



Programm 1. Halbjahr 2024

19. Februar
bis 5. Juli 2024

Semesterschwerpunkt Europa



www.vhs-herne.de

Volkshochschule
Das kommunale
Weiterbildungszentrum



04

Editorial

05

Anmeldeformular /
SEPA-Lastschrift-Mandat

06

Kontakt zur vhs
Anfahrtsbeschreibungen

07

vhs-Team

08

Themenschwerpunkt „Europa

09

Bildungsurlaube 2024
Zertifizierung

10

Einzelveranstaltungen 2024

11

Allgemeine
Geschäftsbedingungen

12

**ONLINE-ANGEBOTE
& SOMMER-VHS**

14

JUNGE VHS

16

**SCHULABSCHLÜSSE /
GRUNDBILDUNG /
VHS-INCLUSIVE**

18

**BERATUNGSSTELLE
BERUFLICHE
WEITERBILDUNG**

19

FILMFORUM DER VHS

20

**GESELLSCHAFT
UND POLITIK**

Lokales / Regionales
Geschichte / Zeitgeschehen
Weltpolitik Aktuell
Nachhaltigkeit
Interkulturelles
Länderkunde
Recht
Philosophie / Psychologie
Gender & Diversity

32

**UMWELT /
NATURWISSENSCHAFTEN**

Vorträge
Exkursionen
Astronomie

36

BERUFLICHE BILDUNG

Arbeitstechniken /
Kommunikation
Recht / Finanzen / Steuern
Bildungsurlaube

40

DIGITALE MEDIEN

Computerwissen
für Einsteiger*innen
Digitale Medien für Senior*innen
Digitale Kompetenz fürs Büro
Programmieren lernen
Digitale Welt
Smartphone & Tablet

45

**FORTBILDUNG
FÜR KURSLEITER*INNEN**

46

**BILDUNGSURLAUBE
DIGITALE MEDIEN**

48

SPRACHEN

Deutsch
Das System unserer Sprachkurse:
Der Europäische Referenzrahmen
Englisch
Französisch
Spanisch
Italienisch
Griechisch
Thai
Chinesisch
Japanisch
Alte Sprachen
Niederländisch
Norwegisch
Schwedisch
Türkisch

71

KULTURELLE BILDUNG

Schauspiel
Musik
Literatur
Kunstgeschichte
Zeichnen / Malen
Fotografie
Plastisches Gestalten
Schneidern
Floristik
Ausstellungen in
der vhs-Galerie

79

KOCHEN

Internationale Küche
Kulinarische Klassiker
Fleischlos lecker
Backen - herzhaft oder süß
Getränke-Genuss
Familien kochen
Praktische Ernährungsbildung

86

**GESUNDHEIT
UND BEWEGUNG**

Gesundheitsbildung
Angebote der vhs im Rahmen
der Herner Gesundheitswoche
Angebote der vhs im Rahmen
der Herner Frauenwoche
Entspannung
Yoga
Präventionsgymnastik
Fitnessgymnastik
Wandern
Wassersport
Tanz
Bildungsurlaube

IMPRESSUM

Herausgeber:

Stadt Herne -
Der Oberbürgermeister,
Volkshochschule Herne

Redaktion:

vhs-Team,
JournalistenBüro Herne
GmbH

Konzept:

JournalistenBüro Herne
GmbH

Titelbild:

Deutscher
Volkshochschul-Verband

Druck:

Westermann DRUCK | pva
Georg-Westermann-Allee 66
38104 Braunschweig

Gesamtauflage:

15.945 Exemplare
inkl. E-Paper
Januar 2024



Liebe Teilnehmende und an der vhs Interessierte,

nach einer kurzen Winterpause meldet sich die vhs Herne mit einem vielfältigen Programm und einigen personellen Neuigkeiten (siehe unten) zurück und heißt Sie im Frühjahrsemester 2024 herzlich willkommen!

In diesem Jahr stehen die 10. Wahlen für das Europäische Parlament an. Anlass für uns zu fragen: vhs Herne und Europa, was haben sie miteinander zu tun? Auf diese Frage gibt es Antworten auf den verschiedensten Ebenen.

Die Europäische Union (EU) hat unter anderem das Ziel für Chancengleichheit zu sorgen und Bildungsdiskriminierung abzubauen. Für Vorhaben in diesem Zusammenhang vergibt die EU Gelder zum Beispiel aus dem Europäischen Sozialfonds (ESF). Ohne diese würde es den Bildungsscheck NRW nicht geben. Und auch der mittlerweile bei der vhs Herne fest etablierten Beratung zur beruflichen Weiterbildung ging ein ESF-Projekt voraus. Nutzen Sie Ihre Möglichkeiten individueller beruflicher Beratung und die Chance auf finanzielle Unterstützung für eine Fortbildung und vereinbaren Sie einen Termin in unserer Weiterbildungsberatung (Seite 18).

Die Erwachsenenbildung hat den Auftrag, den Teilnehmer*innen „die Chance zu bieten, sich für ... die Mitgestaltung der Gesell-

schaft erforderliche Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten anzueignen.“ Daher startet die vhs Herne in Kooperation mit der Europa Union, Kreisverband Herne, eine Vortragsreihe, die kleinere EU-Mitgliedsstaaten vorstellt (Kursnummer 2090). Vor dem Hintergrund der Verhandlungen mit weiteren Mitgliedsstaaten, werfen wir einen Blick auf „20 Jahre Osterweiterung EU“ (Kursnummer 2086). Über die Rolle europäischer Staaten im Kolonialismus (Kursnummer 2069) und dessen Auswirkungen informieren die Ausstellung und Begleitveranstaltungen „Der lange Schatten der deutschen Kolonialzeit“ (Kursnummern 2132 bis 2134).

Die europäische Sprachenpolitik definiert als Ziel, dass jeder Mensch zwei weitere Sprachen neben seiner Muttersprache sprechen sollte. Da viele Bürger*innen glauben, dass ihnen Fremdsprachen nicht liegen, bieten wir eine Infoveranstaltung rund um das Thema „Sprachen lernen“ an (Kursnummer 54002, Seite 58).

Durch ein vielfältiges Sprachkursangebot trägt die vhs Herne zur gelebten sprachlichen Vielfalt in Europa und darüber hinaus bei. Einzelveranstaltungen bieten in diesem Semester auch Neukunden die Gelegenheit, in vhs-Kurse hineinzuschnuppern. In Französisch lockt ein Vortrag zur 800 km langen Rhone (Kursnummer 5423). Eine junge Italienerin bietet jeweils nur an einem Samstag Kurse rund um die Themen Restaurant, Einkauf und die sehenswerte Stadt Turin an (Kursnummern 5606 bis 5608). Landeskunde mal anders bieten irische Märchen und

Lieder (Kursnummer 5355). Griechisch wird am Wochenende angeboten (Kursnummer 5831) und ein neuer Türkischkurs (Kursnummer 5941) wendet sich an alle diejenigen, die mit türkischstämmigen Menschen in Kontakt kommen. Und Kinder im Grundschulalter begeistern sich fürs Sprachenlernen in Ferienkursen, in denen gelacht, gesungen und gesprochen werden darf, zum Beispiel Spanisch (Kursnummer 5505) und Englisch (Kursnummer 5321).

Kulturelle Bildung und kulturelle Vielfalt sind untrennbar verbunden. So stehen im „Sommer-Theater-Camp für Kids“ Märchen verschiedener Länder im Mittelpunkt (Kursnummer 6055). Im „OHRENforum“ (Kursnummer 6100) erfahren Sie Hintergründiges zu Märchen-Opern der Deutschen Romantik, Italiens und Tschechiens. Europäische Literatur wird im Lesekreis „Streifzüge durch die Weltliteratur“ thematisiert (Kursnummer 6218), und in der bildenden Kunst wird die einflussreiche Rolle Europas im Vortrag „Abstraktion in der Kunst nach 1945 mit Blick auf Europa“ (Kursnummer 6316) herausgestellt.

Nicht zuletzt hat Europa auch dem Gaumen Gutes zu bieten. Besuchen Sie unsere Kochkurse wie „Italienische Schlemmerreise“ (Kursnummer 7101), „Fingerfood de Lux: Griechisch inspiriert“ (Kursnummer 7109), „Schwedischer Osterschmaus“ (Kursnummer 7115) oder den „Europäischen Weinabend“ (Kursnummer 7503).

Wir freuen uns auf das neue Semester mit Ihnen! Schön Sie zu sehen!

Ihr vhs-Team



Wir sind die Neuen bei der vhs Herne

Dagmar Vogel

Ich habe in Aachen Germanistik und politische Wissenschaften studiert und war nach einem Volontariat im Verlagshaus Walter de Gruyter in Berlin zunächst als wissenschaftliche Redakteurin für den Felix Meiner Verlag in Hamburg tätig. Ab 2013 habe ich dann an der insel-VHS Marl Erfahrungen als Dozentin erworben und ab 2020 die Programmbereiche „Grundbildung und Schulabschlüsse“, „Gesundheit“ und das Qualitätsmanagement geleitet. Nun freue ich mich darauf, gemeinsam mit meinem Team aus Pädagog*innen und Verwaltungsmitarbeitenden den Herner Bürger*innen ein interessantes, zeitgemäßes und zukunftsorientiertes Programm zu unterbreiten.



Iwona Jarczewski

Nach meinem Studium der Slawistik und Politikwissenschaften habe ich viele Jahre als Dozentin in Integrationskursen sowie im 2. Bildungsweg unterrichtet, war wissenschaftliche Mitarbeiterin im Landtag von NRW und leitete ab 2017 die Programmbereiche „2. Bildungsweg“ sowie „Grundbildung und Alphabetisierung“ an der VHS Duisburg. Bis 2022 war ich an der VHS in Grevenbroich für die Bereiche „Fremdsprachen“, „Gesundheit“ und „Grundbildung“ verantwortlich. Daran knüpfte ich in Herne nun mit der Übernahme der Bereiche „Grundbildung und Schulabschlüsse“ und Qualitätsmanagement gerne an.



Marco Darnieder

2008 begann ich bei der Stadt Herne meine Ausbildung zum Verwaltungsfachangestellten, die ich 2011 erfolgreich abschloss. Zunächst wurde ich im Fachbereich Öffentliche Ordnung eingesetzt, wechselte dann zur Unterhaltsvorschusskasse, durchlief Wohngeld und die Schwerbehindertenabteilung und arbeitete zuletzt im Einwohnermeldeamt. Somit verfüge ich über umfangreiche Erfahrungen und bin gespannt auf die neue Herausforderung Volkshochschule. Ich freue mich darauf, den vhs-Teilnehmenden in der Geschäftsstelle in Herne mit Rat und Tat zur Seite zu stehen und bei der Kursauswahl und der Anmeldung helfen zu können.



ZU UNSEREM TITELBILD:

In diesem Semester setzt die vhs Herne mit „Europa“ einen Themenschwerpunkt, dem sich Volkshochschulen bundesweit angeschlossen haben. Anlass ist die Wahl zum Europäischen Parlament im Juni 2024.

So finden sich quer über die Programmbereiche Kurse, Einzelveranstaltungen und spezifische Vorträge, die das Thema „Europa“ in allen Facetten beleuchten.

Nicht zuletzt aber verweist auch unser Titelbild darauf, dass Europa besonders eins ist: Eine Heimat für Menschen aus unterschiedlichen Kulturen, die der Wunsch nach einem Leben in Frieden verbindet.

SAGEN SIE UNS IHRE MEINUNG!

Als „das“ kommunale Weiterbildungszentrum vor Ort versteht sich die vhs Herne als professionelles Dienstleistungsunternehmen. Daher möchten wir in erster Linie kundenorientiert arbeiten. Konkret heißt das, wir wollen Ihnen ein Programm anbieten, das sich an Ihren Wünschen und Bedürfnissen orientiert. Genauso möchten wir natürlich auch die Teilnahmebedingungen so gestalten, dass Sie gut damit klar kommen. So soll die Anmeldung einfach und unbürokratisch sein, der Beratungsservice gut und die Räumlichkeiten und Lernbedingungen angemessen. Daher bitten wir Sie, sich mit Ihren Wünschen und Kritikpunkten an uns zu wenden! Nutzen Sie bitte

- die Anregungsbögen im Foyer unserer Häuser
- das Kontaktformular auf www.vhs-herne.de
- die Feedbackbögen in den Kursen.

Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldungen!

Das Team der vhs gibt Auskunft und hilft gerne weiter: **Telefon 02323/16-2920 und 16-3584.**

Eine ausführliche Kursbeschreibung aller Kursangebote finden Sie auch auf unserer Homepage: www.vhs-herne.de

**POSTANSCHRIFT**

Stadt Herne,
Volkshochschule

Postfach 101820
44621 Herne

**ÖFFNUNGSZEITEN
DER
GESCHÄFTSSTELLEN:**

Mo 8.30-12.00, 13.30-15.30 Uhr
Di 8.30-12.00 Uhr
Mi 8.30-12.00, 13.30-15.30 Uhr
Do 13.30-15.30 Uhr
Fr 8.30-12.00 Uhr

**KULTURZENTRUM
(BARRIEREFREI)**

44623 Herne
Willi-Pohlmann-Platz 1

Tel.: 02323/16-2920
Fax: 02323/16-12339266

**HAUS AM
GRÜNEN RING**

44649 Herne
Wilhelmstraße 37

Tel.: 02323/16-3584
Fax: 02323/16-1233 9255

SERVICE-TELEFON:

02323/16-1643

E-MAIL:

vhs@herne.de

INTERNET:

www.vhs-herne.de

UNSERE AGB:

Seite 11

ANFAHRT MIT ÖPNV:

Haltestelle „Kulturzentrum“
Linien 312 und 362
Haltestelle
„Archäologie-Museum/
Kreuzkirche“
Linien 311, 323, 324, 337,
367 und U35

ANFAHRT MIT ÖPNV:

Haltestelle „Mondpalast“
Linien 312, 323, 328, 384
und SB27



Dagmar Vogel
vhs-Leitung
Gesellschaft und Politik

Haus am Grünen Ring
Zimmer 12, Tel.: 16-3553
dagmar.vogel@herne.de



Sven Becker
Umwelt, Naturwissenschaften, Technik, Berufliche Bildung, EDV, Städtische Schulungen

Kulturzentrum
Zimmer 16, Tel.: 16-2807
sven.becker@herne.de



Natalie Dilekli
Filmforum, Kulturelle Bildung, Ausstellungen, Kochen

Haus am Grünen Ring
Zimmer 31, Tel.: 16-1507
natalie.dilekli@herne.de



Iwona Jarczewski
Grundbildung, Schulabschlüsse, Qualitätsmanagement

Haus am Grünen Ring
Zimmer 104, Tel.: 16-2841
iwona.jarczewski@herne.de



Inga Mühlenbrock
Gesundheit und Bewegung

Kulturzentrum
Zimmer 126, Tel.: 16-3426
inga.muehlenbrock@herne.de



Monika Remlinger
Fremdsprachen, Kursleiterfortbildung, Qualitätsmanagement

Haus am Grünen Ring
Zimmer 132, Tel.: 16-3467
monika.remlinger@herne.de



Dr. Sybille Rößler-Lelickens
Deutsch, Gesellschaft und Politik

Haus am Grünen Ring
Zimmer 232, Tel.: 16-3051
sybille.roessler-lelickens@herne.de



Natella Schüpp
Deutsch, Englisch

Haus am Grünen Ring
Zimmer 131, Tel.: 16-3179
natella.schuepp@herne.de



Annette Möller
Weiterbildungsberatung

Haus am Grünen Ring
Zimmer 32, Tel.: 16-3186
annette.moeller@herne.de



Frank Lehmsiek
Teamleiter Verwaltung

Haus am Grünen Ring
Zimmer 10, Tel.: 16-3428
frank.lehmsiek@herne.de



Karina Boese
Sachbearbeitung Integrationskurse

Haus am Grünen Ring
Zimmer 25, Tel.: 16-3178
karina.boese@herne.de



Nina Bulitz
Sachbearbeitung, Datenpflege

Kulturzentrum
Zimmer 15, Tel.: 16-2780
nina.bulitz@herne.de



Marco Darnieder
Geschäftsstelle Herne Anmeldung

Kulturzentrum
Zimmer 14, Tel.: 16-2920
marco.darnieder@herne.de



Ute Drenhaus
Rechnungswesen, Beschaffung

Haus am Grünen Ring
Zimmer 26, Tel.: 16-3409
ute.drenhaus@herne.de



Katharina Eul
Geschäftsstelle Wanne Anmeldung

Haus am Grünen Ring
Zimmer 25, Tel.: 16-3584
katharina.eul@herne.de



Svenja Fietz
Honorare

Haus am Grünen Ring
Zimmer 25, Tel.: 16-3468
svenja.fietz@herne.de



Michael Fuß
Sachbearbeitung Integrationskurse

Haus am Grünen Ring
Zimmer 231, Tel.: 16-3658
michael.fuss@herne.de



Stefanie Kremer
Sekretariat Wanne Verwaltungsangelegenheiten

Haus am Grünen Ring
Zimmer 11, Tel.: 16-3342
stefanie.kremer@herne.de



**Daniel Brylla (Bild)
Norbert Szymanowski**
Hauspersonal

Haus am Grünen Ring
Zimmer 23, Tel.: 16-3052



**Frank Husar
Markus Lippok
Clement Szobries**
Hauspersonal

Kulturzentrum
Zimmer 13, Tel.: 16-2790

Angebote im Schwerpunktthema Europa

ÖSTERREICH: VON DEN BERGEN TIROLS BIS ZUR KULTURHAUPTSTADT EUROPAS 2024
Bebildeter Vortrag

2151

Montag, 22.04., 19.00 - 20.30 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr. Stefan Roggenbuck

**ONLINE-VORTRAG:
20 JAHRE OSTERWEITERUNG EU -
TRÄUME UND REALITÄTEN**

2086

Dienstag, 23.04., 18.30 - 20.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Cassandra Speer

**SLOWENIEN: „MUSTERLÄNDLE“
IN DER EUROPÄISCHEN UNION**
Bebildeter Vortrag

2090

Montag, 27.05., 19.00 - 20.30 Uhr
entgeltfrei
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr. Stefan Roggenbuck

