

Inhalt

Anmeldung	4	Beruf und Wirtschaft	44
Gebühren	4	Berufliche Weiterbildung und Recht	44
Ansprechpartner	5	EDV	50
Im Blickpunkt	6	Kultur und Freizeit	62
Aktuelles aus VHS und Kultur	6	Literatur, Musik	62
Politik und Gesellschaft	8	Musizieren und Spielen	63
Geschichte und Zeitgeschehen	8	Zeichnen und Malen	64
VHS international	10	Werken	66
Pädagogik und Psychologie	11	Schneidern	69
Gesundheit und Umwelt	12	Mode	70
Gesundheit und Krankheit	12	Kulturbus	71
Entspannung und Selbsterfahrung	14	Exkursionen	71
Bewegung und Körpererfahrung	16	Studienreisen, Radtouren	72
Einführung in Sportarten	22	Theater und Konzerte	74
Tanz	22	Veranstaltungen auf einen Blick	75
Leben mit Behinderungen	24	Theater und Kleinkunst	76
Ernährung	24	Kammerkonzerte und Jazz and More	78
Natur und Umwelt	28	Kindertheater	80
Deutsch und Fremdsprachen	32	Stadtbibliothek Dorsten	81
Anmeldung und Beratung	32	Gemeinschaftshaus Wulfen	82
Englisch	33	Kleinkunst und Musik	82
Französisch	37	Kindertheater	83
Spanisch	38	Anhang	84
Italienisch	39	Kurstermine	84
Portugiesisch	39	VHS-Angebote für Senioren	84
Niederländisch	40	Einzelveranstaltungen	84
Deutsch als Fremdsprache	40	Bildungsurlaub	85
Schulabschlüsse	42	Unterrichtstermine	85
		Impressum	85

VHS-Kurse über Internet buchen:
www.dorsten.de/vhsundkultur.htm

Postadresse

vhs und kultur
 Stadt Dorsten
 Postfach 21 02 66
 46269 Dorsten

Hausanschrift

vhs und kultur
 Stadt Dorsten
 Bildungszentrum Maria Lindenthal
 Im Werth 6
 46282 Dorsten

Telefon

(0 23 62) 66 41 60 oder 66 41 61

Telefax

(0 23 62) 66 57 43

Internet

E-Mail: vhs-und-kultur@dorsten.de
www.dorsten.de/vhsundkultur.htm



Die VHS Dorsten ist Mitglied im
 Landesverband der Volkshochschulen
 von Nordrhein-Westfalen
www.vhs-nrw.de

Anmeldung

ab sofort	Zu den Kursen und Veranstaltungen der VHS können Sie sich ab sofort anmelden. Bitte verwenden Sie dafür die Anmeldekarten in der Mitte dieses Heftes und schicken Sie uns Ihre Anmeldung per Post oder Telefax.
Anmeldung über Internet	Sie können sich zu den VHS-Kursen auch an Ihrem PC online anmelden über: www.dorsten.de/vhsundkultur.htm
keine Anmeldebestätigung	Wenn Sie nach Ihrer Anmeldung nichts mehr von uns hören, erscheinen Sie einfach zum ersten Veranstaltungstermin. Bei Veränderungen informieren wir Sie rechtzeitig.
Einzelveranstaltungen	Bitte melden Sie sich auch für Einzel- und Vortragsveranstaltungen frühzeitig an. Wenn zu wenige Anmeldungen vorliegen, müssen die Veranstaltungen abgesagt werden.
Fremdsprachenkurse	Neue Anmeldungen zu Fremdsprachenkursen sind nur nach einer persönlichen Beratung möglich. Die Beratungstermine finden Sie auf Seite 32.
Schulabschlusskurse	Auch für diese Kurse können Sie sich nur nach einer persönlichen Beratung anmelden. Bitte vereinbaren Sie einen Beratungstermin mit Fachbereichsleiter Bernd Sauerwein-Fox, Telefon (0 23 62) 66 41 82.
Theater und Konzerte	Kartenverkauf siehe Seite 75.
Büroöffnungszeiten	Montag bis Donnerstag 8.00 - 16.00 Uhr Freitag 8.00 - 13.00 Uhr

Gebühren

Die Teilnahmegebühr wird mit der Anmeldung zu einem Kurs oder einer Veranstaltung fällig.

Bitte erteilen Sie uns eine Einzugsermächtigung für die Gebühren. Diese werden frühestens 3 Wochen nach Beginn des Arbeitshalbjahres per Lastschrift von Ihrem Konto abgebucht.

Den Beleg über die Abbuchung können Sie als Quittung verwenden, z. B. gegenüber dem Finanzamt.

Eine Ermäßigung der Gebühren um 75 % (Aufrundung des Betrages auf volle €) erhalten Inhaber des Dorsten-Passes. Bitte bringen Sie den Dorsten-Pass gleich zur Anmeldung mit, da eine Ermäßigung nachträglich nicht möglich ist. Bei Studienfahrten können wir leider keine Ermäßigungen gewähren.

Informationen zum Dorsten-Pass erhalten Sie im Bürgerbüro der Stadt Dorsten, Telefon (0 23 62) 66 38 11.

Ihre Abmeldung von einer Veranstaltung müssen Sie der VHS bis spätestens 14 Tage vor Beginn schriftlich mitteilen, bei Bildungsurlaubs-Veranstaltungen 4 Wochen vor Beginn. Bei rechtzeitiger Abmeldung buchen wir die Teilnahmegebühr nicht ab. Nur die Anmeldepauschale von 2,60 € wird abgebucht. Bei einer Abmeldung bis 7 Tage vor Beginn der Veranstaltung (Bildungsurlaub: 14 Tage) erheben wir 50 Prozent der Kursgebühr, mindestens 5 €. Bei einer späteren Abmeldung müssen wir die volle Kursgebühr erheben. Dies gilt auch bei Erkrankung und anderen Fällen von persönlich nicht zu vertretender Verhinderung. Achtung: Bei Studienfahrten gelten besondere Bedingungen.

Fälligkeit

Zahlungsweise Lastschrift

Quittung

Ermäßigung

Dorsten-Pass

Abmeldung

Hella Eidner
Heike Kaling
Tanja Kuhlmann
Claudia Temp



Wichtiges in Kürze

Leitbild	Das Leitbild der VHS Dorsten finden Sie in unserer Internetpräsentation unter: www.dorsten.de/vhsundkultur.htm
Mindestalter	An unseren Veranstaltungen kann teilnehmen, wer das 16. Lebensjahr vollendet hat. Ausnahmen sind bei den Beschreibungen einzelner Veranstaltungen vermerkt.
für Behinderte	Selbstverständlich ist das Bildungszentrum Maria Lindenhof behindertengerecht und verfügt über entsprechende Einrichtungen (Behindertentoilette, rollstuhlgerechter Aufzug u. a.).
Teilnehmerzahl	Die Kurse und Veranstaltungen finden statt, wenn die vereinbarte Mindest-Teilnehmerzahl erreicht wird. Falls zu wenige Anmeldungen vorliegen, kann die Veranstaltung nach Absprache mit der VHS gegen Zahlung einer höheren Gebühr trotzdem stattfinden.
Frühzeitig anmelden	Bitte melden Sie sich frühzeitig an. Sie sichern sich damit Ihren Platz in der gewünschten Veranstaltung bzw. verhindern, dass diese wegen zu geringer Teilnehmerzahl vorzeitig abgesagt wird.
Bescheinigungen	Wenn Sie an einem EDV-Kurs teilnehmen, erhalten Sie am Ende eine Bescheinigung über den Lehrinhalt. Bei anderen Veranstaltungen stellen wir Ihnen gegen Gebühr ebenfalls gern eine Bescheinigung aus.
Lehrbücher	Für einige Kurse benötigen Sie Lehrbücher oder spezielle Unterrichtsmaterialien. Die Lehrbücher beschaffen Sie sich in der Regel selbst im Buchhandel.
Nichtraucher-schutz	Das Rauchen ist im VHS-Gebäude und bei allen Veranstaltungen der VHS untersagt. Das Rauchverbot gilt auch im Bus bei Studienfahrten.

Ansprechpartner

Klaus Schmidt , VHS-Direktor Zimmer 223 Telefon (0 23 62) 66 41 50	Leiter des Amtes für Kultur und Weiterbildung
Heike Kaling Zimmer 222 Telefon (0 23 62) 66 41 62	Sekretariat
Bernd Sauerwein-Fox Stellv. Leiter des Amtes für Kultur und Weiterbildung Zimmer 211 Telefon (0 23 62) 66 41 82	Hauptamtlich pädagogische Mitarbeiter
Brigitte Burbach-Braun Zimmer 210 Telefon (0 23 62) 66 41 81	
Petra Duda Zimmer 212 Telefon (0 23 62) 66 41 83	
Sabine Podlaha Zimmer 213 Telefon (0 23 62) 66 41 84	
Wolfgang Müller Zimmer 214 Telefon (0 23 62) 66 40 50	Allgemeine Verwaltung
Mareike Bittner Hella Eidner Tanja Kuhlmann Claudia Temp Zimmer 221 Telefon (0 23 62) 66 41 60 und 66 41 61	Servicebüro VHS
Ingrid Sommer-Brinkamp Zimmer 216 Telefon (0 23 62) 66 41 63	Kulturbüro
Marlies Milos Nicole Mumm Zimmer 219 Telefon (0 23 62) 66 40 52	Abonnements, Theaterkasse
Gerd Hortmann Holger Krampe Telefon (0 23 62) 66 42 00	Hausdienst
Die persönlichen E-Mail-Adressen Ihrer Ansprechpartner/innen lauten vorname.name@dorsten.de	Persönliche E-Mail-Adressen



Marlies Milos
Nicole Mumm
Ingrid Sommer-Brinkamp
Wolfgang Müller



Gerd Hortmann
Holger Krampe

Verstecktes Leben

"Die Stimmung im Haus ist bleiern. Draußen hört man keinen Vogel, eine tödliche Stille zieht mich in die Tiefe. Ich irre von einem Zimmer zum anderen."

Dieser Auszug aus dem Tagebuch der Anne Frank beschreibt, wie es sich anfühlen muss, jahrelang versteckt und in Angst zu leben. Darum geht es auch in dem Stück, das das "Fliegende Theater" aus Berlin anlässlich des Holocaust-Gedenktags am 27. Januar um 19.30 Uhr im Forum des Bildungszentrums Maria Lindenhof aufführt. "Anne Frank. Verstecktes Leben" heißt die ungewöhnliche und berührende Inszenierung, zu der VHS und Kulturbüro in Zusammenarbeit mit dem Jüdischen Museum einladen.



Das "Fliegende Theater" ist ein modernes Figuren- und Objekttheater. Durch das Stück ziehen sich wie ein roter Faden Textpassagen aus Anne Franks Tagebüchern. Eine Performance schafft dazu assoziative Bilder mit Hilfe von Videoprojektionen, Skulpturen, Malerei sowie Schauspiel und Live-Musik.

Nach Gastspielen bei einer Reihe von Figurentheater-Festivals nahm auch das Kultursekretariat NRW Gütersloh das Stück in seine Reihe "Jugendtheater des Monats" auf. Neben der Abendveranstaltung in der VHS wird es am 25. und 26. Januar in mehreren Dorstener Schulen zu sehen sein.

Von Alaska bis Feuerland

Einen besonderen Leckerbissen bieten wir im Rahmen des Fachbereichs "VHS international": "Panamericana –



Foto: Peter Gebhard

Abenteuer zwischen Alaska und Feuerland" nennt der renommierte Fotograf Peter Gebhard seine grandiose Dia-Reportage, die am 22. Februar in

der VHS zu sehen sein wird.

Die Traumroute Panamericana – mal Highway, mal Schotterpiste – durchquert 17 Länder und vier Klimazonen. Sie führt über Bergpässe, durch Salzwüsten, Urwald und Tundra. Peter Gebhard hat aber auch ungewöhnliche Begegnungen mit den Bewohnern im Bild festgehalten und somit ein einzigartiges Panorama der Naturwunder und vielfältigen Kulturen Amerikas geschaffen.

Die Reportage steht unter der Schirmherrschaft der UNESCO und feierte im Herbst 2005 Premiere, gleichzeitig erschien auch der gleichnamige Bildband. Die Resonanz in der Öffentlichkeit war groß – nun können auch die Dorstener mit auf Bilder-Reise gehen.

Der erste Vormittagskurs Englisch

Er ist schon etwas ganz Besonderes, dieser erste Englisch-Kurs der VHS am Vormittag, den Rano Chhatwal seit 25 Jahren leitet. Damals nannte er sich noch "Englisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse". Solch ein Angebot gibt es heutzutage, da in der Schule zumindest die Grundkenntnisse vermittelt werden, natürlich nicht mehr. Was es aber noch gibt, ist ein fester Stamm der ersten Stunde. Zwei davon sind die Dorstenerinnen Helga Liko (73) und Jutta Stankiewicz (58). Von Anfängerinnen kann hier längst nicht mehr die Rede sein. "Wer will, kann an der VHS die Sprache fließend lernen", erklärt Rano Chhatwal. Und so haben die beiden 1990 zunächst das VHS-Zertifikat abgelegt und ein paar Jahre später gar das "Cambridge-First-Certificate" auf Abitur-

Niveau. Inzwischen heißt der Kurs entsprechend: "Advanced Fluency Practice".

Jutta Stankiewicz entschied sich für die Teilnahme, als ihre Tochter auf der Schule mit Englisch begann. "Ich dachte, ich könnte ihr dann helfen, aber das war bald umgekehrt", erinnert sie sich. Helga Liko wiederum konnte sich damals nicht so wie ihre Kinder mit dem Besuch aus Portugal auf Englisch unterhalten. Solche Gespräche, aber auch Diskussionen über Politik oder Literatur sind für die Frauen heute kein Problem. "Wir haben viel gelernt", sind sie sich einig und loben die Kursleiterin: "Sie ist immer nett, diplomatisch und höflich." Ein Ende des wöchentlichen Treffens ist nicht in Sicht: Denn Lernen hält fit – ein Leben lang.

Für mehr Integration

"Deutsch lernen in Dorsten" – unter diesem Motto bietet die VHS seit April 2005 einen Integrationskurs an. Es war der erste, der nach dem Inkrafttreten des neuen Zuwanderungsgesetzes im Januar in der Lippestadt startete. Denn ausländische Migranten und Spätaussiedler haben nach diesem Gesetz einen Anspruch auf den Besuch eines solchen Kurses, der ihnen helfen soll, sich in der neuen Lebenswelt besser zurechtzufinden.

Der laufende Kurs wird voraussichtlich im Sommer 2006 beendet sein. Ein neuer beginnt in diesem Semester. Inzwischen hat sich auf Initiative der VHS in Dorsten ein Netzwerk verschiedener Kursträger, Migrations-Beratungsstellen und entsprechender Behörden gebildet, das die Durchführung der Kurse sichern soll. Eine mehrsprachige Broschüre informiert über die Angebote. Sie liegt u. a. bei der VHS aus.

Wer steckt dahinter?

Dass sie sich für Computer begeistern und sogar EDV-Kurse geben würde, das hätte Renate Lünenbürger nach ihrem Lehramts-Studium nicht gedacht. Sport und Biologie waren eigentlich ihre bevorzugten Fächer. Doch nur kurz war ihre Station im Schuldienst – "bis die Kinder kamen".



Renate Lünenbürger

Den Einstieg in die EDV fand die 51-Jährige über einen Orientierungskurs zum beruflichen Fortgang. Und da war ihr Interesse am PC plötzlich so groß, dass sie nach diversen EDV-Kursen sogar noch ein Zusatz-Studium als EDV-Dozentin anhängte. Ihren ersten eigenen Unterricht gab die gebürtige Düsseldorferin in ihrem jetzigen Wohnort Recklinghausen bei der Regionalstelle Frau und Beruf. "Die Nachfrage war

so groß, dass die Sache ein Selbstläufer wurde." 1994 machte sich Renate Lünenbürger selbständig und lehrt seitdem an verschiedenen Weiterbildungseinrichtungen.

In Dorsten liegt ihr Schwerpunkt im Seniorenbereich. "Ich bringe den Leuten bei, wie man den Computer in der Freizeit sinnvoll nutzen kann", sagt sie und nennt als Beispiele die digitale Fotografie und Internetversteigerungen. Aber auch Bildungsurlauben zählen zu ihren Unterrichtsangeboten an der VHS. "Mir machen das Lehren und der Umgang mit immer anderen Menschen viel Spaß", sagt Renate Lünenbürger.

Natürlich hockt sie auch selbst in ihrer Freizeit häufig vor dem PC, geht aber durchaus kritisch mit dem Medium um und merkt oft genug: "Jetzt reicht's." Dann widmet sie sich ihrer zweiten Leidenschaft, dem Sport. Schwimmt bei Wettkämpfen, segelt im Sommer, ist im Winter auf der Piste, joggt und fährt Rad. "Und dann habe ich noch zwei Kinder, ein Enkelkind und einen Hund."

Auch Andreas Schürmeyer hat erst fürs Lehramt studiert – in Bremen und Gelsenkirchen: Englisch und Spanisch sind seine Fächer. "Doch ich bin fertig geworden, als Lehrer nicht mehr eingestellt wurden", sagt der 46-Jährige, der heute in Herne lebt. Zwei Jahre arbeitete er zunächst im elterlichen



Andreas Schürmeyer

Betrieb, einer Bäckerei mit Pension in einem kleinen niedersächsischen Kurort. Dann hielt er sich mit Jobs als VHS-Honorarkraft in Bochum, wo er inzwischen eine Vollenstellung hat, und in Dorsten über Wasser. Seit 1995 führt er hier Jugendliche, die die Regelschule nicht oder nur mit Ach und Krach gepackt haben, zu Hauptschul- oder Fachoberschulabschluss. Einige wenige Ältere seien allerdings

auch dabei, die in dem VHS-Angebot eine Chance auf Weiterqualifizierung sehen.

An zwei Abenden pro Woche unterrichtet Andreas Schürmeyer derzeit etwa 20 bis 25 junge Leute als Klassenlehrer im Fach Englisch, bringt ihnen bei "wie die Sprache funktioniert". "Das macht mehr Spaß als eine Klasse nur fürs Abi fit zu machen, schließlich bin ich Lehrer mit Leib und Seele", sagt er, gibt aber auch zu, dass es anstrengend sei. Denn vor allem in Sachen Pünktlichkeit und Durchhaltevermögen hapere es bei vielen seiner Schützlinge. Aber, so unterstreicht er die Bedeutung der Schulabschluss-Kurse, für die die VHS händierend nach weiteren Lehrkräften sucht: "Wo sollen die jungen Leute sonst hin?"

Einen Ausgleich zur Arbeit bieten Schürmeyer seine vielfältigen Hobbys: die Doppelkopf-Abende mit Freunden, Rad fahren, die Begeisterung für den PC und nicht zuletzt die Reisen quer durch Europa.

25 Jahre Big Band Dorsten

Und noch ein Jubiläum kann die VHS gemeinsam mit vielen Dorstenern feiern: das 25-jährige Bestehen der Big Band Dorsten, die den runden Geburtstag am 12. Februar um 19.30 Uhr mit einem großen Konzert in der Aula der St. Ursula-Realschule gebührend begeht. Die Formation unter der Leitung von Hans-Christian Dörrscheidt und Stephan Schulze, die zu den "dienstältesten" im Lande gehört, präsentiert dann einen Querschnitt ihrer Musik, und das Kulturbüro hat mit dem Entertainer Götz Alsmann außerdem einen echten Stargast eingeladen. Wie schon vor einigen Jahren wird der Münsteraner Allround-Künstler seiner Passion als Jazz-Sänger und Pianist frönen und mit der Big Band Klassiker des "American Songbook" interpretieren. Der ungarische Klarinettist Geza Komjathy war es, der 1981 an der Musikschule der Stadt eine Big Band ins Leben rief und damit Dorsten schnell zu einer Anlaufstelle für begabte Jazz-Freunde werden ließ. Auf heimische Auftritte – der erste in der VHS – folgten bald Reisen durch das ganze Land, Plattenproduktionen



Götz Alsmann

und Begegnungen mit großartigen Musikern, darunter Peter Herbolzheimer und Barbara Dennerlein. Doch auch nach 25 Jahren ist immer noch Dorsten die Heimat der VHS-Big Band – und das Jubiläums-Konzert ein Geschenk an alle treuen Fans.



Petra Duda
02362-664183

Klaus Schmidt
02362-664150

Geschichte und Zeitgeschehen

Anne Frank. Verstecktes Leben

S1110

Anne Frank und ihre Familie lebten zwischen 1942 und 1944 versteckt vor den Nazis in einem Hinterhaus in Amsterdam. Über diese Zeit schrieb sie alles in ihr Tagebuch. So hat ihre Stimme den Krieg überlebt.

In einer außerordentlichen Theaterperformance wird die Geschichte dieses lebensbedrohlichen, extrem eingeschränkten Daseins erzählt. Mit Objekttheater, Schauspiel, Video-Projektionen und Live-Musik entstehen assoziative Bilder zu den Texten aus Annes Tagebuch, die den Zuschauern eine sinnliche Erfahrung dieses dunklen Teils deutscher Vergangenheit vermitteln.

Gemeinsame Veranstaltung mit dem Jüdischen Museum Westfalen zum Gedenktag anlässlich der Befreiung des KZ Auschwitz am 27. Januar

Fliegendes Theater
Fr., 27.01.
19.30 - 21.00 Uhr
2 Ustd./8,00 €
VHS; Forum

Politik und Gesellschaft

Rollo Gebhard: Logbuch eines Lebens

S1120

Film, Vortrag und Diskussion
Seit über 50 Jahren auf den Meeren zu Hause, dreifacher Weltumsegler, Tierschützer, Vorsitzender der Gesellschaft zur Rettung der Delfine, Autor zahlreicher Bücher und TV-Filme: Rollo Gebhard, die lebende Segel-Legende, veröffentlichte Ende 2005 seine Autobiografie. Aus diesem Anlass erzählt er spektakuläre Erlebnisse aus dem "Logbuch seines Lebens". Darüber hinaus zeigt er zwei Filme. Sein allererster Film handelt von seiner ersten Weltumsegelung in den Jahren 1967 bis 1970. Sein neuester Film schildert sein bisher verwegenes Abenteuer, eine illegale Tour mit dem Motorboot quer durch Russland, die er 2001 zusammen mit seiner Ehefrau Angelika unternahm.

Rollo Gebhard
Do., 02.02.
19.30 - 21.00 Uhr
2 Ustd./8,00 €
VHS; Forum

Geschichte und Zeitgeschehen

Religion

VHS international

Pädagogik und Psychologie

**S1130 Judentum und Christentum -
Gemeinschaft wider Willen?**

**Dr. Hans-Hermann
Henrix**
Mo., 20.03.
19.30 - 21.45 Uhr
3 Ustd./5,00 €
Altes Rathaus

Judentum und Christentum sind bis heute in ein offenkundig unlösbares Verhältnis gebracht. Ein Verhältnis, das unendlich spannungsvoll und folgenreich war und ist. Welche Bezugspunkte der Nähe, des Verbindenden und manchmal Gemeinsamen gibt es? Worin liegt das Andere, Unterscheidende und Fremde?
Der Referent gehört zu den angesehensten Partnern im christlich-jüdischen Dialog. Bis Ende 2005 leitete er die Kath. Akademie Aachen.
Gemeinsame Veranstaltung mit dem Jüdischen Museum Westfalen und dem Trägerverein Altes Rathaus

**S1140 König Jacques -
Chiracs Frankreich**

Heiko Engelkes
Mi., 29.03.
19.30 - 21.45 Uhr
3 Ustd./5,00 €
Altes Rathaus

Jacques Chirac verkörpert wie kein anderer das Selbstverständnis der "Grande Nation". Heiko Engelkes, langjähriger ARD-Korrespondent in Paris, hinterfragt mit Sachkenntnis, Esprit und Gespür den Mythos von "König Jacques" und berichtet aus dem Zentrum der französischen Macht. Er analysiert auch die Geschichte der deutsch-französischen Beziehungen, die sich nach Jahrhunderte langer "Erbfeindschaft" zu einer stabilen Allianz an der Spitze des vereinten Europa entwickelt haben.
Gemeinsame Veranstaltung mit dem Trägerverein Altes Rathaus

S1150 Regiert der Fußball die Welt?

**Prof. Dr. Christiane
Eisenberg**
Mo., 03.04.
19.30 - 21.45 Uhr
3 Ustd./5,00 €
Altes Rathaus

Fußball ist heute ein wahrhaft globales Spiel. Fußballweltmeisterschaften sind zu Weltmedieneignissen geworden. Die Gesamtzahl der Spielerinnen und Spieler beträgt ca. 242 Millionen. Die FIFA zählt 204 Mitgliedsverbände und ist damit flächendeckender verbreitet als die UNO. Seit wann ist Fußball so beliebt? Worauf gründet sich die Popularität des Spiels? Was sind die sozialen, ökonomischen, politischen und kulturellen Rahmenbedingungen dieses Erfolges?
Die Referentin lehrt an der Humboldt-Universität Berlin und gilt als eine der besten Kennerinnen des internationalen Fußballgeschehens.
Gemeinsame Veranstaltung mit dem Trägerverein Altes Rathaus

**Franz Beckenbauer.
Der freie Mann**

Er scheint unangreifbar und unvermeidbar, der bekannteste Deutsche in der Welt und graumelierte Fan-Artikel der Nation. Doch wer war Franz Beckenbauer früher? Wie verlief sein Weg vom Nachkriegsjungen zum "Kaiser" der deutschen Fußballwelt?
Der Autor und Journalist Torsten Körner geht den widersprüchlichen Images der schillernden Person Beckenbauer auf den Grund und liefert kultur- und mentalitätsgeschichtliche Erklärungen. Unterhaltsam und spannend, einfühlsam und kritisch lässt er den Welt- und Lebensweg des Fußballstars lebendig werden.
Gemeinsame Veranstaltung mit dem Trägerverein Altes Rathaus

S1160

Torsten Körner
Mo., 15.05.
19.30 - 21.45 Uhr
3 Ustd./6,00 €
Altes Rathaus



VHS international

**S1210 Panamericana -
Abenteuer zwischen Alaska
und Feuerland**

Peter Gebhard
Mi., 22.02.
19.30 - 21.30 Uhr
3 Ustd./10,00 €
VHS; Forum

Mal zehnspurige Autobahn, mal schlammige Schlaglochpiste - das ist die legendäre Traumroute Panamericana, die sich über die beiden amerikanischen Kontinente von Alaska nach Feuerland zieht. Sie durchquert 17 Länder sowie vier Klimazonen und führt über Tausende von Kilometern vorbei an grandiosen Landschaften, mystischen Kulturen und pulsierenden Städten. Über mehrere Jahre reiste der renommierte Profi-Fotograf Peter Gebhard mehr als 40.000 Kilometer auf dieser Straße und erzählt nun in seiner neuen Dia-Reportage von den Inuit am Polarkreis, von UFO-Forschern in Nevada und Maya-Schamanen in Mexiko.
Diashow auf Großleinwand mit Live-Kommentar. Die Vorträge von Peter Gebhard wurden für hervorragende Qualität mit dem Prädikat Leicavision ausgezeichnet.

**S1220 Paris - Mythos am Ufer der
Seine**

Hartmut Krinitz
Do., 16.03.
19.30 - 21.30 Uhr
3 Ustd./8,00 €
VHS; Forum

Viele Monate hat Hartmut Krinitz in Paris verbracht und die Magie der französischen Hauptstadt fotografisch festgehalten. Entstanden ist daraus ein einfühlsames Porträt einer Stadt, die ein unglaubliches Spektrum scheinbarer Gegensätze auf engstem Raum vereint. Die Zuschauer begeben sich auf die Spurensuche durch die Jahrhunderte, tauchen ein in Straßen, Plätze und Arkaden voll Leben und Vergangenheit. Die Streifzüge führen in die Welt der Feinschmecker und Volksküchen, der Cabarets, der Mode und der Künstler, aber auch zu den weltberühmten Orten und Sehenswürdigkeiten, die den Mythos Paris geschaffen haben.
Diashow in Überblendtechnik und auf Großleinwand mit Live-Kommentar, Originaltönen und literarischen Passagen. Die Vorträge von Hartmut Krinitz wurden für herausragende Qualität mit dem Prädikat Leicavision ausgezeichnet.

**Masuren.
Thorn - Danzig - Königsberg**

Dort, wo Gott, ermüdet von der Erschaffung der Welt, seine letzten Perlen ausstreute, so erzählt die Sage, liegt Masuren. Vom prachtvollen Thorn aus und vorbei an der mächtigen Marienburg bricht Dirk Bleyer auf, um Masuren zu erleben. Über Danzig, dessen hanseatischer Reichtum immer noch erkennbar ist, und Kants "schicklichen Platz" Königsberg, dessen Wunden aus dem Krieg nicht heilen wollen, führt sein Weg hinein in das Land der kristallklaren Seen, der goldgelben Felder und dunklen Wälder. Mit exzellenten Bildern auf Großleinwand, Musik und Live-Kommentar zeichnet er ein sensibles Bild von dieser einzigartigen Landschaft im Herzen Europas und ihren Menschen.

Der Vortrag wurde wegen seiner herausragenden Qualität mit dem Prädikat Leicavision ausgezeichnet.

Gemeinsame Veranstaltung mit dem Trägerverein Altes Rathaus

S1230

Dirk Bleyer
Di., 02.05.
19.30 - 21.30 Uhr
3 Ustd./8,00 €
VHS; Forum

**Ian Bruce & Victor Besch:
Songs of Robert Burns**

siehe Veranstaltung Nr. S6120

Pädagogik und Psychologie

S1310 Persönlichkeitsbildung von Anfang an

Dr. Armin Krenz
Mo., 30.01. bis
Mi., 01.02.
08.30 - 16.30 Uhr
23 Ustd./150,00 €
VHS; Raum 106

Bildungsurlaub
Thema dieses Seminars ist die Lebensplanarbeit im Dialog mit Kindern. Die eigenen Lebenspläne bestimmen die Lebensgestaltung von Kindern und Erwachsenen gleichermaßen. Sie zeigen sich im besonderen Ausdrucksverhalten, das entschlüsselt und in einer qualitätsgeprägten Pädagogik berücksichtigt werden muss. In diesem Aufbauseminar für Erzieher/Innen, die bereits an einem Seminar "Lebenspläne" teilgenommen haben sollten, geht es um zwei Schwerpunkte. Zum einen werden weitere Ausdrucksformen von Kindern entschlüsselt, um sie für ein professionell gestaltetes Projekt nutzen zu können. Zum anderen wird aber auch ein Bezug zu eigenen Lebensplänen der Erzieher/innen hergestellt, um sich selbst noch besser zu verstehen und dadurch konkrete Entwicklungsschritte zu initiieren.

S1320 Ausbildung zum/zur Seniorenbegleiter/in

Birgit Krenz-Kaynak u. a.
ab Fr., 27.01.
80,00 €
Paul-Gerhardt-Haus

Einrichtungen der Altenhilfe und die kleiner gewordenen Familien sind trotz aller Bemühungen oft nicht mehr in der Lage, alte Menschen in der Weise zu unterstützen und zu begleiten, die notwendig wäre. Vielen von ihnen droht die Vereinsamung. Können Sie sich vorstellen, einem alten Menschen etwas von Ihrer Zeit zu schenken? Ihn zu besuchen und zu begleiten, ihm zuzuhören, Anteil zu nehmen an seinem Leben?
Die Ausbildung zum/zur Seniorenbegleiter/in gibt Ihnen die Möglichkeit, sich für eine solche Aufgabe zu qualifizieren. Sie dauert von Januar bis Mai 2006 mit anschließendem Praktikum. Für die Teilnahme erhalten Sie ein Zertifikat.
Weitere Informationen sendet die VHS auf Anfrage gern zu.
(Tel.: 0 23 62 / 66 41 61)
Gemeinsame Veranstaltung mit dem Paul-Gerhardt-Haus und dem Haus der Familie

Tagesmütter und -väter qualifizieren sich

S1325

Die Tagespflege wird zunehmend als eine Alternative zu der institutionellen Betreuung von Kindern in Gruppen angesehen, gesucht und genutzt. Zum einen ist sie eine Chance für Eltern, die ihren beruflichen Alltag nicht in Abhängigkeit von festen Öffnungszeiten eines Kindergartens gestalten können. Zum anderen bietet gerade die Tagespflege eine familiennahe Atmosphäre, in der sich das Kind nicht eine Bezugsperson mit mehreren anderen Kindern teilen muss.

Die Qualifikation dauert von Februar bis November 2006. Für die Teilnahme erhalten Sie ein Zertifikat.

Weitere Informationen sendet die VHS auf Anfrage gern zu.

(Tel.: 0 23 62 / 66 41 61)

Gemeinsame Veranstaltung mit dem Haus der Familie und dem Paul-Gerhardt-Haus

Informationsveranstaltung:

Mittwoch, 25.01., 09.00 Uhr, Haus der Familie, Idastr. 49

Anette Rehmann
ab Mi., 01.02.
09.00 - 11.15 Uhr
84 Ustd./180,00 €
Haus der Familie

Kommunikationsspiele im Sprachunterricht

S1330

Fortbildung für Kursleitende
Grammatikstrukturen, Vokabeln, Aussprache - für viele Sprachlerner führen diese Dinge zu großer Unsicherheit in der mündlichen Kommunikation und somit zu Sprechhemmungen. Durch Kommunikationsspiele mit verschiedenen Schwierigkeitsgraden gelingt es jedoch, Teilnehmer aller Niveaustufen aus der Reserve zu locken und ans Sprechen zu bringen. In diesem Seminar wollen wir uns darüber austauschen, wie Sie es schaffen, Ihre Teilnehmer zu aktivieren und in welchen Bereichen es Schwierigkeiten gibt. Außerdem lernen Sie viele Spielideen kennen, mit denen Sie Ihre Teilnehmer miteinander ins Gespräch bringen können.

Für Kursleitende der VHS Dorsten ist die Teilnahme gebührenfrei.

Alexandra Piel
Fr., 17.02.
14.30 - 18.30 Uhr
5 Ustd./10,00 €
VHS; Raum 202

Nutzung des Internets in der Weiterbildung

siehe Veranstaltung Nr. S5416



Brigitte Burbach-Braun
023 62·664181



Sabine Podlaha
023 62·664184



Bernd Sauerwein-Fox
023 62·664182



Gesundheit und Umwelt

Gesundheit und Krankheit
Leben mit Behinderungen
Entspannung und Selbsterfahrung
Bewegung und Körpererfahrung
Einführung in Sportarten
Tanz
Ernährung
Natur und Umwelt

Gesundheit und Krankheit



Die VHS Dorsten ist Mitglied im vhs-Qualitätsring Gesundheit

Der vhs-Qualitätsring Gesundheit gewährleistet unabhängig von Größe, Standort oder institutioneller Verfassung seiner Mitglieder bundesweit ein qualitätsgesichertes, vergleichbares und transparentes Mindestangebot. Durch ihr Zusammenwirken im vhs-Qualitätsring Gesundheit dokumentieren die Volkshochschulen und ihre Verbände gegenüber ihren Teilnehmenden, ihren Kooperationspartnern, den politisch Verantwortlichen und der Öffentlichkeit ihr gemeinsames Verhältnis von Gesundheitsförderung und Gesundheitsbildung und die Selbstverpflichtung auf nachprüfbare Qualitätsziele.

Kurs mit Buch!

Zu einer Reihe von Kursen im Fachbereich "Gesundheit und Umwelt" sind für Sie begleitende Bücher entwickelt worden.

Tipps für den gesunden Alltag!

Diese Kursbücher bieten Ihnen die Möglichkeit, im Kurs vermittelte Inhalte auch zu Hause nachzulesen. Zusätzlich erhalten Sie Anregungen, Tipps, Rezepte und Übungsanleitungen, die Sie im Alltag anwenden können.

Die Bücher sind im Buchhandel erhältlich!

Bitte achten Sie auf die Literaturhinweise zu einzelnen Kursen und/oder informieren Sie sich bei Ihrem bzw. Ihrer Kursleiter/in.



**S2110 Fibromyalgie -
Meine Schmerzen nimmt
keiner ernst!**

**Dipl.-Psych. Dr.
Reinhard M. Fox**
Fr., 24.03.
19.30 - 21.45 Uhr
3 Ustd./5,00 €
VHS; Raum 106

Vortrag und Diskussion
"Alles tut weh und alle glauben, ich bilde mir die Schmerzen nur ein!"
Fibromyalgie ist eine chronische Schmerzkrankheit, deren Ursache bis heute nicht wirklich bekannt ist. Sie kommt so häufig vor wie Diabetes und betrifft vor allem Frauen. Da keine Entzündungs- oder andere Krankheitsaktivitäten nachweisbar sind, werden die Patientinnen oft nicht anerkannt und angemessen behandelt. Der Vortrag informiert Sie über die Charakteristik dieses Krankheitsbilds und stellt Ihnen ein erfolgversprechendes interdisziplinäres Behandlungsprogramm vor.

**S2120 Moderne Behandlung
entzündlicher Gelenk-
erkrankungen**

**Dr. med.
Martin Reinhardt**
**Dr. med.
Dietmar Krause**
Do., 30.03.
19.30 - 21.45 Uhr
3 Ustd./5,00 €
VHS; Raum 106

Rund 2,5 Millionen Menschen leiden in Deutschland unter entzündlichen Gelenkerkrankungen (Rheuma). Durch moderne Behandlungsverfahren kann der Erkrankungsverlauf deutlich verbessert, die Funktionsfähigkeit der Gelenke erhalten und damit die Lebensqualität gesichert werden. Der Vortrag stellt aktuelle Behandlungsmöglichkeiten aus Sicht des Rheumatologen und des Nuklearmediziners vor. Insbesondere wird auf die modernen medikamentösen Therapien und die Gelenkbehandlung mit radioaktiven Medikamenten eingegangen.

S2130 Alptraum Schlaflosigkeit

**Dr. med.
Norbert Holtbecker**
Mi., 08.03.
19.30 - 21.45 Uhr
3 Ustd./5,00 €
VHS; Raum 106

Vortrag und Diskussion
Einschlafen geht nur schwierig, durchschlafen fast gar nicht. Jeder dritte Erwachsene kennt solche Probleme, zumindest zeitweise. Bei mindestens jedem zehnten aber liegt eine schwere und chronische Schlafstörung vor. Sie erfahren, was einen gesunden Schlaf ausmacht und welche Formen von Schlafstörungen es gibt. Für viele sind gute Therapieansätze bekannt. Aufgezeigt werden Wege, wie Sie den Teufelskreislauf der Schlaflosigkeit durchbrechen können.

**Leben mit demenzkranken
Menschen im Alltag**

Informationsabend
Mit dem Ausbruch sowie dem Fortschreiten von Demenz gestaltet sich das menschliche Miteinander immer schwieriger. Der erkrankte Mensch und seine Bezugspersonen haben Tag für Tag mit den Symptomen zu kämpfen und stoßen häufig an Grenzen. Sie erhalten Informationen und praktische Hinweise, wie klassische Konfliktsituationen gemeistert und der Umgang zwischen Pflegenden und Pflegebedürftigen harmonischer gestaltet werden können.

Jeder is(s)t anders!

Vortrag und Diskussion
Die Unterschiedlichkeit von Menschen macht es unmöglich, einen für alle gültigen Ernährungsplan aufzustellen: Nach der Konstitutionslehre des Ayurveda gehört jeder Mensch einem bestimmten Typus an und reagiert anders auf Ernährungsweise und Fitnesskonzepte. In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie sich Ihrem Typ entsprechend ernähren können und Ihren individuellen Weg zu mehr Gesundheit und Vitalität finden.

Gesundheit durch Ayurveda

Ayurveda, das uralte indische "Wissen vom langen und gesunden Leben", stellt ein System konsequenter Gesundheitsvorsorge und -förderung dar. Das Seminar gibt Ihnen in Theorie und Praxis einen grundlegenden Einblick in dieses ganzheitliche Gesundheits- und Naturheilsystem. Im Mittelpunkt steht dabei die ayurvedische Konstitutionstypologie, auf der alle gesundheitserhaltenden und -fördernden Maßnahmen aufbauen wie z. B. Ernährungsrichtlinien, abwehrsteigernde Mittel, Kräuter- und Mineralienanwendungen, Fitnessübungen, atemtherapeutische Techniken, Aromatherapie, Verfahren zur Stressbewältigung u. a.

S2140

Patricia Streppelhoff
Mi., 22.02.
19.30 - 21.00 Uhr
2 Ustd./5,00 €
VHS; Raum 106

S2150

**Dipl.-Psych. Dr.
Wolfgang Howald**
Mi., 15.02.
19.30 - 21.45 Uhr
3 Ustd./5,00 €
VHS; Raum 106

S2151

**Dipl.-Psych. Dr.
Wolfgang Howald**
Fr., 17.03.
18.45 - 22.00 Uhr
Sa., 18.03.
10.00 - 13.15 und
14.15 - 17.30 Uhr
12 Ustd./45,00 €
VHS; Raum 202

**S2160 Gesund bleiben -
gesund werden durch Fasten**

**Marianne Vaut
Hans-Werner
von der Heyden**
Mi., 15.03.
19.30 - 21.45 Uhr
3 Ustd./5,00 €
VHS; Raum 106

Vortrag und Vorbereitungsabend
Fasten gilt als eine bewährte, wirksame und zugleich ungefährliche Methode zur Gewichtsabnahme und Entschlackung des Körpers. Es führt zu einer Steigerung des Wohlbefindens und der physischen sowie psychischen Vitalität. In der Veranstaltung werden Einzelheiten zum Ablauf der Fastenwoche erläutert.
Nach einer eingehenden Beratung können Sie sich zur Fastenwoche (siehe Kurs Nr. S2161) anmelden.

