



Sommer Programm 2010

V viele
h herrliche
S sommertage

Inhalt	Seite
vhs unterwegs	1
Sommer in Atelier und Werkstatt	3
Junge Sommer-vhs	5
Für kühle Köpfe (im Sommer)	8
Nicht nur für den Urlaub	10
Leichte Sommerküche	14
Sommerfit	14
Fit für den Beruf	17
Ran an die Tasten	19



vhs unterwegs

1554 *neu!* Stadtgeschichtliche Führung in Ladenburg

Ladenburg ist eine von vielfältiger Vergangenheit geprägte Stadt. In römischer Zeit erlebte das 98 nach Christus gegründete Lopodunum eine erste Blütephase. Die Wormser Bischöfe schätzten die Stadt im Mittelalter als Sommerresidenz und leisteten so entscheidende Beiträge zu ihrer kulturellen und wirtschaftlichen Entwicklung. Carl Benz schließlich verbrachte seine letzten Lebensjahre in einer Villa am Rande der Altstadt.

Dr. Jürgen Zieher, M. A.

Sonntag, 18.07.2010, 14:00 – 16:00 Uhr
vhs unterwegs, Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben / 7,00 €

1556 W Grundinstandsetzung Wehr Wieblingen

An diesem Tag möchten das Wasser- und Schifffahrtsamt Heidelberg, das Amt für Neckarusbau Heidelberg und die vhs-Heidelberg die interessierte Öffentlichkeit über den aktuellen Fortgang der bis zum Jahr 2014 geplanten Baumaßnahme informieren. Die Führungen werden am Sonntag, 12.09.2010, um 11:00 Uhr und 14:00 Uhr stattfinden. Treffpunkt ist die Nordseite der Wehranlage am Trafohaus. Der Eintritt ist frei.

Bernd Walter, Amt für Neckarusbau Heidelberg

Sonntag, 12.09.2010, 11:00 – 16:00 Uhr
vhs unterwegs, Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben
Eintritt frei!

1622.02 Heil- und Wildkräuterführung

Zahlreiche Wildkräuter wie Wilder Oregano, Giersch, Schafgarbe, Löwenzahn, Johanniskraut und viele andere kann man an Wegesrändern, in Wiesen und in Gärten finden. Viele dieser Pflanzen können zu sehr schmackhaften Wildgemüsegerichten zubereitet werden oder sind in der Volksmedizin oder Phytotherapie von großer Bedeutung. Auf einer kleinen Wanderung werden Sie die wichtigsten Merkmale der verschiedenen Kräuter kennen lernen, so dass ein Wiedererkennen für Sie möglich ist. Sie erhalten mündliche und schriftliche Rezeptvorschläge für köstliche Wildkräuterzubereitungen sowie interessante Informationen zu den wichtigsten Inhaltsstoffen.

Birgit Dörffel-Hemm, Dipl.-Biol.

Sonntag, 29.08.2010, 15:00 – 18:00 Uhr
vhs unterwegs, Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben / 10,00 €

1634.04 Kanutour Neckar

Eine Paddeltour mit dem Kanu ist mehr als Sport. Es ist Erholung, Faszination und Abenteuer zugleich. Mit dem Boot kann man in zauberhafte, faszinierende Landschaften vordringen und sammelt dabei unvergessliche Eindrücke. Unter Anleitung und Bereitstellung der Boots-ausrüstung (Kajaks und Kanadier) kann dabei jeder sicher, erlebnisreich und ökologisch verträglich die Ausprägungsformen des Kanu-Sports erleben, wobei weniger der sportliche Ehrgeiz, als vielmehr das Gemeinschafts- und Naturerlebnis im Vordergrund steht. Kanuvorerfahrungen sind nicht erforderlich. Alle Touren sind auch für Kinder geeignet (kein Mindestalter). Ermäßigungen für Kinder sind allerdings nur bei den speziellen Eltern-Kinder-Touren möglich. Die Gebühr ist inkl. Leihgebühr, Ausrüstung, Bootstransport, Tourleitung

und Schwimmwesten. Alle Teilnehmenden müssen gut schwimmen können. Nähere Informationen entnehmen Sie bitte dem in der vhs ausliegenden Sonderprospekt mit Anmeldeabschnitt, der für die Anmeldung unbedingt erforderlich ist.

Oliver Brück

Sonntag, 12.09.2010, 09:00 – 18:00 Uhr
vhs unterwegs, Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben
46,00 € (ohne Ermäßigung)

■ 2116

Zeichnen im Schwetzingen Schlosspark

An einem Spätnachmittag im Schwetzingen Schlossgarten haben Sie Gelegenheit, verschiedene Attraktionen im Park (nach Absprache z. B. Orangerie, Apollotempel, Moschee, Minervatempel) näher kennen zu lernen und die Pflanzen in der Umgebung zu zeichnen. Zur Anregung werden Themen mit bildnerischen Schwerpunkten gestellt. AnfängerInnen und Fortgeschrittene sind willkommen und werden individuell in Bezug auf Arbeitsweise und Technik beraten. Bei schlechtem Wetter wird in der Moschee oder im Minervatempel gearbeitet.

Bitte Skizzenblock, Bleistifte und nach Wunsch Zeichenkohle, Farbstifte und -kreiden und einen Hocker mitbringen.

Treffpunkt: bei den Weltzeiturnen auf der Schlossterrasse hinter dem Haupteingang zum Park. Der Eintritt wird individuell gelöst.

Dr. Elisabeth Südkamp

Freitag, 16.07.2010, 17:00 – 20:00 Uhr
vhs außerhalb, Treffpunkt wie angegeben
10,80 € (+ Parkeintritt)

Rund um die Uhr
informieren und anmelden:

www.vhs-hd.de



■ 2117

Stadtlandschaft Architekturzeichnen und aquarellieren in Heidelberg

In der Stadt gibt es eine Fülle von Plätzen, die aufgrund ihrer architektonischen Strukturen sehr reizvoll zum Skizzieren und Aquarellieren sind. Die Auswahl reicht vom Barock über den Jugendstil zur Moderne, von der Gründerzeitvilla bis zur Industrieanlage. AnfängerInnen und Fortgeschrittene haben in dieser Woche Gelegenheit, an ausgewählten Plätzen mit kompeten-

ter Beratung zu arbeiten. Themen wie Perspektive und Bildaufbau ergänzen das Programm.

Bitte mitbringen: Skizzen- und Aquarellblock mindestens DIN A4, Aquarellfarben, harte und weiche Bleistifte, Radiergummi, Wasserglas und -behälter, Mallappen, Pinsel, Klapphocker (faltbar).

Treffpunkt am ersten Abend um 18:15 Uhr (bitte pünktlich!) in der vhs, Foyer im Parterre.

Ron Otter

Montag, 19.07.2010, 18:30 – 20:45 Uhr

Mittwoch, 21.07.2010, 18:30 – 20:45 Uhr

Freitag, 23.07.2010, 18:30 – 20:45 Uhr

vhs außerhalb, Treffpunkt wie angegeben
24,30 €

■ 2128

Aquarellieren auf dem Heidelberger Schloss

Landschaftsmalerei

Das Heidelberger Schloss mit seinem großen Park, der Schlossruine und den alten Bäumen hat schon die Romantiker angezogen. Wir wollen dort Skizzen von unserem Motiv erstellen und danach aquarellieren. Eine kurze Einführung in große Formen, Linien, Perspektiven sowie Licht und Schatten ergänzt den Kurs. Wir werden auch bei ungünstiger Witterung auf dem Schloss malen!

Bitte mitbringen: Bleistift, Skizzenpapier, Aquarellpapier und -farben (oder Wasserfarben), Pinsel, Wassergefäß, Lappen, Sitzhocker.

Treffpunkt (bitte pünktlich): 10:00 Uhr
Schlosskasse Sattelkammer

Sigrid Kiessling-Rossmann

Samstag, 10.07.2010, 10:00 – 18:00 Uhr
vhs außerhalb, Treffpunkt wie angegeben
27,00 €

■ 2704 neu!

„Von der Muse geküsst“ Theaterspiel unterwegs

Dieser Kurs sucht das Weite: Gemeinsam begeben wir uns auf die Suche nach magischen Orten, die uns zu ungeahnten Rollen führen. Heidelberg ist Inspiration und Kulisse zugleich. Wir spüren mit all unseren Sinnen Stimmungen auf und verdichten diese im Spiel, wir entdecken in der Natur um uns herum neue Ausdrucksmittel und konzentrieren sie in kleinen Rollen. Heidelberg und seine Umgebung erleben wir mit den Mitteln des Theaters einmal von einer ganz neuen Seite und lassen uns von seiner Muse küssen.

Der Kurs wendet sich an alle, die sich auf ein kleines Abenteuer im Freien einlassen wollen und dabei ihre theatralen Ausdrucksmöglichkeiten entwickeln möchten.

Bei schlechtem Wetter kann in der vhs gearbeitet werden, bitte Socken oder Gymnastikschuhe mitbringen.

Treffpunkt am 1. Termin: vhs, Raum U07

Petra Illing

dienstags, 19:00 – 22:00 Uhr,

ab 13.07.2010

vhs, Raum U07 / 3 Termine, 46,80 €

■ 2810z neu!

Lightscapes

Fotografie als Malen mit Licht

Mit einer neuen, bewussten Art ein Motiv zu sehen, entdecken Sie die faszinierend einfache Welt der Linien und Formen des visuellen Designs in der Fotografie. Spielen Sie mit den Strukturen des Lichts, mit dessen Rhythmus und Dominanz – ganz ohne Filter und digitale Effekte.

An verschiedenen Locations im Rhein-Neckar-Raum werden wir uns „auf die Spur“ dieses visuellen Designs begeben und mit Motiven aus Natur, Technik, Architektur und Landschaft arbeiten. Jeder Kurstag gliedert sich in drei Teile: Theoretische Grundlagen, ausgiebiges praktisches Fotografieren und gemeinsames Auswerten und Besprechen der Aufnahmen.

Voraussetzung: Spaß am Fotografieren (mit kleiner Digitalkamera oder Spiegelreflex), egal ob Sie AnfängerIn oder fortgeschritten sind.

Bitte mitbringen: Eigene Kamera, wenn möglich Stativ, Laptop und Lesegerät für die Kamerakarte.

Jürgen Kendzior

Samstag, 10.07.2010, 13:00 – 18:00 Uhr

Sonntag, 11.07.2010, 12:00 – 16:00 Uhr

Samstag, 17.07.2010, 11:00 – 16:15 Uhr

vhs, Raum 303

89,70 € (inkl. 17,50 € für Skript) Max. 8 TN

■ 2814 neu!

Drehort Heidelberg

Stadtphotografie für EinsteigerInnen

Das ZDF plant eine neue Fernsehserie, Heidelberg hat gute Chancen, den Zuschlag zu erhalten. Die Filmproduktion beauftragt Sie als „Location Scout“ (Entdecker origineller Drehorte), nach einem vorgegebenen Anforderungsprofil entsprechende Stadtkulissen zu finden und diese fotografisch zu dokumentieren.

Nach einem Einführungsabend können wir uns während einer ganztägigen Fotoexkursion am Samstag fotografisch mal so richtig „austoben“. Motive in der vielgestaltigen Stadtlandschaft können z. B. „Heidelberg am Wasser“, „Industrie(denkmal)“, „Alt und Neu“, „Das grüne Heidelberg“ sein. Am Sonntag werden wir unsere Schätze dann sichten, optimieren und eingehend besprechen mit

dem Ziel, eine Serie der besten Aufnahmen herzustellen, die zum Abschluss in einer digitalen Diaschau (Beamer) vorgestellt wird. Wer möchte, kann am Freitag schon erste Bilder zum Thema mitbringen (eine kleine Einführung wird 14 Tage vorher als E-Mail verschickt).

Teilnahmevoraussetzungen: Grundkenntnisse der Fotografie, eigene Digital-Kamera, Notebooks sind willkommen.

Ragnar Knittel

Freitag, 25.06.2010, 18:15 – 21:15 Uhr

Samstag, 26.06.2010, 10:00 – 17:00 Uhr

Sonntag, 27.06.2010, 10:00 – 16:00 Uhr

vhs, Raum 303 / 79,80 € (Max. 9 TN)

■ 2817

Tanzfotografie

Analog und digital

Vom 02. – 08.08. finden im Schwetzingen Schloss die Schwetzingen Tanztage statt. Im Rahmen dieses Workshops haben Sie die Möglichkeit, in den Zirkelsälen des Schlosses (täglich von 09:00/10:00 bis 17:00 Uhr) und teilweise auch während der Proben im Rokoko-Theater am Freitagabend/Samstagnachmittag zu fotografieren. Eine Aufteilung der Kursteilnehmenden auf die jeweiligen Tage wird im Kurs vorgenommen.

Voraussetzung für eine Teilnahme: rücksichtsvolles Auftreten, sicherer Umgang mit der Kamera, lichtstarkes Objektiv.

Günter Krämmer

Montag, 26.07.2010, 20:00 – 21:30 Uhr

Montag, 16.08.2010, 18:00 – 20:00 Uhr

vhs, Raum E07

57,00 € (ohne Garteneintritt) Max. 8 TN

■ 2828 **neu!**

Fotografie spezial: Ludwigshafen – Blaue Stunde

Stadtphotografie für EinsteigerInnen

An diesem Wochenende geht es darum, originelle Stadtkulissen in Ludwigshafen zu finden und diese im Bild zu dokumentieren. Nach einem Einführungsabend können wir uns während der ganztägigen Fotoexkursion am Samstag fotografisch so richtig „austoben“. Motive in der vielgestaltigen Stadtlandschaft können z. B. sein: „Ludwigshafen am Wasser“, „LU und die BASF“, „Das amerikanische LU“. Zum Finale am Abend werden wir versuchen, die ganz besondere Atmosphäre der „Blauen Stunde“ einzufangen und zu erfahren, welche Tipps & Tricks uns bei diesem faszinierenden Zusammenspiel von Rest-Tageslicht und Kunstlicht zu optimalen Bildern helfen. Am Sonntag werden wir unsere Schätze dann eingehend sichten und optimieren mit dem Ziel, eine Serie der besten Aufnahmen

herzustellen, die zum Abschluss in einer digitalen Diaschau (Beamer) vorgestellt wird. Wer möchte, kann am Freitag schon erste Bilder zum Thema mitbringen.

Teilnahmevoraussetzungen: Grundkenntnisse der Fotografie, sicherer Umgang mit der eigenen (Spiegelreflex-)Kamera.

Bitte bringen Sie Ihre Kamera und ein Stativ mit, Notebooks sind willkommen.

Ragnar Knittel

Freitag, 02.07.2010, 18:15 – 21:15 Uhr

Samstag, 03.07.2010,

12:00 – 18:00 und 19:00 – 22:00 Uhr

Sonntag, 04.07.2010, 12:00 – 16:00 Uhr

vhs, Raum E07 / 84,00 € (Max. 9 TN)

■ 3302

Inline-Skating – Für Fortgeschrittene

Für Erwachsene

Die Basisfahrtechniken werden wiederholt. Neu auf dem Programm stehen Speed-Skating-Techniken, Brems- und Kurventechniken, Fahren in der Gruppe, Spiele etc.

Wolfgang Heller

montags, 20:45 – 22:00 Uhr, ab 05.07.2010

Bunsengymnasium, Humboldtstraße 23,

Obere Sporthalle, Eingang Ecke Berliner/ Mönchhofstr.

4 Termine, 28,00 € (Ski Club-Mitglieder 19,50 €)

■ 42511.04

Chat-Walk – In English C1

„Kill two birds with one stone“! Take the opportunity to exchange ideas with other English speakers (native and non-native) while getting some exercise outdoors at the same time. Be prepared to talk in any weather and do the chatwalk! We'll meet at the corner of Kepler and Uferstrasse.

See you there!

Lisa Widmaier

freitags, 16:30 – 18:00 Uhr, ab 02.07.2010

vhs unterwegs, Treffpunkt wird bei An-

meldung bekannt gegeben

3 Termine, 19,80 € (begrenzte Teilnehmerzahl)

■ 43616

Promenades interactives en français B2 – C1

Vous aimez parler français, mais n'en avez pas souvent l'occasion. Vous appréciez également les promenades en petits groupes. Saisissez cette opportunité et «faites d'une pierre deux coups!» Venez perfectionner activement votre français en vous promenant dans un environnement naturel.

Nous allons «redécouvrir» ensemble Heidelberg et les bords du Neckar et discuter en petits groupes. Vous aurez ainsi la possibilité de prendre la parole, le plus souvent

possible, et de réactiver votre vocabulaire et grammaire. Profitez des beaux jours et de conversations détendues dans un cadre naturel!

Treffpunkt: am DLRG-Häuschen auf der Neckarwiese.

Séverine Sérot

Freitag, 25.06., 09.07. und 23.07.2010

19:00 – 20:30 Uhr

Donnerstag, 01.07., 15.07. und 29.07.2010

19:00 – 20:30 Uhr

vhs außerhalb, Treffpunkt wie angegeben 45,60 € (begrenzte Teilnehmerzahl)

■ 44818

La dolce vita B1

Italienisch in der Eisdielen

Sommer, Sonnenschein, erfrischendes Eis und entspanntes Plaudern auf Italienisch – was anmutet wie ein Urlaub in Italien, ist unser neuer Italienischkurs im Eis-Café. Genießen Sie la dolce vita!

Alessandra La Mattina

mittwochs, 11:00 – 12:00 Uhr,

ab 07.07.2010

vhs unterwegs, Treffpunkt wird bei An-

meldung bekannt gegeben

4 Termine, 10,40 €

■ 45626

Aprendo caminando!

¿Te gusta hablar en español pero no tienes muchas oportunidades de hacerlo? ¡Ahorra sí puedes! Vamos a hablar en pequeños grupos y en pareja para así sacar el mayor provecho posible. „Matar dos pájaros de un tiro“. Apúntate a intercambiar ideas en español mientras hacemos ejercicios al aire libre. Nos encontramos en la esquina Kepler y Uferstrasse. ¡Nos vemos!

Mercè Galobart, M. A.

donnerstags, 16:00 – 17:30 Uhr

ab 01.07.2010

vhs unterwegs, Treffpunkt wird bei An-

meldung bekannt gegeben

3 Termine, 19,80 €

Sommer in Atelier und Werkstatt

■ 2078 **neu!**

Romanwerkstatt

Sie haben schon viele Seiten geschrieben. Vielleicht liegt sogar ein fertiger Roman in der Schublade. Weil Sie Ihren Text gut kennen, sehen Sie die Schwachstellen darin nicht mehr, und ob er überhaupt beim Leser ankommt, wissen Sie auch nicht. Im Kurs wollen wir über Ihren Text sprechen. Wir wollen üben, wie Sie mit wenigen Worten Neugierde auf Ihren Roman we-

cken können. Zur Vorbereitung schicken Sie bis zum 22. Mai eine Leseprobe von acht bis zehn Seiten an Frau Meyer-Dammann, meyer-dammann@vhs-hd.de, oder an die Postadresse der vhs.

