten wir nicht nur unsere Lebensqualität – wir verbessern sie sogar noch deutlich! Schon nach wenigen Wochen verbessert sich unsere körperliche Verfassung enorm, unsere kleinen und großen Wehwechen werden spürbar weniger!

Kursnummer: 24-2-34030
Kursleiter: Jürgen Frey
ab Dienstag, 24.9.2024, 10.15 – 11.15 Uhr, 15 x dienstags
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden

Fit in den Morgen

Dieses Training kombiniert verschiedene Elemente, um Ihnen ein umfassendes Workout zu bieten. Ob mit Geräten oder nur mit dem eigenen Körpergewicht – hier kommen alle auf ihre Kosten. Begleitet von fetziger Musik, sorgt dieser Kurs für Spaß, Power und gute Laune, damit Sie bestens vorbereitet in den Tag starten können. Dieser Kurs ist für alle geeignet, die sich morgens fit und energiegeladen fühlen möchten – unabhängig von Alter und Fitnesslevel. Anfänger sind genauso willkommen wie Fortgeschrittene.

Kursnummer: 24-2-34040
Kursleiterin: Sylvia Kammerer
ab Mittwoch, 25.9.2024, 9.15 – 10.15 Uhr, 15 x mittwochs
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden

NEU

Fitness und Gesundheit für Körper und Geist

In diesem Kurs vereinen wir spielerisches Gehirntraining mit sportlichem Koordinationstraining zu einem großen Gesundheits-Gesamtpaket für unseren Körper und Geist! Abwechslungsreiche und kreative Übungen aus der großen Welt des Gehirnjoggings treffen auf vielfältige und ganzheitliche Bewegungsübungen für das Zusammenspiel von Gehirn und Muskulatur.

Wir verbessern nicht nur die Leistungsfähigkeit unserer kleinen grauen Zellen sondern unseres gesamten Bewegungsapparates und haben viel Spaß beim Lösen von kleinen bis großen Aufgaben. Mit im Spiel sind Tennisbälle, Gyrotwister und Koordinationsleiter etc. sowie viele kleine Spiele aus der großen Welt des Gehirnjoggings! Schwierigkeitslevel: mittel

Kursnummer: 24-2-34050
Kursleiterin: Jürgen Frey
ab Samstag, 9.11.2024, 11.00 – 12.00 Uhr, 5 x samstags
Schwedenbau, 3. Stock, Vortragssaal
Kursgebühr: 30,00 € bei 6 Teilnehmenden

NEU

Bodyweight Training

Bodyweight ist ein gezieltes und effektives Training für den ganzen Körper und für alle geeignet. Dieser Kurs verbessert deine allgemeine Fitness durch eine Kombination aus Kräftigung und Stabilisation des Körpers durch funktionelle Bewegungen mit dem eigenen Körpergewicht zu motivierender Musik.

Kursnummer: 24-2-34090
Kursleiterin: Yvonne Gomez Ramirez
ab Donnerstag, 26.9.2024, 18.30 – 19.30 Uhr, 15 x donnerstags
Lindenhof, Turnhalle
Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden

Zumba®

Zumba-Fitness, das sind sportliche Moves und Tanzelemente zu Salsa, Merengue und Jazzdance-Rhythmen. Im Gegensatz zu anderen Workouts und Fitnesskursen, sollen die Bewegungen beim Zumba keinen starren Bewegungsmustern folgen, sondern wie von allein aus Deinem Körper „fließen“. So soll jeder unabhängig von seinem persönlichen Leistungsstand direkt mit Zumba starten können und am Ende mit einem fittem und athletischen Körper belohnt werden.

Kursnummer: 24-2-35010
Kursleiterin: Saskia Fitschulke-Leucht
ab Mittwoch, 25.9.2024, 17.30 – 18.30 Uhr, 15 x mittwochs
Schwedenbau, 3. Stock, Vortragssaal
Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden

NEU

Abmeldungen sind nur über das vhs-Büro möglich!

STRONG Nation®

Musik ist die ultimative Antriebskraft. Sie bringt Dich durch Dein Workout, bis zur letzten Wiederholung und vielleicht sogar noch einen Schritt weiter. Mit dem Wissen darüber, wie effektiv Musik bei einem Workout sein kann, haben wir uns gefragt: Was wäre wenn wir die Bewegungen bei einem hochintensiven Workout genau mit den Beats abstimmen würden? Die Bewegung im Gleichklang mit der Musik bringt Dich dazu, immer weiter über Deine Grenzen hinauszugehen und hilft Dir dabei, Deine Ziele schneller zu erreichen. Mach mit und feel the beat!

Kursnummer: 24-2-35020
Kursleiterin: Saskia Fitschulke-Leucht
ab Mittwoch, 25.9.2024, 18.40 – 19.40 Uhr, 15 x mittwochs
Schwedenbau, 3. Stock, Vortragssaal
Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden

NEU

Dance Fitness

Dieser Kurs bietet eine einzigartige Mischung aus verschiedenen Tanzstilen und Fitnessselementen – von Salsa bis Hip-Hop. Erleben Sie feurige Tanzschritte zu pulsierenden lateinamerikanischen und internationalen Rhythmen. In unserem Dance Fitness-Kurs verbinden wir tänzerische Leidenschaft mit effektivem Ausdauer-, Koordinations- und Beweglichkeitstraining. Jede Stunde ist voller Energie, Spaß und positiver Vibes. Gleichzeitig verbessern Sie Ihre körperliche Fitness, stärken Ihre Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit. Das Beste ist: Die Teilnahme am Dance Fitness-Kurs ist unabhängig vom Fitness-Niveau und Alter. Es spielt keine Rolle, ob Sie tanzerfahren sind oder zum ersten Mal auf der Tanzfläche stehen. Jeder ist herzlich willkommen!

Kursnummer: 24-2-35030
Kursleiterin: Yvonne Gomez Ramirez
ab Donnerstag, 26.9.2024, 19.35 – 20.35 Uhr, 15 x donnerstags
Lindenhof, Turnhalle
Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden

Vorbeugen – Stabilisieren – Stärken

Workshop Rückenfit und Entspannung – für einen gesunden und gestärkten Rücken

Unser Workshop Rückenfit und Entspannung bietet Ihnen die Möglichkeit, Verspannungen zu lösen, den Rumpf zu kräftigen und gleichzeitig eine ganzheitliche Entspannung zu erleben. Bitte beachten Sie, dass dieser Workshop als Prävention und nicht als Therapie dient. In unserem Workshop konzentrieren wir uns auf Mobilisation, Kräftigung und Dehnung rund um die Wirbelsäule. Durch gezielte Übungen werden Verspannungen gelöst und Ihr Rumpf gestärkt. Sie lernen, wie Sie Ihren Rücken im Alltag schonen und kräftigen können. Nach dem Rückentraining geht der Workshop in eine Phase der ganzheitlichen Entspannung über. Hier haben Sie die Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen und Körper und Geist zu entspannen. Dieser Teil des Workshops bietet Ihnen eine wohltuende Auszeit vom stressigen Alltag. Der Workshop richtet sich an alle, die sich etwas Gutes tun möchten, unter Verspannungen leiden und einen Ausgleich suchen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Jeder ist herzlich willkommen!

Kursnummer: 24-2-36000
Kursleiterin: Rebecca Lehmann
am Sonntag, 27.10.2024, 9.30 – 11.30 Uhr
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Kursgebühr: 15,00 €

Kursnummer: 24-2-36002
Kursleiterin: Rebecca Lehmann
am Samstag, 16.11.2024, 9.30 – 11.30 Uhr
Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1
Kursgebühr: 15,00 €

Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung

Oft nehmen wir unseren Körper erst wahr, wenn er sich schmerzhaft meldet. Die Methode „Feldenkrais“ ist ein leicht erlernbarer Weg, unseren Körper bewusster wahrzunehmen. Dabei wird mit sanften, einfachen Bewegungen gearbeitet. Dies führt zu Entspannung und Wohlbefinden und wirkt in alle Lebensbereiche hinein. Man wird beweglicher, geistig lebendiger und sowohl körperliches als auch seelisches Selbstvertrauen können wachsen.

Kursnummer: 24-2-36005
Kursleiterin: Cornelia Mosbacher
ab Mittwoch, 25.9.2024, 17.30 – 18.30 Uhr, 15 x mittwochs
Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1
Kursgebühr: 80,00 € bei 10 Teilnehmenden



Ute Knauer

vhs-Dozentin für Präventiv-Gymnastik

Präventive Gymnastik für Bandscheiben- und Ischiasgeschädigte

Der Kurs bietet spezielle Übungen zur Stabilisierung und Stärkung Ihres Rückens. Er richtet sich an Personen mit Bandscheiben- und Ischiasproblemen, die ihre Rückengesundheit verbessern möchten. Der Kurs ist sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene geeignet und erfordert keine Vorkenntnisse.

Kursnummer: 24-2-36010
Kursleiterin: Ute Knauer
ab Montag, 16.9.2024, 18.30 – 19.30 Uhr, 15 x montags
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden

Hüft- und Knieschule am Nachmittag

Unser Kurs richtet sich an alle, die ihre Hüft- oder Kniegelenke stärken, die Muskulatur erhalten, die Beweglichkeit verbessern und die Koordination schulen möchten. Ziel ist es, die Muskelkraft und -ausdauer zu erhalten, die Beweglichkeit der Gelenke zu steigern sowie Gleichgewicht, Haltung und Gang zu verbessern. Durch gezielte Übungen werden die Muskulatur gestärkt, die Beweglichkeit erhöht und die Gelenke geschützt. Unsere erfahrene Kursleiterin zeigt Ihnen die richtige Ausführung der Übungen und gibt wertvolle Tipps. Der Kurs ist für Menschen jeden Alters und Fitnesslevels geeignet und erfordert keine Vorkenntnisse.

Kursnummer: 24-2-36020
Kursleiterin: Gabriele Kutz
ab Montag, 23.9.2024, 14.00 – 15.00 Uhr, 15 x montags
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden

Bewegung und Sport für gesunde Atemwege

Der Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Atemwege zu stärken, mehr Belastbarkeit zu erlangen und das Vertrauen in Ihre eigenen Fähigkeiten zu steigern. Durch gezielte Übungen und Haltungen aus der funktionellen Gymnastik, dem Rehasport und dem Yoga erlernen wir gemeinsam das bewusste Atmen und trainieren Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Schnelligkeit.

Kursnummer: 24-2-36025
Kursleiterin: Ginger-Georgia Streibig
ab Montag, 9.9.2024, 15.15 – 16.15 Uhr, 10 x montags
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Kursgebühr: 53,00 € bei 10 Teilnehmenden

Kursnummer: 24-2-36026
Kursleiterin: Ginger-Georgia Streibig
ab Montag, 25.11.2024, 15.15 – 16.15 Uhr, 10 x montags
Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
Kursgebühr: 53,00 € bei 10 Teilnehmenden

Bitte beachten Sie, dass wir unser Programm kontinuierlich erweitern und aktualisieren. Zusätzliche Angebote, die zum Zeitpunkt des Drucks noch nicht feststanden, finden Sie online auf unserer Homepage. Ein regelmäßiger Besuch unter www.vhs-oberndorf.de lohnt sich!

Bitte mitbringen: Getränk, Handtuch, bequeme Kleidung und Gymnastikmatte, falls vorhanden.

Gymnastik für die Wirbelsäule

Der Kurs bietet Ihnen eine ganzheitliche Gymnastik, die auf die Kräftigung, Dehnung und Koordination des Körpers abzielt. Durch gezielte Bewegungsabläufe und Übungen werden Ihre Muskeln gestärkt, Ihre Wirbelsäule gedehnt und Ihre Körperhaltung verbessert. Im Mittelpunkt des Kurses stehen Koordinationstraining und haltungsschulende Bewegungsabläufe, die dazu beitragen, Ihre Wirbelsäule zu entlasten und ihre Flexibilität zu erhöhen.

Kursnummer: 24-2-36030
 Kursleiterin: Gabriele Kutz
 ab Dienstag, 24.9.2024, 8.45 – 9.45 Uhr, 15 x dienstags
 Lindenhof, Turnhalle
 Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden

Kursnummer: 24-2-36060
 Kursleiterin: Sylvia Kammerer
 ab Freitag, 27.9.2024, 8.10 – 9.10 Uhr, 15 x freitags
 Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
 Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden

Wirbelsäulengymnastik mit Faszientraining und Koordinationsübungen

Der Kurs bietet Ihnen eine ganzheitliche Gymnastik, die auf die Kräftigung, Dehnung und Koordination des Körpers abzielt. Durch gezielte Bewegungsabläufe und Übungen werden Ihre Muskeln gestärkt, Ihre Wirbelsäule gedehnt und Ihre Körperhaltung verbessert. Im Mittelpunkt des Kurses stehen Koordinationstraining und haltungsschulende Bewegungsabläufe, die dazu beitragen, Ihre Wirbelsäule zu entlasten und ihre Flexibilität zu erhöhen. Zusätzlich werden Elemente des Faszientrainings und Koordinationsübungen in die Übungseinheiten integriert.