S2161 Fastenwoche

Marianne Vaut
Mo., 20.03. bis
Fr., 24.03. und
Do., 30.03.
19.00 - 21.15 Uhr
18 Ustd./32,00 €
VHS

In der Gruppe fällt Fasten leichter. Wir bieten Ihnen daher Gelegenheit, während der Fastenwoche Ihre Erfahrungen in der Kursgruppe auszutauschen. Betreut werden Sie dabei von einer fastenerfahrenen Gesundheitstrainerin.
Bitte beachten Sie als Neueinsteiger/in die Veranstaltung Nr. S2160.

**S2170 Gehirnjogging - Gedächtnis-
und Konzentrationstraining:
Grundstufe**

**Franz-Josef
Schulte-Kellinghaus**
ab Di., 07.02. (5x)
10.00 - 11.30 Uhr
10 Ustd./25,00 €
VHS; Raum 201

Neben körperlichen Beschwerden sollte auch dem Nachlassen geistiger Fähigkeiten vorgebeugt werden. In diesem Kurs, der sich an alle ab dem 50. Lebensjahr wendet, trainieren Sie durch spielerische und unterhaltsame Übungen Ihre Konzentrationsfähigkeit und steigern so die Leistungsfähigkeit des Gehirns. Das Gehirnjogging fördert logisches Denken, Fantasie, Konzentration und verbessert die Denk- und Lernfähigkeit.
Die Umlage von 6,00 € für Arbeitsmaterialien ist in der Kursgebühr enthalten.

**S2171 Gehirnjogging - Gedächtnis-
und Konzentrationstraining:
Aufbaustufe**

**Franz-Josef
Schulte-Kellinghaus**
ab Di., 21.03. (5x)
10.00 - 11.30 Uhr
10 Ustd./25,00 €
VHS; Raum 201

Sie sollten den Grundstufen-Kurs Gehirnjogging besucht haben bzw. über vergleichbare Vorkenntnisse verfügen.
Die Umlage von 6,00 € für Arbeitsmaterialien ist in der Kursgebühr enthalten.

Cannabis & Co.

Informationsabend
Cannabis ist die am häufigsten konsumierte, illegale Droge in Deutschland. Rund die Hälfte aller Jugendlichen haben eigene Erfahrungen mit dieser Droge. Soziale und persönliche Faktoren wie Freizeitverhalten, Schul-/Berufsausbildung und Familienleben werden durch Cannabis und andere Drogen verändert. Themen des Abends sind: stoffkundliche, rechtliche, gesundheitliche Aspekte des Cannabiskonsums, Konsummotive, Strategien im Umgang mit konsumierenden Jugendlichen. Die Beratungs- und Hilfsangebote der Drogenberatung Westvest werden vorgestellt.

S2180

**Dipl.-Soz.Päd.
Norbert Pfänder
Dipl.-Soz.Arb.
Thomas Wiezorrek**
Do., 16.03.
19.30 - 21.00 Uhr
2 Ustd./gebührenfrei
VHS; Raum 106

**Entspannung und
Selbsterfahrung**

**Meditationswanderung
im Münsterland**

Auf ausgesuchten Wegen und Plätzen der Havixbecker Baumberge werden Sie mit den Grundlagen der Meditation vertraut gemacht. Sie erlernen Techniken, die eine wertvolle Bereicherung sind, um die Vielfalt der natürlichen Umgebung zu einem genussvollen Erlebnis werden zu lassen. Auch Meditationserfahrene sind eingeladen, ihre Kenntnisse zu vertiefen und zu erweitern.
Treffpunkt, Wegbeschreibung sowie Hinweise zur Kleidung werden Ihnen nach Anmeldung zugesandt.

S2210

**Dipl.-Psych.
Anna Goecke**
Sa., 06.05.
12.00 - 18.00 Uhr
8 Ustd./21,00 €
Havixbecker
Baumberge

**Autogenes Training:
Grundstufe**

Autogenes Training ist eine wissenschaftlich fundierte und langjährig erprobte Entspannungsmethode. Durch stufenweise Konzentrationsübungen lernen Sie, Spannungszustände auszugleichen, Verkrampfungen zu lösen, Schmerzen zu lindern, Schlafstörungen zu beseitigen und innere Ruhe zu finden. Sie werden befähigt, die erlernten Übungen auch ohne unmittelbare Anleitung zu Hause fortzusetzen.

S2220

Harald Eisenberg
ab Do., 16.02. (8x)
18.00 - 19.30 Uhr
16 Ustd./35,00 €
VHS; Raum 218

<p>S2230</p> <p>Hannelore Eisenberg ab Do., 27.04. (6x) 20.15 - 21.45 Uhr 12 Ustd./27,00 € VHS; Raum 106</p>	<p>Progressive Muskelent- spannung nach Jacobson</p> <p>Dieses von E. Jacobson in den USA entwickelte Entspannungsverfahren wird heute in vielen Bereichen, bei denen es um die Bewältigung seelischer, geistiger oder körperlicher Belastungen geht, mit großem Erfolg eingesetzt. Durch bewusstes Anspannen und Loslassen verschiedener, genau abgegrenzter Muskelpartien erreichen Sie in kurzer Zeit ein Gefühl angenehmer Entspannung. Sie können diese Technik leicht und schnell erlernen und in unterschiedlichen Alltagssituationen ohne fremde Hilfe einsetzen.</p> <p><i>Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke.</i></p>	<p>Hatha-Yoga: Grundstufe I/II</p> <p>Inhalt siehe Kurs Nr. S2250 Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer/innen mit und ohne Vorkenntnisse.</p> <p><i>Bitte bringen Sie mit: warme Sportkleidung, Wollsocken, eine Decke.</i></p>	<p>S2251</p> <p>Annette Nehling ab Mo., 30.01. (14x) 20.20 - 21.50 Uhr 28 Ustd./53,00 € VHS; Raum 008</p>
<p>S2240</p> <p>Dipl.-Psych. Anna Goecke Fr., 17.02. 18.45 - 22.00 Uhr Sa., 18.02. 10.00 - 13.15 und 14.45 - 18.00 Uhr 12 Ustd./37,00 € VHS; Raum 106</p>	<p>Massage-Wochenende für Paare: Grundstufe</p> <p>Wochenendseminar Sie lernen wirkungsvolle und leicht erlernbare Massagegriffe und Dehnungstechniken kennen. Schwerpunkte sind: Schulter-Nacken-Bereich, Rücken, Beine. Über das Erlernen der Technik hinaus erleben Sie die Entspannungsmassage als eine besondere Form der Berührung und gemeinsamer Erholung in ruhiger und vertrauensvoller Atmosphäre. Anmeldungen sind nur paarweise möglich. Die ausgewiesene Gebühr ist pro Person zu entrichten.</p> <p><i>Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, Decke, Kissen, Bettlaken oder Tuch, Badetuch, Massageöl oder Körperlotion.</i></p>	<p>Hatha-Yoga: Aufbaustufe</p> <p>Sie sollten möglichst zweimal den Hatha-Yoga Kurs Grundstufe I/II besucht haben bzw. vergleichbare Vorkenntnisse besitzen.</p> <p><i>Bitte bringen Sie mit: warme Sportkleidung, Wollsocken, eine Decke.</i></p>	<p>S2252</p> <p>Annette Nehling ab Mo., 30.01. (14x) 18.45 - 20.15 Uhr 28 Ustd./53,00 € VHS; Raum 008</p>
<p>S2250</p> <p>Harald Eisenberg ab Do., 02.02. (15x) 09.00 - 10.30 Uhr 30 Ustd./57,00 € VHS; Raum 008</p>	<p>Hatha-Yoga</p> <p>Vormittagskurs Hatha-Yoga ist ein System von Körper-, Atem-, Entspannungs- und Meditationstechniken, das bei regelmäßigem Üben dazu führt, die Beweglichkeit des Körpers zu erhöhen, den allgemeinen Gesundheitszustand zu verbessern, das Nervensystem zu beruhigen und die Konzentrationsfähigkeit zu steigern. Dieser Kurs eignet sich auch für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse.</p> <p><i>Bitte bringen Sie mit: warme Sportkleidung, Wollsocken, eine Decke.</i></p>	<p>Qigong, Akupressur und Selbstmassage</p> <p>Workshop zum Kennenlernen Sie sind neugierig, was Qigong ist und wie Akupressur und Selbstmassage auf Sie wirken? Probieren Sie zunächst aus, bevor Sie sich für einen Kurs festlegen.</p> <p><i>Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, warme Socken.</i></p>	<p>S2260</p> <p>Edith de Vries Sa., 04.02. 09.30 - 12.00 Uhr 3 Ustd./11,00 € VHS; Raum 106</p>
<p>S2250</p> <p>Harald Eisenberg ab Do., 02.02. (15x) 09.00 - 10.30 Uhr 30 Ustd./57,00 € VHS; Raum 008</p>	<p>Hatha-Yoga</p> <p>Vormittagskurs Hatha-Yoga ist ein System von Körper-, Atem-, Entspannungs- und Meditationstechniken, das bei regelmäßigem Üben dazu führt, die Beweglichkeit des Körpers zu erhöhen, den allgemeinen Gesundheitszustand zu verbessern, das Nervensystem zu beruhigen und die Konzentrationsfähigkeit zu steigern. Dieser Kurs eignet sich auch für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse.</p> <p><i>Bitte bringen Sie mit: warme Sportkleidung, Wollsocken, eine Decke.</i></p>	<p>Qigong, Akupressur und Selbstmassage</p> <p>Vormittagskurs Die einfach zu erlernenden, sanft ausgeführten Bewegungen und Körperhaltungen des Qigong wurzeln in der traditionellen chinesischen Medizin. Sie machen den Körper geschmeidig, vertiefen den Atem und schulen die Vorstellungskraft. Zusammen mit Akupressur und Selbstmassage regen sie die Selbstheilungskräfte des Körpers an, steigern das Wohlbefinden und führen zu innerer Gelassenheit. Sie können mit Qigong-Übungen nahezu unabhängig von Alter und körperlicher Verfassung beginnen.</p> <p><i>Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, warme Socken.</i></p> <p><i>Begleitend können Sie erwerben: "Qigong, Akupressur & Selbstmassage" (Klett-Verlag, ISBN 3-12-939901-1).</i></p>	<p>S2261</p> <p>Edith de Vries ab Do., 16.02. (8x) 09.15 - 10.15 Uhr 11 Ustd./23,00 € VHS; Raum 106</p>

S2270 Tai Chi Chuan

Edith de Vries
Sa., 28.01.
09.30 - 12.45 Uhr
4 Ustd./13,00 €
VHS; Raum 008

Workshop zum Kennenlernen
Sie sind neugierig, was Tai Chi Chuan
ist und wie es funktioniert? Probieren
Sie zunächst aus, bevor Sie sich für
einen Kurs festlegen.
*Bitte bringen Sie mit: bequeme Klei-
dung, warme Socken.*

**S2271 Tai Chi Chuan:
Grundstufe I/II**

Edith de Vries
ab Di., 07.02. (17x)
20.30 - 22.00 Uhr
34 Ustd./57,00 €
Agathaschule; Sporthalle

Vormittagskurs
Ursprünglich eine Selbstverteidi-
gungstechnik, vereinigt Tai Chi
Chuan drei wichtige Aspekte der chi-
nesischen Kultur: Meditation, Heil-
gymnastik und sanfte Verteidigung.
Zusammen mit Qigong-Übungen
macht Tai Chi die Muskeln elasti-
scher, löst Verspannungen und stärkt
den Fluss der Lebensenergie. Dies
führt zu innerer Ruhe und Ausgegli-
chenheit. Sie erlernen die lange
Bewegungsform des Yang-Stils. Der
Kurs eignet sich für Teilnehmer/innen
mit und ohne Vorkenntnisse.
*Bitte bringen Sie mit: bequeme Klei-
dung, warme Socken.*

**S2272 Tai Chi Chuan:
Grundstufe I/II**

Edith de Vries
ab Do., 09.02. (16x)
10.30 - 12.00 Uhr
32 Ustd./61,00 €
VHS; Raum 008

Vormittagskurs
Inhalt siehe Kurs Nr. S2271
Der Kurs eignet sich für Teil-
nehmer/innen mit und ohne Vor-
kenntnisse.
*Bitte bringen Sie mit: bequeme Klei-
dung, warme Socken.*

S2273 Tai Chi Chuan: Aufbaustufe

Edith de Vries
ab Fr., 03.02. (19x)
10.30 - 12.00 Uhr
38 Ustd./71,00 €
VHS; Raum 008

Vormittagskurs
Sie sollten möglichst zweimal den
Grundstufen-Kurs Tai Chi Chuan be-
sucht haben bzw. über vergleichbare
Vorkenntnisse verfügen.
*Bitte bringen Sie mit: bequeme Klei-
dung, warme Socken.*

S2274 Tai Chi Chuan: Aufbaustufe

Edith de Vries
ab Di., 07.02. (17x)
19.00 - 20.30 Uhr
34 Ustd./57,00 €
Agathaschule; Sporthalle

Sie sollten möglichst zweimal den
Grundstufen-Kurs Tai Chi Chuan
besucht haben bzw. über vergleich-
bare Vorkenntnisse verfügen.
*Bitte bringen Sie mit: bequeme Klei-
dung, warme Socken.*

**Bewegung und
Körpererfahrung**

Aqua-Jogging

Verbessern Sie in tiefem Wasser Ihre
allgemeine Fitness, während Ihre
Gelenke entlastet und geschont wer-
den. Aqua-Jogging ist eine hervorra-
gende Kombination aus Herz-Kreis-
lauf-Training, Schulung der Bewe-
gungskoordination und dosierten
Kräftigungsübungen. Durch das Hin-
zuziehen spezieller auftriebgebender
Hilfsmittel ist Aqua-Jogging auch für
Sportanfänger und Wiedereinsteiger
geeignet.
*Der Kurs wird in Kooperation mit dem
Atlantis-Freizeitbad durchgeführt.
Eine Gebührenermäßigung ist nicht
möglich.*

Aqua-Jogging

Inhalt siehe Kurs Nr. S2310
*Der Kurs wird in Kooperation mit dem
Atlantis-Freizeitbad durchgeführt.
Eine Gebührenermäßigung ist nicht
möglich.*

Ki-Bo Aqua

Dieser Kurs bietet Ihnen im stehtiefen
Wasser ein komplexes und intensives
Ganzkörpertraining. Gelenkschonend
werden Schrittkombinationen aus
der Aqua-Gymnastik mit Bewegun-
gen aus ausgewählten Kampfsportar-
ten kombiniert. Zu motivierender
Musik werden sowohl Ausdauerfähig-
keit und Kraftausdauer als auch die
Bewegungskoordination gefördert.
Ki-Bo Aqua ist für Neu- und Wieder-
einsteiger gleichermaßen geeignet.
*Der Kurs wird in Kooperation mit dem
Atlantis-Freizeitbad durchgeführt.
Eine Gebührenermäßigung ist nicht
möglich.*

S2310

Simone Franke
ab Mi., 01.02. (18x)
19.00 - 19.45 Uhr
18 Ustd./50,00 €
Atlantis-Freizeitbad

S2311

Simone Franke
ab Mi., 01.02. (18x)
20.00 - 20.45 Uhr
18 Ustd./50,00 €
Atlantis-Freizeitbad

S2312

Simone Franke
ab Mo., 30.01. (18x)
19.00 - 19.45 Uhr
18 Ustd./50,00 €
Atlantis-Freizeitbad

S2313 Wassergymnastik für Frühaufsteher

Irmgard Hummel-Engler
ab Di., 31.01. (18x)
09.00 - 09.45 Uhr
18 Ustd./50,00 €
Atlantis-Freizeitbad

Starten Sie aktiv in den Tag! Wassergymnastik für Frühaufsteher bietet eine Übungsauswahl im stehetiefen Wasser, die Ihren gesamten Körper durch die besonderen Eigenschaften des Wassers gelenkschonend belebt und aktiviert. Der Kurs schult das Herz-Kreislauf-System und fördert effektiv die Muskelkräftigung. Motivierende Musik steigert Ihr Wohlbefinden. Wassergymnastik für Frühaufsteher ist für Neu- und Wiedereinsteiger gleichermaßen geeignet.
*Der Kurs wird in Kooperation mit dem Atlantis-Freizeitbad durchgeführt.
Eine Gebührenermäßigung ist nicht möglich.*

S2314 Wassergymnastik für Mollige

Irmgard Hummel-Engler
ab Di., 31.01. (18x)
19.00 - 19.45 Uhr
18 Ustd./50,00 €
Atlantis-Freizeitbad

Eine vielfältige Übungsauswahl in stehetiefem Wasser bringt Ihren Stoffwechsel auf Trab und verbessert die allgemeine Fitness. Durch die besonderen Eigenschaften dieses Bewegungsraumes wird auf gelenkschonende Weise eine effektive Kräftigung der verschiedenen Körperregionen verfolgt. Mit Hilfe verschiedener Kleingeräte wird die Belastung individuell angepasst. Wassergymnastik für Mollige ist sowohl für Sportanfänger als auch für Wiedereinsteiger geeignet.
*Der Kurs wird in Kooperation mit dem Atlantis-Freizeitbad durchgeführt.
Eine Gebührenermäßigung ist nicht möglich.*

S2320 Spinning

Ralf Käfer
ab Mi., 01.02. (18x)
20.30 - 21.30 Uhr
24 Ustd./65,00 €
Atlantis-Freizeitbad

Der Kurs bietet ein Herz-Kreislauf-Training auf speziellen Standrädern. In angenehmer Gruppenatmosphäre verbessern Sie bei motivierender und genau abgestimmter Musik Ihre Ausdauerleistungsfähigkeit. Der Kurs ist für alle geeignet, die auf dem Fahrrad ein durchschnittliches Tempo über ca. 45 Minuten durchhalten können. Falls Sie an einer Herzkrankheit leiden, sollten Sie Ihren Arzt über Ihr sportliches Vorhaben informieren.
*Der Kurs wird in Kooperation mit dem Atlantis-Freizeitbad durchgeführt.
Eine Gebührenermäßigung ist nicht möglich.*

Pilates Körpertraining

Workshop zum Kennenlernen
Sind Sie neugierig, was Pilates ist und warum Hollywood-Größen wie Sharon Stone, Brad Pitt oder Jodie Foster auf dieses Körpertraining schwören? Probieren Sie zunächst aus, bevor Sie sich für einen Kurs festlegen.
Bitte bringen Sie mit: bequeme Sportkleidung.

Pilates Körpertraining: Grundstufe

Die vor über 70 Jahren von Joseph Pilates entwickelte Körpertrainingsmethode bietet ein spezielles Übungsrepertoire, das mit Hilfe von konzentrativen Mind-Body-Übungen vor allem die Körpermitte, das "Powerhouse", stärkt und kräftigt. Die Verbindung von Atmung und Bewegung ist dabei ein grundlegendes Prinzip. In kontrollierten und fließenden Übungen werden Muskelelastizität, Kraft, Gelenkbeweglichkeit und Koordination optimiert. Steigern Sie mit dieser ganzheitlichen Methode Körperbewusstsein und Leistungsfähigkeit.

Pilates Körpertraining: Aufbaustufe

Sie sollten den Grundstufen-Kurs Pilates Körpertraining besucht haben bzw. über vergleichbare Vorkenntnisse verfügen.

RückenFitness

Um Rückenschmerzen vorzubeugen, soll die Beweglichkeit der Muskulatur und Gelenke gefördert werden. Durch gezielte Übungen werden vernachlässigte Muskeln gestärkt, überbeanspruchte, verkrampte Muskeln dagegen entspannt und rückenschonendes Verhalten in Beruf und Alltag aufgezeigt. Entspannungsübungen runden das Programm ab. Der Kurs ist nicht für Patienten mit massiven Wirbelsäulenleiden geeignet. Bitte befragen Sie Ihren Arzt.
Begleitend können Sie erwerben: "Rückhalt - Die Wirbelsäule trainieren, den Rücken stärken" (Klett-Verlag, ISBN 3-12-939855-4).

S2330

Daniele Schwander
Sa., 11.02.
10.00 - 12.30 Uhr
3 Ustd./11,00 €
VHS; Raum 008

S2331

Daniele Schwander
ab Fr., 10.02. (12x)
18.00 - 19.00 Uhr
16 Ustd./32,00 €
VHS; Raum 008

S2332

Daniele Schwander
ab Fr., 10.02. (12x)
19.15 - 20.45 Uhr
24 Ustd./46,00 €
VHS; Raum 008

S2340

Jutta Behnke
ab Di., 31.01. (14x)
18.45 - 19.45 Uhr
19 Ustd./37,00 €
VHS; Raum 008

S2341 RückenFitness

Cornelia Schörken-Vollmer
ab Mo., 30.01. (16x)
18.00 - 19.00 Uhr
21 Ustd./37,00 €
Gymnasium St. Ursula;
Sporthalle

Inhalt siehe Kurs Nr. S2340
Begleitend können Sie erwerben: "Rückhalt - Die Wirbelsäule trainieren, den Rücken stärken" (Klett-Verlag, ISBN 3-12-939855-4).

S2342 RückenFitness

Cornelia Schörken-Vollmer
ab Mo., 30.01. (16x)
19.00 - 20.00 Uhr
21 Ustd./37,00 €
Gymnasium St. Ursula;
Sporthalle

Inhalt siehe Kurs Nr. S2340
Begleitend können Sie erwerben: "Rückhalt - Die Wirbelsäule trainieren, den Rücken stärken" (Klett-Verlag, ISBN 3-12-939855-4).

S2343 RückenFitness

Cornelia Schörken-Vollmer
ab Mo., 30.01. (16x)
20.00 - 21.00 Uhr
21 Ustd./37,00 €
Gymnasium St. Ursula;
Sporthalle

Inhalt siehe Kurs Nr. S2340
Begleitend können Sie erwerben: "Rückhalt - Die Wirbelsäule trainieren, den Rücken stärken" (Klett-Verlag, ISBN 3-12-939855-4).

S2350 Ausgleichsgymnastik

Elsbeth Landwehr
ab Mo., 30.01. (16x)
19.00 - 20.30 Uhr
32 Ustd./54,00 €
Gymnasium St. Ursula;
Sporthalle

Wenn Sie kein Leistungssportler sind, aber als Ausgleich zur beruflichen Belastung einer sportlichen Aktivität nachgehen wollen, sind Sie in diesem Kurs richtig. Im Vordergrund stehen weniger Leistungskomponenten als vielmehr Körper- und Bewegungserfahrungen. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.
Körperliches Belastungsniveau: mäßig
Begleitend können Sie erwerben: "Fitmacher - Gymnastik für den Einstieg" (Klett-Verlag, ISBN 3-12-939864-3).

S2351 Ausgleichs- und Fitnessgymnastik

Ulrich Kahle
ab Mi., 01.02. (16x)
19.00 - 20.30 Uhr
32 Ustd./54,00 €
Pestalozzischule;
Sporthalle

Durch gezielte Übungen für den gesamten Körper können Sie in diesem Kurs Ihre körperliche Fitness und Beweglichkeit verbessern. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.
Körperliches Belastungsniveau: mäßig bis mittel
Begleitend können Sie erwerben: "Muskelschwung" (Klett-Verlag, ISBN 3-12-939871-6).

Gymnastik für gezielte Kraft S2352

Mehr Energie, mehr Wohlbefinden, weniger Beschwerden! Unabhängig von Alter, Kondition, Beweglichkeit oder Bewegungserfahrung können Sie in diesem gesundheitsorientierten Kurs den gesamten Körper trainieren: Zu Musik werden die Gelenke mobilisiert, die Muskeln gezielt gekräftigt und gedehnt. Angeleitete Entspannungen und Lockerungsübungen runden jede Kurseinheit ab. Sie fühlen sich entspannt, der gefürchtete Muskelkater bleibt aus.
Körperliches Belastungsniveau: mäßig bis mittel
Begleitend können Sie erwerben: "Muskelschwung" (Klett-Verlag, ISBN 3-12-939871-6).

Ulrich Kahle
ab Mi., 01.02. (16x)
20.30 - 22.00 Uhr
32 Ustd./54,00 €
Pestalozzischule;
Sporthalle

Fitnessgymnastik

In abwechslungsreichen Übungs- und Spielformen können Sie gezielt Ihre körperliche Leistungsfähigkeit verbessern. Im Vordergrund stehen dabei vor allem die gesundheitlich wertvollen Fitness-Komponenten Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination. Einen besonderen Schwerpunkt bildet das Herz-Kreislauf-Training. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.
Körperliches Belastungsniveau: mittel
Begleitend können Sie erwerben: "Fitmacher - Gymnastik für den Einstieg" (Klett-Verlag, ISBN 3-12-939864-3).

S2353

Bernd Sauerwein-Fox
ab Mo., 30.01. (15x)
18.00 - 19.00 Uhr
20 Ustd./35,00 €
Gymnasium St. Ursula;
Sporthalle

Fitnessgymnastik für Frauen

Dieser Kurs bietet Ihnen Bewegungserfahrungen in vielfältiger Form: Ein gezieltes Ausdauertraining zur Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems nach Musik. Gymnastik, die auf die Problemzonen zielt sowie die Beweglichkeit und Kraft fördert. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.
Körperliches Belastungsniveau: mäßig bis mittel
Begleitend können Sie erwerben: "Muskelschwung" (Klett-Verlag, ISBN 3-12-939871-6).

S2354

Melanie Mies
ab Mo., 30.01. (16x)
19.00 - 20.30 Uhr
32 Ustd./54,00 €
Agathaschule; Sporthalle

S2356 Konditionsgymnastik für Männer

Gert Gaspar
ab Do., 02.02. (17x)
19.00 - 20.30 Uhr
34 Ustd./57,00 €
Josefschule; Sporthalle

In intensiven Übungs- und Spielformen können Sie Ihre Ausdauer, Schnelligkeit, Kraft, Beweglichkeit und Koordination gezielt ausbilden und verbessern. Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer mit sportlicher Vorerfahrung.

Körperliches Belastungsniveau: mittel bis hoch

S2357 Wer rastet - der rostet! Gymnastik für Senioren

Birgit Witten
ab Mo., 30.01. (16x)
16.30 - 17.30 Uhr
21 Ustd./37,00 €
Agathaschule; Sporthalle

Halten Sie Ihre Muskeln und Gelenke beweglich und bleiben Sie körperlich fit. Dieser Kurs bietet Ihnen abwechslungsreiche Übungs-, Spiel- und Bewegungsformen, bei denen vor allem das Miteinander und der Spaß nicht zu kurz kommen.

Körperliches Belastungsniveau: niedrig

S2358 Wer rastet - der rostet! Gymnastik für Senioren

Birgit Witten
ab Di., 31.01. (16x)
14.30 - 15.30 Uhr
21 Ustd./37,00 €
Augustaschule; Sporthalle

Inhalt siehe Kurs Nr. S2357
Körperliches Belastungsniveau: niedrig

S2360 Joyrobic - Fitness für Sie und Ihn

Cornelia Schörken-Vollmer
ab Di., 31.01. (18x)
19.00 - 20.30 Uhr
36 Ustd./61,00 €
Albert-Schweitzer-Schule;
Sporthalle

Eine abwechslungsreiche Mixtur mit Elementen aus den Bereichen Aerobic, Herz-Kreislauf-Training, Problemzonen-Training, Wirbelsäulengymnastik, Stretching und Entspannung vermittelt Ihnen Spaß an der Bewegung. Ihre Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit und Kraft werden bei motivierender Musik geschult und gesteigert. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.

Körperliches Belastungsniveau: mittel
Begleitend können Sie erwerben: "Fitmacher - Gymnastik für den Einstieg" (Klett-Verlag, ISBN 3-12-939864-3).

Stepp 40 Plus

Sie sind jenseits der Vierzig und möchten Ihr Herz-Kreislauf-System bei motivierender Musik in Schwung bringen? In diesem Kurs für Frauen und Männer trainieren Sie mit und ohne Stepp Koordination, Ausdauer, Kraft und Dehnbarkeit der Muskulatur. Komplizierte Choreographien sind dabei nicht gefragt - Musik und Bewegung sollen Spaß machen! Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.

Körperliches Belastungsniveau: mittel
Begleitend können Sie erwerben: "Musikelschwung" (Klett-Verlag, ISBN 3-12-939871-6).

Bodyforming - Problemzonengymnastik

Gehen Sie gezielt Ihre Problemzonen an. Intensivübungen für Bauch, Beine und Po bringen Sie in Form. Bei motivierender Musik entwickeln und steigern Sie Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.

Körperliches Belastungsniveau: mittel

S2361

Ulrike Engels
ab Mi., 01.02. (19x)
20.15 - 21.45 Uhr
38 Ustd./71,00 €
VHS; Raum 008

S2362

Ursula Landwehr
ab Mo., 30.01. (15x)
19.00 - 20.30 Uhr
30 Ustd./51,00 €
Gerhart-Hauptmann-
Realschule; Sporthalle

BRILLENGLAS-BESTIMMUNG
OHNE TERMIN. KOMMEN SIE JETZT ZU UNS!



OPTIK
SCHULTE-REPEL GmbH

... in Dorsten

Kirchplatz 1, ☎ 0 23 62 / 2 53 82
Borkener Str. 114, ☎ 0 23 62 / 69 94 90

S2363 Body Burn

Bärbel Große-Dahlhaus
 ab Do., 02.02. (17x)
 19.00 - 20.30 Uhr
 34 Ustd./57,00 €
 Haldenwangschule;
 Sporthalle

Es erwartet Sie eine raffinierte Mischung aus spezieller Ausdauer-gymnastik, Intensivübungen für Bauch, Beine, Po sowie Übungen zu Stretching und Entspannung. Dieses Programm bringt Ihren Stoffwechsel auf Trab und aktiviert die Fettverbrennung. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.
Körperliches Belastungsniveau: mittel
Begleitend können Sie erwerben: "Muskelschwung" (Klett-Verlag, ISBN 3-12-939871-6).

S2364 Bodyforming und Stepp-Aerobic

Claudia Ott
 ab Fr., 03.02. (19x)
 09.00 - 10.30 Uhr
 38 Ustd./71,00 €
 VHS; Raum 008

Vormittagskurs
 Dieser Kurs kombiniert gezielte Gymnastik zur Straffung und Kräftigung der Problemzonen mit einfachen, aber motivierenden Choreographien auf dem Stepp zur Verbesserung der Ausdauer und Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems. Bei Dehnungs- und Entspannungsübungen können Sie sich am Ende jeder Übungsstunde erholen. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.
Körperliches Belastungsniveau: mittel
Begleitend können Sie erwerben: "Muskelschwung" (Klett-Verlag, ISBN 3-12-939871-6).

S2365 Bodyfitness am Vormittag

Heike Schröer
 ab Mo., 30.01. (16x)
 09.00 - 10.30 Uhr
 32 Ustd./61,00 €
 VHS; Raum 008

Für Frauen, die in Form sein wollen. Sie bekommen einen Einblick in verschiedene Bereiche der modernen Gymnastik: Aerobic, Problemzonen-training, Stretching, Wirbelsäulengymnastik und Entspannungstechniken. Belastbarkeit des Herz-Kreislauf-Systems, Muskelkraft, Beweglichkeit sowie Koordination werden aufgebaut und verbessert. Aktuelle Musik und Spaß gehören dazu. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.
Körperliches Belastungsniveau: mittel
Begleitend können Sie erwerben: "Muskelschwung" (Klett-Verlag, ISBN 3-12-939871-6).

Fatburner - BOP

In diesem Kurs geht es um Fettabbau und Bodystyling. Ihr Fettstoffwechsel wird durch abwechslungsreiche Übungen im moderaten Ausdauerbereich auf Trab gebracht. Gezielte Übungen für Bauch, Oberschenkel und Po ergänzen das Ganzkörpertraining und dienen der Straffung der formgebenden Muskulatur. Dehnung und Entspannung runden das Programm ab. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.
Körperliches Belastungsniveau: mittel

S2366

Claudia Ott
 ab Di., 31.01. (18x)
 20.00 - 21.30 Uhr
 36 Ustd./68,00 €
 VHS; Raum 008

Wellnetics

Vormittagskurs für Frauen
 Das sanfte "Rundumtraining" mit Musik, das ein Gleichgewicht zwischen Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit schafft: Fördern und verbessern Sie Körperhaltung und Wohlbefinden mit einem leichten Herz-Kreislauf-Training, gezielter Kräftigung der Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur sowie Dehnübungen. Entspannungsübungen zum Abschalten vom Alltag runden das Programm ab. Ihre individuellen Bedürfnisse finden hierbei Berücksichtigung. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.
Körperliches Belastungsniveau: niedrig
Begleitend können Sie erwerben: "Fitmacher - Gymnastik für den Einstieg" (Klett-Verlag, ISBN 3-12-939864-3).

S2370

Jutta Behnke
 ab Di., 31.01. (15x)
 10.30 - 11.45 Uhr
 25 Ustd./48,00 €
 VHS; Raum 008

Fitnetics

Vormittagskurs für Frauen
 Ein "Rundumtraining" mit flotter Musik für die Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems und zur Straffung der so genannten "Problemzonen": Effektive Dehn- und Kräftigungsübungen, mit und ohne Gerät, fördern die Funktionsfähigkeit Ihres Haltungs- und Bewegungsapparates und können Beschwerden wie Verspannungen und Rückenschmerzen vorbeugend entgegenwirken. Entspannungsübungen runden das Programm ab. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.
Körperliches Belastungsniveau: mittel
Begleitend können Sie erwerben: "Muskelschwung" (Klett-Verlag, ISBN 3-12-939871-6).

S2371

Jutta Behnke
 ab Di., 31.01. (15x)
 09.00 - 10.30 Uhr
 30 Ustd./57,00 €
 VHS; Raum 008

S2372 Fitnetics

Jutta Behnke
 ab Mo., 30.01. (13x)
 10.30 - 11.45 Uhr
 22 Ustd./43,00 €
 VHS; Raum 008

Vormittagskurs für Frauen
 Inhalt siehe Kurs Nr. S2371
Körperliches Belastungsniveau: mittel
*Begleitend können Sie erwerben: "Mus-
 kelschwung" (Klett-Verlag, ISBN 3-12-
 939871-6).*

S2373 Fitnetics

Jutta Behnke
 ab Do., 02.02. (15x)
 15.00 - 16.30 Uhr
 30 Ustd./51,00 €
 Gerhart-Hauptmann-
 Realschule; Sporthalle

Inhalt siehe Kurs Nr. S2371
Körperliches Belastungsniveau: mittel
*Begleitend können Sie erwerben: "Mus-
 kelschwung" (Klett-Verlag, ISBN 3-12-
 939871-6).*

S2374 Fitnetics

Jutta Behnke
 ab Do., 02.02. (14x)
 17.30 - 19.00 Uhr
 28 Ustd./48,00 €
 Johannesschule;
 Sporthalle

Inhalt siehe Kurs Nr. S2371
Körperliches Belastungsniveau: mittel
*Begleitend können Sie erwerben: "Mus-
 kelschwung" (Klett-Verlag, ISBN 3-12-
 939871-6).*

S2380 Aerobic mit und ohne Stepp

Angela Wolf
 ab Mi., 01.02. (19x)
 09.30 - 11.00 Uhr
 38 Ustd./71,00 €
 VHS; Raum 008

Vormittagskurs
 Ein Fitnesskurs nicht nur für junge
 Leute, bei dem Sie ausschließlich zu
 aktueller Musik und mit neuestem
 Gerät trainieren. Sie können Ihre
 Muskelkraft und Gelenkigkeit er-
 höhen, die "Problemzonen" Bauch,
 Oberschenkel und Po straffen sowie
 Körperfett abbauen.
Körperliches Belastungsniveau: mittel

S2381 Aerobic mit und ohne Stepp

Angela Wolf
 ab Di., 31.01. (18x)
 17.00 - 18.30 Uhr
 36 Ustd./68,00 €
 VHS; Raum 008

Nachmittagskurs
 Inhalt siehe Kurs Nr. S2380
Körperliches Belastungsniveau: mittel

S2382 Aerobic mit und ohne Stepp

Angela Wolf
 ab Do., 02.02. (16x)
 18.15 - 19.45 Uhr
 32 Ustd./61,00 €
 VHS; Raum 008

Abendkurs
 Inhalt siehe Kurs Nr. S2380
Körperliches Belastungsniveau: mittel

Aerobic mit und ohne Stepp S2383

Abendkurs
 Inhalt siehe Kurs Nr. S2380
Körperliches Belastungsniveau: mittel

Angela Wolf
 ab Do., 02.02. (16x)
 20.00 - 21.30 Uhr
 32 Ustd./61,00 €
 VHS; Raum 008

**Vom Walken zum
Nordic Walken**

Workshop
 Ob jung oder alt, ob mit oder ohne
 Vorkenntnisse, lernen Sie die Unter-
 schiede von Walken und Nordic Wal-
 ken kennen. Testen Sie die Möglich-
 keiten, die diese sanften Sportarten
 bieten. Sie erhalten eine Anleitung
 für das richtige Walken.
Ausrüstung: wetterfeste, bequeme
Bekleidung, Joggingsschuhe o. Ä. Ach-
tung: Wander- oder Skistöcke sind nicht
geeignet. Nordic Stöcke können gegen
eine Gebühr von 2,00 € pro Teilneh-
mer/in bei der Kursleitung ausgeliehen
werden.

S2390

Irene Röhrig
Hildegund Castrup
 Sa., 18.03.
 14.00 - 17.00 Uhr
 4 Ustd./14,00 €
 VHS; Raum 100

Nordic Walken

Nordic Walken ist für alle Altersgrup-
 pen geeignet. Das zügige Gehen mit
 speziellen Stöcken ist gelenkscho-
 nend, trainiert 85 % aller Muskeln
 und stellt eine optimale Kombination
 von Ausdauer- und Krafttraining dar.
 Voraussetzung ist, Sie wenden die
 richtige Technik mit der richtigen
 Ausrüstung an.
Ausrüstung: Joggingsschuhe o. Ä., der
Witterung angepasste Sportbekleidung
und Nordic Stöcke. Nordic Stöcke kön-
nen gegen eine Gebühr von 5,00 € pro
Teilnehmer/in für den gesamten Kurs
bei der Kursleitung ausgeliehen wer-
den.
Achtung: An den ersten beiden Kursta-
gen geht's bis 19.00 Uhr!

S2391

Irene Röhrig
 ab Do., 27.04. (4x)
 17.30 - 18.30 Uhr
 7 Ustd./16,00 €
 VHS; Raum 106

Einführung in Sportarten

S2410 Inline-Skating für Anfänger

Nicole Schlagen
So., 07.05. und 14.05.
10.00 - 12.30 Uhr
5 Ustd./21,00 €
VHS; Hochstadenplatz

Einführungs- und Sicherheitstraining. Dieser Kurs soll Sie davor bewahren, zum "blutigen" Anfänger zu werden. Sie erlernen Sicherheits- und Basistechniken wie richtiges Fallen, Bremsen und Ausweichen. Denn schließlich sollen Sie die Skates beherrschen und nicht umgekehrt. Der Kurs wendet sich an Erwachsene und Jugendliche ab 15 Jahren.
Bitte bringen Sie mit: eigene Inline-Skates, Schutzausrüstung, alte feste Schuhe für Fallübungen.

S2420 Sportbootführerschein SEE

Karl-Heinz Degenhardt
Informationsabend
Fr., 27.01.
19.00 Uhr
VHS; Raum 108
Kurstermine
ab Fr., 03.02. (8x)
18.45 - 22.00 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 108

Der Sportbootführerschein SEE ist für Sportboote mit mehr als 3,68 KW Motorleistung Pflicht. Geltungsbereich sind die Seeschiffahrtsstraßen (Hoheitsgewässer bis zur 3-Seemeilen-Grenze, Nord-Ostsee-Kanal sowie alle von Seeschiffen befahrenen Gewässer). Er wird insbesondere auch in den Mittelmeer-Ländern verlangt.
Mindestalter: 16 Jahre
Voraussetzungen, Kursverlauf und Kosten werden am Informationsabend bekannt gegeben. Sie können sich an diesem Abend direkt zum Kurs anmelden.

S2421 Sportküstenschifferschein

Karl-Heinz Degenhardt
Informationsabend
Fr., 27.01.
19.00 Uhr
VHS; Raum 108
Kurstermine
ab Fr., 28.04. (8x)
18.45 - 22.00 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 108

Der SKS-Schein ist in Verbindung mit dem amtlichen Sportbootführerschein SEE der Führerschein, der für alle Segeljachten im Küstenbereich verlangt wird. Geltungsbereich: Küstengewässer bis zur 12-Seemeilen-Zone (Nordsee, Ostsee, Mittelmeer, Atlantik). Der SKS-Schein hat besonders im Ausland einen hohen Stellenwert. Er kann wahlweise für Motorjachten (nur mit Antriebsmaschine) oder für Segeljachten (mit Antriebsmaschine und Segel) erworben werden.
Voraussetzungen: Sportbootführerschein SEE, Mindestalter: 16 Jahre
Voraussetzungen, Kursverlauf und Kosten werden am Informationsabend bekannt gegeben. Sie können sich an diesem Abend direkt zum Kurs anmelden.

Sportbootführerschein BINNEN

S2422

Der Lehrgang zum Segel-Führerschein BINNEN einschließlich Motorboot-Führerschein BINNEN schließt mit einer Prüfung vor einer offiziellen Prüfungskommission des DSV ab. Werden Segel- und Motorbootführerschein zusammen absolviert, gilt der Segelführerschein als amtlich anerkannter Führerschein.
Mindestalter Segelschein: 14 Jahre; Motorbootschein: 16 Jahre
Voraussetzungen, Kursverlauf und Kosten werden am Informationsabend bekannt gegeben. Sie können sich an diesem Abend direkt zum Kurs anmelden.

Rian Schröer-Spit
Informationsabend
Fr., 27.01.
19.00 Uhr
VHS; Raum 109
Kurstermine
ab Fr., 03.02. (9x)
18.45 - 22.00 Uhr
36 Ustd./61,00 €
VHS; Raum 109

Tennis: Grundstufe

S2430

Dieser Kurs bietet eine systematische Einführung in den Tennissport. Er vermittelt Grundlagen wie Vorhand, Rückhand, Flugball und Aufschlag in spielerischer Form.
Kurstermine und Weiteres werden am Informationsabend bekannt gegeben. Sie können sich direkt nach Erscheinen des Programms bei uns vormerken lassen und erhalten dann weiteres Informationsmaterial.