**ABER BITTE MIT SAHNE!
Anekdoten und Lebensweisheiten
aus den klassischen Kaffeehäusern
Europas - Vortrag und Lesung**

2503

Donnerstag, 16.05., 19.00 - 21.00 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr. Torsten Reters

DAS SPANISCHE KOLONIALREICH
Bebildeter Vortrag

2069

Donnerstag, 20.06., 18.00 - 19.30 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Malte Pattberg

**ONLINE-VORTRAG:
SCHWIERIGES ERBE**
Herausforderungen eines
ethnologischen Museums

2132

Dienstag, 27.02., 19.00 - 20.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Prof. Dr. Ines De Castro

**AUSSTELLUNG:
„DER LANGE SCHATTEN DER
DEUTSCHEN KOLONIALZEIT“**

2133

Ausstellungsdauer:
11.04. - 09.05.2024
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1

**DER LANGE SCHATTEN DER
DEUTSCHEN KOLONIALZEIT**
Vortrag zur Ausstellungseröffnung

2133A

Donnerstag, 11.04., 18.00 - 19.30 Uhr
entgeltfrei
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Serge Palasie

CONNECTING THE DOTS

2134

Mittwoch, 17.04., 15.00 - 17.00 Uhr
entgeltfrei
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Anna Engelhard

**SPRACHEN LERNEN IST NICHTS
FÜR MICH, ODER DOCH?**

54002

Samstag, 24.02., 10.00 - 12.30 Uhr
Entgelt: 8,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Monika Remlinger

**BALADE LE LONG DU RHÔNE -
SPAZIERGANG ENTLANG EINES
EUROPÄISCHEN HANDELSWEGS**
Bildvortrag in einfachem Französisch

5423

Donnerstag, 06.06., 19.00 - 20.30 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Sarah Landis

**SPANISCH SPRECHEN VON
ANFANG AN - SPRECHTRAINING**

5506

an vier Samstagen vom 24.02. bis 25.05.,
jeweils von 10.00 - 13.15 Uhr
4 x 4 UStd., 56,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Isabel Campos Aguilera

**SPANISCH AUFRISCHUNGSKURS -
SOMMERKURS FÜR
DIE REISE (A2)**

5517

Mittwoch, 19.06., 16.45 - 18.15 Uhr, bis
Mittwoch, 17.07., 16.45 - 18.15 Uhr
5 x 2 UStd., 35,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Erika Herrera Hernandez

**GRIECHISCH FÜR DIE REISE -
ANFANGSKURS**

5831

Samstag, 02.03., 09.45 - 13.00 Uhr, bis
Samstag, 23.03., 09.45 - 13.00 Uhr
4 x 4 UStd., Entgelt: 53,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Kyriaki Kipourou

**3X SPRECHTRAINING FÜR
EINE REISE NACH ITALIEN**

**1. Nel ristorante -
Italienisch rund um
den Restaurantbesuch**

5606

Samstag, 27.04., 09.30 - 12.00 Uhr
Entgelt: 12,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Ilaria Manfredi

**2. Fare le spese -
Italienisch rund
um den Einkauf**

5607

Samstag, 25.05., 09.30 - 12.00 Uhr
Entgelt: 12,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Ilaria Manfredi

**3. Torino, che bello! -
Die Stadt Turin
als Reiseziel in Bild und Ton**

5608

Samstag, 08.06., 09.30 - 12.00 Uhr
Entgelt: 12,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Ilaria Manfredi

**ABSTRAKTION IN DER KUNST
NACH 1945 MIT BLICK AUF EUROPA**
Bebildeter Vortrag

6316

Dienstag, 04.06., 18.30 - 20.30 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr. Falko Herlemann

**EIN ITALIENISCHES
MEDITERRANES BUFFET**

7111

Donnerstag, 16.05., 18.00 - 21.45 Uhr
1 x 5 UStd., 40,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Bonifacio Abbruzzi

**TRADITIONELL GRIECHISCH
OHNE FLEISCH**

7316

Freitag, 28.06., 18.00 - 21.45 Uhr
1 x 5 UStd., 38,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Bärbel Maria Laftsidis-Krüger

EUROPÄISCHER WEINABEND

7503

Freitag, 14.06., 17.30 - 21.45 Uhr
1 x 5 UStd., 19,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Harald Burg

BILDUNGSURLAUBE FEBRUAR BIS JULI 2024

Datum	Titel	Seite	Kurs	Datum	Titel	Seite	Kurs
26.02. - 01.03.	Fotos, Videos und Schnitt für Social Media mit dem Smartphone	47	4533	15.04. - 19.04.	A2 Englisch für Alltag und Beruf	57	5360
04.03. - 08.03.	Tabellenkalkulation mit Excel 2019 von Anfang an	46	4510	13.05. - 17.05.	Gute Kommunikation im Beruf mit NLP	39	4164
04.03. - 08.03.	B1 Englisch für Beruf und Alltag	57	5361	13.05. - 17.05.	B2 Englisch für Beruf und Alltag	57	5362
11.03. - 15.03.	Effizientes Arbeiten im Büro mit Office 2019 - Aufbaukurs	46	4522	03.06. - 07.06.	Yoga und Naturerleben zur Stärkung der Resilienz	98	8395
11.03. - 15.03.	Grundlagen des Social-Media-Managements	47	4535	10.06. - 13.06.	Besser schreiben im Beruf	39	4161
18.03. - 22.03.	Digitale Fotografie von der Aufnahme bis zur Präsentation	47	4531	17.06. - 21.06.	Konflikte lösen mit NLP, TA und GfK	39	4165
25.03. - 28.03.	Stärkenorientierung	98	8388	01.07. - 05.07.	Professionell Texten mit ChatGPT	47	4525
25.03. - 27.03.	Cool-Down statt Burn-out - Neue Kraft für Ihren Alltag	98	8393	01.07. - 05.07.	Japanisch Anfangskurs	68	5862
02.04. - 05.04.	Resilienz-Fähigkeit und Stressbewältigung	98	8391	01.07. - 05.07.	Niederländisch Anfangskurs	69	5902
03.04. - 05.04.	Selbstfürsorge	98	8389	08.07. - 12.07.	Italienisch Anfangskurs	65	5602
08.04. - 12.04.	Italienisch für Anfänger*innen mit geringen Vorkenntnissen	65	5604	08.07. - 12.07.	Spanisch Anfangskurs	62	5503
				15.07. - 19.07.	Focusing	98	8399
				15.07. - 19.07.	Life Balance - Leistungsfähigkeit und Regeneration	98	8387

Weitere Angebote für die Monate August - November 2024: www.vhs-herne.de

BILDUNGSURLAUB NACH DEM ARBEITNEHMER-WEITERBILDUNGSGESETZ (AWbG NRW)

Arbeitnehmer*innen haben einen Anspruch auf Arbeitnehmerbildung von fünf Arbeitstagen im Kalenderjahr. Geregelt wird er durch das Arbeitnehmer-Weiterbildungsgesetz (AWbG). Der Anspruch von zwei Kalenderjahren kann zusammengefasst werden (§ 3 Abs. 1 AWbG).

WER KANN TEILNEHMEN?

Arbeiter*innen und Beschäftigte nach sechsmonatigem Beschäftigungsverhältnis (ohne Lohn- und Gehaltsminderung), Arbeitslose, wenn sie vorher die Zustimmung der Agentur für Arbeit einholen, aber auch alle anderen Personen wie z. B. Privatpersonen, Schüler*innen, Student*innen, Rentner*innen und Freiberufler.

WIE WIRD BILDUNGSURLAUB BEANTRAGT?

Der/die Beschäftigte muss dem Arbeitgeber den Zeitraum der Arbeitnehmer-Weiterbildung so früh wie möglich, mindestens sechs Wochen vor Beginn der Veranstaltung, mitteilen. Eine Mitteilung an den Arbeitgeber über die Anmeldung zu einer Bildungsmaßnahme stellt die Volkshochschule aus. Die Volkshochschule der Stadt Herne ist eine anerkannte Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung.

WER ZAHLT DAS ENTGELT?

Übernimmt der Arbeitgeber die Kosten des Bildungsurlaubs, geben Sie dies bitte auf dem Anmeldeformular an. Das Entgelt kann erstattet werden, wenn aus wichtigem Grund an der Bildungsmaßnahme nicht teilgenommen werden kann. Bei Nichtgenehmigung durch den Arbeitgeber ist eine problemlose und kostenfreie Abmeldung möglich. Melden Sie sich bitte möglichst sechs Wochen vor Beginn der Veranstaltung an.

IHR WEG ZUM BILDUNGSURLAUB

Beschäftigte haben in NRW einen rechtlichen Anspruch auf Bildungsurlaub. Im Arbeitnehmer-Weiterbildungsgesetz (AWbG) NRW sind die Wege von der Beantragung bis hin zu Ihrer Teilnahme am Bildungsurlaub geregelt. Wir haben für Sie alle wichtigen Informationen zu diesem Thema in einem Flyer (*Bild re.*) zusammengefasst. Sie finden ihn in den Foyers unserer beiden Häuser und auf unserer Homepage: www.vhs-herne.de

vhs Volkshochschule Herne

Der Weg zum Bildungsurlaub



Freistellung nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) NRW

CERTQUA-SIEGEL BESTÄTIGT QUALITÄT NACH INTERNATIONALER NORM

Im Februar 2023 stellte sich die vhs den Fragen und kritischen Blicken eines externen Prüfers. Das Ergebnis: Das Qualitätsmanagement funktioniert sehr gut, Wünsche, Ideen und Kritikpunkte werden erfasst und systematisch ausgewertet. Bestimmte Dienstleistungen, wie etwa Anmeldung und Beratungstage, die Ausstattung der Räume und die vielfältigen Angebote werden entsprechend den Bedürfnissen der Kunden stets weiterentwickelt. Die sehr hohe Zufriedenheit auf Seiten der Kursteilnehmenden belegt durchdachte, kundenfreundliche Abläufe von Materialbeschaffung über Raumplanung bis hin zu zügiger Finanzabwicklung der ca. 700 Kurse pro Semester. So wurde festgestellt, dass die Effektivität der Abläufe und vor allem das hohe Maß an Kundenorientierung in der vhs in besonderem Maße den Anforderungen der Norm ISO 9001:2015 entsprechen. Seit 2007 ist die vhs zertifiziert und regelmäßig auf dem Prüfstand. Das Zertifikat gilt bis Februar 2025.

Weitere Informationen:

Qualitätsbeauftragte der vhs, Monika Remlinger, monika.remlinger@herne.de; Tel.: 02323/163467



FEBRUAR

04.02.	Wanderung: Weite Sicht und romantische Teiche	8481
17.02.	Yoga-Workshop: Sanftes Stretching	8314
19.02.	Informationsabend Wassersportführerscheine	8491
23.02.	Mediennutzung in der vhs	4901
24.02.	Sprachen lernen ist nichts für mich, oder doch?	54002
24.02.	Yoga-Workshop: Hatha Vinyasa	8371
24.02.	Workshop: Gesichtsyoga und Selbstmassage	8369
26.02.	Vortrag: Darmflora & Co.: Unser Bakterien-Mikrobiom	8203

MÄRZ

04.03.	Besuch vor Ort: Zu Gast in der WAZ-Redaktion Herne	2023
06.03.	Stille Entzündung – was brodelt in uns?	8204
07.03.	Lesung mit Diskussion: Der unbekannte Nachbar	2136
07.03.	Herner Nachhaltigkeitsforum	3100
07.03.	ALL INCLUDED – Queer in Herne!	2700A
08.03.	Vortrag: Ingeborg Bachmann und Max Frisch - Ein ewiges Auf und Ab	6202
08.03.	Vortrag: Von der Pflichterfüllung zur Sinnstiftung	8233
09.03.	Yoga-Workshop: Morgensequenz für Kraft und Energie	8315
10.03.	Wanderung: Von der Margarethenhöhe nach Essen-Werden	8482
11.03.	Vortrag: Stress, lass nach	8202
11.03.	Yin-Yoga-Workshop	8231
12.03.	Workshop: Vital, beweglich und schmerzlindernd	8438
13.03.	Frauen im Rechtsextremismus	2083
13.03.	Vortrag: Wie unsere Persönlichkeit unsere Gesundheit beeinflusst	8205
14.03.	Partisanen, Guerilleros, Fremdenlegionäre und Söldner	2061
15.03.	Faszientraining	8230
16.03.	Yoga-Workshop: Hatha Vinyasa	8372
16.03.	Workshop: Meditation	8376
16.03.	Workshop für Frauen: Orientalischer Tanz	8624
17.03.	Workshop: Partytauglich	8633
18.03.	Kunst und die Welt der NFTs	6314
19.03.	Info-Veranstaltung: Anonyme Spurensicherung (ASS)	8234
19.03.	Abenteuer Namibia - Eine Reise-Reportage	2150
19.03.	Vortrag: Rund um die Nuss	8219
20.03.	Vom Herner Notgeld 1923 bis zu den Goldenen 1920er Jahren	2005
21.03.	Aus den Ruinen des Krieges (1945) zur Gründung von BRD und DDR (1949)	2062
22.03.	Wirbelsäulengymnastik und Beckenbodentraining	8232
23.03.	Gefühle sind zum Fühlen da - Innere Bilder zur Stressbewältigung nutzen	8304

APRIL

08.04.	Mit Bowie zu Mond und Mars	6102
09.04.	Interreligiöser Dialog: Christen-Muslime-Juden im Gespräch	2130
09.04.	Vortrag: Aktuelles aus der Deutschen Rentenversicherung	4255
10.04.	Der Ruhrkampf - La Bataille de la Ruhr	2006
11.04.	Der lange Schatten der deutschen Kolonialzeit	2133A
13.04.	Künstliche Intelligenz - Einführung für Kursleitende	4902
13.04.	Demenz-Parcours	8209
14.04.	Workshop Shiatsu - Japanische Meridianmassage	8362
16.04.	Kolumbien: Zur aktuellen politischen Situation	2085
17.04.	Connecting the Dots - Unterschiedliche Perspektiven vermitteln	2134
17.04.	Vortrag: Die Aktienbörse: Investmentpraxis	4260
18.04.	Corona ist doch nicht die Pest!	2007
19.04.	Vortrag: Ich - ich - oder ICH	8201
20.04.	Yoga-Workshop: Erdende Yoga-Praxis für Ruhe	8316
20.04.	Yoga-Workshop: Sanftes Yoga	8319
20.04.	Ayurveda für jeden Tag	8225
20.04.	Workshop: Salsa für Frauen	8643
21.04.	Workshop: Ballett-Training für Erwachsene	8639
22.04.	Österreich: Von den Bergen Tirols	2151

22.04.	Fahrradtour: Natur in Herne	3551
22.04.	Workshop: Vital, beweglich und schmerzlindernd	8439
24.04.	Stimmtraining für den Beruf	4114
24.04.	Workshop: Letzte Hilfe	8207
24.04.	Patientenrechte	2203
25.04.	Betriebs-/Nebenkostenabrechnung	2201
26.04.	Nix mehr vergessen	4115
27.04.	Italienisch rund um den Restaurantbesuch	5606
27.04.	Yoga-Workshop: Hatha Vinyasa	8373
28.04.	Wanderung: Von Kruckel ins Ardeygebirge nach Witten	8483
30.04.	Schnupperabend: Boule macht Freu(n)de	8434
30.04.	Demenz-Zirkel - Wie fühlt sich Demenz an?	8210

MAI

03.05.	Amphibien am Laichgewässer	3554
04.05.	Workshop: Yoga im Hier und Jetzt	8317
04.05.	Workshop: Salsa für Frauen	8644
06.05.	Südtirol: Alpine und mediterrane Faszination	2152
06.05.	Imkerei in der Stadt	3554
06.05.	Künstliche Intelligenz (KI) kennenlernen und nutzen	4425
08.05.	Nachbarschaftsrecht NRW	2204
13.05.	Entdeckungen in Saudi Arabien	2153
14.05.	Als Aupair Granny ins Ausland	2606
15.05.	Filmabend: Sodingen, ein Stadtteil stellt sich vor	2011
16.05.	Anekdoten und Lebensweisheiten aus den klassischen Kaffeehäusern Europas	2503
17.05.	Vortrag: Zur Beziehung zwischen Hund und Mensch	3220
22.05.	Maisheilige, heilige Tötin und Teufel	2138
23.05.	Der deutsche Bauernkrieg	2067
25.05.	Workshop: Afrikanischer Tanz - Lebendigkeit entdecken	8622
25.05.	Italienisch rund um den Einkauf	5607
25.05.	Im Wald baden: Grün - Schön - Gesund	8203
25.05.	Yoga-Workshop: Hatha-Vinyasa	8374
25.05.	Wanderung: Lippstadt und die Lippeauen	8485
26.05.	Orchideenwiesen im Naturschutzgebiet Vossnacken	3556
27.05.	Slowenien: „Musterländle“ in der Europäischen Union	2090
28.05.	Immobilienkaufverträge - Tücken und Tipps	2206

JUNI

Einen Überblick über alle Online-Angebote in diesem Semester finden Sie auf den Seiten **12** und **13**.

01.06.	Yoga-Workshop: Yin- und Faszien-Yoga	8320
01.06.	Tag der Achtsamkeit in Stille	8378
02.06.	Workshop: Salsa & Bachata	8634
04.06.	Bebildeter Vortrag: Abstraktion in der Kunst nach 1945 - Blick auf Europa	6316
05.06.	Canva - Onlinetool für professionelles Gestalten	4411
06.06.	Bildervortrag in einfachem Französisch: Balade le long du Rhône	5423
08.06.	Turin als Reiseziel in Bild und Ton	5608
08.06.	Workshop: West Coast Swing	8635
08.06.	Workshop: Boogie & Swing / Lindyhop	8636
10.06.	Der Gardasee: „Land, in dem die Zitronen blühen“	2154
13.06.	Lenin und die russische(n) Revolution(en)	2068
16.06.	Wildkräuter erkennen - essbare Blüten und Blätter	3557
16.06.	Wanderung: Bergisches Hügelland und Velbert-Langenberg	8486
20.06.	Das spanische Kolonialreich	2069
22.06.	Yoga-Workshop: Hatha Vinyasa	8375
27.06.	Das Attentat von Sarajevo	2070
29.06.	Boule macht Freu(n)de (Fortgeschrittene)	8437

JULI

06.07.	Workshop: Faszien-Yoga	8363
28.07.	„Mit Buddha und Schopenhauer durch den Schlosspark Strünkede!“	2506

ALLES, WAS SIE ÜBER DIE VOLKSHOCHSCHULE DER STADT HERNE WISSEN MÜSSEN

1. Allgemeines

Die Allgemeinen Teilnahmebedingungen gelten für alle Veranstaltungen der Volkshochschule.