Kursnummer: 24-2-36040
 Kursleiterin: Andrea Bühler
 ab Dienstag, 24.9.2024, 16.30 – 17.30 Uhr, 15 x dienstags
 Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
 Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden

Kursnummer: 24-2-36050
 Kursleiterin: Andrea Bühler
 ab Dienstag, 24.9.2024, 18.40 – 19.40 Uhr, 15 x dienstags
 Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
 Kursgebühr: 79,00 € bei 10 Teilnehmenden

Rehasport

Bewegung ist in – Ambulante Herzgruppen in Oberndorf a. N. Kardiologische Rehabilitation, Stufe 3

Teilnahmevoraussetzungen: Einverständnis des Hausarztes und aktueller Untersuchungsbericht des betreuenden Kardiologen oder aktueller Krankenhaus- bzw. Nachsorgeklinikentlassungsbericht mit aktuellem Medikamentenplan. Vor aktiver Teilnahme Kopien dieser Berichte zusammen mit einem von der Krankenkasse genehmigten Rezept über Teilnahme an Herzgruppen in einem verschlossenen Umschlag bei den Übungsleitern oder im vhs-Büro abgegeben. Teilnahmebeginn nach Absprache jederzeit möglich. Ausführliche Informationen bei den betreuenden Fachärzten: Herr Dr. Erich Landenberger, Internist und Frau Dr. Susanne Kappler-Danner, Allgemeinärztin.

Kursnummer: 24-2-36070
 Kursleiter: Thilo Wössner
 ab Montag, 9.9.2024, 9.30 – 11.00 Uhr, montags,
 außer in den gesetzlichen Schulferien
 Altoberndorf, Turnhalle
 Mit ärztlicher Verordnung Abrechnung über die Krankenkassen.

Ambulanter Reha-Lungensport

Ziel ist die Verbesserung der Lebensqualität der Betroffenen von Atemwegserkrankungen wie COPD-Krankheitsbilder, Asthma bronchiale, Lungenfibrosen und neu Covid-19. Neben gesundheitlicher Fitness stehen auch gesellschaftliches Miteinander, gegenseitige Unterstützung und Austausch der Teilnehmenden im Mittelpunkt.

Kursnummer: 24-2-36075
 Kursleiter: Thilo Wössner
 ab Montag, 9.9.2024, 8.30 – 9.30 Uhr, montags,
 außer in den gesetzlichen Schulferien
 Altoberndorf, Turnhalle
 Mit ärztlicher Verordnung Abrechnung über die Krankenkassen.

Kursnummer: 24-2-36076
 Kursleiter: Thilo Wössner
 ab Montag, 9.9.2024, 11.00 – 12.00 Uhr, montags,
 außer in den gesetzlichen Schulferien
 Altoberndorf, Turnhalle
 Mit ärztlicher Verordnung Abrechnung über die Krankenkassen.

Rehasport Orthopädische Gymnastik

Das Angebot kommt grundsätzlich für alle Menschen mit drohender Einschränkung sowie für chronische Kranke in Frage. Unser Rehasport-Kurs bietet die Möglichkeit, gemeinsam mit anderen durch Gymnastik die Bewegungsfähigkeit wieder herzustellen. Ziel ist es, Ausdauer, Koordination und Flexibilität zu verbessern und den Verlauf zur Gesundung positiv zu beeinflussen. Rehasport ist Hilfe zur Selbsthilfe.

Kursnummer: 24-2-36079
 Kursleiterin: Ginger-Georgia Streibig
 ab Montag, 9.9.2024, 14.00 – 15.00 Uhr, montags,
 außer in den gesetzlichen Schulferien
 Schwedenbau, 3. Stock, Vortragssaal
 Mit ärztlicher Verordnung Abrechnung über die Krankenkassen.

Kursnummer: 24-2-36080
 Kursleiterin: Ginger-Georgia Streibig
 ab Mittwoch, 11.9.2024, 14.30 – 15.30 Uhr, mittwochs,
 außer in den gesetzlichen Schulferien
 Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
 Mit ärztlicher Verordnung Abrechnung über die Krankenkassen.

Kursnummer: 24-2-36090
 Kursleiterin: Ginger-Georgia Streibig
 ab Mittwoch, 11.9.2024, 15.45 – 16.45 Uhr, mittwochs,
 außer in den gesetzlichen Schulferien
 Schwedenbau, 1. Stock, Gymnastikraum
 Mit ärztlicher Verordnung Abrechnung über die Krankenkassen.

Bewegung im Wasser

Aqua-Fitness für Frauen

Aquafitness ist ein effektives und gesundheitsorientiertes Ganzkörpertraining, das Ihnen die Möglichkeit bietet, Ihren Körper schonend und effizient zu trainieren. Durch den Wasserauftrieb werden Gelenke, Sehnen und der Rücken geschont, wodurch sich Aquafitness besonders gut für Menschen mit sensiblen Gelenken oder Rückenproblemen eignet. In unserem Kurs werden Sie mit abwechslungsreichen Gymnastikübungen im Wasser Ihre Wirbelsäule und Gelenke sanft mobilisieren und zu mehr Beweglichkeit führen.

Kursnummer: 24-2-37020
 Kursleiterin: Gabriele Kutz
 ab Freitag, 11.10.2024, 9.45 – 10.30 Uhr, 15 x freitags
 Verbundschule, Gebäude A, Lehrschwimmbecken
 Kursgebühr: 75,00 € bei 8 Teilnehmenden

Kursnummer: 24-2-37021
 Kursleiterin: Gabriele Kutz
 ab Freitag, 11.10.2024, 10.30 – 11.15 Uhr, 15 x freitags
 Verbundschule, Gebäude A, Lehrschwimmbecken
 Kursgebühr: 75,00 € bei 8 Teilnehmenden

Beweglich bleiben mit Wassergymnastik

Der Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, durch gezielte Gymnastikübungen im Wasser Ihre Wirbelsäule und Gelenke auf schonende Weise zu mobilisieren und Ihre Beweglichkeit zu verbessern. Durch den Auftrieb des Wassers werden Belastungen auf Gelenke, Sehnen und den Rücken reduziert, was Wassergymnastik zu einer besonders schonenden Trainingsform macht. Die Gymnastikübungen im Wasser ermöglichen es Ihnen, Ihre Wirbelsäule und Gelenke sanft zu bewegen und die Beweglichkeit zu steigern, ohne dabei übermäßige Belastungen zu erfahren. Dieser Kurs ist auch für Nichtschwimmerinnen und Nichtschwimmer geeignet. Eine eventuelle Ermäßigung gilt nicht auf Eintritt (55,80 €).

Kursnummer: 24-2-37030
 Kursleiterin: Ute Knauer
 ab Mittwoch, 18.9.2024, 19.15 – 20.15 Uhr, 15 x mittwochs
 Bösing, Lehrschwimmbecken
 Kursgebühr inkl. Eintritt: 134,80 € bei 10 Teilnehmenden

Abmeldungen sind nur über das vhs-Büro möglich!

Babyschwimmen (6 Wochen bis Stehalter)

Im Mittelpunkt steht die Freude am gemeinsamen Wasser-Erleben. Wichtig: 15 Minuten früher kommen zum Umziehen!
Bitte mitbringen: Maxi-Cosi, im Wasser: Frottee- oder Windelhöschen ohne Windeln, 2 Badetücher, Windel und warme Kleidung für danach.

Für Babys im Alter von 6 Wochen bis Stehalter

Kursnummer: 24-2-37105
Kursleiterin: Ingrun Schütze
ab Dienstag, 24.9.2024, 10.30 – 10.30 Uhr, 10 x dienstags
Verbundschule, Gebäude A, Lehrschwimmbecken
Kursgebühr: 85,00 € bei 6 Teilnehmenden



Für Kleinkinder von Stehalter bis 2 Jahre

Kursnummer: 24-2-37106
Kursleiterin: Ingrun Schütze
ab Dienstag, 24.9.2024, 10.35 – 11.05 Uhr, 10 x dienstags
Verbundschule, Gebäude A, Lehrschwimmbecken
Kursgebühr: 85,00 € bei 6 Teilnehmenden



Kochen und Genießen

**Bitte zu allen Kochkursen mitbringen:
Schreibzeug, Schürze, Geschirrtuch, Getränk und Behältnisse.**

Regionale und saisonale Küche im Winter

Wir bereiten frische Salate aus winterlichen Gemüsesorten wie Rote Beete und Wirsing zu, alles in roher Form. Kohlgerichte werden auf kreative und schmackhafte Weise interpretiert – von Carpaccio bis Auf-lauf. Die Zutaten werden vor Ort extra abgerechnet (ca. 8 €).

Kursnummer: 24-2-39020
Kursleiterin: Rosemari Gottwald-Müller
am Samstag, 28.9.2024, 10.30 – 14.00 Uhr
Verbundschule, Gebäude B, Küche
Kursgebühr: 23,00 €



Ob gelb, grün, rot oder braun – Linsen: Der Eiweißlieferant und Trendfood

Entdecken Sie die Vielfalt der Linsen! Wir verarbeiten nicht nur die bekannten braunen Linsen, sondern auch viele andere Sorten. Gemeinsam bereiten wir Gerichte wie Linsenküchle, Linsencurrys und verschiedene Linsensuppen zu. Lassen Sie sich überraschen, was diese kleinen Hülsenfrüchte alles können. Die Lebensmittelkosten (ca. 8 €) sind direkt bei der Kursleiterin zu entrichten.

Kursnummer: 24-2-39030
Kursleiterin: Rosemari Gottwald-Müller
am Samstag, 16.11.2024, 10.30 – 14.00 Uhr
Verbundschule, Gebäude B, Küche
Kursgebühr: 23,00 €



Handgemachte Eierpasta – Gefüllt oder nicht gefüllt, das ist hier die Frage

Entdecken Sie die Geheimnisse der Tagliatelle, Tortellini, Pappardelle und Agnoletti, die alle aus einem Grundteig aus Mehl und frischen Eiern bestehen. Gemeinsam werden Sie lernen, wie man den Teig richtig mischt, knetet und ausrollt. Dabei werden Sie verschiedene Formen von gefüllter und nicht gefüllter Pasta kennenlernen. Zusätzlich werden unterschiedliche Füllungen ausprobiert, um die Geschmacksvielfalt zu erkunden. Mein Kursziel ist es, Ihnen das Handwerkszeug mitzugeben, damit Sie zuhause Ihre eigene Pasta herstellen können. Aus Verträglichkeitsgründen verwenden wir bei der Herstellung Dinkelprodukte. Die Zutaten werden vor Ort extra abgerechnet.

Kursnummer: 24-2-39035
Kursleiter: Jan Märländer
am Freitag, 25.10.2024, 18.00 – 21.00 Uhr
Verbundschule, Gebäude B, Küche
Kursgebühr: 20,00 €

Die Vielfalt der Gnocchi – nicht nur aus Kartoffeln

Entdecken Sie die faszinierende Welt der Gnocchi. Egal, ob Sie Gnocchi nur aus dem Restaurant oder dem Supermarkt kennen – wir werden gemeinsam die Geheimnisse ihrer Herstellung erkunden. Lernen Sie, wie man den perfekten Teig für Gnocchi knetet und diese in verschiedenen Formen gestaltet. Freuen Sie sich auf eine genussvolle Verkostung der frisch zubereiteten Gnocchi. Mein Ziel für diesen Abend ist

es, Ihnen zu zeigen, dass selbstgemachte Gnocchi keine Herausforderung sind und Sie sie ganz einfach zuhause zubereiten können. Lassen Sie sich überraschen aus welchen Zutaten man alles Gnocchi herstellen kann. Die Zutaten werden vor Ort extra abgerechnet.

Kursnummer: 24-2-39036
Kursleiter: Jan Märländer
am Freitag, 8.11.2024, 18.00 – 21.00 Uhr
Verbundschule, Gebäude B, Küche
Kursgebühr: 20,00 €

Handgemachte Pasta aus Wasser und Grieß

Wussten Sie, dass Sie nur mit Wasser und Grieß, wahlweise auch mit Mehl oder Dunst, eine große Vielfalt von Nudelformen herstellen können? Gemeinsam werden Sie lernen, wie man einen Teig mit der richtigen Konsistenz mischt und knetet. Anhand Ihres fertigen Teiges lernen Sie dann, welche Vielfalt an Formen Sie daraus herstellen können. Am Ende des Kurses werden Sie mit dem nötigen Handwerkszeug ausgestattet sein, um zuhause eine Vielzahl an leckeren Pastaformen zuzubereiten. Aus Verträglichkeitsgründen verwenden wir bei der Herstellung Dinkelprodukte. Die Zutaten werden vor Ort extra abgerechnet.