Karl-Heinz Reimann
Informationsabend
Mo., 03.04.
19.30 Uhr
VHS; Raum 106
Kurstermine
ab Di., 02.05. (8x)
19.00 - 20.00 Uhr
11 Ustd./36,00 €
zzgl. 31,00 €
Nebenkosten
Olymp Sportpark;
Tennishalle

Tanz

Samba und Salsa

S2510

Workshop
In beiden Tanzstilen haben sich musikalische und tänzerische Elemente aus Westafrika und Europa zu mitreißenden Mixturen verbunden. Die Wiederbesinnung auf das afrikanische Erbe hat dazu geführt, dass die Samba wieder in Gruppen und auch Salsa nicht immer nur in Paarhaltung getanzt wird. Sie können Ihre Kenntnisse aus den Workshops "Samba" und "Salsa" des vergangenen Semesters vertiefen und ergänzen. Das Angebot ist aber ebenso für Neueinsteiger/innen geeignet.
Bitte bringen Sie mit: bewegungstaugliche Kleidung, flache, weiche Gymnastikschuhe bzw. Socken, Handtuch, Mineralwasser.

Beatrice Marotzki
Sa., 11.03.
09.30 - 12.45 Uhr
4 Ustd./13,00 €
VHS; Raum 008

S2520 Open up - Stimme & Tanz

Hannes Tönsing
Sa., 18.03.
10.00 - 13.00 und
14.00 - 17.00 Uhr
8 Ustd./24,00 €
VHS; Raum 008

Workshop
Atem und Tanz gehören immer zusammen. Was passiert, wenn der Atem eine Stimme bekommt? Spielerisch nähern Sie sich der Welt der Sounds, die Sie selbst erzeugen. Wenn diese eine direkte Verbindung mit der Bewegung bekommt und von der Bewegung inspiriert wird, entsteht ein ganz neues Universum sowohl für die Stimme als auch für die Bewegung. Für dieses Seminar sind Vorkenntnisse nicht nötig, aber auch nicht hinderlich.
Bitte bringen Sie mit: bequeme und bewegungstaugliche Kleidung, flache, weiche Gymnastikschuhe bzw. Socken.

S2530 Orientalischer Tanz

Martina Sprenger
ab Mi., 01.02. (15x)
18.45 - 20.00 Uhr
25 Ustd./43,00 €
VHS; Raum 008

Unabhängig von Größe und Figur ist der Orientalische Tanz von jedem erlernbar. Er spricht Körper, Geist und Seele gleichermaßen an. Die Verbesserung der Körperhaltung, Beweglichkeit und persönlichen Fitness durch Dehnübungen, Kräftigung sowie Förderung des Gleichgewichts sind positive Nebeneffekte. Mit viel Spaß erlernen und vertiefen Sie Techniken und Schrittkombinationen, die zu einer Choreographie verbunden werden. Der Kurs eignet sich ausschließlich für Teilnehmerinnen mit Vorkenntnissen.
Bitte bringen Sie mit: bewegungstaugliche Kleidung, ein Tuch für die Hüften.

S2540 Disco-Fox pur

**Marcella Kunkel
Knuth Kunkel**
ab Mi., 01.02. (4x)
19.00 - 20.00 Uhr
6 Ustd./22,00 €
Gemeinschaftshaus
Wulfen

Sie erlernen den Grundschrift sowie einige Drehungen und Figuren, die Sie sowohl in der Disco als auch auf Geburtstagen und Hochzeiten mit viel Spaß tanzen können. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
*Anmeldungen sind nur paarweise möglich. In diesem Kurs können übrigens auch jeweils zwei Frauen oder Männer zusammen tanzen!
Eine Gebührenermäßigung ist nicht möglich.*

Paartänze kann jeder!

Möchten Sie nicht mehr am Rand stehen, sondern auf dem Parkett tanzen? In diesem Kurs erlernen Sie bei moderner Musik die Paartänze Disco-Fox, Disco-Samba, Langsamer Walzer, Wiener Walzer, Foxtrott, Blues und Tango Argentino. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
*Anmeldungen sind nur paarweise möglich. In diesem Kurs können übrigens auch jeweils zwei Frauen oder Männer zusammen tanzen!
Eine Gebührenermäßigung ist nicht möglich.*

S2550
**Marcella Kunkel
Knuth Kunkel**
ab Mi., 01.02. (8x)
20.00 - 21.30 Uhr
16 Ustd./54,00 €
Gemeinschaftshaus
Wulfen



Leben mit Behinderungen

S2610 Lesen, Schreiben, Rechnen

Daniel Schlagkamp
ab Mo., 30.01. (12x)
18.00 - 19.30 Uhr
24 Ustd./27,00 €
VHS; Raum 102

Sie verbessern, erweitern und festigen Ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten im Lesen, Schreiben und Rechnen.

S2611 Bewegungserziehung und Schwimmen

Albin Besenschek
Wilfried Lange
ab Di., 31.01. (12x)
18.00 - 19.30 Uhr
24 Ustd./27,00 €
Haldenwangschule

Sie üben und verbessern Ihre körperliche Geschicklichkeit durch Gymnastik und Schwimmen.

S2612 Bewegungserziehung und Schwimmen

Albin Besenschek
Wilfried Lange
ab Di., 31.01. (12x)
19.35 - 21.05 Uhr
24 Ustd./27,00 €
Haldenwangschule

Sie üben und verbessern Ihre körperliche Geschicklichkeit durch Gymnastik und Schwimmen.

S2613 Gemeinsam kochen und backen

Barbara Eisenhut
Elisabeth Vorholt
ab Fr., 10.02. (6x)
16.30 - 19.45 Uhr
24 Ustd./27,00 €
VHS; Raum 006

Beim gemeinsamen Einkauf lernen Sie den sparsamen Umgang mit Geld. Anschließend kochen und backen Sie unter fachkundiger Leitung nach Grundrezepten Gutes und Leckeres.

Weitere Kurstermine: Fr., 24.02., 10.03., 24.03., 28.04. und 12.05.

S2614 Gemeinsam kochen und backen

Barbara Eisenhut
Elisabeth Vorholt
ab Fr., 17.02. (6x)
16.30 - 19.45 Uhr
24 Ustd./27,00 €
VHS; Raum 006

Beim gemeinsamen Einkauf lernen Sie den sparsamen Umgang mit Geld. Anschließend kochen und backen Sie unter fachkundiger Leitung nach Grundrezepten Gutes und Leckeres.

Weitere Kurstermine: Fr., 03.03., 17.03., 31.03., 05.05. und 19.05.

Gemeinsam kochen und backen

S2615

Beim gemeinsamen Einkauf lernen Sie den sparsamen Umgang mit Geld. Anschließend kochen und backen Sie unter fachkundiger Leitung nach Grundrezepten Gutes und Leckeres.

Weitere Kurstermine: Sa., 25.02., 11.03., 25.03., 29.04. und 13.05.

Barbara Eisenhut
Elisabeth Vorholt
ab Sa., 11.02. (6x)
10.00 - 13.15 Uhr
24 Ustd./27,00 €
VHS; Raum 006

Arbeiten mit Holz

S2616

Sie lernen, sachgerecht mit Holz und anderen Materialien zu arbeiten, um kleine Gebrauchsgegenstände und Geschenke zu fertigen.

Weitere Kurstermine: Sa., 04.03., 18.03., 01.04., 06.05. und 20.05.

Thorsten M. Huxel
ab Sa., 18.02. (6x)
10.00 - 13.15 Uhr
24 Ustd./27,00 €
Haldenwangschule

Ernährung

Lebensmittel und Zutaten für die Kurse werden durch die Kursleitung beschafft. Die anteiligen Kosten sind in der Kursankündigung angegeben und bereits in der Kursgebühr enthalten. Bitte beachten Sie, dass bei kurzfristigen Absagen Ihrerseits (ab 2 Tagen vor dem Kurstermin) eine Rückerstattung der Lebensmittelumlage leider nicht möglich ist.

Auch bei sich wiederholenden Kurstiteln wird in jedem Semester mit neuen Rezepten gearbeitet, so dass eine mehrfache Teilnahme durchaus sinnvoll ist. Nicht verzehrte Speisen können Sie mit nach Hause nehmen. Bitte bringen Sie dazu geeignete Gefäße mit. Das VHS-eigene Geschirr steht für diesen Zweck nicht zur Verfügung.

Kochkulturen - Essen wie in fremden Ländern

Das Spannende am Reisen in andere Länder ist die Begegnung mit dem Andersartigen. Unvermittelt sieht man sich fremden Sitten, Gebräuchen und Speisen gegenüber. Die Art und Weise zu kochen und zu essen erzählt etwas über die Menschen und ihre Kultur. Die Veranstaltungen S2710 bis S2713 wollen Einblick geben in die Kochkulturen der genannten Länder.

Weitere Informationen und zahlreiche Rezepte zu dieser Thematik bietet das gleichnamige Buch von Gabriele Haar (Klett-Verlag, ISBN 3-12-939840-6).

S2710 Contorni - die italienische Gemüseküche

Giovanni Chiaradia
Mi., 29.03.
18.30 - 22.15 Uhr
4 Ustd./26,00 €
VHS; Raum 006

Die Italiener kennen und schätzen viele Arten von Gemüse, die sie je nach Verwendungszweck sehr unterschiedlich und kreativ zubereiten. Die Bezeichnung Contorni geht auf das italienische Wort für "Konturen" zurück und weist darauf hin, dass hier die Gemüse nicht nur als Beilagen betrachtet werden, sondern dem Gericht vielmehr Kontur und Struktur verleihen sollen. An diesem Abend steht vorrangig die Alternative Gemüse zu Fisch oder Fleisch als Hauptgericht auf dem Speiseplan. Die verschiedenen Arbeitsergebnisse genießen Sie anschließend von passenden Weinen begleitet.

Die Lebensmittelumlage von 14,00 € ist in der Kursgebühr enthalten.

S2711 Italienisches Sommermenü

Giovanni Chiaradia
Sa., 06.05.
10.00 - 15.00 Uhr
6 Ustd./36,00 €
VHS; Raum 006

Der Sommer ist die Zeit von Hülle und Fülle, was die Kochzutaten angeht. So kann man zu dieser Zeit viele Köstlichkeiten zubereiten, die sich gut zu typischen Sommermenüs kombinieren lassen. Sie kochen ein solches sommerliches Fünf-Gang-Menü aus Antipasti, Pasta, Fleisch- und Fischhauptspeise und Dessert, das von leckeren, frischen Weinen begleitet wird.

Die Lebensmittelumlage von 22,00 € ist in der Kursgebühr enthalten.

S2712 Indische Spezialitäten - aber vegetarisch

Manikuntala Ghosh
Do., 27.04.
18.00 - 22.00 Uhr
5 Ustd./23,00 €
VHS; Raum 006

Die indische Küche verwendet eine Vielfalt von Gewürzen. Diese geben den Speisen ihren unverwechselbaren Geschmack und besitzen außerdem gesundheitsfördernde Wirkungen. Dabei muss das Ergebnis nicht immer scharf sein, auch milde Würzungen sind möglich. Durch hinduistische Einflüsse geprägt, bietet die indische Küche auch eine große Anzahl an vegetarischen Gerichten. Eine Auswahl davon bereiten Sie bei dieser Veranstaltung zu.

Die Lebensmittelumlage von 10,00 € ist in der Kursgebühr enthalten.

Russische Küche

Die russische Küche ist im Grunde genommen einfach, leicht bekömmlich und sparsam, überaus schmackhaft aber nicht unbedingt energiearm. Viel eingelegter Kohl - unserem Sauerkraut ähnlich - und Sauerrahm sind die charakteristischen Merkmale. Genießen Sie ein Menü, bei dem die Nationalsuppe Borschtsch, die allseits beliebten Blinis, die russische Fischspezialität Lachs und das Boeuf Stroganoff ganz sicher nicht fehlen werden.

Die Lebensmittelumlage von 10,00 € ist in der Kursgebühr enthalten.

Geschmacksfragen - Nahrung für alle Sinne

Essen und Trinken sind eine Sache des Geschmacks. Dieser entscheidet letztendlich darüber, was auf den Tisch kommt. Geschmack ist etwas ganz Persönliches, das erst im einzigartigen Zusammenspiel von Sehen, Riechen, Schmecken, Fühlen und Hören entsteht. So unterschiedlich die Geschmäcker sind, so verschieden sind auch die Essgewohnheiten der Menschen. Die Veranstaltungen S2720 bis S2722 geben vielfältige Anregungen.

Weitere Informationen und zahlreiche Rezepte zu dieser Thematik bietet das gleichnamige Buch von Sabine Petersen und Birgitt Uhlen-Blucha (Klett-Verlag, ISBN 3-12-939842-2).

Kochen mit Kräutern und exotischen Gewürzen

Die Verwendung von frischen Kräutern und Gewürzen in der Küche führt immer wieder zu neuen kulinarischen Entdeckungen. Kein Geschmacksverstärker oder Salz kann die Zugabe von guten Kräutern und Gewürzen ersetzen. Sie werten die Speisen auf und machen sie leichter verdaulich. Kräuter und Gewürze sind nicht nur Garnitur, sondern geben den Speisen einen Hintergrund.

Lebensmittel- und Getränkeumlage von 10,00 € sind in der Kursgebühr enthalten.

S2713

Knara Boll
Do., 06.04.
18.00 - 22.00 Uhr
5 Ustd./21,00 €
VHS; Raum 006

S2720

Karl Hülsmann
Mi., 10.05.
18.40 - 21.55 Uhr
4 Ustd./20,00 €
VHS; Raum 006

**S2721 Großer Rotweinabend:
Frankreich, Italien, Spanien**

Harald Burg
Fr., 17.03.
18.00 - 22.45 Uhr
6 Ustd./49,00 €
VHS; Raum 218

In entspannter Atmosphäre probieren Sie ca. 20 - 25 Rotweine aus Frankreich (Bordeaux, Rhône, Languedoc Roussillon etc.), Italien (Piemont, Barolo Barbaresco, Toscana, Chianti Classico, Marken etc.) und Spanien (La Rioja, Ribera del Duero), um die Besonderheiten der jeweiligen Anbauggebiete, Lagen und Rebsorten herauszuschmecken. Parallel dazu werden Kleinigkeiten zu essen gereicht.
Wein- und Lebensmittelumlage von 33,00 € sind in der Kursgebühr enthalten.



**Kuchen und Torten
für besondere Anlässe**

Ob zur eigenen Feier oder als Geschenk, ein ausgefallener Kuchen oder gar eine toll dekorierte Torte ist immer allererste Sahne. Unter der fachkundigen Anleitung eines Konditors bereiten Sie hier originelle Kuchen und Torten für fast jeden Anlass ganz ohne Einsatz des Backofens zu. Außerdem werden vorgefertigte Torten gekonnt dekoriert.
Die Lebensmittelumlage von 8,00 € ist in der Kursgebühr enthalten.

S2722

Karl Hülsmann
Sa., 18.03.
14.00 - 17.15 Uhr
4 Ustd./20,00 €
VHS; Raum 006

Lieber leichter - Genießen ohne zuzunehmen

"Hungern verboten - Genießen erlaubt!" lautet hier die Devise, denn ein knurrender Magen und strenge Selbstkontrolle machen ungenießbar. Praktische Anregungen, Rezepte und Tipps rund um einen leichten, d. h. fettbewussten, genussvollen Koch- und Essalltag stehen bei den Veranstaltungen S2730 bis S2737 im Vordergrund.
Weitere Informationen und zahlreiche Rezepte zu dieser Thematik bietet das gleichnamige Buch von Petra Fricke (Klett-Verlag, ISBN 3-12-939903-8).

Von Brunch bis Lunch

S2730

Der Brunch erfreut sich wachsender Beliebtheit und ist für viele Anlässe geeignet. Im Kurs erhalten Sie Anregungen für kalte und warme Gerichte, geeignet sowohl für ein ausgiebiges Frühstück als auch für ein Mittagessen.
Die Lebensmittelumlage von 15,00 € ist in der Kursgebühr enthalten.

Bärbel Thul
Di., 28.03.
18.40 - 21.55 Uhr
4 Ustd./25,00 €
VHS; Raum 006

**Für den kleinen Hunger -
Vorspeisen, Snacks und
Tapas**

S2731

Kleine Köstlichkeiten, die sich jederzeit zwischendurch zu einem Glas Wein genießen lassen, werden hier zubereitet. Gerade die Mittelmeerlande haben eine Vielzahl dieser kleinen Häppchen und Gaumenfreuden zu bieten.
Die Lebensmittelumlage von 14,00 € ist in der Kursgebühr enthalten.

Bärbel Thul
Di., 09.05.
18.40 - 21.55 Uhr
4 Ustd./24,00 €
VHS; Raum 006

S2732 Winterliche Highlights

Heinrich Wächter
Mi., 15.02.
18.40 - 21.55 Uhr
4 Ustd./21,00 €
VHS; Raum 006

... zum Viergang-Menü für jeden Geschmack kombiniert, wobei die Zusammenstellung vom Angebot des Tages auf dem Wochenmarkt abhängig ist.

Die Lebensmittelumlage von 10,50 € ist in der Kursgebühr enthalten. Bitte bringen Sie Ihr Tischgetränk selbst mit.

S2733 Winterliche Highlights

Heinrich Wächter
Do., 16.02.
18.40 - 21.55 Uhr
4 Ustd./21,00 €
VHS; Raum 006

... zum Viergang-Menü für jeden Geschmack kombiniert, wobei die Zusammenstellung vom Angebot des Tages auf dem Wochenmarkt abhängig ist.

Die Lebensmittelumlage von 10,50 € ist in der Kursgebühr enthalten. Bitte bringen Sie Ihr Tischgetränk selbst mit.

S2734 Genuss ohne Reue: Aufläufe und Gratins

Christine Eickenscheidt
Di., 07.03.
18.40 - 21.55 Uhr
4 Ustd./15,00 €
VHS; Raum 006

Für die Kursteilnahme wird Weight-Watchers-Erfahrung und der Wunsch nach einer schlanken Zukunft vorausgesetzt. Aufläufe werden aus rohen Zutaten zusammengestellt und gegart, Gratins enthalten gegarte Zutaten, die mit einer leckeren Kruste überbacken werden. Sie sind gut vorzubereiten und stellen eine Bereicherung für Ihren Speiseplan dar. Die ausgewählten Rezepte nach Weight-Watchers-Art sind leicht und lecker.

Die Lebensmittelumlage von 5,00 € ist in der Kursgebühr enthalten.

S2735 Genuss ohne Reue: Salate für jede Gelegenheit

Christine Eickenscheidt
Di., 16.05.
18.40 - 21.55 Uhr
4 Ustd./15,00 €
VHS; Raum 006

Für die Kursteilnahme wird Weight-Watchers-Erfahrung und der Wunsch nach einer schlanken Zukunft vorausgesetzt. Salate sind schnell gemacht, optimal zur Resteverwertung geeignet und vielseitig einsetzbar. Ob als Vorspeise, Hauptgericht, Nachtisch oder Snack für zwischendurch, die ausgewählten Rezepte nach Weight-Watchers-Art sind leicht und lecker.

Die Lebensmittelumlage von 5,00 € ist in der Kursgebühr enthalten.

Genuss ohne Reue: Alles, was schnell geht

S2736

Für die Kursteilnahme wird Weight-Watchers-Erfahrung und der Wunsch nach einer schlanken Zukunft vorausgesetzt. Sie sind berufstätig und viel unterwegs oder einfach nur Kochmuffel? Wenn Sie trotzdem gerne lecker essen, bietet dieser Kurs Ihnen eine Vielzahl von Anregungen. Die ausgewählten Rezepte nach Weight-Watchers-Art sind leicht und besonders schnell zuzubereiten.

Die Lebensmittelumlage von 5,00 € ist in der Kursgebühr enthalten.

Christine Eickenscheidt
Di., 25.04.
18.40 - 21.55 Uhr
4 Ustd./15,00 €
VHS; Raum 006

Ernährungshits für coole Kids S2737

Glaubt man der Werbung, werden Mahlzeiten erst durch besondere Kinderlebensmittel so richtig attraktiv und gesund. Zum Frühstück Flakes, Pops & Co., für den Hunger zwischendurch eine Extraportion Milch und mittags den Kinder(fertig)teller. Der Markt für eigens auf Kinder abgestimmte Produkte boomt. Ist diese Art der Ernährung aber wirklich ausgewogen und sinnvoll? Lernen Sie zeitgemäße Ernährungsempfehlungen für Kinder von drei bis acht Jahren und deren Umsetzung im Alltag kennen und kochen Sie hier nach gesunden Rezepten, die Ihren Kindern auch schmecken.

Die Lebensmittelumlage von 9,50 € ist in der Kursgebühr enthalten.

Marita Staarmann
ab Mo., 27.03. (2x)
18.40 - 21.55 Uhr
8 Ustd./33,00 €
VHS; Raum 006

Kochevent nach Wunsch S2750

Haben Sie Lust, mit einer größeren Anzahl von Freunden, Arbeitskollegen, Nachbarn oder Vereinsmitgliedern gemeinsam zu kochen? Wenn Ihre Küche für ein solches Kochevent zu klein ist, bietet Ihnen die VHS eine Lehrküche für zehn bis 16 Personen. Dabei steht Ihnen eine Kursleiterin zur Seite, die die Rezeptauswahl, den Einkauf und die Leitung des Events übernimmt. Sie wählen das Thema und vereinbaren einen passenden Termin mit der zuständigen Fachbereichsleiterin, Brigitte Burbach-Braun (Tel.: 0 23 62 / 66 41 81).

Die Lebensmittelumlage wird in Abhängigkeit vom Thema festgelegt und ist zusätzlich zur Kursgebühr zu zahlen.

Bärbel Thul
Termine nach Absprache
18.40 - 21.55 Uhr
4 Ustd./10,00 €
VHS; Raum 006

Natur und Umwelt

Der Ökoführerschein

Dieses gemeinsame Angebot der VHS, des Naturschutzbundes Dorsten und des GeoZentrums NRW ermöglicht es Ihrer Familie, systematisch Umweltwissen aufzubauen. Der Ökoführerschein setzt sich aus sechs Veranstaltungen zu den folgenden Themenschwerpunkten zusammen: Ökosysteme - Lebensräume (blauer Punkt), Tier- und Pflanzengruppen (gelber Punkt), Arten- und Umweltschutz (roter Punkt).

Besonderer Bonus für die Familien, die den Ökoführerschein erworben haben, ist eine kostenlose Exkursion. Dabei wird Ihnen nicht nur ein biologisches "Highlight" präsentiert, sondern auch für Ihr leibliches Wohl gesorgt.

Die diesjährige Veranstaltung für Ökoführerschein-Inhaber findet am Samstag, den 19. August statt. Bitte setzen Sie sich zwecks Anmeldung mit Sabine Podlaha in Verbindung. (Tel.: 0 23 62 / 66 41 84)

S2810 Dem Frühling auf der Spur

NABU Dorsten
Gabi Busse
Heike Salzer
Sa., 29.04.
14.00 - 17.15 Uhr
4 Ustd./8,00 €
(Erwachsene)
4,00 €
(Kinder)
Treffpunkt: Eingang
Friedhof Hardt,
Plaggenbahn

Ökoführerschein (blauer Punkt)
Auf verschlungenen Wegen erkunden wir verschiedene Lebensräume. Spielerisch und durch direkte Naturerfahrung wird das Erwachen von Tieren und Pflanzen aufgezeigt. Gemeinsam werden die Boten des Frühlings im Rahmen der Naturschutzjugend-Aktion "Erlebter Frühling 2006" gesucht. Bitte bringen Sie Verpflegung und Wasser abweisendes Schuhwerk mit. Das Angebot richtet sich an Familien mit Kindern im Grundschulalter.

S2811 Biologische Abendwanderung

NABU Dorsten
Stefan Wanske
Fr., 28.04.
20.30 - 22.00 Uhr
2 Ustd./6,00 €
(Erwachsene)
3,00 €
(Kinder)
Treffpunkt: Eingang
Freibad, Rosenstraße

Ökoführerschein (gelber Punkt)
Mit ihrer nächtlichen Lebensweise und ihrer Einbindung in zahlreiche Sagen und Mythen gehören die Fledermäuse zu den geheimnisumwitterten Tieren. Auf der abendlichen Wanderung werden Lebensweise und Bedeutung der Fledermäuse vorgestellt, ihre Gefährdung und Schutzmöglichkeiten aufgezeigt. Als Höhepunkt der Exkursion werden wir diese faszinierenden Tiere bei der Jagd "live" erleben. Zusätzliches "Highlight" ist das Lichterspiel der leuchtaktiven Insekten. Bitte bringen Sie feste Schuhe und Taschenlampe mit. Das Angebot richtet sich an Familien mit Kindern ab dem Grundschulalter.

Lebensraum Bach - Radexkursion

S2812

Ökoführerschein (blauer Punkt)
Wir lernen auf dieser Exkursion die vielen kleinen Bachbewohner kennen, deren ungestörtes Zusammenleben notwendig ist, um unser Wasser sauber zu halten. Die Geheimnisse dieser Tiere werden anschaulich erkundet, um Rückschlüsse auf Wasserqualität, Bedrohung und Schutzmöglichkeiten ziehen zu können. Bitte bringen Sie mit: Fahrrad, Gummistiefel, Küchensieb, feiner Pinsel. Das Angebot richtet sich an Familien mit Kindern im Grundschulalter.

NABU Dorsten
Johannes Ader
Olaf Fockenberg
Sa., 06.05.
14.00 - 17.15 Uhr
4 Ustd./8,00 €
(Erwachsene)
4,00 €
(Kinder)
Treffpunkt: Parkplatz
Freibad, Rosenstraße

(Fast) alles, was krecht und fleucht: Insekten sammeln und bestimmen

S2813

Ökoführerschein (gelber Punkt)
Wir beobachten, fangen (vorübergehend) und bestimmen heimische Insekten, erfahren etwas über ihre Lebensweise und Lebensräume sowie ihre Bedeutung für unsere Umwelt. Die Veranstaltung richtet sich an Familien mit Kindern ab dem Grundschulalter. Der Treffpunkt wird kurz vor Veranstaltungsbeginn bekannt gegeben.

GeoZentrum NRW
Dr. Frank Pawellek
Sa., 10.06.
15.00 - 17.15 Uhr
3 Ustd./6,00 €
(Erwachsene)
3,00 €
(Kinder)

Hubschrauber der Tierwelt: Libellenexkursion

S2814

Ökoführerschein (gelber Punkt)
Wir beobachten die faszinierenden Libellen bei ihrer Beutejagd und ihren Flugmanövern am Gewässer. Im Wasser lebende Libellenlarven werden gefangen und der Lebenszyklus einer Libellengeneration von der Paarung über das Larvenstadium bis zum Vollinsekt erläutert. Die Veranstaltung richtet sich an Familien mit Kindern ab dem Grundschulalter. Der Treffpunkt wird kurz vor Veranstaltungsbeginn bekannt gegeben.

GeoZentrum NRW
Dr. Frank Pawellek
Sa., 17.06.
15.00 - 17.15 Uhr
3 Ustd./6,00 €
(Erwachsene)
3,00 €
(Kinder)

S2815 Kräuterhexen - Hexenkräuter

GeoZentrum NRW
Dr. Frank Pawellek
So., 11.06.

15.00 - 17.15 Uhr
3 Ustd./6,00 €
(Erwachsene)
3,00 €
(Kinder)

Ökoführerschein (gelber Punkt)
Jeder kennt Gänseblümchen, aber wer weiß schon, dass sie gegen Insektenstiche helfen? Warum heißen Butterblumen nicht Margarineblumen? Wieso brennt die Brennnessel? Diese und viele andere Fragen rund um das Thema Heilkräuter wollen wir beantworten, aber auch spannende Geschichten über die Zauberwirkung hören, die man alten Bäumen zusprach.

Die Veranstaltung richtet sich an Familien mit Kindern ab sechs Jahren. Der Treffpunkt wird kurz vor Veranstaltungsbeginn bekannt gegeben.

S2816 Die Wiese lebt

NABU Dorsten
Gabi Busse
Volker Fockenberg
Sa., 13.05.

14.00 - 17.15 Uhr
4 Ustd./8,00 €
(Erwachsene)
4,00 €
(Kinder)

Treffpunkt: VHS

Ökoführerschein (blauer Punkt)
Während eines spannenden Streifzuges durch die Welt zwischen Gräsern und Kräutern erfahren wir mit all unseren Sinnen die Geheimnisse der hier lebenden Wiesenbewohner. Darüber hinaus wird die Farbenpracht der Wiese mit Pinsel und Farbe ins Bild gesetzt.

Bitte bringen Sie Verpflegung und Mal-sachen (Papier, Wasserfarben, Pinsel, Becher) mit. Die Veranstaltung richtet sich an Familien mit Kindern im Grundschulalter.

S2817 Erlebnistour Westrupe Heide

NABU Dorsten
Volker Fockenberg
Sa., 08.04.

14.00 - 18.00 Uhr
5 Ustd./8,00 €
(Erwachsene)
4,00 €
(Kinder)

Treffpunkt:

14.00 Uhr VHS;
14.30 Uhr Wanderpark-
platz Westrupe Heide an
der Straße
"Flaesheimer Damm" in
Haltern am See

Ein Spaziergang durch die Westrupe Heide ist nicht nur zur Heideblüte ein beeindruckendes Erlebnis. Das 63 ha große Naturschutzgebiet auf einem fossilen Binnendünengebiet ermöglicht das hautnahe Erleben einer alten Kulturlandschaft mit einer Heidschnucken-Herde und umfangreichen Wacholder-Beständen. Bei sonnigem Wetter werden wir mit etwas Glück auch seltenen Tieren wie Schlingnatter, Ameisenlöwe und einigen der dort heimischen 126 Wildbienen-, Ameisen- oder Einsiedlerwespen-Arten begegnen.

Die Anreise erfolgt in PKW. Bitte bringen Sie Verpflegung mit.

Die Veranstaltung ist für Erwachsene konzipiert, Kinder können aber gerne mitgebracht werden.

"Waldläufer-Training" - Orientierung mit Karte und Kompass

Orientierung ohne GPS ist für viele heute undenkbar. Auf unserer Exkursion in der Umgebung Dorstens wollen wir uns bei der Orientierung in der Natur auf die traditionellen Hilfsmittel verlassen. Auf dem Programm stehen: Kartenlesen, Umgang mit dem Kompass, Feststellung der Himmelsrichtung ohne Kompass, Herstellung einer "Geräusch-Karte", Techniken der Entfernungsmessung. Darüber hinaus soll der Blick geschärft werden für die Wahrnehmung unterschiedlicher Landschaftstypen, die durchwandert werden.

Die Veranstaltung richtet sich an Familien mit Kindern ab etwa zehn Jahren.

Der Treffpunkt wird kurz vor Veranstaltungsbeginn bekannt gegeben.

Keine Angst vor wilden Bienen

Ökoführerschein
(gelber oder roter Punkt)

Wildbienen eignen sich hervorragend zur praktischen Naturerziehung. Sie lassen sich leicht mit speziellen Nektarpflanzen in den Garten locken. In einfach zu bastelnden Nisthilfen können die Tiere, die auch im Nestbereich friedfertig und ungefährlich sind, fast überall erfolgreich angesiedelt werden. Sie bauen mit Ihren Kindern Wildbienen-Hotels aus Ton für Ihre Terrasse oder Ihren Balkon.

Das Angebot richtet sich an Familien mit Kindern im Grundschulalter. Es entstehen zusätzlich zur Kursgebühr Materialkosten in Höhe von ca. 4,00 €.

Kinderstube junger Eulen

Auf einer nächtlichen Exkursion im Nahraum Dorstens wollen wir erste Flugübungen und das Betteln junger Eulen beobachten. Mit etwas Glück können wir zwei verschiedene Eulenarten antreffen. Da das Ausfliegen der Jungvögel vom Wetterverlauf im Frühjahr abhängt und daher nicht genau vorhergesagt werden kann, ist eine kurzfristige Terminverschiebung möglich.

Bitte bringen Sie festes Schuhwerk, Fernglas und Taschenlampe mit. Die Anfahrt erfolgt in PKW. Die Veranstaltung richtet sich an Naturfreunde ab 14 Jahren.

S2818

GeoZentrum NRW
Dr. Frank Pawellek
Sa., 29.04.

10.00 - 15.00 Uhr
6 Ustd./10,00 €
(Erwachsene)
5,00 €
(Kinder)

S2819

NABU Dorsten
Volker Fockenberg
Fr., 31.03.

15.00 - 18.15 Uhr
4 Ustd./8,00 €
(Erwachsene)
4,00 €
(Kinder)

VHS; Raum 009

S2820

Dr. Matthias Schleinzer
Fr., 26.05.

21.30 - 0.00 Uhr
3 Ustd./2,00 €
(Erwachsene)
1,00 €
(Kinder)

Treffpunkt: Parkplatz
Agathaschule
(Nähe Hardtsportplatz)

S2821 Vogelstimmenexkursion

NABU Dorsten
Rainer Keil
 Sa., 13.05.
 06.00 - 09.00 Uhr
 4 Ustd./9,00 €
 Treffpunkt:
 Wasserschutzpolizei
 an der Schleuse

Auf dieser geführten Wanderung entlang des Naturschutzgebietes Lippeaue erhalten Sie einen klangvollen Einblick in die einheimische Vogelwelt. Nach der Veranstaltung werden Sie in der Lage sein, häufige Vogelarten an ihrem Gesang zu erkennen.

S2822 Zauber der Verwandlung: Schmetterlinge auf der Route der Industrienatur

Sabine Podlaha
 Sa., 19.08.
 14.00 - 17.15 Uhr
 4 Ustd./8,00 €
 (Erwachsene)
 4,00 €
 (Kinder)

Während dieser Exkursion zum Ruderalpark Frintrop, der auf dem Gelände des ehemaligen Sammelbahnhofs Essen-Frintrop entstanden ist, begeben wir uns auf die Spuren der Schmetterlinge. Sie werden mit Ihren Kindern dort unterschiedliche Schmetterlingsarten kennen lernen, Wissenswertes über ihre Biologie und Ökologie erfahren sowie einen Einblick gewinnen in ihren höchst interessanten Lebenszyklus von der Raupe zum Vollinsekt.

Die Veranstaltung wird in Kooperation mit RVR Ruhr Grün - Route Industrienatur durchgeführt.

Die Anfahrt erfolgt in PKW. Nähere Hinweise zum Exkursionsablauf erhalten Sie kurz vor dem Veranstaltungstermin.

S2823 Anlage eines Herbariums

GeoZentrum NRW
Dr. Frank Pawellek
 Fr., 28.04.
 16.00 - 19.00 Uhr
 4 Ustd./6,00 €
 (Erwachsene)
 3,00 €
 (Kinder)
 VHS; Raum 208

Ökoführerschein (gelber Punkt)
 Die Anlage eines Herbariums ist für Kinder und Jugendliche eine interessante Möglichkeit, die Pflanzen unserer unmittelbaren Umgebung näher kennen zu lernen und gleichzeitig einen Einblick in naturwissenschaftliche Methodik zu gewinnen. Im Theorie-Teil des Kurses wird zunächst erläutert, wie ein Herbarium fachgerecht angelegt, attraktiv gestaltet und mit Zusatzinformationen aufgewertet werden kann. Bei der anschließenden Exkursion werden typische Wildpflanzen gesucht und mit Hilfe von gängigen Bestimmungsbüchern bestimmt.
Die Veranstaltung richtet sich an Familien mit Kindern ab dem fünften Schuljahr.

Zu Gast bei einem Imker

Ziel der Exkursion ist der Lehrbienenstand im Gehölzgarten des Hauses Ripshorst in Oberhausen. Dort sehen wir dem zuständigen Imker bei seiner Arbeit über die Schulter und erfahren aus erster Hand Wissenswertes zu den Themen: Ökologie und Leistung der Bienen, Bienenprodukte und Imkerei.

Die Anreise erfolgt in PKW. Nähere Hinweise zum Exkursionsablauf erhalten Sie kurz vor dem Veranstaltungstermin. Das Angebot richtet sich an Familien mit Kindern ab dem Grundschulalter.

Blick in die Erdgeschichte - Fossilienexkursion

Wir machen einen Ausflug in die Erdgeschichte. Eltern und Kinder suchen gemeinsam in einem Steinbruch Fossilien als versteinerte Zeugen der Vergangenheit. Die Fundstücke werden bestimmt und die erdgeschichtlichen Vorgänge, die zu ihrer Entstehung geführt haben, erläutert.

Die Exkursion findet im Bereich Münsterland statt. Die Anreise erfolgt mit PKW.

Nähere Hinweise zum Exkursionsablauf erhalten Sie kurz vor dem Veranstaltungstermin.

Haus Ruhrnatur: Erlebnisse und Experimente rund ums Wasser

Haus Ruhrnatur in Mülheim ist kein Museum im herkömmlichen Sinne, vielmehr ein Erlebnisraum rund um das Thema Wasser mit vielfältigen Programmen zur Eigenerforschung des Lebensraumes Fluss und Bach. Zunächst werden auf einer Exkursion zur Ruhr das Ökosystem Fluss vorgestellt und Kleinlebewesen mit dem Kescher gefangen. Im Anschluss daran werden diese im Labor bestimmt und untersucht. Abgerundet wird das Programm durch zahlreiche Informationen zur Lebensweise und Bedeutung der Flussbewohner.

Die Anreise erfolgt in PKW. Nähere Hinweise zum Exkursionsablauf erhalten Sie kurz vor dem Veranstaltungstermin. Das Angebot richtet sich an Familien mit Kindern ab dem Grundschulalter.

S2824

Sabine Podlaha
 Sa., 20.05.
 14.00 - 17.00 Uhr
 4 Ustd./6,00 €
 (Erwachsene)
 3,00 €
 (Kinder)

S2825

N.N.
 Sa., 10.06.
 14.00 - 18.00 Uhr
 5 Ustd./6,00 €
 (Erwachsene)
 3,00 €
 (Kinder)

S2826

Sabine Podlaha
 So., 21.05.
 11.00 - 14.00 Uhr
 4 Ustd./6,00 €
 (Erwachsene)
 3,00 €
 (Kinder)

S2827 Kanutour auf der Lippe

Michael Seibert
So., 11.06.
10.00 - 14.00 Uhr
5 Ustd./28,00 €
(Erwachsene)
18,00 €
(Kinder und Jugendliche)

Vom Boot aus erleben Sie Natur besonders hautnah und intensiv, lernen die idyllische Landschaft der Lippeauen aus einer völlig neuen Perspektive kennen. Die ca. elf km lange Canadier-Fahrt führt Sie von Schermbeck nach Krudenburg und bietet mit der Möglichkeit zu vielfältigen Naturbeobachtungen und dem Befahren kleiner Stromschnellen ein Erlebnis für Jung und Alt. Die Tour wird mit Dreier-, Vierer- und Zehner-Canadiern durchgeführt. Sie ist auch für Eltern mit Kindern ab fünf Jahren geeignet. Detaillierte Informationen sendet die VHS auf Anfrage gern zu (Tel.: 0 23 62 / 66 41 61).

S2828 Mit dem Kanu durch die Grachten von Amsterdam

Lohmarer Institut für Weiterbildung
Fr., 18.08. bis
So., 20.08.
130,00 €
(Erwachsene)
62,00 €
(Kinder bis 12 Jahre)

Sie erkunden mit Canadiern auf Grachten und Kanälen den mittelalterlichen Stadtkern Amsterdams. Sie durchfahren die inneren Hauptgrachten wie die Prinsen-, Keizers- und Herregracht, unterqueren die berühmte Magere Burg, nähern sich auf dem Wasserweg dem ehemaligen jüdischen Zentrum von Amsterdam. Dort, wo es sich anbietet, gehen wir an Land und erkunden auf kurzen Wegen die Sehenswürdigkeiten Amsterdams zu Fuß. Die Tour ist für Kanu-Anfänger geeignet. Übernachtungsmöglichkeiten bestehen alternativ auf dem Campingplatz oder im Hotel. Detaillierte Informationen sendet die VHS auf Anfrage gern zu. (Tel.: 0 23 62 / 66 41 61)

S2829 Erstellung eines individuellen Gartenplans

Corina Meyer
Sa., 04.03.
09.30 - 12.30 und
13.30 - 16.30 Uhr
8 Ustd./26,00 €
VHS; Raum 101

Soll der Garten ein zweites Wohnzimmer im Freien sein oder ein Spielparadies für Kinder? Experimentieren Sie gerne mit Pflanzen oder wünschen Sie sich biologisches Gemüse aus Ihrem eigenen Garten? Unter der Leitung einer Landschaftsarchitektin klären wir, wie man an eine Gartenplanung herangeht. Anhand Ihrer Vorgaben können wir Konzepte für Ihren persönlichen Garten erstellen. Bitte bringen Sie mit: Grundstücksplan mit Gebäude (möglichst Maßstab 1:100), Fotos vom Gelände bzw. Gebäude, Skizzenpapier und Zeichenuensilien (Bleistifte, dicke und dünne Filzstifte, Lineal, Zirkel u. a.).

Erstellung eines individuellen Pflanzenplans

Pflanzen müssen mit Bedacht ausgewählt und ihre Pflanzung geplant werden, um ein ansprechendes Gartenbild zu erzielen. Sie erhalten Informationen über die Verwendung, Pflege und Bodenanforderungen verschiedener Pflanzengruppen sowie Hinweise zu ihrer effektvollen Kombination.

Bitte bringen Sie mit: Grundstücksplan mit Gebäude (möglichst Maßstab 1:100), Fotos vom Gelände bzw. Gebäude, Skizzenpapier und Zeichenuensilien (Bleistifte, dicke und dünne Filzstifte, Lineal, Zirkel u. a.).