2. Anmeldung

Folgende Anmeldeformen sind möglich:

Schriftlich: Anmeldeformulare finden Sie in diesem Programmheft und in den Geschäftsstellen der vhs.

E-Mail/Internet: vhs@herne.de
www.vhs-herne.de

Telefon: Voraussetzung ist, dass Sie bereits Kurse bei der vhs Herne besucht haben.
02323/16-1643
02323/16-3584
02323/16-2920

Fax: 02323/16-12339255
02323/16-12339266

Persönlich: In den Geschäftsstellen im Haus am Grünen Ring und im Kulturzentrum.

Weitermeldeliste: Gilt nur für Personen, die sich innerhalb eines Kurses für einen Folgekurs anmelden.

Die Anmeldung ist verbindlich. Sie erhalten **keine Anmeldebestätigung**. Falls der Kurs wegen einer zu geringen Teilnehmerszahl nicht zustande kommt, werden wir Sie rechtzeitig benachrichtigen.

3. Anmeldezeiten/Datenschutz

Für die Zulassung und die Entgelterhebung ist bei der Anmeldung die Angabe des Familiennamens, des Vornamens sowie der Anschrift erforderlich. Für Lastschriftverfahren sind die Nennung der Bankverbindung und ein unterschriebenes SEPA-Mandat zur Abwicklung des Zahlungsvorgangs notwendig. Die Angabe der Telefon- und Faxnummer oder der E-Mail-Adresse ist für die Benachrichtigung bei Veranstaltungsänderungen erforderlich. Die Angaben zu Geburtsjahr und Geschlecht werden für statistische Zwecke erbeten. Diese Daten werden elektronisch gespeichert. Die Speicherung der Daten erfolgt auf der Grundlage der zurzeit geltenden gesetzlichen Regelungen. Weitere Informationen zum Datenschutz - insbesondere zu Art. 13 und 14 der Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) - finden Sie auf unserer Internetseite www.vhs-herne.de. Diese Informationen stehen im Gebäude der vhs auch zur Einsichtnahme zur Verfügung oder können bei der vhs in schriftlicher Form angefordert werden.

4. Zahlungsweise

Sobald Sie sich angemeldet haben, sind Sie zur Zahlung des Entgeltes (Barzahlung oder Lastschriftverfahren) verpflichtet. Es gelten die bei jeder Veranstaltung angegebenen Entgelte. Bei Teilnahme am Lastschriftverfahren ist ein SEPA-Mandat erforderlich. Die Kursentgelte werden zwei Wochen vor Kursbeginn (laut Programm) abgebucht. Sollte die Lastschrift nicht eingelöst werden, berechnen die Banken/Sparkassen Gebühren, die vom Zahlungspflichtigen zusätzlich zu tragen sind.

5. Teilnehmerszahl/Entgelthöhe

Rechtsgrundlage ist die Entgeltordnung der vhs der Stadt Herne. Kurse, zu denen sich weniger als die Mindestteilnehmerszahl angemeldet haben, kann die vhs absagen. Mit Zustimmung der vhs und im Einvernehmen mit den Teilnehmenden kann der Kurs trotzdem durchgeführt werden (mit erhöhtem Entgelt oder verkürzter Laufzeit). Maßstab ist die Anzahl der bis spätestens zum zweiten Veranstaltungstermin

in der vhs Herne angemeldeten Personen. Eine Rückumwandlung (bei späterem Erreichen der Teilnehmerszahl) ist nicht möglich. Sonstige Nebenkosten (Unterrichtsmaterial, Gerätepauschalen, Lebensmittelumlagen, Fahrtkosten, Eintrittsgelder und Mietkosten für Veranstaltungen, die nicht in Räumlichkeiten der vhs stattfinden) werden gesondert berechnet. Soweit Veranstaltungen der Umsatzsteuerpflicht unterliegen, enthält das Entgelt die gesetzlich geschuldete Umsatzsteuer (USt) in der zum jeweiligen Zeitpunkt geltenden gesetzlichen Höhe. Der jeweils geltende Umsatzsteuersatz ist dem Umsatzsteuergesetz (UStG) zu entnehmen.

6. Entgeltermäßigungen

Für alle Veranstaltungen der vhs (außer Reisen, Exkursionen, sonstige Nebenkosten) sind Ermäßigungen möglich (siehe Entgeltordnung).

Ein um ein Drittel ermäßigtes Entgelt zahlen Kinder, Schüler*innen, Studierende bis zur Vollendung des 27. Lebensjahres, Auszubildende, Bundesfreiwilligen-Dienstleistende, Arbeitslosengeld I-Empfangende und deren nicht berufstätige*r Ehepartner*in und Ehrenamtskarteninhabende. Kein Entgelt, sondern eine Verwaltungskostenpauschale in Höhe von 5,- EUR (6,- EUR inkl. Umsatzsteuer) pro Kurs (max. drei Kurse pro Semester) zahlen: Leistungsempfangende von Bürgergeld nach (SGB II), der Hilfe zum Lebensunterhalt (SGB XII), der Grundsicherung im Alter bei Erwerbsminderung (SGB XII), der Kriegsopferfürsorge (ergänzende Hilfe zum Lebensunterhalt) und deren im gleichen Haushalt lebende*r Ehepartner*in, und dem Asylbewerberleistungsgesetz. Als Voraussetzung für die Gewährung der Ermäßigung gilt die Vorlage eines entsprechenden schriftlichen Nachweises bis spätestens zum ersten Veranstaltungstag.

7. Abmeldung/Rücktritt/Rückerstattung

Eine Abmeldung kann grundsätzlich nur schriftlich und vor Kursbeginn per Anschreiben, E-Mail oder Fax bei der vhs erfolgen. Eine Abmeldung bei der Kursleitung ist nicht möglich. Nur bei fristgerechtem Eingang der Abmeldung vor Kursbeginn kann eine Erstattung des Kursentgeltes erfolgen. Bei Abmeldungen erhebt die vhs eine Verwaltungskostenpauschale in Höhe von 5,- EUR (6,- EUR inkl. Umsatzsteuer) je Kurs. Für Wochenendseminare und Einzelveranstaltungen muss die Abmeldung spätestens eine Woche (bei Bildungsurlaubskursen vier Wochen) vor Veranstaltungsbeginn bei der vhs eingegangen sein. Verweigert Ihr Arbeitgeber gem. § 5 ArbZG die Freistellung für den Bildungsurlaub, bitten wir um Übersendung der entsprechenden Mitteilung. In dem Fall werden keine Verwaltungskosten erhoben. **Bei Abmeldungen nach Kursbeginn erfolgt keine Erstattung.** Kommen Veranstaltungen nicht zustande bzw. werden sie nach dem ersten Veranstaltungstag eingestellt, wird das Kursentgelt erstattet. Für bestimmte Veranstaltungen gelten besondere zusätzliche An- und Abmeldebedingungen. Diese sind bei der Kursbeschreibung gesondert ausgewiesen.

8. Widerrufsrecht

Sie können Ihre Anmeldung innerhalb von zwei Wochen ohne Angabe von Gründen per Anschreiben, E-Mail oder Fax widerrufen. Die Frist beginnt mit Datum der Anmeldung. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs an: vhs Herne, Wilhelmstr. 37, 44649 Herne, E-Mail: vhs@herne.de, Fax: 02323/16-12339255.

Widerrufsfolgen: Bei einem wirksamen Widerruf sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzung herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung ganz oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns ggf. Wertersatz leisten. Das heißt: Unterricht, an dem Sie bis zu Ihrem Widerruf teilgenommen haben, müssen Sie anteilig bezahlen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit dem Empfang.

9. Teilnahmebescheinigungen/Zeugnisse

Es besteht die Möglichkeit, nach regelmäßigem Kursbesuch (mind. 80 %) gegen ein Entgelt von 5,- EUR (6,- EUR inkl. Umsatzsteuer) eine Teilnahmebescheinigung zu erhalten. Ebenfalls gegen ein Entgelt von 5,- EUR (6,- EUR inkl. Umsatzsteuer) können Zeugnisabschriften angefertigt werden.

10. Online-Veranstaltungen

Werden Veranstaltungen der vhs online angeboten, gelten diese Teilnahmebedingungen entsprechend. Die zur Verfügung gestellten Online-Zugangsdaten sind ausschließlich für die teilnehmende Person bestimmt, die sich für die Veranstaltung der vhs angemeldet hat und zur Verwendung auf einem Endgerät. Ohne vorherige Anmeldung ist eine Teilnahme nicht möglich.

11. Organisatorische Änderungen

Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch bestimmte Dozierende durchgeführt wird, auch wenn Dozierende namentlich angekündigt wurden. Die vhs kann aus sachlichem Grund Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern. Muss eine Veranstaltung aus von der vhs nicht zu vertretenden Gründen ausfallen, kann sie nachgeholt werden. Ein Anspruch hierauf besteht jedoch nicht.

12. Hausordnung

Die Hausordnung ist in den vhs-Gebäuden ausgehängt und zu beachten.

13. Haftung

Die vhs übernimmt keine Haftung für Schäden oder Verluste jeglicher Art. Es werden keine Kosten erstattet, die durch vergebliche Anreise bei kurzfristigen Ausfällen entstehen, wenn der vhs die Benachrichtigung von Teilnehmenden auf Grund fehlender Daten nicht möglich war. Auch weitergehende Schadensersatzansprüche in diesem Zusammenhang sind ausgeschlossen. Für Druckfehler wird keine Haftung übernommen, Irrtümer vorbehalten. Unsere Angaben sind freibleibend und unverbindlich. Mit Ihrer Anmeldung geben Sie ein bindendes Angebot ab.

14. Aufnahmen durch Wort-, Bild- und Tonträger sind nicht gestattet

15. Schadensersatzansprüche

Diese sind von Teilnehmenden gegen die vhs ausgeschlossen, außer bei Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit. Der Ausschluss gilt nicht bei einer schuldhaften Verletzung von Leben, Körper oder Gesundheit.

16. Schlussbestimmungen

Das Recht, gegen Ansprüche der vhs aufzurechnen, wird ausgeschlossen, es sei denn, dass der Gegenanspruch gerichtlich festgestellt oder von der vhs anerkannt worden ist. Ansprüche gegen die vhs sind nicht abtretbar.

Hier finden Sie einen Überblick über alle Online-Angebote in diesem Semester (Januar - Juli 2024). Nähere Informationen zu den einzelnen Angeboten lesen Sie in den jeweiligen Programmbereichen - die jeweils angegebene Kursnummer ist dabei Ihr Navigator.

GESELLSCHAFT UND POLITIK

29.01.	Abschied von der Öffentlichkeit	2080
05.02.	Der Tiber und die ewige Stadt	2060
20.02.	Risiken bewerten	2510
25.02.	Afrika! Rückblicke in die Zukunft eines Kontinents	2081
27.02.	Schwieriges Erbe	2132
27.02.	Lebenswerte Städte von morgen	2120
05.03.	Geschichte und Zukunft der Mode	2121
10.03.	Donald Trump und der Populismus in den USA	2082
24.03.	vhs.KinderUni - Lebten die Gallier	2064
24.03.	Tito - der ewige Partisan	2063
09.04.	Influencer und politische Kommunikation	2084
10.04.	Die 15-Minuten-Stadt	2122
14.04.	Philosophie in der islamischen Welt	2500
18.04.	Antisemitismus - Eine deutsche Geschichte	2137
23.04.	20 Jahre Osterweiterung EU	2086
24.04.	Einsamkeit	2605
29.04.	Das Geld und der Staat	2087
02.05.	Zeitenwende im Indopazifik	2088
12.05.	Gewalt - Die dunkle Seite der Antike	2065
14.05.	Sport- und Menschenrechte	2089
15.05.	Der Nahostkonflikt	2066
03.06.	Demokratie - Warum wir Experten (nicht) vertrauen	2091
04.06.	Russlands Blick auf den Ukraine-Krieg	2092

UMWELT/NATURWISSENSCHAFTEN

10.01. - 11.12.	Sonnenstrom vom Balkon	3232
16.01. - 17.12.	Spitze bei Hitze –Das hitzerobuste Haus	3233
18.01. - 19.12.	Neue Heizung – Wärmepumpe und ihre Alternativen	3234
05.02. - 02.12.	Sonnenstrom vom Dach	3231
26.03.	Vortrag: Zukunft Holzbau	3225
10.04.	Ein Zoo im 21. Jahrhundert	3222
25.04.	Verbreitung und Zustand der Moore	3224
28.04.	vhs.KinderUni: Rekorde der Meerestiere	3226
26.05.	vhs.KinderUni: Astronaut im Weltraum	3227
14.06.	James-Webb-Weltraumteleskop	3628
23.06.	vhs.KinderUni: Roboter intelligenter als Menschen?	3228

BERUFLICHE BILDUNG/DIGITALE MEDIEN

22.02. - 28.03.	Grundlagen der Programmierung mit Java I	4406
24.02. - 25.02.	Crashkurs Python	4402
26.02.	Workation	4110
27.02. - 19.03.	Python I - der spielende Einstieg ins Programmieren	4403
18.03.	Heißt die Zukunft im Recruiting KI?	4111
04.04. - 03.05.	Grundlagen der Programmierung mit Java II	4407
09.04. - 30.04.	Python II	4404
09.04.	Ihre Datenschutzrechte	4420
15.04.	Home Smart Home	4421
16.04.	Selbstmotivation: Mit Leichtigkeit zum Ziel	4113
10.04. - 11.04.	Kommunikationsstark in Beruf und Alltag	4112
17.04.	How to ChatGPT	4422
13.05.	Future Skills	4118
29.05. - 19.06.	Python III	156103 (vhs Bochum)
12.06.	Schlagfertigkeit für jede Situation	4119
24.06. - 03.07.	Python IV	4405
01.07. - 05.07.	Bildungsurlaub: Professionell Texten mit ChatGPT	4525

SPRACHEN

19.02. - 03.06.	Japanisch A2-Niveau - Kleingruppe	5868
19.02. - 03.06.	Japanisch A1 Kurs 2	5864
20.02. - 04.06.	Japanisch-Anfangskurs	5861



Die Teilnahme an unseren Online-Angeboten ist ganz einfach:

Senden Sie eine E-Mail an vhs@herne.de mit der jeweiligen Kursnummer und dem Veranstaltungstitel, und Sie erhalten ein paar Tage vor dem Termin Ihren Zugangscode.

20.02. - 04.06.	Japanisch A1 Kurs 3	5866
21.02. - 05.06.	Niederländisch A1 Kurs 2	5904
22.02. - 27.06.	Niederländisch A1 Kurs 2/3	5905
22.02. - 25.04.	Norwegisch B1-Niveau - Kleingruppe	5924
22.02. - 13.06.	Französisch B1 Kurs 3 - Kleingruppe	5415
22.02. - 23.05.	Norwegisch A2 Kurs 2	5922
23.02. - 31.05.	Spanisch A2 Kurs 3 - hybrid	5515
17.06. - 29.07.	Spanisch Auffrischkurs B1 - Ferienkurs	5520

KULTURELLE BILDUNG

25.02.	vhs.KinderUni: Warum malen Künstler ihre Kunst auf die Straße?	6315
05.03.	Was macht KI mit der Kunst, und umgekehrt Kunst mit KI?	6311
16.04.	Marc Chagall - Einblick in Leben und Werk	6312

KOCHEN

22.05.	Traditionelle Griechische Dorfküche	7110
---------------	-------------------------------------	------

GESUNDHEIT UND BEWEGUNG

19.02. - 17.06.	Faszientraining	8442
22.02.	Rheumatische Erkrankungen	8212
24.02.	Yin- und Faszien-Yoga	8365
27.02.	Gesichtsyoga und Selbstmassage	8370
02.03. - 13.04.	Yin- und Faszien-Yoga	8366
06.03.	Die gesellschaftliche Konstruktion von Gefühlen	8213
06.03.	„Letzte Hilfe“	8208
20.03.	Warum essen wir (noch) Fleisch? Die Psychologie des Tiere-Essens	8214
21.03.	Bundesweites Krebsregister - Daten, die das Leben retten	8215
11.04.	Herzinsuffizienz	8216
18.04.	Endometriose	8217
27.04. - 25.05.	Sanftes Yoga	8367
08.06. - 06.07.	Yin- und Faszien-Yoga	8368

DAS PROGRAMM DER SOMMER-VHS 2024

JUNI

Auffrischkurs Spanisch A2	19.06. - 17.07.	5517
Auffrischkurs Spanisch B1 online	17.06. - 29.07.	5520

JULI



Japanisch Anfangskurs für Alltag und Beruf	01. - 05.07.	5862
Niederländisch Anfangskurs kompakt für Alltag und Beruf	01. - 05.07.	5902
Schauspiel und Präsentation	08. - 09.07.	6051
Spanisch Anfangskurs kompakt	08. - 12.07.	5503
Italienisch Anfangskurs kompakt	08. - 12.07.	5602
Schneidern für junge Menschen	08. - 17.07.	6721
Salsa für Kinder von 7 - 12 Jahren	08. - 29.07.	8648
Zumba Gold	09. - 27.08.	8618
Zumba	09. - 27.08.	8619
Salsa-Abende für Frauen	11. - 01.08.	8646
Ballett-Training	12. - 23.08.	8640
Meridian-Yoga	13.	8364
Fit über 50	18. - 01.08.	8562A
Wanderung nach Kaiserswerth	21.	8487
Fit Fast Food für Teens	22. - 24.07.	7604
Smovey-Walk im Gysenberg	25. - 22.08.	8475
Green Sketching - Kreativ entspannen	27. - 10.08.	8300
Mit Buddha und Schopenhauer durch den Schlosspark	28.	2506

AUGUST

Chinesisch entdecken für Kinder von 7 - 11 Jahren	05. - 08.08.	5854
Spanisch für Kinder von 7 - 11 Jahren	05. - 08.08.	5505
Sommer-Theater-Camp für Kinder von 8 - 13 Jahren	05. - 10.08.	6055
Character Design - Zeichnen mit dem Grafiktablett	14. - 16.08.	6451
Sommer-Ruder-Camp (für 12- bis 18-Jährige)	12. - 16.08.	8421
Englisch für Kinder von 9 - 12 Jahren	12. - 16.08.	5322
Wanderung durch die Westrupe Heide	18.	8488
Pilates-Workshop	19.	8383
Yoga-Workshop Entspannung & Gelassenheit	20.	8384



Endlich Sommer - Zeit für ein gutes Buch und für die Angebote der Sommer-vhs. Foto: envato elements

Die Sommerkurse der vhs sind in den Programmbereichen mit diesem „Sonnenschirm“-Icon in den jeweiligen Bereichsfarben gekennzeichnet.