Kursnummer: 24-2-39038
Kursleiter: Jan Märländer
am Freitag, 22.11.2024, 18.00 – 21.00 Uhr
Verbundschule, Gebäude B, Küche
Kursgebühr: 20,00 € bei 6 Teilnehmenden

Vegetarisch kochen (3)

Entdecken Sie interessante vegetarische Gerichte, von herzhaften Küchlein bis hin zu raffinierten Rouladen – alles ist möglich. Probieren Sie unbekannte Salate und vegetarische Carpaccio-Varianten. Die Zutaten werden vor Ort extra abgerechnet.

Kursnummer: 24-2-39061
Kursleiterin: Rosemari Gottwald-Müller
am Samstag, 25.1.2025, 10.30 – 14.00 Uhr
Verbundschule, Gebäude B, Küche
Kursgebühr: 23,00 €

Eisenlieferant Hirse: kleines Korn ganz groß

Eisen fehlt uns, dann haben wir eine Lösung: Rezepte mit Hirse, die uns das fehlende Eisen liefert. Die Zutaten werden vor Ort extra berechnet (ca. 8 €).

Kursnummer: 24-2-39200
Kursleiterin: Rosemari Gottwald-Müller
am Samstag, 18.1.2025, 10.30 – 14.00 Uhr
Verbundschule, Gebäude B, Küche
Kursgebühr: 23,00 €

Weihnachtsbäckerei für Kinder ab 8 Jahren

Wer liebt sie nicht die Weihnachtsplätzchen, oder Weihnachtsleckerleien. Wir machen Vanillekipferl, Taler, Dattel – Puffreis – Schnitten und vieles mehr.

Die Zutaten werden vor Ort extra berechnet (ca. 6 €).

Kursnummer: 24-2-39500
Kursleiterin: Rosemari Gottwald-Müller
am Samstag, 23.11.2024, 10.30 – 14.00 Uhr
Verbundschule, Gebäude B, Küche
Kursgebühr: 20,00 €



Deutsch lernen bei der vhs!

Jeder Integrationskurs besteht aus einem Sprachkurs und einem Orientierungskurs. Der allgemeine Integrationskurs dauert 700 Unterrichtseinheiten (UE) und der Integrationskurs mit Alphabetisierung 1.000 UE.

Der Sprachkurs

Der Sprachkurs ist Teil des Integrationskurses. Er dauert im allgemeinen Integrationskurs insgesamt 600 UE (6 Module á 100 UE) und im Integrationskurs mit Alphabetisierung 900 UE (9 Module á 100 UE). Im Sprachkurs werden wichtige Themen aus dem alltäglichen Leben behandelt, zum Beispiel:

- Arbeit und Beruf
- Aus- und Weiterbildung
- Betreuung und Erziehung von Kindern
- Einkaufen/Handel/Konsum
- Freizeit und soziale Kontakte
- Gesundheit und Hygiene/menschlicher Körper
- Medien und Mediennutzung
- Wohnen.

Außerdem lernen Sie, auf Deutsch Briefe und E-Mails zu schreiben, Formulare auszufüllen, zu telefonieren oder sich auf eine Arbeitsstelle zu bewerben.

Der Sprachkurs schließt mit der Prüfung „Deutsch-Test für Zuwanderer A2/B1“ (DTZ) ab.

Der Orientierungskurs

Im Anschluss an den Sprachkurs besuchen Sie den Orientierungskurs. Er umfasst 100 Unterrichtseinheiten (UE).

Im Orientierungskurs sprechen Sie zum Beispiel über:

- die deutsche Rechtsordnung, Geschichte und Kultur
- Rechte und Pflichten in Deutschland
- Formen des Zusammenlebens in der Gesellschaft
- Werte, die in Deutschland wichtig sind, zum Beispiel Religionsfreiheit, Toleranz und Gleichberechtigung von Frauen und Männern.

Den Orientierungskurs schließen Sie mit dem Abschlusstest „Leben in Deutschland“ ab.

Was Sie sonst noch wissen sollten

Es gibt Vollzeit- und Teilzeitkurse. Grundsätzlich wird der Integrationskurs in Vollzeit besucht.

Ein Teilzeitkurs bietet sich in Ausnahmefällen an, beispielsweise wenn Sie berufstätig sind. Möglich sind dann auch Nachmittags- und Abendkurse.

Vor Beginn des Integrationskurses führt der Kursträger einen Einstufungstest durch. Das Ergebnis hilft ihm, zu entscheiden, mit welchem Kursabschnitt Sie beginnen sollten und ob ein spezieller Integrationskurs sinnvoll wäre.

Wenn Sie immer ordnungsgemäß am Unterricht teilgenommen, das volle Stundenkontingent des Integrationskurses ausgeschöpft, aber in der Sprachprüfung des Abschlusstests das Sprachniveau B1 nicht erreicht haben, können Sie einen Antrag auf einmalige Wiederholung von 300 Unterrichtseinheiten stellen. Sie können dann auch noch einmal kostenlos an der Sprachprüfung teilnehmen.

Kosten

Der Integrationskurs kostet pro Modul 458,00 € (100 UE x 4,58 €/UE).

Mit der Zulassung zum Integrationskurs über das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) übernimmt das BAMF 50% der Kosten. Das bedeutet für Sie, dass Ihr Eigenanteil 229,00 € pro Modul (100 UE x 2,29 €/UE) beträgt. Kostenbefreiungsanträge können bei Wohngeldbezug, bei Bezug von Arbeitslosengeld oder Bürgergeld gestellt werden.

Wenn Sie innerhalb von zwei Jahren nach Zulassung B1 und den Test „Leben in Deutschland“ erfolgreich bestanden haben, können Sie einen Antrag auf „Rückerstattung Kostenbeitrag“ stellen und erhalten von 50% Ihres Eigenanteils vom BAMF zurück.

Kunden des Jobcenters haben eine Verpflichtung zum Sprachkurs und sind damit kostenbefreit. Auf Antrag erhalten kostenbefreite Teilnehmende mit einem Fußweg über 3 km einen Fahrtkostenzuschuss.

Kursübersicht

Integrationskurs mit Alphabetisierung

Modul 1 ab 17.2.2025, 8.00 – 12.00 Uhr, Oberndorf a. N.

Wiederholerkurs Alpha

I69 (A2.2) ab 2.10.2024, 8.00 – 12.00 Uhr, Oberndorf a. N.

I69 (B1.2) ab 15.11.2024, 8.00 – 12.00 Uhr, Oberndorf a. N.

Allgemeiner Integrationskurs

Modul 1 (A1.1)

I86 ab 2.12.2024, 8.15 – 12.15 Uhr, Oberndorf a. N.

I93 ab 7.1.2025, 12.30 – 15.45 Uhr, Oberndorf a. N.

I89 ab 20.1.2025, 8.00 – 12.00 Uhr, Oberndorf a. N.

I92 ab 17.2.2025, 8.00 – 12.00 Uhr, Sulz a. N.

Modul 2 (A1.2)

I86 ab 21.1.2025, 8.15 – 12.15 Uhr, Oberndorf a. N.

I93 ab 19.2.2025, 12.30 – 15.45 Uhr, Oberndorf a. N.

Modul 3 (A2.1)

I86 ab 25.2.2025, 8.15 – 12.15 Uhr, Oberndorf a. N.

Modul 4 (A2.2)

I87 ab 27.9.2024, 8.00 – 12.00 Uhr, Sulz a. N.

I88 ab 7.10.2024, 8.00 – 12.00 Uhr, Oberndorf a. N.

Modul 5 (B1.1)

I85 ab 2.10.2024, 8.00 – 12.00 Uhr, Oberndorf a. N.

I87 ab 5.11.2024, 8.00 – 12.00 Uhr, Sulz a. N.

I88 ab 18.11.2024, 8.00 – 12.00 Uhr, Oberndorf a. N.

Modul 6 (B1.2)

I82M6 ab 16.9.2024, 8.15 – 12.15 Uhr, Oberndorf a. N.

I85M6 ab 8.11.2024, 8.00 – 12.00 Uhr, Oberndorf a. N.

I87M6 ab 3.12.2024, 8.00 – 12.00 Uhr, Sulz a. N.

I88M6 ab 14.1.2025, 8.00 – 12.00 Uhr, Oberndorf a. N.

Orientierungskurs

I84 ab 16.10.2024, 12.30 – 16.30 Uhr, Oberndorf a. N.

I82 ab 21.10.2024, 8.15 – 12.15 Uhr, Oberndorf a. N.

I85 ab 6.12.2024, 8.00 – 12.00 Uhr, Oberndorf a. N.

I69 ab 20.12.2024, 8.00 – 12.00 Uhr, Oberndorf a. N.

I87 ab 15.1.2025, 8.00 – 12.00 Uhr, Sulz a. N.

I88 ab 17.2.2025, 8.00 – 12.00 Uhr, Oberndorf a. N.

Deutschtest für Zuwanderer A2/B1

I82PR ab 18.10.2024, 10.00 – 18.30 Uhr

I84PR ab 18.10.2024, 10.00 – 18.30 Uhr

I85PR am 13.12.2024, 10.00 – 18.30 Uhr

I69PR ab 17.1.2025, 10.00 – 18.30 Uhr

I87PR ab 17.1.2025, 10.00 – 18.30 Uhr

I88PR ab 14.2.2025, 10.00 – 18.30 Uhr

Test „Leben in Deutschland“

I69 ab 14.2.2025, 9.30 – 10.30 Uhr

I82 ab 29.11.2024, 9.30 – 10.30 Uhr

I84 ab 13.12.2024, 9.30 – 10.30 Uhr

I87 ab 14.02.2025, 9.30 – 10.30 Uhr

I85 ab 24.01.2025, 9.30 – 10.30 Uhr

Anmeldungen müssen grundsätzlich persönlich über das Büro der vhs erfolgen.

Kleingruppenregelung vhs-Sprachschule

Termine	16/32 UE	15/30 UE	12/24 UE	10/20 UE
Teilnehmende				
ab 11	102,50	96,00	77,00	64,00
10 (Standard)	112,00	105,00	84,00	70,00
7 – 9	132,00	124,00	99,00	82,50
5 – 6	156,00	146,25	117,00	97,50
4	232,00	217,50	174,00	145,00

Die Kursgebühr (EUR) wird am dritten Kurstermin verbindlich festgelegt. Danach werden keine Änderungen mehr vorgenommen.

Abmeldungen sind nur über das vhs-Büro möglich!

Chinesisch



Chinesisch (A1.1) für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Interessieren Sie sich für das bevölkerungsreichste Land der Welt? Haben Sie schon immer eine Neugier für die chinesische Sprache und Kultur verspürt? In diesem Online-Kurs können Sie bequem und sicher von zu Hause aus lernen und dennoch mit anderen in Austausch treten. Der Kurs vermittelt nicht nur grundlegende Kenntnisse der chinesischen Sprache und den Aufbau der Schriftzeichen, sondern auch landeskundliche und kulturelle Hintergründe. Kommen Sie mit auf eine kleine Reise nach China! Die Dozentin stellt Ihnen das Lernmaterial zur Verfügung.

Kursnummer: 24-2-4C010

Kursleiterin: Hongli Yang

ab Mittwoch, 9.10.2024, 17.00 – 18.30 Uhr, 10 x mittwochs

Online über Zoom

Kursgebühr: 80,00 €



Deutsch als Fremdsprache



Deutsch als Fremdsprache

Sie möchten Deutsch lernen, haben aber nur wenig Zeit, weil Sie berufstätig sind oder sich tagsüber um die Kinder kümmern? Unser Deutschkurs richtet sich an alle, die aus Zeitgründen nicht am Integrationskurs teilnehmen können. Im Mittelpunkt stehen die Themen Familie, Alltag, Arbeitswelt. Fernziel ist es, eine selbstständige Sprachverwendung zu erreichen.