S2830

Corina Meyer
Sa., 18.03.
09.30 - 12.30 und
13.30 - 16.30 Uhr
8 Ustd./26,00 €
VHS; Raum 101

Teiche, Bachläufe und Quellen im Garten

Das "Feuchtbiotop" ist ein repräsentativer Aspekt im Garten und kann für die Tier- und Pflanzenwelt ein neuer Lebensraum sein. Es finden folgende Themen Berücksichtigung: Standortansprüche, Größe, Abdichtung eines Teiches, Pflanzenauswahl, Grundsätze über Schwimmteiche. Praktische Ausbaueinweisungen runden das Programm ab.

S2831

Corina Meyer
Fr., 31.03.
18.00 - 21.15 Uhr
4 Ustd./13,00 €
VHS; Raum 208

Mühle Mense
Nahrungsmittelgeschäft
Chick-See-Straße 17
16281 Hohenkirchen
Telefon 02362 77264

Guten Appetit!

Sie finden bei uns das komplette Naturkost-Sortiment aus Bio-Anbau:

- Bio-Obst und Bio-Gemüse
- Käse von Biohöfen
- frische Bio-Backwaren
- Getreidespezialitäten
- Naturkosmetik
- 70 Sorten Bio-Wein
- und vieles mehr

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Unsere Öffnungszeiten:
Mo-Fr 9 - 12 Uhr
14 - 18 Uhr
Sa 9 - 13 Uhr



Petra Duda
02362-664183

Deutsch und Fremdsprachen

Beratung
Englisch
Französisch
Spanisch
Italienisch
Niederländisch
Deutsch als Fremdsprache

Anmeldung und Beratung

Wenn Sie sich zu einem Fremdsprachenkurs neu anmelden möchten und schon einmal Unterricht in der betreffenden Sprache hatten, nutzen Sie bitte unseren Service zur persönlichen oder telefonischen Beratung. Damit möchten wir Ihnen bei der Auswahl eines Kurses helfen, der Ihrem Kenntnisstand und Ihren persönlichen Lernzielen entspricht.

Di., 10.01.	10.00 - 13.00 Uhr
Do., 12.01.	14.00 - 18.00 Uhr
Mo., 16.01.	10.00 - 13.00 Uhr
Mi., 18.01.	14.00 - 18.00 Uhr

Falls Sie keinen der o. g. Termine wahrnehmen können, vereinbaren Sie bitte einen anderen Beratungstermin mit der Fachbereichsleiterin Petra Duda (Tel.: 0 23 62 / 66 41 83). Erfahrungsgemäß reicht häufig auch eine telefonische Beratung aus.

Bitte beschaffen Sie sich die angegebenen Lehrbücher selbst im Buchhandel.

Die Teilnehmerzahl in den Fremdsprachenkursen ist auf 20 begrenzt. Die Kurse finden statt, wenn mindestens zehn verbindliche Anmeldungen vorliegen. Bei geringerer Teilnehmerzahl können die Kurse im Einvernehmen mit der VHS durchgeführt werden. Dann erhöht sich die Teilnahmegebühr bei acht bis neun Teilnehmern um 0,30 EUR pro Ustd. Bei geringerer Teilnehmerzahl wird eine Kosten deckende Gebühr erhoben. Maßgeblich für die Festlegung der Gebühr ist die Teilnehmerzahl beim zweiten Unterrichtstermin.

Die Lernziele und Unterrichtsmethoden unserer Sprachkurse sind auf die Interessen und Lerngewohnheiten erwachsener Teilnehmer ausgerichtet. Die Kurse eignen sich daher in der Regel nicht für Schüler und in keinem Fall als "Nachhilfe".

Die im Folgenden und bei den Kursbeschreibungen angegebenen Kenntnisstufen orientieren sich an den Vorgaben des Europarats, der einen einheitlichen Bezugsrahmen für den Sprachunterricht festgelegt hat. Bitte beachten Sie, dass die Beschreibungen der Kenntnisstufen nicht die Voraussetzungen sind, um an einem Kurs teilzunehmen, sondern die Kursziele.

Kursberatung

Persönliche Beratung
VHS, Raum 212

Telefonische Beratung

Lehrbücher

Teilnehmerzahl

**Schüler in
Sprachkursen der VHS**

Kenntnisstufen

Kennntnisstufen

Kennntnisstufe A1	Sie können alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze verstehen und anwenden.
Kennntnisstufe A2	Sie können Informationen zu Themen wie Familie, Arbeit, Wohnen verstehen, sich an einfachen Gesprächen darüber beteiligen sowie kurze Notizen und persönliche Mitteilungen verfassen.
Kennntnisstufe B1	Sie können Informationen und Texte zu geläufigen Themen aus Alltag und Beruf im Wesentlichen verstehen, Ihre Erfahrungen, Meinungen und Ziele zusammenhängend beschreiben und zusammenhängende Texte über Ihnen vertraute Themen schreiben.
Kennntnisstufe B2	Sie können Nachrichtensendungen, Zeitschriftenartikel, Kurzgeschichten u. Ä. verstehen, sich im privaten und beruflichen Bereich spontan und fließend verständigen sowie ausführliche, verständliche Texte über private und berufliche Themen verfassen.
Kennntnisstufe C1	Sie können längeren Berichten und ausführlichen Gesprächen folgen, sich im Alltag und Beruf spontan verständigen sowie komplexe Sachverhalte mündlich und schriftlich darstellen und erörtern.
Einstufungstest	Falls Sie Ihre Sprachkenntnisse bereits vor einem Beratungsgespräch schon einmal selbst einschätzen möchten, können Sie dies im Internet unter der Adresse www.vhs-einstufungstest.de tun.
Fremdsprachenkurse benachbarter Volkshochschulen	Falls Sie in unserem Programm die Kursstufe Ihrer Wahl nicht finden oder eine Sprache erlernen möchten, die wir nicht anbieten, so informieren wir Sie gern telefonisch über das Kursangebot der mit uns kooperierenden Volkshochschulen in der Emscher-Lippe-Region. Im Internet finden Sie die entsprechenden Informationen unter www.sprachen-lernen-nrw.de

Englisch

Englisch Stufe A1 Grundkurs 4

S3110

Lehrwerk: New Headway Elementary (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-11825-8) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-8109-3115-2) ab Unit 6

William White
ab Di., 31.01. (16x)
17.50 - 19.20 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 202

Englisch mit Muße Stufe A1 Grundkurs 2

S3111

Vormittagskurs
Ohne Leistungsdruck und in entspannter Atmosphäre lernen Sie, sich in alltäglichen Situationen in der englischen Sprache auszudrücken. Der Kurs eignet sich besonders für ältere, aber auch für lernungewohnte Teilnehmer/innen, die ein langsames Lerntempo bevorzugen. Leichte Vorkenntnisse in Wortschatz und Grammatik werden vorausgesetzt.
Lehrwerk: Sterling Silver, Bd. 1, New Edition (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-02006-1) ab Unit 10

Wolfgang Mantel
ab Mo., 30.01. (16x)
10.00 - 11.30 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 209

Englisch mit Muße Stufe A1 Grundkurs 4

S3112

Vormittagskurs
Inhalt siehe Kurs Nr. S3111
Leichte Vorkenntnisse in Wortschatz und Grammatik werden vorausgesetzt.
Lehrwerk: Sterling Silver, Bd. 2, New Edition (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-02009-6) ab Unit 1

Laurence Browning
ab Di., 31.01. (16x)
09.30 - 11.00 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 206

Englisch Stufe A1 Wiederholungskurs 1

S3113

Wenn Sie vor langer Zeit Englisch gelernt haben und nur sehr lückenhafte Kenntnisse aufweisen, dann bietet Ihnen dieser Kurs eine Wiederholung "von Grund auf".
Lehrwerk: New Headway Elementary (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-11825-8) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-8109-3115-2) ab Unit 1

Hannelore Kirschner
ab Di., 31.01. (16x)
19.30 - 21.00 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 107

- S3114 Englisch Stufe A1
Wiederholungskurs 2**

Gesa Fleer
ab Di., 31.01. (16x)
19.30 - 21.00 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 208

Lehrwerk: New Headway Elementary (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-11825-8) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-8109-3115-2) ab Unit 4
- S3120 Englisch Stufe A2
Aufbaukurs 1**

Laurence Browning
ab Di., 31.01. (16x)
19.30 - 21.00 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 209

Lehrwerk: New Headway Elementary (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-11825-8) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-8109-3115-2) ab Unit 8
- S3122 Englisch Stufe A2
Aufbaukurs 3**

Holger Stein
ab Mo., 30.01. (15x)
19.30 - 21.00 Uhr
30 Ustd./51,00 €
VHS; Raum 108

Lehrwerk: New Headway Elementary (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-11825-8) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-8109-3115-2) ab Unit 13
- S3123 Englisch mit Muße Stufe A2
Aufbaukurs 1**

Martina Vorholt
ab Mo., 30.01. (16x)
09.00 - 11.30 Uhr
48 Ustd./80,00 €
VHS; Raum 207

Vormittagskurs
Ohne Leistungsdruck und in entspannter Atmosphäre lernen Sie, sich in alltäglichen Situationen in der englischen Sprache auszudrücken. Der Kurs eignet sich besonders für ältere, aber auch für lernungewohnte Teilnehmer/innen, die ein langsames Lerntempo bevorzugen. Vorkenntnisse in Wortschatz und Grammatik werden vorausgesetzt.
Lehrwerk: Sterling Silver, Bd. 2 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-8109-2103-3) ab Unit 23
- Englisch Stufe A2
Refresher Course 1**

You have learnt English at school (3 - 4 years), but you think you have forgotten too much since then. In this course, you will revise grammar and vocabulary, and learn to speak the language more fluently.
Lehrwerk: A New Start, Refresher A2 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-06166-3) ab Unit 1
- Englisch Stufe A2
Refresher Course 2**

Lehrwerk: A New Start, Refresher A2 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-06166-3) ab Unit 4
- Englisch Stufe A2/B1
Easy Chats**

Have you ever been lost for words or you don't know what to say at the right moment? This course will help you to get over this embarrassment and you will be able to find more than enough words to say. It is designed for people who have just started to think about chatting to others in English. Humour is one of the best ways of getting over your shyness.
- Englisch Stufe A2/B1
Start Talking**

This is a course for students who have a good basic knowledge of English and who would like to start talking. You will be practising role plays, learning how to manage everyday situations and revising certain aspects of grammar. Students are invited to choose the topics they would like to talk about.
- Englisch Stufe B1
Erweiterungskurs 5**

Lehrwerk: New Headway Pre-Intermediate (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-11822-3) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-11823-1) ab Unit 8
- S3124**

William White
ab Di., 31.01. (16x)
19.30 - 21.00 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 202
- S3125**

Hannelore Kirschner
ab Mo., 30.01. (15x)
19.30 - 21.00 Uhr
30 Ustd./51,00 €
VHS; Raum 107
- S3126**

Pauline Ann Seiler
ab Di., 31.01. (16x)
19.30 - 21.00 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 218
- S3127**

Holger Stein
ab Do., 02.02. (16x)
19.45 - 21.15 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 109
- S3130**

Marlen Pachaly
ab Di., 24.01. (16x)
18.30 - 20.00 Uhr
32 Ustd./54,00 €
Gemeinschaftshaus
Wulfen

**S3131 Englisch Stufe B1
Erweiterungskurs 6**

Gesa Fleer
ab Mo., 30.01. (15x)
19.30 - 21.00 Uhr
30 Ustd./51,00 €
VHS; Raum 109

Lehrwerk: New Headway Pre-Intermediate (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-11822-3) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-11823-1) ab Unit 11

**S3132 Englisch mit Muße Stufe B1
Erweiterungskurs 4**

Gesa Fleer
ab Mo., 30.01. (16x)
09.15 - 11.45 Uhr
48 Ustd./80,00 €
VHS; Raum 206

Vormittagskurs
Dieser Kurs eignet sich besonders für ältere, aber auch für lernungewohnte Teilnehmer/innen, die ein langsames Lerntempo wünschen. Gute Vorkenntnisse in Wortschatz und Grammatik werden vorausgesetzt.
Lehrwerk: New Headway Pre-Intermediate (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-11822-3) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-11823-1) ab Unit 9

**S3133 Englisch Stufe B1
Let's Keep Talking**

Rano Chhatwal
ab Mi., 01.02. (16x)
09.00 - 11.30 Uhr
48 Ustd./80,00 €
VHS; Raum 209

Vormittagskurs
A very easy conversation course for students who have learnt English for 5 or 6 years at school or VHS and wish to be more at ease in using it in real-life situations. You will have plenty of time to express your opinion, role-play, extend active vocabulary, revise grammar and have fun.
Lehrwerk: Clockwise Intermediate (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-12413-4)

**S3134 Englisch Stufe B1
First Steps to Conversation**

Melanie Jansen-Lobo
ab Mo., 06.02. (15x)
09.00 - 11.30 Uhr
45 Ustd./75,00 €
VHS; Raum 202

Vormittagskurs
Would you like to learn and practise English in an active atmosphere? Are you looking for a "not too difficult, yet lively" course? Then come along and join us. There will be lots of interesting language activities combined with grammar practice to help you communicate in everyday situations. We will also read and discuss stories from around the world and get an insight into other cultures.
Lehrwerk: On the Move Plus (Klett-Verlag, ISBN 3-12-524135-9) und Arbeitsbuch (Klett-Verlag, ISBN 3-12-524138-3)

**Professional English Stufe B1
Compact Refresher Course**

Bildungsurlaub
This course is designed for students who have learnt English for 5 to 6 years at school and need to brush up their communication skills in English for their job. Focus will be laid on developing speaking and listening skills for business and everyday communication, e.g. meeting people, describing a company, telephoning, welcoming visitors etc. Short revisions of grammar will also be integrated into this course.
Die Kursgebühr beinhaltet das Unterrichtsmaterial und eine Teilnahmebescheinigung.

**Professional English Stufe B1
Telephoning in English**

Wochenendseminar
Do you often deal with English speaking clients on the phone? Have you ever felt speechless or nervous when talking to foreign customers over the phone? Here is help for those who want to become more self-confident when speaking English on the phone. You will practise making arrangements, leaving and taking messages and asking for information over the telephone. If you understand this text, your English is good enough to participate ...

**Professional English Stufe B1
Small Talk in Business English**

Wochenendseminar
What is Small Talk? Why is it so important in modern professional life? Can everybody Small Talk? You will find the answers to these and many other questions in this course. There will also be role plays and plenty of practical communicative situations from the English - Small Talking - World.

S3135

**Petra Duda
Laurence Browning**
Mo., 20.03. bis
Fr., 24.03.
09.00 - 14.30 Uhr
30 Ustd./75,00 €
VHS; Raum 202

S3136

Hannelore Kirschner
Fr., 03.03.
17.00 - 20.15 Uhr
Sa., 04.03.
10.00 - 15.00 Uhr
10 Ustd./24,00 €
VHS; Raum 202

S3137

Laurence Browning
Fr., 31.03.
17.00 - 20.15 Uhr
Sa., 01.04.
10.00 - 15.00 Uhr
10 Ustd./24,00 €
VHS; Raum 202

**S3138 Professional English Stufe B1
Business English Course 1**

William White
ab Mi., 01.02. (16x)
19.30 - 21.00 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 209

If you need to improve your English for your job, this is the right course. It focuses on communication in realistic business situations such as telephoning, writing emails, taking part in meetings, looking after visitors, etc. You will also revise important aspects of grammar.

Lehrwerk: New Basis for Business Pre-Intermediate (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-01889-x)
ab Unit 1

**S3140 Englisch Stufe B2
Leistungskurs 3**

Gesa Fleer
ab Mi., 01.02. (16x)
09.15 - 11.45 Uhr
48 Ustd./80,00 €
VHS; Raum 208

Vormittagskurs
Lehrwerk: New Headway Intermediate (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-02264-1) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-11819-3)
ab Unit 5

**S3141 Englisch Stufe B2
Leistungskurs 4**

Heide Teller
ab Di., 31.01. (16x)
09.00 - 11.30 Uhr
48 Ustd./80,00 €
VHS; Raum 202

Vormittagskurs
Lehrwerk: New Headway Intermediate, New Edition (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-13602-7) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-13601-9)
ab Unit 9

**S3142 Englisch Stufe B2
Further Steps in Conversation**

Melanie Jansen-Lobo
ab Do., 09.02. (15x)
09.00 - 11.30 Uhr
45 Ustd./75,00 €
VHS; Raum 202

Vormittagskurs
A course for those who wish to gain more fluency in speaking, while reading and discussing a variety of interesting articles and short stories from an easy to an intermediate level. There will be lots of creative grammar and vocabulary games to help you enjoy learning English.
Lehrwerk: Language in Use Intermediate (Klett-Verlag, ISBN 3-12-539400-7) und Arbeitsbuch (Klett-Verlag, ISBN 3-12-539402-3)

**Englisch Stufe B2
English in Use**

A course for students who have learnt English for about 6 years and wish to use their English more accurately and fluently. A large variety of texts and topics will give you plenty to talk about and help you to understand and use idiomatic language. The course will also revise key grammar.

**Englisch Stufe C1
Language and Culture:
European Matters**

Vormittagskurs

Tradition is in retreat across Europe, where new society structures are changing the way we live. Single dads, unwed parents and gay couples are changing European attitudes towards a once-sacred institution - the family. In this advanced-level conversation course we will read and discuss current articles on this and other topics about a society in search of a new identity. A regular grammar practice will also be integrated to support these language activities.

**Englisch Stufe C1
Advanced Fluency Practice**

Vormittagskurs

This course welcomes students who have a good knowledge of English and wish to express themselves in a more elaborate and accurate way. Focus will be laid on meaningful creative activities such as reading stimulating articles, short stories, extracts from books, watching video, discussing a wide variety of current topics and a regular glance at grammar.

**Ian Bruce & Victor Besch:
Songs of Robert Burns**

siehe Veranstaltung Nr. S6120

S3143

Hannelore Kirschner
ab Mi., 01.02. (16x)
19.30 - 21.00 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 107

S3150

Melanie Jansen-Lobo
ab Mi., 08.02. (16x)
09.00 - 11.30 Uhr
48 Ustd./80,00 €
VHS; Raum 202

S3151

Rano Chhatwal
ab Di., 31.01. (16x)
09.00 - 11.30 Uhr
48 Ustd./80,00 €
VHS; Raum 209

Französisch

Wenn Sie in der Schule Französisch gelernt haben und Ihre Kenntnisse auffrischen und ausbauen möchten, bieten Ihnen unsere Französischkurse auf den unterschiedlichen Lernstufen hierfür die Gelegenheit. Bitte nutzen Sie unseren Beratungsservice (siehe Seite 32), um den für Ihre persönlichen Vorkenntnisse und Lernziele passenden Einstieg zu finden.

S3210 Französisch Stufe A1 Grundkurs 2

Berthold Lampen
ab Do., 02.02. (16x)
17.50 - 19.20 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 208

Lehrwerk: Perspectives, Bd. 1 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20098-1) ab Unité 3

S3211 Französisch Stufe A1 Grundkurs 4

Heide Teller
ab Di., 31.01. (16x)
18.30 - 20.00 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 206

Lehrwerk: Perspectives, Bd. 1 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20098-1) ab Unité 10

S3212 Französisch Stufe A2 Aufbaukurs 4

Angelika Blume
ab Mo., 30.01. (15x)
19.30 - 21.00 Uhr
30 Ustd./51,00 €
VHS; Raum 206

Lehrwerk: Rendez-vous, Nouvelle Edition, Bd. 2 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-07907-4) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-07908-2) ab Unité 1

S3213 Französisch Stufe A2 Aufbaukurs 5

Uta Gockel
ab Di., 31.01. (16x)
19.30 - 21.00 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 201

Lehrwerk: Rendez-vous, Nouvelle Edition, Bd. 2 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-07907-4) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-07908-2) ab Unité 7

Französisch Stufe B1 Erweiterungskurs 5

Vormittagskurs
Lehrwerk: Perspectives, Bd. 3 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20114-7) ab Unité 1

S3214

Heide Teller
ab Mi., 01.02. (16x)
09.30 - 11.00 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 207

Französisch Stufe B2 Cours de conversation et de lecture

Vous avez appris le français à l'école ou à la VHS pendant 5 ans, et vous voudriez vous entraîner à la conversation? Dans ce cours, vous allez lire et discuter des récits littéraires et des textes actuels sur la France: La politique, la société et la culture de notre pays voisin. Et vous allez aussi traiter quelques points de grammaire.
Lehrwerk: Perspectives, Bd. 3 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20114-7)

S3215

Sibylle Marcin
ab Do., 02.02. (16x)
19.30 - 21.00 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 208

Französisch Stufe B2 A vous de parler

Vormittagskurs
Vous avez appris le français à l'école ou à la VHS pendant 5 ans, et vous voudriez vous entraîner à la conversation? Dans ce cours, vous allez lire un texte littéraire intégral et discuter des sujets politiques et sociaux actuels.

S3216

Barbara Zinkgräf
ab Mi., 01.02. (16x)
10.00 - 11.30 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 206

Paris - Mythos am Ufer der Seine

siehe Veranstaltung Nr. S1220

Paris - "Ein Fest fürs Leben!"

siehe Veranstaltung Nr. S6650

Spanisch

**S3310 Spanisch Stufe A1
Spanisch kochen und sprechen**

Irene Guarino Rivas
Di., 21.03.
18.00 - 22.00 Uhr
5 Ustd./21,00 €
VHS; Raum 006

Tapas de Verduras
Unter allen kulinarischen Schätzen der spanischen Küche sind Tapas zu einem Glas Sherry die vermutlich zu Recht berühmteste Spezialität. Sie bereiten leckere Tapas mit frischen Zutaten zu, dazu gibt es Sherry und Rioja. Beim Kochen und am Tisch lernen Sie in gemütlicher Atmosphäre die dazugehörigen alltäglichen Ausdrücke und Sätze auf Spanisch kennen. Vorkenntnisse in Spanisch sind nicht erforderlich.

Die Lebensmittelumlage von 9,00 € ist in der Kursgebühr enthalten.

**S3311 Spanisch Stufe A1
Schnupperkurs für die Reise**

Silvia Gómez Hernández
Fr., 05.05. und 12.05.
17.00 - 20.15 Uhr
Sa., 06.05. und 13.05.
10.00 - 13.15 Uhr
16 Ustd./29,00 €
VHS; Raum 202

Wochenendkurs
Wenn Sie Anfänger ohne Vorkenntnisse sind, bietet Ihnen dieser Kurs einen ersten Einblick in die spanische Sprache. Sie lernen einfache und nützliche Redewendungen und bekommen landeskundliche Tipps und Tricks, die Ihnen bei einer Reise nach Spanien helfen können.

**S3312 Spanisch Stufe A1
Ferienkurs für Jugendliche**

Silvia Gómez Hernández
Mo., 10.04. bis
Do., 13.04.
10.00 - 12.30 Uhr
12 Ustd./22,00 €
VHS; Raum 201

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Ihr wollt euch in den Ferien auf Spanisch verständigen können, ihr habt Interesse an Land und Leuten, dann ist dies der richtige Kurs für euch. Ihr lernt wichtige Ausdrücke und Redewendungen, um in Spanien zu "überleben", ihr übt die Aussprache anhand von aktuellen Sommerhits und habt viel Spaß bei spielerischen Sprachübungen.

Der Kurs ist für Jugendliche ab 14 Jahren geeignet.

**S3313 Spanisch Stufe A1
Grundkurs 2**

Irene Guarino Rivas
ab Mo., 30.01. (14x)
17.50 - 19.20 Uhr
28 Ustd./48,00 €
VHS; Raum 209

Lehrwerk: Mirada aktuell (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-004218-7)
ab Lección 3

**Spanisch Stufe A1
Grundkurs 2****S3314**

Lehrwerk: Mirada aktuell (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-004218-7)
ab Lección 3

Irene Guarino Rivas
ab Mo., 30.01. (14x)
19.30 - 21.00 Uhr
28 Ustd./48,00 €
VHS; Raum 209

**Spanisch Stufe A1
Grundkurs 2****S3315**

Lehrwerk: Mirada aktuell (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-004218-7)
ab Lección 3

Irene Guarino Rivas
ab Do., 02.02. (14x)
17.50 - 19.20 Uhr
28 Ustd./48,00 €
VHS; Raum 206

**Spanisch Stufe A1
Grundkurs 2****S3316**

Vormittagskurs
Lehrwerk: El Nuevo Curso, Bd. 1 (Langenscheidt-Verlag, ISBN 3-468-48205-1)
ab Lección 3

Irene Guarino Rivas
ab Mi., 01.02. (14x)
09.00 - 11.30 Uhr
42 Ustd./70,00 €
VHS; Raum 001

**Spanisch Stufe A2
Aufbaukurs 1****S3317**

Lehrwerk: Mirada (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-004091-5)
ab Lección 9

Irene Guarino Rivas
ab Do., 02.02. (14x)
19.30 - 21.00 Uhr
28 Ustd./48,00 €
VHS; Raum 206

**Spanisch Stufe A2
Aufbaukurs 1****S3318**

Vormittagskurs
Lehrwerk: Mirada (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-004091-5)
ab Lección 9

Irene Guarino Rivas
ab Di., 31.01. (14x)
09.00 - 11.30 Uhr
42 Ustd./70,00 €
VHS; Raum 207

**Spanisch Stufe A2
Aufbaukurs 4****S3319**

Lehrwerk: Mirada (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-004091-5)
ab Lección 17

Maria Rodrigues
ab Di., 31.01. (16x)
17.30 - 19.00 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 108

Italienisch

S3410 Italienisch Stufe A1 Schnupperkurs für die Reise

A. Sabina Scarcella P.
Fr., 17.03. und 24.03.
17.20 - 20.35 Uhr
Sa., 18.03. und 25.03.
10.20 - 13.35 Uhr
16 Ustd./29,00 €
VHS; Raum 201

Wochenendkurs
Wenn Sie Anfänger ohne Vorkenntnisse sind, bietet Ihnen dieser Kurs einen ersten Einblick in die italienische Sprache. Sie lernen einfache und nützliche Redewendungen und bekommen landeskundliche Tipps und Tricks, die Ihnen bei einer Reise nach Italien helfen können.

S3411 Italienisch Stufe A1 Grundkurs 2

Gabriella Pau
ab Mo., 30.01. (15x)
17.40 - 19.10 Uhr
30 Ustd./51,00 €
VHS; Raum 206

Lehrwerk: Espresso, Bd. 1 (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-005325-1)
ab Lezione 4

S3412 Italienisch Stufe A1 Grundkurs 2

Maria Scarcella
ab Mo., 30.01. (15x)
19.20 - 20.50 Uhr
30 Ustd./51,00 €
VHS; Raum 207

Lehrwerk: Espresso, Bd. 1 (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-005325-1)
ab Lezione 4

S3313 Italienisch Stufe A1 Grundkurs 4

Maria Scarcella
ab Mi., 01.02. (16x)
18.30 - 20.00 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 208

Lehrwerk: Espresso, Bd. 1 (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-005325-1)
ab Lezione 8

S3314 Italienisch Stufe A2/B1 Konversationskurs

Nadia Dücker
ab Do., 02.02. (16x)
18.15 - 19.45 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 202

Sie haben bereits Grundkenntnisse in Italienisch erworben und möchten diese nun praktisch anwenden, dann haben Sie in diesem Kurs Gelegenheit, über ausgewählte Themen zu diskutieren, Zeitungstexte und Lektüren zu lesen, Gespräche in Rollenspielen zu üben, Videos anzuschauen, italienische Lieder zu singen usw.
Lehrwerk: Espresso, Bd. 2 (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-005342-1)

Portugiesisch

Portugiesisch Stufe A1 Schnupperkurs für die Reise

Wochenendkurs
Wenn Sie Anfänger ohne Vorkenntnisse sind, bietet Ihnen dieser Kurs einen ersten Einblick in die portugiesische Sprache. Sie lernen einfache und nützliche Redewendungen und bekommen landeskundliche Tipps und Tricks, die Ihnen bei einer Reise nach Portugal helfen können.

S3510

Maria Rodrigues
Fr., 31.03. und 07.04.
17.00 - 20.15 Uhr
Sa., 01.04. und 08.04.
10.00 - 13.15 Uhr
16 Ustd./29,00 €
VHS; Raum 201

RUDI VÖLLER
SPRACHENWELTMEISTER

Der Fußballer Rudi Völler ist Deutschsprachmeister. Alle seine Team-Spieler bringen uns weiter in Beruf und Alltag. Stellen Sie mit uns Ihr Sprachenerlebnis.

**LERNEN MIT ERFOLG
UND QUALITÄT.
IHRE VOLKSHOCHSCHULE**

vhs
SPRACHEN MEISTER

Niederländisch

**S3610 Niederländisch Stufe A1
Grundkurs 2**

Marga Richter
ab Mo., 30.01. (14x)
19.30 - 21.00 Uhr
28 Ustd./48,00 €
VHS; Raum 202

Lehrwerk: Taal vitaal (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-005252-2) und Arbeitsbuch (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-015252-7)
ab Les 4

**S3612 Niederländisch Stufe A2/B1
Konversationskurs**

Marga Richter
ab Mo., 30.01. (14x)
17.50 - 19.20 Uhr
28 Ustd./48,00 €
VHS; Raum 202

Wenn Sie bereits Grundkenntnisse in Niederländisch haben und Sie die Sprache jetzt anwenden und Ihren Wortschatz erweitern möchten, bietet Ihnen dieser Kurs die Möglichkeit, authentische Zeitungs- und Zeitschriftentexte aus verschiedenen Themenbereichen zu lesen und darüber zu diskutieren.

**S3613 Niederländisch Stufe B1
Konversationskurs**

Marga Richter
ab Mi., 01.02. (16x)
19.30 - 21.00 Uhr
32 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 202

Wenn Sie bereits gute Kenntnisse in Niederländisch haben und Sie die Sprache anwenden und Ihren Wortschatz erweitern möchten, bietet Ihnen dieser Kurs neben der Arbeit mit einem Lehrwerk die Möglichkeit, authentische Zeitungs- und Zeitschriftentexte aus verschiedenen Themenbereichen zu lesen und darüber zu diskutieren.

Lehrwerk: Taal totaal (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-005311-1) und Arbeitsbuch (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-015311-6)

Deutsch als Fremdsprache

Neben den normalen Kursen gibt es auch ein Angebot für Lerner/innen mit rechtlichem Anspruch auf Teilnahme an einem Integrationskurs. Falls Sie zur Teilnahme berechtigt oder verpflichtet sein sollten, ist es unbedingt notwendig, dass Sie sich vor Kursbeginn anmelden und die entsprechenden Unterlagen einreichen. Wenn Sie sich zu einem Deutschkurs neu anmelden möchten und noch keinen Einstufungstest gemacht haben, vereinbaren Sie bitte einen Termin mit der Fachbereichsleiterin, Petra Duda (Tel.: 0 23 62 / 66 41 83).

**Integrationskurs
Basismodul 1**

Vormittagskurs
Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Lehrwerk: Pluspunkt Deutsch, Bd. 1 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20921-0) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20923-7)
ab Lektion 1

S3710

Uta Funk
Hannelore Kirschner
ab Mo., 30.01. (25x)
mo, di und do
09.30 - 11.00 und
11.30 - 13.00 Uhr
100 Ustd./100,00 €
VHS; Raum 208

**Integrationskurs
Basismodul 2**

Vormittagskurs
Lehrwerk: Pluspunkt Deutsch, Bd. 1 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20921-0) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20923-7)
ab Lektion 5

S3711

Uta Funk
Hannelore Kirschner
ab Di., 28.03. (25x)
mo, di und do
09.30 - 11.00 und
11.30 - 13.00 Uhr
100 Ustd./100,00 €
VHS; Raum 208

**Integrationskurs
Aufbaukurs 2**

Vormittagskurs
Lehrwerk: Pluspunkt Deutsch, Bd. 2 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20935-0) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20936-9)
ab Lektion 5

S3712

Ulduz Akbarova
ab Mo., 30.01. (25x)
mo, mi und do
09.15 - 10.45 und
11.15 - 12.45 Uhr
100 Ustd./100,00 €
VHS; Raum 201

**Integrationskurs
Aufbaukurs 3**

Vormittagskurs
Lehrwerk: Pluspunkt Deutsch, Bd. 2 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20935-0) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20936-9)
ab Lektion 9

S3713

Ulduz Akbarova
ab Mi., 29.03. (25x)
mo, mi und do
09.15 - 10.45 und
11.15 - 12.45 Uhr
100 Ustd./100,00 €
VHS; Raum 201

- S3714 Integrationskurs Orientierungskurs**
Ulduz Akbarova ab Mo., 19.06. (8x) montags bis freitags 09.15 - 12.45 Uhr 30 Ustd./30,00 € VHS; Raum 201
 Vormittagskurs
 Das Lehrwerk wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.
- S3720 Deutsch als Fremdsprache Stufe A1 Grundkurs 1**
Halima Gasimova ab Di., 31.01. (30x) di 17.50 - 19.20 Uhr do 17.00 - 19.25 Uhr 75 Ustd./78,00 € VHS; Raum 201
 Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
 Lehrwerk: Pluspunkt Deutsch, Bd. 1 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20921-0) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20923-7) ab Lektion 1
- S3721 Deutsch als Fremdsprache Stufe A1 Grundkurs 2**
Oxana Müller ab Mo., 30.01. (30x) mo 17.50 - 19.20 Uhr mi 17.00 - 19.25 Uhr 75 Ustd./78,00 € VHS; Raum 109
 Lehrwerk: Pluspunkt Deutsch, Bd. 1 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20921-0) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20923-7) ab Lektion 4
- S3722 Deutsch als Fremdsprache Stufe A1 Grundkurs 3**
Oxana Müller ab Di., 31.01. (30x) di 17.50 - 19.20 Uhr do 17.00 - 19.25 Uhr 75 Ustd./78,00 € VHS; Raum 109
 Lehrwerk: Pluspunkt Deutsch, Bd. 1b (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20928-8) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20930-x) ab Lektion 7
- S3723 Deutsch als Fremdsprache Stufe A2 Grundkurs 4**
Hannelore Kirschner ab Mo., 30.01. (30x) mo 17.50 - 19.20 Uhr mi 17.00 - 19.25 Uhr 75 Ustd./78,00 € VHS; Raum 107
 Lehrwerk: Pluspunkt Deutsch, Bd. 1b (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20928-8) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20930-x) ab Lektion 9
- S3724 Deutsch als Fremdsprache Stufe A2 Aufbaukurs 3**
Uta Funk ab Mo., 30.01. (30x) mo 17.50 - 19.20 Uhr mi 17.00 - 19.25 Uhr 75 Ustd./78,00 € VHS; Raum 207
 Lehrwerk: Pluspunkt Deutsch, Bd. 2 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20935-0) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20936-9) ab Lektion 7
- Deutsch als Fremdsprache Stufe A2 Aussprachetraining**
 Sie haben Probleme, bestimmte deutsche Buchstaben und Buchstabenkombinationen richtig zu sprechen? Sie können einige deutsche Laute nicht gut erkennen und nachsprechen, weil es sie in Ihrer Sprache nicht gibt? Betonung und Satzmelodie machen Ihnen Schwierigkeiten? Dieser Kurs wird versuchen Ihnen bei Ihrem individuellen Ausspracheproblem zu helfen.
- S3725 Hannelore Kirschner** ab Do., 02.02. (8x) 14-täglich 19.30 - 21.00 Uhr 16 Ustd./19,00 € VHS; Raum 107
- Deutsch als Fremdsprache Stufe B1 Erweiterungskurs 2**
 Der Schwerpunkt dieses Kurses liegt auf der Vorbereitung für das Zertifikat Deutsch (Stufe B1).
 Lehrwerk: Pluspunkt Deutsch, Bd. 3 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20951-2) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-21450-8) ab Lektion 7
- S3726 Uta Funk** ab Di., 31.01. (30x) di 17.50 - 19.20 Uhr do 17.00 - 19.25 Uhr 75 Ustd./78,00 € VHS; Raum 207
- Deutsch als Fremdsprache Stufe B1 Bewerbungstraining**
 Dieser Kurs bietet Ihnen Hilfe beim Verfassen von Bewerbungsschreiben und Lebensläufen, wenn Sie sich im geschriebenen Deutsch noch nicht ganz sicher fühlen. Sie lernen und üben die richtige Wortwahl, typische Formulierungen und wichtige Ausdrücke, die für den Erfolg einer Bewerbung notwendig sind.
- S3727 Hannelore Kirschner** ab Do., 09.02. (8x) 14-täglich 19.30 - 21.00 Uhr 16 Ustd./19,00 € VHS; Raum 107
- Deutsch als Fremdsprache Stufe B2 Leistungskurs 1**
 Lehrwerk: Themen Neu, Ausgabe in 2 Bänden, Bd. 2 (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-001567-8) und Arbeitsbuch (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-011567-2) ab Lektion 6
- S3728 Hannelore Kirschner** ab Di., 31.01. (30x) di 17.00 - 19.25 Uhr do 17.50 - 19.20 Uhr 75 Ustd./78,00 € VHS; Raum 107
- Kommunikationsspiele im Sprachunterricht**
 siehe Veranstaltung Nr. S1330



Bernd Sauerwein-Fox
02362-664182

Schulische Abschlüsse

Bildungsberatung
Hauptschulabschluss
Fachoberschulreife

Schulische Abschlüsse

Die VHS bietet Ihnen Lehrgänge zum nachträglichen Erwerb von Schulabschlüssen auf unterschiedlichem Niveau an.

Die Kurse legen wichtige Grundlagen für eine qualifizierte Berufsausbildung und bereiten auf schulische Weiterbildung vor. Sie werden nach § 6 Abs. 1 des Weiterbildungsgesetzes Nordrhein-Westfalen auf der Grundlage einer staatlichen Prüfungs- und Ausbildungsordnung durchgeführt. Alle Abschlüsse sind staatlich anerkannt.

Beratung und Anmeldung

Die Zulassung und Einstufung in die nachfolgenden Lehrgänge erfolgt ausschließlich im Rahmen einer persönlichen Beratung. Eingangs- bzw. Aufnahmetests werden nicht durchgeführt. Vorleistungen und bereits erworbene Abschlüsse können angerechnet werden und ggf. zu einer Lehrgangsverkürzung führen.

Bitte vereinbaren Sie möglichst frühzeitig einen persönlichen Beratungstermin.

Schulabschlüsse des Zweiten Bildungswegs S4110

Informationsabend
VHS und Weiterbildungskolleg (Abendgymnasium) stellen gemeinsam Möglichkeiten und Wege vor, wie Sie die Schulabschlüsse der Sekundarstufen I und II auch nach Beendigung Ihrer Schulzeit noch erwerben können.

Sie erhalten eine eingehende Lehrgangsinformation und können sich an diesem Abend zu entsprechenden Kursen voranmelden.

Christian Ribitzki
Bernd Sauerwein-Fox
Mi., 25.01.
19.00 - 20.30 Uhr
2 Ustd./gebührenfrei
VHS; Raum 106

S4120 Studieren an der FernUniversität Hagen

Peter Scheunemann
Di., 23.05.
19.00 - 20.30 Uhr
2 Ustd./gebührenfrei
VHS; Raum 106

Informationsabend
Informieren Sie sich über Fächerangebot, Studiengänge, Abschlüsse, Lehr- und Lernorganisation sowie Eingangsvoraussetzungen und die Anmeldung an der FernUniversität Hagen.

S4130 Hauptschulabschluss: Vorkurs - kompakt

ab Mo., 24.04.
7 Wochen
18.00 - 22.00 Uhr
84 Ustd./30,00 €
VHS

Ab August 2006 werden neue Lehrgänge zum nachträglichen Erwerb von Hauptschulabschluss und Fachoberschulreife eingerichtet.

Als Vorbereitung auf den Lehrgang zum Erwerb des Hauptschulabschlusses können Sie schon ab April in diesem kompakten Vorkurs Ihr Wissen in den Fächern Deutsch, Englisch und Mathematik grundlegend auffrischen und damit Ihre Chancen für eine anschließende erfolgreiche Lehrgangsteilnahme deutlich erhöhen.
Bitte setzen Sie sich bei Interesse möglichst frühzeitig mit der VHS in Verbindung.

S4140 Hauptschulabschluss und Fachoberschulreife: Hauptlehrgang (2. Semester)

ab Mo., 09.01.
15 Wochen
mo - fr
18.00 - 22.00 Uhr
300 Ustd./gebührenfrei
VHS; Raum 101

Fortsetzung des im August 2005 begonnenen zweijährigen Abendlehrgangs. Sie können in diesen Lehrgang noch einsteigen und nach nur drei Semestern die Fachoberschulreife erwerben, sofern Sie entsprechende Bildungsvoraussetzungen als Vorleistung nachweisen können und zum Zeitpunkt der Programmveröffentlichung freigewordene Lehrgangsplätze zur Verfügung stehen. Unterrichtet werden die Fächer Deutsch, Englisch, Mathematik, Geschichte/Politik, Biologie. Die Teilnahme am Lehrgang ist gebührenfrei. Kosten entstehen Ihnen lediglich für die zu beschaffenden Unterrichtsbücher.
Bitte nutzen Sie unser Beratungsangebot und setzen Sie sich bei Interesse möglichst frühzeitig mit der VHS in Verbindung.

Fachoberschulreife: Hauptlehrgang (4. Semester)

S4150

Fortsetzung des im September 2004 begonnenen zweijährigen Abendlehrgangs. Unterrichtet werden die Fächer Deutsch, Englisch, Mathematik, Geschichte/Politik, Biologie und Informatik.

Neuaufnahmen in den Lehrgang sind zu diesem Zeitpunkt nicht mehr möglich.

ab Mo., 09.01.
15 Wochen
mo - fr
18.00 - 22.00 Uhr
300 Ustd./gebührenfrei
VHS; Raum 100

LBZ
LEHR- UND BILDUNGSZENTRUM

Jetzt hat es Dorsten auch!