Beratung:

Tel: 0 23 23/16-3553, E-Mail: vhs@herne.de

KULTURELLE BILDUNG/ KREATIVITÄT

**SOMMER-THEATER-CAMP
FÜR KIDS VON 8 BIS 13 JAHREN**
In Kooperation mit dem Kommunalen
Integrationszentrum Herne

6055

mo - fr, 05.08. bis 09.08.,
jeweils 08.30 - 15.15 Uhr,
sowie Sa, 10.08., 14.00 - 16.15 Uhr
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Diyana Nicolaus

**ONLINE-VORTRAG:
WARUM MALEN
MANCHE KÜNSTLER
IHRE KUNST
AUF DIE STRASSE?**



**Für Kinder von 8 bis 12 Jahren -
In Kooperation mit der
vhs Böblingen-Sindelfingen**

6315

Sonntag, 25.02., 11.00 - 12.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Gerritt Retterath

**CHARACTER DESIGN - ZEICHNEN
MIT DEM GRAFIKTABLETT**
Für Jugendliche ab 12 Jahren -
In Kooperation mit der
Jugendförderung Herne,
Team Herne-Mitte

Der Kurs ist Teil des Angebots „Kulturrucksack
NRW“ und damit kostenfrei.

6451

mi - fr, 14. - 16. August,
jeweils von 10.30 - 15.00 Uhr
3 x 6 UStd., entgeltfrei
Stadtteilzentrum H2Ö, Hölkeskampring
Janna Zimmer

**SCHNEIDERN FÜR
ANFÄNGER*INNEN
UND FORTGESCHRITTENE**

Auch geeignet für Mütter oder Väter mit Töch-
tern oder Söhnen.

6716

mi, 17.00 - 19.15 Uhr, ab 21.02.
12 x 3 UStd., 95,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Heike Klecha

**SCHNEIDERN FÜR JUNGE
MENSCHEN - SCHNELL ZU
TOLLEN ERGEBNISSEN**

Angesprochen sind Kinder und Jugendliche
zwischen 10 und 18 Jahren.

6720

Montag, 25.03., bis Mittwoch, 27.03.,
sowie di, 02.04., bis fr, 05.04.,
jeweils 10.00 - 13.00 Uhr
7 x 4 UStd., 49,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Heike Klecha

Ausführliche Informationen
zu den Kursangeboten
„junge vhs“ findet ihr in den
jeweiligen Programmbereichen.



Alle Kursangebote haben ein
bereits ermäßigtes Entgelt.

6721

Montag, 08.07., bis Freitag, 12.07.,
sowie mo, 15.07., bis mi, 17.07.,
jeweils 10.00 - 13.00 Uhr
8 x 4 UStd., 54,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Heike Klecha

Alle Informationen zu diesen Angeboten:
Seiten 71 - 78

KOCHEN

**ERWACHSENEN-KIND-KOCHEN
MIT SOMMERGERICHTEN**

7601

Samstag, 08.06., 09.45 - 13.30 Uhr
1 x 5 UStd., 33,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Jutta Zacher

**KINDERKOCHKURS MIT MARIA -
LIEBLINGSESSEN
SELBST GEMACHT**
Für Kinder ab 8 Jahren

7603

Samstag, 16.03., 10.00 - 13.45 Uhr
1 x 5 UStd., 24,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Bärbel Maria Laftsidis-Krüger

FIT FAST FOOD FÜR TEENS

7604

mo - mi, 22.07. bis 24.07.,
jeweils 09.45 - 13.30 Uhr
15 UStd., 46,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Jutta Zacher

Alle Informationen zu diesen Angeboten:
Seiten 79 - 84

**ONLINE-TEILNAHME:
WIE GEHT DAS?**



Deine Eltern senden eine E-Mail an
vhs@herne.de mit der jeweiligen Kurs-
nummer und dem Veranstaltungstitel.

Ein ein paar Tage vor dem Termin über-
sendet die vhs den Zugangscodes.

SPRACHEN

**SPANISCH FÜR KINDER
- FERIENKURS**
Von 7 bis 11 Jahren -
Für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse

5505

mo - do, 05. - 08.08.,
jeweils von 10.00 - 13.15 Uhr
4 x 4 UStd., 39,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Isabel Campos Aguilera

**CHINESISCH ENTDECKEN
FÜR KINDER - FERIENKURS**
Von 7 bis 11 Jahren -
Für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse

5854

mo - do, 05. - 08.08.,
jeweils von 10.00 - 13.15 Uhr
4 x 4 UStd., 39,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Hua Pan-Witzel

ENGLISCH FÜR KINDER
Von 9 bis 12 Jahren

In den Osterferien:

5321

di - fr, 02. - 05.04.,
jeweils von 09.00 - 12.00 Uhr
4 x 4 UStd., 39,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Sophie Victoria Jaworski

In den Sommerferien:

5322

mo - fr, 12. - 16.08.,
jeweils von 09.00 - 12.00 Uhr
5 x 4 UStd., 49,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Sophie Victoria Jaworski

Alle Informationen zu diesen Angeboten:
Seiten 58 - 70

GESUNDHEIT/BEWEGUNG

SALSA FÜR 7- BIS 12-JÄHRIGE

In den Osterferien:

8647

mo - do, 25. - 28. März
jeweils von 11.00 - 12.30 Uhr
4 x 2 UStd., 17,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Erika Herrera Hernandez

In den Sommerferien:

8648

do, 15.00 - 16.30 Uhr, 11.07. bis 01.08.
4 x 2 UStd., 17,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Erika Herrera Hernandez

Alle Informationen zu diesen Angeboten:
Seiten 85 - 98

Beratung:

Tel: 0 23 23/16-3553, E-Mail: vhs@herne.de

DIGITALE MEDIEN

TASTSCHREIBEN FÜR JUGENDLICHE VON 11 BIS 16 JAHREN

4316

di - fr, 02. - 05. April,
jeweils von 10.00 - 11.30 Uhr
4 x 2 UStd., 34,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Rita Schwinning

OFFICE FÜR KIDS - FIT IN WORD UND POWERPOINT Für Kinder ab 8 Jahren

4353

Montag, 25.03., 10.00 - 14.45 Uhr
Dienstag, 26.03., 10.00 - 14.45 Uhr
2 x 6 UStd., 30,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Erik Bühnen

OFFICE FÜR JUGENDLICHE - FIT IN WORD, EXCEL UND POWERPOINT

4354

Mittwoch, 27.03., 10.00 - 15.45 Uhr
Donnerstag, 28.03., 10.00 - 15.45 Uhr
2 x 7 UStd., 35,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Erik Bühnen

ONLINE-KURS: SCRATCH - KINDERLEICHT PROGRAMMIEREN AB 10 JAHREN

4408

di, 15.30 - 18.45 Uhr, ab 28.05.
4 x 4 UStd., 60,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Thomas Krämer

Alle Informationen zu diesen Angeboten:
Seiten 40 - 44

UMWELT/ NATURWISSENSCHAFTEN

ONLINE-VORTRAG:

WAS SIND DIE SPANNENDSTEN REKORDE DER MEERESTIERE?

In Kooperation mit der
vhs Böblingen-Sindelfingen



Ein Vortrag für Kinder von 8 bis 12 Jahren.

3226

Sonntag, 28.04., 11.00 - 12.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Dr. Thomas Henningsen

ONLINE-VORTRAG:

WIE IST ES, ALS ASTRONAUT IM WELTALL ZU SEIN?

In Kooperation mit der
vhs Böblingen-Sindelfingen



Ein Vortrag für Kinder von 8 bis 12 Jahren.

3227

Sonntag, 26.05., 11.00 - 12.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Dr. Richard Bräucker

ONLINE-VORTRAG: KÖNNEN ROBOTER INTELLIGENTER ALS MENSCHEN WERDEN?

In Kooperation mit der
vhs Böblingen-Sindelfingen



Ein Vortrag für Kinder von 8 bis 12 Jahren.

3228

Sonntag, 23.06., 11.00 - 12.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Prof. Dr. Nadine Bergner

AMPHIBIEN AM LAICHGEWÄSSER - STIMMEN AUS DEM TÜMPEL

Ein „Frosch-Konzert“
mit dem BUND Herne

3554

Freitag, 03.05., 20.00 - 21.30 Uhr
Entgelt: 8,- EUR
Biologische Station Östliches Ruhrgebiet,
Vinckestr. 91, 44623 Herne
Jürgen Fröchte, Elisabeth Przybylski

Alle Informationen zu diesen Angeboten:
Seiten 32 - 35

GESELLSCHAFT UND POLITIK

ONLINE-VORTRAG: LEBTEN DIE GALLIER WIRKLICH WIE ASTERIX UND OBELIX?

In Kooperation mit der
vhs Böblingen-Sindelfingen



2064

Sonntag, 24.03., 11.00 - 12.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Maren Lage

Alle Informationen zu diesem Angebot:
Seite 23



Hier geht es in die vhs.cloud: www.vhs.cloud



Die vhs.cloud wird in Ihrem vhs-Kurs eingesetzt?
Registrieren Sie sich jetzt und richten Sie sich Ihren persönlichen Account ein.

- Nennen Sie Ihren echten Vor- und Nachnamen.
- An die E-Mail-Adresse werden nach der Registrierung Ihre Zugangsdaten geschickt.
- Ihr Benutzername ist gleichzeitig Ihr Login zur vhs.cloud.
- Mit dem angezeigten Namen sind Sie für andere Mitglieder sichtbar.
- Akzeptieren Sie die AGB und nehmen Sie den Datenschutzhinweis zur Kenntnis.
- Nach Absenden des Registrierungsformulars erhalten Sie eine E-Mail mit Ihrem Passwort und können sich direkt einloggen.
- Über Ihren Schreibtisch in der vhs.cloud können Sie im Menü dem Kurs beitreten.

Sie haben es geschafft! Und nun viel Spaß in der vhs.cloud!



Beratung:

Iwona Jarczewski

Tel: 0 23 23/16-2841

iwona.jarczewski@herne.de

GRUNDBILDUNG / SCHULABSCHLÜSSE / VHS INCLUSIVE

SCHULABSCHLÜSSE

INFORMATIONSD- UND ANMELDETERMIN FÜR DEN NEUEN 1. SCHULABSCHLUSS (ESA 92)

Die Teilnahme an der Informationsveranstaltung ist Pflicht, ebenso wie die Teilnahme am Vorkurs 10920. Bitte melden Sie sich unter der Telefonnummer 02323/16-2841 an. Die Informationsveranstaltung findet in der vhs in Wanne, Wilhelmstraße 37, statt. Es stehen folgende Termine zur Auswahl:
1. 27.02.2024, 09.00 - 11.00 Uhr,
2. 29.02.2024, 15.00 - 17.00 Uhr.
Für eine direkte Anmeldung zum Kurs bringen Sie bitte folgende Dinge und Unterlagen mit: Papier und Stift, einen tabellarischen Lebenslauf mit Foto, Anschrift, Telefon-/Handynummer und Geburtsdatum/Geburtsort (Land) sowie die Fotokopie (**kein** Original) des Abgangszeugnisses.

VORBEREITUNG AUF DEN 1. SCHULABSCHLUSS Vorkurs für den Kurs ESA 92

Der Kurs bereitet Abgänger*innen aus den Jahrgangsstufen 8 und 9, Zugewanderte mit guten Deutschkenntnissen und ehemalige Förderschüler*innen in den Fächern Deutsch, Englisch und Mathematik auf den Stoff vor, der im Kurs zum Erwerb des 1. Schulabschlusses gelernt werden muss. Der Kurs ist Pflicht für alle, die den ESA nach Klasse 9 erwerben möchten. Es ist nur eine persönliche Anmeldung unter der folgenden Telefonnummer möglich: 02323/16-2841. Dieses Buch ist vor Kursbeginn zu kaufen: Stevens, John; Williams, Isobel, First Choice Starter, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-464-01965-8, Preis: ca. 25,- EUR; für Mathematik: Geodreieck, Taschenrechner (**kein** Handy!).

10920

mo - fr, 08.30 - 11.15 Uhr, ab 04.03.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37

INFORMATIONSD- UND ANMELDETERMIN FÜR DEN MITTLEREN SCHULABSCHLUSS MSA 57 - in Tagesform

Der neue Kurs beginnt im Sommer 2024 und dauert ca. ein Jahr. Die Teilnahme an einer Informationsveranstaltung und auch am Vorbereitungskurs für die Vortests ist Pflicht. Bitte melden Sie sich telefonisch unter der Telefonnummer 02323/16-2841 an. Die Informationsveranstaltung findet in der vhs in Wanne, Wilhelmstraße 37, statt. Es stehen folgende Termine zur Auswahl:
1. 21.05.2024, 09.00 - 10.00 Uhr,
2. 23.05.2024, 15.00 - 17.00 Uhr.
Für eine direkte Anmeldung zum Kurs bringen Sie bitte folgende Dinge und Unterlagen mit: einen tabellarischen Lebenslauf mit Foto, eine Fotokopie (**kein** Original) des Hauptschulabschlusszeugnisses, einen Nachweis über Ihre frühere Berufstätigkeit, Elternzeit oder einen Minijob.

VORBEREITUNGSKURS FÜR DIE EINSTUFUNGSTESTS FÜR DEN MITTLEREN SCHULABSCHLUSS MSA 57

Dieser Kurs bereitet die Interessenten für den nächsten Lehrgang zum nachträglichen Erwerb des Mittleren Schulabschlusses gezielt auf die Einstufungstests in den Hauptfächern Deutsch, Mathematik und Englisch vor. Es werden Inhalte der Jahrgangsstufe 9 an Haupt- und Gesamtschulen wiederholt.

11570

mo - fr, 08.30 - 13.30 Uhr, ab 18.06.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37

GRUNDBILDUNG



Die Grundbildung unterteilt sich in die Alphabetisierung für Deutsch sprechende Menschen, Rechnen und andere Angebote. In allen Kursen werden auch Lerntechniken vermittelt. Sie stellen insofern eine Grundlage für weiteres Lernen in Umschulungen und Fortbildungen oder für den Erwerb des nachträglichen Schulabschlusses dar.

Wir versuchen, den Unterrichtsstoff nach den persönlichen Vorkenntnissen und den Bedürfnissen zu verteilen und zu vermitteln. Deshalb soll die Gruppengröße zwölf Teilnehmer*innen nicht überschreiten. Falls Sie Wünsche und Anregungen zur Erweiterung dieses Programmbereichs haben, wenden Sie sich bitte an die Programmabteilungsleitung: Iwona Jarczewski, Telefon 02323/16-2841.

GRUNKURSE LESEN UND SCHREIBEN

Die Grundkurse richten sich an alle diejenigen, die in ihrem Alltag wenig lesen und Schriftverkehr insgesamt vermeiden. Wir beginnen mit den Buchstaben, lesen und schreiben Wörter und kleinere Texte. Wir lernen verschiedene Lern- und Arbeitstechniken kennen und schließen Bekanntschaft mit der Grammatik.

1401

di / do, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 22.02.
24 x 2 UStd., 5,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Anika Sach

1402

mo / mi, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 19.02.
24 x 2 UStd., 5,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Ines Stork

AUFBAUKURS LESEN UND SCHREIBEN

In diesem Kurs werden schwierigere Wörter geübt, Wortfamilien erweitert und einfache Grammatikregeln erarbeitet. Die Lesetexte sind länger als im Grundkurs.

Wir lesen in diesem Kurs aktuelle Texte in leicht verständlicher Sprache und üben das eigenständige Lernen mit dem Lernportal des Deutschen Volkshochschul-Verbandes (dvv) am Computer.

1403

do, 18.15 - 19.45 Uhr, ab 22.02.

12 x 2 UStd., 5,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Kirsten Riehl

DEUTSCHE SPRACHE - SCHWERE SPRACHE?!

Vorkurs zur Vorbereitung auf den nächsten Hauptschul-Abschlusskurs

Dieser kompakte Kurs frischt die Grundlagen der Grammatik und die zentralen Regeln der Rechtschreibung und Zeichensetzung wieder auf und ergänzt die vorhandenen Kenntnisse durch Informationen und Übungen zur aktuellen Rechtschreibung. Die so erworbenen Kenntnisse bewegen sich etwa auf



dem Niveau des Hauptschulabschlusses der Klasse 9 und sind hilfreich für Ausbildung/ Umschulung, nachträglichen Erwerb von Abschlüssen u. a.

Nicht geeignet ist dieser Kompaktkurs für Menschen, die im Deutschen als Fremdsprache noch deutliche mündliche Probleme haben!

1405

Freitag, 01.03., 15.00 - 18.15 Uhr

Freitag, 08.03., 15.00 - 18.15 Uhr

Freitag, 15.03., 15.00 - 18.15 Uhr

Freitag, 19.04., 15.00 - 18.15 Uhr

Freitag, 26.04., 15.00 - 18.15 Uhr

5 x 4 UStd., 5,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring,
Wilhelmstr. 37

Christel H. Sümnich

BUNTES FRÜHLINGSMENÜ

Passend zur Jahreszeit erstellen wir gemeinsam ein gesundes Frühlingmenü, mit Vorspeise, Hauptgang und Nachspeise. Gemüse und Obst kommen auf den Tisch, dazu eine Sättigungsbeilage und etwas Süßes zum Ausklang.

1415A

Donnerstag, 25.04., 17.00 - 20.45 Uhr

1 x 5 UStd., 24,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Tanja Stotz

ERFRISCHENDE SOMMERKÜCHE

Ein auf die Jahreszeit abgestimmtes Sommermenü muss nicht schwer sein und kann so erfrischend sein.