Deutsch – A1.1 – Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

Lehrwerk: Pluspunkt Deutsch - Leben in Deutschland A1, Lektion 5, Cornelsen Verlag

Kursnummer: 24-2-4D005

Kursleiter: Thomas Jurtzik

ab Mittwoch, 25.9.2024, 18.00 – 19.30 Uhr, 16 x mittwochs

Gymnasium, Raum 158

Kursgebühr: 112,00 € bei 10 Teilnehmenden

Deutsch – A1.2 – Anfänger mit leichten Vorkenntnissen

Lehrwerk: Berliner Platz Neu, Band 1, Lektion 6, Klett-Verlag

Kursnummer: 24-2-4D010

Kursleiter: Andreas Hörnig

ab Mittwoch, 25.9.2024, 18.00 – 19.30 Uhr, 16 x mittwochs

Gymnasium, Raum 160

Kursgebühr: 112,00 € bei 10 Teilnehmenden

Deutsch – nach Feierabend Niveau A2/B1.1

Lehrwerk: Berliner Platz Neu, Band 3, Lektion 1, Klett-Langenscheidt Verlag

Kursnummer: 24-2-4D030

Kursleiter: Andreas Hörnig

ab Mittwoch, 25.9.2024, 19.30 – 21.00 Uhr, 16 x mittwochs

Gymnasium, Raum 160

Kursgebühr: 112,00 € bei 10 Teilnehmenden

Englisch



Englisch A1.1 – Anfänger mit leichten Vorkenntnissen

Sie haben sehr geringe oder geringe Englischkenntnisse? Sie möchten Ihre verschütteten Kenntnisse wieder aktivieren? Los geht's. In diesem Kurs lernen oder wiederholen Sie die Grundlagen der englischen Sprache. Wir legen von Anfang an viel Wert auf das Sprechen, sodass Sie schnell in der Lage sind, ob im Urlaub oder privat, etwas Englisch zu verstehen und zu reagieren.

Lehrwerk: Easy English A1.1, Lektion 7, Cornelsen Verlag

Kursnummer: 24-2-4E005

Kursleiterin: Monja Röttele

ab Dienstag, 24.9.2024, 17.30 – 19.00 Uhr, 16 x dienstags

Gymnasium, Raum 157

Kursgebühr: 112,00 € bei 10 Teilnehmenden

English for beginners – Refresher A1/A2

Sie haben verschüttete Englischkenntnisse und wollen die wieder auffrischen? Sie brauchen Englisch für den Urlaub oder auch für den Beruf? Sie legen viel Wert auf Konversation? Dann sind Sie in diesem Englischkurs genau richtig. Schritt für Schritt bauen wir unsere Kennt-

nisse weiter auf. Viele Rollenspiele, Hör- und Videoübungen helfen dabei praktisches Englisch zu erwerben und üben. Der Kurs ist für alle geeignet, die ihr Basic-Englisch erweitern wollen und führt am Ende des Semester zum Beginn des A2 Levels.

Lehrwerke: Speak out second edition, Pearson Verlag und Speak out starter workbook, ab Lektion 8.

Kursnummer: 24-2-4E010

Kursleiter: Hüseyin Musan

ab Mittwoch, 25.9.2024, 19.30 – 21.00 Uhr, 15 x mittwochs

Gymnasium, Raum 158

Kursgebühr: 105,00 € bei 10 Teilnehmenden

Englisch A2.2

In diesem Kurs werden wir folgende Themenbereiche sprachlich erarbeiten: Essen und Trinken, Freizeit und Hobbies, Natur und Umwelt. Dabei werden die vier Kompetenzen Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben geübt. Somit erhalten Sie die nötige Sicherheit, um sich in wichtigen Alltagssituationen verständigen zu können. Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

Kursnummer: 24-2-4E030

Kursleiter: Hüseyin Musan

ab Mittwoch, 25.9.2024, 15.45 – 17.15 Uhr, 15 x mittwochs

Schwedenbau, 1. Stock, Raum 2

Kursgebühr: 105,00 € bei 10 Teilnehmenden

English B1 Talking time!

You feel comfortable speaking English but want to take your conversational skills to the next level while learning new and interesting things? In this engaging course you will have the opportunity to discuss a wide range of topics and revise grammar. Join our group and boost your fluency in English! Das Lehrwerk wird in der ersten Unterrichtsstunde bekannt gegeben.

Kursnummer: 24-2-4E060

Kursleiter: Hüseyin Musan

ab Mittwoch, 25.9.2024, 17.30 – 19.00 Uhr, 15 x mittwochs

Schwedenbau, 1. Stock, Raum 2

Kursgebühr: 105,00 € bei 10 Teilnehmenden

Kleingruppenkurs: Business English A2/B1

In diesem Kurs haben Sie Gelegenheit, Ihre alltagspraktischen Englischkenntnisse zu wiederholen und in berufsorientierter Richtung auszubauen. Situationen und Themen des Lehrwerks sind der Berufswelt entnommen. Sie stellen den Rahmen, um die Grundlagen der englischen Grammatik, alltagspraktischen Wortschatz und berufsspezifisches Vokabular zu trainieren. Dabei liegt ein Schwerpunkt auf den kommunikativen Fertigkeiten wie telefonieren, E-Mails schreiben, Produkte beschreiben, Präsentationen, Small Talk. Das Lehrwerk wird in der ersten Unterrichtsstunde bekannt gegeben.

Kursnummer: 24-2-4E070

Kursleiterin: Donna Blagg

ab Dienstag, 24.9.2024, 18.00 – 19.30 Uhr, 15 x dienstags

Online

Kursgebühr: 210,00 € bei 5 – 6 Teilnehmenden



Französisch



Französisch A1.1 für Anfänger ohne Vorkenntnisse

In diesem Anfängerkurs können Sie Französisch ganz neu erlernen. Sie erlangen gleichwertig Fertigkeiten im Hören, Lesen, Schreiben und Sprechen. Mit kommunikativer Grammatik, zahlreichen Sprechübungen und kurzen Hausaufgaben gewinnen Sie Grundkenntnisse für die Kommunikation auf Französisch im Alltag und am Arbeitsplatz. In diesem Kurs durchlaufen Sie 2 – 3 Lektionen des Lehrwerkes und trainieren die Grundfertigkeiten Hören, Lesen, Schreiben und Sprechen. Der Schwerpunkt liegt auf der mündlichen Kommunikation. Voraussetzungen: keine Vorkenntnisse.

Das Lehrwerk ist nicht in der Kursgebühr enthalten und im örtlichen Buchhandel selbst zu besorgen. Wir empfehlen den Kauf des Lehrwerkes nach Kursbeginn.

Lehrwerk: Rencontres en français A1, ISBN 978-3-12-529647-3

Kursnummer: 24-2-4F005

Kursleiterin: Michelle Schührer

ab Montag, 23.9.2024, 16.15 – 17.45 Uhr, 16 x montags

Gymnasium, Raum 152

Kursgebühr: 112,00 € bei 10 Teilnehmenden



Französisch A1.2 mit Vorkenntnissen

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits seit drei Semestern an der vhs Französisch lernen oder Kenntnisse im Umfang von ca. 90 Unterrichtsstunden haben.
Lehrwerk: Voyage neu A1, Lektion 10, Klett Verlag

Kursnummer: 24-2-4F010
Kursleiterin: Michelle Schührer
ab Mittwoch, 25.9.2024, 16.30 – 18.00 Uhr, 16 x mittwochs
Gymnasium, Raum 152
Kursgebühr: 112,00 € bei 10 Teilnehmenden

Französisch A2.1

Sie erweitern mit viel Muße und in einer entspannten Lernatmosphäre Ihre grundlegenden Kenntnisse der französischen Sprache. Gelegenheit zum Üben und Wiederholen kommt hierbei nicht zu kurz. Sie werden auf Alltagssituationen vorbereitet, lernen, Fragen zu stellen und zu beantworten sowie Ihre Interessen zu formulieren.
Lehrwerk: Voyage neu A2, Lektion 7, Klett Verlag

Kursnummer: 24-2-4F020
Kursleiterin: Michelle Schührer
ab Montag, 23.9.2024, 18.00 – 19.30 Uhr, 16 x montags
Gymnasium, Raum 152
Kursgebühr: 112,00 € bei 10 Teilnehmenden

Kleingruppenkurs: Französisch B1

Fortgeschrittene Anfänger, die sich weiterentwickeln möchten, sind richtig bei uns und in der Gruppe herzlich willkommen. Die Förderung der Kommunikationsfähigkeit in Alltagssituationen sowie die Freude am Erlernen der Sprache und am Kennenlernen der Kulturen frankophoner Länder stehen im Vordergrund.
Lehrwerk: On y va! B1, Lektion 6, ISBN 978-3-19-003354-6

Kursnummer: 24-2-4F030
Kursleiterin: Hildegard Gerster
ab Montag, 30.9.2024, 18.30 – 20.00 Uhr, 15 x montags
Gymnasium, Raum 155
Kursgebühr: 146,25 € bei 5 – 6 Teilnehmenden

Kleingruppenkurs: Französisch B2/C1

Sie können sich schon gut auf Französisch äußern, möchten sich aber gerne in einer entspannten Kursatmosphäre weiter verbessern? Kursziel ist es, die praktischen Sprachkenntnisse zu erweitern und den eigenständigen Umgang mit der Sprache zu ermöglichen.
Ziel: Vertiefung und Festigung der Kenntnisse B2.
Die Lektüre wird im Kurs bekannt gegeben.

Kursnummer: 24-2-4F040
Kursleiterin: Hildegard Gerster
ab Montag, 30.9.2024, 9.00 – 10.30 Uhr, 15 x montags
Schwedenbau, 1. Stock, Raum 2
Kursgebühr: 146,25 € bei 5 – 6 Teilnehmenden

Französischer Konversationskreis – B2

Auf Französisch diskutieren wir über verschiedene aktuelle Themen. Perfektion ist nicht Voraussetzung. Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen.

Kursnummer: 24-2-4F050
Dienstags, 19.00 – 20.30 Uhr, Gymnasium, Raum 152
Die Termine werden in der Presse bekannt gegeben.
gebührenfrei

Alt-Griechisch

Alt-Griechisch-Literaturkreis C1

Thema: „Das Buch Hiob“

Kursnummer: 24-2-4G010
Kursleiter: Adolf Vogt-Ladner
ab Donnerstag, 26.9.2024, 14.15 – 15.15 Uhr
Schwedenbau, 1. Stock, Raum 2, 14-tägig, gebührenfrei

Neu-Hebräisch

Kleingruppenkurs Hebräisch, A2

Im Kurs werden vor allem biblische Texte sowie Ausschnitte aus Talmud und Midrasch auf Hebräisch miteinander gelesen. Dabei werden wichtige Themen des Judentums, aber auch der christlichen Tradition anhand der Texte ins Gespräch gebracht. Außerdem werden die grammatikalischen Strukturen des Hebräischen gezeigt und geübt.

Kursnummer: 24-2-4H010
Kursleiterin: Dr. phil. Inken Rühle
ab Samstag, 28.9.2024, 9.00 – 12.00 Uhr
Termine: 28.9., 19.10., 9.11., 7.12.2024, 11.1., 8.2.2025
Schwedenbau, 1. Stock, Raum 2
Kursgebühr: 154,00 € bei 6 Teilnehmenden

Italienisch



Italienisch A1.2 – mit Vorkenntnissen

Bravi! Ihr seid fast am Ende angelangt! Sind Sie bereit und motiviert, die Stufe A1 abzuschließen?
In diesem Kurs werden Sie lernen: Lebensmittel einkaufen, Mengen angeben, über Essgewohnheiten sprechen, Kleidung kaufen, über die Familie erzählen, jemandem gratulieren, Grußkarten schreiben, Angaben zu Vorlieben machen, eine Wohnung und ihre Einrichtung beschreiben, eine Wohnungsanzeige verstehen, nach dem Preis fragen.
Lehrwerk: Insieme A1, Lektion 9, Cornelsen Verlag

Kursnummer: 24-2-4I015
Kursleiter: Carlo Caselli
ab Donnerstag, 26.9.2024, 19.35 – 21.05 Uhr, 16 x donnerstags
Gymnasium, Raum 156
Kursgebühr: 112,00 € bei 10 Teilnehmenden

Italienisch Konversationskurs: „A voi la parola“ ab A2

„A voi la parola“ ist ein Konversationskurs für diejenigen, die ein Niveau A2 erreicht haben. Der Konversationskurs vermittelt praktisches Italienisch anhand einer Vielzahl interessanter Themen und Übungen und motiviert zum lebhaften Gebrauch der italienischen Sprache. Das Kursmaterial wird vom Kursleiter zur Verfügung gestellt.

Kursnummer: 24-2-4I030
Kursleiter: Carlo Caselli
ab Donnerstag, 26.9.2024, 18.00 – 19.30 Uhr, 16 x donnerstags
Gymnasium, Raum 156
Kursgebühr: 112,00 € bei 10 Teilnehmenden

Kleingruppenkurs: Italienisch A2.2

Sie besitzen schon Grundkenntnisse. In diesem Kurs bauen Sie Ihre Italienischkenntnisse kontinuierlich aus. Ein Mix aus praxisnahen Dialogen, inspirierenden Sprachübungen und attraktiver Landeskunde wartet auf Sie. Leichte Konversation, leichte Lektüre und Grammatikübungen werden in den Kursstunden zur Verfügung gestellt.