Dr. Anna-Luise Jordan

dienstags, 19:00 – 21:15 Uhr, ab 06.07.2010 vhs, Raum E07 / 4 Termine, 42,00 €

■ 2082 **neu!**

Schreibwerkstatt „Krimi“

Haben Sie Freude am Schreiben? Dann ist diese Wochenendwerkstatt genau das Richtige für Sie. Hier lernen Sie bewährte Methoden und Techniken kennen, die beim Schreiben helfen sollen. Denn: Am Anfang steht nicht das Talent, sondern das Handwerk. Auch Kreatives Schreiben kann trainiert und verbessert werden, wenn man weiß, wo man Stoffe und Ideen sammelt, wie man eine Handlung entwickelt, Spannung aufbaut, Dialoge schreibt, wie man erzählerische Rückblenden strukturiert und Figuren und Orte zum Leben erweckt. Die Schreibwerkstatt ist sowohl für Anfänger geeignet, als auch für diejenigen, die bereits veröffentlicht haben.

Karina Odenthal

Samstag, 28.08.2010, 10:00 – 17:00 Uhr

Sonntag, 29.08.2010, 10:00 – 15:00 Uhr

vhs in der Hauhecke, Karolingerweg 16, Raum 3 / 49,00 €

■ 2113

Sommerkurs Aktzeichnen

AnfängerInnen und Fortgeschrittene können sich in diesem Sommerkurs besonders intensiv und ohne Zeitdruck mit dem Aktzeichnen beschäftigen und die unterschiedlichsten Techniken einsetzen. In der täglichen Auseinandersetzung mit wechselnden Modellen werden sowohl die zeichnerischen Fähigkeiten als auch die visuelle Wahrnehmung geschult. Bitte mitbringen: Papier (DIN A3), Bleistift, Kohle, Kreide.

Bitte mitbringen: Papier (DIN A3), Bleistift, Kohle, Kreide.

Veronika Lüdke-Paulshofen

Montag, 05.07. bis Freitag, 09.07.2010

18:00 – 21:00 Uhr

vhs, Raum 403

5 Termine, 88,00 € (inkl. Modellgebühr)

■ 2140

All you can paint!

Ateliermalerei

Sie wissen was Sie malen wollen, aber nicht wie? Dann Sind Sie bei „All You Can Paint“ richtig, dem Intensiv-Maltag mit Veronika Lüdke. Die Malerin hilft Ihnen, Ihre ureigenen Bildideen umzusetzen. In entspannter Atmosphäre können so Bilder entstehen, die Ihre ganz individuelle Handschrift tragen. Dabei ist es egal, ob Sie Öl-,

Acryl- oder Aquarellfarben bevorzugen, ob Sie noch AnfängerIn sind oder den Pinsel routiniert schwingen, dieses Angebot ist genau für Sie konzipiert. Übrigens auch dann, wenn Sie wissen, wie Sie malen wollen, aber nicht was ... Gern können Sie sich vorab von der Kursleiterin beraten lassen. Material und Verpflegung (nach Bedarf) bitte mitbringen.

Veronika Lüdke-Paulshofen

Samstag, 26.06.2010, 09:00 – 18:00 Uhr

vhs, Raum 403 / 43,20 € (Max. 10 TN)

10 € Ermäßigung

für die Werbung
neuer Teilnehmer

■ 2204

Kreatives Drehen im Sommeratelier intensiv

Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Ein Workshop für alle, die für ein paar Stunden den Alltag vergessen und sich im sommerlichen Ateliergarten inspirieren lassen möchten. Mit Spaß und Experimentierlust können Sie sich an diesem Wochenende mit der Arbeit an der Töpferscheibe vertraut machen oder die schon vorhandenen Kenntnisse erweitern. AnfängerInnen erlernen die Grundlagen des Drehens auf der Töpferscheibe, Fortgeschrittene erhalten individuelle Hilfestellung z. B. bei hohen, eckigen oder ovalen Gefäßen. Die Umsetzung eigener Ideen wird begleitet und gefördert, der Stand Ihrer Vorkenntnisse individuell berücksichtigt. Die entstandenen Gefäße können mit verschiedenen Dekortechniken dekoriert oder mit Engobe bemalt werden, bevor sie glasiert und bei 1240 Grad zu hochwertiger Steinzeugkeramik gebrannt werden. Material- und Brennkosten werden im Kurs abgerechnet (pro Kilo ca. 7,50 €).

Der Glasurtermin findet nach Absprache in Helmstadt-Bargen statt.

Barbara Kullik-Kuch

Samstag, 10.07.2010, 09:45 – 17:30 Uhr

Sonntag, 11.07.2010, 09:45 – 14:15 Uhr

Anwesen 24, Rabanstr. 24, 74921 Helmstadt-Bargen

91,50 € (inkl. 6,00 € Scheibenmiete)

■ 2207

Gestalten mit Speckstein

Speckstein sieht nach Abschluss der Schleif- und Polierarbeiten aus wie Marmor, ist aber wesentlich weicher und somit leichter zu bearbeiten. Sie lernen an diesem Wochenende in vielfältigen Bearbeitungsverfahren die grundlegenden Ausdrucksmög-

lichkeiten des Materials Speckstein kennen. Bitte mitbringen: Holzraspeln und -feilen, alte Messer, Schleifpapier in verschiedenen Körnungen, Stahlwolle, Kittel oder Schürze. (Speckstein wird nach Verbrauch abgerechnet und am 1. Kurstag beim Kursleiter bezahlt.)

Dieter Baum

Samstag, 03.07.2010, 12:00 – 17:30 Uhr

Sonntag, 04.07.2010, 09:00 – 12:30 Uhr

vhs, Raum U03

39,80 € (inkl. 5,00 € Werkzeugbenutzungsgebühr)

■ 2209

Freie Plastik

abstrakt und figürlich

Es wird eine Technik angeboten, die es erlaubt, größere – natürlich auch kleinere – Skulpturen herzustellen, die im Vergleich zu ihrer Größe leicht handhabbar sind. Die Arbeit am Styroporblock als Kernmaterial und das Kaschieren mit Gips ermöglicht es. Diese Technik macht Spaß, ist leicht erlernbar und ermöglicht eine schnelle, effektive Umsetzung einer größeren bildhauerischen Idee. Am Ende kann der Gips eingefärbt, angemalt oder patiniert und auch wetterfest (nicht frostbeständig!) gemacht werden. Anregungen aus der Kunstgeschichte ergänzen das Thema. Material wird nach Verbrauch abgerechnet (ca. 20,00 – 25,00 €).

Bitte mitbringen: Arbeitskleidung, große Drahtbürste (wichtig!), Fuchsschwanz, Klebeband, Spachtel, scharfes großes Messer, vier blaue Plastiksäcke, preiswerte flache Pinsel (mind. 4 cm breit), Haushaltschwämme.

Veronika Witte

Freitag, 09.07.2010, 18:00 – 21:30 Uhr

Samstag, 10.07.2010, 10:00 – 18:00 Uhr

Sonntag, 11.07.2010, 10:00 – 14:45 Uhr

vhs, Raum U03 / 72,00 €

■ 2211

Freie Modellierwerkstatt

In Ton, PaperClay und Wachs

Der Workshop richtet sich an Interessierte (möglichst mit Vorerfahrung im Modellieren), die eigene freie skulpturale Ideen in Wachs/Ton oder PaperClay unter Anleitung realisieren oder nach Vorlagen arbeiten möchten.

PaperClay ist eine Mischung aus Ton und Zellulose (Papier), er ermöglicht vor allem filigrane dünnwandige Skulpturen zu bauen. Es ist stabiler und leichter als Ton. Modellierwachs ist ein Zwischenmaterial in der Bildhauerei, eine Vorstufe zum Bronzeguss und kann auch ein Endmaterial für eine Plastik sein. Sein spezieller Aggregatzustand von flüssig, weich bis fest erlaubt

Verbindungen mit anderen Materialien wie Stoff oder Metall. Das Material wird nach Verbrauch in ganzen Platten im Kurs abgerechnet. (PaperClay: 10 kg ca. 15,00 €, Modellierwachs (schwarz): 2 kg ca. 15,00 €). Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, mit welchem Material Sie arbeiten wollen. Bitte mitbringen: Arbeitskleidung, Klebeband, Spachtel, zwei Plastiksäcke, falls vorhanden Modellierwerkzeug.

Veronika Witte

Freitag, 16.07.2010, 18:00 – 21:30 Uhr

Samstag, 17.07.2010, 10:00 – 17:15 Uhr

Sonntag, 18.07.2010, 10:00 – 14:45 Uhr
vhs, Raum Uo2 / 81,70 €

2301

Grundlagen des Buchbindens

Die alte Handwerkskunst Buchbinden ist etwas Besonderes. Sie erfahren, woraus ein Buch besteht und wie es aufgebaut ist, wie man alte Bücher repariert und pflegt, wie man sie sorgfältig auseinander nimmt und neu einbindet. Es wird auch gezeigt, wie man lose Blätter, Manuskripte, Zeitschriften usw. aufbereitet und in Buchform bringt. Dabei wird nicht nur die Technik erläutert, sondern auch die Geschichte, Kultur und Ästhetik des Buches.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Workshop ist so angelegt, dass jede/r sowohl handwerklich als auch durch die Ausrüstung befähigt wird, später alleine weiter zu arbeiten. Bei schönem Wetter kann im Freien gearbeitet werden.

Bitte mitbringen: Zollstock, Bleistift, Schere, Teppichmesser (Cutter), 2 Leimpinsel (Borstenpinsel, Durchmesser 1 und 2,5 cm), ca. 150 Blatt DIN A4 Papier und – sofern vorhanden – Falzbein, Schneideschiene, Schraubenzieher oder einen Akkuschrauber.

Thomas Weil

Donnerstag, 01.07.2010, 19:00 – 22:00 Uhr

Freitag, 02.07.2010, 17:45 – 22:00 Uhr

Samstag, 03.07.2010, 09:00 – 19:00 Uhr
Künstlerische Werkstatt für Druck & Papier, Bäumengasse 9 (Handschuhsheim)
105,60 € (inkl. 30,00 € Material- u. Werkzeugkosten) Max. 9 TN

2411.09z

Nähen modischer Kleidung

Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Sie lernen, individuelle und modische Kleidung selbst zu nähen. Moderne Nähmaschinen stehen zur Verfügung, gern können Sie auch Ihre eigene Maschine mitbringen.

AnfängerInnen ohne Vorkenntnisse erfahren die wichtigsten Grundbegriffe des Nähens. Sie nähen ein Musterteil, lernen das Zuschneiden nach Schnittvorlagen (mit Anpassung an Ihre persönlichen Maße)

und nähen dann einen einfachen Rock bzw. Hose oder Kinderkleidung.

Bitte bringen Sie am ersten Abend mit: Schreibblock, Bleistift, Steck- und Näh-nadeln, Reihgarn, Maßband, Schere, evtl. Schnitt. Weitere Materialien werden im Kurs besprochen.

Teilnehmende mit Näherfahrung arbeiten nach ihrem persönlichen Wunsch unter fachkundiger Anleitung an diversen Kleidungsstücken. Bitte neben den oben angeführten Arbeitsmitteln folgende Materialien mitbringen: Schnitt, Stoff nach Anweisung des Schnittes, Schnitt- oder Packpapier, Kopierpapier, -papier, Schneidkerkreide, Tesafilm.

Bei weiteren Fragen beraten wir Sie gerne unter Tel. 91 19-35.

Heidrun Dürr

mittwochs, 19:00 – 22:00 Uhr,

ab 30.06.2010

vhs, Raum 303

5 Termine, 70,00 € (Max. 8 TN)

Junge Sommer-vhs

16053k *neu!*



Wir messen Entfernungen im Weltraum

Für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Wie weit ist die Sonne von der Erde entfernt und woher wussten das schon die Alten Griechen vor über 2 000 Jahren? Wie misst man Entfernungen zu Galaxien ohne dahin zu reisen? Astronomen haben im Laufe der Zeit geniale Methoden erfunden, um diese wichtigen Fragen beantworten zu können. Damit wir eine Vorstellung bekommen, wie groß die Entfernungen in unserem Planetensystem sind, werden wir ein Modell erstellen. Das ist, als ob wir unser gesamtes Sonnensystem verkleinern würden. Nur so werden wir uns die unendlichen Weiten des Weltraums veranschaulichen können. Der nächste Schritt in Richtung Zentrum der Milchstraße wird uns erst recht in Staunen versetzen: Das Weltall ist wirklich unvorstellbar groß!

Dr. Gerhard Hirth, Physiker und Astronom
Samstag, 10.07.2010, 13:00 – 14:30 Uhr
Stadtbibliothek Eppelheim, Jahnstr. 1,
Veranstaltungsraum / 6,00 €

Experimentelle Naturwissenschaften für Kinder

Kinder wollen selbst herausfinden, warum etwas so ist, wie es ist! Sie wollen über Zusammenhänge staunen und ergründen, was es damit auf sich hat! In diesen Kurseinheiten finden Kinder kreative

Anregungen zum Experimentieren und zur spielerischen Annäherung an naturwissenschaftliche und mathematische Sachverhalte – das machen Kinder gern und es unterstützt sie in ihrer gesamten Entwicklung! Bitte eine Schürze oder Wechselkleidung mitbringen.

16071k

Geräusche und Körperbalance

Für Kinder von 5 bis 7 Jahren

Heute braucht Ihr gute Ohren und eure Geschicklichkeit ist gefragt! Wir werden Geräusche erforschen, Körperbalance üben und einen Regenbogenkreisel bauen!

Jutta Häuselmann

Samstag, 24.07.2010, 14:00 – 17:00 Uhr

vhs, Raum Eo7

14,00 € (inkl. Materialkosten)

16072k

Warum gibt es Schatten?

Für Kinder von 5 bis 7 Jahren

Wir experimentieren und begeben uns durch Ausprobieren und Beobachten in das Reich der Naturwissenschaften. Wir gehen der Frage nach: Warum gibt es Schatten? Aber nicht nur das: Auch die Farben werden wir erkunden.

Jutta Häuselmann

Samstag, 17.07.2010, 14:00 – 17:00 Uhr

vhs, Raum Eo7

14,00 € (inkl. Materialkosten)

**KLAUS TSCHIRA STIFTUNG
GEMEINNÜTZIGE GMBH**

Durch eine Spende der Klaus Tschira Stiftung gemeinnütziger GmbH können Kinder aus Familien mit kleinem Einkommen/mehreren Kindern Gutscheine für die naturwissenschaftlichen Kurse bekommen. Fragen Sie bei der Anmeldung danach. Tel. 0 62 21/911 911

16073k

Wasserläufer

Für Kinder von 5 bis 7 Jahren

Wir beobachten, beschreiben und deuten Geheimnisse aus der Naturwissenschaft. Denn heute werden wir einen „Wasserläufer“ bauen und lassen auch ausprobieren! Und schließlich lassen wir noch Boote ohne Motor fahren!

Jutta Häuselmann

Samstag, 31.07.2010, 14:00 – 17:00 Uhr

vhs, Raum It. Aushang

14,00 € (inkl. Materialkosten)

■ Natürlich Heidelberg

Der UNESCO-Geopark Bergstraße-Odenwald, in dem die Stadt Heidelberg seit 2005 Mitglied ist, vereint eine reizvolle Landschaft die sich auf einer Fläche von 3 400 Quadratkilometern erstreckt. Heidelberg bildet das südliche Eingangstor. Die Forstabteilung des Landschafts- und Forstamtes ist die koordinierende Stelle für den Stadtkreis Heidelberg. Seit 2007 wird das Veranstaltungsprogramm „Natürlich Heidelberg“ herausgegeben in dem sowohl Führungen, Exkursionen und erlebnisorientierte Angebote im UNESCO-Geopark aber auch Veranstaltungen im Bereich Waldpädagogik und Waldwissen angeboten werden.

164ok

Erlebnis Ice Age für junge Geoforscher

Für Kinder im Grundschulalter

Der Begriff Eiszeit weckt die Vorstellung von riesigen Gletschern, Eismassen und Schneestürmen. War es damals wirklich so kalt in Heidelberg? Was haben Gletscher mit Bulldozern und Schmirgelpapier zu tun? Und was war das Feuerzeug des Homo heidelbergensis?

Als echte Geoforscher versuchen wir diese Fragen gemeinsam zu enträtseln. Außerdem werden wir zu ergründen versuchen, wie sich Höhlenbären, Wollnashörner und Mammutjäger vor der Kälte geschützt haben.

Bitte mitbringen: Ein kleines Vesper, feste Schuhe und wetterfeste Kleidung und Sonnencreme

Fabienne Thielmann, Dipl.-Geogr.

Samstag, 26.06.2010, 12:30 – 16:30 Uhr
vhs unterwegs, Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben / 10,00 €

1641k

Waldkugelbahn selbst bauen

Für Kinder im Grundschulalter

Bei dem Bau einer Kugelbahn dürft Ihr Euch mal richtig austoben. Dabei könnt Ihr all Eure Ideen zum Gelingen des Projektes einbringen und ausprobieren. Ganz leicht werden wir zu Konstrukteuren und Ingenieuren und stellen uns gegenseitig unsere kunstvollen Bauwerke vor.

Susanne Kleinmann, Dipl.-Geogr.

Samstag, 03.07.2010, 10:30 – 13:00 Uhr
vhs unterwegs, Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben
8,50 € (inkl. Materialkosten)

1642 neu!

Heidelberger Vulkane, Wüsten, Erdbeben?

Eine Wanderung durch 400 Mio. Jahre Erdgeschichte

In den letzten 400 Millionen Jahren erhoben sich hier Vulkane und Hochgebirge. Die Landschaft wurde mit Sandwüsten aber auch von einem Meer bedeckt. Erdbeben und tektonische Ereignisse prägten das Erscheinungsbild, durch diese formten sich Rheinebene, der markante Anstieg des Odenwalds und das Neckartal. Die Heidelberger Landschaft verrät durch viele Spuren in der Natur ihre Entstehung. Diese Spuren wollen wir entdecken und vor Ort interpretieren. Die Veranstaltung richtet sich an alle, die schon immer mal einen leicht verständlichen Überblick über die Erdgeschichte erhalten wollten. Mit vielen Illustrationen wird Ihnen die geologische Entstehungsgeschichte der Region erklärt. Der Endpunkt ist nicht der Ausgangspunkt der Wanderung. Der Rückweg ist entweder zu Fuß oder mit dem Bus (City-Tarif) zum Startpunkt möglich. Für Rollstühle und Kinderwagen leider nicht geeignet.