Gemeinsam kochen wir mit frischem Gemüse und Obst ein dreigängiges Menü.

1415B

Dienstag, 25.06., 17.00 - 20.45 Uhr

5 UStd., 24,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Tanja Stotz

TROMMELWORKSHOP: DER RHYTHMUS, BEI DEM ICH MIT MUSS In Kooperation mit der Jugendkunstschule Herne

Trommeln fühlt man mit dem ganzen Körper. Hier verbinden sich Rhythmus und Klang. Wir probieren verschiedene Trommeln, viele andere kleine Instrumente und unsere eigenen Stimmen aus und schauen, ob wir damit einen gemeinsamen Sound erzeugen können.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, wohl aber eine Anmeldung.

1415C

Samstag, 24.02., 11.00 - 14.00 Uhr

4 UStd., 11,- EUR

Jugendkunstschule Wanne-Eickel,
Dorstener Straße. 476, 44653 Herne
Dirk Wenke

VHS INCLUSIVE

ANGEBOTE FÜR MENSCHEN MIT UND OHNE BEHINDERUNGEN

Diese Reihe mit wechselnden Veranstaltungen richtet sich an Menschen mit und ohne körperliche, seelische oder geistige Beeinträchtigungen.

Das Spektrum der Themen ist breit angelegt und orientiert sich an aktuellen Fragestellungen und Bedürfnissen. Deshalb arbeitet die vhs Herne mit unterschiedlichen Kooperationspartnern zusammen. Gemeinsam ist den Angeboten, dass sie auf Interessen der teilnehmenden Menschen ausgerichtet sind.

Inhalte werden in leicht verständlicher Sprache und möglichst anschaulich vermittelt.

Wer Anregungen hat, setzt sich bitte mit der Programmbereichsleiterin Iwona Jarczewski (Tel. 02323/16-2841, E-Mail: iwona.jarczewski@herne.de) in Verbindung.

FILM ZUR REIHE In Kooperation mit der Stadtbibliothek Herne

Der Titel des Filmes wird rechtzeitig bekanntgegeben.

1415D

Mittwoch, 06.03., 18.00 - 19.30 Uhr

entgeltfrei

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1

HÖR HER! LEBENDIG, INKLUSIV, VIELSEITIG, EHRlich In Kooperation mit dem Bürger-Selbsthilfe-Zentrum (BüZ), der Lebenshilfe Herne, dem Inklusionsbüro der Stadt Herne u. a.

Dieses Radio- und Medienprojekt wendet sich an alle Personengruppen in unserer Stadt, die mit ihren Anliegen in den Medien bisher nicht markant vertreten sind, sich aber gesellschaftlich im Sinne von Inklusion und Integration einbringen möchten. Insbesondere werden angesprochen:

- engagierte Bürger*innen aus Selbsthilfegruppen,
- Menschen mit körperlichen, seelischen oder geistigen Beeinträchtigungen,
- Vertreter*innen ethnischer Minderheiten,
- (junge)Menschen mit und ohne Migrationsgeschichte, die sich für soziale Themen und Gruppen einsetzen.



Foto: canva pro

Sie erhalten professionelle technische und inhaltliche Unterstützung, um einzelne Beiträge/Podcasts oder ganze Radiosendungen erstellen zu können. Dies geschieht in persönlicher Anleitung wie auch digitaler Fortbildung, in kleinen Redaktionsgruppen und im kollegialen Austausch. Die Volkshochschule besitzt ein Studio, das barrierefrei erreichbar, zentral gelegen und als Raum der vhs Herne öffentlich zugänglich ist.

Ansprechpartner: Wolfgang Bökelmann,
E-Mail: wolfgang.boekelmann@t-online.de

1420

Termine nach Absprache

entgeltfrei

vhs im Haus am Grünen Ring,
Wilhelmstr. 37

Wolfgang Bökelmann



Beratung:

Annette Möller

Personenzentrierte Beraterin

(i. A., Abschluss Januar 2024)

Tel: 0 23 23/16-3186

annette.moeller@herne.de

WEITERBILDUNGS- BERATUNG

Kostenfreie Beratungsangebote

• Beratung zur beruflichen Entwicklung inkl. Fachberatung berufliche Anerkennung

Sie haben ein Anliegen zu Ihrer beruflichen Weiterentwicklung, zum Beispiel:

- Nach einer „Auszeit“ möchten Sie nun beruflich wieder einsteigen.
- Sie wollen einen Schul- oder Berufsabschluss nachholen.
- Sie suchen Finanzierungswege einer beruflichen Weiterbildung.

Dann sind Sie bei der Weiterbildungsberatung der vhs Herne richtig.

Eine qualifizierte und erfahrene Beraterin unterstützt Sie dabei,

- Ihre Fähigkeiten und Wünsche zu klären.
- Sich umfassend zu informieren.
- Die nächsten konkreten Umsetzungsschritte zu planen.

Lernen!
in Herne

Sparen Sie 50 Prozent Ihrer Weiterbildungskosten und erhalten Sie eine Förderung bis max. 500,- EUR!

Durch den Bildungsscheck NRW unterstützt die Landesregierung die Beteiligung an beruflicher Weiterbildung. Zielgruppen dafür sind Beschäftigte, Selbstständige und Berufsrückkehrende.

Gefördert werden Bildungsangebote wie zum Beispiel EDV-, Sprachkurse oder Weiterbildungen, um beruflich weiterzukommen. Der Zuschuss beträgt bis zu 50 Prozent der Kurs- oder Prüfungsgebühren, maximaler Betrag: 500,- EUR.

Wichtig: Der Bildungsscheck kann nur im Rahmen einer persönlichen Beratung beantragt werden. Bitte melden Sie sich unbedingt **vor** Beginn der Weiterbildung. Nur dann ist eine Förderung möglich. Der Beratungstermin dauert etwa 15 Minuten.

In der Fachberatung Berufliche Anerkennung (FBA) werden Sie im gesamten Prozess der Anerkennung Ihrer im Ausland erworbenen Berufsqualifikation begleitet - je nach vorhandenen Kapazitäten.

Die Beratung erfolgt vertraulich und trägerunabhängig in einem persönlichen Zwei-Personen-Gespräch - in der vhs Herne, per Telefon, per E-Mail oder per Video.

Beratungssprachen für die Fachberatung berufliche Anerkennung: deutsch und englisch.

Sie können sich über einen längeren Zeitraum beraten lassen - bis zu neun Stunden maximal.

Für eine persönliche Beratung vereinbaren Sie bitte einen Gesprächstermin unter den oben angegebenen Kontaktdaten.

Siehe dazu auch:

vhs Herne: Weiterbildungsberatung (www.vhs-herne.de)

BILDUNGS^{SCH}ECK

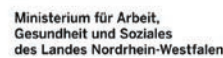
Die Weiterbildungsberatungsstelle stellt den Bildungsscheck für Sie aus. Ebenso kann er für Kurse bei der vhs Herne eingelöst werden.

Wir beraten Sie gerne zu den weiteren Fördervoraussetzungen. Bitte vereinbaren Sie einen Termin unter den oben angegebenen Kontaktdaten.

Siehe dazu auch:

<https://www.mags.nrw/bildungsscheck>

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und der Europäischen Union



Beratung:

Natalie Dilekli

Tel: 0 23 23/16-1507

natalie.dilekli@herne.de

FILMFORUM

Eine österreichische Dichterin, ein pakistanischer Nachtclubtänzer und ein nordenglischer Gastwirt - das sind nur drei der Hauptfiguren aus dem aktuellen Programm des Filmforums der vhs Herne. Die Filmreihe, die immer sonntags, montags und mittwochs in der Filmwelt Herne zu sehen ist, unternimmt wieder eine facettenreiche Reise durch die Welt des internationalen Kinos.

Im ersten Quartal 2024 sind diese Filme mit dabei:

„*Plan 75*“ - Die beklemmend realistische japanische Zukunftsvision eines staatlich geförderten Freitod-Programms für Senioren (So., 21., Mo., 22., und Mi., 24. Januar).

„*Ein ganzes Leben*“ - Die bildgewaltige, kongeniale Verfilmung der vielgelesenen Alpensaga von Robert Seethaler (So., 28., Mo., 29., und Mi., 31. Januar).

„*The Quiet Girl*“ - Von der Kritik als der „wahrscheinlich beste irische Film aller Zeiten“ gefeiert und ein chancenreicher Kandidat für den „Oscar“ (So., 04., Mo., 05., und Mi., 07. Februar).

„*The Old Oak*“ - Ein engagierter Kneipenwirt versucht, seine Mitbürger*innen für die Unterstützung syrischer Flüchtlinge zu gewinnen (So., 18., Mo., 19., und Mi., 21. Februar).


„*Die Theorie von Allem*“ - Ein in der Schweizer Bergwelt der 1950er Jahre situierter Mystery-Thriller im Stile von Alfred Hitchcock und Orson Welles (So., 25., Mo., 26., und Mi., 28. Februar).

„*Cat Person*“ - Die provokative Verfilmung einer erfolgreichen „New Yorker“-Kurzgeschichte über die Irrwege des Online-Datings (So., 03., Mo., 04., und Mi., 06. März).

„*Ingeborg Bachmann - Reise in die Wüste*“ - Biopic über die gefeierte Schriftstellerin und ihre wechselhafte Beziehung zu Max Frisch (So., 10., Mo., 11., und Mi., 13. März).

„*Joyland*“ - Was passiert, wenn die traditionellen Geschlechterrollen im muslimisch geprägten Pakistan durch eine selbstbewusste Transperson in Frage gestellt werden? (So., 17., Mo., 18., und Mi., 20. März).

Das 2. Quartalsprogramm wird im April 2024 veröffentlicht.

 Die vollständige Liste der aktuellen Titel und Termine gibt es wie immer online unter www.vhs-herne.de oder www.filmwelt-herne.de sowie im druckfrischen Programmflyer (Bild re.), der an vielen Stellen in der Stadt ausliegt.



„Ingeborg Bachmann - Reise in die Wüste“ ist im März im vhs-Filmforum zu sehen.
Foto: Wolfgang Ennenbach MFA+ Alamode Film



vhs Filmforum in der Filmwelt Herne

Vorführungen in der Filmwelt Herne:
sonntags: 12.30 Uhr
montags: 20.15 Uhr
mittwochs: 17.30 Uhr

Wegen Überlänge kann sich der Beginn einzelner Filme verschieben. Für Abweichungen im Programm übernehmen wir keine Gewähr.

Eintritt Filmwelt Herne: 6,- EUR
(Zuschlag bei Überlänge, Systemgebühren beim Onlinekauf).

WICHTIGE INFORMATIONEN:

Gerne planen wir mit Ihnen auch Vorführungen für Schulklassen.

Bitte wenden Sie sich an die Filmwelt Herne:
Telefon 02323/147770.

Bitte beachten Sie, dass es aufgrund der Verfügbarkeiten kurzfristige Änderungen im Programm geben kann.

Informationen dazu:
www.vhs-herne.de
www.filmwelt-herne.de



Gesamtleitung der Filmreihe:
Dr. Martin Hellmold, Filmwissenschaftler



Slowenien ist ein „Musterland“ der EU.
Mehr: Seite 25
Foto: Dr. Stefan Roggenbuck

Beratung:

Dagmar Vogel

Tel: 0 23 23/16-3553

dagmar.vogel@herne.de

Beratung:

Sybille Rößler-Lelickens

Tel: 0 23 23/16-3051

sybille.roessler-lelickens@herne.de

GESELLSCHAFT UND POLITIK

LOKALES / REGIONALES



SCHLÖSSER DES ADELS UND DER ARBEIT: HAUS LANGENDREER UND ZECH LOTHRINGEN Exkursion per Rad

Entlang der Grummer Täler und des Ümminger Sees erreichen wir Haus Langendreer. Eine wechselvolle Geschichte hat dem alten, aus dem 13. Jahrhundert stammenden Haus zugesetzt, aber den vergangenen Glanz kann man noch ahnen.

Spanische Truppen suchten es heim, weil sich sein Besitzer der Reformation angeschlossen hatte. Markantestes erhaltenes Gebäude ist der sogenannte Westbau, ein Langhaus aus Bruchstein mit Treppengiebel. Es diente im Laufe seiner wechselvollen Geschichte schon als Gerichtssaal, Scheune und Arbeiterunterkunft für ledige Arbeiter in der Industrialisierungsphase. Heute beherbergt Haus Langendreer eine Schule für Kinder mit körperlichen Behinderungen.

Eine ganz andere Art von „Schloss“ bietet die Zeche Lothringen in Bochum-Gerthe. Mit ihren erhaltenen Gebäuden legt sie Zeugnis vom Repräsentationswillen der „Zechenbarone“ ab. Seit den 1870er Jahren hatte sich die Gewerkschaft Lothringen zu einem großen KohleKonzern im Ruhrgebiet entwickelt und ihren Höhepunkt in den 1920er Jahren erreicht. Davon zeugen bis heute die erhaltene Verwaltung und die Maschinenhäuser. Die Strecke wird wie immer auf grünen, autofreien Wegen bewältigt mit einer Einkehr unterwegs. Teilweise ist sie leicht hügelig. Die Rückfahrt erfolgt über Herne.
Start: vhs Wanne, Länge: ca 55 km.

2001

Samstag, 20.04., 11.00 - 18.00 Uhr

Entgelt: 12,- EUR

Treffpunkt: vhs Wanne,

Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37

Dr. Vera Bücker, Norbert Marißen



WASSERBURGEN IM EMSCHERTAL Exkursion per Rad

Einst prägten Wasserburgen das Gesicht des Emschertales, von denen einige wenige bis in die Gegenwart überlebt haben. Dabei haben sie sehr unterschiedliche Schicksale erfahren. Einige von ihnen besuchen wir auf dieser Radtour auf grünen und ruhigen Wegen.

Schloss Horst hat die größte „Karriere“ gemacht - zu einem der bedeutendsten Renaissanceschlösser Nordwestdeutschlands. Burg Vondern zeichnet sich als einziger in NRW erhaltener gotischer Profanbau aus. Die Reste der Burganlage Hove führen eher ein Mauerblümchendasein und laden ein, entdeckt zu werden.

Den Abschluss bildet „Schloss“ Wittringen in Gladbeck, das Herzstück einer in den 1920er Jahren geplanten Freizeitanlage.

Start: vhs Wanne, Länge: ca. 55 km.

2002

Samstag, 15.06., 11.00 - 18.00 Uhr

Entgelt: 12,- EUR

Treffpunkt: vhs Wanne,

Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37

Dr. Vera Bücker, Norbert Marißen

VOM HERNER NOTGELD 1923 BIS ZU DEN GOLDENEN 1920ER JAHREN

Vortrag und Diskussion mit Bildern und Originaldokumenten - In Kooperation mit dem Herner Stadtarchiv

Mit Beginn des I. Weltkriegs wurde in der Stadt Herne sowie in den ehemaligen Ämtern Wanne, Eickel und Sodingen Notgeld gedruckt und in Umlauf gebracht, ebenso wie in vielen Städten und Gemeinden im ganzen Land. Darüber hinaus nahmen auch

Unternehmen dieses Recht in Anspruch. Hierzu gehörten vor allem seit 1923 auf dem Gebiet der heutigen Stadt Herne die Bergwerksgesellschaften sowie einige Unternehmen und die Vereinigte Kaufmannschaft Herne. 1923 hat die Inflation in Deutschland eine beispiellose Steigerung durchlaufen.

Reparationslasten des Staates als Folge des I. Weltkrieges und die Ruhrbesetzung haben der Inflation bereits in der ersten Hälfte des Jahres 1923 einen für die Volkswirtschaft und für die Menschen dramatischen Schub gegeben. Wurden im Februar 1923 noch Geldscheine mit den höchsten Nominalen von 10.000 Mark verausgabt, so finden sich im Sommer in Herne bereits Geldscheine im Umlauf mit dem Aufdruck „500 Millionen Mark“ und mit dem Ausgabedatum 1. August 1923 sowie der Unterschrift von Karl Hölkeskamp, Beigeordneter der Stadt Herne.

Die Zeit der Hyperinflation 1923, die neue Rentenmark und die sich entwickelnden „Goldenen 1920er Jahre“ werden unter sozial- und wirtschaftsgeschichtlichen Aspekten beleuchtet und mit Blick auf die Situation der Herner Bevölkerung diskutiert.

2005

Mittwoch, 20.03., 18.00 - 19.30 Uhr

entgeltfrei

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1

Dr. Peter Piasecki



500 Mio. Mark zahlte im August 1923 die Kasse der Stadt Herne dem Einlieferer dieses Scheines.
Foto: Stadtarchiv Herne

**DER RUHRKAMPF -
LA BATAILLE DE LA RUHR**
Französische Filmaufnahmen aus
Westfalen und dem Rheinland 1921 - 1925.
In Kooperation mit dem Herner Stadtarchiv



Einmarsch französischer Soldaten im August 1923 auf der Bahnhofstraße.
Foto: Stadtarchiv Herne

Der legendäre Ruhrkampf jährte sich 2023 zum 100. Mal. Die Ereignisse damals haben die Welt bewegt - die Politik, die Wirtschaft und die Finanzmärkte. Im kollektiven Bewusstsein ist das Geschehen heute allerdings nahezu ganz vergessen. Das hängt sicherlich auch mit dem Fehlen zeitgenössischer Filmbilder zusammen. Nun tauchten in den 1990er Jahren in den Archiven des Musée Albert Kahn in Boulogne/Paris seltene Filmsequenzen auf, die diese Geschehnisse authentisch dokumentieren. Das LWL-Medienzentrum für Westfalen hat 2006 auf der Grundlage dieses von französischen Kameramännern aufgenommenen Materials aus den Jahren 1921 - 1925 einen etwa 60-minütigen Film zusammengestellt und als DVD veröffentlicht. Unter historischer und filmgeschichtlicher Einordnung wird an diesem Abend ein Blick zurück in die vergessene Vergangenheit des Rhein- und Ruhrgebiets und der weiteren Regionen geworfen.