Kursnummer: 24-2-4I040
Kursleiterin: Silke Armbruster
ab Mittwoch, 25.9.2024, 18.30 – 20.00 Uhr, 15 x mittwochs
Online über Zoom
Kursgebühr: 146,25 € bei 5 – 6 Teilnehmenden



Latein

Latein-Literaturkreis – C1

Thomas von Aquin: „De ente et essentia“
(Das Seiende und das Wesen)

Kursnummer: 24-2-4L010
Kursleiter: Adolf Vogt-Ladner
ab Donnerstag, 17.10.2024, 17.00 – 18.00 Uhr
Schwedenbau, 1. Stock, Raum 2
14-tägig, gebührenfrei



Adolf Vogt-Ladner
vhs-Dozent für Alt-Griechisch und Latein

Spanisch



Spanisch, A1.1 für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Sie möchten endlich Spanisch lernen? Neue Sprachen eröffnen neue Welten! Möchten Sie gerne mehr als nur ein paar Worte Spanisch sprechen, die Kultur, die sich dahinter verbirgt verstehen und auch noch Spaß dabei haben? Dann besuchen Sie diesen Kurs! Sie lernen typische Gesprächssituationen im Hotel, im Restaurant, beim Einkaufen usw. zu bewältigen. Sie werden die Sprache Schritt für Schritt und gründlich mithilfe unseres Buches „Impresiones A1“ lernen.

NEU

Kursnummer: 24-2-4S020

Kursleiterin: Maria Pascual

ab Dienstag, 5.11.2024, 20.15 – 21.45 Uhr, 16 x dienstags
Gymnasium, Raum 156

Kursgebühr: 112,00 € bei 10 Teilnehmenden

Kleingruppenkurs: Spanisch A2.1

Neue Sprachen öffnen neue Welten! Möchten Sie gerne mehr als nur ein paar Worte Spanisch sprechen, die Sprache und die Kultur, die sich dahinter verbirgt, verstehen, beherrschen und auch noch Spaß dabei haben? Dann sind Sie richtig in diesem Kurs!

Lehrwerk: Con gusto Nuevo A2, Lektion 5, ISBN 978-3-12-514677-8.

Kursnummer: 24-2-4S040

Kursleiterin: Zaira Gabriela Lopez Flores

ab Dienstag, 24.9.2024, 18.30 – 20.00 Uhr, 16 x dienstags
Gymnasium, Raum 160

Kursgebühr: 132,00 € bei 7 – 9 Teilnehmenden

Kleingruppenkurs: Spanisch B1 Konversation

Este es un curso de español para avanzados del Marco Común Europeo de Referencia y está dirigido a personas que han alcanzado el nivel B1 y quieren adquirir seguridad y confianza en sus conocimientos del idioma fomentando sobre todo sus destrezas productivas. En el curso se tratarán temas de interés que te acercarán a la realidad cultural, social e histórica del mundo hispánico. Se entrenarán activamente las destrezas receptivas escuchar y leer y se seguirá desarrollando las destrezas productivas hablar y escribir.

Lehrwerk: Avenida, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-514960-1

Kursnummer: 24-2-4S050

Kursleiterin: Maria Pascual

ab Dienstag, 5.11.2024, 18.30 – 20.00 Uhr, 16 x dienstags
Gymnasium, Raum 156

Kursgebühr: 132,00 € bei 7 – 9 Teilnehmenden

PC-Alltag

10-Finger-Tast schreiben leicht gemacht!

In wenigen Stunden das Zehn-Fingersystem erlernen. Schreiben, ohne auf die Tastatur zu schauen – ist das möglich? JA! Mit einem völlig neuen und abwechslungsreichen Konzept lernen wir mit Spaß, die richtigen Tasten dauerhaft zu finden, inklusive der Ziffern und Sonderzeichen. Sie lernen mit zwei unterschiedlichen Geschichten, die es Ihnen ermöglichen, jederzeit alle Buchstaben der Tastatur wieder ins Gedächtnis zu rufen. Durch kurze Übungsphasen im Kurs und längere Übungsphasen zu Hause werden die Motorik und das Unterbewusstsein trainiert. Sie werden automatisch, ohne nachzudenken, die richtigen Zeichen finden. Das Schreiben auf der Tastatur erreicht damit eine neue Dimension. Egal ob es um Bewerbungen, Texte bei der Arbeit, für die Schule, die Universität, E-Mails, Briefe oder Blog-Beiträge geht – dieser Kurs ist für jedes Alter geeignet und bietet individuelle Übungen.

Junge vhs

Kursnummer: 24-2-52001

Kursleiter: Andreas Kubela

ab Mittwoch, 9.10.2024, 18.30 – 20.30 Uhr, 4 x mittwochs
Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1

Kursgebühr: 50,00 € bei 8 Teilnehmenden, zzgl. Kursbuch mit Übungssoftware 23,00 €

Junge vhs

Kursnummer: 224-2-52002

Kursleiter: Jürgen Frey

ab Samstag, 9.11.2024, 9.00 – 10.30 Uhr, 5 x samstags
Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1

Kursgebühr: 50,00 € bei 8 Teilnehmenden, zzgl. Kursbuch mit Übungssoftware 23,00 €

Erste Schritte am Computer – Schritt für Schritt in die Praxis

Sie fühlen sich am PC oder Laptop unsicher und benötigen Hilfe im Umgang mit Windows 11, dem Internet sowie dem Schreiben, Speichern und Ausdrucken von Briefen? Dieser Kurs begleitet Sie bei Ihren ersten Erfahrungen am Computer. Sie lernen das Betriebssystem Windows 11 kennen, üben den Umgang mit Maus und Tastatur und gewinnen Einblicke in die Arbeit mit dem PC. Sie erlernen, Dateien zu organisieren, Texte mit WordPad und Word zu schreiben, zu speichern und auszudrucken sowie Bildschirmfotos in Texte einzufügen. Weiterhin erhalten Sie einen Einblick in die Informationsbeschaffung aus dem Internet mit Microsoft Edge. Es gibt keine Zugangsvoraussetzungen. USB-Stick inklusive.

Kursnummer: 24-2-52010

Kursleiter: Andreas Kubela

ab Freitag, 13.9.2024, 9.30 – 12.30 Uhr, 6 x freitags
Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1

Kursgebühr: 178,00 € bei 6 Teilnehmenden, zzgl. Kursbuch 19,50 €

Zweite Schritte am Computer und im Internet

Möchten Sie Ihre PC-Kenntnisse vertiefen und weitere Fähigkeiten erlernen? Dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie! Wir konzentrieren uns auf praktische Aspekte der PC-Nutzung: Im Bereich Word lernen Sie Briefgestaltung, das Einfügen von Seitenzahlen, das Platzieren von Bildern und die richtige Absatzformatierung. Zusätzlich beschäftigen wir uns mit Seitenrändern, Spalten und Silbentrennung. Im E-Mail-Bereich lernen Sie, eine E-Mail-Adresse einzurichten, E-Mails zu verschicken, zu empfangen und Dateianhänge zu verwalten, mit Mozilla Thunderbird Portable auf einem USB-Stick. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf Datenmanagement, wie das Erstellen von Ordnern, Verschieben, Umbenennen und Kopieren von Dateien sowie das Importieren von Bildern. Im Internet-Bereich üben wir das Surfen und erkunden verschiedene Seiten zu Städten, Organisationen und Online-Shops. Außerdem behandeln wir Antivirenprogramme und zusätzliche Sicherheitsmaßnahmen. USB-Stick inklusive.

Kursnummer: 24-2-52011

Kursleiter: Andreas Kubela

ab Freitag, 8.11.2024, 9.30 – 12.30 Uhr, 6 x freitags
Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1

Kursgebühr: 178,00 € bei 6 Teilnehmenden, zzgl. Kursbuch 19,50 €

Sicher arbeiten mit EXCEL 365 für Einsteiger/-innen

Wir arbeiten an einer Excel-Arbeitsmappe mit Rechnungsvorlagen, Kundenadressen und Artikellisten. Dabei lernen wir die Anordnung der Registerkarten, Symbole und die Nutzung der Statusleiste kennen. Wir erstellen Berechnungen und setzen Bezüge über mehrere Tabellenblätter hinweg. Zellformate werden angepasst, Formeln und Werte kopiert und eingefügt. Die Anordnung von Zellen, Spalten und Zeilen wird optimiert. Wir nutzen Funktionen wie Summe(), Min(), Max(), Mit-

Stadtbücherei im Schwedenbau

Öffnungszeiten:

Dienstag 14 – 19 Uhr	Klosterstraße 14
Mittwoch 12 – 19 Uhr	78727 Oberndorf am Neckar
Freitag 12 – 19 Uhr	Tel.: 07423 77 1170
Samstag 09 – 12 Uhr	stadtbuecherei@oberndorf.de
	www.oberndorf.de/bildung/stadtbuecherei

Märchenstunde in der Stadtbücherei

Beginn jeweils um 16:00 Uhr im Vortragssaal

27. September 2024	Brüderchen und Schwesterchen
25. Oktober 2024	Schneeweißchen und Rosenrot
29. November 2024	Die goldene Gans
20. Dezember 2024	Der gestiefelte Kater

Es wird ein Märchen vorgelesen
und anschließend gibt es eine dazu passende Bastelaktion.
Um Anmeldung wird gebeten:
Tel.: 07423 – 77 1170 oder stadtbuecherei@oberndorf.de
Geeignet für Kinder ab 4 Jahren

telwert(), Anzahl(), Runden(), Aufrunden(), Abrunden() und Verkettung(). Daten werden sortiert, gefiltert und wir verwenden Vergleichsoperatoren. Spezielle Funktionen wie Sverweis(), Summewenn(), Zählenwenn(), Wenn(), Heute(), Jetzt(), Tag(), Monat(), Jahr(), Datum() und Arbeitstage werden angewendet. Schließlich lernen wir die Grundlagen der Diagrammerstellung. Hausaufgaben vertiefen das Erlernete.

Kursnummer: 24-2-52020
 Kursleiter: Andreas Kubela
 ab Dienstag, 5.11.2024, 18.30 – 21.30 Uhr, 6 x dienstags
 Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1
 Kursgebühr: 178,00 € bei 6 Teilnehmenden, zzgl. Kursbuch 18,08 €

EXCEL 365 Aufbaukurs

Sie haben bereits Erfahrungen mit Excel, verlieren aber bei vielen Zahlenwerten schnell die Übersicht. Der Kurs baut auf einem Kassenbuch-Projekt für einen Verein auf. Sie erlernen benutzerdefinierte Zahlenformate, Formatierungen, Tabellenvorlagen, Datenschnitte, Gültigkeiten, absolute und dynamische Zelladressierung, Datenbankfunktionen zum Filtern, Gruppierungen und die Nachverfolgung von Bezügen. Funktionen wie Wochentag(), DateDif(), Text(), Wert(), Links(), Rechts(), Teil(), Suchen(), Glätten(), Wiederholen() und Textverkettung() werden behandelt. Außerdem fügen wir Formen zur Darstellung von Zellabhängigkeiten ein und wiederholen die Funktionen sverweis(), xverweis(), wenn() und wenns().

Kursnummer: 24-2-52030
 Kursleiter: Andreas Kubela
 ab Dienstag, 7.1.2025, 18.30 – 21.30 Uhr, 4 x dienstags
 Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1
 Kursgebühr: 122,00 € bei 6 Teilnehmenden, zzgl. Kursbuch 19,15 €

Digitale Welt

Smartphone – mehr als nur Telefonieren – Grundkurs verständlich erklärt

Sie besitzen ein Smartphone ohne Apple-Logo, das jünger als 4 Jahre ist, und fühlen sich im Umgang unsicher? In diesem Grundlagenkurs lernen Sie die Bedienung mit Fingergesten, Tasten und Symbolen auf dem Display. Jedes Smartphone verhält sich anders – daher bieten wir individuelle Betreuung. Sie erlernen das Telefonieren, Adressbuchverwaltung, Fotografieren, Videoerstellung und -wiederfinden, die Nutzung von Standard-Apps, Terminplanung, Installation zusätzlicher Apps, Verwendung von QR-Codes und Sprachenübersetzern. Außerdem lernen Sie die Texteingabe per Sprache. Ein Eingabestift wird gestellt und sollte zu jedem Kurstag mitgebracht werden.