Dagmar Keller, Dipl.-Geologin

Sonntag, 11.07.2010, 11:00 – 13:30 Uhr
vhs unterwegs, Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben
9,00 € (Eigene Kinder bis 8 Jahre gebührenfrei, jedoch bitte mit anmelden.)

■ 1714.03k

Babysitterdiplom

Für Jugendliche von 13 und 17 Jahren

Hallo Teens! Seid Ihr zwischen 13 und 17 Jahre alt und würdet gerne als Babysitter jobben? Habt Ihr nur etwas Angst vor dem Wie? Dann seid Ihr genau richtig in diesem Kurs. An diesem Nachmittag wollen wir gemeinsam erarbeiten, was beim Babysitten wichtig ist: Woher bekomme ich eine Babysitterstelle? Wie geht das Vorgespräch mit den Eltern? Wie erleichtere ich dem Kind den Abschied von den Eltern? Wir üben das Wickeln mit Puppen, sowie Spiel und Spaß (je nach Alter), essen und schlafen gehen. Wir bearbeiten das Thema Sicherheit und üben, was bei Problemsituationen zu tun ist (kein Erste-Hilfe-Kurs). Am Ende bekommt Ihr eine Teilnahmebescheinigung als „geschulte/r BabysitterIn“ in Form des Babysitterdiploms der Metropolregion Rhein-Neckar.

Susan Hänggi, Hebamme

Samstag, 26.06.2010, 12:00 – 17:00 Uhr
vhs, Raum 108
15,00 € (mit Pausen / inkl. Kopien und „Diplom“)

STÄRKE

■ 1811k neu!

STÄRKE-Kurs: Babymassage

Die Indisch-Schwedische Babymassage ist ein schöner Weg für Mütter und Väter, ihrem Kind liebevolle und sanfte Zuwendung zu geben. So kann die Massage die Bindung zwischen dem Kind und seinen Eltern unterstützen. In der Ruhe der Kursstunden fällt es den Eltern leichter, die Signale ihres Babys noch besser verstehen lernen. Durch die Berührungen entspannen die Babys leichter und schlafen ruhiger. Die Kinder verbessern ihr Körpergefühl, außerdem werden Körperfunktionen wie die Verdauung gefördert, was Blähungen mildert. Für diesen Kurs kann der STÄRKE-Gutschein eingelöst werden.

Bitte ein großes Handtuch, eine wasser-dichte Unterlage und Babymassageöl mitbringen.

Susan Hänggi, Hebamme

montags, 11:00 – 12:30 Uhr, ab 28.06.2010
vhs, Raum Uo8 / 5 Termine, 40,00 €

■ PEKiP-Kurse für Babys, die ab Mai/Juni 2010 oder später geboren werden

Bitte lassen Sie sich per E-Mail unter: feier@vhs-hd.de unverbindlich vormerken. Wir übersenden Ihnen dann vor Beginn der Kurse das neue PEKiP-Programm als pdf-Datei per E-Mail.

■ Werden Sie PEKiP-GruppenleiterIn bei der vhs!

Sie haben eine abgeschlossene Zusatzausbildung als PEKiP-GruppenleiterIn? Dann bewerben Sie sich bei der vhs Heidelberg! Ihr Ansprechpartner ist Herr Feier (feier@vhs-hd.de, Tel.: 0 62 21/91 19-34). Wir freuen uns auf Sie!

■ 1853k

Wandern und Schnitzen: Rund um den Kohlhof

Für Eltern und Kinder ab etwa 7 Jahre

Ein Rundweg im Wald auf Wegen und Pfaden rund um den Kohlhof bei Heidelberg. Märchen von Bäumen und Holz inspirieren uns zum Schnitzen. Unterwegs sammeln wir Holzstücke und an geeigneter Stelle bearbeiten wir sie mit unseren Schnitzmessern, Schmirgelpapier u.a. Bitte Taschenmesser mitbringen. Eigene Kinder erhalten 20 % Ermäßigung.



Mechthild Goetze-Hillebrand, Dipl.-Bibl.
 Samstag, 10.07.2010, 14:30 – 17:30 Uhr
 vhs unterwegs, Treffpunkt wird bei An-
 meldung bekannt gegeben / 9,00 €

■ Erlebnisort Bauernhof



Zu Gast bei Kuh, Ziege, Kaninchen und Co.

Die Stallungen des Klosters Neuburg
 beherbergen eine Vielzahl verschiedener
 Nutztiere. Wir werden sie beobachten und
 einige auch streicheln können. Wie viel
 Liter Milch gibt eine Kuh am Tag? Während
 einer spannenden Hofralley werden wir die
 verschiedenen Tiere erkunden und ihren
 Nutzen kennen lernen. Wie und wofür
 wird die Milch der Kühe verarbeitet? Wir
 schütteln Butter aus Sahne und genießen
 Sie zusammen mit dem Käse der hofeigenen
 Kühe auf frischem Holzofenbrot, alles
 in biologischer Qualität. Zum Abschluss
 werden wir die Kühe von der Weide in den
 Melkstand begleiten.

1854.01k

Birgit Dörffel-Hemm, Dipl.-Biol.  
 Sonntag, 25.07.2010, 15:00 – 18:00 Uhr
 vhs unterwegs, Treffpunkt wird bei An-
 meldung bekannt gegeben
 12,00 € (Kinder ab 6 Jahren zahlen nur
 2,00 € Materialkosten)

1854.02k

Birgit Dörffel-Hemm, Dipl.-Biol.  
 Sonntag, 22.08.2010, 16:00 – 19:00 Uhr
 vhs unterwegs, Treffpunkt wird bei An-
 meldung bekannt gegeben
 12,00 € (Kinder ab 6 Jahren zahlen nur
 2,00 € Materialkosten)

■ 3134k neu!

Kochen für Teens

Für 12- bis 14-Jährige

Heute ist eure Kochkunst gefragt. Wir
 probieren Rezepte aus, die sich schnell
 und einfach zubereiten lassen. Lasst euch
 überraschen!

Bitte Schürze, Aufbewahrungsbox für
 Reste und Getränk mitbringen.

Yvonne Schüssler

Samstag, 03.07.2010, 10:00 – 13:00 Uhr
 vhs, Lehrküche
 15,00 € (inkl. 5,00 € Lebensmittelkosten)
 Anmeldeschluss: 01.07.2010

■ 41110k neu!

Sommerferien-Camp Deutsch für Kinder

Für 10- bis 12-Jährige aus Migrantenfamilien

Das Motto unseres Sommerferien-Camps
 Deutsch für Kinder ist: Lernen und viel
 Spaß miteinander haben. Es bedeutet: Sich
 in Heidelberg wie im Urlaub fühlen. Die
 intensive Beschäftigung mit der Zweit-
 sprache Deutsch wird uns den ganzen Tag
 begleiten, ob auf dem Schloss, bei einem
 Stadtbummel oder auf einer Schatzsu-
 che. Auch bei Gesellschaftsspielen, beim
 Filmanschauen oder beim Singen steht
 immer die Verbesserung der Deutsch-
 kenntnisse im Mittelpunkt.

Natalie Reiser

Montag, 23.08. bis Donnerstag,
 26.08.2010, 10:00 – 13:00 Uhr
 Helmholtz-Gymnasium, Rohrbacher
 Str. 102 – 106, Raum lt. Aushang
 4 Termine, 64,00 €

■ 42110k

Summer Camp English for Kids

Für 10- bis 12-Jährige

Das Motto unseres Summer Camps für
 Kinder, die nicht verreisen, ist: lernen und
 viel Spaß miteinander haben. Es bedeutet:
 vor Ort bleiben und sich trotzdem wie im
 Urlaub fühlen. Englisch wird uns den gan-
 zen Tag begleiten, ob im Heidelberger Zoo,
 bei outdoor activities oder indoor activities
 wie z. B. bei Gesellschaftsspielen: Englisch
 bleibt unsere Sprache.

Pauline Pyne

Natalie Reiser

Montag, 16.08. bis Donnerstag,
 19.08.2010, 10:00 – 13:00 Uhr
 Helmholtz-Gymnasium, Rohrbacher
 Str. 102 – 106, Raum lt. Aushang
 4 Termine, 64,00 €

■ 43614k

Französisch mit Lust und Spaß in den Sommerferien

Für Kinder von ca. 10 bis 12 Jahren

Das Motto unseres Sommerferien-Franzö-
 sischkurses für Kinder, die nicht verreisen,
 ist: lernen und viel Spaß miteinander
 haben. Es bedeutet: vor Ort bleiben und
 sich trotzdem wie im Urlaub fühlen. Fran-
 zösisch wird uns den ganzen Tag begleiten,
 ob auf dem Schloss, bei einem Stadtbum-
 mel oder auf einer Schatzsuche. Auch bei
 Gesellschaftsspielen, beim Filmanschauen
 oder beim Singen bleibt Französisch unsere
 Sprache.

Catherine Damoiseaux
 Montag, 06.09. bis Donnerstag,
 09.09.2010

10:00 – 13:00 Uhr
 Helmholtz-Gymnasium, Rohrbacher
 Str. 102 – 106, Raum lt. Aushang
 4 Termine, 64,00 €

■ 5601k

Internet-Computercamp für Kids

Für Kids von 11 bis 14 Jahren

Sicherlich bist du auch schon im Internet
 herumgeturnt. Und vielleicht interessiert
 es dich, etwas mehr darüber zu erfahren.
 Wie das ganze funktioniert. Wie Sachen
 da reinkommen und wieder rauskommen.
 Was man von dem Zeug da drin halten
 muss. Was man tun kann, damit man da
 keine „falschen Fehler“ macht. Um diese
 und ähnliche Fragen geht es in diesem
 Camp. Am Beispiel einer eigenen Websi-
 te, die gebastelt wird, bekommst du mit,
 was man im Internet alles machen kann.
 Wie man das am schlauesten anstellt. Und
 worauf du aufpassen musst. Zwischendrin
 geht es sportlich zu. Voraussetzung: Teil-
 nahme am Einsteiger-Computercamp oder
 vergleichbare Vorkenntnisse.

Gerald R. Hoelscher

Montag, 02.08. bis Mittwoch, 04.08.2010
 10:00 – 16:00 Uhr
 Helmholtz-Gymnasium, Rohrbacher
 Str. 102 – 106, Raum lt. Aushang
 3 Termine, 76,80 €

■ 5801.07k

Computerschreiben in 4 Lektionen

Für SchülerInnen von 10 bis 14 Jahren

Nach der ats-Methode

Ob im Studium, im Beruf oder privat –
 ohne PC geht nichts mehr. Fast jeder sitzt
 heute dran. Aber kaum jemand kann mit
 zehn Fingern blind schreiben. Mit diesem
 ats-System ist es nun möglich, die Tastatur
 eines Computers in nur vier Lektionen
 blind bedienen zu lernen. Klingt unglaub-
 lich, ist aber wahr. Das Trainingsprogramm
 kombiniert Erkenntnisse aus Pädagogik,
 Hirnforschung, Assoziations- und Visuali-
 sierungstechniken, um ein effektives und
 schnelles Lernen zu ermöglichen. Dazu
 erhaltet Ihr im Kurs vier Hefte mit weite-
 ren Übungen, die Ihr zu Hause oder am
 Arbeitsplatz weiterführen können. Denn
 auch hier gilt: „Übung macht den Meister!“.

Jeanette Falter

dienstags und donnerstags
 15:00 – 18:00 Uhr, ab 31.08.2010
 Helmholtz-Gymnasium, Rohrbacher
 Str. 102 – 106, Raum lt. Aushang
 2 Termine, 50,80 € (inkl. Skript)

Wer den Heidelberg Pass hat,
 bezahlt für alle Kurse
 nur die Hälfte!



■ 5802.02

**Schreiben am Computer
Ferienkurs (Mindestalter 12 Jahre)**

Kurze Einführung in folgende Themen: Erarbeitung der Buchstaben-Griffwege und Schnellschreibtraining zusammen mit einer kurzen Einführung in die Textverarbeitung. Teilnehmerkreis: Erwachsene, aber auch Jugendliche oder Kinder ab 12 Jahren.

Rainer Loewe

Donnerstag, 29.07. bis Montag,
02.08.2010

17:30 – 19:45 Uhr

Helmholtz-Gymnasium, Rohrbacher
Str. 102 – 106, Raum lt. Aushang
3 Termine, 36,90 €

■ 58209.02k

**Kinder-Knigge für 8- bis 12-Jährige
Kleine Menschen mit großen Manieren**

Auch für Kinder ist es ein entscheidender „Wettbewerbsvorteil“, höflich und souverän auftreten zu können: Was sage ich zur Begrüßung und wen grüße ich zuerst? Wie stelle ich mich vor? Körpersprache, Alltagssituationen (Party, Schule, Freunde), Verhalten am Telefon / Handy, korrekte Worte zur Verabschiedung, appetitlich speisen: Spaghetti & Co – Benehmen im Restaurant. Methoden: Rollenspiele, Quizfragen, Gruppenarbeit.

Yvonne Zeeb

Samstag, 28.08.2010, 10:00 – 13:00 Uhr
vhs in der Hauhecke, Karolingerweg 16
Raum 2 / 12,80 € (bereits ermäßigt)

Telefonische Anmeldung
nur mit Kontonummer
und BLZ!



■ 58210.02k

**Knigge für 13- bis 17-Jährige
Gewusst wie – Peinlichkeiten vermeiden!**

Auch für Jugendliche ist es ein entscheidender „Wettbewerbsvorteil“, höflich und souverän auftreten zu können: Was sage ich zur Begrüßung und wen grüße ich zuerst? Wie stelle ich mich vor? Körpersprache, Alltagssituationen (Party, Schule, Freunde), Verhalten am Telefon / Handy, korrekte Worte zur Verabschiedung, appetitlich speisen: Spaghetti & Co – Benehmen im Restaurant. Methoden: Rollenspiele, Quizfragen, Gruppenarbeit.

Yvonne Zeeb

Samstag, 28.08.2010, 14:00 – 17:00 Uhr
vhs in der Hauhecke, Karolingerweg 16
Raum 2 / 12,80 € (bereits ermäßigt)

Für kühle Köpfe (im Sommer)

**Gemeinsame Vortragsreihe der
Akademie der Wissenschaften und
der Volkshochschule**

Die Mitarbeiter der Akademie der Wissenschaften im Dialog mit der Öffentlichkeit: Die folgenden Vorträge stellen einzelne Aspekte der aktuellen Arbeit der verschiedenen Forschungsstellen der Akademie der Wissenschaften vor.

Vortragort: Vortragssaal der Heidelberger Akademie der Wissenschaften, Karlstraße 4, 69117 Heidelberg Kontakt: Dr. Ditte Bandini, Tel. 06221/ 543460, haw@adw.uni-heidelberg.de, www.haw.baden-wuerttemberg.de

■ 11003e neu!

**Nietzsche kommentieren.
Perspektiven und Probleme**

PD Dr. Andreas Urs Sommer
Donnerstag, 01. Juli 2010, 18:15 Uhr
Eintritt frei!

■ 11004e neu!

**... unsere wonneduftende Flöte ...
Überlegungen zur Kammermusik
mit Flöte am Hofe des Kurfürsten
Carl Theodor von der Pfalz**

Rüdiger Thomsen-Fürst
Donnerstag, 08. Juli 2010, 18:15 Uhr
Eintritt frei!

■ 1282

Chancen erkennen und wahrnehmen

Lohnende Geldanlagen in schwierigen Zeiten
Rezession, Wirtschaftskrise, Finanzkrise jede Zeitung – jede Nachrichtensendung überbietet sich mit neuen Horrormeldungen. Machen Sie sich frei davon und erkennen Sie die Chancen des antizyklischen Handelns. Wie erkenne ich gute Aktien? Wie ermittle ich die Wachstumschancen von Aktien? Wie kann ich riskante Anlagen testen? Sie lernen Kennzahlen, die Möglichkeiten und Grenzen der Chart-Analyse und den Test der Krisenfestigkeit von Aktiengesellschaften und deren Aktien kennen. Ein Seminar für Neueinsteiger und Leute, die sich schon auskennen. Hier erfahren Sie die neuesten Möglichkeiten, auch im Rohstoffsektor, die Chancen der „Krise“ für die Geldanlage zu erkennen und wahrzunehmen.

Reinhard Metz, Dipl.-Volkswirt

Samstag, 17.07.2010, 09:00 – 15:00 Uhr
vhs in der Hauhecke, Karolingerweg 16,
Raum 2 / 24,80 €

■ 1350

**Warum bin ich so? Warum handle
ich so?**

Der Kurs möchte ein anschauliches Konzept zur Erklärung menschlichen Handelns vorstellen, das auf der Individualpsychologie Alfred Adlers basiert und das uns hilft unsere inneren Antriebe besser zu verstehen. Menschen handeln auf der Grundlage innerer, oftmals unbewusster Ziele. Ist die innere Priorität eines Menschen z. B. „Bequemlichkeit“, so wird er sich sehr anders verhalten als ein Mensch mit der Priorität „Dominanz“, „Gefallen“ oder „Kontrolle“. Das im Kurs vorgestellte Konzept ermöglicht eine oft verblüffende Einsicht in die Natur des eigenen „So-Seins“.

Martin Noll, Dipl.-Soziologe

Montag, 12.07.2010, 18:15 – 21:15 Uhr
vhs, Raum 113 / 10,80 €

■ 1351

Was steht mir im Weg?

Wenn wir nicht weiterkommen in unserem Versuch unser Leben so zu gestalten wie wir es uns vorstellen, wenn wir Hindernisse erleben und es einfach nicht fließen will, machen wir oft bestimmte äußere Umstände oder Personen dafür verantwortlich und haben keine Einsicht für unsere eigene Beteiligung daran. In diesem Kurs wollen wir die Wirkweise unseres Denkens und der Einstellungen untersuchen, die aus diesem Denken folgen. Durch eine Technik der Selbstbefragung können eigene Gedanken „auf den Prüfstand“ gestellt werden. Der Inhalt der Veranstaltung ist inspiriert von „the work“ von Byron Katie.

Martin Noll, Dipl.-Soziologe

Donnerstag, 15.07.2010, 18:15 – 21:15 Uhr
vhs, Raum 113 / 10,80 €

■ 1352

Glücklichsein entsteht im Kopf

Wir leben in unserer Kultur sehr stark nach außen, registrieren Ereignisse, bewerten sie und erleben in uns die emotionale Antwort darauf. Das macht uns sehr davon abhängig möglichst Dinge zu erleben, die wir als „gut“ bewerten können um uns glücklich zu fühlen. Wir arbeiten hart dafür, solche Erfahrungen zu fördern und solche, die wir als „schlecht“ bewerten, zu minimieren. Das funktioniert aber nicht. Im Kurs soll ein neues Verständnis von Glücklichsein vorgestellt und besprochen werden: Glücklichsein kann unmittelbar

entstehen, wenn wir uns von dem permanent in uns ablaufenden Bewertungsprozess der Außenereignisse lösen und uns mit dem tief in uns sitzenden Bedürfnis nach Harmonie und Freude verbinden. Bitte eine Woche vor Kursbeginn anmelden.