Nachhilfe von A-Z und 1-13

Unsere Ziele

- ☀ Freude am Lernen
- ☀ Schullaufbahn erfolgreich beenden
- ☀ Leistungsniveau deutlich verbessern
- ☀ Grundlagen für selbstständiges und erfolgreiches Lernen legen

Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

Lehr- und Bildungszentrum | Die Birrenhöfen | Burgdorfstr. 31 | 46284 Dorsten
Tel.: 02362 - 9939677 Fax: 02362 - 9939629 www.lbz.vnd.bildungszentrum.de



Sabine Podlaha
023 62 66 41 84

Beruf und Wirtschaft

Berufliche Weiterbildung und Recht
Kommunikation und Management
Grundlagen der EDV
Betriebssysteme und PC-Verwaltung
MS-Standardanwendungen
Spezielle EDV-Gebiete und Internet

Berufliche Weiterbildung und Recht

Tastschreiben am PC

S5110

Sie erlernen das Tastschreiben am PC nach der Blindschreibmethode sowie die Schreib- und Ordnungsregeln nach DIN 5008. Ziel ist es, eine Schreibfertigkeit von 120 bis 150 Anschlägen pro Minute zu erreichen.

Erika Kuhn
ab Mo., 06.02.
15x mo und mi
16.30 - 18.00 Uhr
60 Ustd./111,00 €
VHS; Raum 204

Tastschreiben am PC

S5111

Inhalt siehe Kurs Nr. S5110

Erika Kuhn
ab Mo., 06.02.
15x mo und mi
18.00 - 19.30 Uhr
60 Ustd./111,00 €
VHS; Raum 204

Tastschreiben am PC - Ferienkurs

S5112

Auch die Arbeit am PC wird erst dann effektiv, wenn man die 10-Finger-Tastschreibmethode beherrscht! In diesem Ferienkurs haben Schülerinnen und Schüler Gelegenheit, die Tastatur des Computers unter Einbeziehung von Großschreibung, Ziffern und Zeichen nach der Blindschreibmethode zu erarbeiten.

Erika Kuhn
ab Mo., 26.06.
3x mo, di, mi, do
10.00 - 12.15 Uhr
36 Ustd./68,00 €
VHS; Raum 204

Tastschreiben in zwölf Stunden - Ferienkurs

S5113

Moderne Lernmethoden, die das Langzeit- und Kurzzeitgedächtnis gleichzeitig aktivieren, verknüpft mit Entspannungs- und Visualisierungstechniken ermöglichen es, mit Spaß und wenig Zeitaufwand das 10-Finger-System zu erlernen. Die Schulungsunterlagen sind im Preis enthalten. Der Kurs zielt auf das präzise Einprägen des Tastaturfeldes und des richtigen Einsatzes des 10-Finger-Systems ab. Er ersetzt keinen normalen Tastschreibkurs hinsichtlich der Schreibgeschwindigkeit, die wesentlich mehr Übungsstunden voraussetzt.

Rosemarie Christiansen
Mo., 10.04., Mi., 12.04.,
Di., 18.04. und
Do., 20.04.
09.30 - 11.45 Uhr
12 Ustd./39,00 €
VHS; Raum 204

**S5114 Tastschreiben
in zwölf Stunden**

Rosemarie Christiansen
ab Mo., 30.01. (4x)
18.00 - 21.15 Uhr
12 Ustd./39,00 €
VHS; Raum 103

Inhalt siehe Kurs Nr. S5113

**S5120 EDV-Buchführung mit
Lexware**

Michael Rüdiger
Fr., 12.05. und 19.05.
18.00 - 21.15 Uhr
Sa., 13.05. und 20.05.
09.00 - 12.15 Uhr
16 Ustd./54,00 €
VHS; Raum 204

Das Programm "Buchhalter" von Lexware ist besonders sicher und einfach zu bedienen. Es eignet sich hervorragend für Kleinbetriebe, Handwerker und Freiberufler. Erlernt wird der Umgang mit dem Softwarepaket. *Vorausgesetzt werden solide Grundlagenkenntnisse in der Buchführung.*

**S5121 EDV-Finanzbuchhaltung mit
Financial Office Pro 2005**

Wilfried Schumacher
ab Di., 14.03. (4x)
18.00 - 22.00 Uhr
20 Ustd./66,00 €
VHS; Raum 103

Am Beispiel des professionellen Finanzbuchhaltungsprogramms Lexware Financial Office erhalten Sie einen Überblick über folgende Themen: Programminstallation, Datenstrukturen eines FiBu-Programms, Anlage und Pflege von Stammdaten, Eröffnung von Sach- und Personenkonten, Buchung von praxisbezogenen Belegen aller Art, Listenerstellung, Automatisierung von Mahnwesen und Zahlungsverkehr, Erstellung betriebswirtschaftlicher Auswertungen sowie Durchführung eines Monatsabschlusses.

EDV-Grundkenntnisse sind sinnvoll, sichere Buchhaltungskennnisse werden vorausgesetzt.

**S5122 Grundzüge der Besteuerung
von Kapitalgesellschaften
(GmbH)**

Andreas Schroer
Mi., 08.02., Do., 09.02.,
Di., 14.02., Mi., 15.02.
und Do., 16.02.
19.00 - 22.15 Uhr
20 Ustd./60,00 €
VHS; Raum 009

Bei Gründung eines Unternehmens stellt sich die Frage der Rechtsform und den damit verbundenen finanziellen Konsequenzen. Im Seminar erfahren Sie zunächst Grundsätzliches zur Rechtsform der GmbH. Im Anschluss daran sind folgende Themen vorgesehen: Ermittlung des zu versteuernden Einkommens, Jahresüberschuss, nicht abzehbare Betriebsausgaben, verdeckte Gewinnausschüttungen, verdeckte Einlagen, Verlustnutzung und offene Gewinnausschüttungen.

**(Haus-)Nebenkosten-
abrechnung am PC**

Den Kursteilnehmern wird eine vom Referenten komplett programmierte Datenbank in Access-VBA zur Verfügung gestellt. Diese beinhaltet: Liegenschafts- und Wohneinheitenverwaltung, Abschlagsfestlegung, Umlageschlüsselung, Sollstellungen, Zahlungseingänge der Mietparteien, Begleichung von Rechnungen, Saldenbildung, Einzelabrechnungen in Briefform und Gesamtabrechnung. Die Bedienoberfläche besteht aus Masken und ist ergonomisch aufgebaut. Versierte Access-Anwender können die Masken- und Ausdruckslayouts auf ihre persönlichen Belange umstellen. Das Programm wird den Teilnehmern kostenlos für max. 6 Wohneinheiten bereitgestellt.

Gesetzliche Auflagen für Hausverwaltungsprogramme sind nicht Bestandteil des Kursprogramms.

S5123

Werner Budde
Fr., 17.02.
18.00 - 21.15 Uhr
Sa., 18.02.
09.00 - 12.15 Uhr
8 Ustd./32,00 €
VHS; Raum 204

Funke

**Hausverwaltung
ist
Vertrauenssache**

Hausverwaltung Funke GmbH
Friedhofstraße 103
46284 Dorsten
Telefon 0 23 62- 9 87 70
www.hausverwaltungfunke.de

S5124 (Haus-)Nebenkosten- abrechnung - Aufbaustufe

Werner Budde
Fr., 10.03.
18.00 - 21.15 Uhr
Sa., 11.03.
09.00 - 12.15 Uhr
8 Ustd./32,00 €
VHS; Raum 204

Das im Einführungsseminar vorgestellte Programm erfährt weitere Verfeinerung: Es soll durch Anregungen von Teilnehmern, die das Einführungsseminar belegt haben und das Programm schon kennen, ein Workshop ähnlicher Diskussionskreise entstehen. Mögliche Programmverbesserungen oder -ergänzungen werden besprochen, die anschließend in einem Update münden. Das Programm wird den Teilnehmern kostenlos für max. 6 Wohneinheiten bereitgestellt.

Gesetzliche Auflagen für Hausverwaltungsprogramme sind nicht Bestandteil des Kursprogramms.

Kurs- und Zertifikatssysteme

Seit dem Frühjahrssemester 2005 bietet die VHS parallel zwei Lehrgangssysteme an, die sich an Interessenten aus den Bereichen Wirtschaft und Verwaltung richten. Beide Lehrgänge vermitteln eine breit angelegte Qualifikation im Bereich des betrieblichen Rechnungswesens und bieten sich als berufliche Weiterbildung, aber auch als berufliche Erstqualifikation an.

Finanzbuchhalter/in VHS

Der Lehrgang Finanzbuchhalter/in VHS setzt sich aus folgenden Modulen zusammen:

Buchführung ca. 80 Ustd.	Bilanzierung ca. 50 Ustd.	Kosten- und Leistungsrechnung ca. 70 Ustd.
Recht und Finanzen ca. 50 Ustd.	Betriebliches Steuerrecht ca. 60 Ustd.	EDV-Finanz- buchhaltung ca. 60 Ustd.

Xpert Business

Das neu auf Volkshochschul-Bundesebene geschaffene Zertifikatssystem Xpert Business ist modular aufgebaut und ermöglicht folgende Abschlüsse:

- Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung
- Finanzbuchhalter/in
- Geprüfte Fachkraft Lohnbuchführung
- Lohnbuchhalter/in
- Xpert Business Master

Die nachstehenden Kursangebote bereiten gleichermaßen auf beide Abschlüsse vor. Teilzertifikate sind gegenseitig anrechnungsfähig.

Nähere Informationen zu den Zertifikatssystemen sendet Ihnen die VHS auf Anfrage gerne zu (Tel.: 0 23 62 / 66 41 61). Ausführliche Beschreibungen finden Sie im Internet unter www.business-zertifikate.de

Am Mittwoch, den 08.02. findet um 19.00 Uhr in der VHS eine Informationsveranstaltung zu den Lehrgangssystemen statt.

www.bilder-aus-dorsten.de

Werbe service

Grafik
 Druck
 Webdesign
 Außenwerbung
 Merchandise
 Digitaldruck
 Marketing

Werbeservice Tüshaus - Bonkener Straße 50b -
46284 Dorsten - Telefon 0 23 62 - 99 3883 - www.werbeservice.net

S5130 Finanzbuchführung

Petra Weigel
ab Do., 23.02. (17x)
19.00 - 22.00 Uhr
1x fr und sa
nach Vereinbarung
80 Ustd./160,00 €
VHS; Raum 209

Im Mittelpunkt des Kurses stehen Grundlagen und Organisation der Buchführung eines Betriebes. Das Seminarprogramm in Schlagworten: Inventur - Inventar, Bilanz, Unterscheidung von Bestands-, Erfolgs- und Warenkonten, Umsatzsteuer, Besonderheiten im Warenverkehr, Privatkonten, nicht und beschränkt abzugsfähige Betriebsausgaben, Personalkosten, Steuern, Buchen der Belege.

S5131 Bilanzierung

Andreas Schroer
ab Mo., 06.03. (13x)
19.00 - 22.00 Uhr
52 Ustd./97,00 €
VHS; Raum 201

Zentrale Inhalte des Kurses sind folgende Themenbereiche des betrieblichen Rechnungswesens: Inventur, Vorbereitung von Monats- und Jahresabschlüssen, Bewertungsfragen einzelner Wirtschaftsgüter, Rückstellungen, Rücklagen, Kennzahlen und Bilanzanalyse.

S5132 Recht und Finanzen

Ralf Ufermann
Martin Schult
ab Mi., 08.03. (13x)
19.00 - 22.00 Uhr
52 Ustd./97,00 €
VHS; Raum 201

Mit seiner doppelten Schwerpunktsetzung spannt der Kurs einen inhaltlichen Bogen von den rechtlichen zu den finanzwirtschaftlichen Rahmenbedingungen eines Unternehmens. Aus dem Bereich "Recht" erhalten Sie einen Überblick über die Grundzüge des Vertrags-, Haftungs-, Gewerbe-, Arbeits- und Insolvenzrechts sowie handelsrechtlicher Vorschriften, im Bereich "Finanzen" stehen Finanzierungsregeln und -arten im Mittelpunkt der Betrachtungen.

S5133 EDV-Finanzbuchführung

Wilfried Schumacher
ab Mo., 14.08.
4x mo und fr
18.00 - 22.00 Uhr
zusätzlich
Sa., 02.09.
09.00 - 16.00 Uhr
Prüfung
Sa., 09.09.
09.00 - 12.00 Uhr
48 Ustd./148,00 €
VHS; Raum 204

Am Beispiel des professionellen Finanzbuchhaltungsprogramms Lexware Financial Office erhalten Sie einen Überblick über folgende Themen: Programminstallation, Datenstrukturen eines FiBu-Programms, Anlage und Pflege von Stammdaten, Eröffnung von Sach- und Personenkonten, Buchung von praxisbezogenen Belegen aller Art, Listenerstellung, Automatisierung von Mahnwesen und Zahlungsverkehr, Erstellung betriebswirtschaftlicher Auswertungen sowie Durchführung eines Monatsabschlusses.

EDV-Grundkenntnisse sind sinnvoll, sichere Buchhaltungskennnisse werden vorausgesetzt.

Finanzwirtschaft

Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse zum Inlands-Zahlungsverkehr, zur kurzfristigen Finanzplanung, zu den Bereichen Kreditmärkte und Finanzdisposition sowie zum Kreditwesen. Hier werden insbesondere folgende Aspekte behandelt: Kreditarten und -verträge, Kreditwürdigkeit und -sicherheit, Kreditvergleich und Tilgungspläne.

Beauftragte/r für Qualitätsmanagement/VHS

Der Lehrgang führt in die Grundlagen des Qualitätsmanagements ein. Er schließt mit dem Zertifikat "Beauftragte/r für Qualitätsmanagement" ab. Die Teilnehmer werden befähigt, Qualitätsmanagement nach DIN EN ISO 9001:2000 im Unternehmen einzuführen, organisatorisch umzusetzen und die Aufgaben eines Qualitätsbeauftragten wahrzunehmen. Schwerpunktthemen des Kurses sind: Theorie des Qualitätsmanagements, Aufbau eines QM-Systems, Projektmanagement, Werkzeuge der Umsetzung (Qualitätszirkel/Moderations-training). Zielgruppe des Lehrgangs sind Angestellte aus dem Bereich des produzierenden Gewerbes, aus sozialen Berufsfeldern sowie aus Dienstleistungsunternehmen.
Ein Informationsblatt zum Lehrgangskonzept ist in der VHS erhältlich.

Projektmanagement mit MS-Project

Große betriebliche Projekte, an denen verschiedene Mitarbeiter und Abteilungen beteiligt sind, erfordern eine durchdachte Planung und eine ständige Überprüfung. Ziel des Seminars ist es, Ihnen zunächst ein grundlegendes Konzept gelungenen Projektmanagements zu vermitteln. Im Anschluss daran lernen Sie, mit MS-Project 2002 als Planungsinstrument und anhand eines Praxisbeispiels ein Projekt transparent zu gestalten und effektiv zu überwachen.

S5134

Martin Schult
ab Di., 07.03. (13x)
19.00 - 22.00 Uhr
52 Ustd./97,00 €
VHS; Raum 108

S5140

Ralf Dickehut
Informationsabend
Mi., 22.02.
19.00 - 20.00 Uhr
VHS; Raum 218
Kurstermine
ab Do., 09.03. (25x)
18.45 - 22.00 Uhr
100 Ustd./413,00 €
VHS; Raum 108

S5141

Ralf Dickehut
ab Mi., 08.03. (5x)
19.00 - 22.00 Uhr
20 Ustd./85,00 €
VHS; Raum 103

S5150 Schenkung und vorweggenommene Erbfolge

Dr. Helmut Schulte
Mi., 08.03.
19.00 - 22.15 Uhr
4 Ustd./9,00 €
VHS; Raum 108

Unter Berücksichtigung der aktuellen Rechtslage erhalten Sie Tipps zur vorteilhaften Vertragsgestaltung bei Hausübertragungen. Integriert ist dabei auch eine Information über die in der Diskussion befindliche Erhöhung der Besteuerungsgrundlagen und Bewertungsrichtlinien für Immobilien.

S5151 Neue Wohnformen im Alter

Erika Rodekirchen
Mi., 22.03.
16.00 - 18.15 Uhr
3 Ustd./5,00 €
VHS; Raum 106

Selbstbestimmtes, gemeinschaftliches Wohnen stellt eine überlegenswerte Alternative zu Altenwohnungen, betreutem Wohnen etc. dar. Die Referentin der Informationsveranstaltung ist hauptamtliche Mitarbeiterin des Vereins "Neues Wohnen im Alter e.V.", der es sich zum Ziel gesetzt hat, zusätzliche Lebens- und Wohnformen neben Altenheim und Alleinleben für ältere Mitbürger zu schaffen. Der Vortrag stellt den Gedanken des gemeinschaftlichen Wohnens im Alter sowie die Arbeit des Vereins vor.

Selbstorganisiert wohnen in Gemeinschaft

Ansprechpartnerin:
Maria Suchy
(Tel.: 0 23 62 / 7 30 25)

Arbeitskreis
Dieser bereits bestehende, aber für neue Interessenten offene Arbeitskreis beschäftigt sich mit Fragestellungen rund um die Realisierung von alternativen Wohnprojekten fürs Alter. Es geht darum, Gemeinschaft schon vor dem Einzug zu leben, Projektideen zu entwickeln, konkrete Objekte vor Ort zu suchen und die Kooperation und Kommunikation mit Einrichtungen, Behörden etc. herzustellen.
Der Arbeitskreis trifft sich jeweils am ersten und dritten Mittwoch im Monat um 15.00 Uhr im VHS-Gebäude.

S5152 Nebenkostenabrechnung leicht gemacht

Damit die nächste Nebenkostenabrechnung für Sie nicht unkontrollierbar bleibt, erklärt Ihnen ein Praktiker der Immobilienwirtschaft die nötigen Sachverhalte und gibt Ihnen anhand praktischer Beispiele Einblick in die Überprüfung der eigenen Abrechnung. Darüber hinaus werden die gesetzlichen Grundlagen dargelegt sowie die entsprechenden Institutionen genannt, die im Zweifel Rechenschaft abzulegen haben oder Hilfestellungen geben. Mit diesem Hintergrundwissen lassen sich zukünftig sicherlich unnötige Kosten sparen.

Stefan Borghoff
Mi., 22.03.
19.00 - 22.15 Uhr
4 Ustd./9,00 €
VHS; Raum 106

S5153 Wertermittlung von Immobilien

Nicht immer ist ein komplettes Wertgutachten bei Kauf, Verkauf oder steuerlicher Bewertung einer Immobilie notwendig. In diesem Seminar unter Leitung eines Bausachverständigen erhalten Sie konkrete Hilfen zur eigenen Kurzbewertung einer Immobilie unter den Gesichtspunkten von Vergleichs-, Sach- und Ertragswert.

Werner Tasche
Fr., 17.03.
14.00 - 18.00 Uhr
5 Ustd./11,00 €
VHS; Raum 106

Kommunikation und Management**S5210 Rhetorik für junge Leute**

In Schule, Berufsausbildung und Studium müssen Sie häufig Ihren Standpunkt oder einen Sachverhalt vor anderen darstellen. Ziel des Seminars ist es, Ihre persönlichen Stärken herauszuarbeiten und durch praktische Übungen mehr Sicherheit in Redesituationen zu vermitteln. Strukturierendes Sprechen, Umgang mit Lampenfieber sowie Überzeugungsfähigkeit durch Stimme und Körpersprache stehen im Mittelpunkt des Kursprogramms.

Alexander Roggenkamp
Thorsten Rother
Mo., 10.04. bis
Mi., 12.04.
09.30 - 14.15 Uhr
18 Ustd./50,00 €
VHS; Raum 106

S5211 Lernen macht Spaß?! Lern- und Gedächtnistraining für Schülerinnen und Schüler

Maja Lange
Katja Dittmar
Mo., 10.04. bis
Mi., 12.04.
10.00 - 13.00 Uhr
12 Ustd./33,00 €
VHS; Raum 202

Jeder Schüler wird mit dem Lernen von Vokabeln und anderem Lernstoff konfrontiert. Hierbei fällt es nicht jedem leicht, sich die doch meist trockene Materie anzueignen und konzentriert zu lernen. Häufig liegt das an der angewandten Lernmethode, die nicht optimal zum jeweiligen Lerntyp passt. Dabei gibt es viele spannende Möglichkeiten, sich mit Lernstoff auseinanderzusetzen! In diesem Kurs wollen wir verschiedene Lerntechniken vorstellen und ausprobieren, mit denen man mit Spaß einfacher und dauerhaft Vokabeln, Daten, Fakten, Zahlen und Zusammenhänge behalten und wieder abrufen kann.

S5212 Persönliches Marketing

Ulla Winkelmann
Mo., 24.04. bis
Fr., 28.04.
09.30 - 12.00 und
13.00 - 15.15 Uhr
30 Ustd./84,00 €
VHS; Raum 218

Bildungsurlaub
Für eine Einstellung oder das berufliche Weiterkommen ist nicht nur die fachliche Kompetenz entscheidend, vielmehr spielen auch die persönliche Ausstrahlung und das sichere Auftreten eine wesentliche Rolle. Diese Aspekte gilt es im Bildungsurlaub weiter zu entwickeln. Im Einzelnen stehen auf dem Seminarprogramm: Übungen zur Stärkung der Selbstsicherheit und Ausdrucksstärke, Einsatz der Körpersprache, Entwicklung bzw. Überprüfung des individuellen Stils durch Selbst- und Fremdeinschätzung. Abgerundet wird die Programmpalette durch Hinweise zur erfolgreichen Geschäftskleidung, die die Persönlichkeit unterstreicht.

Professional English Stufe B1

Compact Refresher Course

siehe Kurs Nr. S3135

Telephoning in English

siehe Kurs Nr. S3136

Small Talk in Business English

siehe Kurs Nr. S3137

Business English Course 1

siehe Kurs Nr. S3138

Xpert Personal Business Skills



In den nachfolgenden Kursen sind Prüfungen für das Zertifikat Xpert Personal Business Skills möglich. Bei Interesse fordern Sie bitte unsere Informationsunterlagen an (0 23 62 / 66 41 61) oder lassen Sie sich persönlich beraten (Sabine Podlaha, Tel.: 0 23 62 / 66 41 84).

Zeit optimal nutzen

Zeit haben heute die Wenigsten. Kennen Sie auch das Problem, dass Sie sich am Ende des Tages fragen, wie die Zeit so schnell vorbei gehen konnte und warum Sie bestimmte Aufgaben nicht mehr erledigen konnten? In der heutigen Zeit wird es immer wichtiger, seine Zeit effektiv und sinnvoll einzuteilen, Prioritäten zu setzen und Aufgaben zeitlich richtig einzuschätzen. Dazu werden in diesem Seminar verschiedene Instrumente, Techniken und Analysemethoden, die Ihr Zeitmanagement unterstützen können, vorgestellt und praktisch erprobt.

S5213

Katja Dittmar
Maja Lange
ab Mo., 13.03. (4x)
19.00 - 22.00 Uhr
16 Ustd./49,00 €
VHS; Raum 208

Konflikte in Gruppen lösen

Konflikte mit Kollegen, Vorgesetzten oder zwischen einzelnen Gruppen sind ein Problem im Berufsleben, dessen Lösung ein hohes Maß an Kommunikation, Kooperation und Konfliktmanagement erfordert. Das vorliegende Lehrgangsmaterial stellt ein problemorientiertes Konfliktlösungsmodell vor, das anhand von praktischen Beispielen erklärt wird. Im Einzelnen werden thematisiert: Konflikte und ihre Eskalationsstufen, Erkennen von Ursachenvernetzungen in Konflikten, Einsatz von problemorientierten Konfliktlösungstechniken und der Mediation.

S5214

Katja Dittmar
Maja Lange
ab Mo., 08.05. (4x)
19.00 - 22.00 Uhr
16 Ustd./49,00 €
VHS; Raum 218

EDV

Ausstattung

In unseren Schulungsräumen steht für jeden einzelnen Teilnehmer ein moderner, leistungsfähiger PC zur Verfügung. Sie arbeiten mit den jeweils aktuellen Programmversionen. Aufgrund dieser Ausstattung ist die VHS Dorsten ein



Beratung

Die VHS bietet eine Vielzahl von EDV-Kursen auf unterschiedlichem Niveau an. Wir beraten Sie gern über das für Sie richtige Angebot (Tel.: 0 23 62/66 41 84).

Software zum guten Kurs: Günstige Lizenzen

Mit dem Ziel, Teilnehmern von EDV-Schulungen an Volkshochschulen neben dem Wissen auch das notwendige Werkzeug kostengünstig zur Verfügung stellen zu können, wurde Ende 2004 eine Vereinbarung zwischen der Microsoft Deutschland GmbH, dem Deutschen Volkshochschulverband e.V., der cobra Vertrieb für Forschung und Lehre GmbH und der Firma Macromedia getroffen, welche es Kursteilnehmern ermöglicht, Microsoft Software zu einem besonders günstigen Preis zu erwerben.

Bei Interesse fordern Sie bitte unser Informationsschreiben an (Tel.: 0 23 62 / 66 41 61) oder lassen Sie sich persönlich beraten (Tel.: 0 23 62 / 66 41 84).

Abschlussbezogene Lehrgänge

Lehrgangssystem Xpert Europäischer Computerpass



Konzept/Zielgruppe

Sie möchten EDV-Grundlagenwissen und Kenntnisse in den gängigen Büroanwendungen erwerben, die Sie beruflich Gewinn bringend einsetzen können, sei es zur Qualifizierung für ein neues Aufgabengebiet im Betrieb, sei es zur beruflichen Neu- bzw. Umorientierung. Der Europäische Computerpass ist ein auf Initiative der Volkshochschulen entwickeltes Konzept, das es ermöglicht, ein in Europa einheitliches, trägerübergreifendes EDV-Office-Zertifikat zu erlangen, das in der Wirtschaft und bei Arbeitsagenturen gleichermaßen hohe Akzeptanz besitzt.

Aufbau und Inhalte

Das Lehrgangssystem vermittelt umfassende Kenntnisse und praktische Fertigkeiten mit gängigen Anwenderprogrammen im Office-Bereich. Es setzt sich aus acht Modulen zusammen (siehe Grafik). Die Module können nacheinander oder z. T. auch parallel besucht werden.

Prüfungen und Abschlüsse

Für jede bestandene Prüfung erhalten Sie ein Zeugnis. Nach erfolgreicher Teilnahme an den drei Pflichtmodulen "Grundlagen der EDV", "Textverarbeitung Basics" und "Internet Basics" in max. 1 1/2 Jahren erreichen Sie den Abschluss European Computer Passport Xpert. Wenn Sie zwei weitere Module erfolgreich absolvieren, erwerben Sie damit den Abschluss European Computer Passport Xpert Master. Die insgesamt fünf Modul-Prüfungen zum Xpert Master müssen Sie im Zeitraum von drei Jahren bestanden haben.

Die Prüfungsgebühr beträgt 40,00 € pro Modul.

Kurse im Frühjahr 2006

Grundlagen der EDV	S5320
Textverarbeitung Basics	S5340
Textverarbeitung Basics für Jugendliche	S5397
Textverarbeitung Pro	S5342
Tabellenkalkulation	S5350
Datenbankanwendung	S5361
Internet Basics	S5380

Microsoft Zertifikate MCSE und MCSA

Nach erfolgreichem ersten Durchgang startet die VHS im Frühjahrsemester einen neuen Lehrgang zu den hoch qualifizierenden Microsoft Zertifikaten MCSE (Microsoft Certified Systems Engineer) und MCSA (Microsoft Certified Systems Administrator).

Das Kursprogramm ist konzipiert auf der Windows Server 2003-Schiene und entspricht damit aktuellsten Anforderungen im beruflichen Umfeld.

Der Lehrgang umfasst ca. 400 UStd. bis zum Abschluss MCSE, ca. 240 UStd. bis zum MCSA-Zertifikat. Er ist konsequent modular aufgebaut und bietet somit auch Interessenten, die nur an speziellen Teilgebieten interessiert sind, die Möglichkeit zur Teilnahme.

Der MCSE-Lehrgang setzt sich aus sieben Modulen zusammen und bietet eine fundierte Ausbildung in den Bereichen der Netzwerk-Planung und Beschaffung, der Implementierung und Verwaltung sowie des Troubleshootings und Sicherheitsmanagements.

Der MCSA ist ein Lehrgangssystem, das mit vier Modulen Schwerpunkte im Bereich Management und Troubleshooting in der Windows Server 2003-Netzwerkumgebung setzt.

Am Mittwoch, 15.02. findet um 19.00 Uhr in der VHS eine Informationsveranstaltung zum Lehrgang statt, auf der das Konzept vorgestellt und Anmeldungen entgegengenommen werden. Ausführliches Informationsmaterial senden wir Ihnen auf Anfrage gerne zu.

S5310 Windows Server 2003 - Microsoft Examen 70-290

Klaus-Jürgen Thiel
ab Mo., 06.03. (16x)
18.00 - 22.00 Uhr
80 UStd./960,00 €
VHS; Raum 103

Abendkurs
Ziel des Seminars ist es, Ihnen die notwendigen Fähigkeiten zu vermitteln, ein Windows Server 2003 basiertes Netzwerk zu planen, einzurichten und zu warten. Die wichtigsten Seminarinhalte: Verwalten von Benutzer-/Computerkonten, Benutzergruppen, Organisation des Zugriffs auf Ressourcen, Einbinden von Netzwerkdruckern, Sicherheitskonzepte, Serveradministration und Überwachen der Server Performance, Datenträger- und Softwareverwaltung, Systemwiederherstellung bei Notfallsituationen.

Voraussetzungen: fundierte Windows-Kenntnisse

Grundlagen der EDV

Einführung in die EDV S5320

Bildungsurlaub

Im Kursverlauf erhalten Sie einen Überblick über Aufbau und Leistungsmerkmale eines typischen PC-Systems. Sie lernen, die Windows-Oberfläche zu bedienen und zu konfigurieren, Dateien mit dem Windows-Explorer zu organisieren und zu verwalten. Schließlich erhalten Sie einen Einblick ins Internet und die Arbeit mit dem Internet-Explorer. Als praktische Anwendung wird die Textverarbeitung mit Word 2003 vorgestellt.

Im Rahmen des Kurses ist es möglich, eine Prüfung zum Europäischen Computerpass Xpert abzulegen.

Sigrun Möllemann
Mo., 06.03. bis
Fr., 10.03.
08.45 - 12.00 und
12.30 - 14.00 Uhr
30 UStd./95,00 €
VHS; Raum 103

Einführung in die EDV für Frauen S5321

Vormittagskurs

Sie erproben erste Schritte am PC, mit Tastatur und Maus. Im Mittelpunkt stehen Betriebssystem und Benutzeroberfläche Windows als Voraussetzung jeder Arbeit am PC. Sie lernen die Oberfläche, Fenstertechnik und Dateiverwaltung von Windows kennen sowie die Anlage von Verzeichnisstrukturen. Abschließend erhalten Sie einen Überblick über die Leistungsfähigkeit der Standard-Anwendungsprogramme Word und Excel.

Sigrun Möllemann
Mo., 06.02. bis
Fr., 10.02.
08.30 - 11.45 Uhr
20 UStd./66,00 €
VHS; Raum 103

Einführung in die EDV S5322

Vormittagskurs

Inhalt siehe Kurs Nr. S5321

Renate Lünenbürger
Mo., 03.04. bis
Fr., 07.04.
08.30 - 11.45 Uhr
20 UStd./66,00 €
VHS; Raum 204

S5323 Einführung in die EDV

Abendkurs

Thorsten H. Bradt
ab Di., 14.02. (7x)
18.30 - 21.45 Uhr
28 Ustd./90,00 €
VHS; Raum 204

Der Kurs gibt Ihnen einen Überblick über den Aufbau eines PC und die Funktionen der einzelnen Bestandteile. Sie lernen die Aufgaben eines Betriebssystems kennen und erarbeiten die Dateiverwaltung unter Windows. Exemplarisch werden die Textverarbeitung mit Word und die Tabellenkalkulation mit Excel vorgestellt. Abgerundet wird das Programm durch einen Ausflug ins Internet.

S5324 Einführung in die EDV: Aufbaustufe

Abendkurs

Thorsten H. Bradt
ab Di., 25.04. (4x)
18.30 - 21.45 Uhr
16 Ustd./55,00 €
VHS; Raum 204

Über das Grundlagenwissen hinaus erwerben Sie erweiterte Kenntnisse in den Bereichen Betriebssystem Windows, Textverarbeitung mit Word und Tabellenkalkulation mit Excel.

Betriebssysteme und PC-Verwaltung

S5330 Dateiverwaltung unter Windows

Vormittagskurs

Sigrun Möllemann
Di., 28.02. und
Mi., 01.03.
08.30 - 11.45 Uhr
8 Ustd./32,00 €
VHS; Raum 103

Die Dateiverwaltung stellt das Kernstück der Arbeit mit dem Betriebssystem Windows dar. Sie ist Voraussetzung jeder effektiven Nutzung eines PC. Im Kurs lernen Sie, Dateien unter Windows zu speichern, zu öffnen und mit dem Windows-Explorer zu verwalten. Ziel des Kurses ist es, Ihnen Hilfen für die Anlage sinnvoller Verzeichnisstrukturen an die Hand zu geben. Der Kurs dient dem ersten Einstieg in die PC-Welt. Sie sollten ihn mit einem Anwendungskurs kombiniert buchen.

Programme installieren und deinstallieren

Wochenendseminar

Fehlerhafte Installation oder Deinstallation von Programmen kann die Leistungsfähigkeit eines PC stark beeinträchtigen. Im Kursverlauf lernen Sie die verschiedenen Installationsarten und die unterschiedlichen Programmarten kennen. Sie erhalten einen Überblick über die Möglichkeiten der Deinstallation sowie die der Programmaktualisierung mittels Servicepacks und Patches. Abgerundet wird die Themenpalette durch Tipps zur Fehlerbehebung.

S5331

Klaus-Jürgen Thiel
Fr., 28.04.
17.00 - 20.00 Uhr
4 Ustd./20,00 €
VHS; Raum 103

Windows Troubleshooting**S5332**

Wochenendseminar

Sicher kennen Sie die Probleme: Ohne ersichtlichen Grund druckt der Drucker nicht mehr, Windows startet seit der Neuinstallation eines Textverarbeitungsprogramms viel langsamer etc. Hier ist Troubleshooting gefragt! In diesem Seminar werden die Windows-Konfigurations-Dateien und Einstellungen, die beim Beheben der o. g. Probleme hilfreich sein können, intensiv besprochen und mögliche Lösungswege aufgezeigt.

Voraussetzungen: fundierte Windows-Kenntnisse

Klaus-Jürgen Thiel
Fr., 28.04.
20.15 - 22.00 Uhr
Sa., 29.04.
09.00 - 13.45 Uhr
8 Ustd./32,00 €
VHS; Raum 103

Windows XP für Anwender**S5333**

Bildungsurlaub

Im Mittelpunkt des Bildungsurlaubs steht die Netzwerk- und Drahtlosnetzwerk-Installation und Konfiguration unter Windows XP. Weitere Themen in Stichworten: Messenger, Media-Player, Remotedesktopunterstützung, Systemprogramme und -steuerung.

Voraussetzungen: sichere Windows-Kenntnisse

Werner Kiekenbeck
Mo., 29.05. bis
Fr., 02.06.
08.45 - 12.00 und
12.30 - 14.00 Uhr
30 Ustd./95,00 €
VHS; Raum 204

S5334 PC-Installation, Konfiguration und Wartung

Werner Kiekenbeck
Mo., 24.04. bis
Fr., 28.04.
08.45 - 12.00 und
12.30 - 14.00 Uhr
30 Ustd./95,00 €
VHS; Raum 204

Bildungsurlaub
Sie besprechen im Seminar folgende Themen: Aufbau und Aufgaben wesentlicher Hardwarebestandteile, Bussysteme, Partitionierung und Formatierung der Festplatte, Installation von Betriebssystem und Standardanwendungen inkl. Systemsteuerung, Installation und Konfiguration zusätzlicher Hardware.

S5335 Wireless Lan-Technik

Werner Kiekenbeck
ab Do., 30.03. (2x)
18.00 - 21.15 Uhr
8 Ustd./32,00 €
VHS; Raum 103

Abendkurs
Drahtlose Netze setzen sich im Privatbereich oder auch in kleinen Büros immer mehr durch. Ohne großen Aufwand können die Mitglieder kommunizieren und gemeinsame Ressourcen, wie z. B. den Internetzugang oder einen Drucker nutzen. Der Workshop informiert Sie über die Möglichkeiten des Wireless Lan und gibt Ihnen wichtige Hinweise für Kauf und Installation der Komponenten.

S5336 Hardwaretechnik: Computer selbst nachrüsten und tunen

Werner Kiekenbeck
Vorbesprechung
Mi., 05.04.
19.00 - 20.30 Uhr
Kurs
Fr., 05.05.
18.00 - 21.15 Uhr
Sa., 06.05.
09.00 - 13.00 Uhr
11 Ustd./40,00 €
VHS; Raum 206

Wochenendseminar
Sie besitzen einen PC, sind aber mit seinen Leistungen nicht mehr zufrieden und möchten ihn nachrüsten, eine zusätzliche Komponente einbauen oder eine defekte ersetzen. In diesem Kurs können sie selbst Hand an Ihren Computer legen und unter Anleitung einzelne Hardwarebestandteile ein- oder ausbauen und erneuern. Abgerundet wird das Kursprogramm durch wichtige Informationen rund um die erforderlichen Leistungsmerkmale, die aktuellen Kenngrößen eines PC sowie eine sinnvolle Anpassung der Hardware an die Art der Nutzung eines Computers.

Am Vorbereitungsabend werden die geplanten Projekte, benötigtes Material sowie Handwerkszeug besprochen.

Textverarbeitung und Tabellenkalkulation

Textverarbeitung mit Word S5340

Abendkurs
In drei Schritten erlernen Sie die Textverarbeitung am PC: Unter dem Stichwort "Textbearbeitung" erstellen Sie im ersten Schritt Texte nach DIN 5008, speichern, korrigieren und drucken sie. Im zweiten Schritt gestalten Sie Ihre Texte unter Einsatz von Zeichen-, Absatz- und Seitenformatierung, Rahmung und Schattierung, Kopf- und Fußzeilen, Tabellen und Grafiken. Im dritten Schritt lernen Sie die Vorteile automatisierter Textverarbeitung kennen: Autotext, Serienbrief, Format- und Dokumentvorlagen.

Voraussetzungen: Tastatur- und Mausbetrieb, grundlegende Betriebssystem- und Windows-Kenntnisse

Im Rahmen des Kurses ist es möglich, eine Prüfung zum Europäischen Computerpass Xpert abzulegen.

Sigrun Möllemann
ab Do., 09.02. (7x)
18.00 - 21.15 Uhr
28 Ustd./90,00 €
VHS; Raum 204

Textverarbeitung mit Word S5341

Vormittagskurs
Sie erhalten eine Einführung in die Textbearbeitung und -gestaltung unter Word. Sie lernen einen Text zu erfassen und zu korrigieren, zu speichern und zu kopieren. Zur Textgestaltung werden die unterschiedlichen Formatierungsmöglichkeiten, Rahmung und Schattierung, Einfügen von Kopf- und Fußzeilen, Tabellen und Grafiken sowie der Umgang mit Tabulatoren vorgestellt.

Voraussetzungen: Tastatur- und Mausbetrieb, grundlegende Windows-Kenntnisse

Sigrun Möllemann
Mo., 24.04. bis
Fr., 28.04.
08.30 - 11.45 Uhr
20 Ustd./66,00 €
VHS; Raum 103

S5342 Professionelle Textverarbeitung mit Word

Sigrun Möllemann
ab Do., 27.04. (7x)
18.00 - 21.15 Uhr
28 Ustd./90,00 €
VHS; Raum 204

Abendkurs
Im Mittelpunkt stehen die automatisierten Funktionen der Textverarbeitung: Format- und Dokumentvorlagen, Geschäfts- und Musterbriefe, Serienbriefe, Arbeiten mit Feldern, Formulargestaltung. Als weitere Programmpunkte sind vorgesehen: Umgang mit umfangreichen Dokumenten, Datenaustausch mit anderen Programmen, Einführung in die Makroerstellung.
Im Rahmen des Kurses ist es möglich, eine Prüfung zum Europäischen Computerpass Xpert abzulegen.

S5350 Tabellenkalkulation mit Excel

Werner Kiekenbeck
ab Mo., 13.02. (10x)
19.30 - 22.00 Uhr
30 Ustd./95,00 €
VHS; Raum 204

Abendkurs
Die Programmpalette erstreckt sich von der Tabellenerstellung bis hin zur Datenanalyse mit Excel. Im Einzelnen erlernen Sie die Eingabe von Daten und Formeln in Tabellen, die Erstellung von Bezügen und Verknüpfungen, die Arbeit mit Funktionen, die Bearbeitung und Gestaltung von Tabellen sowie ihre grafische Umsetzung. Datenanalyse mit Hilfe von Instrumenten wie Pivot-Tabellen, Solver und Zielwertsuche sowie der Datenaustausch mit anderen Programmen runden den Kurs ab.
Voraussetzungen: Tastatur- und Mausbetrieb, grundlegende Betriebssystem- und Windows-Kenntnisse
Im Rahmen des Kurses ist es möglich, eine Prüfung zum Europäischen Computerpass Xpert abzulegen.