Kursnummer: 24-2-53010
 Kursleiter: Andreas Kubela
 ab Freitag, 10.1.2025, 9.30 – 12.30 Uhr, 4 x freitags
 Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1
 Kursgebühr: 122,00 € bei 6 Teilnehmenden, zzgl. Kursbuch 12,00 €

Smartphone – Aufbaukurs zur umfassenderen Nutzung

Sie besitzen ein Smartphone ohne Apple-Logo, das jünger als 4 Jahre ist und haben bereits erste Erfahrungen damit gesammelt? Dieser Kurs vermittelt Ihnen das Anmelden in WLAN-Netzwerke, das Empfangen und Versenden von E-Mails inklusive Anhängen und Bildern, die Integration weiterer E-Mail-Adressen neben Gmail, das Erstellen von Notizen mit Bildern und Abhaktlisten, das Versenden von WhatsApp-Nachrichten an mehrere Personen ohne Gruppe (Broadcast), die Nutzung von WhatsApp auf Ihrem PC, die Übertragung von Bildern und Dateien zwischen Smartphone und PC, die Verwendung Ihres Smartphones als Navigationsgerät mit Google Maps, die Internetrecherche mit Google Chrome, das Anlegen von Lesezeichen und das Löschen des Verlaufs, sowie das sichere Speichern oder Erzeugen von Kennwörtern auf Ihrem Smartphone (verschlüsselt mit Keepass2Android). Außerdem lernen Sie, den Startbildschirm Ihres Smartphones mit Widgets und einem eigenen Hintergrund zu gestalten sowie Bildschirmfotos (Screenshots) zu erstellen. Umfangreiches Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten.

Kursnummer: 24-2-53020
 Kursleiter: Andreas Kubela
 ab Freitag, 7.2.2025, 9.30 – 12.30 Uhr, 3 x freitags
 Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1
 Kursgebühr: 84,00 € bei 6 Teilnehmenden

Abmeldungen müssen grundsätzlich über das Büro der vhs erfolgen. Ein Fernbleiben ist keine Abmeldung.

Workshop: Mit Komoot auf dem Smartphone Wander- und Fahrradtouren navigieren

Egal ob Sie mit dem Fahrrad oder zu Fuß unterwegs sind: Komoot ist die optimale App um Touren selbst zu planen und durchzuführen. Sie können mit der App neben der Kartenanwendung auf eine Vielzahl fertiger Touren zurückgreifen und finden so spannende Ausflugsziele. Der Kurs gibt eine Einführung in diese App und deren Funktionsweise am PC sowie in die Anwendung auf dem Smartphone. Darüber hinaus werden über die Komoot-Homepage und am Smartphone eigene Touren erarbeitet und der Import und Export von Touren vorgestellt. Weitere Themen sind die Navigation, das Lesen des Höhenprofils, die Aufzeichnung von Touren, die Offline-Nutzung, das Teilen von Tourendaten an Freunde oder Bekannte und die Verbindung von Komoot zu modernen Navigationsgeräten und GPS-Outdooruhren. Voraussetzung: flüssige Bedienung Ihres Handys.

Kursnummer: 24-2-53030
 Kursleiter: Andreas Kubela
 ab Dienstag, 24.9.2024, 18.30 – 21.30 Uhr, 2 x dienstags
 Schwedenbau, 1. Stock, Raum 1
 Kursgebühr: 56,00 € inkl. Lehrmaterial bei 6 Teilnehmenden

vhs.wissen live: KI im Unternehmen – wie gelingt ein vertrauenswürdiger Einsatz?

Beim Einsatz von Künstlicher Intelligenz (KI) fragen sich heute viele Unternehmen, wie sie ethische Leitlinien berücksichtigen können. Ob Transparenz, Erklärbarkeit, Fairness, Sicherheit oder Datenschutz: Es gibt konkrete Maßnahmen, die eine Implementierung von vertrauenswürdiger KI unterstützen. Dieser Vortrag beleuchtet aus der Sicht eines IT-Unternehmens den Einsatz von KI und die notwendigen Voraussetzungen und Maßnahmen, um vertrauenswürdige KI-Lösungen zu finden. In Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech).

Kursnummer: 24-2-50010
 am Dienstag, 3.12.2024, 19.30 – 21.00 Uhr
 Online über Zoom, gebührenfrei



Arbeitsleben

Vom Mitarbeiter zur Führungskraft: So gelingt der erfolgreiche Aufstieg zur Führungskraft

Oft werden neue Führungskräfte unvorbereitet ins kalte Wasser geworfen, während sich Aufgaben und Erwartungen drastisch ändern. Plötzlich wird führendes Handeln in Bereichen wie dem Umgang mit Mitarbeitern, dem Setzen und Erreichen von Zielen sowie dem Umgang mit Fehlverhalten erwartet, wo zuvor geführtes Verhalten ausreichte. Dieser Rollenwechsel stellt eine zentrale Herausforderung in der Führungspraxis dar. Unser Seminar hat das Ziel, diesen Rollenwechsel aktiv zu managen und schwierige Situationen in der Führungspraxis zu besprechen und zu trainieren. Wir bieten Tipps und Anregungen für die speziellen Situationen der Teilnehmenden und nutzen gerne dieses Online-Forum, um aktuelle Themen und schwierige Situationen zu besprechen. Zielgruppe: Alle Menschen, die die Rollenentwicklung zur Führungskraft erleben oder sich darauf vorbereiten wollen.

Kursnummer: 24-2-51010
 Kursleiter: Matthias Dahms
 am Freitag, 25.10.2024, 18.30 – 21.30 Uhr
 Online über Zoom, Kursgebühr: 65,00 €



Motivieren – Delegieren – Kritisieren – Erfolgsfaktoren der Führungskraft

Treten Sie in das Online-Seminar ein und stärken Sie Ihre Führungskompetenzen! Unser Seminar fokussiert sich auf drei entscheidende Erfolgsfaktoren: Motivieren: Erfolgreiche Führungskräfte müssen nicht nur selbst motiviert sein, sondern auch andere motivieren können. Wir besprechen Methoden und Werkzeuge zur Entwicklung dieser Fähigkeit, um eine motivierende Arbeitsumgebung zu schaffen. Kritisieren: Regelmäßiges Feedback, sowohl kritisch als auch anerkennend, ist entscheidend für die Mitarbeiterentwicklung. Wir präsentieren praxisnahe Ansätze für den Aufbau von Kritikgesprächen, um eine konstruktive Feedbackkultur zu fördern. Delegieren: Die effektivste Personalentwicklungsmethode ist oft die Delegation anspruchsvoller Aufgaben. Im Seminar erhalten Sie bewährte Gesprächsstrukturen, die eine zuverlässige Delegation ermöglichen.

Kursnummer: 24-2-51011
 Kursleiter: Matthias Dahms
 am Donnerstag, 7.11.2024, 18.30 – 21.30 Uhr
 Online über Zoom, Kursgebühr: 65,00 €



Rhetorik Workshop: Sicher auftreten – überzeugend argumentieren – souverän ankommen

Ein überzeugendes und sicheres Auftreten in Reden und Verhandlungen ist der Schlüssel zum Erfolg. Doch die wahre Kunst liegt darin, den Spannungsbogen so zu gestalten, dass Ihr Gegenüber emotional berührt wird und der Funke der Begeisterung überspringen kann. Besseres Argumentieren und ein sicheres Auftreten steigern Ihre Überzeugungskraft enorm. In unserem Online-Workshop erhalten Sie viele praktische Übungen, die Sie auch zu Hause nutzen können, um Ihre rhetorischen Fähigkeiten weiterzuentwickeln. Wir legen besonderen Wert darauf, wie Sie souverän mit Blackouts und Störern umgehen und Einwände erfolgreich behandeln können.

Kursnummer: 24-2-51012
Kursleiter: Matthias Dahms
am Dienstag, 19.11.2024, 18.30 – 21.30 Uhr
Online über Zoom, Kursgebühr: 65,00 €



Frühstücksimpulse online

Diese 45 Minuten Online stärken Sie für den kommenden Arbeitstag und darüber hinaus. Kurz und bündig werden zentrale Herausforderungen besprochen und konkrete Anregungen gegeben. Unser Leitmotiv auf der Grundlage der Erfahrungen der Teilnehmenden: Aus der Praxis für die Praxis. Jedes Modul endet mit praktischen fünf Impulsen. Diesen nützlichen Benefit können und sollten Sie in der Arbeitspraxis beherzigen. Sie sind herzlich eingeladen, alle fünf Frühstücksimpulse gemeinsam zu buchen oder auch einzeln. Kursleiter: Matthias Dahms

Modul 1: Grundlagen der Führung

Ziel: Gemeinsames Führungsverständnis schaffen

Kursnummer: 24-2-51081
am Dienstag, 22.10.2024, 7.30 – 8.15 Uhr
Online über Zoom, Kursgebühr: 15,00 €



Modul 2: Motivation und Selbstmotivation

Ziel: Sich und andere motivieren

Kursnummer: 24-2-51082
am Dienstag, 29.10.2024, 7.30 – 8.15 Uhr
Online über Zoom, Kursgebühr: 15,00 €



Modul 3: Delegation und Ziele

Ziel: Verlässliche Vereinbarungen als Regelfall

Kursnummer: 24-2-51083
am Dienstag, 5.11.2024, 7.30 – 8.15 Uhr
Online über Zoom, Kursgebühr: 15,00 €



Modul 4: Kritikstau

Ziel: Kritisieren und kritisiert werden.

Kursnummer: 24-2-51084
am Dienstag, 19.11.2024, 7.30 – 8.15 Uhr
Online über Zoom, Kursgebühr: 15,00 €



Modul 5: Personalbindung

Ziel: Mitarbeiter/innen an das Unternehmen binden

Kursnummer: 24-2-51085
am Dienstag, 26.11.2024, 7.30 – 8.15 Uhr
Online über Zoom, Kursgebühr: 15,00 €



Meistern Sie die Arbeitswelt von Morgen:

KI-Werkzeuge für Effizienz und Generationen-Management

Die Welt der Künstlichen Intelligenz ist keine ferne Zukunftsvision mehr – sie ist hier und jetzt, bereit, unseren Alltag und Arbeitsplatz zu revolutionieren. Mit unserem Webinar erhalten Sie nicht nur einen umfassenden Überblick über die Grundlagen der KI, sondern auch praktische Einblicke in deren Anwendungsmöglichkeiten und ethische Überlegungen. Egal ob Sie Ihre beruflichen Fähigkeiten erweitern, Ihren Alltag bereichern oder einfach Ihre Neugierde stillen möchten – unser Kurs bietet Ihnen die Tools und das Wissen, um in dieser aufregenden Ära der Technologie erfolgreich zu sein.

Kursnummer: 24-2-51005
Referent: Arno S. Schimmelpfennig
am Mittwoch, 16.10.2024, 19.00 – 21.00 Uhr
Online, Kursgebühr: 25,00 €



vhs.wissen live: KI im Unternehmen – wie gelingt ein vertrauenswürdiger Einsatz?

Beim Einsatz von Künstlicher Intelligenz (KI) fragen sich heute viele Unternehmen, wie sie ethische Leitlinien berücksichtigen können. Ob Transparenz, Erklärbarkeit, Fairness, Sicherheit oder Datenschutz: Es gibt konkrete Maßnahmen, die eine Implementierung von vertrauenswürdiger KI unterstützen. Dieser Vortrag beleuchtet aus der Sicht eines IT-Unternehmens den Einsatz von KI und die notwendigen Voraussetzungen und Maßnahmen, um vertrauenswürdige KI-Lösungen zu finden. In Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech).

Kursnummer: 24-2-50010
am Dienstag, 3.12.2024, 19.30 – 21.00 Uhr
Online über Zoom, gebührenfrei



In Zusammenarbeit mit vhs DigitalKooperation



Digitales und kollaboratives Mindmapping – Ideen finden, sammeln und teilen

Ausführliche Kursbeschreibung unter www.vhs-oberndorf.de
Für das Webinar gibt es eine Durchführungsgarantie.

Kursnummer: 24-2-50701
am Dienstag, 29.10.2024, 18.00 – 19.30 Uhr
Online, gebührenfrei



Lean Office – das produktive Büro Kontinuierliche Verbesserung und Nachhaltigkeit

Ausführliche Kursbeschreibung unter www.vhs-oberndorf.de

Kursnummer: 24-2-50715
am Mittwoch, 30.10.2024, 18.00 – 19.30 Uhr
Online, Kursgebühr: 15,00 €



Content Marketing mit Canva Online-Creative-Tool der Master Class

Ausführliche Kursbeschreibung unter www.vhs-oberndorf.de.

Kursnummer: 24-2-50720
am Donnerstag, 31.10.2024, 18.00 – 19.30 Uhr
Online, Kursgebühr: 15,00 €



Social Media Marketing mit Instagram Erfolgskonzepte und -strategien im Business

Ausführliche Kursbeschreibung unter www.vhs-oberndorf.de

Kursnummer: 24-2-50725
am Donnerstag, 31.10.2024, 20.00 – 21.30 Uhr
Online, Kursgebühr: 15,00 €



MS Teams in der Projektorganisation Strukturen und Anwendungsszenarien

Ausführliche Kursbeschreibung unter www.vhs-oberndorf.de

Kursnummer: 24-2-50730
am Dienstag, 12.11.2024, 18.30 – 21.30 Uhr
Online, Kursgebühr: 30,00 €



Moderne Geschäftskorrespondenz Kundenzentrierte Briefe und E-Mails

Ausführliche Kursbeschreibung unter www.vhs-oberndorf.de

Kursnummer: 24-2-50735
am Montag, 2.12.2024, 18.30 – 21.30 Uhr
Online, Kursgebühr: 30,00 €



Abmeldungen sind nur über das vhs-Büro möglich!