Martin Noll, Dipl.-Soziologe
Dienstag, 20.07.2010, 18:15 – 21:15 Uhr
 vhs, Raum 113 / 10,80 €

■ **1353**
Die Lebenskunst des Loslassens

Das Prinzip des „Wu-Wei“, im chinesischen Taoismus bereits im 6. Jahrhundert v. Chr. erkannt und formuliert, bedeutet: „sich einer Handlung enthalten, die gegen den natürlichen Lauf der Dinge gerichtet wäre“. Wir könnten auch kurz „Loslassen“ sagen. Dieses Prinzip wird für uns, einseitig oft handlungsorientierte Menschen, immer wichtiger. Wie oft ist es für das rechte Gelingen unseres Alltagslebens besser abzuwarten als dauernd handelnd einzugreifen und Reifeprozesse zu stören? Im Kurs soll das Prinzip „Wu-Wei“ vorgestellt und unter dem Stichwort „Lebenskunst“ eine Anwendung auf unsere modernen Lebensverhältnisse gewagt werden.

Martin Noll, Dipl.-Soziologe
Donnerstag, 22.07.2010, 18:15 – 21:15 Uhr
 vhs, Raum 113 / 10,80 €

■ **1354**
Mach aus dir, was in dir steckt!

Jede/r strebt nach Glück, Zufriedenheit und Selbstverwirklichung. Die Wege, die wir dabei beschreiten, die Lebensweise, in der sich diese Suche ausdrückt, sind uns in starkem Maße von unserer Kultur und der Tradition vorgeschrieben. Das heißt bei uns: Tätig sein und es „zu etwas bringen“. „Was soll daran falsch sein?“, fragt man zu Recht. Eigentlich ist daran gar nichts falsch solange man die Voraussetzungen, die wir in unserem Wesen mit uns führen, die uns „eingeboren“ sind, berücksichtigen. Zuviel Unerledigtes in unserem Leben bleibt liegen und holt uns dann zur Unzeit wieder ein, auch weil wir von Altem, Überholtem nicht loslassen wollen. Hier möchte der Kursleiter ansetzen und erklären wie Lebensglück durch ein verfeinertes „Hören“ auf das wahre Wesen in uns praktisch verwirklicht werden kann.

Martin Noll, Dipl.-Soziologe
Montag, 26.07.2010, 18:15 – 21:15 Uhr
 vhs, Raum 113 / 10,80 €

■ **1355**
Positives Denken und Bestellungen beim Universum

Was kann der Mensch tun, damit Dinge und Zustände im Leben so werden wie er sie sich erwünscht und erhofft? Das Positive Denken (Dr. Murphy), eine aus den USA stammende psychologische Selbstmotivations- und, in neuerer Zeit, Autorinnen wie Bärbel Mohr mit ihren „Bestellungen beim Universum“ sehen den Menschen selbst als „Macher“ seines Schicksals. Die Veranstaltung möchte sich kritisch mit diesem populären Ansatz beschäftigen und seine Stärken, aber auch seine Schwächen und Denkfehler benennen.

Martin Noll, Dipl.-Soziologe
Mittwoch, 28.07.2010, 18:15 – 21:15 Uhr
 vhs, Raum 113 / 10,80 €

Bitte melden Sie sich mindestens 1 Woche vor Kursbeginn an.
 – Das sichert Ihnen den Kursplatz
 – Das erleichtert den Dozenten die Vorbereitung
 – Das ermöglicht uns eine perfekte Organisation
 Die Gebühr buchen wir erst bei Kursbeginn von Ihrem Konto ab.



■ **1423**
Philosophinnen und das jeweils Andere: Simone Weil (1909 – 1943)
Kursangebot im Rahmen des Philosophischen Cafés zwei-stein.

Hans Th. Flory, M. A.
Samstag, 10.07.2010, 11:00 – 14:00 Uhr
 vhs, Cafeteria
 11,50 € (erm. 7,00 €, nur Tageskasse, inkl. Getränke)

■ **Einführung in die Weltreligionen**

Um zu verstehen was es für die Menschen der Welt bedeutet religiös zu denken, wollen wir uns an diesen Abenden einen Einblick in die Religionen der Welt verschaffen: Christentum, Islam, Buddhismus, Judentum, Hinduismus sowie die östlichen Philosophien von Konfuzius und LaoTse. Wir werden Vergleiche ziehen und Verständnis für die religiösen Kulturen fördern. Eine Betrachtung der Religion aus psychologischer und philosophischer Sicht trägt ebenfalls dazu bei. Die beiden Abende können unabhängig voneinander besucht werden.

1443
Judentum, Christentum, Islam

Dr. phil. Ralf W. Zuber
Mittwoch, 30.06.2010, 18:15 – 21:45 Uhr
 vhs, Raum 106 / 10,80 €

1444
Hinduismus, Buddhismus, Konfuzius, LaoTse

Dr. phil. Ralf W. Zuber
Mittwoch, 07.07.2010, 18:15 – 21:45 Uhr
 vhs, Raum 108 / 10,80 €

■ **1550e neu!**
Ruprecht von der Pfalz – ein „kleiner“ König?

Schon vielen Zeitgenossen und mehr noch heutigen Historikern gilt Ruprecht von der Pfalz als der deutsche König mit dem geringsten politischen Aktionsradius und Handlungsspielraum. Peter Moraw bezeichnet ihn gar als einen „gescheiterten König“. Welche Ansätze zur Neubewertung seiner Regierungszeit ein Blick auf Ruprechts Heiratspolitik, auf seine dynastische Rason und auf seine Reformpolitik bieten, ist Thema des Vortrages von Prof. Dr. Oliver Auge (Universität Kiel). In Kooperation mit der vhs Heidelberg spricht er in der Reihe der „Heidelberger Vorträge zur Landesgeschichte“, mit der das Institut für Fränkisch-Pfälzische Geschichte und Landeskunde der Universität Heidelberg ein Forum für aktuelle Forschungen zum deutschen Südwesten bietet.

Prof. Dr. Oliver Auge
Mittwoch, 30.06.2010, 18:15 Uhr
 Universität Heidelberg, Grabengasse 3 – 5
 Hörsaal
 Eintritt frei!

■ **2075 neu!**
Buenos Días Argentina
Einblick in die argentinische Literatur

Die lateinamerikanischen Literaturen haben in den vergangenen Jahren eine immense Bedeutung erlangt, nicht zuletzt, weil sie uns historisch gewachsene Kulturen in ihrer Andersheit vorführen und große Innovationen in die Weltliteratur gebracht haben. 2010 ist Argentinien Gastland bei der Frankfurter Buchmesse. Um Sie auf das Thema einzustimmen, möchten wir in gemütlicher Runde bei einer Tasse Kaffee am Sonntagmorgen zwei Kurzgeschichten aus dem großen Angebot herausgreifen, um so zwei große argentinische Schriftsteller kennenzulernen, die die Literatur des 20. Jahrhunderts wesentlich mitgeprägt haben: Jorge Luis Borges und Julio Cortázar.

Dr. Ulrike Mielke
Sonntag, 04.07.2010, 10:00 – 13:00 Uhr
 vhs, Raum 114 / 15,20 €

Nicht nur für den Urlaub ...

■ 4177

Crashkurs Grammatik B1/B2

Ein Kurs für alle, die ihre Grammatikkenntnisse (z. B. Passiv, Konjunktiv II, Nebensätze) anhand von Dialogen und Texten wiederholen und festigen wollen.

Franka Suerbaum-Ahrens

Dienstag, 14.09. bis Freitag, 17.09.2010

09:00 – 13:00 Uhr

vhs, Raum lt. Aushang

4 Termine, 76,00 € (begrenzte Teilnehmerzahl)

■ 4173.02

Mittelstufe 3 C1

Dritter Teil und Prüfungsvorbereitung Goethe-Zertifikat C1. Die Teilnahme an der Prüfung ist nicht obligatorisch.

Teilnahmevoraussetzung: Besuch von Mittelstufe 2 oder Einstufungstest.

Dozententeam

Montag, 27.09. bis Freitag, 22.10.2010

09:00 – 13:00 Uhr

vhs, Raum lt. Aushang

20 Termine, 223,00 €

■ 4189 *neu!***Prüfungsvorbereitung auf das Goethe-Zertifikat C1****Wochenendkurs**

Intensive Vorbereitung auf das Goethe-Zertifikat C1. Der Kurs kann auch von den TeilnehmerInnen der anderen Mittelstufenkurse als zusätzliche Prüfungsvorbereitung genutzt werden.

Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben; es unterscheidet sich von dem in anderen Kursen verwendeten Material.

Nächster Prüfungstermin: 17.07.2010

Anmeldung bis 21.05.2010

Torsten Stöber

Freitag, 25.06. und 02.07.2010

18:15 – 21:15 Uhr

Samstag, 26.06. und 03.07.2010

15:00 – 18:00 Uhr

Sonntag, 27.06. und 04.07.2010

10:00 – 13:00 Uhr

vhs, Raum lt. Aushang

85,20 € (inkl. Kopien)

■ 4185.03

Vorbereitung auf den TestDaF C1/C2

Sie wollen in Deutschland studieren oder brauchen einen international anerkannten Nachweis Ihrer Deutschkenntnisse für wissenschaftliche Vorhaben und akademische Berufe? Dann ist der Test DaF die richtige Sprachprüfung für Sie. In diesem Kurs bereiten Sie sich intensiv darauf vor.

Dozententeam

Montag, 30.08. bis Freitag, 24.09.2010

14:00 – 17:15 Uhr

Helmholtz-Gymnasium, Rohrbacher

Str. 102 – 106, Raum lt. Aushang

20 Termine, 267,00 €

■ 4186

Vorbereitung auf die DSH C2

Intensive Vorbereitung auf die Deutsche Sprachprüfung für den Hochschulzugang ausländischer StudienbewerberInnen (DSH).

Die DSH wird von der Universität durchgeführt. Bitte informieren Sie sich dort über die Termine und die erforderlichen Voraussetzungen.

Teilnahmevoraussetzung: Besuch eines Vorbereitungskurses auf das Goethe-Zertifikat C1 oder entsprechender Kenntnisstand (evtl. Test).

Dozententeam

Montag, 30.08. bis Freitag, 24.09.2010

09:00 – 13:00 Uhr

Helmholtz-Gymnasium, Rohrbacher

Str. 102 – 106, Raum lt. Aushang

20 Termine, 330,00 €

■ 42116

Fit für A2?

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die ihre Sprachkenntnisse auf dem Niveau A1 (Inhalte des Buches Fairway 1) vertiefen möchten. Idealer Einstieg für das Niveau A2, denn nach diesem Kurs sind Sie fit für Fairway 2, Module 1 – 3, im Semester 2 – 2010

Nadine Neigel

montags und mittwochs, 17:30 – 19:45 Uhr

ab 16.08.2010

Helmholtz-Gymnasium, Rohrbacher

Str. 102 – 106, Raum lt. Aushang

6 Termine, 68,40 € (begrenzte Teilnehmerzahl)

■ 42321

English Refresher Weekend B1

A weekend for those of you who have no time for an ongoing course, but want to take the opportunity to practice English speaking with a native speaker, as well as enjoy a quick review of the use of different tenses to talk about the past, future and the conditional. We will use practical situations and your own experience to make it a fun and useful 12 lessons.

Michelle Renée Diehl

Samstag, 17.07.2010, 10:00 – 17:00 Uhr

Sonntag, 18.07.2010, 10:00 – 13:00 Uhr

vhs, Raum 113 / 45,60 €

■ **Communicative Summer Refresher Course B1**

Für Personen mit Mittlerer Reife oder ähnlichem Kenntnisstand, die möglichst rasch und intensiv ihre Englischkenntnisse auffrischen wollen.

Lehrbuch: A New Start, Englisch für Wiedereinsteiger, New Edition, Refresher B1, Cornelsen, Course Book mit Home Study CD, ISBN: 3-464-06175-2

42352.01

Nadine Neigel

Montag, 26.07. bis Freitag, 06.08.2010

09:00 – 12:00 Uhr

vhs, Raum 304a / 10 Termine, 160,00 €

42352.02

Nadine Neigel

Montag, 09.08. bis Freitag, 20.08.2010

09:00 – 12:00 Uhr

Helmholtz-Gymnasium, Rohrbacher

Str. 102 – 106, Raum lt. Aushang

10 Termine, 160,00 €

■ 42361.04

Intensive Conversation in English B1 – B2

Target group:

Intermediate learners who enjoy discussion and want to improve their ability to express their views about various topics. Topics:

Through a variety of conversational topics and activities you'll have the opportunity to build up your vocabulary, review problematic grammar points and exchange opinions in group discussions.

Salvador Shabbir

Montag, 05.07. bis Mittwoch, 28.07.2010

16:30 – 18:00 Uhr

vhs, Raum 114

8 Termine, 60,80 € / begrenzte Teilnehmerzahl

■ 42613e

An Evening of Readings by Local Writers

An informal evening of poetry and prose written by local English-language authors and sponsored by Heidelberg Writers group and the Heidelberg Review. Readings will be in English, and there will be opportunity for discussion with the authors of the works read.

If you want to get to know more about the Heidelberg Writers Group please check website <http://hwg.bluebottlefly.com> and perhaps you feel like becoming a member?

Dallman Ross

Dienstag, 06.07.2010, 19:30 – 21:00 Uhr

vhs, Cafeteria

Eintritt frei! (begrenzte Teilnehmerzahl)

Deutsch als Fremdsprache – Intensivkurse A1–B1

Lesen und Schreiben

Lesen und Schreiben A1

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse:

In diesem Kurs lernen Sie das lateinische Alphabet und üben Deutsch zu lesen, zu schreiben und zu sprechen.

4120.03

Montag, 05.07.2010
bis Freitag, 30.07.2010
vhs, Raum lt. Kursticket
täglich von 14:00 bis 18:00 Uhr
20 Termine, 100 U-Std., 235,00 €

Basiskurse

Basiskurs 1 A1	Basiskurs 2 A1	Basiskurs 3 A2
Für Anfänger ohne Vorkenntnisse Voraussetzung: Beherrschung der lateinischen Schrift Lehrbuch: TANGRAM aktuell 1, Lektion 1–4, Hueber, ISBN 3-19-001801-4 täglich von 09:00 – 13:00 Uhr 20 Termine, 100 U-Std., 235,00 €	Folgekurs von Deutsch Basiskurs 1 A1 Voraussetzung: Basiskurs 1 A1 oder Einstufungstest Lehrbuch: TANGRAM aktuell 1, Lektion 5–8, Hueber, ISBN 3-19-001802-2 täglich von 09:00 – 13:00 Uhr 20 Termine, 100 U-Std., 235,00 €	Folgekurs von Deutsch Basiskurs 2 A1 Voraussetzung: Basiskurs 2 A1 oder Einstufungstest Lehrbuch: TANGRAM aktuell 2, Lektion 1–4, Hueber, ISBN 3-19-001816-2 täglich von 09:00 – 13:00 Uhr 20 Termine, 100 U-Std., 235,00 €
4130.04 Mo., 28.06.2010 bis Fr., 23.07.2010	4131.04 Mo., 28.06.2010 bis Fr., 23.07.2010	4140.04 Mo., 28.06.2010 bis Fr., 23.07.2010
4130.05 Mo., 26.07.2010 bis Fr., 20.08.2010	4131.05 Mo., 26.07.2010 bis Fr., 20.08.2010	4140.05 Mo., 26.07.2010 bis Fr., 20.08.2010
4130.06 Mo., 23.08.2010 bis Fr., 24.09.2010	4131.06 Mo., 23.08.2010 bis Fr., 24.09.2010	4140.06 Mo., 23.08.2010 bis Fr., 24.09.2010
	F	F

Aufbaukurse

Aufbaukurs 1 A2	Aufbaukurs 2 B1	Aufbaukurs 3 B1
Folgekurs von Deutsch Basiskurs 3 A2 Voraussetzung: Basiskurs 3 A2 oder Einstufungstest Lehrbuch: TANGRAM aktuell 2, Lektion 5–8, Hueber, ISBN 3-19-001817-0 täglich von 09:00 – 13:00 Uhr 20 Termine, 100 U-Std., 235,00 €	Folgekurs von Deutsch Aufbaukurs 1 A2 Voraussetzung: Aufbaukurs 1 A2 oder Einstufungstest Lehrbuch: TANGRAM aktuell 3, Lektion 1–4, ISBN 3-19-001818-9 täglich von 09:00 – 13:00 Uhr 20 Termine, 100 U-Std., 235,00 €	Folgekurs von Deutsch Aufbaukurs 2 B1 Voraussetzung: Aufbaukurs 2 B1 oder Einstufungstest Lehrbuch: TANGRAM aktuell 3, Lektion 5–8, ISBN 3-19-001819-7 täglich von 09:00 – 13:00 Uhr 20 Termine, 100 U-Std., 235,00 €
4141.04 Mo., 28.06.2010 bis Fr., 23.07.2010	4150.04 Mo., 28.06.2010 bis Fr., 23.07.2010	4151.04 Mo., 28.06.2010 bis Fr., 23.07.2010
4141.05 Mo., 26.07.2010 bis Fr., 20.08.2010	4150.05 Mo., 26.07.2010 bis Fr., 20.08.2010	4151.05 Mo., 26.07.2010 bis Fr., 20.08.2010
4141.06 Mo., 23.08.2010 bis Fr., 24.09.2010	4150.06 Mo., 23.08.2010 bis Fr., 24.09.2010	4151.06 Mo., 23.08.2010 bis Fr., 24.09.2010
	F	F

Orientierungskurse

Der Orientierungskurs vermittelt Kenntnisse zum politischen System, zur deutschen Gesellschaft und Geschichte.

täglich von 09:00 – 13:00 Uhr
9 Termine, 90,00 €

Die Orientierungskurse beginnen monatlich nach dem Aufbaukurs 3 B1:
28.06.2010 / 26.07.2010 / 27.09.2010

F = Kursfreie Zeit vom 13. bis 17.09.2010

■ Französisch Intensiv am Wochenende A1

Sie wollen möglichst schnell und intensiv in die französische Sprache einsteigen, können aber keinen Abendkurs besuchen? Dann sind unsere Wochenend-Intensivkurse die Alternative für Sie! Wir erarbeiten und üben Wortschatz und Grammatik anhand von Spielübungen und einfachen Texten, Comics usw. Dieser Kurs eignet sich auch gut als Vorbereitung für den Urlaub in einem französischsprachigen Land. Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben.