2006
Mittwoch, 10.04., 18.00 - 20.00 Uhr
entgeltfrei
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr. Volker Jakob, Jürgen Hagen

**CORONA IST DOCH
NICHT DIE PEST!**
Vortrag in Kooperation
mit dem Herner Stadtarchiv

So lautet der Titel eines Aufsatzes - veröffentlicht im Juni 2020 - von Prof. Dr. phil. Martin Dinges, der bis 2019 Archivar und stellv. Leiter des Instituts für Geschichte der Medizin der Robert Bosch Stiftung in Stuttgart war. Hierin verweist er auf den „Reflex“, dass - wie häufig bei einer starken Ausbreitung von Infektionskrankheiten mit einer hohen Zahl von Erkrankten - auch in Sachen Corona sogleich Horrorbilder aus Pestzeiten aktiviert wurden. Am 6. Mai 2022 wurde auf anerkanntenswerte Initiative eines Börniger Heimatforschers und des Sodinger Bezirksbürgermeisters in Börnig ein Gedenkort eingeweiht, der an die Corona-Pandemie, die Ende Januar 2020

ihren Lauf in Deutschland nahm, erinnert. Geschaffen wurde ein Ensemble, bestehend aus einer Linde, einem etwa 1,5 Tonnen schweren Findling, der an die Verstorbenen der Corona-Pandemie erinnert, und einer Informationstafel, für die sich der Heimatforscher verantwortlich zeichnete. Auf der Informationstafel ist hinterlegt, dass es einen historischen Bezug zu der Pest-Epidemie 1636 und dem hieran erinnernden, in der Nähe liegenden Pest-Gedenkort mit Kreuz und Linde gibt. Stadtarchivar Jürgen Hagen hinterfragt in seinem Vortrag diese Einschätzung, die er nicht teilt. Er beleuchtet die Geschichte beider in Nachbarschaft liegenden Gedenkorte und macht dabei einen Vorschlag, wie tatsächlich ein historischer Bezug hergestellt werden könnte.



Pest- und Corona-Gedenkorte in Herne-Börnig. Fotos: Jürgen Hagen

Zum Abschluss stellt der Leiter des Herner Stadtarchivs den vermutlich ersten nordrhein-westfälischen Corona-Gedenkort vor, der sowohl in Tonalität als auch in moralischer Verfasstheit eine würdevolle und zeitgemäße Erinnerungsstätte darstellt.

2007
Donnerstag, 18.04., 18.00 - 19.30 Uhr
entgeltfrei
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Jürgen Hagen

**neu VON DAMALS BIS HEUTE -
GESCHICHTE(N) AUS
DEM SPRENGEL**

**Von der alten Mitte zur
neuen Mitte Baukau.
Eine Kooperation mit Stadtarchiv
und dem Geschichtskreis „Die Vier!“**

Im Jahr 1877 legte der evangelische Hauptlehrer Julius Hegenberg die „Chronik der Gemeinde Baukau“ an. Darin beschreibt er die Entwicklung der Gemeinde Baukau von 1865 bis zu seinem Tode im Jahre 1906. Den Namen Baukau empfand der Zugereiste als „absonderlich“ - aber doch wohlklingend. Gerd Körner von der Geschichtsguppe „Die Vier!“ und Stadtarchivar Jürgen Hagen nehmen den Faden des Chronisten Hegenberg auf und tauchen bei ihrem lokalhistorischen Spaziergang in die Entwicklung Baukaus „von damals bis heute“ ein. Beginnend von der Mitte des alten Amtes Baukau mit seinem repräsentativen Amtshaus an der Bismarckstraße führt der Spaziergang über die Kaiserstraße hin zur Forellstraße. Unterwegs erfahren Sie so einiges über die landwirt-

schaftliche, industrielle und kirchliche Geschichte von Baukau, das als Amt von 1897 bis 1908 flächenmäßig größer und in Sachen Wirtschaftskraft mit den Zechen Julia und Von-der-Heydt in Baukau sowie Friedrich der Große in Horsthausen, dazu mit dem Schraubenwerk Dorn und der Förderwagenfabrik Halstrick, auf Augenhöhe mit der noch jungen Stadt Herne war. Mit der Schließung der Zeche Julia (1961) begann auch in Baukau - seit dem 1. April 1908 ein Ortsteil von Herne - der Strukturwandel. So gelang unter anderem durch die Ansiedlung der Firma Blaupunkt 1966 ein profitabler Coup. Mit der Schließung von Blaupunkt im Jahr 1992 begann der „Strukturwandel nach dem Strukturwandel“. Ein Beleg hierfür ist die neue Mitte Baukau: das Kaiserquartier, das gerade entsteht.

2008
Sonntag, 05.05., 16.00 - 18.00 Uhr
entgeltfrei
Treffpunkt: Bismarckstraße 10
(ehemalige Baukauer Apotheke)
Gerd Körner, Jürgen Hagen

**FILMABEND:
SODINGEN, EINE REISE DURCH
DIE GESCHICHTE DES STADTTEILS**
Ein Film von Roland Schöniß -
In Kooperation mit der
Geschichtsguppe „Die Vier“

Der Film „Sodingen: Ein Stadtteil stellt sich vor“ entführt Sie auf eine faszinierende Reise in die Vergangenheit des Herner Stadtteils Sodingen. Mit einer Geschichte, die bis ins Jahr 1150 zurückreicht, als der Stadtteil noch Sotinkel hieß, hat Sodingen eine reiche und vielschichtige Geschichte zu erzählen. Ein bedeutendes Ereignis war der Zusammenschluss mit der Gemeinde Giesenberg. Der Film beleuchtet, wie Börnig Teil von Sodingen wurde und wie sich diese Verschmelzung auf die Entwicklung des Stadtteils auswirkte. Im Laufe der Jahrhunderte wurde Sodingen Teil verschiedener Verwaltungsstrukturen. Der Film erzählt die Geschichte dieser Eingemeindung und zeigt, wie Sodingen zu einem integralen Bestandteil von Herne wurde. Sodingen war Zeuge von zahlreichen Katastrophen und Unglücken. Der Film dokumentiert diese Ereignisse und ihre Auswirkungen auf die Gemeinschaft. Die Beziehung zwischen Don Camillo und Peppone ist ein faszinierender Aspekt des Films. Ihre Geschichten und Abenteuer sind ein wichtiger Teil der lokalen Folklore. Ein lang vergessenes Denkmal spielt eine geheimnisvolle Rolle in der Geschichte Sodingens. Der Film beleuchtet dessen Wiederentdeckung. Thema ist auch die Siedlung Teutoburgia, ihre Entstehung und Entwicklung. Natürlich darf auch der ruhmreiche Fußballclub SV Sodingen nicht fehlen. Der Film zeigt, wie dieser Club Gemeinschaft entstehen ließ und den Stolz der Bewohner*innen auf ihren Stadtteil stärkte. Insgesamt bietet der Film einen faszinierenden Einblick in die vielfältige und wechselvolle Geschichte von Sodingen.

2011
Mittwoch, 15.05., 18.30 - 20.00 Uhr
entgeltfrei
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Roland Schöniß

**BESUCH VOR ORT:
ZU GAST IN DER
WAZ-REDAKTION HERNE**
Informationsgespräch und Besichtigung

Die WAZ ist Deutschlands größte Regionalzeitung. Zugleich ist sie „Die Zeitung des Ruhrgebietes“. Doch wie wird Zeitung vor Ort gemacht? Wie entstehen die lokalen Inhalte - für Print und online? Wer ist daran beteiligt? Wie arbeitet die Lokalredaktion? Wie gestalten sich die Arbeitsprozesse, bis ein Text online erscheint oder eine fertige WAZ-Ausgabe in unsere Haushalte kommt?

Wer mehr wissen möchte, hat bei diesem Besuch in der WAZ-Lokalredaktion - bei einem Blick hinter die Kulissen und in einem Gespräch mit dem Redaktionsleiter Michael Muscheid - Gelegenheit dazu. Wo? In dem attraktiven Medienhaus natürlich, das auf seine Weise Impulse für die Herner City setzt.

Für die Teilnahme an dem Redaktionsbesuch ist eine vorherige Anmeldung in den Geschäftsstellen der vhs erforderlich.

Sammelpunkt: bis 17.25 Uhr vor dem Eingang des Medienhauses, damit wir gemeinsam die Redaktionsräume betreten können.

2023
Montag, 04.03., 17.30 - 19.00 Uhr
entgeltfrei
WAZ-Redaktion Herne,
Medienhaus, Bahnhofstr. 64
Michael Muscheid

**BETRIEBE VOR ORT:
HEITKAMP
UNTERNEHMENSGRUPPE**

Die HEITKAMP Unternehmensgruppe ist ein mittelständisches, familiengeführtes Bauunternehmen mit 550 Beschäftigten, davon 65 Auszubildende, und einem Jahresumsatz von 150 Mio. Euro. Mit 130 Jahren Tradition im Bausektor realisiert die Herner Unternehmensgruppe seit 2012 mit neuer Dynamik anspruchsvolle Infrastruktur- und Bauprojekte in den Bereichen Erd- und Straßenbau, Brückenbau und Umwelttechnik. Als eines der führenden Bauunternehmen prägt HEITKAMP den qualitativen Fortschritt der Baubranche mit und treibt wesentliche Entwicklungen im Bausektor erfolgreich voran. Eigens entwickelte innovative Bauweisen wie das patentierte System HEITKAMP Schnellbaubrücke® zeigen die Innovationskraft der Unternehmensgruppe - ausgezeichnet mit dem Sonderpreis für nachhaltiges Bauen des Deutschen Brückenbaupreises.

Bei einem Besuch im Verwaltungsgebäude am Standort Pluto wollen wir uns ein Bild von dem innovativen Herner Arbeitgeber und Ausbildungsbetrieb HEITKAMP machen. Treffpunkt: HEITKAMP Unternehmensgruppe, Wilhelmstr. 98, 44649 Herne. Bushaltestelle: Schacht Wilhelm, Wilhelmstraße, direkt gegenüber der Hauptverwaltung. Parkplätze sind vorhanden. Eine vorherige Anmeldung ist unbedingt erforderlich.

2024
Mittwoch, 13.03., 16.30 - 18.00 Uhr
entgeltfrei
HEITKAMP Unternehmensgruppe
Dr. Sybille Rößler-Lelickens

**BETRIEBE VOR ORT:
GAS- UND DAMPFTURBINEN-
KRAFTWERK (GUD) HERNE**

Ende 2022 hat Iqony das neue Gas- und Dampfturbinen-Kraftwerk in Herne in Betrieb genommen. Jetzt hilft die hochmoderne und -effiziente Anlage dabei, die Versorgungssicherheit von Strom- und Wärmeversorgung im Ruhrgebiet zu gewährleisten. Die Anlage ist eines der modernsten Gas- und Dampfturbinen-Kraftwerke weltweit. Schon heute könnte sie technisch bis zu 15 Prozent Wasserstoff mitverfeuern. Insofern stellt das GuD Herne eine wichtige technische Brücke in einer perspektivisch klimaneutralen Energiezukunft dar. Davon wollen wir uns ein Bild machen.

Kommen Sie in wetterfester Kleidung und mit festem Schuhwerk. Treffpunkt: GuD Herne, Hertener Str., 44653 Herne - Parkplatz an der „Turbineenschleuse“. Eine vorherige Anmeldung ist unbedingt erforderlich.

2025
Freitag, 26.04., 10.00 - 13.00 Uhr
entgeltfrei
Treffpunkt: GuD Herne
Dr. Sybille Rößler-Lelickens

**GESCHICHTE/
ZEITGESCHEHEN**

BITTE BEACHTEN SIE:

Die Teilnahme an unseren Online-Angeboten ist ganz einfach:
Senden Sie eine E-Mail an
vhs@herne.de mit der jeweiligen Kursnummer und dem Veranstaltungstitel, und Sie erhalten ein paar Tage vor dem Termin Ihren Zugangscode.

**ONLINE-VORTRAG:
DER TIBER UND DIE EWIGE STADT
In Kooperation mit „vhs.wissen live“**

Über Jahrtausende war der Tiber Roms Schicksalsfluss. Als Gott verehrt und als Geißel gefürchtet, bestimmte er das Leben der Ewigen Stadt. An seinen Ufern erhoben sich Kirchenstaat und Ghetto, Prunkpaläste und Armenhäuser, hier wurde gekämpft, gelitten, gefeiert - und Geschichte geschrieben. Der Tiber hielt das tägliche Leben in Gang, vom Getreide bis zum Marmor-Obelisk wurde auf ihm alles transportiert. Sein Wasser stillte den Durst der Stadt, trieb Mühlräder an, seine Fischgründe machten die Kirche reich. Ein Fluss voller Grandezza, Schrecken und Wunder. Birgit Schönau war nach dem Studium der Geschichte und Journalistik lange Jahre Italienkorrespondentin und ist heute Autorin der ZEIT.

2060
Montag, 05.02., 19.30 - 21.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Birgit Schönau

**PARTISANEN, GUERILLEROS,
FREMDEULEGIONÄRE UND
SÖLDNER. DIE ANDERE
ART DER KRIEGFÜHRUNG**
Vortrag mit Diskussion

Paramilitärs bestimmen in letzter Zeit die Schlagzeilen der Medien, denkt man zum Beispiel an die berühmte Wagner-Gruppe im Ukrainekrieg und in Afrika. Der Vortrag analysiert die historischen Ursachen, die Organisation, Eigen- und Fremdbilder paramilitärischer Kampfverbände, die im rechtsfreien Raum agieren und die Zivilgesellschaft herausfordern.

2061
Donnerstag, 14.03., 18.00 - 19.30 Uhr
entgeltfrei
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr. Eva-Maria Stolberg

**„WIE EIN PHÖNIX
AUS DER ASCHE!“
AUS DEN RUINEN DES
KRIEGES (1945) ZUR GRÜNDUNG
VON BRD UND DDR (1949)**
Vortrag mit Filmeinspielungen -
In Kooperation mit den
Volkshochschulen der
Emscher-Lippe-Region

Kaum war Hitler-Deutschland bezwungen, kam es zur (erwarteten) Konfrontation der Siegermächte. Aus ideologischem und machtpolitischem Kalkül wandten sich die siegreichen Verbündeten USA und Sowjetunion gegeneinander.

Der „kalte Krieg“ begann mit der Einführung der D-Mark in den West-Zonen und der anschließenden „Berlin-Blockade“ durch die Russen. Auf Druck der USA verabschiedeten die Westdeutschen das Grundgesetz, das mit der Gründung der BRD die Teilung Deutschlands beschleunigte. Im Osten sorgte die SED für sowjetkonforme Regierungsarrangements.

Der Weg der Menschen in jenen Tagen hin zu DDR- und BRD-Bürgern wird nicht nur mit Blick auf die politischen Entscheidungen skizziert. Während das Grundgesetz und die Verfassung der DDR vorbereitet wurden, ging es für den „Otto Normalverbraucher“ in den zerbombten Städten immer noch ums Überleben zwischen Ruinen und Schwarzmarkt.

2062
Donnerstag, 21.03., 19.00 - 21.00 Uhr
entgeltfrei
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr. Torsten Reters

**RECHTZEITIGE
KURSANMELDUNG:**

Bitte melden Sie sich möglichst bis 14 Tage vor Beginn Ihres Kurses in der vhs an.

Es wäre doch schade, wenn wir Ihren Kurs schon abgesagt hätten, weil wir nicht wussten, dass Sie kommen wollten.

**ONLINE-VORTRAG:
TITO - DER EWIGE PARTISAN**
In Kooperation mit „vhs.wissen live“

Josip Broz Tito war Visionär und Pragmatiker, Stratege und Macher. Im II. Weltkrieg befreite er Jugoslawien mit seinen Partisanen aus eigener Kraft von der deutschen Besatzung. Es war die Rolle, in der er ganz bei sich war und die seine langjährige Herrschaft legitimierte.

Ohne den ewigen Partisanen hätte es Jugoslawien nach dem II. Weltkrieg wahrscheinlich nicht mehr gegeben. Doch Titos Jugoslawien überlebte seinen Schöpfer kaum eine Dekade, und es folgte ein Gewaltausbruch, wie ihn Europa seit dem II. Weltkrieg nicht mehr erlebt hatte. Bei seinem Tod galt er als ein international anerkannter Staatsmann. Heute halten ihn viele für einen brutalen Diktator. Doch was war er wirklich?

Marie-Janine Calic lässt die historische Person hinter den Legenden sichtbar werden und erzählt die Geschichte eines abenteuerlichen Lebens, in dem sich Aufstieg und Fall Jugoslawiens spiegeln.

Marie-Janine Calic ist Professorin für Ost- und Südosteuropäische Geschichte an der LMU München.

2063
Sonntag, 24.03., 19.30 - 21.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Prof. Marie-Janine Calic



**ONLINE-VORTRAG:
VHS.KINDERUNI - LEBTEN
DIE GALLIER WIRKLICH
WIE ASTERIX UND OBELIX?**
In Kooperation mit der
vhs Böblingen-Sindelfingen

Die Kelten, die die Römer Gallier nannten, kennst du aus den Comics von Asterix und Obelix. Das neueste Heft ist gerade erschienen. Auch wenn unsere Comic-Helden nicht gelebt haben, so gab es doch die Gallier. Dennoch haben Archäologen herausgefunden, dass sich in den Geschichten auch ein paar Fehler eingeschlichen haben. Gab es wirklich einen Zaubertrank, der die Gallier unverletzlich machte? Was hat es mit den Hinkelsteinen auf sich? Was machten die Druiden mit goldenen Sichel? Standen Wildschweine auf dem Speiseplan? Und wer ist denn überhaupt Teutates?

2064
Sonntag, 24.03., 11.00 - 12.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Maren Lage

**ONLINE-VORTRAG:
GEWALT - DIE DUNKLE
SEITE DER ANTIKE**
In Kooperation mit „vhs.wissen live“

In der Rückschau erscheint uns die Antike oft als helle, aufgeklärte Epoche, ein Lichtblick der Menschheitsgeschichte. Dabei vergessen wir, dass auch die antiken Hochkulturen von Gewalt durchdrungen waren, dass ihre Zeugnisse in Bild und Schrift von Schlachten, Morden und Misshandlungen sprechen.

Im Mittelpunkt dieses Vortrages stehen daher nicht edle Körper, die strahlende Marmorarchitektur und die literarische Hochkultur, sondern die schrecklichen Gewaltexzesse, die diese Epoche ebenfalls prägten. Wie grausam regierten die Herrscher der Antike? Wie und zu welchem Zweck wurde Gewalt dargestellt? Welche Schlüsse müssen wir aus den blutrünstigen Überlieferungen des Altertums ziehen?
Martin Zimmermann lehrt Alte Geschichte an der LMU München.