2024				2025	
September	Oktober	November	Dezember	Januar	Februar
1 So	1 Di	1 Fr Allerheiligen	1 So 1. Advent	1 Mi Neujahr	1 Sa
2 Mo	2 Mi	2 Sa	2 Mo	2 Do	2 So
3 Di	3 Do Tag der Dt. Einheit	3 So	3 Di	3 Fr	3 Mo
4 Mi	4 Fr	4 Mo	4 Mi	4 Sa	4 Di
5 Do	5 Sa	5 Di	5 Do	5 So	5 Mi
6 Fr	6 So	6 Mi	6 Fr	6 Mo Hl. Drei Könige	6 Do
7 Sa Fledermausnacht	7 Mo	7 Do	7 Sa	7 Di	7 Fr
8 So	8 Di	8 Fr	8 So	8 Mi	8 Sa
9 Mo	9 Mi	9 Sa	9 Mo	9 Do	9 So
10 Di	10 Do	10 So	10 Di	10 Fr	10 Mo
11 Mi	11 Fr	11 Mo	11 Mi	11 Sa	11 Di
12 Do	12 Sa	12 Di	12 Do	12 So	12 Mi
13 Fr	13 So	13 Mi	13 Fr	13 Mo	13 Do
14 Sa	14 Mo	14 Do	14 Sa	14 Di	14 Fr Ende Sem. II/24
15 So	15 Di	15 Fr	15 So	15 Mi	15 Sa
16 Mo	16 Mi	16 Sa	16 Mo	16 Do	16 So
17 Di	17 Do	17 So	17 Di	17 Fr	17 Mo Semesterbeginn
18 Mi	18 Fr	18 Mo	18 Mi	18 Sa	18 Di
19 Do	19 Sa	19 Di	19 Do	19 So	19 Mi
20 Fr	20 So	20 Mi	20 Fr	20 Mo	20 Do
21 Sa	21 Mo	21 Do	21 Sa	21 Di	21 Fr
22 So	22 Di	22 Fr	22 So	22 Mi	22 Sa
23 Mo Semesterbeginn	23 Mi	23 Sa	23 Mo	23 Do	23 So
24 Di	24 Do	24 So	24 Di Heiligabend	24 Fr	24 Mo
25 Mi	25 Fr	25 Mo	25 Mi 1. Weihnachtstag	25 Sa	25 Di
26 Do	26 Sa	26 Di	26 Do 2. Weihnachtstag	26 So	26 Mi
27 Fr	27 So Ende der Sommerzeit	27 Mi	27 Fr	27 Mo	27 Do
28 Sa	28 Mo	28 Do	28 Sa	28 Di	28 Fr
29 So	29 Di	29 Fr	29 So	29 Mi	
30 Mo	30 Mi	30 Sa	30 Mo	30 Do	
	31 Do Reformationstag		31 Di Silvester	31 Fr	

© Kalenderpedia® www.kalenderpedia.de

Angaben ohne Gewähr

Unterrichtsfreie Zeit

I. Unsere Einrichtung

Die Volkshochschule Oberndorf am Neckar ist sich des Vertrauens bewusst, das sie als Träger öffentlich verantworteter Weiterbildung in der Bevölkerung genießt. Ihr vorrangiges Ziel ist es, auf der Grundlage dieses Vertrauens die Möglichkeit zu einer breitgefächerten und innovativen Weiterbildung ohne finanzielle Zugangsschranken zu erhalten und auszubauen. Deshalb verpflichtet sie sich in ihrer Arbeit auch weiterhin auf:

- parteipolitische und weltanschauliche Neutralität
- Unabhängigkeit von Gruppeninteressen
- Markt-, aber nicht Gewinnorientierung
- kommunale Verankerung
- gesellschaftliche Verantwortung
- die Förderung von Chancengleichheit

II. Unser Auftrag

Die Volkshochschule Oberndorf am Neckar versteht sich als Garant des gesetzlichen Weiterbildungsauftrags. Sie ist Lernort und Bürgerforum sowie Kultur- und Gesundheitszentrum und leistet damit einen wichtigen Beitrag zum Erhalt und zur Entwicklung der sozialen, kultur- und rechtsstaatlichen Demokratie, insbesondere durch ihre

- kontinuierliche Grundversorgung mit Weiterbildung einschließlich formaler Qualifikationen
- Mitwirkung an der kulturellen Daseinsvorsorge in der Kommune
- Entwicklung notwendiger neuer, nicht immer lukrativer Bildungsangebote
- Entgeltgestaltung im Dienste der Chancengleichheit
- Weiterbildungsberatung und Stärkung des quartären Bildungsbereichs
- Stärkung der Teilnehmenden zur Bewältigung der Anforderungen der Arbeitswelt
- Stärkung der Fähigkeit zur Mitgestaltung des demokratischen Gemeinwesens

III. Unser Angebot

Das Angebot der Volkshochschule Oberndorf am Neckar trägt einem dreifachen Bedarf Rechnung, dem Bedarf an:

- personaler Orientierung
- sozialer Entfaltung und
- fachlichem Verwendungswissen

Dabei gehört es zum Kern ihres Verständnisses von Weiterbildung, die jeweiligen Erwartungen nicht gegeneinander zu isolieren, aber abhängig vom Zweck der konkreten Veranstaltung unterschiedlich zu gewichten (ganzheitlicher Bildungsbegriff).

IV. Der Markt

Genauso wie die andern baden-württembergischen Volkshochschulen hat die Volkshochschule Oberndorf am Neckar eine führende Rolle in der Vermittlung personalen Orientierungswissens, im Bereich des Sprachenlernens und bei der informationstechnischen Bildung. Ihre im Vergleich zu spezialisierten Anbietern grundsätzlich ausbaufähige Marktposition im Bereich des beruflichen Verwendungswissens ist ihr bewusst und sie wird diesen Ausbau leisten. Die Lage und die Entwicklung des Arbeitsmarktes und berufliche Qualifikationsanforderungen finden Berücksichtigung in den beruflichen Bildungsangeboten. Bei Eingliederungsmaßnahmen und Zertifikatskursen legt die Volkshochschule Oberndorf am Neckar Wert auf eine hohe Vermittlungs- bzw. Bestehensquote.

Die Volkshochschule Oberndorf am Neckar sieht es als wesentliche Aufgabe an, durch ihr Bildungsangebot einen maßgeblichen Beitrag zur Integration der Bürgerinnen und Bürger mit Migrationshintergrund zu leisten. Die Volkshochschulleitung nimmt zudem bei der Programmgestaltung auf die Wünsche und Anregungen des Gemeinderats sowie der Bevölkerung Rücksicht. Dabei empfindet sie es als ihre Pflicht, neben aller notwendigen Marktorientierung auch weiterhin auf die Sozialverträglichkeit ihrer Preise zu achten.

V. Die Qualität

Mit einem mehrdimensionalen Qualitätskonzept begegnet die Volkshochschule Oberndorf am Neckar, die durch die Fa. Quacert nach AZAV zertifiziert ist, dem differenzierteren Weiterbildungsbedarf. Die zentralen Elemente dieses Konzepts sind:

- pädagogische Kompetenz, verbunden mit der konsequenten Orientierung an der Souveränität der Teilnehmenden
- neutrale, nicht kommerziell orientierte Bildungsberatung
- Offenheit gegenüber neuen Lehr- und Lernformen
- die Betonung der Bedeutung sozialen Lernens gegenüber rein selbstorganisiertem Lernen
- zeitliche Flexibilität ihres Angebots
- konsequente Auswahl und Fortbildung der Kursleitenden
- kooperative Programmplanung
- zielorientierte Organisations- und Personalentwicklung
- kontinuierliche Dokumentation und Evaluation



Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich für die folgenden Veranstaltungen der vhs Oberndorf a. N. an. Die allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) werden Bestandteil des Vertrags. Die AGB und die Widerrufsbelehrung bei Fernabsatzgeschäften finden Sie im Programmheft und in der Geschäftsstelle Klosterstraße 14 in Oberndorf a. N.

1	Kurs-Nr. _____	Titel _____	Entgelt _____
2	Kurs-Nr. _____	Titel _____	Entgelt _____
3	Kurs-Nr. _____	Titel _____	Entgelt _____
4	Kurs-Nr. _____	Titel _____	Entgelt _____

Kursteilnehmende

Vorname _____	Nachname _____	
Straße _____	PLZ/Ort _____	
Telefon _____	Mobile _____	Geburtstag _____
E-Mail _____	Geschlecht <input type="checkbox"/> männlich <input type="checkbox"/> weiblich	

Ort, Datum, Unterschrift(en) _____

Das Entgelt kann per Lastschriftmandat oder in bar im Rathaus, Stadtkasse 2. Stock, Klosterstraße 3, bezahlt werden. Für Ermäßigungen legen Sie bitte die entsprechenden Nachweise bei.

SEPA-Lastschriftmandat

Hiermit ermächtige(n) ich/wir die Volkshochschule Oberndorf a. N. Zahlungen von meinem/unserem Konto mittels Lastschriftverfahren einzuziehen. Zugleich weise(n) ich/wir mein/unser Kreditinstitut an, die von der Volkshochschule Oberndorf a. N. auf mein/unser Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich/Wir können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangen. Es gelten dabei die mit dem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

IBAN _____ BIC _____

Bei eventuellen Erstattungen bin ich/sind wir einverstanden, dass das angegebene Konto auch hierfür verwendet wird. Mir/Uns ist bekannt, dass die Erteilung der Einzugsermächtigung/des SEPA-Mandats nicht verpflichtend ist und die Angabe der für die Durchführung des Lastschrifteinzugs erforderlichen Angaben auf freiwilliger Basis erfolgt.

Ort, Datum, Unterschrift(en) _____

Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)

1. Allgemeines

- (1) Diese AGB gelten für alle Veranstaltungen der Volkshochschule (vhs), auch für solche, die im Wege der elektronischen Datenübermittlung durchgeführt werden.
- (2) Studienreisen und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen, sind keine Veranstaltungen der vhs. Insoweit tritt die vhs nur als Vermittler auf.
- (3) Soweit in den Regelungen dieser AGB die weibliche Form verwendet wird, geschieht das lediglich zur sprachlichen Vereinfachung. Die Regelungen gelten gleichermaßen auch für männliche Beteiligte und für juristische Personen.
- (4) Rechtsgeschäftliche Erklärungen (z. B. Anmeldungen und Kündigungen) bedürfen, soweit sich aus diesen AGB oder aus dem dem Verbraucher zustehenden Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften nichts anderes ergibt, der Schriftform oder einer kommunikationstechnisch gleichwertigen Form (Telefax, E-Mail, Login-Homepage der vhs). Erklärungen der vhs genügen der Schriftform, wenn eine nicht unterschriebene Formularbestätigung verwendet wird.

2. Vertragsschluss und Informationen zum Vertrag

- (1) Die Ankündigung von Veranstaltungen ist unverbindlich.
- (2) Die Anmeldende ist an ihre Anmeldung 3 Wochen lang gebunden (Vertragsangebot). Der Veranstaltungsvertrag kommt vorbehaltlich der Regelung des Abs. (3) entweder durch Annahmeerklärung der vhs zustande oder aber dadurch, dass die 3-Wochen-Frist verstreicht, ohne dass die vhs das Vertragsangebot abgelehnt hat.
- (3) Ist in der Ankündigung der Veranstaltung ein Anmeldeschlusstermin angegeben, so bedarf eine Anmeldung, die erst nach Anmeldeschluss bei der vhs eingeht, abweichend von Abs. (2) einer ausdrücklichen Annahmeerklärung. Erfolgt diese nicht innerhalb von 3 Wochen, gilt die Anmeldung als abgelehnt.
- (4) Mündliche oder fermündliche Anmeldungen sind abweichend von Ziffer 1 (4) verbindlich, wenn sie sofort oder jedenfalls innerhalb von 10 Tagen mündlich oder schriftlich angenommen werden. Die tatsächliche Teilnahme an einem Kurs ohne vorherige Anmeldung gilt als Vertragsangebot und verpflichtet bei Zustandekommen eines Vertrags nach Abs. (1) zur Zahlung des Entgelts.
- (5) Das gesetzliche Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften wird durch die Regelungen der Absätze (2) und (4) nicht berührt.
- (6) Die Vertragssprache ist deutsch.
- (7) Im Falle einer Online-Anmeldung kann die Anmeldende Eingabefehler dadurch korrigieren, dass sie den „zahlungspflichtig buchen“-Button nicht bestätigt, sondern stattdessen in ihrem Browserfenster auf die vorherigen Seiten klickt und im jeweiligen Eingabefenster die Angaben zur Anmeldung wie den ausgewählten Kurs, die Anmeldeadresse usw. korrigiert.
- (8) Die vhs speichert den Vertragstext, den die Anmeldende gesondert per E-Mail anfordern kann. Die Anmeldende hat darüber hinaus die Möglichkeit, den Vertragstext über die Nutzung der Druckfunktion ihres Browsers ausdrucken.