43024 Französisch Intensiv am Wochenende 1 A1

Anfängerkurs

Arlette Paresys

Freitag, 25.06.2010, 18:15 – 21:15 Uhr

Samstag, 26.06.2010, 15:00 – 18:00 Uhr

Sonntag, 27.06.2010, 10:00 – 13:00 Uhr

vhs, Raum 304a / 39,60 €

Parkplätze sind knapp!

Pfiffige vhs-Ler nutzen Bus,
Bahn oder Rad!



43025 Französisch Intensiv am Wochenende 2 A1

Arlette Paresys

Freitag, 16.07.2010, 18:15 – 21:15 Uhr

Samstag, 17.07.2010, 15:00 – 18:00 Uhr

Sonntag, 18.07.2010, 10:00 – 13:00 Uhr

vhs, Raum 304a / 39,60 €

43026 Französisch Intensiv am Wochenende 3 A1

Arlette Paresys

Freitag, 23.07.2010, 18:15 – 21:15 Uhr

Samstag, 24.07.2010, 15:00 – 18:00 Uhr

Sonntag, 25.07.2010, 10:00 – 13:00 Uhr

vhs, Raum 304a / 39,60 €

■ 43615 Conversation de tous les jours en été B1

Vous désirez depuis longtemps bavarder en français sur des thèmes de tous les jours. Ce cours vous en donne la possibilité sans exiger un niveau élevé. Le but est de parler, la grammaire secondaire.

Eliane Faudon

dienstags und donnerstags

18:15 – 19:45 Uhr, ab 06.07.2010

Helmholtz-Gymnasium, Rohrbacher

Str. 102 – 106, Raum 206

6 Termine, 45,60 €

■ 43617 neu! Rythmes et Rap B2/C1

Une langue vivante musicale

Une langue aux couleurs d'une jeune génération – ce qu'ils ont à dire et comment ils le disent – je vous propose de le découvrir ensemble!

Jennifer Isgro

samstags, 10:00 – 11:30 Uhr

ab 10.07.2010

vhs, Raum E01

2 Termine, 15,20 € (begrenzte Teilnehmerzahl)

■ 44817 Italienisch für den Urlaub A1

Italien und dolce vita gehören einfach zusammen, denn Pasta, Vino oder Latte Macchiato schmecken nirgendwo so gut wie in Italien! Hatten Sie nach dem letzten Urlaub vielleicht den Vorsatz, Italienisch zu lernen? Es ist nie zu spät. Verwirklichen Sie jetzt Ihre Absicht, damit Sie im nächsten Urlaub ...

... mehr verstehen,

... alle Informationen erfragen können, die Sie brauchen,

... Kontakte mit Einheimischen knüpfen können.

Maria-Lucia Di Miceli

Freitag, 23.07.2010, 18:15 – 21:15 Uhr

Samstag, 24.07.2010, 15:00 – 18:00 Uhr

Sonntag, 25.07.2010, 10:00 – 13:00 Uhr

vhs, Raum 114 / 31,20 €

■ 44816 Viaggio in Sicilia B1/B2

Conoscere la Sicilia, le sue città e la sua cultura. Il corso è indirizzato a tutti coloro che hanno delle discrete conoscenze dell'italiano. Attraverso i testi conosceremo la Sicilia, approfondiremo il vocabolario e alcuni temi di grammatica.

Maria-Lucia Di Miceli

mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr

ab 30.06.2010

Helmholtz-Gymnasium, Rohrbacher

Str. 102 – 106, Raum 202

6 Termine, 31,20 €

■ 45628 Spanisch für den Urlaub A1 Anfängerkurs

Planen Sie Urlaub in Spanien oder Südamerika und wollen sich auf Spanisch verständlich machen? Auf unterhaltsame Art führt Sie der Kurs in Aussprache und elementare Grundstrukturen der wichtigsten Urlaubssituationen ein, wie sie Ihnen z. B. im Flughafen, Hotel oder Restaurant, beim Einkaufen usw. begegnen.

Mónica Gamonal Pineda
montags, 10:45 – 12:15 Uhr, ab 05.07.2010
vhs, Raum lt. Aushang
4 Termine, 26,40 €

■ 45014.02 Spanisch für fortgeschrittene Anfänger A1

Sie möchten möglichst schnell Ihre Spanisch-Kenntnisse ausbauen und sind bereit, dafür in einer Kleingruppe intensiv zu arbeiten? Der Kurs bearbeitet im Lehrbuch:

Caminos Plus 1, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett, ISBN 978-3-12-514941-0, die Lektionen 13 – 16.

■ 45014.01 Spanisch – Modul 4 A2

Katina Rojas

montags und donnerstags,

18:15 – 21:15 Uhr

ab 05.07.2010

Außenstelle der JSS, Rohrbacher Str. 100,

Raum 108 / EG

6 Termine, 91,20 € (begrenzte Teilnehmerzahl)

■ 45014.02 Spanisch – Modul 4 A2

Mercè Galobart, M. A.

dienstags und donnerstags

18:15 – 21:15 Uhr, ab 29.06.2010

vhs, Raum lt. Aushang

6 Termine, 91,20 € (begrenzte Teilnehmerzahl)

■ Spanisch Sommerintensivkurse A1

Die „Spanisch-Sommerintensivkurse“ richten sich an Teilnehmer, die in der Ferienzeit schnell und sehr intensiv die Grundlagen der spanischen Sprache erlernen möchten. Wir werden uns jeden Tag treffen und reichlich Zeit haben viel zu üben und viel zu sprechen!

Die Module sind einzeln buchbar. Lehrbuch: Caminos plus 1, Klett, Lehr- und Arbeitsbuch.

Wenn Sie unsicher sind, ob dies der richtige Kurs für Sie ist, beraten wir Sie gerne persönlich. unter Tel.: 0 62 21/91 19-60.

45611 Spanisch intensiv im Sommer 1 A1 Anfängerkurs

ab Lektion 1

Mercè Galobart, M. A.

Montag, 28.06. bis Freitag, 09.07.2010

10:00 – 13:00 Uhr

vhs, Raum lt. Aushang

10 Termine, 132,00 €

45612

Spanisch intensiv im Sommer 2 A1

ab Lektion 5

Mercè Galobart, M. A.

Montag, 12.07. bis Freitag, 23.07.2010

10:00 – 13:00 Uhr

vhs, Raum lt. Aushang

10 Termine, 132,00 €

45613

Spanisch intensiv im Sommer 3 A1

ab Lektion 9

Mercè Galobart, M. A.

Montag, 26.07. bis Freitag, 06.08.2010

10:00 – 13:00 Uhr

vhs, Raum lt. Aushang

10 Termine, 132,00 €

45614

Spanisch intensiv im Sommer 4 A1

ab Lektion 13

Mercè Galobart, M. A.

Montag, 09.08. bis Freitag, 20.08.2010

10:00 – 13:00 Uhr

Helmholtz-Gymnasium, Rohrbacher Str.

102 – 106, Raum lt. Aushang

10 Termine, 132,00 €

■ 45618

Castellano de Argentina B2

Breve historia del tango – milonga ayer y hoy

Hablando uno se entienda! Tango – Mito o ritmo puro?

Oímos música y hablamos de sus temas y textos y de la gramática especial del tango.

Lehrbuch : „Caminito“, Texto se repartirá en clase.

Cecilia Spannaus

Freitag, 09.07.2010, 18:15 – 21:15 Uhr

Samstag, 10.07.2010, 15:00 – 18:00 Uhr

Sonntag, 11.07.2010, 10:00 – 13:00 Uhr

vhs, Raum 304a

39,60 € (begrenzte Teilnehmerzahl)

■ 45627

„Cultura española“

Más que solamente sol, mar y playa

Para todos aquellos que quieren saber más sobre la cultura española. Sus comunidades, costumbres e idiomas. Un viaje imaginario por la península Ibérica y los archipiélagos Baleares y Canarias. Hay vino y mojo picón con papas arrugadas (típico canario) acompañado por música española al final del curso. ¡Apúntate!

Eine hispanophile deutsche Wahlspanierin nimmt Sie mit auf eine Reise durch die spanische Kultur – auf Deutsch und Spanisch, denn spanische Kultur ist mehr als nur Sonne, Meer und Strand...

Kathrin Peters

Freitag, 25.06.2010, 18:15 – 21:15 Uhr

Samstag, 26.06.2010, 15:00 – 18:00 Uhr

Sonntag, 27.06.2010, 10:00 – 13:00 Uhr

vhs, Raum E07

39,60 € (begrenzte Teilnehmerzahl)

■ 46116 **neu!**

Schnupperkurs Arabisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse

In orientalischer Umgebung lernen Sie einige Redewendungen für den Alltag kennen und erhalten einen ersten Einblick in die arabische Schrift. Außerdem erfahren Sie einiges zur arabischen Kultur.

Barbara Kudsi

Dienstag, 13.07.2010, 18:15 – 19:45 Uhr

Donnerstag, 15.07.2010, 18:15 – 19:45 Uhr

Helmholtz-Gymnasium, Rohrbacher

Str. 102 – 106, Raum 107 / 15,20 €

■ 46128 **neu!**

Chinesisch für die Weltausstellung A1

Anfänger-Crashkurs

In diesem Crashkurs erwerben Sie erste Chinesisch-Sprachkenntnisse, die Sie u. a. auf eine Chinareise, z. B. zur Weltausstellung, vorbereiten.

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Benjaporn vom Hofe

Samstag, 26.06. und 03.07.2010

10:00 – 17:45 Uhr

Sonntag, 27.06. und 04.07.2010

10:00 – 13:00 Uhr

vhs, Raum 304b

91,20 € (begrenzte Teilnehmerzahl)

■ **Crashkurs Japanisch neu! für die (Geschäfts-)Reise für Anfänger**

Geschäfts- oder Privatreisende erhalten einen lebendigen Einstieg in die japanische Sprache. Die drei Module können auch einzeln gebucht werden.

In Modul 1 geht es schwerpunktmäßig um Themen wie „Vorstellen und Kennenlernen“, „Bestellen“ sowie „Zahlen und Preise beim Einkaufen“.

Modul 2 behandelt vor allem „Zahlen und Uhrzeiten“, „Unterwegs in Japan“ sowie „Adjektive, Vorlieben und Abneigungen“.

In Modul 3 geht es um Themen wie „Schilder in Japan“ und „Einladungen und Gastgeschenke“. Teilnehmer der Ende Oktober stattfindenden Südjapanreise, die von der Dozentin selbst durchgeführt und begleitet wird, sind hier besonders willkommen! Wünsche der Teilnehmer können berücksichtigt werden. Israsshaimase!

46196

Crashkurs Japanisch für die (Geschäfts-)Reise A1

Modul 1

Petra Jochum, M. A.

Samstag, 10.07.2010, 10:00 – 15:00 Uhr

vhs, Raum 304a / 22,80 €

46197

Crashkurs Japanisch für die (Geschäfts-)Reise A1

Modul 2

Petra Jochum, M. A.

Samstag, 17.07.2010, 10:00 – 15:00 Uhr

vhs, Raum 304a / 22,80 €

46198

Crashkurs Japanisch für die (Geschäfts-)Reise A1

Modul 3

Petra Jochum, M. A.

Samstag, 09.10.2010, 10:00 – 15:00 Uhr

vhs, Raum 304a / 22,80 €

... aber erst anmelden, dann hingehen!



■ 46235

Niederländisch für den Urlaub A1 Wij gaan op vakantie!

Lehrmaterial wird im Kurs ausgegeben.

Iris Lipowsky-Overduin

freitags und samstags und sonntags

18:15 – 21:15 Uhr, ab 25.06.2010

vhs, Raum 101 / 3 Termine, 48,00 €

■ 46318

Schwedisch-Express A1

Anfängerkurs für Schnelllerner

Wollen Sie möglichst schnell und intensiv in die schwedische Sprache eintauchen? Dann ist dieser Sommerkurs das Richtige für Sie! Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Eva-Kajsa Classen

montags und mittwochs, 18:15 – 20:45 Uhr

ab 05.07.2010

Helmholtz-Gymnasium, Rohrbacher

Str. 102 – 106, Raum 207

6 Termine, 68,40 €

Leichte Sommerküche

Bitte bringen Sie zu allen Koch- und Backkursen verschließbare Behälter und, wenn Sie wollen, eine Schürze und etwas zum Trinken mit.

Der Anmeldeschluss für alle Kochkurse ist zwei Werktage vor Kursbeginn.

■ 31021 **neu!****Pfiffige und schnelle Gerichte im Sommer**

Im Sommer haben Sie die Qual der Wahl: es gibt frisches Gemüse in Hülle und Fülle. Es erwarten Sie sommerliche Gerichte z. B. Pfannkuchen aus Buchweizen gefüllt mit Champignons oder Blattspinat, als Dessert z. B. Erdbeermus mit Limonenquark und vieles mehr. Alle Gerichte sind schnell zuzubereiten und preiswert kalkuliert.

Hildegard Siegel

Mittwoch, 30.06.2010, 18:30 – 21:30 Uhr
vhs, Lehrküche

20,90 € (inkl. 6,50 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 28.06.2010

■ 3113 **neu!****Sommerliche Gemüsevariationen**

Diese Rezepte haben es in sich. Ob ein fruchtiger Salat mit Sellerie oder eine Quiche mit Oliven und frischem Basilikum, wir schwelgen in den Düften der leichten und leckeren Sommerküche. Lassen Sie sich von den Rezepten überraschen!

Hildegard Siegel

Donnerstag, 15.07.2010, 18:00 – 21:45 Uhr
vhs, Lehrküche

25,50 € (inkl. 7,50 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 13.07.2010

■ 3118

Prosecco, Sekt & Champagner

Sie erfahren Grundsätzliches zum "Sommergetränk" Sekt: Angefangen beim Weinbau und Kellereitechnik über Verkostung bis hin zum Weinkeller und servieren des Sekts. Neben vielen Informationen werden auch entsprechende Kostproben gereicht.

Uwe Hoffmann

Donnerstag, 01.07.2010, 19:30 – 21:45 Uhr
vhs, Cafeteria

30,50 € (inkl. 20,00 € für Sekt und Brot)
Anmeldeschluss: 29.06.2010

■ 3147

Italienische Sommersalate

Frische, knackige Salate mit fantasievollen Zutaten bilden im Sommer die ideale leichte und leckere Mahlzeit. Kombinieren Sie z. B. Roastbeefsalat mit frischen Champignons, probieren Sie Kalbsfiletstreifen auf Rucola oder wagen Sie sich einmal an Shrimps mit Zwiebelsauce, abgeschmeckt mit vielen frischen Kräutern. Dazu genießen Sie Gorgonzola-Focaccia mit italienischem Landwein.

Paola Autz

Montag, 05.07.2010, 18:30 – 21:30 Uhr
vhs, Lehrküche

21,40 € (inkl. 7,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 02.07.2010

■ 3149 **neu!****Griechische Sommergerichte**

Farbenprächtige Gemüsesorten sind zweifellos die Hauptdarsteller. Ihr Geschmack wird mit aromatischen Zutaten wie Knoblauch, Zimt, Pfeffer, Oregano, Thymian, Petersilie und Tomaten hervorgehoben. Sie werden sowohl einige Sommerklassiker, als auch weniger bekannte Gerichte zubereiten, u. a. Huhn mit Okraschoten, Lamm im Tontopf mit reiskornförmigen Nudeln, Auberginen in Tomatensoße, grüne Bohnen in Tomatensoße, Zucchini im Ouzo-Teig ausgebacken. Zum Abschluss werden wir hausgemachte Karithópitta (Walnusskuchen) und griechischen Mokka genießen.

Otto Makris

Donnerstag, 01.07.2010, 18:00 – 21:45 Uhr
vhs, Lehrküche

25,50 € (inkl. 7,50 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 29.06.2009

■ 3162

Thai – Fingerfood

Sie suchen eine Alternative zu Käsespießen und Häppchen? In diesem Kurs lernen Sie eine köstliche Auswahl an thailändischem Fingerfood kennen, z. B. Satay mit Erdnusssoße (mit Gewürz marinierte Hühnerfleischspieße), frische Frühlingsrollen, goldene Taschen gefüllt mit verschiedenen Fleischfüllungen und frittierte Shrimpsbällchen.

Kanya Eberle

Sonntag, 04.07.2010, 11:00 – 14:00 Uhr
vhs, Lehrküche

21,90 € (inkl. 7,50 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 01.07.2010

Rund um die Uhr
informieren und anmelden:
www.vhs-hd.de



■ 3165.03

Sushi

Sushi gibt es in vielfältigen Variationen, es ist einfach zuzubereiten und kann sogar preiswert sein. In diesem Kurs lernen Sie Makizushi, Nigirizushi, Temakizushi und Inarizushi (frittiertes Tofu) kennen. Verwendet werden sowohl vegetarische Zutaten als auch geräucherter Lachs, Thunfisch aus der Dose, jedoch kein roher Fisch.

Kyoko Orth-Shoji

Mittwoch, 14.07.2010, 18:00 – 21:45 Uhr
Friedrich-Ebert-Schule Eppelheim, Richard-Wagner-Str. 42, Küche (Raum 4)

26,00 € (inkl. 8,00 € Lebensmittelkosten)
Anmeldeschluss: 12.07.2010

EP

Sommerfit

■ 2503

Katalanische Tänze**Für AnfängerInnen mit und ohne Vorkenntnisse**

Katalonien mit seiner Hauptstadt Barcelona bietet einen großen Reichtum an unterschiedlichen Tänzen, denn fast jedes Dorf hat seinen eigenen Tanz.

In diesem Workshop sind Sie eingeladen, einige dieser Tänze kennen zu lernen: Ein wenig von den bunten Balls de Gitanes, die wie ihr Name verrät, von den Zigeunern stammen, einen sogenannten Zwergentanz (Ball de Nans), für den man sich in Katalonien einen großen Kopf überzieht, den Ball de Cascabells, die fröhliche Jota und mehr.

Bitte Hallenschuhe mitbringen.

Marta Corredor

Samstag, 26.06.2010, 13:00 – 17:00 Uhr
Sonntag, 27.06.2010, 12:00 – 16:00 Uhr
vhs, Raum U09 / 34,00 €

■ 2512 **neu!****Latin-Oriental****Workshop**

Ein feuriger Mix aus Salsa, Merengue, Cha-Cha-Cha und Orientalischem Tanz. Bewegungselemente und Schrittfolgen der lateinamerikanischen Tänze und die des Orientalischen Tanzes lassen sich gut miteinander kombinieren und ergeben damit eine Fusion der besonderen Art! Für Teilnehmerinnen mit Vorkenntnissen im Orientalischen Tanz.

Bitte bequeme Kleidung und Gymnastikschuhe mitbringen.