2065
Sonntag, 12.05., 19.30 - 21.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Prof. Martin Zimmermann

**„AUFARBEITUNG“ -
DIE AUSSTELLUNG
ZUM UMGANG MIT DER
DDR IN UNSERER
ERINNERUNGSKULTUR**
Plakatausstellung der Bundesstiftung
zur Aufarbeitung der SED-Diktatur

Seit ihrem Ende wird die DDR akribisch archiviert, in unzähligen Büchern analysiert, in Ausstellungen musealisiert, auf Podien diskutiert, in Filmen und Theaterstücken neu inszeniert und in Lehrpläne integriert. All dies ist Teil der Aufarbeitung der SED-Diktatur, die bis heute nicht abgeschlossen ist.

In den ersten Jahren nach der Wiedervereinigung war die Vergangenheit der deutschen Teilung allgegenwärtig. Bis dahin streng geheime Archive wurden herangezogen, um erlittenes Leid zu dokumentieren, Schuld oder Unschuld zu beweisen, die eigene Politik zu legitimieren oder den politischen Gegner zu diskreditieren. Damals wurden Worte neu gebildet oder geprägt, die bis heute Emotionen wecken, wie etwa Evaluation und Abwicklung, Rehabilitation und Restitution, gaucken, Treuhand, Wendehals, Seilschaft, „Jammerrossi“ oder „Besserwessi“.

In den 1990er Jahren wurden in Ostdeutschland unzählige Straßen umbenannt. Die meisten Denkmäler und Kunstwerke, die an den untergegangenen Staatssozialismus erinnerten, wurden aus dem öffentlichen Raum entfernt. Während eine wachsende Zahl von Gedenkstätten und -zeichen, Straßen und Plätzen an Opposition und Widerstand sowie an die Opfer der Diktatur erinnert, zieren die Symbole der DDR bis heute so manche Datsche, werden trotzig auf Demonstrationen gezeigt oder zur Verkaufsförderung auf Lebensmittelkonserven gedruckt.

Über den Ort der DDR in der Geschichte von Demokratie und Diktatur in Deutschland wird nach wie vor gestritten. Erst langsam entwickelt sich ein Bewusstsein dafür, dass die vergangene Zeit der Zweistaatlichkeit die gemeinsame Geschichte aller in Deutschland lebenden Menschen ist.

2065A
Ausstellungsdauer:
Dienstag, 14.05. - Donnerstag, 04.07.
Öffnungszeiten: mo - fr: 10.00 - 19.00 Uhr,
sa: 10.00 - 13.00 Uhr
vhs-Foyer im Kulturzentrum,
Willi-Pohlmann-Platz 1

**ONLINE-VORTRAG:
DER NAHOSTKONFLIKT IN
HISTORISCHER PERSPEKTIVE**
In Kooperation mit der
vhs Böblingen-Sindelfingen

In diesem Vortrag wird der aktuelle Nahostkonflikt in historischem Kontext und durch das Prisma der Emotionengeschichte analysiert. Hier werden Gefühle wie Angst, Hass und der Wunsch nach Rache als aktive Komponenten in einer langjährigen gewalttätigen nationalen Auseinandersetzung betrachtet. Ausgehend von der Situation Palästinas nach dem I. Weltkrieg und der dort lebenden arabischen Mehrheit werden dann im Vortrag zentrale Ereignisse in der Geschichte des Konflikts besprochen, darunter die Kriege von 1948 und 1967, das Friedensabkommen mit Ägypten und die erste und zweite Intifada.

2066
Mittwoch, 15.05., 19.00 - 20.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Ass.-Prof. Noam Zadoff

**DER DEUTSCHE
BAUERNKRIEG**
Bebildeter Vortrag

Vor 500 Jahren erhoben sich in weiten Teilen des Heiligen Römischen Reiches Deutscher Nation Bauern, Städter und Bergleute gegen ihre adeligen Herren und den Klerus. Die erhobenen Forderungen gelten als eine frühe Formulierung von Menschenrechten, die zum Teil die Folgen späterer Revolutionen vorwegnahmen.

Hoffnungen der Aufständischen auf Unterstützung durch die Wortführer der zeitgleichen Reformation wurden, mit der Ausnahme von Thomas Müntzer, jedoch weitgehend enttäuscht. Mit der Niederschlagung der Aufstände wurden viele bestehende Verhältnisse lange zementiert.

Vor allem in den alten Bundesländern sind die Ereignisse heute kaum im öffentlichen Bewusstsein verankert, obwohl sie die weitere Entwicklung Deutschlands auf lange Zeit prägten.

2067
Donnerstag, 23.05., 18.00 - 19.30 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Malte Pattberg

**VERSCHENKEN
SIE BILDUNG!**

Mit dem vhs-Geschenkgutschein ist es für Sie ganz einfach, Sinnvolles zu verschenken.

Ganz gleich, ob Sprachen, EDV, Kultur oder Entspannung - in der Fülle unserer Angebote finden Sie sicherlich das Passende.

**Info in unseren Geschäftsstellen
oder unter Telefon 02323/16-1643.**

„ALLE MACHT DEN SOWJETS!“ - LENIN UND DIE RUSSISCHE(N) REVOLUTION(EN)
Vortrag zum 100. Todestag Lenins

Vor 100 Jahren starb der Begründer der Sowjetunion Wladimir Iljitsch Uljanow, genannt Lenin. Die Hinrichtung seines Bruders brachte ihn 1872 in Opposition zum Zarenregime. Im Exil wurde Lenin zum Führer der Bolschewiki. Schon 1905 versuchte er vergebens die „erste russische Revolution“ zum Siege zu führen. 1917 hatte er seine zweite Chance: Mit massiver deutscher Unterstützung (!) kam Lenin ins kriegsmüde Russland zurück. Mit der Parole „Brot - Frieden - Land“ gewann der geschickte Agitator die Massen, stürzte die bürgerliche Regierung und beendete den Krieg mit den Mittelmächten. Im Rahmen des anschließenden Bürgerkrieges (1918 - 1920) festigte der Autokrat seine Macht und nahm blutige Rache an der Zarenfamilie.

2068
Donnerstag, 13.06., 19.00 - 21.00 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr. Torsten Reters

DAS SPANISCHE KOLONIALREICH
Bebildeter Vortrag

Ab dem 16. Jahrhundert unterwarf Spanien ein Kolonialreich in dem, nach den Worten von Kaiser Karl V., „die Sonne niemals unterging“. Vom Mutterland erstreckte sich das spanische Weltreich über weite Teile der amerikanischen Kontinente und den Pazifik bis hin zu den Philippinen und bildete damit eines der größten Reiche der Menschheitsgeschichte. Doch der Überfluss an Reichtum, der vor allem durch die Ausbeutung der indigenen Bevölkerung aus den Kolonien gepresst wurde, trug mit zu den Krisen des 17. Jahrhunderts bei, die den Niedergang der spanischen Vormachtstellung einläuteten. In Folge der Napoleonischen Kriege erkämpften viele der Kolonien ihre Unabhängigkeit, und Bemühungen Spaniens um eine Restauration waren zum Scheitern verurteilt.

2069
Donnerstag, 20.06., 18.00 - 19.30 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Malte Pattberg

DAS ATTENTAT VON SARAJEVO UND DER AUSBRUCH DES I. WELTKRIEGES
Bebildeter Vortrag

Zu Beginn des 20. Jahrhunderts herrschte in weiten Teilen Europas ein trügerischer Frieden. Selten zuvor war es in der europäischen Geschichte über einen so langen Zeitraum zu keinen großen Kriegen gekommen. Doch Interessenskonflikte zwischen den Nationen sorgten für die Spannungen die sich nach den Schüssen auf den Österreichisch-Ungarischen Thronfolger Franz-Ferdinand in Sarajevo entluden und in Folge der Bündnissysteme in den I. Weltkrieg führten.

In diesem Vortrag wird die Vorgeschichte des Krieges, das Attentat, die sogenannte Juli-Krise und der Ausbruch des Krieges behandelt, der zu Recht als die „Urkatastrophe“ des 20. Jahrhunderts gilt.

2070
Donnerstag, 27.06., 18.00 - 19.30 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Malte Pattberg

WELTPOLITIK AKTUELL

ONLINE-VORTRAG:
ABSCHIED VON DER ÖFFENTLICHKEIT
In Kooperation mit „vhs.wissen live“

Verstärkt durch die fundamentalen Krisen der letzten Jahre gibt es eine Erosion des öffentlichen Raums als Ort der Kommunikation und des Gesprächs, aber auch der wirtschaftlichen Geschäfts- und Austauschbeziehungen. Der öffentliche Raum war immer beides: Agora und Markt. Wenn wir uns aber alle immer weiter ins Private zurückziehen, stehen unsere politischen, sozialen und wirtschaftlichen Strukturen zur Disposition. Doch wie kann der öffentliche Raum neu bestimmt und damit auch die moderne Demokratie zukünftig gesichert werden? Michael Hüther ist Historiker und Ökonom und Direktor des Instituts der deutschen Wirtschaft sowie Honorarprofessor an der EBS Business School in Oestrich-Winkel.

2080
Montag, 29.01., 19.30 - 21.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Prof. Dr. Michael Hüther

ONLINE-VORTRAG:
AFRIKA! RÜCKBLICKE IN DIE ZUKUNFT EINES KONTINENTS
In Kooperation mit „vhs.wissen live“

Wo steht Afrika heute, was wird die Zukunft bringen? Trotz Armut und grassierender Korruption birgt Afrika gewaltige Potenziale: Es ist der rohstoffreichste Kontinent der Erde mit einem großen Reservoir an ungenutztem Agrarland. Und es hat eine junge, schnell wachsende Bevölkerung. Zudem eröffnet die digitale Revolution neue Horizonte. Zwar hat China überall seine Finger im Spiel, doch es kann afrikanische Lösungen geben für die Rückbesinnung auf umweltschonende Produktionsformen und wirtschaftliche Alternativen zur westlichen Wachstumsreligion. Kann eine „zivilisatorische Wende“ zur Rettung unseres Planeten von Afrika ausgehen? Bartholomäus Grill hat lange als Afrikakorrespondent gearbeitet und gehörte zum Afrika-Beraterkreis von Alt-Bundespräsident Horst Köhler.

2081
Sonntag, 25.02., 19.30 - 21.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Bartholomäus Grill

ONLINE-VORTRAG:
DONALD TRUMP UND DER POPULISMUS IN DEN USA
In Kooperation mit „vhs.wissen live“

Donald Trump wird immer wieder als Populist bezeichnet. Dabei ist eigentlich gar nicht klar, was dieser Begriff konkret bedeutet. Im aktuellen Sprachgebrauch werden damit unterschiedslos komplett divergierende politische Haltungen umschrieben. In den USA gab es allerdings um 1900 eine Bewegung, die sich selbst als populistisch bezeichnete und die gerne als Vorbild sämtlicher gegenwärtiger Populisten bezeichnet wird. Der Vortrag geht der Frage nach, ob dies berechtigt ist, oder ob Trump nicht vielmehr ein politisches Phänomen darstellt, das mit dem traditionellen Populismus wenig bis gar nichts mehr zu tun hat. Michael Hochgeschwender ist Professor für Nordamerikanische Kulturgeschichte, Empirische Kulturforschung und Kulturanthropologie an der LMU.

2082
Sonntag, 10.03., 19.30 - 21.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Prof. Michael Hochgeschwender

FRAUEN IM RECHTSEXTREMISMUS
Bebildeter Vortrag

Ihre Rolle ist zentral und dennoch werden sie in den öffentlichen Diskussionen um Rechtsextremismus meist vergessen: Die Frauen, welche in rechtsextremen Kreisen leben, sich organisieren und dadurch entschieden zur Verfasstheit von rechtsextremen Milieus beitragen. Sie übernehmen die Erziehung der Kinder und halten den meist männlichen Protagonisten den Rücken frei. Beate Zschäpe hat in der jüngsten Vergangenheit gezeigt, wie man als Frau neben den klassischen Vorstellungen über die Geschlechter in der rechten Szene Teil eines rechtsterroristischen Trios werden kann. Dieser Vortrag will sich der Funktion von Frauen in rechtsextremen Strukturen zuwenden, ihr Rollenverständnis durchleuchten und verdeutlichen, dass es eine Illusion ist, sie als „naive Mitläuferinnen“ einzuordnen. Eine vorherige Anmeldung wird empfohlen.

2083
Mittwoch, 13.03., 18.30 - 20.00 Uhr
entgeltfrei
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Cassandra Speer

ONLINE-VORTRAG:
INFLUENCER UND POLITISCHE KOMMUNIKATION IN SOZIALEN MEDIEN
In Kooperation mit der vhs Böblingen-Sindelfingen

2019 bebte das politische Deutschland für ein paar Tage. Grund hierfür war ein blauhaariger Jugendlicher mit einem YouTube-Kanal. Spätestens seit Rezo mit seinem Video „Die Zerstörung der CDU“ Einfluss auf

den Europawahlkampf genommen hat, werden Influencer*innen als Teil des politischen Diskurses wahrgenommen und respektiert. Doch wie relevant sind Influencer*innen in der politischen Kommunikation? Wer hört auf sie? Sind sie die neuen Gatekeeper in der digitalen Medienwelt? Und wie nutzen Parteien die Strahlkraft von Multiplikator*innen im Netz für ihre eigene Agenda?

Nach einer kurzen Einordnung zum Stand der digitalen politischen Kommunikation in Deutschland im Jahr 2024 wird Politikberater und Publizist Martin Fuchs diese Fragen beantworten und zudem einen Ausblick auf die Trends der politischen Kommunikation geben.

2084

*Dienstag, 09.04., 19.00 - 20.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Martin Fuchs*

KOLUMBIEN: ZUR AKTUELLEN POLITISCHEN SITUATION
Vortrag

Kolumbien, ein Land in Südamerika voller Lebensfreude, Musik und Tanz. Der Alltag der Menschen, die in Kolumbien leben, ist jedoch auch beeinflusst von Gewalt und einem bewaffneten Konflikt, der seit über 50 Jahren andauert. 2016 unterzeichneten die damalige Guerrilla-Gruppe FARC und die kolumbianische Regierung ein Friedensabkommen. Wo steht das Land heute, sieben Jahre später? Herrscht nun endlich Frieden? Und wie ist es aktuell, in Kolumbien zu reisen?

Feline Gerstenberg ist studierte Sozialwissenschaften und Friedens- und Konfliktforschung. Sie hat insgesamt fast zwei Jahre in dem Land verbracht. Zuerst für das Goethe-Institut, später für einen Forschungsaufenthalt und zuletzt 2020 mit einer NGO, die Menschenrechtsverteidiger*innen begleitet. In ihrem Vortrag versucht sie, Antworten auf die aufgeworfenen Fragen zu geben. Sie berichtet von ihren Erfahrungen und der aktuellen politisch-sozialen Situation. Eine vorherige Anmeldung wird empfohlen.

2085

*Dienstag, 16.04., 18.00 - 19.30 Uhr
entgeltfrei
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Feline Gerstenberg*

**ONLINE-VORTRAG:
20 JAHRE OSTERWEITERUNG EU - TRÄUME UND REALITÄTEN**

Es war der vielleicht größte Meilenstein in der jüngeren Geschichte der EU. Im Jahr 2004 traten gleich zehn Länder des ehemaligen Ostblocks der EU bei. Versprechen wie das Wegfallen der Grenzkontrollen, die Arbeitnehmerfreizügigkeit, das Angleichen des Wohlstands und ein beschleunigtes Zusammenwachsen zu einer europäischen Familie - all diese Hoffnungen lagen in der Luft. Mit einem Abstand von 20 Jahren haben sich manche Hoffnungen bewahrheitet, andere sind nach wie vor unerfüllt. Globale Herausforderungen wie der Klimawandel, die Bewältigung von Migration und andere

Entwicklungen stellen die EU aktuell vor nie dagewesene Probleme. Und in einigen Beitrittsländern haben sich die politischen Voraussetzungen gravierend verändert.

Der Vortrag will den Zustand am Vorabend der Osterweiterung rekonstruieren, gegenwärtige Herausforderungen thematisieren und einen Blick in die Zukunft wagen.

2086

*Dienstag, 23.04., 18.30 - 20.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Cassandra Speer*

**ONLINE-VORTRAG:
DAS GELD UND DER STAAT
Historische und aktuelle Perspektiven zur Unabhängigkeit der Zentralbanken - In Kooperation mit „vhs.wissen live“ und dem Wissenschaftskolleg zu Berlin**

Die Macht und der Handlungsspielraum der Zentralbanken haben in den Jahren seit der globalen Finanzkrise von 2008 enorm zugenommen. Auch die Rückkehr der hohen Inflation stellt eine neue Herausforderung für diese Institutionen dar. Sind sie zu mächtig und zu unabhängig von den Regierungen geworden oder sind sie ihnen im Gegenteil zu stark untergeordnet?

Die Wirtschaftshistoriker Harold James und Eric Monnet erörtern, ob und wie die Geschichte Licht auf diese drängenden politischen und wirtschaftlichen Fragen werfen kann. Professor Harold James ist ein ausgewiesener Experte der europäischen wie globalen Wirtschaftsgeschichte mit besonderem Schwerpunkt auf Deutschland. Eric Monnet ist Ökonom und Wirtschaftshistoriker an der École des hautes études en sciences sociales in Paris und u. a. spezialisiert auf die Geschichte wie auch die aktive Rolle der Zentralbanken.

2087

*Montag, 29.04., 19.30 - 21.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Prof. Dr. Harold James, Eric Monnet*

**ONLINE-VORTRAG:
ZEITENWENDE IM INDOPAZIFIK:
DER KOLLISIONSKURS
ZWISCHEN CHINA UND DEN USA
In Kooperation mit „vhs.wissen live“**

Während die Welt gebannt auf die Ukraine schaut, formiert sich viele tausend Kilometer entfernt ein noch viel größerer Konflikt - China und die USA sind im Indopazifik auf Kollisionskurs.

Im neuen Epizentrum der globalisierten Weltwirtschaft entscheidet sich, wer im 21. Jahrhundert tonangebend sein wird, der kapitalistisch-demokratische Westen oder das staatskapitalistisch-autokratische Regime Chinas.