S5351 Tabellenkalkulation mit Excel

Werner Kiekenbeck
Mo., 08.05. bis
Fr., 12.05.
08.45 - 12.00 und
12.30 - 14.00 Uhr
30 Ustd./95,00 €
VHS; Raum 204

Bildungsurlaub
Inhalt siehe Kurs Nr. S5350

Weitere EDV-Anwendungen

Professionelles Arbeiten mit dem Office-Paket

S5360

Bildungsurlaub
Das Office-Paket ist weit mehr als die Summe seiner Bestandteile (Word, Excel, Access, Powerpoint). Sie werden die Stärken des jeweiligen Programms für konkrete Arbeitsaufgaben und das effektive Zusammenspiel der Office-Programme an Beispielen erlernen.
Voraussetzungen: grundlegende EDV-Kenntnisse, Grundkenntnisse in Word und Excel

Werner Budde
Mo., 06.03. bis
Fr., 10.03.
08.45 - 12.00 und
12.30 - 14.00 Uhr
30 Ustd./95,00 €
VHS; Raum 204

Datenbankverwaltung mit Access

S5361

Abendkurs
Nach einer Einführung in die Bedienungsgrundlagen eines relationalen Datenbanksystems werden Sie eine Datenbank entwerfen, Dateiinhalte und -strukturen bearbeiten, Datenbank-Dateien sortieren und indizieren, Datenbestände abfragen und auswerten. Den Abschluss bildet eine Übersicht über die Bericht- und Maskenerstellung.
Voraussetzungen: Tastatur- und Mausbetrieb, grundlegende Betriebssystem- und Windows-Kenntnisse
Im Rahmen des Kurses ist es möglich, eine Prüfung zum Europäischen Computerpass Xpert abzulegen.

Werner Budde
ab Do., 27.04. (6x)
18.00 - 22.00 Uhr
30 Ustd./95,00 €
VHS; Raum 103

Outlook 2003

S5362

Wochenendseminar
Sämtliche Planungs- und Organisationsstätigkeiten, wie Terminverwaltung und Besprechungsplanung können Sie mit Outlook bewältigen. Das Programm ermöglicht es Ihnen, Ihre persönlichen und geschäftlichen Informationen und Dokumente sowie Ihre elektronische Post mit einer einzigen Anwendung zu verwalten. Der Kurs vermittelt einen ersten Überblick über die sieben Teilbereiche von Outlook: Elektronische Post, Kalenderfunktionen, Kontaktverwaltung, Aufgabenverwaltung, Journal, Notizen, Dateiverwaltung.

Klaus-Jürgen Thiel
Fr., 31.03.
18.00 - 22.00 Uhr
Sa., 01.04.
09.00 - 13.00 Uhr
10 Ustd./60,00 €
VHS; Raum 103

S5363 Präsentieren mit Powerpoint

Werner Budde
Fr., 17.03.
18.00 - 21.15 Uhr
Sa., 18.03. und 25.03.
09.00 - 12.15 Uhr
12 Ustd./43,00 €
VHS; Raum 103

Wochenendseminar
Mit dem Programm Powerpoint können Sie mühelos Overheadfolien erstellen und zu eindrucksvollen Präsentationen kombinieren. Ebenso lassen sich die Folien zu selbst ablaufenden Demonstrationen zusammenfassen. Eine Vielzahl im Programm vorhandener Vorlagen erleichtert Ihnen die Gestaltung der Folien. Komponenten aus anderen Programmen des Office-Paketes, z. B. Diagramme aus Excel, können in die Folien übernommen werden. Nutzen Sie die vielfältigen Möglichkeiten des Programms zur Präsentation Ihrer Arbeitsergebnisse und zur Gestaltung von Vorträgen im beruflichen wie im privaten Bereich!

S5364 Erfolgreicher Umgang mit der Digitalkamera

Erich Voss
Fr., 17.02.
18.00 - 21.15 Uhr
Sa., 18.02.
09.00 - 12.15 Uhr
8 Ustd./32,00 €
VHS; Raum 107

Wochenendseminar
Der Kurs bietet Ihnen eine Rundum-Einführung in die digitale Fotografie. Zu den wichtigsten Themen gehören: technische Begriffe rund um die Digitalkamera, Besonderheiten der digitalen Fotografie, Übertragen von Fotos von der Kamera zum PC, Technik der Bildbearbeitung, Präsentieren und Archivieren der digitalen Bilder. Die einzelnen Arbeitsschritte werden an einem Beispiel erläutert und demonstriert. Am Ende des Kurses besteht die Möglichkeit, sie mit der eigenen Kamera zu erproben.

S5365 Fotografieren mit der Digitalkamera

Erich Voss
Fr., 28.04.
18.00 - 21.15 Uhr
Sa., 29.04.
09.00 - 12.15 Uhr
8 Ustd./32,00 €
VHS; Raum 202

Wochenendseminar
Im Mittelpunkt der Veranstaltung stehen nicht die technischen Details der Digitalfotografie, sondern fotografische Gestaltungselemente. Vermittelt werden fotografische Grundregeln zum Bildaufbau, zur Bildauswahl, zur Einstellung der geeigneten Auflösung, zum Umgang mit optischem und digitalem Zoom. Abgerundet wird das Programm durch Hinweise zur Bildentwicklung und zur Auswahl geeigneter Labors.

Kreative Bildbearbeitung und -gestaltung am PC

Wochenendseminar
Sie lernen die grundlegenden Arbeitsschritte zur Erstellung einer Bildmontage. Sie werden das vorhandene Bildmaterial digitalisieren (scannen) oder von der Digitalkamera auf den Rechner übertragen. Sie erfahren dabei etwas über die Auflösung und die Farbtiefe. Anschließend wird dann in einem Bildbearbeitungsprogramm die Bildmontage fertig gestellt und eventuell noch mit Filtern verfremdet. Dieser Kurs richtet sich an Personen, die bisher kaum Kontakt mit dem Computer hatten. Sie sollten allerdings die Maus benutzen können. Sie können Ihre eigenen Fotos mitbringen (auf einem Datenträger, auf der Digitalkamera oder als Abzug).

Digitale Bildbearbeitung mit Photoshop 7.0

Bildungsurlaub
Digitale Bildbearbeitung ist oft unverzichtbarer Bestandteil bei der Gestaltung von Internetseiten, Werbeträgern und Präsentationen. Das leistungsstarke Softwarepaket Photoshop ermöglicht nicht nur einfache Bildvariationen, sondern auch das Einfügen von Objekten, Logos und Spezialeffekten. Der Kurs vermittelt Ihnen eine Übersicht über grundlegende Befehle, Gestaltungswerkzeuge und Techniken des Programms und führt in die Bildoptimierung, Fotomontagen und Effektsatzung ein. Die Druckvorbereitung sowie grundsätzliche Überlegungen zur Gestaltungslehre und Typografie runden das Kursprogramm ab.
Voraussetzungen: Dateiverwaltung unter Windows und geschickter Umgang mit der Maus

S5366

Sigrun Möllemann
Fr., 24.02.
18.00 - 21.15 Uhr
Sa., 25.02.
09.00 - 12.15 Uhr
8 Ustd./32,00 €
VHS; Raum 103

S5367

Sigrun Möllemann
Mo., 03.04. bis
Fr., 07.04.
08.45 - 12.00 und
12.30 - 14.00 Uhr
30 Ustd./95,00 €
VHS; Raum 103

S5368 Digitale Bildbearbeitung mit Photoshop

Sigrun Möllemann
Fr., 03.03.
18.30 - 21.45 Uhr
Sa., 04.03.
09.00 - 12.15 Uhr
8 Ustd./32,00 €
VHS; Raum 103

Wochenendseminar
Dieser Lehrgang bietet Ihnen einen Einstieg in die faszinierende Welt der digitalen Bildbearbeitung und stellt Ihnen am Beispiel von Photoshop alle wichtigen Funktionen vor. Es lassen sich Farbstiche beseitigen und viele tolle Effekte zaubern. Blasse Gesichter? Kein Problem! Dem Familienauto eine andere Farbe verpassen? Ebenfalls kein Thema!
Voraussetzungen: Dateiverwaltung unter Windows und geschickter Umgang mit der Maus

S5369 Digitale Bildbearbeitung mit Photoshop II

Sigrun Möllemann
Fr., 10.03.
18.30 - 21.45 Uhr
Sa., 11.03.
09.00 - 12.15 Uhr
8 Ustd./32,00 €
VHS; Raum 103

Wochenendseminar
Wie macht man aus zwei nicht ganz so gelungenen Bildern ein schönes Bild? Diese und weitere vertiefende Fragen rund um die digitale Fotografie werden im Kurs beantwortet. Sie sind dort richtig aufgehoben, wenn Sie bereits erste Erfahrungen mit Photoshop gemacht haben und nun gezielt Fotos verfremden, montieren und retuschieren möchten. Auch das Installieren von zusätzlichen Filtern wird kurz vorgestellt.
Voraussetzungen: Grundkenntnisse in Photoshop

S5370 Photoshop Spezial - Action im Web

Sigrun Möllemann
Fr., 12.05.
18.30 - 21.45 Uhr
Sa., 13.05.
09.00 - 12.15 Uhr
8 Ustd./32,00 €
VHS; Raum 103

Wochenendseminar
Sie wollen, dass auf Ihrer Internetseite etwas mehr passiert als z. B. nur das Aufblinken eines einzigen Bildes? In diesem Kurs lernen Sie, Ihre Menüs mit Rollover-Effekten zu versehen, bei denen verschiedene Bilder erscheinen, und Gif-Animationen mit Photoshop und Image Ready zu erstellen. Eine Übersicht über die Grundsätze der Bildbearbeitung für das Internet rundet das Kursprogramm ab.
Bitte bringen Sie (falls vorhanden) eigene Bilder mit.
Voraussetzungen: fundierte Photoshop-Kenntnisse (Markierungstechniken, Umgang mit Ebenen)

Grundlagen digitaler Videobearbeitung

Abendkurs
Video-Filmmaterial liegt oft unbearbeitet oder schlecht aufbereitet zu Hause "auf Halde", weil die Kenntnisse zum fachgerechten Filmschnitt bzw. zur richtigen Anwendung des Videoschnittprogramms fehlen. Im Kursverlauf erhalten Sie zunächst einen kurzen Überblick über einige wichtige Grundsätze beim Drehen eines Videofilmes. Im Anschluss daran lernen Sie an digitalen Schnittplätzen das Programm "Pinnacle Studio 9" kennen. Eine kurze Vorstellung weiterer Software zur Videobearbeitung rundet das Kursprogramm ab.

Digitale Videobearbeitung: schneiden, betiteln, aufbereiten

Abendkurs
Im Mittelpunkt des Kursprogramms steht der fachgerechte Filmschnitt mit Hilfe des Videoschnittprogramms Pinnacle Studio 9. Abgerundet wird die Arbeit mit dem Filmmaterial durch Hinzufügen von Titel, Vor- und Abspann und sowie die anschließende Aufbereitung auf DVD. Im Kursverlauf haben Sie die Möglichkeit, an den vorhandenen Systemen den Filmschnitt mit eigenem Filmmaterial zu erproben.

Von der Schallplatte zur CD

Wochenendseminar
In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihre alten Schallplatten auf CD kopieren, dabei die vorhandenen Störgeräusche entfernen und die Qualität optimieren können.

S5371

Thorsten H. Bradt
ab Di., 31.01. (2x)
18.30 - 21.45 Uhr
8 Ustd./32,00 €
VHS; Raum 103

S5372

Thorsten H. Bradt
ab Di., 23.05. (4x)
18.30 - 21.45 Uhr
16 Ustd./55,00 €
VHS; Raum 103

S5373

Bernd Gärtner
Fr., 05.05.
18.00 - 21.15 Uhr
Sa., 06.05.
09.00 - 12.15 Uhr
8 Ustd./32,00 €
VHS; Raum 103

S5374 MP3 und Co.

Bernd Gärtner
Fr., 09.06.
18.00 - 21.15 Uhr
Sa., 10.06.
09.00 - 12.15 Uhr
8 Ustd./32,00 €
VHS; Raum 103

Wochenendseminar
Sie wollen Musik-CDs für die nächste Fete zusammenstellen? Dieser Kurs gibt Ihnen einen Überblick über die technischen Grundlagen der Digitalisierung von Audiodaten. Das Programm in Stichworten: Formate und Kompressionsverfahren (z. B. WAV, MP3, MP3Pro), Umgang mit Audio-Playern (z. B. Windows Media Player), Encodieren, Rippen, Konvertieren, Brennen der eigenen Audio-CD / MP3-CD, rechtliche Aspekte, Verwalten von Audiodateien.

S5375 Digitales Fernsehen und digitale Receiver

Bernd Gärtner
Mi., 15.03.
18.30 - 21.00 Uhr
3 Ustd./5,00 €
VHS; Raum 106

Informationsveranstaltung
Die Zeit des analogen Fernsehens geht zu Ende. Schritt für Schritt wird der digitalen Übertragung per Antenne das Feld überlassen. Bessere Bild- und Tonqualität sowie ein breites Programmspektrum sprechen für einen Einstieg ins DVB-T. Wer die neue Technik nutzen möchte, muss allerdings in einen speziellen Decoder investieren, der die digitalen Datenpakete für das Fernsehgerät umwandelt. Auf der Informationsveranstaltung geben wir Ihnen einen Überblick über die Möglichkeiten der neuen Technik sowie wichtige Tipps für Kauf und Anschluss eines digitalen Decoders.

S5376 Technisches Zeichnen am Computer mit AutoCAD

Ralf Dickehut
ab Mi., 26.04. (9x)
19.30 - 22.00 Uhr
27 Ustd./103,00 €
VHS; Raum 204

Abendkurs
Nach einer Einführung in die Arbeitsweise der Schulungsanlage wird das Arbeiten mit Zeichnungselementen wie Linie, Bogen, Kreis unter Bezug auf verschiedene Koordinatensysteme eingeübt. Die Zeichenhilfen, Schalt-, Anzeige- und Objektfangbefehle werden vorgestellt und angewendet, erstellte Zeichnungen mit Edit-Befehlen wie Spiegeln, Strecken und Verschieben bearbeitet. Ferner werden die Anwendung von Blöcken und Schraffuren, die Bemaßung sowie das Plotten von Zeichnungen erlernt. Ziel des Kurses ist die selbstständige Fertigung von Zeichnungen unter Verwendung der behandelten Konstruktionsmittel. Gearbeitet wird mit AutoCAD LT 2002.

Inventor 9 Professional: 3D-Konstruktion am PC

Abendkurs
Autodesk Inventor 9 Series ist ein CAD-System für 3D-Volumenmodellierung und Zeichnungserstellung, das aus den beiden Konstruktionsanwendungen Autodesk Mechanical Desktop (AMDT) und Autodesk Inventor besteht. Im Kursverlauf versehen Sie in der Bauteilkonstruktion z. B. Skizzen mit 2D-Abhängigkeiten sowie Bemaßungen und erzeugen durch Extrusion und Rotation Volumenmodelle. In der Zusammenbaukonstruktion werden u. a. 3D-Abhängigkeiten erzeugt und simuliert. Werkstattzeichnungen ergänzen Sie mit Text und drucken diese.

Voraussetzungen: Grundkenntnisse CAD und Windows

(Haus-)Nebenkostenabrechnung am PC

siehe Kurs Nr. S5123

(Haus-)Nebenkostenabrechnung am PC - Aufbaustufe

siehe Kurs Nr. S5124

S5377

Ralf Dickehut
ab Mi., 23.08. (8x)
18.00 - 21.15 Uhr
32 Ustd./113,00 €
VHS; Raum 103

Boeing systemhaus

- Kopiertechnik
- Bürotechnik
- Bürobedarf
- Hard- und Software
- Netzwerktechnik
- Kopier-, Zeichen- und Plotterservice von A5-A0

**Kämpchenstiege 8
46284 Dorsten
Fax 023 62/7 55 20  023 62/7 30 00**

**E-Mail: info@boeing-systemhaus.de
www.boeing-systemhaus.de**

Internet

S5380 Internetnutzung für den Beruf

Sigrun Möllemann
Mo., 15.05. bis
Fr., 19.05.
08.15 - 12.15 und
12.45 - 15.00 Uhr
40 Ustd./124,00 €
VHS; Raum 204

Bildungsurlaub
Der Kurs vermittelt Ihnen Grundkenntnisse rund ums Internet. Thematisiert werden: Aufbau und Dienste des Internets, verschiedene Zugangsmöglichkeiten, Arbeit mit einem Browser im www, Informationsrecherche, Download von Dateien, Regeln und Sicherheitsaspekte im Netz, Umgang mit Newsgroups und Nutzungen wie Homebanking und E-Commerce. Schließlich erlernen Sie alle Facetten des E-Mail-Verkehrs mit Hilfe von Outlook/Outlook-Express.
Im Rahmen des Kurses ist es möglich, eine Prüfung zum Europäischen Computerpass Xpert abzulegen.

S5381 Das Internet in drei Stunden

Sigrun Möllemann
Do., 02.03.
08.30 - 11.45 Uhr
4 Ustd./20,00 €
VHS; Raum 103

Vormittagskurs
Alle Welt redet vom Internet. Sie sind interessiert, wissen aber noch nicht, ob Sie ins www einsteigen möchten. In diesem Kurs bieten wir Ihnen die Möglichkeit, die verschiedenen Facetten des Internets und seine vielfältigen Nutzungsmöglichkeiten kennen zu lernen. Das Angebot richtet sich ausschließlich an "Internet-Laien".

S5382 Internet für Frauen

Sigrun Möllemann
Di., 02.05. und
Mi., 03.05.
08.30 - 11.45 Uhr
8 Ustd./32,00 €
VHS; Raum 103

Vormittagskurs
Das Internet ist ein faszinierendes weltumfassendes Netzwerk von Computern. Sie können elektronische Post in die ganze Welt versenden, große Datenbanken zu unterschiedlichen Themen abfragen, Informationen der verschiedenen Medien einholen etc. Sie lernen die Möglichkeiten kennen, die im Internet stecken, und erhalten eine Übersicht über die technischen Voraussetzungen, die Sie benötigen, um ins Internet einzusteigen.

Im Internet preiswert einkaufen**S5383**

Wochenendseminar
In diesem Seminar werden Ihnen die Grundsätze für das Handeln bei eBay vermittelt. Sie lernen, wie Sie an Auktionen teilnehmen und sicher und erfolgreich handeln, aber auch wie Sie selbst Artikel anbieten und verkaufen. Wichtige Kursthemen: Sicherheit und Verbraucherschutz beim Handeln im Internet, Anmelden bei eBay, nach Angeboten stöbern und suchen, erfolgreich bieten und kaufen, den Handel reibungslos abwickeln, Zahlungs- und Versandarten.

Renate Lünenbürger
Fr., 24.03.
18.00 - 21.15 Uhr
4 Ustd./20,00 €
VHS; Raum 204

Grundlagen der Homepage-Erstellung**S5384**

Bildungsurlaub
Im Mittelpunkt der Veranstaltung steht das grafisch-kreative Zusammenspiel der Softwareprogramme Flash, Dreamweaver und Photoshop. Sie werden eine Homepage vom Layout über das Design bis hin zur technischen Umsetzung realisieren. Zunächst erstellen Sie mit Photoshop das Layout der Homepage inklusive Navigationsbar. In Flash entwerfen Sie für die Startseite eine Logoanimation. Mit Dreamweaver bauen Sie schließlich die zuvor erstellten grafischen Elemente zu einer funktionellen Homepage zusammen, wobei das sinnvolle Einsetzen von Frames ebenso vermittelt wird wie das Arbeiten mit Tabellen, Ebenen und Zeitleisten.
Voraussetzungen: Dateiverwaltung unter Windows, grundlegende Erfahrung im Bereich des Internets und der Standardanwendungen

Thorsten H. Bradt
Mo., 27.03. bis
Fr., 31.03.
08.45 - 12.00 und
12.30 - 14.00 Uhr
30 Ustd./95,00 €
VHS; Raum 204

S5385 Web-Publishing mit HTML und Frontpage

Werner Budde
Mo., 29.05. bis
Fr., 02.06.
08.45 - 12.00 und
12.30 - 14.00 Uhr
30 Ustd./95,00 €
VHS; Raum 103

Bildungsurlaub
Die Grundlagen der Beschreibungssprache HTML werden vorgestellt. Sie legen in Frontpage unter Berücksichtigung der folgenden Themen Webseiten an: Hintergrund, Formatieren sowie Positionieren von Texten und Tabellen, Einbindung von Grafiken, die Grafikformate jpg und gif, Einrichten von Hyperlinks auf eigene Unterseiten bzw. fremde Webadressen, Einrichten von Frameseiten, effizientere Formatierung durch Einsatz von Cascading Style Sheets. Zum Abschluss wird das Laden auf den Server und die FTP-Software besprochen.

Voraussetzungen: Dateiverwaltung unter Windows, grundlegende Erfahrung im Bereich des Internets und der Standardanwendungen

S5386 Professionelles Internet-Publishing

Thorsten H. Bradt
Mo., 15.05. bis
Fr., 19.05.
08.45 - 12.00 und
12.30 - 14.00 Uhr
30 Ustd./95,00 €
VHS; Raum 103

Bildungsurlaub
Sie lernen, wie man das System TYPO3 sinnvoll einrichtet und konfiguriert, Seiten anlegt und die Datenbank(-anbindung) nutzt. Daraufhin wird die Nutzung des Content Management Systems zur Generierung von Webseiten erläutert. Schwerpunkte sind der Einsatz der TYPO3-Erweiterungen, die Ergänzung des Systems um Newsletter-Funktionalitäten, Kalender, Onlineshops, Votings, Gästebücher und Foren.

Voraussetzungen: sicherer Umgang mit Windows, grundlegende Erfahrung mit einem HTML-Editor

S5387 PHP und MySQL

Jörg Kuhlemann
ab Di., 25.04. (5x)
18.30 - 21.45 Uhr
20 Ustd./66,00 €
VHS; Raum 103

Abendkurs
PHP ist eine serverseitige Skriptsprache, die immer häufiger in professionell gestalteten Webseiten zum Einsatz kommt. Sie ist die Schnittstelle zur Datenbank MySQL, die ebenfalls auf Webservern häufig in Gebrauch ist. Im Bereich PHP erlernen Sie einfache Programmiertechniken, im Bereich SQL werden Datenbankerstellung und -verwaltung sowie Abfragetechniken und Sicherung erläutert. Die Ergebnisse werden mit verschiedenen Browsern überprüft.

Angebote für Kinder und Jugendliche

Ran an die Maus - Einsteigerkurs für Kinder

S5390

Ferienkurs
Kreatives spielerisches Arbeiten am Computer steht im Mittelpunkt des Kurses. Nach einer Erläuterung der Bestandteile des PC und ihrer Aufgaben lernt ihr mit Paint und Word verschiedene Möglichkeiten der Bild- sowie Texterstellung und -gestaltung kennen. Mit beiden Programmen werden kleine Projekte realisiert. Tipps zur Installation und zum Entfernen von Spielen runden das Programm ab.

Bitte bringt mit: 5 beschriftete Disketten oder CD-Rohlinge.

Für Kinder von 9 bis 11 Jahren

Thorsten H. Bradt
Di., 18.04. bis
Fr., 21.04.
09.30 - 12.45 Uhr
16 Ustd./49,00 €
VHS; Raum 103

Ran an die Maus II

S5391

Ferienkurs
Aufbauend auf Grundkenntnissen erfahrt ihr, wie ihr den Computer sinnvoll für die Schule nutzen könnt. Auf dem Kursprogramm stehen die Internetrecherche, der Einsatz von Grafik- und Kalkulationsprogrammen zur Ausgestaltung von Hausaufgaben und Referaten mit Bildern, Grafiken, Tabellen etc. Zum Kursabschluss wird eine eigene, kleine Internetseite erstellt.

Bitte bringt mit: 5 beschriftete Disketten oder CD-Rohlinge.

Für Kinder von 9 bis 11 Jahren

Thorsten H. Bradt
Mo., 31.07. bis
Fr., 04.08.
09.30 - 12.45 Uhr
20 Ustd./61,00 €
VHS; Raum 103

Wir programmieren Roboter

S5392

Ferienkurs
Dieser Kurs bietet euch einen Einstieg in die Programmierlogik von Java, der Programmiersprache der näheren Zukunft. Am PC entwerft ihr einen eigenen Roboter und stattet ihn so aus, dass er einen Wettlauf in einem Hindernisparcours bewältigen kann.

Für Kinder ab 10 Jahren

Sigrun Möllemann
Mo., 10.04. bis
Do., 13.04.
09.30 - 12.45 Uhr
16 Ustd./49,00 €
VHS; Raum 103

S5393 In 360 Minuten um die Welt

Sigrun Möllemann
Di., 11.04. und
Mi., 12.04.
14.00 - 17.15 Uhr
8 Ustd./24,00 €
VHS; Raum 103

Ferienkurs
Wie heißt der längste Fluss und wo liegt die tiefste Höhle der Erde? Wie viel frisst ein Elefant am Tag? Diese und ähnliche Fragen werden mit Hilfe von PC-Programmen und dem Internet gelöst. Dabei lernt ihr, wie man im Internet gezielt nach Informationen sucht, wie man die gefundenen Texte und Bilder in einer eigenen Datei zusammensetzt und weiterverarbeitet, um sie in Hausaufgaben, Referate oder eigene kleine Präsentationen einfließen zu lassen.

S5394 ePferdchen - Internetkompetenz für Kinder und Eltern

Sigrun Möllemann
Di., 11.07. und
Mi., 12.07.
14.00 - 17.15 Uhr
8 Ustd./24,00 €
(pro Eltern/Kind-Paar)
VHS; Raum 103

Ferienkurs
Das Internet-Seepferdchen "Ed" ist ein medienpädagogisches Angebot zur Förderung der Internetkompetenz von Kindern im Grundschulalter. Mit dem Seepferdchen lernen Kinder die wichtigsten Grundlagen im Umgang mit dem Internet kennen und erfahren, wie man es im Alltag und in der Schule sinnvoll nutzen kann. Gleichzeitig werden sie aber auch auf die im Internet lauernden Gefahren aufmerksam gemacht. Im Kurs werden Eltern und Kinder gemeinsam einen Einstieg ins www wagen.

S5395 Lego Mindstorms - Konstruktion mobiler Roboter

Sigrun Möllemann
Mo., 03.07. bis
Fr., 07.07.
14.00 - 17.15 Uhr
20 Ustd./61,00 €
VHS; Raum 103

Ferienkurs
Mit den Lego-Mindstorms Bausätzen können mobile Roboter gebaut und so programmiert werden, dass sie ein gewünschtes Aufgabenspektrum erfüllen können. Im Kursverlauf wollen wir zunächst Aufgaben für unseren Roboter definieren und dann an die technische Realisierung durch Konstruktion und Programmierung gehen. Der Kurs dient als Vorbereitung für die Teilnahme am bundesweiten Lego-Wettbewerb "First Lego League".
Nähere Kursinformationen senden wir Ihnen gerne zu.

S5396 Spieleeditoren - Programmierung eigener Spielwelten

Ferienkurs
Viele Computerspiele beinhalten ein Programm, mit dem man nicht nur die grafische Umgebung für das Spiel selbst erstellen, sondern auch bestimmte Ereignisse in diese Spielwelt platzieren kann. Dafür sind aber Grundkenntnisse im Programmieren erforderlich. Diese werden euch im Kursverlauf vermittelt. Außerdem programmiert ihr ein eigenes Spiellevel und erprobt es in der Praxis.
*Voraussetzungen: sicheres Speichern und Öffnen von Dateien
Für Kinder und Jugendliche ab 12 Jahren*

Sigrun Möllemann
Mo., 03.07. bis
Fr., 07.07.
09.30 - 12.45 Uhr
20 Ustd./61,00 €
VHS; Raum 103

S5397 Textverarbeitung mit Word 2003 für Jugendliche

Ferienkurs
Der Kurs bietet euch die Möglichkeit, mit dem Europäischen Computerpass Xpert ein europaweit anerkanntes Zertifikat zu erlangen, das euch bei Bewerbungen um einen Ausbildungsplatz eine entscheidende Hilfe sein kann. Auf dem Programm stehen die Texterstellung, -bearbeitung und -formatierung mit Word 2003. Abgerundet wird der Kurs mit einer Übersicht über die automatisierten Funktionen wie Autotext, Serienbriefe, Format- und Dokumentvorlagen.

Sigrun Möllemann
Mo., 10.07. bis
Fr., 14.07.
09.30 - 12.45 Uhr
20 Ustd./61,00 €
VHS; Raum 103

Angebote für Seniorinnen und Senioren**S5410 Einführung in die EDV**

Nachmittagskurs
Sie benötigen EDV-Wissen nicht mehr für den Beruf, möchten aber dennoch auf dem Laufenden bleiben. Im Kurs erhalten Sie einen Überblick über Aufbau und Funktionsweise eines Computers, heute gängige Programme zur Erledigung des Schrift- und Rechnungverkehrs sowie interessante Anregungen, wo der PC im Privat-, Vereins- und Hobbybereich wichtige Hilfe leisten kann.

Renate Lünenbürger
ab Di., 07.02. (7x)
15.15 - 17.30 Uhr
21 Ustd./76,00 €
VHS; Raum 103

S5411	Visitenkarten, Grußkarten und Co.	Renate Lünenbürger ab Di., 25.04. (4x) 15.15 - 17.30 Uhr 12 Ustd./43,00 € VHS; Raum 103	Nachmittagskurs Sie haben Grundkenntnisse am PC und möchten nun individuelle Grußkarten für verschiedene Anlässe, Visiten- oder Einladungskarten am Computer erstellen. Sie lernen, das Textverarbeitungsprogramm für diese Zwecke zu nutzen und effektiv mit Grafik- und Bildbearbeitungsprogrammen zu kombinieren, um eigene Fotos, Zeichnungen, Grafiken oder Bilder aus dem Internet in die Karte einzuarbeiten. <i>Voraussetzungen: Dateiverwaltung unter Windows</i>	Internet für Senior(inn)en	Nachmittagskurs Das Internet ist ein faszinierendes weltumfassendes Netzwerk von Computern. Sie können elektronische Post in die ganze Welt versenden, große Datenbanken zu unterschiedlichen Themen abfragen, Informationen der verschiedenen Medien einholen etc. Sie lernen die Möglichkeiten kennen, die im Internet stecken, und erhalten eine Übersicht über die technischen Voraussetzungen, die Sie benötigen, um ins Internet einzusteigen.	S5414 Renate Lünenbürger ab Do., 16.03. (2x) 14.45 - 18.00 Uhr 8 Ustd./32,00 € VHS; Raum 103
S5412	Einführung in die digitale Fotografie	Renate Lünenbürger ab Do., 27.04. (4x) 15.15 - 17.30 Uhr 12 Ustd./43,00 € VHS; Raum 103	Nachmittagskurs Sie erhalten einen Einstieg in die elektronische Bildbearbeitung. Im Einzelnen finden folgende Themen Berücksichtigung: Besonderheiten der Digitalfotografie, Übertragung der Bilder auf den Computer, Bearbeitung der Fotos mit einem Bildbearbeitungsprogramm, digitale Speichermedien und -techniken. <i>Voraussetzungen: sicherer Umgang mit Windows</i>	E-Mails und Co. für Senior(inn)en	Nachmittagskurs Das Seminar gibt Ihnen einen Überblick darüber, wo und wie Sie ein (kostenloses) E-Mail-Konto einrichten, wie Sie mit einem E-Mail-Programm darauf zugreifen, wie Sie E-Mails versenden, empfangen und verwalten und welche Sicherheitsaspekte Sie berücksichtigen sollten. <i>Voraussetzungen: grundlegende Internetserfahrung</i>	S5415 Renate Lünenbürger ab Do., 30.03. (2x) 14.45 - 18.00 Uhr 8 Ustd./32,00 € VHS; Raum 103
S5413	Einführung in die digitale Videobearbeitung	Thorsten H. Bradt ab Mi., 26.04. (4x) 15.00 - 18.15 Uhr 16 Ustd./55,00 € VHS; Raum 103	Nachmittagskurs Video-Filmmaterial liegt oft unbearbeitet oder schlecht aufbereitet zu Hause, weil die Kenntnisse zum fachgerechten Filmschnitt bzw. zur richtigen Anwendung des Videoschnittprogramms fehlen. Sie erhalten zunächst einen Überblick über einige wichtige Grundsätze beim Drehen eines Videofilmes. Im Anschluss erlernen Sie den fachgerechten Filmschnitt mit Hilfe des Videoschnittprogramms Pinnacle Studio 9. Sie erhalten Hinweise zur Betitelung eines Films und zur anschließenden Aufbereitung auf DVD. Im Kursverlauf haben Sie die Möglichkeit, an den vorhandenen Systemen den Filmschnitt mit eigenem Filmmaterial zu erproben. <i>Voraussetzungen: sicherer Umgang mit Windows</i>	Nutzung des Internets in der Weiterbildung	Fortbildung für Kursleitende Das Internet wird für Dozentinnen und Dozenten aller Fachrichtungen immer wichtiger für die aktuelle Informationsrecherche und die Kommunikation mit den Teilnehmern. Sie bekommen einen Einblick in den Umgang mit Suchmaschinen und -diensten, damit Sie gezielt die gewünschten Informationen finden. Es werden interessante Bildungsplattformen und Weiterbildungsserver vorgestellt. Weiterhin lernen Sie, wie Sie Plattformen schaffen, auf denen sich Kursteilnehmer und Dozenten austauschen können. Am Beispiel des Webcollegs NRW wird gezeigt, welche Möglichkeiten des Online-Lernens es gibt. Der Workshop richtet sich an Kursleiterinnen und Kursleiter, die bisher wenig Kontakt mit dem Internet hatten. <i>Für Kursleitende der VHS Dorsten ist die Teilnahme gebührenfrei.</i>	S5416 Renate Lünenbürger Sa., 04.03. 09.00 - 12.15 Uhr 4 Ustd./20,00 € VHS; Raum 204



Brigitte Burbach-Braun
02362-664181



Petra Duda
02362-664183



Klaus Schmidt
02362-664150



Kultur und Freizeit

- Literatur und Musik
- Musizieren und Spielen
- Zeichnen und Malen
- Werken
- Schneidern und Mode
- Studienfahrten

Literatur und Musik

Lust am Lesen. Ein Literaturkurs

S6110

Sie lesen gern und möchten mit anderen über das Gelesene sprechen. In diesem Kurs werden wir als Schwerpunkt den neuen Roman "Zeitlupe" von J. M. Coetzee lesen und diskutieren. Dieser Roman ermöglicht einen guten Einstieg in das oft sperrig wirkende Werk des Südafrikaners, der 2003 den Literatur-Nobelpreis erhielt und über den Südafrikas Präsident Thabo Mbeki urteilte: "Es gibt wenige Schriftsteller in der Welt, bei denen sich ästhetische Perfektion und rigoroses Engagement so hervorragend verbinden." Weitere Themen nach Absprache mit den Teilnehmer/innen.

Uta Funk
ab Di., 07.02. (5x)
14-täglich
19.30 - 21.00 Uhr
10 Ustd./19,00 €
VHS; Raum 207

Ian Bruce & Victor Besch: Songs of Robert Burns

S6120

Mit ihrem Burns-Programm präsentieren Ian Bruce und Victor Besch traditionellen Folk gepaart mit typisch britischem Humor. Da die Texte von Robert Burns auch für ein englischkundiges Publikum nicht leicht zu verstehen sind, führt Victor Besch mit fundiertem Wissen über den schottischen Nationaldichter, mit Witz und Ironie deutschsprachig durch das Programm. Außerdem begleitet er Ian Bruce, die "Stimme der Highlands", auf diversen Instrumenten. Ian Bruce ist seit 1988 erfolgreich als Solist und mit seiner "Ian Bruce Band" in Amerika, Holland, Dänemark, Österreich, Deutschland und auch in seiner Heimat Großbritannien unterwegs. Victor Besch widmet sich seit vielen Jahren den traditionellen Instrumenten - am liebsten dem Dudelsack, dem Knopfakkordeon und der Concertina - und spielt in der hiesigen Folkband "Big Matten".

**Ian Bruce
Victor Besch**
Do., 19.01.
20.00 - 22.00 Uhr
10,00 € / erm. 8,00 €
VHS; Forum

S6130 Wolfgang A. Mozart: Sein Leben in seiner Musik

Prof. Hermann
Große-Jäger
So., 12.03.
15.00 - 18.00 Uhr
4 Ustd./7,50 €
Altes Rathaus

Es war sein "größtes Anliegen, Opern zu schreiben". Er komponierte mehr als 45 Sinfonien und zahlreiche Konzerte für Flöte, Horn, Klavier und Violine. Zur Unterhaltung der Salzburger und Wiener Bürger schrieb er aus dem Augenblick heraus Divertimenti und Deutsche Tänze. Seine geniale Musizierfreude drückt sich in großen Messen ebenso wie in Freimaurermusiken aus. Mozarts Musik ist mit seinen Lebenssituationen eng verbunden. Diese Zusammenhänge wird der Münsteraner Musikwissenschaftler und -pädagoge an zahlreichen Hörbeispielen verdeutlichen.

Gemeinsame Veranstaltung mit dem Trägerverein Altes Rathaus

S6140 Ich weiß nicht, was soll es bedeuten?

Ute Frenzel
Martin von der Heydt
Fr., 05.05.
20.00 - 22.00 Uhr
10,00 €
Aula Gymnasium
Petrinum

Wer kennt nicht diesen Liedanfang?! Nicht nur "Die Lorelei" Heinrich Heines ist für ein Volkslied zur Textgrundlage geworden. Leichtigkeit und Anmut, Charme und Eleganz seiner Lyrik haben Clara und Robert Schumann, Fanny Hensel und Felix Mendelssohn-Bartholdy, Anton Bruckner und Johannes Brahms, Franz Schubert und Franz Liszt zu wunderschönen Liedkompositionen angestiftet. Einige davon tragen Ute Frenzel (Sopran) und Martin von der Heydt (Klavier) bei ihrem Liederabend vor.

Gemeinsame Veranstaltung mit dem Trägerverein Altes Rathaus

Musizieren und Spielen

*Für die Kursteilnahme entstehen Ihnen zusätzlich zur Kursgebühr bei einigen Kursen auch Materialkosten. Benötigte Unterrichtsmaterialien sind entweder in der Kursankündigung angegeben und von Ihnen zu beschaffen oder werden gegen einen Kostenbeitrag von der Kursleitung zur Verfügung gestellt. Die Aufbaukurse und Spielkreise Gitarre setzen bestimmte Grundkenntnisse voraus. Wenn Sie neu in diese Kurse einsteigen möchten, lassen Sie sich bitte vor der Anmeldung von der Kursleiterin, Frau Magdalena Schneider, beraten.
(Tel.: 0 28 53 / 90 97 41)*

Gitarre als Begleitinstrument: S6210 Grundstufe

Vorausgesetzt werden keine Notenkenntnisse, sondern Spaß am Singen und etwas Zeit zum Üben. Sie erlernen die Grundakkorde, das Transponieren in verschiedene Tonlagen, eine einfache Schlagtechnik und das Stimmen der Gitarre. Die Begleitung einfacher Lieder (deutsch- und englischsprachig) wird damit möglich.

Bitte bringen Sie eine spielbare Gitarre und einen Notenständer mit.

Magdalena Schneider
ab Di., 31.01. (16x)
18.00 - 19.30 Uhr
32 Ustd./74,00 €
VHS; Raum 001

Musikhaus Musikschule K. Kiekenbeck



- Lernen Sie in angenehmer und entspannter Atmosphäre.
- Erleben Sie das Gefühl selber zu musizieren.
- Wir bieten Ihnen Kurse in kleinen Gruppen für den Bereich Gitarre, Klavier und Keyboard.

K. Kiekenbeck Ursulastr. 20 46282 Dorsten
Fon (02362) 24543 Fax (02362) 45545
www.musikhaus-kiekenbeck.de

**S6211 Gitarre als Begleitinstrument:
Aufbaustufe II**

Magdalena Schneider
ab Di., 31.01. (16x)
19.45 - 21.15 Uhr
32 Ustd./95,00 €
VHS; Raum 001

Ein Kursangebot ausschließlich für fortgeschrittene Teilnehmer/innen, bei dem Sie bereits erlernte Schlag- und Zupftechniken anhand neuer Lieder mit häufigem Akkordwechsel vertiefen. Vorausgesetzt wird das sichere Greifen von Akkorden sowie die einfache Liedbegleitung durch Zupfen.

Bitte bringen Sie eine spielbare Gitarre und einen Notenständer mit.

**S6212 Gitarre als Begleitinstrument:
Spielkreis**

Magdalena Schneider
ab Do., 02.02. (16x)
18.00 - 19.30 Uhr
32 Ustd./95,00 €
VHS; Raum 001

Fundierte Vorkenntnisse sind Voraussetzung für Ihre Teilnahme am Spielkreis. Sie spielen Lieder aus dem Bereich Folk (deutsch- und englischsprachig), Oldies (Popsongs aus den 60er, 70er, 80er Jahren) und aktuelle Songs.

Bitte bringen Sie eine spielbare Gitarre und einen Notenständer mit.

**S6213 Gitarre als Begleitinstrument:
Spielkreis**

Magdalena Schneider
ab Do., 02.02. (16x)
19.45 - 21.15 Uhr
32 Ustd./95,00 €
VHS; Raum 001

Inhalt siehe Kurs Nr. S6212
Bitte bringen Sie eine spielbare Gitarre und einen Notenständer mit.

**S6214 Gitarre als Begleitinstrument:
Spielkreis**

Dieter Pelzer
ab Do., 02.02. (16x)
19.45 - 21.15 Uhr
32 Ustd./89,00 €
Gymnasium Petrinum;
Raum 0.05

Inhalt siehe Kurs Nr. S6212
Bitte bringen Sie eine spielbare Gitarre und einen Notenständer mit.

**S6220 Mundharmonika -
vom einfachen Spiel zum Folk**

Christian Kramer
Mi., 29.03.
18.00 - 22.00 Uhr
5 Ustd./16,00 €
Gymnasium Petrinum;
Raum 0.06

Als Anfänger/in auch ohne Notenkenntnisse haben Sie hier Gelegenheit, die Mundharmonika kennen und spielen zu lernen.

Bitte bringen Sie mit: eine Blues-Harp in C-Dur (kann auch beim Kursleiter für 18,00 € erworben werden), keine Echo, Unsere Lieblinge oder chromatische Mundharmonika.