Elke Klöve Korn

Samstag, 10.07.2010, 14:00 – 16:15 Uhr
Sonntag, 11.07.2010, 13:00 – 15:15 Uhr
vhs, Raum U06 / 20,40 €

■ 2521.02

Salsa und Merengue

Für AnfängerInnen mit und ohne Vorkenntnisse

„Salsa“ – auf deutsch Soße – nennt man den Cocktail, dessen Zutaten eine pikante Mischung heißer Rhythmen ergeben. Afro-cubanische, karibische und spanische Elemente, sowie eine Prise nordamerikanischer Jazz, runden den Salsa ab. Ende der 60er Jahre entstand diese nach dem Mambo lebendige Alternative zu den steifen europäischen Gesellschaftstänzen. Anhand vieler musikalischer Beispiele aus Cuba, Puerto Rico und New York erleben Sie den Rhythmus, und Sie lernen, sich dazu zu bewegen!

Bitte bequeme Kleidung und dicke Socken bzw. Hallenschuhe mitbringen.

Ursula Vahle

Samstag, 26.06.2010, 14:00 – 17:00 Uhr

Sonntag, 27.06.2010, 10:00 – 13:00 Uhr

vhs, Raum Uo6 / 27,20 €

■ 2537

Swingdance

Für AnfängerInnen

Der Swingtanz Lindy Hop entstand Ende der 20er Jahre des letzten Jahrhunderts in den afroamerikanischen Vierteln New Yorks und war als Antwort auf den „steifen weißen“ Charleston in kürzester Zeit populär. Geerdete swingende Bewegungen, die Freiheit zur Improvisation und der hohe Spaßfaktor machen den Reiz dieses geselligen Tanzes aus. Wer Swingmusik mag, wird erstaunt sein, dass man sie auch tanzen kann. Stillsitzen undenkbar! In diesem Kurs werden die ersten Grundelemente und Techniken vermittelt: Führen und Folgen, Swingout, Lindy Circle und vieles mehr.

Bitte Hallen- oder Tanzschuhe mitbringen, keine Straßenschuhe.

Xenia Linke

Samstag, 26.06.2010, 14:00 – 17:00 Uhr

Sonntag, 27.06.2010, 10:00 – 13:00 Uhr

vhs, Raum Uo7 / 27,20 €

■ 2539 **neu!**

Drums Alive®

Trommeln, Tanzen, Entspannen

Dynamische Bewegungen und intensive Percussion sind Elemente dieses neuen, einzigartigen, energiereichen Tanzrhythmus Workshops. Sie fühlen und erfahren beim Trommeln die Rhythmen und bauen dabei Stress ab. Drums Alive® ist nicht nur ein Workout für den ganzen Körper, sondern auch eine Unterstützung für das geistige Gleichgewicht. Als Trommel dient ein Fitball.

Bitte bequeme Kleidung und Hallenschuhe mitbringen.

Ulrike Schindele

freitags, 18:30 – 19:30 Uhr, ab 02.07.2010

vhs, Raum Uo6 / 4 Termine, 21,00 €

■ 2547 **neu!**

Standardtänze

Für TänzerInnen mit Vorkenntnissen

Dieser Workshop baut direkt auf das Angebot „Standardtänze – Basics für Paare“ auf. Sie sollten die Grundschnitte im Langsamen sowie im Wiener Walzer und im Foxtrott beherrschen, damit Sie bereit für neue Figuren, Technik und Halbdrehungen sind. Zusätzlich haben Sie die Möglichkeit in neue Tänze wie den Tango hineinzuschnuppern.

Bitte bringen Sie saubere Tanz- oder Hallenschuhe mit, keine Straßenschuhe.

Tanja Burger / Philipp Rossius

Samstag, 03.07.2010, 14:00 – 17:00 Uhr

Sonntag, 04.07.2010, 10:00 – 13:00 Uhr

vhs, Raum Uo6

27,20 € (Bitte paarweise, aber beide Personen anmelden!)

■ 3202.03

Progressive Muskelentspannung – Kompakt

Kompaktkurs

Die Progressive Muskelentspannung ist ein leicht zu erlernendes Entspannungsverfahren. Sie nehmen gezielt den Unterschied zwischen Anspannung und Entspannung verschiedener Muskelgruppen wahr und können dadurch ein intensives Entspannungsgefühl erreichen.

In diesem Kompaktkurs lernen Sie das Prinzip der Progressiven Muskelentspannung kennen und üben es unter Anleitung des Kursleiters. Dieser Kurs ist für Einsteiger geeignet, aber auch für diejenigen, die das Entspannungsverfahren bereits kennen und es vertiefen möchten.

Jürgen Kaiser, Dipl.-Psych.

Samstag, 17.07.2010, 10:15 – 16:00 Uhr

vhs, Raum Uo8

23,20 € (inkl. Kursunterlagen)

■ 3204

Gelassen und sicher im Stress

Während die einen hektisch werden, bleiben andere auch im größten Trubel eher gelassen. Wie schaffen sie es, den Stress nicht ausufern zu lassen? Dieses Seminar zeigt Ihnen Möglichkeiten auf, wie Sie dies erreichen können.

Sie lernen Entspannungsübungen (Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Atemtechniken) kennen und praktizieren diese. Darüber hinaus erhalten

Sie im Kurs wertvolle Anregungen, welche weiteren Stresspuffer und Energiequellen Ihnen zur Stressabwehr zur Verfügung stehen.

Thorsten Ehrenberger, Dipl.-Psych.

Samstag, 17.07.2010

10:00 – 13:15 und 14:15 – 17:30 Uhr

vhs, Raum Uo9 / 29,60 €

■ 32080

Indianische Chakra-Meditation

Die indianische Chakra-Meditation hat eine heilende Wirkung sowohl auf den Körper als auch auf die Seele des Menschen. Nach indianischer Tradition befindet sich in jedem der sieben Chakras ein Tier (Totem). Sie symbolisieren bestimmte Eigenschaften und begleiten jeden Menschen auf seinem Lebensweg. Im Kurs werden Sie Ihre Totem-Tiere kennenlernen und mit ihnen in Kontakt treten. Lassen Sie sich überraschen und probieren Sie es einfach aus.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie ein Kissen, eine Decke und warme Socken mit.

Siegfried Lorenz

Samstag, 10.07.2010, 10:00 – 17:30 Uhr

vhs, Raum Uo8 / 29,60 €

■ **Yoga im Sommer**

Für alle, die Hatha-Yoga kennen lernen oder im Sommer nicht pausieren möchten.

32101

Andreas Zehnter

montags, 18:15 – 19:45 Uhr, ab 28.06.2010

vhs, Raum 406 / 6 Termine, 44,40 €

32102

Almuth Büermann, Dipl.-Psych.

mittwochs, 16:30 – 18:00 Uhr

ab 28.07.2010

vhs, Raum Uo9

4 Termine, 29,60 €

32103

Almuth Büermann, Dipl.-Psych.

mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr

ab 28.07.2010

vhs, Raum Uo9

4 Termine, 29,60 €

32104

Dora Gärtig, Physiotherapeutin

dienstags, 18:15 – 19:30 Uhr

ab 03.08.2010

vhs, Raum Uo9

5 Termine, 31,00 €

32105

Dora Gärtig, Physiotherapeutin
 donnerstags, 18:15 – 19:30 Uhr
 ab 05.08.2010
 vhs, Raum U09
 4 Termine, 25,00 €

■ 32120

Yoga intensiv

Wir beginnen zunächst, uns mit einigen theoretischen Inhalten des indischen Yoga-Systems auseinanderzusetzen und so ein Stück Philosophie in die Praxis mit einfließen zu lassen. Im Anschluss daran und hier liegt der Schwerpunkt, werden wir verschiedene Asanas – die Körperhaltung dynamisch und im Fluss, zum Teil auch statisch ausführend – üben. Abschließen werden wir die Yoga-Intensivstunde mit Pranayama (Atemübungen) und Meditation beenden. Der Yogastil, der hier im Fokus steht, entspricht dem der Traditionslinie nach Sri T.Krishnamacharya, Sri T.K.V. Desikachar und Sriram.

Corina Aguilar-Raab, Dipl.-Psych.

Samstag, 10.07.2010, 15:00 – 17:30 Uhr
 vhs, Raum U09 / 11,10 €

■ 32160

Advanced Yoga

Henry trained in Sivananda Yoga in India and has been teaching in the famous Findhorn Community in Scotland. In his class he draws on all the different movement forms that he has experienced. This creates a unique class that aims to deepen your connection to the body in a pleasurable way.

Dieser Kurs wird in englischer Sprache angeboten. Der Kursleiter spricht auch ein wenig deutsch.

Henry Cottam

donnerstags, 18:15 – 19:30 Uhr

ab 01.07.2010

vhs, Raum 406 / 5 Termine, 31,00 €

■ 32310

Tai-Chi – Sommerkurs

Dieser Kurs ist für Menschen gedacht, die Tai-Chi einmal kennen lernen und unter fachkundiger Anleitung ausprobieren möchten. Bei gutem Wetter kann auch im Freien geübt werden. Bringen Sie bitte deshalb bequeme Schuhe für draußen mit.

Karin Posmyk

donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr

ab 01.07.2010

vhs, Raum 406 / 4 Termine, 29,60 €

■ 32350

Beweglich bleiben – beweglich werden**Feldenkrais**

Entdecken Sie neue Möglichkeiten, sich leichter und müheloser zu bewegen! In diesem Sommerkurs werden Sie in den Feldenkraislektionen Ihre Wahrnehmung für gewohnheitsmäßige Bewegungsmuster verfeinern, unnötige Anspannungen lassen und so Ihren Bewegungsspielraum vergrößern.

Rolf Laumann-Blumer

mittwochs, 16:45 – 18:15 Uhr,

ab 30.06.2010

vhs, Raum U08 / 4 Termine, 29,60 €

■ **Fitness im Sommer**

Auch wenn die Quecksilbersäule auf dem Thermometer steigt, macht Fitnessgymnastik Spaß! Mit muskelkräftigender Gymnastik („Bauch, Beine, Po“) und einer super Herz-Kreislauf-Belastung mit Musik bleiben Sie in Form. Bitte feste Sportschuhe anziehen, ein Handtuch und etwas zum Trinken mitbringen!

33110

Gaby Bolich

donnerstags, 17:30 – 18:30 Uhr

ab 29.07.2010

vhs, Raum U06

6 Termine, 28,00 €

33111

Gaby Bolich

donnerstags, 18:45 – 19:45 Uhr

ab 29.07.2010

vhs, Raum U06

6 Termine, 28,00 €

■ 33180

Pilates

Pilates ist ein Training das Geist und Körper vereint, die Muskeln stärkt und zu einer besseren Haltung führt.

June Harrison-Wagner

dienstags, 17:30 – 18:30 Uhr, ab 27.07.2010

vhs, Raum U06

6 Termine, 28,00 €

■ 33200

Pilates und Fitness

Die Pilates-Stunde beginnt mit einem Fitnessteil, der das Herz-Kreislauf-System trainiert.

June Harrison-Wagner

dienstags, 18:45 – 19:45 Uhr, ab 27.07.2010

vhs, Raum U06

6 Termine, 28,00 €

■ 33270

Wirbelsäulengymnastik

Für alle, die auch in der Sommerpause etwas für ihren Rücken tun möchten.

Christina Eder

montags, 19:00 – 20:00 Uhr, ab 12.07.2010

vhs, Raum U06

4 Termine, 20,00 €

■ 3505

Einführung in die Hypnose

Hypnose – eine geheimnisvolle und von Mythen umrankte Technik. Sie wird vielfach, auch in Form von Selbsthypnose, zur Gewichtsreduktion, Raucherentwöhnung und Schmerzbewältigung eingesetzt. Wir werden versuchen, einen Blick hinter den Schleier des Geheimnisses der Hypnose zu werfen. Neben dem geschichtlichen Hintergrund der Hypnose werden die Teilnehmenden die Möglichkeit haben, anhand von verschiedenen Übungen einen ersten Zugang zur Technik der Selbsthypnose zu erlangen. Bringen Sie bitte eine Decke, ein kleines Kissen und bequeme Kleidung mit.

Beate Weidner, Dipl.-Psych.

Freitag, 09.07.2010, 18:30 – 21:45 Uhr

Samstag, 10.07.2010, 09:30 – 17:00 Uhr

vhs, Raum 406 / 48,00 €

■ 3602.03

Schminkkurs Kompakt**Für Frauen**

Sie erlernen in vielen praktischen Übungen wie Sie Ihre Schminktechnik erheblich verbessern können.

Jede Teilnehmerin erhält eine Analyse ihrer Gesichtszüge und sich daraus ergebende Vorschläge zur besten Schminkvariante.

Außerdem werden Sie den klassischen Aufbau eines Make-ups, die Farbwahl, das schminktechnisch sinnvollste Arbeitsmaterial und eine Menge Tipps rund um das Thema Schminken kennen lernen. Bringen Sie bitte vorhandenes Schminkmaterial und einen kleinen Standspiegel mit. Die Kursleiterin ist Kosmetikerin und Visagistin.

Petra Potsch-Glaser

Mittwoch, 30.06.2010, 18:15 – 21:30 Uhr

Donnerstag, 01.07.2010, 18:15 – 21:30 Uhr

vhs, Raum 305

37,40 € (inkl. 3,00 € Materialgeld)

vhs für schmale Geldbeutel!

Unsere Kurse sind sehr günstig. Wenn Sie trotzdem Probleme mit den Preisen haben, nicht abschrecken lassen!

Lösungen gibt es auf S. 22

Fit für den Beruf

■ 0202

Einführung in die rhetorische Kommunikation

Alle, die lernen und üben wollen, unterschiedliche Gesprächssituationen im privaten, beruflichen oder öffentlichen Bereich besser zu bestehen sind hier angesprochen. Inhalte bzw. Einzelthemen (in Stichworten): Wahrnehmen und Zuhören; Gesprächsziele und Gesprächsformen; Problemlösungsgespräche; Argumentation und Streitgespräch; Konferenz; Bewerbungsgespräch. Die Übungen werden auf die Bedürfnisse der Teilnehmenden abgestimmt.

Ulrike Gscheidle-Lehn

Samstag, 31.07.2010, 09:00 – 17:30 Uhr

Sonntag, 01.08.2010, 09:00 – 14:00 Uhr

vhs, Raum 306 / 61,50 €

■ 0203.03

Die Stimme, Ihre Visitenkarte

Ihr Stimmklang und die Art, wie Sie sprechen, hat eine große Wirkung auf Ihre Mitmenschen und spielt in allen Rede- und Gesprächssituationen eine wichtige Rolle. Für eine erfolgreiche Kommunikation ist nicht nur entscheidend, was Sie sagen, sondern auch, wie Sie es sagen. Das erfordert, dass Sie Ihre Stimme situationsangemessen und partnerorientiert einsetzen können. Durch vielfältige Atem-, Stimm- und Artikulationsübungen befreien Sie Ihre Stimme von Fehlspannungen und erlernen, ohne Anstrengung bewusster, klangvoller und ausdrucksintensiver zu sprechen.

Elisabeth Fritsch, gepr. Sprecherzieherin (DGSS)

Samstag, 31.07.2010, 10:30 – 18:00 Uhr

vhs, Raum 106 / 48,80 € (Kleingruppe)

■ 0209

Argumentieren Sie sicher und überzeugend

Das Fünf-Satz-Prinzip

In professionellen Gesprächen, bei der Problemlösung, in Konfliktsituationen, bei der Produktvorstellung oder in der mündlichen Prüfung – in allen Situationen ist ein klarer Argumentationsaufbau, sichere Wortwahl und persönliche Überzeugungskraft gefragt. In diesem Seminar lernen Sie Argumentationsstrukturen nach dem 5-Satz-Modell kennen und üben sie in unterschiedlichen Situationen. Die Kursleiterin verknüpft rhetorische Elemente mit Elementen der Arbeitsmethodik und arbeitet auch mit der Transaktionsanalyse, kurzen theoretischen Inputs, Einzel- und Gruppenübungen.

Ute Deister

Freitag, 23.07.2010, 18:15 – 22:00 Uhr

Samstag, 24.07.2010, 09:30 – 18:00 Uhr

vhs, Raum 304b / 91,50 € (Kleingruppe)

■ 0212

Überzeugen in Reden und Vorträgen

Im Mittelpunkt stehen die unterschiedlichen Arten der freien Rede, vor allem Informationsrede (Referat, Sachvortrag) und Überzeugungsrede. Die Teilnehmenden lernen anhand von selbstgewählten Themen aus ihrem beruflichen oder privaten Alltag eine Rede inhaltlich vorzubereiten, logisch zu strukturieren und in ein sicher handhabbares Stichwortkonzept zu bringen. Während des Vortrags werden die Fähigkeiten und Verbesserungsmöglichkeiten jeder einzelnen Person beleuchtet: Umgang mit Lampenfieber, nonverbialem Verhalten, Publikumskontakt und dem Reagieren auf Zwischenfragen. Körperwahrnehmungsübungen unterstützen die persönliche Entwicklung der Teilnehmenden. Zur Analyse der Redebeiträge dienen Videoaufzeichnungen.

Isabel Nierbeck

Freitag, 25.06.2010, 18:15 – 21:30 Uhr

Samstag, 26.06.2010, 09:00 – 17:15 Uhr

Sonntag, 27.06.2010, 09:00 – 12:15 Uhr

vhs, Raum 213

100,60 € (inkl. Skript) / Kleingruppe

■ 17011 neu!

Forum Schule: Werkstatt-Foren zur Fachtagung

„Gut lernen – gut lehren“

Aufbauend auf der Heidelberger Fachtagung 2010 bieten die Veranstalter ein Werkstatt-Forum an, und zwar am Donnerstag, 10.06.2010 und Donnerstag, 22.07.2010 jeweils von 18:00 bis 20:00 Uhr. Sie sind herzlich eingeladen, zu den Themen Lernen, Lehren und Schulgestaltung vertiefend zu diskutieren und die Konkretisierung voranzutreiben. Neu-Interessierte sind herzlich willkommen. Programm, Anmeldung und Kontakt über das Institut für Weiterbildung: www.weiterbildung-ph.de
donnerstags, 18:00 – 20:00 Uhr
ab 10.06.2010
Pädagogische Hochschule, Im Neuenheimer Feld, Raum 120
2 Termine, Eintritt frei!

■ 42936 neu!

Presentations

Sie beherrschen Englisch, aber beherrschen Sie auch „Business English“? Im geschäftlichen und im privaten Bereich möchten wir verstehen und verstanden werden, denn in Zeiten der Globalisierung sind Englisch-

kenntnisse die Schlüsselqualifikation für die berufliche Laufbahn. This course is designed for everyone in business, including executive and management staff, administrative and secretarial staff, marketing and sales personnel, students and trainees in every field of industry and commerce.

Craig McSkimming

Samstag, 26.06.2010, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs, Raum E01 / 30,40 €

■ 42937 neu!