3. Vertragspartnerin und Teilnehmerin

- (1) Mit Abschluss des Veranstaltungsvertrags werden vertragliche Rechte und Pflichten nur zwischen der vhs als Veranstalterin und der Anmeldenden (Vertragspartnerin) begründet. Die Anmeldende kann das Recht zur Teilnahme auch für eine dritte Person (Teilnehmerin) begründen. Diese ist der vhs namentlich zu benennen. Eine Änderung in der Person der Teilnehmerin bedarf der Zustimmung der vhs. Diese darf die Zustimmung nicht ohne sachlichen Grund verweigern.
- (2) Für die Teilnehmerin gelten sämtliche die Vertragspartnerin betreffenden Regelungen sinngemäß.
- (3) Die vhs darf die Teilnahme von persönlichen und/oder sachlichen Voraussetzungen abhängig machen.

4. Entgelt und Veranstaltungstermin

- (1) Das Veranstaltungsentgelt ergibt sich aus der bei Eingang der Anmeldung aktuellen Ankündigung der vhs (Programm, Aushang, Internetauftritt).
- (2) Das Entgelt soll mit der Anmeldung bezahlt werden. Eine gesonderte Aufforderung ergeht nicht. Das Entgelt wird bei Ablehnung der Anmeldung in voller Höhe zurückerstattet.
- (3) Für Veranstaltungen, bei denen die vorgesehene Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird, wird das Entgelt neu festgelegt.
- (4) Die voraussichtlichen Kosten der bei einer Veranstaltung verbrauchten Materialien werden auf die Teilnehmenden umgelegt. Im Übrigen haben sie Kosten für Unterrichts- und Lehrmaterialien selbst zu tragen. Zudem kann ein Nutzungsbeitrag für besondere Aufwendungen erhoben werden.
- (5) Ist der nachträgliche Eintritt in Kurse pädagogisch und organisatorisch sinnvoll, ist nur das anteilige Entgelt zu bezahlen, wenn in der Regel 1/3 der geplanten Unterrichtsstunden zum Zeitpunkt des Eintritts bereits absolviert sind.
- (6) Prüfungskosten sind bei der Anmeldung in bar zu zahlen. Ermäßigung und Ratenzahlung sind hierbei ausgeschlossen.

5. Organisatorische Änderungen

- (1) Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch eine bestimmte Dozentin durchgeführt wird. Das gilt auch dann, wenn die Veranstaltung mit dem Namen einer Dozentin angekündigt wurde.
- (2) Die vhs kann aus sachlichem Grund Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern.
- (3) Muss eine Veranstaltungseinheit aus von der vhs nicht zu vertretenden Gründen ausfallen (beispielsweise wegen Erkrankung einer Dozentin), kann sie nachgeholt werden. Ein Anspruch hierauf besteht jedoch nicht. Wird die Veranstaltung nicht nachgeholt, gilt Ziffer 6 Abs. (2) Satz 2 und Satz 3 und Abs. (3) sinngemäß.
- (4) An gesetzlichen oder kirchlichen Feiertagen finden Veranstaltungen grundsätzlich nicht statt.

6. Rücktritt und Kündigung durch die vhs

- (1) Die Mindestzahl der Vertragspartnerinnen wird in der Ankündigung der Veranstaltung angegeben. Sie beträgt mangels einer solchen Angabe 10 Personen. Wird diese Mindestzahl nicht erreicht, kann die vhs vom Vertrag zurücktreten. Kosten entstehen der Vertragspartnerin hierdurch nicht.
- (2) Die vhs kann ferner vom Vertrag zurücktreten oder ihn kündigen, wenn eine Veranstaltung aus Gründen, die die vhs nicht zu vertreten hat (z. B. Ausfall einer Dozentin wegen Krankheit) ganz oder teilweise nicht stattfinden kann. In diesem Fall wird das Entgelt nach dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zum Gesamtumfang der Veranstaltung geschuldet. Das gilt dann nicht, wenn die Berechnung der erbrachten Teilleistung für die Vertragspartnerin unzumutbar wäre, insbesondere wenn die erbrachte Teilleistung für die Vertragspartnerin ohne Wert ist.
- (3) Die vhs wird die Vertragspartnerin über die Umstände, die sie nach Maßgabe der vorgenannten Abs. (1) und (2) zum Rücktritt berechtigen, innerhalb von 5 Werktagen informieren und ggf. das vorab entrichtete Entgelt erstatten.
- (4) Wird das geschuldete Entgelt (Ziffer 4) nicht innerhalb von 14 Tagen nach Vertragsschluss entrichtet, kann die vhs unter Androhung des Rücktritts eine Nachfrist zur Bezahlung setzen und sodann vom Vertrag zurücktreten. Die Vertragspartnerin schuldet in diesem Fall vorbehaltlich weitergehender Ansprüche für die Bearbeitung des Anmeldevorgangs eine Vergütung von 5% des Veranstaltungsentgelts, höchstens jedoch € 20,-. Der Vertragspartnerin steht der Nachweis offen, dass die tatsächlichen Kosten niedriger sind als die vereinbarte Pauschale.
- (5) Die vhs kann unter den Voraussetzungen des § 314 BGB kündigen. Ein wichtiger Grund liegt insbesondere in folgenden Fällen vor:
 - Gemeinschaftswidriges Verhalten in Veranstaltungen trotz vorangehender Abmahnung und Androhung der Kündigung durch die Dozentin, insbesondere Störung des Informations- bzw. Veranstaltungsbetriebes durch Lärm- und Geräuschbelästigungen oder durch querulatorisches Verhalten,
 - Ehrverletzungen aller Art gegenüber der Dozentin, gegenüber Vertragspartnerinnen oder Beschäftigten der vhs,
 - Diskriminierung von Personen wegen persönlicher Eigenschaften (Alter, Geschlecht, Hautfarbe, Volks- oder Religionszugehörigkeit etc.),
 - Missbrauch der Veranstaltungen für parteipolitische oder weltanschauliche Zwecke oder für Agitationen aller Art,
 - Beachtliche Verstöße gegen die Hausordnung.
 Statt einer Kündigung kann die vhs die Vertragspartnerin auch von einer Veranstaltungseinheit ausschließen. Der Vergütungsanspruch der vhs wird durch eine solche Kündigung oder durch einen Ausschluss nicht berührt.

7. Kündigung und Widerruf durch die Vertragspartnerin

- (1) Bei der Abmeldung von Studienreisen, Studienfahrten, Wochenendveranstaltungen, Tagesveranstaltungen (z. B. Kochkurs), Besichtigungsfahrten und Exkursionen hat die Vertragspartnerin sämtliche Kosten für bereits eingegangene Verpflichtungen gegenüber Dritten zu tragen (z. B. Lebensmittelkosten). Ersatzweise kann im Einvernehmen mit der Volkshochschule der freierwende Teilnehmerplatz durch eine andere Person belegt werden.
- (2) Kündigungen und Widerrufe durch die Vertragspartnerin müssen in Schriftform oder einer anderen kommunikationstechnisch gleichwertigen Form (Telefax, E-Mail) erfolgen. Nimmt die Teilnehmerin nicht an der Veranstaltung teil, so wird der Vergütungsanspruch der vhs nicht berührt.
- (3) Weist die Veranstaltung einen Mangel auf, der geeignet ist, das Ziel der Veranstaltung nachhaltig zu beeinträchtigen, hat die Vertragspartnerin die vhs auf den Mangel hinzuweisen und ihr innerhalb einer zu setzenden angemessenen Nachfrist Gelegenheit zu geben, den Mangel zu beseitigen. Geschieht dies nicht, kann die Vertragspartnerin nach Ablauf der Frist den Vertrag aus wichtigem Grund kündigen.
- (4) Die Vertragspartnerin kann den Vertrag ferner kündigen, wenn die weitere Teilnahme an der Veranstaltung wegen organisatorischer Änderungen (Ziffer 5) unzumutbar ist. In diesem Fall wird das Entgelt nach dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zur gesamten Veranstaltung geschuldet. Das gilt dann nicht, wenn die Berechnung der erbrachten Teilleistung für die Vertragspartnerin unzumutbar wäre, insbesondere wenn die erbrachte Teilleistung für die Vertragspartnerin wertlos ist.
- (5) Ein etwaiges gesetzliches Widerrufsrecht (z. B. bei Fernabsatzgeschäften) bleibt unberührt.
- (6) Macht die Vertragspartnerin von einem ihr zustehenden gesetzlichen Widerrufsrecht Gebrauch, so hat sie bereits erhaltene Unterrichtsmaterialien auf ihre Kosten zurückzusenden, soweit diese als Paket versandt werden können.

8. Schadenersatzansprüche

- (1) Schadenersatzansprüche der Vertragspartnerin gegen die vhs sind ausgeschlossen, außer bei Vorsatz und grober Fahrlässigkeit.
- (2) Der Ausschluss gemäß Abs. (1) gilt ferner dann nicht, wenn die vhs schuldhaft Rechte der Vertragspartnerin verletzt, die dieser nach Inhalt und Zweck des Vertrags gerade zu gewähren sind oder deren Erfüllung die ordnungsgemäße Durchführung des Vertrags überhaupt erst ermöglicht und auf deren Einhaltung die Vertragspartnerin regelmäßig vertraut (Kardinalpflichten), ferner nicht bei einer schuldhaften Verletzung von Leben, Körper oder Gesundheit.

9. Schlussbestimmungen

- (1) Das Recht, gegen Ansprüche der vhs aufzurechnen, wird ausgeschlossen, es sei denn, der Gegenanspruch ist rechtskräftig festgestellt oder unbestritten.
- (2) Ansprüche gegen die vhs sind nicht abtretbar.
- (3) Angaben zu Alter und Geschlecht dienen ausschließlich statistischen Zwecken. Der vhs ist die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten zu Zwecken der Vertragsdurchführung gestattet. Die Vertragspartnerin kann dem jederzeit widersprechen.

(Stand August 2017)

Datenschutzerklärung

1. Verantwortlichkeit

Die Stadt Oberndorf a. N. ist Verantwortlicher im Sinne des Datenschutzrechts.

2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden auf der Grundlage von Art. 6, Abs. 1B DSGVO, zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (markiert) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, E-Mail, Telefonnummer) kann kein Vertrag geschlossen werden.

Die Abfrage Ihrer E-Mailadresse, Festnetznummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet. Durch Angabe von IBAN und Name des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erhalten Sie eine Rechnung. Auf Wunsch können Sie das Kursentgelt in bar bei der Stadtkasse in der entrichten. Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

3. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen an den jeweiligen Kursleiter zur Durchführung des Kurses weiter. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z. B. Telc-Sprachprüfungen, Xpert-Prüfungen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung.

Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge weitergeben. Ferner kann bei Integrationskursen, Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an weitere Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung. Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsdatum) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

4. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die vhs die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

5. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung beziehungsweise bei Lastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

6. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der vhs gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen. Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen.

Die Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten lauten:

Stadt Oberndorf a. N., Klosterstr. 3, 78727 Oberndorf a. N., 07423 771124 oder datenschutz@oberndorf.de.

Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren: Der Landesbeauftragte für den Datenschutz und die Informationsfreiheit, Königstr. 10a, 70173 Stuttgart, 0711 615541-0 oder poststelle@lfdi.bwl.

Widerrufsrecht bei Fernabsatz

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsabschlusses. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns mittels einer eindeutigen Erklärung (z. B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Folgen des Widerrufs

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstigste Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistungen während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

vhs  Gemeinsam
für mehr Bildung

Ob ein Mensch klug ist,
erkennt man viel besser
an seinen Fragen
als an seinen Antworten.

Pierre Marc Gaston de Lévis (1764-1830)
französischer Politiker und Schriftsteller

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag 9.00 – 12.30 Uhr,
Montag bis Donnerstag 14.00 – 16.00 Uhr
Schwedenbau, Klosterstraße 14, I. Stock (Aufzug)

Kontakt

Telefon: 07423 77-1180
Fax: 07423 77-91181
Internet: www.vhs-oberndorf.de
E-Mail: vhs@oberndorf.de