**Singen, Spüren, Stille, Sein -
Meditatives, heilsames
Singen**

Ein Kurs für alle, die gerne singen, auch wenn sie glauben, nicht singen zu können. Im Singen können wir gute Laune und Freude ausdrücken, aber auch Schmerz, Trauer, Wut und Stress transformieren. Es wird möglich, unsere Sehnsucht nach innerem Frieden zu erfüllen. Unsere Selbstheilungskräfte werden dadurch aktiviert und bringen Körper, Geist und Seele in Einklang. Es werden einfache, kurze Lieder gesungen, die leicht erlernbar sind und in die Tiefe gehen, die einen spielerischen Weg zur Selbsterkenntnis, zum Erleben der Gemeinschaft, zur Entspannung und zur Freude am Sein bieten.

S6230
Magdalena Schneider
ab Fr., 10.02. (7x)
14-täglich
18.00 - 19.30 Uhr
14 Ustd./35,00 €
VHS; Raum 001

Zeichnen und Malen

Für die Kursteilnahme entstehen Ihnen zusätzlich zur Kursgebühr in der Regel auch Materialkosten. Benötigte Unterrichtsmaterialien sind entweder in der Kursankündigung angegeben und von Ihnen zu beschaffen oder werden gegen einen Unkostenbeitrag von der Kursleitung zur Verfügung gestellt.

Zeichnen: Vormittagskurs

Vormittagskurs
Der Kurs eignet sich für Anfänger/innen und Fortgeschrittene. Die figurliche Darstellung ist das zentrale Thema dieses Kurses.
Es entstehen zusätzliche Modellkosten von ca. 15,00 €.
Bitte bringen Sie mit: Zeichenblock DIN A3 mit rauer Oberfläche, je einen Bleistift B3 und B5, Radiergummi, Bleistiftanspitzer.

S6310
Monika
Kalender-Absalon
ab Di., 31.01. (9x)
09.00 - 11.30 Uhr
27 Ustd./63,00 €
VHS; Raum 010

S6311 Zeichnen - eine Einführung

**Monika
Kalender-Absalon**
ab Mi., 01.02. (9x)
18.40 - 21.05 Uhr
27 Ustd./83,00 €
VHS; Raum 010

Abendkurs: Dritter Teil
Das gesamte Angebot erstreckt sich über vier Semester. Im dritten Teil bilden die figürliche Darstellung und der Akt und im vierten und letzten Teil (Herbst 2006) bildet das Porträt den inhaltlichen Arbeitsschwerpunkt. Die Themenbereiche sind in sich abgeschlossen, so dass auch die Teilnahme an einzelnen Blöcken sinnvoll ist.

*Die Modellkosten von 20,00 € sind bereits in der Kursgebühr enthalten.
Bitte bringen Sie mit: Zeichenblock mit rauher Oberfläche DIN A3, je einen Bleistift B3 und B5, Radiergummi, Bleistiftanspitzer.*

S6320 Aquarellmalerei

Slavica van der Schors
ab Mi., 15.02. (10x)
09.00 - 11.30 Uhr
30 Ustd./56,00 €
VHS; Raum 010

Vormittagskurs
Als Anfänger/in erlernen Sie am Beispiel von Landschaften, Stilleben und menschlichen Darstellungen die Lasur- bzw. Nass-in-Nass-Technik der Aquarellmalerei. Außerdem erhalten Sie eine Einführung in die Farblehre, wobei praktische Farbübungen Ihr Gefühl für Farbharmonie und gegenseitige Farbbeeinflussung schärfen sollen. Als Teilnehmer/in mit Vorkenntnissen erhalten Sie Unterstützung bei der individuellen und kreativen Gestaltung Ihrer Arbeiten.

Bitte bringen Sie mit: Aquarellpapier (ab 250g), 2 gute Aquarellpinsel (Stärke 8 und 14), Aquarellfarben, Bleistift, Radiergummi, Wasserbehälter.

S6321 Aquarellmalerei

Slavica van der Schors
ab Mo., 13.02. (10x)
19.30 - 22.00 Uhr
30 Ustd./56,00 €
VHS; Raum 010

Abendkurs
Inhalt siehe Kurs Nr. S6320
Bitte bringen Sie mit: Aquarellpapier (ab 250g), 2 gute Aquarellpinsel (Stärke 8 und 14), Aquarellfarben, Bleistift, Radiergummi, Wasserbehälter.

S6330 Ölmalerei: Aufbaustufe

**Monika
Kalender-Absalon**
ab Do., 02.02. (9x)
18.40 - 21.55 Uhr
36 Ustd./79,00 €
VHS; Raum 005

Abendkurs
Mit Ölfarben begeben Sie sich auf die Spuren der expressiven Malerei und der zeitgenössischen bildnerischen Darstellung.

Ölmalerei: Aufbaustufe

Abendkurs
Inhalt siehe Kurs Nr. S6330

S6331

**Monika
Kalender-Absalon**
ab Di., 31.01. (9x)
18.30 - 21.45 Uhr
36 Ustd./79,00 €
VHS; Raum 005

Zeichnen und Malen - aber intensiv

Ferienkurs
Ein Intensivkurs für Anfänger/innen, bei dem Sie zunächst an verschiedenen Motiven die Wahrnehmung schulen und lernen, Licht und Schatten, Perspektive, Strukturen, Form und Raum zu erfassen und zeichnerisch wiederzugeben. Im Kursverlauf erfolgt dann der Übergang zur farbigen Darstellung. Je nach Wunsch können Sie dabei Aquarell-, Acryl- oder Ölfarben einsetzen.

Die benötigten Materialien werden bei der Vorbesprechung bekannt gegeben. Es entstehen zusätzliche Materialkosten.

S6340

**Monika
Kalender-Absalon**
Vorbesprechung
Di., 20.06.
18.00 - 18.45 Uhr
Arbeitstermine
Mo., 26.06. bis
Fr., 30.06.
10.00 - 15.00 Uhr
31 Ustd./69,00 €
VHS; Raum 010

Wir machen Ihr Zuhause zum schönsten Ort der Welt.

GRÖMPING

Inhaber M. Biermann e.K.
Ihr Maler und Raumgestalter
Meisterbetrieb

- Neugestaltung und Renovierung mit Farben, Tapeten, neuzeitlichen und alten Maltechniken
- Fassadenanstriche
- Bodenbeläge
- dekorative Raumgestaltung mit Gardinen und Zubehör
- Sonnenschutz (auf Mass gefertigt) Plissee, Jalousie, Rollo und Vertikalanlage
- Markisen
- Insektenschutz
- Glas und Spiegel

Individuelle Beratung im Fachgeschäft während der Öffnungszeiten und nach Vereinbarung

Lembecker Str. 95	46286 Dorsten-Rhade
Telefon: 0 28 66/5 00	Telefax: 0 28 66/10 00
www.groemping.de	e-mail: groemping@gmx.net

S6350 **Gruß- und Kunstpostkarten selbst gemacht**

Lothar Wendler
Sa., 28.01.
09.30 - 12.45 Uhr
VHS; Raum 010
Sa., 04.02.
10.00 - 13.15 und
13.45 - 17.00 Uhr
12 Ustd./40,00 €
VHS; Raum 103

Wochenendkurs
Malen Sie gerne und möchten Sie Ihre "künstlerischen" Produkte in Form von Post-, Gruß- und Einladungskarten an andere weitergeben? Zunächst erstellen Sie mit Hilfe der Aquarellmalerei und der Collage kleine Miniaturkunstwerke auf Papier. Diese werden dann eingescannt, um sie anschließend mit dem Bildbearbeitungsprogramm Photoshop 7.0 (PC-Grundkenntnisse werden vorausgesetzt) nach Wunsch weiter verarbeiten zu können. Dabei können Sie Ihre Werke auch mit Texten versehen. Zum Schluss werden Ihre ganz persönlichen Arbeitsergebnisse dann ausgedruckt.

Zusätzlich zur Kursgebühr entstehen Materialkosten in Höhe von ca. 10,00 €.

S6360 **Porzellanmalerei**

Christel Pöllabauer
ab Do., 02.02. (8x)
09.00 - 12.15 Uhr
32 Ustd./72,00 €
VHS; Raum 005

Vormittagskurs
Als Anfänger/in erlernen Sie die Aufglasurmalerei mit Pinsel und Feder, die Tupf- und Kratztechnik und das Malen mit Gold auf farblich neutralen Porzellantteilen. Als Fortgeschrittene können Sie vorhandene Kenntnisse erweitern und vertiefen.

Die notwendigen Malutensilien besorgt auf Wunsch die Kursleiterin. Die dafür entstehenden Kosten sind am ersten Unterrichtstag zu bezahlen.

Werken

Für die Kursteilnahme entstehen Ihnen zusätzlich zur Kursgebühr in der Regel auch Materialkosten. Benötigte Unterrichtsmaterialien sind entweder in der Kursankündigung angegeben und von Ihnen zu beschaffen oder werden gegen einen Unkos-tenbeitrag von der Kursleitung zur Verfügung gestellt.

Schmuckgestaltung

Abendkurs
Der Kurs eignet sich für Anfänger/innen und Fortgeschrittene. Nach einer kurzen Einführung verarbeiten Sie Silber, Edelsteine und andere Materialien nach eigenen Entwürfen zu Schmuckstücken. Dabei lernen Sie die verschiedenen Grundtechniken des Goldschmiedens (Sägen, Feilen, Bohren, Biegen etc.) kennen.

Allgemeine Verbrauchsmaterialien stellt die Kursleiterin, Frau Wagner, gegen 5,00 € Kostenumlage zur Verfügung. Dazu kommen Materialkosten für Ihr individuelles Schmuckstück. Bitte bringen Sie Zeichenutensilien mit.

Schmuck nach Lust und Laune

Wochenendkurs
Frei nach dem Motto: "Alles kann Schmuck sein" gehen Sie neben der klassischen Metallverarbeitung wie Sägen, Feilen, Biegen und Löten in diesem Kurs mit dem Thema Schmuck sehr zeitgemäß um. Sie fertigen Ringe, Ohrschmuck oder Anhänger, wobei die Auswahl der zu verarbeitenden Metalle von Messing oder Kupfer bis zu Silber reicht. Akzente können Sie mit Acryl und Farbe setzen. Diese Akzente verleihen letztlich Ihrer Arbeit einen witzigen, modischen oder plakativen Ausdruck. *Bitte setzen Sie sich zwecks Ideen-, Material- und Kostenbesprechung rechtzeitig vor dem Kurs mit der Kursleiterin, Frau Alexandra Berg-Bode, in Verbindung (Tel.: 02 01 / 1 77 50 05).*

S6410

Heike Wagner
ab Mo., 30.01. (10x)
19.30 - 22.00 Uhr
30 Ustd./59,00 €
VHS; Raum 005

S6411

Alexandra Berg-Bode
Fr., 19.05.
18.00 - 22.00 Uhr
Sa., 20.05.
09.30 - 12.45 und
13.45 - 17.00 Uhr
13 Ustd./36,00 €
VHS; Raum 005

S6412 Ehe- und Partnerringe selbst gefertigt

Andreas Reinschlüssel
Fr., 24.03. und 31.03.
17.00 - 21.45 Uhr
12 Ustd./39,00 €
VHS; Raum 005

In diesem Kurs können sich Paare "für ein Leben zusammenschmieden". Sie fertigen füreinander Ringe an. Das macht Spaß und verbindet. Am ersten Abend fertigen Sie zunächst Modelle aus speziellem Kunstwachs. Nach Überarbeitung der Passform werden dann bis zum zweiten Kursabend die Ringe in Ihrem Wunschmaterial gegossen. Abschließend strukturieren, polieren oder mattieren Sie selbst die Oberfläche der Edelmetall-Rohlinge.

Alle benötigten Materialien werden im Kurs gegen Unkostenbeitrag bereitgestellt. Fragen zur Materialauswahl und zu den daraus resultierenden Kosten richten Sie bitte direkt an den Kursleiter, Herrn Andreas Reinschlüssel (Tel.: 07 11 / 6 36 68 60 oder E-Mail: mail@Reinschluessel.de).

S6420 Holzschnitzen

Hansheinz Schirra
Fr., 17.03. und 12.05.
15.00 - 18.00 und
19.00 - 22.00 Uhr
Sa., 18.03. und 13.05.
09.00 - 13.00 und
14.00 - 19.30 Uhr
40 Ustd./79,00 €
Matthäusschule Wulfen

Wochenendkurs
Unter Anleitung eines Bildhauers gestalten Sie Holz kunsthandwerklich oder künstlerisch. Dabei sind sowohl ornamentale als auch figürliche Arbeiten möglich. Geeignete Vorlagen stellt der Kursleiter Ihnen bei Bedarf zur Verfügung.

S6430 Kreative Metallgestaltung

Martin Jansen
Vorbesprechung
Do., 09.03.
19.30 - 20.15 Uhr
VHS; Raum 009
Arbeitstermine
Fr., 24.03. und 31.03.
18.00 - 22.00 Uhr
Sa., 25.03. und 01.04.
09.00 - 13.00 und
14.00 - 18.00 Uhr
31 Ustd./97,00 €
Metallbau Jansen
Gelsenkirchener Str. 137
(ehem. Eldo-Gelände)
Dorsten

Wochenendkurs
Im gut ausgestatteten Schlossereibetrieb des Kursleiters lernen Sie, unterschiedliche Metalle fachgerecht zu verarbeiten. Dabei können ganz nach Wunsch wahlweise Gebrauchsgegenstände oder kunsthandwerkliche Skulpturen für Haus und Garten entstehen. Eine Materialbedarfs- und -kostenaufstellung findet im Rahmen der Vorbesprechung statt.

Bitte bringen Sie mit: eine Skizze Ihres Wunschobjektes bereits zur Vorbesprechung, schwer entflammbare Arbeitskleidung und festes Schuhwerk (wenn vorhanden Sicherheitsschuhe) zu den Arbeitsterminen. Schutzbrillen und -handschuhe stehen zur Verfügung.

Kreative Metallgestaltung

Inhalt siehe Kurs Nr. S6430
Bitte bringen Sie mit: eine Skizze Ihres Wunschobjektes bereits zur Vorbesprechung, schwer entflammbare Arbeitskleidung und festes Schuhwerk (wenn vorhanden Sicherheitsschuhe) zu den Arbeitsterminen. Schutzbrillen und -handschuhe stehen zur Verfügung.

Filzen

Wochenendkurs
Hier werden die Grundlagen des Filzens vermittelt. Die Arbeitsmaterialien sind: feinste Merinowolle in strahlend schönen Farben, warmes Wasser und Olivenseife. Daraus können ganz nach Ihren Wünschen und in Ihren Farben u. a. Haarbänder, Schmuckstücke, Dekorationen und Wohnaccessoires sowie Taschen entstehen.
Bitte bringen Sie mit: Tablett oder Backblech als Arbeitsunterlage, blauen Müllsack oder Wachstuch als Tischschutz, Frotteebadetuch, ca. 3,00 € Materialgeld.

Filzen: Aufbaustufe

Wochenendkurs
Der Kurs eignet sich für Teilnehmer/innen, die bereits über Vorkenntnisse im Filzen verfügen. Es können aufwändigere Filzarbeiten wie Wandbehänge oder -bilder, Hüte, Taschen, Kissenhüllen sowie andere Wohnaccessoires hergestellt werden.
Bitte bringen Sie mit: Tablett oder Backblech als Arbeitsunterlage, blauen Müllsack oder Wachstuch als Tischschutz, Frotteebadetuch, ca. 5,00 € Materialgeld.

Filzen: Aufbaustufe

Wochenendkurs
Inhalt siehe Kurs Nr. S6441
Bitte bringen Sie mit: Tablett oder Backblech als Arbeitsunterlage, blauen Müllsack oder Wachstuch als Tischschutz, Frotteebadetuch, ca. 5,00 € Materialgeld.

S6431

Martin Stern
Vorbesprechung
Mo., 20.02.
19.00 - 19.45 Uhr
Arbeitstermine
ab Fr., 03.03. (6x)
18.00 - 22.00 Uhr
31 Ustd./89,00 €
KLS Klima- u. Lüftungsanlagenbau Stern
Im Heetwinkel 20
Schermsbeck

S6440

Patricia Bösherz
Fr., 17.02.
18.00 - 22.00 Uhr
Sa., 18.02.
09.30 - 13.30 und
14.30 - 18.30 Uhr
15 Ustd./27,00 €
VHS; Raum 002

S6441

Patricia Bösherz
Fr., 03.03.
18.00 - 22.00 Uhr
Sa., 04.03.
09.30 - 13.30 und
14.30 - 18.30 Uhr
15 Ustd./27,00 €
VHS; Raum 002

S6442

Patricia Bösherz
Fr., 03.02.
14.30 - 21.45 Uhr
Sa., 04.02.
08.45 - 13.30 Uhr
15 Ustd./27,00 €
VHS; Raum 002

S6450 Lehmplastiken**Carina Simons***Vorbesprechung*

Do., 27.04.

19.30 - 20.15 Uhr

Arbeitstermine

Sa., 06.05.

09.30 - 13.30 und

14.00 - 18.00 Uhr

Sa., 13.05.

09.30 - 13.30 Uhr

16 Ustd./59,00 €

Buche-Hof

Auf dem Beerenkamp 45

Dorsten

Wochenendkurs

Der natürliche Werkstoff Lehm bietet viele Anwendungsmöglichkeiten. Sie fertigen daraus eine ca. 70 cm hohe individuelle Skulptur. Dabei dienen Draht, Holzweige etc. als Gerüst für den Lehm. Zusätze wie Stoff, Stroh, Gras oder auch interessante "Fundstücke", z. B. Holzteile, Kieselsteine, Scherben oder Muscheln können eingearbeitet werden. Mit Quark, Borax, Leinöl und Naturpigmenten bringen Sie Farbe ins Spiel und machen Ihre Skulptur wisch- und wetterfest.

Die Materialkosten von 20,00 € sind bereits in der Kursgebühr enthalten.

Bitte bringen Sie mit: Ideen, Kleidungschutz, Gummistiefel, Gummihandschuhe, Hand- und Fußcreme, Handtuch, Gartenschere, Pinsel, Pausengetränke und Verpflegung.

Ausstellung

Mo., 06.03. bis

Sa., 29.04.

Bitte beachten Sie die Ausstellung der Lehmarbeiten von Carina Simons in der VHS-Vitrine im Eingangsbereich der VHS.

Sandstein - Ideenfindung und künstlerisches Arbeiten

Wochenendkurs

Sie erfahren hier, wie harter Stein zu formen und was das Besondere daran ist, wie welche Werkzeuge einzusetzen sind und was freies künstlerisches Handeln heißt. Dabei erleben Sie, dass es nicht so sehr auf Kraft, sondern auf Gelassenheit ankommt und wie der individuelle Stein Ihnen hilft, interessante Formen zu finden. Außerdem regt die gemeinsame künstlerische Arbeit in der Gruppe an und bietet Ihnen Freude, Entspannung und Erholung.

Bitte bringen Sie Arbeitsschutzkleidung, eine Schutzbrille und ca. 15,00 € Materialgeld mit. Es wird draußen unter einem Zelt gearbeitet. Bei der Bildung von Fahrgemeinschaften ist die VHS auf Anfrage gerne behilflich.

S6460**Paul Winz**

Fr., 31.03.

18.00 - 21.15 Uhr

Sa., 01.04.

09.00 - 18.00 Uhr

15 Ustd./72,00 €

Kulturwerkstatt

Altenberge

Bahnhofstr. 44

Altenberge

Mechanische Großuhren reinigen: Aufbaukurs

Wochenendkurs

Voraussetzung für die Teilnahme ist der vorherige Besuch des VHS-Kurses "Mechanische Großuhren - Funktionsweise und Pflege". Bei diesem Aufbaukurs haben Sie Gelegenheit, die Reinigung eines Halbstundenwerks mit Ankerangang unter fachmännischer Anleitung selbst praktisch durchzuführen. Einheitliche Uhrwerke werden zu diesem Zweck zur Verfügung gestellt. Sollten Sie jedoch Ihr eigenes Halbstundenwerk mit Ankerangang reinigen wollen, setzen Sie sich bitte vorab mit dem Kursleiter, Herrn Norbert Albers in Verbindung.

(Tel.: 0 23 61 / 49 10 77)

S6470**Norbert Albers**

Sa., 18.03.

08.45 - 12.45 und

13.30 - 17.30 Uhr

10 Ustd./39,00 €

VHS; Raum 218

Dorstener  Kunstverein

Machen Sie **LUST**
AUF KUNST?



Der Dorstener Kunstverein
veranstaltet regelmäßig

**Kunstreisen
Ausstellungen
Museumsbesuche
Künstlergespräche**

Unser Veranstaltungsprogramm und
weitere Informationen erhalten Sie unter
Tel.: 02362-62335 oder 02362-62132 oder
unter <http://www.kunstverein-dorsten.de/>

Schneidern

Schneiderkurse, bei denen die Kursankündigung keine Teilnahmevoraussetzungen angibt, eignen sich für Anfänger/innen und Fortgeschrittene gleichermaßen. Sie werden Ihren Vorkenntnissen entsprechend gefördert.

Bitte bringen Sie zu allen Schneiderkursen die üblichen Nähutensilien mit bzw. bei allen Kursen, die in der VHS stattfinden, zusätzlich eine Spule für Pfaff Hobbyamatik 907, Flachkolben-Nähmaschinenadeln Nr. 80 und 1,60 € Garnegebühr für die Benutzung der Overlock-Maschinen.

S6510 Schneidern

Marianne Evers
ab Mo., 30.01. (10x)
18.40 - 21.55 Uhr
40 Ustd./67,00 €
VHS; Raum 002

Abendkurs
Sie fertigen individuelle Kleidungsstücke nach aktuellen Schnittmustern an.
Bitte bringen Sie mit: geeigneten Stoff, Nähzubehör für ein gewünschtes Kleidungsstück.

S6511 Schneidern

Renate Wagner
ab Mo., 30.01. (12x)
08.30 - 11.45 Uhr
48 Ustd./80,00 €
VHS; Raum 002

Vormittagskurs
Sie fertigen individuelle Kleidungsstücke nach aktuellen Schnittmustern an.
Bitte bringen Sie mit: geeigneten Stoff, Nähzubehör für ein gewünschtes Kleidungsstück.

S6512 Schneidern

Renate Wagner
ab Di., 07.02. (12x)
15.00 - 18.15 Uhr
48 Ustd./88,00 €
VHS; Raum 002

Nachmittagskurs
Sie fertigen individuelle Kleidungsstücke nach aktuellen Schnittmustern an.
Bitte bringen Sie mit: geeigneten Stoff, Nähzubehör für ein gewünschtes Kleidungsstück.

S6513 Schneidern

Renate Wagner
ab Di., 07.02. (12x)
18.30 - 21.45 Uhr
48 Ustd./80,00 €
VHS; Raum 002

Abendkurs
Sie fertigen individuelle Kleidungsstücke nach aktuellen Schnittmustern an.
Bitte bringen Sie mit: geeigneten Stoff, Nähzubehör für ein gewünschtes Kleidungsstück.

Schneidern

Vormittagskurs
Sie fertigen individuelle Kleidungsstücke nach aktuellen Schnittmustern an.

Bitte bringen Sie mit: geeigneten Stoff, Nähzubehör für ein gewünschtes Kleidungsstück, eigene Nähmaschine.

Schneidern

Vormittagskurs
Sie fertigen individuelle Kleidungsstücke nach aktuellen Schnittmustern an.

Bitte bringen Sie mit: geeigneten Stoff, Nähzubehör für ein gewünschtes Kleidungsstück, eigene Nähmaschine.

Schneidern

Abendkurs
Sie fertigen individuelle Kleidungsstücke nach aktuellen Schnittmustern an. Dieser Kurs ist besonders geeignet für Teilnehmer/innen, bei denen Figur bedingte Schnittpassungen notwendig sind oder die bestimmte Moderichtungen, z. B. Trachtenmode, umsetzen möchten.

Bitte bringen Sie mit: geeigneten Stoff, Nähzubehör für ein gewünschtes Kleidungsstück, eigene Nähmaschine.

Schneidern für Anfänger

Wochenendkurs
Dieser Kurs eignet sich ausschließlich für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse. Bei der Fertigung eines modischen Rockes oder einer Hose erlernen Sie die Grundtechniken des Schneiderns.

Bitte bringen Sie mit: 0,75 m x 1,40 m (kurzer Rock) bzw. 1,00 m x 1,40 m (langer Rock) oder 1,70 m x 1,40 m (Hose) eines geeigneten Stoffes für Ihr Wunschmodell, Nähzubehör. Fragen zur Stoffauswahl richten Sie bitte direkt an die Kursleiterin, Frau Marianne Evers (Tel.: 0 23 69 / 36 40).

S6514

Edith Schulte-Huxel
ab Mo., 13.02. (10x)
08.30 - 11.45 Uhr
40 Ustd./67,00 €
Atelier Schulte-Huxel
Im Schöning 19
Dorsten-Lembeck

S6515

Edith Schulte-Huxel
ab Do., 09.02. (10x)
08.30 - 11.45 Uhr
40 Ustd./67,00 €
Atelier Schulte-Huxel
Im Schöning 19
Dorsten-Lembeck

S6516

Edith Schulte-Huxel
ab Do., 16.02. (10x)
19.30 - 22.45 Uhr
40 Ustd./67,00 €
Atelier Schulte-Huxel
Im Schöning 19
Dorsten-Lembeck

S6517

Marianne Evers
Fr., 17.03.
17.00 - 21.45 Uhr
Sa., 18.03.
09.00 - 13.00 und
14.00 - 17.15 Uhr
Sa., 25.03.
09.00 - 13.00 Uhr
20 Ustd./41,00 €
VHS; Raum 002

S6518 Schneidern: Aktuelle Frühjahrsmode

Marianne Evers
Fr., 05.05.
18.00 - 22.00 Uhr
Sa., 06.05. und 20.05.
09.00 - 13.00 und
14.00 - 17.15 Uhr
23 Ustd./49,00 €
VHS; Raum 002

Wochenendkurs
Wenn Sie über Vorkenntnisse im
Schneidern verfügen, können Sie hier
in einer kleinen, intensiv betreuten
Gruppe Ihre Wunschmodelle zusam-
menhängend fertigen.
*Bitte bringen Sie mit: Stoff und Nähzu-
behör für ein gewünschtes Kleidungs-
stück.*

Gala-Make-Up für besondere Anlässe

Es gibt Anlässe, bei denen Frau
besonders glänzen möchte, z. B.
beim Opern- oder Theaterbesuch,
bei festlichen Abendessen und sonsti-
gen gesellschaftlichen Ereignissen.
Sie erstellen ein Ihrer Hautfarbe und
Ihrem Typ optimal angepasstes sehr
feines und elegantes Gala-Make-Up
mit etwas mehr Farbe und Glimmer.
Dazu gibt es Informationen zur allge-
meinen Gesichtspflege.

*Bitte bringen Sie mit: Stirnband, Hand-
tuch und Kosmetikspiegel, 5,00 €
Materialumlage.*

S6530

Tanja Hänzek
Sa., 01.04.
14.00 - 18.00 Uhr
5 Ustd./15,00 €
VHS; Raum 001

Mode

S6520 Festliche Binde- und Steckfrisuren für Kommunion und Konfirmation

Christiane Eßling
Sa., 18.03.
09.30 - 13.30 Uhr
5 Ustd./12,00 €
VHS; Raum 001

Kommunion oder Konfirmation Ihrer
Tochter steht ins Haus? Sie suchen
noch nach einer festlichen, typge-
rechten Frisur für diesen Anlass?
Dann haben Sie hier Gelegenheit,
lockere Binde- und Stecktechniken
für mittellanges und langes Haar ken-
nen zu lernen und an Ihrem Kind aus-
zuprobieren.
*Anmeldungen bitte nur paarweise.
Bitte bringen Sie mit: Handspiegel, vor-
handenen Haarschmuck, ein Paket
Haarklemmen, ein Paket Haarnadeln,
1,00 € Materialumlage.*

Stilberatung

Für ein optimales Aussehen sind pas-
sende Farben, Kleidungsstil und
Accessoires wichtig. Körperform,
Größe und Proportionen sind
Grundlage für die Auswahl geeigne-
ter Schnittformen und Accessoires.
Am Vormittag erhalten Sie zunächst
einen einführenden Vortrag, bei
dem allgemein gültige Fragen des
Kleidungsstils thematisiert werden.
Nach der Mittagspause erfolgt dann
die individuelle Einzelberatung.
*Bitte bringen Sie eine Leggings und ein
leichtes, anliegendes T-Shirt für die
Körpervermessung mit.*

S6540

Rita Berger
Sa., 04.03.
10.00 - 13.15 und
14.00 - 17.15 Uhr
8 Ustd./39,00 €
VHS; Raum 001

S6521 Binde- und Stecktechniken für lange Haare

Christiane Eßling
Sa., 18.03.
14.30 - 18.30 Uhr
5 Ustd./12,00 €
VHS; Raum 001

Zunächst stellt die Kursleiterin Ihnen
verschiedene Binde- und lockere
Stecktechniken vor, mit denen mittel-
lange und lange Haare immer wieder
anders aussehen können. Anschlie-
ßend haben Sie die Möglichkeit, typ-
gerechte Varianten an sich selbst aus-
zuprobieren.
*Bitte bringen Sie mit: Handspiegel, vor-
handenen Haarschmuck, ein Paket
Haarklemmen, ein Paket Haarnadeln,
1,00 € Materialumlage.*

Kulturbus

S6620 Kiss me Kate

Musikalische Komödie von Samuel und Bella Spewack, Musik und Gesangstexte von Cole Porter

N.N.

So., 05.02.

Abfahrt 16.45 Uhr

Rückkehr ca. 21.30 Uhr

42,00 €

(Eintritt und Bustransfer)

Aalto-Theater Essen

Eine wahre Begebenheit liegt der Entstehung dieses Musicals zugrunde: der Produzent Arnold Saint-Subber verfolgt anlässlich einer Aufführung der Shakespeare-Komödie "Der Widerspenstigen Zähmung", wie sich ein Schauspielerehepaar privat nahezu genauso streitet wie die Personen, die sie auf der Bühne verkörpern. Vor und während der Aufführung kommt es zu Auseinandersetzungen, Missverständnissen, Spannungen und komischen Verwicklungen sowie turbulenten Situationen, die den Fortgang der Vorstellung gefährden... Ein heiter-ironischer Kampf der Geschlechter, ein unterhaltsames Hin und Her zwischen Liebe und Eifersucht, Business, Macht und Show.

S6621 Gewandhausorchester Leipzig

Claudia Temp

Sa., 11.03.

Abfahrt 17.30 Uhr

Rückkehr ca. 23.00 Uhr

69,00 €

(Eintritt und Bustransfer)

Philharmonie Köln

In der Reihe "Internationale Orchester" gastiert das Gewandhausorchester Leipzig in der Kölner Philharmonie. Im September 2005 trat der Mailänder Dirigent Riccardo Chailly sein Amt als Gewandhaus-Kapellmeister und Leipziger Generalmusikdirektor an, und schon im März 2006 besucht er mit dem Gewandhausorchester auf der ersten gemeinsamen Tournee die Kölner Philharmonie. Die Kombination von klassisch-romantischem Repertoire und klassischer Moderne spiegelt seine erste Saison am Pult des Traditionsorchesters.

Johannes Brahms: Konzert für Klavier und Orchester Nr. 1 d-Moll op. 15
Alban Berg: Sonate für Klavier op. 1
Johannes Brahms: Sinfonie Nr. 2 D-Dur op. 73

Exkursion in Kooperation mit der VHS Gladbeck

Gitte, Wencke, Siw: Die Show S6622

Gitte Haenning, Wencke Myhre und Siw Malmkvist präsentieren ihr erstes gemeinsames Programm: Schlager, Evergreens und Medleys, inszeniert von Regisseur Hans Marklund unter der musikalischen Leitung von Anders Elijas. Auch Jazz-Standards und Folkloristisches machen den Abend zu einem unvergleichlichen Vergnügen.

Claudia Temp

Sa., 01.04.

Abfahrt 18.30 Uhr

Rückkehr ca. 23.30 Uhr

68,00 €

(Eintritt und Bustransfer)

Konzerthaus Dortmund

Dresdner Philharmonie

S6623

In der Reihe "Sachsens Glanz und Polens Aufbruch" sind die Dresdner Philharmoniker zu Gast in der Philharmonie Essen.

Claudia Temp

Fr., 12.05.

Abfahrt 18.45 Uhr

Rückkehr ca. 22.30 Uhr

51,00 €

(Eintritt und Bustransfer)

Philharmonie Essen

Wolfgang Amadeus Mozart:

Sinfonie Nr. 35 D-Dur KV 385 "Haffner"

Anton Bruckner:

Sinfonie Nr. 3 d-Moll

Dresdner Philharmonie

Dirigent: Rafael Frühbeck de Burgos

Exkursionen

Barock im Vatikan - Ausstellung in Bonn

S6625

In der Bundeskunsthalle in Bonn vermitteln 300 faszinierende Kunstwerke ein eindrucksvolles Bild von Kunst, Kultur und Wissenschaft im päpstlichen Rom des Barockzeitalters. Bei einer Führung sehen Sie wichtige Gemälde, Skulpturen, Bildteppiche und im Zentrum das große Holzmodell, das Michelangelo von der Kuppel der Peterskirche angefertigt hat. Ein kurzer Rundgang durch Bonns schöne Innenstadt und ein Kaffeetrinken auf dem Drachenfels bei Königswinter schließen sich an.

Letzter Anmelde- bzw. Rücktrittstermin: 7 Tage vor der Exkursion

Exkursion in Kooperation mit der VHS Gladbeck

Klaus-Ulrich Welt

Di., 07.03.

Abfahrt 07.15 Uhr

Rückkehr ca. 19.15 Uhr

27,25 €

(Busfahrt, Eintritt,

Führung)

Bundeskunsthalle in

Bonn

S6626 Schloss Augustusburg und Max Ernst Museum

Klaus-Ulrich Welt
Di., 06.06.
Abfahrt 07.45 Uhr
Rückkehr ca. 18.00 Uhr
29,25 €
(Busfahrt, 2 Führungen,
Eintrittsgelder)
Brühl bei Köln

Schloss Augustusburg in Brühl bei Köln mit seiner prächtigen Gartenanlage gilt als Meisterwerk des Rokoko in Deutschland und zählt zum Weltkulturerbe. Nach der Besichtigung lernen Sie das hübsche Stadtzentrum von Brühl kennen und besuchen am Nachmittag das im September 2005 eröffnete Max-Ernst-Museum. In Brühl geboren, gilt Max Ernst (1891 - 1976) als Pionier des Surrealismus, der insbesondere wegen seiner Skulpturen berühmt wurde. Zum Abschluss ist ein Kaffeetrinken in Bornheim-Widdig am Rhein vorgesehen.

*Letzter Anmelde- bzw. Rücktrittstermin:
7 Tage vor der Exkursion
Exkursion in Kooperation mit der VHS
Gladbeck*

Salzburg im Mozartjahr

Wo kann man Mozarts Geburtstag besser feiern als dort, wo vor 250 Jahren alles begann: in Salzburg. Hier entstanden viele seiner schönsten Werke. Hier wurde der Grundstock zu seiner einzigartigen Karriere gelegt. Salzburg ist aber nicht nur die Stadt Mozarts. Es ist auch die Stadt der Türme und barocken Kuppeln, der frommen Klöster und sinnenfrohen Schlösser: eine Stadt zum Genießen. *Weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem detaillierten Reiseprogramm, das die VHS Ihnen gern zusendet.* (Tel.: 0 23 62 / 66 41 60)

S6640

Franz-Josef Stevens
Di., 09.05. bis
Sa., 13.05.

Paris - "Ein Fest fürs Leben!"

Das war Paris für Ernest Hemingway. Und auch heute noch ist Paris eine der schönsten Städte der Welt und pulsierende Metropole in Europa. Auf dieser Städtereise besuchen Sie die wichtigsten Sehenswürdigkeiten von Paris: Eiffelturm, Triumphbogen und Notre Dame dürfen dabei ebensowenig fehlen wie der berühmte Louvre. Sie machen eine Panoramabootsfahrt auf der Seine und erleben die sommerlichen Wasserfestspiele, die mit Barockmusik untermalt werden, im Schlosspark von Versailles.

Weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem detaillierten Reiseprogramm, das die VHS Ihnen gern zusendet. (Tel.: 0 23 62 / 66 41 60)

S6650

Petra Duda
Mi., 17.05. bis
So., 21.05.

Studienreisen, Radtouren**S6630 Deutsche Weinstraße (Pfalz): Wandern, Kultur und Genuss**

Brigitte Burbach-Braun
Fr., 14.04. bis
Sa., 22.04.

Die Deutsche Weinstraße erstreckt sich von Bockenheim nahe Ludwigshafen bis Schweigen an der Grenze zum Elsass. Eine Landschaft wie aus dem Bilderbuch erwartet den Besucher. Kleine Städte, hübsche Kurorte und unzählige romantische Winzerdörfer, allesamt von sanftgewellten Weinbergen umgeben sowie der "Naturpark Pfälzer Wald" laden zur Erkundung, zum Wandern und Spazieren ein. Mittelalterliche Burgen und Schlösser geben Zeugnis von der bewegten Pfälzer Geschichte. Aber auch kulinarisch ist die Pfalz eine Reise wert. Die Pfälzer Küche hat viel Schmackhaftes zu bieten. Erschließen Sie dieses zauberhafte Stückchen Deutschland per Pedes und per Gau-men.

Weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem detaillierten Reiseprogramm, das die VHS Ihnen gern zusendet. (Tel.: 0 23 62 / 66 41 60)

ChiemseeRadKulTour

Der Chiemsee lädt nicht nur zum Bade ein. Entdecken Sie rund um das "Meer der Bayern" die prachtvolle Schönheit von Kirchen, Klöstern und Schlössern! Lassen Sie bei der Fahrt durch eine sinnlich-saftige Landschaft die Seele baumeln und genießen Sie Knödel und andere Schmankerln!

Weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem detaillierten Reiseprogramm, das die VHS Ihnen gern zusendet. (Tel.: 0 23 62 / 66 41 60)

S6660

Franz-Josef Stevens
So., 18.06. bis
Sa., 24.06.

S6680 Danzig und Masuren

Franz-Josef Stevens
Sa., 07.10. bis
Sa., 14.10.

Bei dieser Flug-Studienreise steht zunächst das alte Danzig und seine besondere Rolle in der neueren polnischen Geschichte im Mittelpunkt. Abstecher führen nach Oliva, Gdingen und zur Marienburg. Auf dem Weg zur Masurischen Seenplatte erleben Sie Elbing, Frauenburg, Heilige-linde und Rastenburg (ehem. Führerhauptquartier). Ein Bootsausflug in Masuren lädt zum Entspannen ein. *Weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem detaillierten Reiseprogramm, das die VHS Ihnen gern zusendet.* (Tel.: 0 23 62 / 66 41 60)
Gemeinsame Studienreise mit dem Trägerverein Altes Rathaus

S6690 Mexiko: Von Mexiko-City nach Yucatan

Brigitte Burbach-Braun
Herbstferien 2006
Sa., 30.09. bis
So., 15.10.

Es gibt viele gute Gründe Mexiko zu bereisen: Phantastische Landschaftsformen, Tempel und Pyramiden als allgegenwärtige Relikte von geheimnisvollen vorspanischen Hochkulturen wie Olmeken, Maya und Azteken, lebhaft indianische Dörfer mit bunten Märkten, in verschwenderischem Reichtum erbaute Kolonialstädte, Mexiko-City als ausufernder Moloch mit hervorragenden Museen und anderen hochkarätigen Kulturangeboten, Traumküsten und schicke Badeorte. Erleben Sie aber vor allem die Menschen, die hier - wie nirgendwo sonst in Amerika - bis heute Geschichte und magische Rituale unentwirrt mit dem modernen Alltag verflechten. *Weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem detaillierten Reiseprogramm, das die VHS Ihnen gern zusendet.* (Tel.: 0 23 62 / 66 41 60)

800 Jahre Dresden

Der genaue Termin der Reise stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest. *Alle Informationen entnehmen Sie bitte dem Reiseprogramm, das die VHS Ihnen gern zusendet.* (Tel.: 0 23 62 / 66 41 60)

S6695

Franz-Josef Stevens
Dezember 2006

Gute Ideen. Gute Reise.

- Pauschalreisen, Städtetrips sowie Wellnessurlaub von TUI, 1-2-FLY, Discount Travel und vielen anderen namhaften Veranstaltern
- Studienreisen und Reisen für Senioren
- Kompetenter Last Minute-Service
- Neutrales Preisvergleich-System
- Tagesaktuelle Flugtarife von Linie bis Charter
- Weltweite Hotel- und Mietwagenbuchung
- Eintrittskarten für Theater und Musicals
- Geschenkgutscheine
- Verkauf von Bahnfahrkarten
- Günstige Reiseversicherungen

... noch vieles mehr. Kommen Sie einfach vorbei. Wir beraten Sie gern.



TUI LEISURE TRAVEL GmbH
Lippestraße 8 · 46282 Dorsten
Tel. (0 23 62) 92 71-0 · Fax (0 23 62) 92 71-20
E-Mail: 6505@hapag24.de



vhs und kultur
stadt dorsten

und konzerte

2006

Theater und Kleinkunst

- Fr., 17.02.06 Die Buschtrommel
- Mo., 20.02.06 Revanche
- Fr., 17.03.06 I Pendolari Dell'Essere
- Mo., 27.03.06 Die Lustigen Weiber von Windsor
- Mo., 08.05.06 Amadeus
- Fr., 19.05.06 Basta: A capella-Pop

Kammerkonzerte und Jazz and More

- So., 22.01.06 Kristina Hesse, Jakob Leuschner
- So., 12.02.06 Big Band Dorsten
- So., 19.02.06 Herbert Schuch
- So., 02.04.06 Heike Nicodemus, Maximilian Mangold
- So., 14.05.06 Henschel Quartett & Kazuki Sawa
- So., 11.06.06 Signum Quartett

Kindertheater

- Di., 31.01.06 Sonne im Bauch (ab 4 J.)
- Mi., 01.02.06 Sonne im Bauch (ab 4 J.)
- Di., 07.02.06 Vom Adler, der nicht fliegen wollte (ab 6 J.)
- Di., 21.03.06 Wickie und die starken Männer (ab 6 J.)
- Di., 04.04.06 Der Wolf und die sieben Geißlein (ab 4 J.)