English for Mangers B2 – C1 Successful Negotiations

Negotiating in a foreign language is a special challenge. Learn how to stay focused on your goals and how to create a win-win deal through effective communication, key bargaining strategies and a self-assured presentation in a limited group of participants.

Michelle Renée Diehl

Samstag, 24.07.2010, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs, Raum 113 / 40,00 €

■ 5813

Wer sucht, findet Wege ... wie berufliche Neuorientierung gelingt

Das Thema „Beruflicher Neubeginn“ ist aktueller denn je, denn im heutigen beschleunigten Arbeitsleben ist vieles nicht mehr wie früher. Trotz aller äußerlichen Hürden – Sie haben Einfluss darauf, ob Sie Ihre berufliche Zukunft dem Zufall überlassen oder diese erfüllend und erfolgreich gestalten! In diesem Seminar geht es darum, wie Sie aus Ihren Interessen, Erfahrungen und Fähigkeiten eine attraktive berufliche Vision schmieden und wie Sie daraus ein realisierbares Ziel und einen Handlungsplan entwickeln können. Die Qualität dieses Kurses wurde von der Stiftung Warentest mit „hoch“ bewertet.

Maria Szekelyi-Peters

Samstag, 17.07.2010, 09:30 – 17:30 Uhr

Sonntag, 18.07.2010, 10:00 – 16:00 Uhr

vhs, Raum 306

102,10 € (inkl. Skript) / Kleingruppe

■ 5815 neu!

Bewerbungs-Briefing

Ziel des Briefings ist es, ein individuelles Bewerbungskonzept zu entwickeln, Sicherheit in der Beurteilung von Bewerbungsabläufen zu vermitteln, die Selbsteinschätzung für Bewerbungen zu stärken und damit die Chancen für Stellensuche und berufliche Veränderungen zu verbessern. Aktive Stellensuche: Informationen – Stoff für Bewerbungen, der Mittelstand – heimliche Champions, Personalanzeigen – Angebote mit Profil, Talentmarketing im „Fight for Talents“. Argumentative Bewerber-

bung, Online Bewerbung – total digital, der Schlüssel zum „closed shop“, Arbeitsprobe Bewerbungsschreiben, das spricht für Sie – Ihr Bewerberprofil. Authentische Vorstellung:
Dresscode – Jobfit im passenden Outfit, Tests und die Unternehmenskultur, von soft skills und hard facts, vom ersten Eindruck zum guten Abgang. Die Teilnehmer erhalten auf Wunsch das Buch „Aktiv bewerben“ (dtv 50896) zum Autorenrabatt von 6,00 €.

Georg A. Göpfert, M.A., Trainer und Buchautor

Samstag, 17.07.2010, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs, Raum 304b / 48,80 € (Kleingruppe)

■ 58201 **Training Interkulturelle Kompetenz Modul 1**

Xpert Cultural Communication Skills

In Arbeit, Ehrenamt oder Freizeit werden Sie zunehmend mit Fragestellungen konfrontiert, die aus dem Zusammenleben und dem gemeinsamen Lernen von Menschen unterschiedlichen kulturellen Hintergrundes entstehen. Sei es, dass es Probleme mit dem Verhalten gibt, sei es, dass Konflikte innerhalb einer Gruppe entstehen, sei es, dass Ihre „Botschaft“ bei anderen nicht ankommt. Die Fortbildung Xpert Interkulturelle Kompetenz vermittelt Ihnen Wissen, mit dem Sie für solche Situationen sensibilisiert werden, sie besser einschätzen können und sich Instrumente erwerben, mit denen Sie erfolgreich interkulturell kommunizieren können.

In diesem einführenden Kurs erleben und erfahren Sie, ergänzt durch zahlreiche Übungen und theoretische Inputs
– was Kultur ist und wie sie uns prägt
– welche Kulturbegriffe und -modelle es gibt

– was Fremdheit im interkulturellen Miteinander bedeutet
– welcher Stellenwert Werten und Normen zukommt

– was sich hinter dem Begriff Kulturgrammatik verbirgt
Gebühr bei Teilnahme an der 45-minütigen Zertifikatsprüfung (inkl. Zertifikat): zusätzlich 35,00 € (Anmeldung per Einzugsermächtigung im Kurs möglich). Die Kurszeit enthält die Prüfungszeit.

Judith Cramer, M. A.

Kristina Türschmann-Qataoui, M.A.

Freitag, 02.07.2010, 13:30 – 21:00 Uhr

Samstag, 03.07.2010, 09:30 – 18:00 Uhr
vhs, Raum 306

100,00 € (inkl. 20,00 € Skript)

■ 58204 **Einstieg in die Mitarbeiterführung**

Sie werden in Kürze Ihre erste Führungsaufgabe antreten? Sie wurden befördert und leiten jetzt eine Abteilung? Dann dürfte Ihnen unser Kurs wichtige Impulse, Anregungen und Wissen vermitteln. Sie werden sich u.a. mit folgenden Themen befassen: 1. Team-Leadership – Der Vorgesetzte als Primus inter pares (Erster unter Gleichen); 2. Menschen motivieren – Den Spaß an der Arbeit vermitteln; 3. Klare Organisationsstrukturen – Die Definition einzelner Arbeitsplätze; 4. Die Zielvereinbarung; 5. Gerechte Mitarbeiterbeurteilungen; 6. Arbeitszeugnisse – Klarheit ist Wahrheit. Darüber hinaus werden Sie reichlich Gelegenheit haben, Ihre Fragen und speziellen Probleme zu erörtern und Lösungen zu erarbeiten. Der Kursleiter führte über mehr als 25 Jahre verschiedene Unternehmen der Industrie mit unterschiedlichen Aufgaben. Ein Skript kann für 20,00 € als PDF-Datei oder Hardcopy im Kurs erworben werden.

Ralf Höhle

Samstag, 10.07.2010, 09:00 – 18:00 Uhr

Sonntag, 11.07.2010, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs, Raum 113 / 73,80 €

Sichern Sie Ihren Kursplatz durch rechtzeitige Anmeldung!



■ 58208.02 **Tischkultur für den beruflichen Erfolg**

Richtig ist wichtig!

Zeig mir wie Du isst und ich sage Dir wer Du bist! Wie man sich angemessen bei Tisch benimmt, lässt Rückschlüsse zu auf das Verhalten in anderen Bereichen. Besonders bei Geschäftsessen wird darauf geachtet. Profundes Wissen auf diesem Gebiet schafft eine entspannte Gesprächsatmosphäre, so dass Sie sich ganz den Gästen oder Gastgebern widmen können, ohne in Fettnäpfchen zu treten. Inhalte: Small Talk, Sprache des Bestecks, Buffet und Stehempfang, Rolle des Gastes und Gastgebers, Gastgeschenk und vieles mehr.

Yvonne Zeeb

Mittwoch, 01.09.2010, 17:00 – 20:00 Uhr

Helmholtz-Gymnasium, Rohrbacher Str.

102 – 106, Raum lt. Aushang / 16,40 €

■ 58217 **neu!** **Kundenrückgewinnung** **Potenziale ausschöpfen und Erträge steigern**

Der Kampf um Neu-Kunden wird für viele Unternehmen immer härter. Obwohl die Rückgewinnung verlorener Kunden ein weitgehend unentdecktes Potenzial mit gewaltigen Ertragschancen ist wird es kaum genutzt. Nutzen Sie Ihre Chance, denn Sie lernen, wie Sie Ihre verlorenen Kunden systematisch wieder zurück gewinnen und sich auf die emotionale Situation des verärgerten und verlorenen Kunden einzustellen haben. Inhalte sind u.a.: Welche Kunden haben Sie verloren, die für Sie einen hohen Kundenwert besitzen und gerne wieder zurückgewinnen möchten? Analyse der Verlustursachen, Planung und Umsetzung von Rückgewinnungsmaßnahmen, Wie bauen Sie einen systematischen Rückgewinnungsprozess auf? Das sympathische und überzeugende Rückholgespräch, Fallstudien – Erfolgsbeispiele aus verschiedenen Branchen, Controlling der Rückholerfolgsquote sowie optimale weitere Betreuung der zurück gewonnenen Kunden.

Joachim Wunderlich

Freitag, 09.07.2010, 18:00 – 21:15 Uhr

Samstag, 10.07.2010, 09:00 – 17:00 Uhr

vhs, Raum 304b

160,10 € (inkl. Skript) / Kleingruppe

■ 58218 **Gespräche führen mit Erfolg** **Ein Kommunikationstraining für den Beruf**

Der Kurs erweitert Ihre Gesprächskompetenz für unterschiedliche berufliche Situationen und Anforderungen. Im Mittelpunkt stehen Modelle und Erfolgsfaktoren der Kommunikation sowie die Anwendung von Gesprächstechniken. Geübt werden zielorientierte Gesprächsvorbereitung, Planung und Strategien des Gesprächsverlaufes, Erkennen von Gesprächsebenen, Argumentationstechniken, Frageformen, aktiv-aufmerksames Zuhören, Geben und Nehmen von positivem und kritischem Feedback, Ich-Botschaften, Einwandbehandlung, der Umgang mit schwierigen Gesprächspartnern und das Verstehen körpersprachlicher Signale. Alle Gesprächstechniken werden anhand praxisnaher Beispiele aus dem betrieblichen Handeln eingeübt.

Dr. Bettina Franzke, Dipl.-Psych.

Samstag, 24.07.2010, 09:00 – 18:00 Uhr

Sonntag, 25.07.2010, 09:00 – 13:45 Uhr

vhs, Raum 306

101,60 € (inkl. Skript) / Kleingruppe

■ 58219
Erfolgskonzepte und -strategien für den Beruf

Der Kurs vermittelt Schlüsselfaktoren erfolgreicher Karriereentwicklung und Lebensplanung. Die Teilnehmenden setzen sich mit den Fragen auseinander: Welches sind meine Lieblingstätigkeiten und bevorzugten Rollen im Beruf? Was sind meine beruflichen Ziele? Wie sieht der Weg zur Verwirklichung dieser Ziele aus? Welche nächsten beruflichen Schritte stehen an? Was sind Erfolgsstrategien und Erfolgskonzepte? Wie überwinde ich Hindernisse? Wie präsentiere bzw. vermarkte ich mich optimal im Hinblick auf meine beruflichen Ziele? Welche Chancen birgt beruflicher Erfolg und welche Opfer bin ich bereit zu erbringen? Es werden konkrete nächste Schritte für den weiteren beruflichen Weg erarbeitet.

Dr. Bettina Franzke, Dipl.-Psych.

Samstag, 10.07.2010, 09:00 – 18:00 Uhr

Sonntag, 11.07.2010, 09:00 – 13:30 Uhr

vhs, Raum 306

103,10 € (inkl. Skript) / Kleingruppe

■ 5903
Haushaltsmanagement

Fragen Sie sich auch nach einem langen Arbeitstag im Haushalt: Was habe ich heute alles nicht erledigt und wo ist mein Geld geblieben? Sie kennen bestimmt das Gefühl, dass der Tag viel zu kurz und das Geld viel zu wenig ist. Wir erarbeiten gemeinsam anhand praktischer Übungen den professionellen Umgang mit Plänen. Damit Sie in Ihrem Alltag mehr Freiräume für sich und Ihre Finanzen haben, denn gut haushalten macht kleine Einkommen groß. Themen sind u. a.: Zeitmanagement, Umgang mit Geld und Verbraucherschutzfragen. Bitte Schreibzeug mitbringen.

Eva Falkenstein

Samstag, 24.07.2010, 14:00 – 17:15 Uhr

vhs, Raum E10 / 24,40 € (Kleingruppe)

Ran an die Tasten

■ 5612 neu!
Festplattenchaos? Nein, danke! Mit Windows XP

Hat sich auch bei Ihnen im Datei-Ordner das Chaos eingeschlichen? Nicht nur die Festplatten nehmen immer größere Datenmengen an Textdateien und Bildern auf. Auch auf USB-Sticks, CDs und DVDs können Ihre Dokumente und Fotos gespeichert sein. Deshalb ist – auch auf dem PC

– Ordnung halten immer wichtiger, damit man seine Schätze wieder findet. Voraussetzung für diesen Kurs sind Kenntnisse entsprechend dem „Computer-Grundkurs“. Kursinhalt: Sie lernen, Datenmüll wieder zu entfernen, Ordnerstrukturen aufzubauen und Dateien zu verschieben. Mit viel Zeit zum Üben.

Werner Strasser

montags und mittwochs, 18:00 – 21:10 Uhr

ab 19.07.2010

vhs, Raum 115 / 2 Termine, 52,00 €

■ 5613 neu!
Windows 7 – Grundkurs kompakt

Schwerpunkte des Kurses sind: Die Windows-7-Oberfläche kennenlernen, das Startmenü (Programme starten, die Suchfunktion, Hilfe erhalten), den Windows-Explorer bedienen

Dateien drucken, Dateien und Ordner verwalten, den Desktop gestalten, die Sicherheitsfunktionen von Windows. Voraussetzung für diesen Kurs sind Kenntnisse entsprechend dem „Computer-Grundkurs“.

Unterschiede zu anderen Betriebssystemen oder Office-Programme (wie z. B. Word) werden nicht behandelt.

Werner Strasser

dienstags und donnerstags

18:00 – 21:15 Uhr, ab 13.07.2010

vhs, Raum 102

2 Termine, 59,50 € (inkl. Skript)

■ 56172
Der schnelle Umstieg auf Office 2007

Schwerpunkt: Word 2007

Keine Angst vor Office 2007! Lernen Sie die neuen Bedienelemente kennen, wie die Office-Schaltfläche, die Multifunktionsleiste und vieles mehr, zusätzlich geben wir Ihnen einen Einblick in die wichtigsten Neuerungen von Word 2007. Also trauen Sie sich, bei der kurzen Umgewöhnungsphase werden wir Sie unterstützen. Windows-Grundkenntnisse entsprechend der Computer-Grundkurse sowie Kenntnisse der älteren Office-Versionen werden vorausgesetzt.

Werner Strasser

Dienstag, 20.07.2010, 18:00 – 21:10 Uhr

Donnerstag, 22.07.2010, 18:00 – 21:10 Uhr

vhs, Raum 102 / 54,70 € (inkl. Skript)

■ 5620
Textverarbeitung mit Word 2003 Grundstufe und Vertiefung

In diesem Kurs werden die wichtigsten Bestandteile des Textverarbeitungsprogramms Word geschult. Folgende Themen sind u. a. vorgesehen: Texte erstellen,

kopieren, umstellen, speichern, wieder aufrufen; Drucken; Seiten einrichten; Formatieren (Zeichen, Absatz, Rahmen...); Briefe nach der Brief-Norm erstellen; Serienbriefe; Etiketten- und Briefumschlagdruck; Kopf- und Fußzeilen; Erstellen, Vorlagen (Formatvorlagen, Briefbögen, Visitenkarten); Formularen; Arbeiten mit WordArt, Freihandzeichnen und ClipArt. Die Teilnehmer sind anschließend in der Lage ihre Texte hochwertig zu erstellen und zu präsentieren (z. B. Einladungsschreiben, Geschäfts- und Privatkorrespondenz, Zeitungsartikel für den Verein, Geschichten und Memoiren). Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die schon über Erfahrung mit dem PC und einem Windows-Betriebssystem verfügen (am 04.08.2010 kein Unterricht).

Matthias Dengel

Montag, 02.08. bis Freitag, 06.08.2010

08:15 – 13:00 Uhr

Helmholtz-Gymnasium, Rohrbacher

Str. 102 – 106, Raum lt. Aushang

4 Termine, 173,50 € (inkl. Skript)

■ 5623
Umfangreiche Dokumente Word 2007

Word 2007 Fachstufe

Wer beim Formatieren großer Dokumente effizient vorgeht, spart viel Zeit (und Nerven!). Bis zu 30 % der Arbeitszeit werden häufig allein dafür verwendet, eine Semesterarbeit, ein Protokoll oder andere Dokumente mit vielen Seiten in die gewünschte Form zu bringen. Damit ist jetzt Schluss – das notwendige Know How vermittelt dieser Kurs: Techniken zur Bearbeitung umfangreicher Dokumente, Abschnitte, Formatvorlagen, Gliederungen, Verzeichnisse und Zentralkomponenten. Voraussetzung: Computer-Grundkurs und Kenntnisse der WORD-Grundstufe.

Tania Kirchner

montags und mittwochs, 18:15 – 21:30 Uhr

ab 12.07.2010

vhs, Raum 102 / 3 Termine, 78,00 €

■ 5632
Tabellenkalkulation mit Excel 2007 Fachstufe

- Arbeiten mit großen Tabellen
- Mehrere Tabellen und Mappen nutzen
- Datenaustausch mit anderen Programmen
- Daten filtern und verwalten
- Arbeiten mit Zeichenobjekten
- Fortgeschrittene Diagrammgestaltung

Voraussetzungen: Computer-Grundkurs sowie Kenntnisse und Fertigkeiten, die in der Excel-Grundstufe vermittelt werden.

Tania Kirchner

Freitag, 16.07. und 23.07.2010

18:15 – 21:30 Uhr

Samstag, 17.07. und 24.07.2010

09:00 – 16:30 Uhr

vhs, Raum 102 / 156,00 €

■ 5634

Excel 2003 – Tipps und Tricks

Excel verfügt über eine umfangreiche Formelsammlung. Das Anwenden ist nicht immer einfach, da allein die Namen dieser Formeln nicht unbedingt aussagekräftig sind.

In diesem Kurs geht es um den Einsatz folgender Formeln und Funktionen: RMZ (Zinsen), Wenn und Verweis (Logik und Auswahl), Datum und Uhrzeit (Mahnungen erstellen oder Arbeitszeiten berechnen), runden und kürzen, verschachteln von Formeln, Erstellen von Teilergebnstabellen und Einsatz von Pivottabellen. Eine kurze Einblicke in den Bereich Datenbank mit Excel gehört auch zu diesem Kurs. Excel-Grundkenntnisse werden vorausgesetzt.

Matthias Dengel

Freitag, 30.07.2010, 17:00 – 20:00 Uhr

Samstag, 31.07.2010, 08:30 – 15:15 Uhr

Helmholtz-Gymnasium, Rohrbacher Str. 102 – 106, Raum It. Aushang

78,00 €

■ 5636.02

Datenbanken mit ACCESS 2003

Mit einer computergestützten Datenbank können riesige Mengen an Informationen am Arbeitsplatz oder privat gespeichert, verwaltet und in relativ kurzer Zeit wieder aufgefunden werden. In diesem Kurs werden die Bestandteile einer relationalen Datenbank (mit identisch aufgebauten Datensätzen) und deren Auswertungsmöglichkeiten vermittelt. Folgende Themen sind vorgesehen: Analyse der Aufgabenstellung; Entwurf einer strukturierten Datenbank; Möglichkeiten der Eingabe und Veränderung von Daten; Feldeigenschaften und -entwurf; Beziehungen zwischen den Tabellen herstellen (mit und ohne referentielle Integrität); Abfragetechniken (Kreuztabellen-, Duplikatsuche-, Tabellerstellungs-, Aktualisierungs-, Anfüge- und Löscharbeiten); Formulare und Berichte erstellen und anpassen; Einblick in die Makroprogrammierung. Die Teilnehmenden sind anschließend in der Lage, eigene Datenbanken zu erstellen. Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Grundkenntnissen und des Betriebssystems Windows.

Matthias Dengel

Montag, 02.08. bis Freitag, 06.08.2010

17:00 – 20:00 Uhr

Helmholtz-Gymnasium, Rohrbacher Str. 102 – 106, Raum It. Aushang
5 Termine, 147,50 € (inkl. Skript)

■ 5641

Einführung in Outlook 2007

Mit Outlook können Sie elektronische Post (E-Mail) empfangen oder senden, Termine und Adressen verwalten, Besprechungen mit anderen Outlook-Benutzern planen, Zettelkasten und Pinwand überflüssig machen und Ihre persönliche Aufgabenliste führen. Das ist aber noch nicht alles: diese Informationen und Aktivitäten können Sie nach Wunsch miteinander verknüpfen, in unterschiedlicher Weise darstellen oder ausdrucken. Wenn Sie etwas nicht finden, lassen Sie Outlook suchen! Voraussetzungen: Computer-Grundkurs, Windows-Grundkenntnisse und in mindestens einem Office-Programm (die Schulung erfolgt ohne Einbindung in eine Microsoft-Exchange-Umgebung).

Tania Kirchner

Samstag, 26.06.2010, 09:00 – 16:30 Uhr

vhs, Raum 115 / 69,50 € (inkl. Skript)

■ 5643.02

Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop Elements 8.0

Dieser Kurs vermittelt die theoretischen Grundlagen und praktischen Vorgehensweisen bei der digitalen Bildbearbeitung. Themen sind u. a.: Scannen – Grafikformate – grundlegende Gestaltungsregeln – Bilderverwaltung. Zugangsvoraussetzung: Computer-Grundkurs oder entsprechende Kenntnisse und Windows-Kenntnisse.

Tania Kirchner

Dienstag, 13.07. und 20.07.2010

18:15 – 21:30 Uhr

Donnerstag, 15.07. und 22.07.2010

18:15 – 21:30 Uhr

vhs, Raum 115 / 104,00 €

■ 5644

Vom Digitalbild zum Fotobuch

Sie brauchen keine Fotos mehr zu kleben, sondern gestalten Ihr persönliches Fotobuch mit wenigen Mausklicks! Statt Bilderchaos auf dem Computer, haben Sie ein dauerhaftes Buch als Erinnerung – auch ein besonderes Geschenk! So gestalten Sie Ihr ganz persönliches Fotobuch: Sie wählen pro Seite ein passendes Layout und fügen beliebige Texte und Bilder hinzu. Im Kurs lernen Sie alle notwendigen Schritte: Laden der Bilder in den Computer – Bildbearbeitung mit Picasa – alles über Auflösung und Bildformate – Gestaltung

eigener Seiten – Designtipps – Bestellung und Buchdruck über das Internet. Voraussetzung: allgemeine PC- sowie Internetkenntnisse.

Tatjana Reinstorf

Montag, 12.07.2010, 18:15 – 21:30 Uhr

vhs, Raum 115 / 33,40 € (inkl. CD)

■ 56461

SAP R/3 – Anwendungen in der Praxis**Rechnungswesen – Logistik – Vertrieb**

Das Konzept sowie die Arbeit mit der Benutzeroberfläche von SAP R/3 wird vorgestellt. Sie erhalten anschließend einen Überblick, in welcher Form SAP R/3 für Aufgaben des Vertriebs sowie im Rechnungswesen eingesetzt werden kann. Themen: SAP R/3 – Module und Benutzeroberfläche – Zusammenhang zwischen Vertrieb und Beschaffung – Finanzwesen und Grundzüge des Controlling. Die Simulation der Software erfolgt im Rahmen einer Lernprogrammumgebung (CBT). Der Kurs ist für Arbeit suchende und berufstätige Menschen aus kaufmännischen Tätigkeitsfeldern sowie für Studierende der BWL geeignet. Ein Informationsblatt zu den genauen Inhalten des Kurses ist bei der vhs per E-Mail erhältlich (henn@vhs-hd.de).

Willi Wagner

Freitag, 16.07.2010, 18:00 – 21:00 Uhr

Samstag, 17.07.2010, 09:00 – 16:00 Uhr

Sonntag, 18.07.2010, 09:00 – 12:00 Uhr

vhs, Raum 115 / 120,00 €

■ 56462 neu!

SAP R/3 in der betrieblichen Praxis Aufbaukurs

Die Teilnehmenden lernen in diesem Workshop ausführlich den Einsatz von SAP R/3 zur Lösung von Geschäftsprozessen unterschiedlicher betrieblicher Aufgabenstellungen kennen. Es können pro Person je nach Interessenlage drei Module eigener Wahl aus den Bereichen Personalwirtschaft (HR), Materialwirtschaft (MM), Vertrieb (SD), Finanzwesen (FI), Controlling (CO) und Kostenstellenrechnung (CO-OM-CCA) bearbeitet werden. In diesem Kurs werden keine Grundlagen zu SAP R/3 behandelt. Die Übungen erfolgen mit Hilfe einer Softwaresimulation. Ein Informationsblatt zu den genauen Inhalten des Kurses ist bei der vhs per E-Mail erhältlich (henn@vhs-hd.de).

Willi Wagner

Freitag, 23.07.2010, 18:00 – 21:00 Uhr

Samstag, 24.07.2010, 09:00 – 16:00 Uhr

Sonntag, 25.07.2010, 09:00 – 12:00 Uhr

vhs, Raum 115 / 120,00 €

5651 Gestalten einer eigenen Internetseite

Inhalte:

- wichtige Standards im Internet;
- Grundlagen der HTML-Programmierung: Tags, Escapesequenzen, Links, Tabellen, Einbindung von Grafiken;
- Umsetzung mit einem WYSIWYG-Editor, textbasierten Editoren, Filetransfer;
- Übungen und Tipps; Voraussetzung: Grundkenntnisse in Windows und Word, Umgang mit einem Browser.

Hartmuth Heldt

Samstag, 03.07.2010, 09:00 – 16:45 Uhr

Samstag, 10.07.2010, 09:00 – 16:45 Uhr

vhs, Raum 115 / 125,60 €

Selbstverständlich haben Sie bei uns im Kurs einen eigenen PC-Arbeitsplatz!



5653 Clever verkaufen mit eBay

Viele nicht mehr benötigte Wertsachen schlummern oft jahrelang im Keller oder auf dem Speicher. Erfolg beim Einstieg in die Welt der professionellen eBay-Händlerinnen ist keine Frage des Glücks, sondern hängt von der richtigen Planung ab. Dieser Kurs ist geeignet für PC-Anwender mit soliden Grundkenntnissen (auch im Internet), die bisher noch keinen oder wenig Umgang mit eBay hatten. Sie legen Verkäuferkonten bei eBay an und erfahren, mit welchen Tricks die Profis besonders gute Preise erzielen. Inhalte: Auktionen optimal gestalten, Tipps beim Warenkauf, eBay-suche, Snippertools und Einsatz, Artikel – Schritt für Schritt einstellen, Allgemeines zur Sicherheit, Bewertungssystem, Profi-tools für Händler, Paketdienste und deren Sonderleistungen. Voraussetzung: eine eigene externe Email-Adresse (Beispiel von Yahoo oder Web.de), mit der Sie im Kurs über Benutzernamen und Passwort Ihre Mails lesen können. Teilnahme ohne Mailkonto nicht möglich!

Tatjana Reinstorf

Montag, 28.06. und 05.07.2010

18:15 – 21:30 Uhr

vhs, Raum 102 / 64,80 € (inkl. CD)

5655 Bloggen leicht gemacht

Bloggen ist cool und macht Spaß! Aber wie geht es? Wie setzt man eine Homepage mit Blog auf, wie passt man diesen an, wie nutzt man die wichtigsten Funktio-

nen? Hier lernen Sie, mit WordPress Blogs einzurichten, Beiträge zu schreiben, sie ansprechend zu formatieren, zu verlinken und mit Fotos und Grafiken zu illustrieren. Sie erhalten eine anschauliche Anleitung zur Nutzung der wichtigsten CMS-Funktionen (Content Management Systeme) zur Verwaltung von Artikeln, Bildern und Kommentaren. Dieser Einführungskurs ist für WordPress-Anfänger geeignet. Es sind allgemeine PC- sowie Internetkenntnisse erforderlich. Voraussetzung: eine eigene E-Mail-Adresse (z. B. web.de o. ä.), mit der Sie im Kurs mit Benutzernamen und Passwort Ihre Mails lesen können. Teilnahme ohne Mailkonto nicht möglich!

Tatjana Reinstorf

Montag, 19.07.2010, 18:15 – 21:30 Uhr

vhs, Raum 103 / 33,40 € (inkl. CD)

5656 iPod und iTunes – vom Einsteiger zum Profi

Sind Sie schon stolzer Besitzer eines iPods? Wissen Sie, was man alles damit anstellen kann? In diesem Kurs lernen Sie von Grund auf, wie Sie Ihr Gerät optimal nutzen können: Importieren von CDs; Musik und Videos suchen, kaufen, speichern und abspielen; iPod als Fotoarchiv im Urlaub; Outlook-Termine auf dem iPod; Podcasting; Taschen kino: Videomaterial für den iPod konvertieren. Eine neue Welt wird sich für Sie auftun, wenn Sie alle Funktionen mit Leichtigkeit nutzen können! Voraussetzung: allgemeine Kenntnisse der Internet-Nutzung.

Tatjana Reinstorf

Montag, 26.07.2010, 18:15 – 21:30 Uhr

vhs, Raum 102 / 33,40 € (inkl. CD)

5657 Wie bekommt meine Website mehr Besucher? Internetmarketing

Zunächst werden die Instrumente des Internet-Marketing vorgestellt, dazu gehören: Webseitenoptimierung, Suchmaschinenmarketing und die Möglichkeiten des Web 2.0: Blogs, Podcasts. Weiter geht es darum, wie man gute Webtexte formuliert (Schlüsselbegriffe, Anzeigentexte) und die eigenen Zielgruppen durch Internet-Networking bzw. Social Networking (Twitter o. ä.) erreicht. In einem Praxisteil werden verschiedene Internettools zur Analyse und Verbesserung von Webseiten selbst getestet. Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC und Internet werden vorausgesetzt.

Dr. Gerd Theobald

Samstag, 31.07.2010, 10:00 – 16:00 Uhr

Sonntag, 01.08.2010, 10:00 – 14:00 Uhr

Helmholtz-Gymnasium, Rohrbacher

Str. 102 – 106, Raum lt. Aushang

78,00 € (Kleingruppe)

5801.06 Computerschreiben in 4 Lektionen Nach der ats-Methode

Ob im Studium, im Beruf oder privat – ohne PC geht nichts mehr. Fast jeder sitzt heute dran. Aber kaum jemand kann mit zehn Fingern blind schreiben. Mit diesem ats-System ist es nun möglich, die Tastatur eines Computers in nur vier Lektionen blind bedienen zu lernen. Klingt unglaublich, ist aber wahr. Das Trainingsprogramm kombiniert Erkenntnisse aus Pädagogik, Hirnforschung, Assoziations- und Visualisierungstechniken, um ein effektives und schnelles Lernen zu ermöglichen. Dazu erhalten Sie im Kurs vier Hefte mit weiteren Übungen, die Sie zu Hause oder am Arbeitsplatz weiterführen können. Denn auch hier gilt: „Übung macht den Meister!“.

Regina Umland

Freitag, 16.07.2010, 17:00 – 20:15 Uhr

Samstag, 17.07.2010, 10:00 – 13:00 Uhr

vhs, Raum 103 / 66,80 € (inkl. Skript)

5802.02 Schreiben am Computer Ferienkurs (Mindestalter 12 Jahre)

Kurze Einführung in folgende Themen: Erarbeitung der Buchstaben-Griffwege und Schnellschreibetraining zusammen mit einer kurzen Einführung in die Textverarbeitung. Teilnehmerkreis: Erwachsene, aber auch Jugendliche oder Kinder ab 12 Jahren.

Rainer Loewe

Donnerstag, 29.07. bis Montag,

02.08.2010

17:30 – 19:45 Uhr

Helmholtz-Gymnasium, Rohrbacher

Str. 102 – 106, Raum lt. Aushang

3 Termine, 36,90 €

Weiterbildung Naturpädagogik

Berufsbegleitende Weiterbildung in Zusammenarbeit mit der Naturschule Freiburg e. V.

Beginn: 08.10.2010

(Frühbucherrabatt bis 10.07.2010 für Teil A)

Unsere ausführlichen Informationsunterlagen senden wir Ihnen gerne zu:

o 62 21/91 19-40, henn@vhs-hd.de (vhs Heidelberg, Herr Henn)

Achtung Baustelle!



Mit Beginn der Sommerferien werden im vhs-Gebäude in der Bergheimer Straße die Toiletten grundsaniert. Daher können für einige Wochen keine Kurse im vhs-Haus stattfinden.

Ausnahme: Alle Yoga- und Fitnesskurse

Für die Angebote im Sommerprogramm ab 1. August steht uns das **Helmholtz-Gymnasium** zur Verfügung – Sie können also wie immer Ihr persönliches Sommer-Weiterbildungsprogramm bei der vhs besuchen. Das **Helmholtz-Gymnasium** befindet sich in der Rohrbacher Straße 102. Sie erreichen es bequem mit der Straßenbahn (Linien 23 und 24), mit dem Fahrrad oder dem Auto – es gibt vor dem Gebäude Parkplätze.

Melden Sie sich wie gewohnt zu Ihrem Kurs an – wir informieren Sie rechtzeitig vor Kursbeginn darüber, in welchem Raum Ihr Kurs stattfindet.

Wegen der Sanierungsmaßnahmen werden in den Schulferien die Telefon- und Öffnungszeiten der vhs eingeschränkt sein; nähere Informationen dazu finden Sie ab Anfang Juli im Internet unter www.vhs-hd.de.

Ab 27. September finden Sie Ihre Kurse wieder im noch schöneren vhs-Gebäude!

Schulabschluss verpasst?

Kein Problem! Bei der vhs Heidelberg können Sie den Haupt- oder Realschulabschluss oder das Abitur nachholen:

Hauptschulabschluss
(Tages- oder Abendkurs)
Beginn: 11.10.2010
Beratung: Gerhard Henn,
o 62 21/91 19-40, henn@vhs-hd.de

Abendrealschule
Beginn: 16.09.2010

Abendgymnasium
Beginn: 17.09.2010

Telefonische Auskünfte:
o 62 21/91 19-44
(vormittags)

Beratung, Information und Anmeldung unter:

Telefon-Nr.: o 62 21/911 911

oder senden Sie uns ein Fax
(mit Einzugsermächtigung)

o 62 21 / 16 51-33

oder surfen Sie bei uns vorbei

www.vhs-hd.de

oder besuchen Sie uns
im Kundenbüro
Bergheimer Str. 76
69115 Heidelberg

Öffnungszeiten des Kundenbüros:

Vormittags:

Montag – Freitag (im August eingeschränkte Öffnungszeiten)

8:45 – 12:30 Uhr

Nachmittags:

Montag, Dienstag und Donnerstag
13:30 – 17:00 Uhr

Mittwoch 13:30 – 19:00 Uhr

Freitag 14:00 – 17:00 Uhr

Wir senden das Kursticket zu.

Ist ein Kurs belegt, benachrichtigen wir Sie; es erfolgt in diesem Fall kein Gebühreneinzug.

Ausführliche Geschäftsbedingungen im Programmheft oder in der Geschäftsstelle der vhs,
Bergheimer Str. 76,
69115 Heidelberg
oder unter
www.vhs-hd.de



Gebührenermäßigungen gibt es für folgende Gruppen:

20 %

Schüler/-innen, Studenten/-innen, Auszubildende, Wehr- und Ersatzdienstleistende, Schwerbehinderte, Arbeitslose, Sozialhilfeempfänger. Diese Ermäßigung gilt für Kursgebühren ab 80,- €

50 %

Inhaber des Heidelberg Passes

20 %

Ehrenamtlich/bürgerschaftlich Engagierte (Weiterbildung für ihr Engagement)

Und etwas Besonderes:

Weiterbildungsgutscheine

Wenn Sie nicht zu den beschriebenen Ermäßigungsberechtigten gehören oder umfangreichere Unterstützung brauchen, gibt es noch etwas Besonderes: Organisationen und Personen spenden der vhs Gutscheine, damit sich auch Menschen mit sehr kleinem Einkommen weiterbilden können. Diese Gutscheine verwalten wir und können sie auf Ihre Kursgebühr anrechnen. Fragen Sie uns danach.

Fragen Sie nach der Bildungsprämie für Erwerbstätige mit geringem Einkommen.

vhs für schmale Geldbeutel!

Die Volkshochschule Heidelberg (vhs) wird von der Stadt und vom Land unterstützt, damit sie Weiterbildung günstig anbieten und für alle ermöglichen kann. Aber es gibt Situationen, in denen man sich auch günstige vhs-Kurse nicht leisten kann.

Die vhs hat in solchen Fällen meistens eine Lösung.

Fragen Sie uns danach!

Bildung für alle bezahlbar!

Anmeldung per Post**An:**

Volkshochschule Heidelberg e. V. | Postfach 120715
69068 Heidelberg

Von:

Name, Vorname

Straße

PLZ/Ort

Telefon (tagsüber)

Fax

E-Mail*

*(Bitte nur angeben, wenn Sie Ihr Kursticket und wichtige Informationen auch per E-Mail erhalten wollen.)

Bitte senden Sie mir den kostenlosen Newsletter per E-Mail zu.

Anmeldung

1. Kursnummer

2. Kursnummer

3. Kursnummer

4. Kursnummer

5. Kursnummer

Hiermit beantrage ich Ermäßigung. Nachweis in Kopie liegt bei.

Einzugsermächtigung

Hiermit ermächtige ich die Volkshochschule Heidelberg, die von mir zu entrichtenden Gebühren einmalig per Lastschrift von meinem Konto abzubuchen.

Bank

Bankleitzahl

Konto-Nr.

Kontoinhaber

Mit dieser Anmeldung erkenne ich die Teilnahmebedingungen der vhs an (S. 138 d. Programmheftes).

Datum

Unterschrift



Bildung mit Schwung!

Programm 2/2010
gibt's ab 02.09.2010

Anmeldung:

Internet ab 02.08.2010

Persönlich und telefonisch: 06.09.2010