Gemeinschaftshaus Wulfen: Kleinkunst und Musik

- Fr., 20.01.06 Wilfried Schmickler: Danke!
- Fr., 10.02.06 Petra Afonin: Cellulita, die Königin der Nachtcremes
- Sa., 18.02.06 28. Wulfener Oldie-Night
- Fr., 24.03.06 Frank Lüdecke: Elite für alle
- Do., 04.05.06 Martin Maier Bode & Jens Neutag: Doppelpass

Gemeinschaftshaus Wulfen: Kindertheater

- Fr., 27.01.06 Briefe von Felix
- Fr., 03.03.06 Land in Sicht
- Fr., 31.03.06 Frau Silberklang, Herr Mozart & Der Vogelsang
- Fr., 12.05.06 Ernst & Huberti in Hollywood

Kartenverkauf

Karten für die Theater- und Konzertveranstaltungen können Sie auf folgende Weise erwerben:

- Vorverkauf oder telefonische Reservierung im Kulturbüro
- Online, so geht's am schnellsten: www.dorsten.de/vhsundkultur.htm
- Per E-Mail an vhs-und-kultur@dorsten.de
- Zusenden eines Verrechnungsschecks und eines adressierten Freiumschlags
- Restkarten an der Abendkasse

Der Vorverkauf beginnt einen Monat vor dem Veranstaltungstermin. Fällt dieser Termin auf ein Wochenende, so beginnt der Vorverkauf am folgenden Montag.

Telefonische Kartenreservierungen sind erwünscht. Bitte holen Sie die reservierten Karten innerhalb einer Woche nach Bestellung, spätestens jedoch zum vereinbarten Termin ab. Andernfalls müssen wir die Reservierung löschen.

Vorverkauf von Einzelkarten

Bildungszentrum Maria Lindenhof
Raum 219
Telefon (0 23 62) 66 40 52
Büroöffnungszeiten:
Montag bis Donnerstag
von 08.00 - 16.00 Uhr;
Freitag von 08.00 - 13.00 Uhr

Kulturbüro

Die Abendkasse ist jeweils 30 Minuten vor Veranstaltungsbeginn geöffnet. Bezahlte Karten werden bis zur Abendkasse zurückgelegt. Sie müssen in jedem Fall bis 20 Minuten vor Veranstaltungsbeginn abgeholt werden. Gelöste Karten werden nicht zurückgenommen.

Abendkasse

Der ermäßigte Eintritt gilt für Schüler und Studenten. Inhaber des Dorsten-Passes erhalten die jeweils gültige Ermäßigung.

Ermäßigungen

Beim Kindertheater erhalten Gruppen ab 20 Personen (einschließlich Begleitung) 25 % Ermäßigung.

Die Buschtrommel: Organisiertes Versprechen

Freitag, 17.02.06
20.00 Uhr
Aula Gymnasium
Petrinum
13 € / erm. 10 €
Vorverkauf ab
17.01.06

Mit seinem neuen Programm holt das vielfach preisgekrönte Ensemble "Die Buschtrommel" zu seinem nächsten, dem nunmehr sechsten Streich aus. Organisiertes Versprechen ist ein furioses politisches Kabarettspektakel, bei dem kein Auge trocken bleibt und keine Bösartigkeit ausgelassen wird. Den Buschtrommlern gelingt spielerisch der Spagat zwischen knallharter Gesellschaftskritik und leichter, aber intelligenter Unterhaltung, weit entfernt von dumpfsinniger "Jetzt-noch-blöder" Comedy. Das Kartell aus politischen Entscheidungsträgern und organisierten Versprechern bekommt sprachlich, spielerisch und musikalisch jede Menge Prügel - und das Publikum hat jede Menge Spaß dabei.

Das Münsteraner Trio Andreas Breiing, Ludger Wilhelm und Jörg Fabrizio gastiert als "Die Buschtrommel" seit vielen Jahren erfolgreich auf allen Kleinkunsth Bühnen im deutschsprachigen Raum.

Revanche

Kriminalstück von Anthony Shaffer.
Deutsch von Wolf Parr

Montag, 20.02.06
20.00 Uhr
Aula Realschule
St. Ursula
13 € / erm. 10 €
11 € / erm. 8 €
10 € / erm. 7 €
Vorverkauf ab
20.01.06

Der Krimiautor Andrew Wyke empfängt den Geliebten seiner Frau Marguerite, Milo Tindle, zur Cocktailstunde in seinem Landhaus. Er rechnet dem jungen Habenichtes ganz kühl vor, wie schwer es sein wird, sein verwöhntes "Luxusweibchen" im gewohnten Stil zu unterhalten. Nach Andrews raffiniertem Plan soll Milo zum Schein bei ihm einbrechen und Juwelen stehlen. Wyke will die Versicherungssumme kassieren und das junge Paar soll mit dem Erlös der Beute gut leben. Kaum ist Milo bereit, auf den Plan einzugehen, da hat Andrew eine Pistole in der Hand. Plötzlich geht es nicht mehr um Versicherungsbetrug, sondern um Mord. In den Hauptrollen: Martin Lindow und Jochen Senf

Eine Aufführung der Konzertdirektion Landgraf

I Pendolari Dell'Essere: Tatum...Tatum...Crack

Freitag, 17.03.06
20.00 Uhr
Aula Gymnasium
Petrinum
13 € / erm. 10 €
Vorverkauf ab
17.02.06

Mit ihrer ureigenen Mischung aus absurdem Theater, Pantomime, Kabarett und experimenteller Komik nähern sich I Pendolari Dell'Essere (Die Pendler des Seins) dem zwischenmenschlichen Thema Nr. 1. Die Wortfolge "Tatum... Tatum... Crack" ist die lautmalerische Übersetzung des aufgrund übergroßer Sympathie einem Menschen gegenüber einsetzenden Herzschlags (Tatum) nebst abschließendem Absturz (Crack) in die Tiefe des Schmerzes. Mit entfesselter Verrücktheit bringen sie alle Facetten des Themas Liebe und Sex in einer Bände sprechenden Körpersprache auf die Bühne. Dabei sind die Pendler des Seins zugleich Hochseilartisten auf dem glitschigen Seil über der Schlucht der Peinlichkeit.

Valter Rado und Cesare Bonanno sind seit 1987 I Pendolari Dell'Essere. Dank ihrer Mehrsprachigkeit sind sie auf allen europäischen Kleinkunsth Bühnen zu Hause. Seit mehr als 10 Jahren erobern sie auch die deutschen Zuschauerherzen auf der Bühne, in TV-Aufzeichnungen und bei zahlreichen Festival-Einladungen.

Die Lustigen Weiber von Windsor

Komödie von William Shakespeare

Montag, 27.03.06
20.00 Uhr
Aula Realschule
St. Ursula
13 € / erm. 10 €
11 € / erm. 8 €
10 € / erm. 7 €
Vorverkauf ab
27.02.06

Der saulustige und liebestolle Schwenenöter Sir John Falstaff braucht dringend Geld. Zwei amouröse Abenteuer sollen ihn aus der Klemme befreien und gleichzeitig etwas Abwechslung in sein Junggesellenleben bringen. Zwei ehrbare Ehefrauen aus Windsor, Frau Fluth und Frau Page, sind die Auserwählten. Doch der eitle Ritter hat sich gewaltig in den beiden befreundeten Damen geirrt. Sie erkennen seine Absichten und drehen den Spieß um. Der beleibte Mochtegern-Verführer hat immer wieder das Nachsehen. Mal landet er mit einem Korb voll schmutziger Wäsche im Wasser, mal wird er als ungeliebte alte Tante verkleidet vom Ehemann aus dem Haus geprügelt. Bei einem eigens inszenierten Elfentreiben wird der hirschbeweihte Falstaff zum Gespött des ganzen Ortes.

Eine Aufführung des Landestheaters Burghofbühne Dinslaken

Amadeus

Schauspiel von Peter Shaffer

Montag, 08.05.06

20.00 Uhr

Aula Realschule

St. Ursula

13 € / erm. 10 €

11 € / erm. 8 €

10 € / erm. 7 €

Vorverkauf ab

10.04.06

Antonio Salieri hat einen Pakt mit Gott geschlossen, um mit dessen Hilfe ein großer Musiker zu werden, vorausgesetzt er entsage allem privatem Glück. Dies scheint zu gelingen, da er es rasch zum Hofkapellmeister in Wien bringt. Doch dann taucht Mozart auf. Salieri erkennt sofort dessen Genialität gegen die seine eigene Musik einfallslos und trivial erscheint. Er verhindert die Aufführung seiner Werke, treibt ihn so in die materielle Katastrophe und in den Tod. Doch das Schicksal richtet sich gegen Salieri. Mozart steigt zu unvergänglichem Ruhm auf und Salieri fällt in Vergessenheit. Selbst sein Versuch, wenigstens als Mörder Mozarts unsterblich zu werden, misslingt: Niemand glaubt seinem Geständnis.

Seit dem frühen Tod Mozarts hat die Frage, ob er von Salieri vergiftet wurde, immer wieder die Gemüter bewegt. Peter Shaffer gestaltet in seinem Stück diese Legende höchst bühnengerecht und psychologisch zu einem geschickt konstruierten Reißer um.

Eine Aufführung der Konzertdirektion Landgraf

Basta: A capella-Pop

Basta eröffnet dem A capella-Gesang eine neue Dimension, gibt ihm eine moderne Vielfalt. Bekannte Pop-Klassiker und Schlager von Dean Martin über die Beatles bis zu Marianne Rosenberg drehen sie unverschämt witzig durch den Musikwolf, ihre musikalischen Kreuzungen sind ebenso einfallsreich wie enthemmt. Dazwischen streuen sie ihre eigenen Kompositionen, mal ironisch, mal rappig-fetzig, mal melancholisch-komisch, immer aber perfekt gesungen und originell. Darüber hinaus ist das Basta-Quintett mit allen Bühnen- und sonstigen Unterhaltungswassern gewaschen. Sie parodieren, persiflieren, schlüpfen in verschiedenste Rollen, erfinden überraschende Gags, über die sie selbst noch lachen können.

Basta, das sind René Overmann, Werner Adelman, William Wahl, Andreas Hardegen und Sascha Breuer-Rölke. Sie behaupten von sich, in Köln-Nippes weltberühmt geworden zu sein, und haben sich in wenigen Jahren bundesweit als eine führende A capella-Formation durchgesetzt. Nur mit Mikrofonen bewaffnet, erzeugen sie einen Sound, dass man glauben möchte, es sei mindestens ein Kontrabass dabei.

Freitag, 19.05.06

20.00 Uhr

Aula Realschule

St. Ursula

13 € / erm. 10 €

Vorverkauf ab

19.04.06

Kristina Hesse, Querflöte Jakob Leuschner, Klavier

Sonntag, 22.01.06
17.00 Uhr
Forum Bildungszentrum
Maria Lindenhof
13 € / erm. 10 €
Vorverkauf ab sofort

Kristina Hesse, geb. 1983, nahm nach ihrem Abitur am St. Ursula Gymnasium Dorsten das Studium an der Musikhochschule Lübeck auf, das sie durch Meisterkurse erweiterte. Schon früh war sie auf Regional- und Landesebene bei "Jugend musiziert" erfolgreich, bevor sie 2003 auf Bundesebene den Ersten Preis gewann. Jakob Leuschner, geb. 1974, konzertiert seit 1998 als Solist und Kammermusikpartner in Europa und den USA. Zahlreiche Auszeichnungen bei bedeutenden nationalen und internationalen Wettbewerben bezeugen seinen künstlerischen Rang.

Johann Sebastian Bach:
Sonate E-Dur BWV 1035
Heinz Holliger:
"(t)air(e)"
Franz Schubert:
Variationen über "Trockene Blumen"
für Klavier und Flöte
Wolfgang Amadeus Mozart:
Sonate A-Dur KV 331
Frank Martin:
Ballade
Paul Taffanel:
Fantasie über die Oper
"Der Freischütz" von Carl Maria von
Weber für Flöte und Klavier

Big Band Dorsten feat. Götz Alsmann

Die Big Band Dorsten feiert in diesem Jahr ihr 25jähriges Bestehen. Als besonderes Präsent schenkt die Band ihrem Dorstener Publikum und sich selbst ein großes Jubiläumskonzert, zu dem der Münsteraner Allround-Künstler Götz Alsmann als Gaststar verpflichtet werden konnte. Er wird seiner Passion als Jazzsänger und -pianist frönen und gemeinsam mit der Big Band Klassiker des "American Songbook" interpretieren.

Die Big Band Dorsten wurde 1981 durch den ungarischen Klarinettenisten Geza Komjathy an der Musikschule Dorsten ins Leben gerufen. Die Bedeutung des Ensembles stieg durch die Begegnung mit großartigen Musikern wie z. B. Peter Herbolzheimer, und durch die Zusammenarbeit mit ausgezeichneten Solisten wie eben Götz Alsmann, Jeff Cascaro, Romy Camerun, die Organistin Barbara Dennerlein, die Saxofonisten Paul Heller und Heiner Wiberny u. a. Auch wenn ihre Mitglieder längst aus ganz Nordrhein-Westfalen kommen und viele selbst ihre Meriten als professionelle Jazzmusiker verdient haben, ist Dorsten nach 25 Jahren immer noch die Heimat der VHS-Big Band.

Sonntag, 12.02.06
19.30 Uhr
Aula Realschule
St. Ursula
13 € / erm. 10 €
Vorverkauf ab
12.01.06

Herbert Schuch, Klavier

Als 12jähriger wurde Herbert Schuch Jungstudent am Salzburger Mozarteum. Bereits früh wurde er bei Wettbewerben im In- und Ausland ausgezeichnet. Neben seiner solistischen Tätigkeit widmet er sich der Kammermusik und Konzerten mit angesehenen Orchestern im In- und Ausland. Zahlreiche Aufzeichnungen durch Rundfunkanstalten in Deutschland, der Schweiz, Italien und Österreich beweisen seine überragenden künstlerischen Fähigkeiten.

Phillip Emanuel Bach:
Fantasie Es-Dur
Wolfgang Amadeus Mozart:
Sonate B-Dur KV 281
Joseph Haydn:
Sonate h-Moll Hob. XVI/32
Julius A. Steffan:
Capriccio c-Moll
Wolfgang Amadeus Mozart:
Sonate D-Dur KV 576
Ludwig van Beethoven:
Sonate A-Dur op. 101

Sonntag, 19.02.06
17.00 Uhr
Forum Bildungszentrum
Maria Lindenhof
13 € / erm. 10 €
Vorverkauf ab
19.01.06

Heike Nicodemus, Traversflöte Maximilian Mangold, Gitarre

Sonntag, 02.04.06
20.00 Uhr
Schlaunscher Festsaal
Schloss Lembeck
13 € / erm. 10 €
Vorverkauf ab
02.03.06

Heike Nicodemus ist im In- und Ausland eine gefragte Spezialistin auf der Traversflöte. Sie legte das Konzertexamen am Königlichen Konservatorium Den Haag ab und unterrichtet seit 2002 an der Staatlichen Hochschule für Musik Karlsruhe. Maximilian Mangold gilt als einer der interessantesten deutschen Gitarristen der Gegenwart. Gastspiele führten ihn zu bedeutenden internationalen Musikfestspielen. Seine CD-Einspielungen werden hoch gelobt und wurden vielfach ausgezeichnet.

Ferdinando Carulli:
Quintetto de Mozart op. 156
Wolfgang Amadeus Mozart /
J.G. Busch:
Opernarien aus "Figaros Hochzeit"
Fernando Sor:
Introduktion und Variationen über
"Das klinget so herrlich" aus:
W.A. Mozart: "Die Zauberflöte"
Wolfgang Amadeus Mozart:
Opernarien aus "Die Entführung aus
dem Serail"
Sonate A-Dur KV 331/332

Henschel Quartett & Kazuki Sawa, Violine/Viola

Sonntag, 14.05.06
20.00 Uhr
Schlaunscher Festsaal
Schloss Lembeck
13 € / erm. 10 €
Vorverkauf ab
18.04.06

Seit 1994 spielt das Quartett in der Besetzung Christoph Henschel (Violine), Markus Henschel (Violine), Monika Henschel-Schwindt (Viola) und Matthias Beyer-Carlshoj (Violoncello). Sie gewannen Erste Preise bei den Wettbewerben in Evian, Banff, Salzburg und Osaka. Für seine CD-Einspielungen wurde das Quartett vielfach ausgezeichnet.

Kazuki Sawa gehört zu den führenden Geigern Japans. Er kann auf eine ausgezeichnete Karriere zurückblicken und er gewann zahlreiche internationale Wettbewerbe.

Wolfgang Amadeus Mozart:
Streichquintett c-Moll KV 406
Maurice Ravel:
Streichquartett F-Dur
Wolfgang Amadeus Mozart:
Streichquintett g-Moll KV 516

Signum Quartett

Das Signum Quartett wurde im Frühjahr 1994 gegründet und spielt seit 2002 in der Besetzung Kerstin Dill (Violine), Annette Walther (Violine), Sebastian Bürger (Viola) und Thomas Schmitz (Violoncello). Nach erfolgreicher Teilnahme am Bundeswettbewerb "Jugend musiziert" gewann das Quartett 1997 den Internationalen Charles Hennen Concours in Heerlen/NL, 2004 erspielte es sich den Preis des Deutschen Musikwettbewerbs.

Wolfgang Amadeus Mozart:
Streichquartett Nr. 15
Alban Berg:
Streichquartett, op. 3
Robert Schumann:
Streichquartett A-Dur, op. 41,3

Das Konzert wird in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Musikrat durchgeführt.

Sonntag, 11.06.06
20.00 Uhr
Schlaunscher Festsaal
Schloss Lembeck
13 € / erm. 10 €
Vorverkauf ab
11.05.06



Sonne im Bauch

Nach dem Bilderbuch von S. Terrahe und C. Paulsen

Dienstag, 31.01.06
15.00 und 17.00 Uhr
VHS; Forum

Der Affenjunge Toni möchte gerne wissen, was Liebe ist und was sein Vater damit meint, wenn er sagt: Jetzt sind alle meine Lieben zusammen. Also geht er zu dem klugen alten Affen Sokrates und fragt ihn um Rat. Und Sokrates kann Toni viel über die Liebe erzählen, denn sie ist die stärkste Kraft der Welt. Mit viel Musik und einer verständlichen Sprache bringt dieses Stück auch dem jungen Publikum dieses abstrakte Thema nahe.

Mittwoch, 01.02.06
15.00 Uhr
Carola-Martius-Haus,
Rhade
Erwachsene 4 €
Kinder 3 €
Vorverkauf ab
03.01.06

Figurentheater Die Komplizen
Für Kinder ab 4 Jahren

Vom Adler, der nicht fliegen wollte

Nach einer Erzählung von James Aggrey

Dienstag, 07.02.06
15.30 Uhr
Aula Realschule
St. Ursula
Erwachsene 5 €
Kinder 4 €
Vorverkauf ab
09.01.06

Ein Adler wird in einen Hühnerhof gesteckt. Nach und nach lebt er sich dort ein und benimmt sich schließlich selbst wie ein Huhn. Als der Adler zurück in die Freiheit entlassen werden soll, will er nicht mehr fliegen. Alle Flugversuche enden wieder auf dem Hühnerhof. Doch eines Tages wird er auf einen hohen Berg außerhalb gebracht und kreist wieder majestätisch durch die Lüfte.

Die Fabel wurde von James Aggrey aus Ghana geschrieben. Das Helios Theater bearbeitete die Geschichte um die Frage, wie weit man sein Wesen leugnen kann.

Ausgewählt für "Spielarten-Festival 2004", Förderpreis des Landes NRW beim 20. Kinder- und Jugendtheatertreffen NRW

Helios Theater, Hamm
Für Kinder ab 6 Jahren

Wickie und die starken Männer

Musical nach den Büchern von Runer Jonsson und Josef Göhlen mit der Musik von Christian Bruhn

Im rauen Norden lebte einst das Volk der Wikinger. Sie hatten zwar keine guten Manieren, aber sie waren mutige und unerschrockene Krieger, die mit ihren Drachenbooten auch beim stärksten Sturm dem Feind entgegen fuhren.

Doch manchmal geraten die muskelstrotzenden Recken in arge Bedrängnis. Dann kann nur einer helfen: Wickie, der Sohn des Häuptlings Halver. Der ist seinem Vater manchmal nicht ganz geheuer. Er ist klein für sein Alter, eher ängstlich und ziemlich vorsichtig. Und was dem Vater sehr zu denken gibt, ist die Intelligenz von Wickie. Immer wenn die Männer in eine Klemme geraten, aus der sie mit Gewalt nicht mehr herauskommen, sind die gewitzten Ideen von Wickie die letzte Rettung.

Westfälisches Landestheater Castrop-Rauxel
Für Kinder ab 6 Jahren

Der Wolf und die sieben Geißlein

Das Puppenspiel folgt ganz dem Märchen der Gebrüder Grimm von der besorgten Mutter Geiß, die ihre Kinder alleine lassen muss. Ihre Warnungen, den Wolf nicht in die Wohnung zu lassen, werden von den Geißlein zunächst auch befolgt. Aber der Wolf frisst Kreide und lässt sich seine Pfoten mit Teig und Mehl weiß machen, so dass er die Kleinen überlisten kann. Bis auf das Kleinste verspeist er alle Kinder der Mutter Geiß. Die besorgte Mutter kann ihre Kinder jedoch aus dem Bauch des Wolfes befreien und statt dessen Steine einfüllen, die den Unhold in den Brunnen ziehen.

Die Geschichte ist eigentlich sehr gruselig. Das Figurentheater Lille Kartoffler bezieht aber mit viel Charme und Geschick sein junges Publikum so ein, dass die Kinder mit Begeisterung das Märchen zu einem guten Ende bringen.

Figurentheater Lille Kartoffler
Für Kinder ab 4 Jahren

Dienstag, 21.03.06
15.30 Uhr
Aula Realschule
St. Ursula
Erwachsene 5 €
Kinder 4 €
Vorverkauf ab
21.02.06

Dienstag, 04.04.06
15.00 und 17.00 Uhr
VHS; Forum
Erwachsene 4 €
Kinder 3 €
Vorverkauf ab
06.03.06

Die Stadtbibliothek Dorsten stellt Bücher und andere Medien aus allen Wissens- und Lebensgebieten für Sie bereit. Sie unterrichtet über aktuelle Fragen, ebnet den Zugang zu Wissenschaft und Kultur, unterstützt Ihre persönliche und berufliche Weiterbildung und gibt Anregungen für Hobby und Freizeit. Neben der Hauptstelle im Bildungszentrum Maria Lindenhof besitzt die Stadtbibliothek eine leistungsfähige Zweigstelle in Wulfen.



50.000 Sachbücher
13.000 Romane
17.000 Kinder- und Jugendbücher

Wir haben viele

gute Seiten!

So funktioniert die Ausleihe

Leseausweis Bei Vorlage Ihres Personalausweises stellen wir Ihnen einen Leseausweis aus. Damit können Sie Bücher, Spiele und Cassetten für 4 Wochen mit nach Hause nehmen. Die Ausleihe von CDs, CD-ROMs und Zeitschriften ist auf 14 Tage, die von DVDs auf 7 Tage begrenzt.

Jahresgebühren Die Jahresgebühr für den Leseausweis beträgt:
12 € für Erwachsene,
6 € für Kinder und Jugendliche,
18 € für Familien.
Inhaber des Dorsten-Passes erhalten eine Ermäßigung um 75 %.

Medien Für DVDs erheben wir eine Ausleihgebühr von 1,50 €, für CD-ROMs 1 €. Alle anderen Medien können Sie kostenlos ausleihen.

EDV-Katalog Unser EDV-Katalog bietet Ihnen einen Überblick über unseren gesamten Bestand. Sie finden alle Medien über Titelstichworte, Verfasser oder Schlagworte und können gleich erkennen, ob ein Medium ausgeliehen oder in der Bibliothek verfügbar ist. Als angemeldeter Benutzer können Sie auch Ihren aktuellen Kontostand einsehen und die Ausleihfrist der Medien verlängern.

Der Katalog mit allen Funktionen steht Ihnen auch im Internet zur Verfügung: <http://bibliotheken-im-KreisRE.de>

Internet

Einen Zugriff auf Daten und Informationen aus aller Welt ermöglicht Ihnen unser Internet-Anschluss, den Sie gegen eine geringe Gebühr nutzen können.

Termine für Veranstaltungen wie Autorenlesungen, Kindertheater, Bücherbasar... werden rechtzeitig in der Bibliothek und in den Tageszeitungen angekündigt.

Termine

Anschriften und Öffnungszeiten

Hauptstelle Maria Lindenhof
Dienstag 11 - 13 und 15 - 19 Uhr
Mittwoch 11 - 13 und 15 - 17 Uhr
Donnerstag 11 - 13 und 15 - 19 Uhr
Freitag 11 - 13 und 15 - 17 Uhr
Samstag 10 - 13 Uhr

Im Werth 6
Tel.: (0 23 62) 66 41 05
und 66 41 07
Fax: (0 23 62) 66 57 13

Stadt- und Schulbibliothek Wulfen
Dienstag 10 - 12 und 14 - 17 Uhr
Mittwoch 14 - 17 Uhr
Donnerstag 14 - 19 Uhr
Freitag 10 - 12 Uhr

Wulfener Markt 4
Tel.: (0 23 69) 86 67

2.000 fremdsprachige Bücher
300 Songbooks
3.500 Cassetten
3.000 CDs
700 CD-ROMs
500 DVDs
250 Hörbücher
900 Spiele
100 Zeitschriften

Kleinkunst und Musik

Karten für die nachfolgenden Veranstaltungen erhalten Sie im Gemeinschaftshaus, Tel. 0 23 69 / 9 34 50, E-Mail:

gemeinschaftshaus.wulfen@dorsten.de sowie in der Stadtinformation im Lipetor, Tel. 0 23 62 / 30 80 80 0.

Wilfried Schmickler: Danke!

Freitag, 20.01.06
20.00 Uhr
Vorverkauf: 12 €
Abendkasse: 14 €
Vorverkauf ab sofort

"Nur nicht den Sand in den Kopf stecken", lautet das Motto dieses zweiten Soloprogramms von Wilfried Schmickler. Der Mann mit der "lingualen Axt" aus den WDR-Mitternachtsspitzen gibt einen galligen Bericht zur Lage der Nation. Sein politisches Kabarett ist eine rhetorisch geschliffene Generalattacke, ein sprachliches Trommelfeuer, bitterböse und kompromisslos, aber immer höchst unterhaltsam.

Petra Afonin: Cellulita, die Königin der Nachtcremes

Freitag, 10.02.06
20.00 Uhr
Vorverkauf: 12 €
Abendkasse: 14 €
Vorverkauf ab
10.01.06

Vor 10 Jahren brachte Petra Afonin ihr Kabarettprogramm "Cellulita, die Königin der Nachtcremes" auf die Bühne. Jetzt präsentiert sie ihr cellulitisches Comeback unter dem Motto: "Jetzt noch faltiger!" Es ist ein komplett neues Programm zum Thema Schönheitswahn, Speckrollen, Faltenkiller. Und es beantwortet – diesmal aus der Sicht einer Endvierzigerin – so entscheidende Fragen wie: Trüffel oder Tofu? Welche Männer machen Sie älter? Schönheitsoperation oder lieber ein neuer Mann?

28. Wulfener Oldie-Night: Juke Box & Take Five

Samstag, 18.02.06
20.00 Uhr
Vorverkauf: 8 €
Abendkasse 10 €

Die bei den Wulfener Oldie-Fans bekannte Band Juke Box steht vor allem für gehobene Tanzmusik, melodischen Rock und Pop und bekannte Oldies von den 60er bis in die 80er Jahre. Die fünf Musiker von Take Five spielen Rock und Pop aus fünf Jahrzehnten. Vor allem haben sie sich den Songs aus den 80er Jahren verschrieben.

Frank Lüdecke: Elite für alle

Frank Lüdeckes aktuelles Programm erzählt eine ganz traurige Geschichte: Die Deutschen sterben aus, leider. Die Bevölkerungspyramide sieht bereits aus, als würde man Helmut Kohl auf den Kopf stellen. In der Lausitz wurden schon Wölfe gesichtet... Seine Antwort auf die Probleme: Das Land braucht eine Elite. Die aber soll nicht abgehoben sein, sondern eine Elite für alle. Das wird eine Reparaturanleitung für den zivilisationsgestressten Mitteleuropäer.

Frank Lüdecke war über zehn Jahre Hauptautor von Dieter Hallervorden, schrieb die ARD-Serie "Zebralla" und war Autor für das Düsseldorfer Kom(m)ödchen. Seit 2004 ist er Stammgast im ARD-Scheibenwischer.

Freitag, 24.03.06
20.00 Uhr
Vorverkauf: 12 €
Abendkasse 14 €
Vorverkauf ab
24.02.06

Martin Maier Bode & Jens Neutag: Doppelpass

Dieses Programm ist ein kabarettistisches Fantraining für die Fußball-WM 2006. Mit einem Parforceritt durch politisch unkorrekte Fangesänge, grammatikalisch verwirrende Spielerzitate und logisch kaum fassbares Regelwerk versuchen Martin Maier-Bode und Jens Neutag singend, tanzend und jauchzend ihre Zuschauer mit der Emotionalität des Fußballplatzes zu infizieren, ohne die politische, gesellschaftliche und hochkulturelle Dimension des Fußballs zu missachten. Denn wie sagt der Volksmund: "Fußball isset Leben!"

Donnerstag, 04.05.06
20.00 Uhr
Vorverkauf: 12 €
Abendkasse 14 €
Vorverkauf ab
27.03.06

Kindertheater

Liebe Eltern und Großeltern, die Angaben zum Alter der Kinder werden von den Kindertheatern aufgrund ihrer Erfahrungen mit den Stücken vorgegeben. Bitte beachten Sie das Mindestalter, damit das Theater für Sie, Ihre Kinder und die anderen ein ungetrübtes Vergnügen wird. Noch eine Bitte: Um der Nachfrage gerecht zu werden, möchten wir bei Bedarf eine zweite Vorstellung anbieten. Bitte helfen Sie uns bei der Planung, indem Sie den Vorverkauf nutzen. Karten für das Kindertheater erhalten Sie ausschließlich im Gemeinschaftshaus, Telefon 0 23 69 / 9 34 50, E-Mail: gemeinschaftshaus.wulfen@dorsten.de

Briefe von Felix

Freitag, 27.01.06
16.00 Uhr
Vorverkauf:
Kinder 3 €
Erwachsene 4 €
Tageskasse:
Kinder 4 €
Erwachsene 5 €

Die siebenjährige Sophie hat bei der Rückkehr aus dem Urlaub auf dem Flughafen ihren Stoffhasen Felix verloren. Trotz Zuspruch durch Mutter und Schwester wird sie erst ein wenig über den Verlust hinweg getröstet, als der erste Brief von Felix aus London bei ihr ankommt. Felix besucht London, Paris, Rom, New York, die Pyramiden in Ägypten und den Nationalpark in Kenia. Sophie erfährt viel über die Städte und Länder, die ihr geliebter Kuschelhase bereist, und erlebt im Theaterstück selbst manches Abenteuer.

*Für Kinder ab 4 Jahren
WoDo-Puppenspiel*

Land in Sicht

Freitag, 03.03.06
16.00 Uhr
Vorverkauf:
Kinder 3 €
Erwachsene 4 €
Tageskasse:
Kinder 4 €
Erwachsene 5 €

Oskar und Bubu finden ein altes Buch und lesen darin über eine sagenhafte ferne Insel. Dort liegt ein fürchterlicher Schlafzauber über allen Lebewesen. Auch die Tanzmaus Carmenbert ist davon betroffen. Wer schläft noch ein oder wer schafft es, sie wach zu küssen? Bubu, der Feuer-Drache Isidor oder das Publikum???

Eine phantastische, abenteuerliche Reise zweier ungleicher Freunde, mit viel peppiger Musik.

*Für Kinder ab 3 Jahren
Rotznasen-Theater*

Frau Silberklang, Herr Mozart & Der Vogelsang

Das Tippelpaar Anna Silberklang und Alfons Vogelsang, lebt seit Jahr und Tag auf der Straße. Heute haben sie auf ihrer Suche nach einer Übernachtungsmöglichkeit Glück: In einem großen Haus steht eine Tür auf, sie huschen hinein und finden sich bald auf einem Speicherboden wieder, einem idealen Platz für die Nacht. Doch ihre Ruhe wird gestört: Von unten dringen Menschenstimmen und Musik. Das Haus ist ein Theater und auf der Bühne wird eine Oper gespielt: "Die Zauberflöte" von Wolfgang Amadeus Mozart. Plötzlich befinden sich Frau Silberklang und Herr Vogelsang mitten in der Zauberflöte wieder, sie erzählen aus Mozarts Leben und spielen selbst die spannenden und lustigen Teile der Oper. Ein Schauspiel mit viel Musik, einem Speicher, einer Zauberflöte und einer Oper.

*Für Kinder ab 5 Jahren
Theater Kreuz & Quer*

Ernst & Huberti in Hollywood

Ernst und Huberti sind zwei komische Vagabunden auf einer umständlichen Reise ins Glück. Unerschrocken meistern sie alle möglichen Pannen, und jetzt ruft sogar Hollywood! "Der Tiger von Eschnapur" steht auf dem Programm, mit Brad Pitt, Britney Spears und natürlich Uschi Glas. Aber wenn Ernst und Huberti einen Film drehen, funktioniert natürlich nichts so wie geplant. Der Film würde bestimmt der Flop des Jahrtausends, wenn da nicht die Kinder wären, um Ernst und Huberti tatkräftig zur Seite zu stehen. Ein turbulentes Stück Mitspieltheater voller Klamauk und Aktionen, Clownerie und Musik.

*Für Kinder ab 4 Jahren
Trotz-Alledem-Theater*

Freitag, 31.03.06
16.00 Uhr
Vorverkauf:
Kinder 3 €
Erwachsene 4 €
Tageskasse:
Kinder 4 €
Erwachsene 5 €

Freitag, 12.05.06
16.00 Uhr
Vorverkauf:
Kinder 3 €
Erwachsene 4 €
Tageskasse:
Kinder 4 €
Erwachsene 5 €

VHS-Angebote für Senioren

ab 30.01.	Wer rastet - der rostet! Gymnastik für Senioren	S2357
ab 30.01.	Englisch mit Muße Stufe A1 Grundkurs 2	S3111
ab 30.01.	Englisch mit Muße Stufe A2 Aufbaukurs 1	S3123
ab 30.01.	Englisch mit Muße Stufe B1 Erweiterungskurs 4	S3132
ab 31.01.	Wer rastet - der rostet! Gymnastik für Senioren	S2358
ab 31.01.	Englisch mit Muße Stufe A1 Grundkurs 4	S3112
ab 07.02.	Gehirnjogging - Gedächtnis- und Konzentrationstraining: Grundstufe	S2170
ab 07.02.	Einführung in die EDV	S5410
ab 16.03.	Internet für Senior(inn)en	S5414
ab 21.03.	Gehirnjogging - Gedächtnis- und Konzentrationstraining: Aufbaustufe	S2171
Mi., 22.03.	Neue Wohnformen im Alter	S5151
ab 30.03.	E-Mails und Co. für Senior(inn)en	S5415
ab 25.04.	Visitenkarten, Grußkarten und Co.	S5411
ab 26.04.	Einführung in die digitale Videobearbeitung	S5413
ab 27.04.	Einführung in die digitale Fotografie	S5412

Einzelveranstaltungen

19.01.	Ian Bruce & Victor Besch: Songs of Robert Burns	S6120
27.01.	Anne Frank. Verstecktes Leben	S1110
02.02.	Rollo Gebhard: Logbuch eines Lebens	S1120
15.02.	Jeder is(s)t anders!	S2150
22.02.	Leben mit demenzkranken Menschen im Alltag	S2140
22.02.	Panamericana - Abenteuer zwischen Alaska und Feuerland	S1210
08.03.	Alptraum Schlaflosigkeit	S2130
08.03.	Schenkung und vorweggenommene Erbfolge	S5150
12.03.	Wolfgang A. Mozart: Sein Leben in seiner Musik	S6130
15.03.	Gesund bleiben - gesund werden durch fasten	S2160
16.03.	Cannabis & Co.	S2180
16.03.	Paris - Mythos am Ufer der Seine	S1220
17.03.	Wertermittlung von Immobilien	S5153
20.03.	Judentum und Christentum - Gemeinschaft wider Willen?	S1130
22.03.	Nebenkostenabrechnung leicht gemacht	S5152
22.03.	Neue Wohnformen im Alter	S5151
24.03.	Fibromyalgie - Meine Schmerzen nimmt keiner ernst!	S2110
29.03.	König Jacques - Chiracs Frankreich	S1140
30.03.	Moderne Behandlung entzündlicher Gelenkerkrankungen	S1220
03.04.	Regiert der Fußball die Welt?	S1150
02.05.	Masuren. Thorn - Danzig - Königsberg	S1130
05.05.	Ich weiß nicht, was soll es bedeuten?	S6140
15.05.	Franz Beckenbauer. Der freie Mann	S1160
23.05.	Studieren an der FernUniversität Hagen	S4120

Bildungsurlaub

Nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AwbG) haben in Nordrhein-Westfalen Arbeiter und Angestellte die Möglichkeit, sich beruflich oder politisch fortzubilden und dafür von der Arbeit - in der Regel für fünf Arbeitstage in einem Kalenderjahr - freigestellt zu werden.

Der Antrag auf Freistellung muss dem Arbeitgeber spätestens sechs Wochen vor Veranstaltungsbeginn vorliegen. Bei Ihrer Anmeldung zu einer unserer nachfolgend aufgelisteten Bildungsurlaubsveranstaltungen erhalten Sie eine Bescheinigung zur Vorlage beim Arbeitgeber.

Bitte melden Sie sich rechtzeitig an, da wir bei Bildungsurlaubsveranstaltungen 14 Tage vor dem Veranstaltungsbeginn über die Kursdurchführung entscheiden.

30.01. - 01.02	Persönlichkeitsbildung von Anfang an	S1310
06.03. - 10.03	Einführung in die EDV	S5320
06.03. - 10.03	Professionelles Arbeiten mit dem Office Paket	S5360
20.03. - 24.03.	Professional English Stufe B1 Compact Refresher Course	S3135
27.03. - 31.03	Grundlagen der Homepage-Erstellung	S5384
03.04. - 07.04	Digitale Bildbearbeitung mit Photoshop 7.0	S5367
24.04. - 28.04	Persönliches Marketing	S5212
24.04. - 28.04	PC-Installation, Konfiguration und Wartung	S5334
08.05. - 12.05	Tabellenkalkulation mit Excel	S5351
15.05. - 19.05	Internetnutzung für den Beruf	S5380
15.05. - 19.05	Professionelles Internet Publishing	S5386
29.05 - 02.06	Web-Publishing mit HTML und Frontpage	S5385
29.05 - 02.06	Windows XP für Anwender	S5333

Impressum

Herausgeber: Stadt Dorsten - Der Bürgermeister
Amt für Kultur und Weiterbildung

Verantwortlich für den Inhalt: Klaus Schmidt

Redaktion: Petra Duda, Heike Kaling

Auflage: 10.500 Exemplare

Satz und Layout: Werbeservice Tüshaus, Dorsten

Druck: WAZ-DRUCK, Duisburg

Unterrichtstermine

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa
1. Woche	30.01.	31.01.	01.02.	02.02.	03.02.	04.02.
2. Woche	06.02.	07.02.	08.02.	09.02.	10.02.	11.02.
3. Woche	13.02.	14.02.	15.02.	16.02.	17.02.	18.02.
4. Woche	20.02.	21.02.	22.02.	23.02.	24.02.	25.02.
5. Woche	-	28.02.	01.03.	02.03.	03.03.	04.03.
6. Woche	06.03.	07.03.	08.03.	09.03.	10.03.	11.03.
7. Woche	13.03.	14.03.	15.03.	16.03.	17.03.	18.03.
8. Woche	20.03.	21.03.	22.03.	23.03.	24.03.	25.03.
9. Woche	27.03.	28.03.	29.03.	30.03.	31.03.	01.04.
10. Woche	03.04.	04.04.	05.04.	06.04.	07.04.	08.04.
11. Woche	24.04.	-	26.04.	27.04.	28.04.	29.04.
12. Woche	-	02.05.	03.05.	04.05.	05.05.	06.05.
13. Woche	08.05.	09.05.	10.05.	11.05.	12.05.	13.05.
14. Woche	15.05.	16.05.	17.05.	18.05.	19.05.	20.05.
15. Woche	22.05.	23.05.	24.05.	-	26.05.	27.05.
16. Woche	29.05.	30.05.	31.05.	01.06.	02.06.	03.06.
17. Woche	-	06.06.	07.06.	08.06.	09.06.	10.06.
18. Woche	12.06.	13.06.	14.06.	-	16.06.	17.06.
19. Woche	19.06.	20.06.	21.06.	22.06.	23.06.	24.06.

Unterrichtsfreie Tage

Rosenmontag	Mo., 27.02.06
Osterferien	Mo., 10.04. - Sa., 22.04.06
Kursleiter-/Kursprecher- versammlung	Di., 25.04.06
Maifeiertag	Mo., 01.05.06
Christi Himmelfahrt	Do., 25.05.06
Pfingstmontag	Mo., 05.06.06
Fronleichnam	Do., 15.06.06

**Das Arbeitshalbjahr 2/2006 beginnt am 28.08.2006,
das neue Programm erscheint am 07.08.2006.**