Die Insel Taiwan, auf die China Anspruch erhebt, ist der Dominostein, dessen Fall die ganze Sicherheitsarchitektur Asiens zum Einsturz bringen würde. Im Vortrag werden die Ursachen und der Verlauf des Konfliktes sowie die sehr unterschiedlichen Interessen der beteiligten Akteure analysiert.

Matthias Nass war viele Jahre Korrespondent und stellv. Chefredakteur der ZEIT. Asien und der Indopazifik sind sein Spezialgebiet.

2088

*Donnerstag, 02.05., 19.30 - 21.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Matthias Nass*

**ONLINE-VORTRAG:
SPORT- UND MENSCHENRECHTE - GEHT DAS ZUSAMMEN?
In Kooperation mit der vhs Böblingen-Sindelfingen**

2022 haben die Olympischen Winterspiele in Peking und die Fußball-WM in Qatar ein weiteres Mal nachdrücklich aufgezeigt, wie eng verwoben das Thema Menschenrechte mit dem nationalen und internationalen Sport ist. Viele Austragungsorte größerer Sportveranstaltungen werden von teils katastrophalen Arbeitsbedingungen, massiven Einschränkungen persönlicher Freiheiten und Diskriminierung von Athlet*innen gekennzeichnet. Neue internationale Vorschriften und Abkommen sollen eine bessere Integration von Menschenrechten in Sportveranstaltungen gewährleisten. Aber kann der Sport über seine Verbände und Vereine die Umsetzung der Menschenrechte überhaupt vollziehen? Der Vortrag gibt einen Überblick über die aktuellen Entwicklungen in dieser Frage.

2089

*Dienstag, 14.05., 19.00 - 20.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Jonas Burgheim*

**SLOWENIEN: „MUSTERLÄNDLE“ IN DER EUROPÄISCHEN UNION
Bebildeter Vortrag in Kooperation mit der Europa Union, Kreisverband Herne**

Mit gut 20.000 Quadratkilometer Fläche und zwei Millionen Menschen ist



Slowenien eines der kleinsten Länder Europas - und dennoch äußerst facettenreich. Trotz langer habsburgischer und venezianischer Vorherrschaft konnte es seine eigene slawische Identität bewahren und setzte als Teilrepublik im ehemaligen Jugoslawien Maßstäbe. Seit 1991 existiert es als eigenständiger Nationalstaat und wurde 2004 EU- und NATO-Mitglied. Politisch und wirtschaftlich punktet es mit Stabilität. Landschaftlich gilt es als grünes Paradies mit einer Vielfalt an Landschaftsformen vom Hoch- und Karstgebirge bis zur Adriaküste. Hier finden selbst Raubtiere wie Wolf und Bär ideale Rückzugsgebiete. Eine vorherige Anmeldung ist unbedingt erforderlich.



2090

*Montag, 27.05., 19.00 - 20.30 Uhr
entgeltfrei
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr. Stefan Roggenbuck*

**ONLINE-VORTRAG:
DEMOKRATIE - WARUM
WIR EXPERTEN
(NICHT) VERTRAUEN**

In Kooperation mit „vhs.wissen live“

Expertise und Wissenschaft sind sowohl für die Gestaltung des privaten als auch des öffentlichen Lebens heute von größerer Bedeutung als je zuvor. Gleichzeitig wird Expertise und Wissenschaft vermehrt attackiert und verliert ihren Status als politisch neutrale Instanz. Die Rede von „alternativen Wahrheiten“ oder der Versuch, Wissenschaftler*innen als Erfüllungsgehilf*innen einer korrupten politischen Klasse zu porträtieren, sind nur zwei Beispiele dafür.

Hinter dieser Entwicklung steht die Infragestellung eines „liberalen Wahrheitsregimes“, dessen Funktionsweise soziologisch beschrieben werden kann und auf der Idee der regulativen Wahrheit beruht. Es ist dieses Wahrheitsregime, das insbesondere auch von den autoritär-populistischen Parteien vielerorts angegriffen wird. Dahinter verbirgt sich aber auch ein Angriff auf die Demokratie, die ohne das liberale Wahrheitsregime kaum gedacht werden kann.

Michael Zürn arbeitet am Wissenschaftszentrum Berlin für Sozialforschung (WZB) und Professor für Internationale Beziehungen an der Freien Universität Berlin.

2091

Montag, 03.06., 19.30 - 21.00 Uhr
entgeltfrei

Online, Prof. Dr. Michael Zürn

**ONLINE-VORTRAG:
RUSSLANDS BLICK
AUF DEN UKRAINE-KRIEG
In Kooperation mit der
vhs Böblingen-Sindelfingen**

Der russische Angriff auf die Ukraine ist von Wladimir Putin immer auch mit Bezugnahme auf die Geschichte begründet worden.

Am 12. Juli 2021 hat die russische Regierung einen 7000-Wörter langen Essay Putins veröffentlicht, in dem der russische Präsident der Ukraine den Status einer eigenständigen Nation abspricht und die Gemeinsamkeiten der Menschen in Russland und der Ukraine betont, die zusammen mit den Bürgern in Belarus eine „dreieinige russische Nation“ formen würden.

In anderen Stellungnahmen hat sich Wladimir Putin mit Peter dem Großen verglichen und eine russische Welt ausgerufen, die auch gegen Widerstand umgesetzt werden müsste.

Die Frage, wie Russland unter Putin auf die Ukraine schaut, ist damit ein zentrales Element zur Erklärung der Hintergründe des Krieges und ein wichtiger Bestandteil für einen potentiellen Friedensschluss geworden.

2092

Dienstag, 04.06., 19.00 - 20.00 Uhr
entgeltfrei

Online, Dr. Franziska Schedewie

NACHHALTIGKEIT



**HERNER
NACHHALTIG-
KEITSFORUM
Information - Austausch
Handlungsperspektiven**



3100

Donnerstag, 07.03., 18.30 - 20.00 Uhr
vhs im Kulturzentrum,
Willi-Pohlmann-Platz 1

Mehr Informationen: **Seite 32**



**ONLINE-VORTRAG:
WIE GESTALTEN WIR
LEBENSWERTE STÄDTE
VON MORGEN?**

In Kooperation mit
„vhs.wissen live“ und acatech

In Deutschland leben schon heute drei von vier Bewohner*innen in Städten und ihren urbanen Nahbereichen, im Jahr 2050 werden es voraussichtlich deutlich über 80 Prozent sein. Städtebauliche Strukturen beeinflussen maßgeblich die Art und Weise, wie wir uns fortbewegen. Eine Veränderung des Mobilitätsverhaltens, der Stadtplanung und technologische Innovationen müssen dabei Hand in Hand gehen, um erweiterte Mobilitätsoptionen und eine neue Mobilitätskultur zu entwickeln. Wie lassen sich echte Wahlmöglichkeiten schaffen und Stadträume hin zu vielfältig nutzbaren Lebensräumen entwickeln? Denn urbane Flächen haben nicht nur einen Einfluss auf Klima und Nachhaltigkeit, sondern erfüllen auch Aspekte der sozialen Gerechtigkeit.

Klaus J. Beckmann ist Stadt- und Verkehrsplaner und Mitglied von acatech (Deutsche Akademie der Technikwissenschaften).

2120

Dienstag, 27.02., 19.30 - 21.00 Uhr
entgeltfrei

Online, Prof. Dr.-Ing. Klaus J. Beckmann



**ONLINE-VORTRAG:
GESCHICHTE UND
ZUKUNFT DER MODE**

In Kooperation mit „vhs.wissen live“

Befindet sich das System der „schnellen“ Mode, wie es im 20. Jahrhundert entstanden ist, in einer tiefen Krise? Die Mode ist ein starker Motor für ökologische und wirtschaftliche Ungleichheiten in der Welt. Eine Betrachtung der Mode als globale Geschichte seit dem Mittelalter zeigt, wie wir über neue ökologische und ästhetische Zukünfte nachdenken können. Prof. Dr. Ulinka Rublack lehrt Europäische Geschichte an der Universität Cambridge, Alfons Kaiser ist leitender Journalist bei der FAZ und dort u. a. für Mode zuständig.

2121

Dienstag, 05.03., 19.30 - 21.00 Uhr
entgeltfrei

Online, Prof. Dr. Ulinka Rublack, Alfons Kaiser



**ONLINE-VORTRAG:
DIE 15-MINUTEN-STADT -
KLIMASCHONENDE
MOBILITÄT FÜR ALLE?**

In Kooperation mit der
vhs Böblingen-Sindelfingen

Wie wäre es, wenn alles, was Menschen regelmäßig nachfragen - Geschäfte, Schulen, Restaurants, Gesundheitseinrichtungen oder Erholungsflächen - zu Fuß oder mit dem Fahrrad in maximal 15 Minuten anzutreffen wäre? Das Konzept der „15-Minuten-Stadt“ formuliert die Idee einer dezentralen Versorgung mit Gütern und Dienstleistungen. Der mögliche Verzicht auf das eigene Auto würde Städte und Quartiere von Luft- und Lärmbelastungen entlasten. Es gäbe mehr Raum für Grünflächen und öffentliche Begegnung, mehr gesundheitsfördernde aktive Mobilität und Lebensqualität. Aber es stellen sich Fragen: Wie kann ein solches Leitbild umgesetzt werden? Und ist die „15-Minuten-Stadt“ auch abseits der Großstädte ein Versprechen?

2122

Mittwoch, 10.04., 19.00 - 20.00 Uhr
entgeltfrei

Online, Dr.-Ing. Stefan Siedentop

INTERKULTURELLES

**INTERRELIGIÖSER DIALOG:
CHRISTEN-MUSLIME-JUDEN
IM GESPRÄCH**



In Kooperation mit dem Kath. Bildungswerk des Dekanates Emschertal, dem Ev. Kirchenkreis Herne, der Jüdischen Gemeinde Bochum-Herne-Hattingen, dem Eine Welt Zentrum Herne, dem Integrationsrat der Stadt Herne und dem Muslimischen Theologinnen- und Theologenbund in Europa e. V.

Diese Dialogreihe will Begegnungsmöglichkeiten schaffen: Ein Forum zum inhaltlichen Austausch über religiöse und gesellschaftliche Fragen. Es gilt, Theologie und Lebenswirklichkeit zu verbinden. Ein einführender Dialog zwischen jüdischen, christlichen und muslimischen Referent*innen/Theolog*innen beleuchtet die jeweilige Thematik und lädt uns zu Gedankenaustausch und Gespräch ein.

Das Thema in diesem Semester lautet:

Zuwanderung als Herausforderung für das Zusammenleben. Was können Religionen beitragen zum Heimatgefühl der Menschen? Um vorherige Anmeldung wird gebeten.

2130

Dienstag, 09.04., 19.00 - 21.00 Uhr
entgeltfrei

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Katharina Henke, Hüseyin Inam,
Dr. Michael Rosenkranz, Niils Petrat



**EXKURSION:
ZUM GARTEN DER RELIGIONEN
NACH RECKLINGHAUSEN
In Kooperation mit dem
Kath. Bildungswerk des Dekanates
Emschertal, dem Ev. Kirchenkreis
Herne, der Jüdischen Gemeinde
Bochum-Herne-Hattingen, dem
Eine Welt Zentrum Herne, dem
Integrationsrat der Stadt Herne
und dem Muslimischen Theologinnen-
und Theologenbund in Europa e. V.**

Menschen und Völker rücken auf unserer Erde immer näher zusammen. Fremde Welten, durch Jahrtausende von Kultur und Religion geprägt, treffen aufeinander. Für viele ist das eine Bedrohung - für andere eher eine Bereicherung. In einer Zeit, in der politische, religiöse und kulturelle Konflikte das Miteinander immer mehr erschweren, braucht es Gegenbewegungen. Hier können die verschiedenen Weltreligionen eine wesentliche Inspiration sein. Dazu will der „Garten der Religionen“ einen Beitrag leisten, der in einem Klostergarten in Recklinghausen entstanden ist. Nach der Führung durch den Garten treffen wir uns zum Austausch - nebenan im ehemaligen Franziskanerkloster. *Da die Teilnehmerszahl begrenzt ist, ist eine Anmeldung erforderlich. Anmeldeabschluss ist der 18. Juni 2024. Treffpunkt: Friedrich-Ebert-Str. 231, 45659 Recklinghausen. Anreise: selbstständig. Bei Bedarf ist die Mitnahme in einer Fahrgemeinschaft möglich - ab Kulturzentrum Herne um 17.45 Uhr. Bedarfe müssen bei der Anmeldung mit angegeben werden.*

2131
*Dienstag, 25.06., 18.30 - 20.30 Uhr
entgeltfrei
Friedrich-Ebert-Str. 231,
45659 Recklinghausen
Dr. Michael Rosenkranz, Katharina Henke,
Hüseyin Inam, Nils Petrat*

**ONLINE-VORTRAG:
SCHWIERIGES ERBE -
HERAUSFORDERUNGEN EINES
ETHNOLOGISCHEN MUSEUMS
In Kooperation mit der
vhs Böblingen-Sindelfingen**

Das Stuttgarter Linden-Museum ist ein ethnologisches Museum, das heute rund 160.000 historische und zeitgenössische Zeremonial- und Alltagsgegenstände sowie Kunstwerke aus Afrika, Nord- und Lateinamerika, Asien, Australien und Ozeanien beherbergt. In seinen Anfängen war es eng mit der Zeit des Kolonialismus verbunden. Träger des Museums war der „Württembergische Verein für Handelsgeographie“, der 1883 gegründet wurde. Vor allem durch die Aufrufe seines Vorsitzenden Karl Graf von Linden motiviert, kamen gerade in dieser Anfangszeit zahlreiche Sammlungen unter umstrittenen oder ethisch verwerflichen Bedingungen in das Haus. Das neue Museum wurde 1911 nach dem Tod von Lindens eingeweiht und trägt seitdem seinen Namen. Zum „schwierigen Erbe“ des Kolonialismus zählt auch die grundsätzliche Ausrichtung

auf „außereuropäische“ Sammlungen, die eine klare Trennung zwischen Europa und dem „Rest der Welt“ legitimierte und mit einer eurozentrischen kulturellen Hierarchisierung verbunden war. Wie kann ein ethnologisches Museum diese Last des „schwierigen Erbes“ heute überwinden? Wie kann das Museum Zuschreibungen und Stereotype des „Fremden“ durch neue Sichtweisen und Netzwerke ersetzen und zu einem gesamtgesellschaftlichen Umdenken beitragen? Das Linden-Museum stellt sich diesen Fragen seit vielen Jahren in einem reflexiven und selbstkritischen Umwandlungsprozess. Dabei experimentiert das Museum mit verschiedenen Ansätzen auf der Suche nach einem verantwortungsvollen Umgang mit den Sammlungen und deren Geschichte, nach neuen Formen von Präsentations- und Sammlungspraxis sowie nach dialogischen und multiperspektivischen Formaten in Wissenschaft und Ausstellungen.

2132
*Dienstag, 27.02., 19.00 - 20.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Prof. Dr. Ines De Castro*

**AUSSTELLUNG: „DER LANGE
SCHATTEN DER DEUTSCHEN
KOLONIALZEIT - SICHERT(E) SICH
AUCH UNSER LAND EINEN PLATZ
AN DER SONNE?“
Eine Ausstellung des Eine Welt Netz
NRW mit Bildern von Naseer Alshabani
und Texten von Serge Palasie -
In Kooperation mit dem Eine Welt
Zentrum des Ev. Kirchenkreises Herne**

Kolonialzeit. Alles Vergangenheit? Schnee von gestern ohne jegliche Bedeutung für die Gegenwart? Oder: Schlimm. Aber holte Afrika immerhin aus archaischen Zuständen heraus? Solche Sichtweisen sind leider sehr verbreitet. Dabei ist die deutsche Kolonialzeit ist bis heute in mehrfacher Hinsicht relevant - so beispielsweise im Bereich globaler wirtschaftlicher Beziehungsgeflechte, beim Thema Flucht und Migration, oder wenn es um Rassismus und Identität in Deutschland geht. Selbst der menschengemachte Klimawandel bzw. die damit verbundene Klimagerechtigkeit muss hier aufgezählt werden. Diese Ausstellung blickt in die Vergangenheit, damit wir die Gegenwart besser verstehen und für die Zukunft lernen. Es geht hier also nicht so sehr um geschichtliche Details, sondern um den langen Schatten, den eine vermeintlich abgeschlossene Geschichte wirft. *Die Ausstellung wird am Donnerstag, 11. April, um 18 Uhr eröffnet (siehe dazu Kursnummer 2133A).*

2133
*Ausstellungsdauer:
Donnerstag 11.04. - Donnerstag 09.05.
Öffnungszeiten: mo - fr: 10.00 - 19.00 Uhr,
sa: 10.00 - 13.00 Uhr
vhs im Kulturzentrum,
Willi-Pohlmann-Platz 1*



**DER LANGE SCHATTEN DER
DEUTSCHEN KOLONIALZEIT
Vortrag zur Ausstellungseröffnung
mit Bildern von Naseer Alshabani -
In Kooperation mit dem Eine Welt
Zentrum des Ev. Kirchenkreises Herne**

Die deutsche Kolonialzeit ist bis heute in mehrfacher Hinsicht relevant - so beispielsweise im Bereich globaler wirtschaftlicher Beziehungsgeflechte, beim Thema Flucht und Migration, oder wenn es um Rassismus und Identität in Deutschland geht. Selbst der menschengemachte Klimawandel bzw. die damit verbundene Klimagerechtigkeit muss hier aufgezählt werden. Deutsche Kolonialaktivitäten begannen schon Jahrhunderte vor der offiziellen deutschen Kolonialzeit. Im Vortrag blicken wir in die Vergangenheit und schauen auch auf präkoloniale Afrikaner. Es geht hier aber nicht so sehr um geschichtliche Details, sondern um den langen Schatten, den eine vermeintlich abgeschlossene Geschichte wirft. Serge Palasie ist Fachpromotor Flucht, Migration und Entwicklung NRW beim Eine Welt Netz NRW. Wir bitten um vorherige Anmeldung.



„Platz an der Sonne“
- ein Bild von Naseer Alshabani.

2133A
*Donnerstag, 11.04., 18.00 - 19.30 Uhr
entgeltfrei
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Serge Palasie*

**CONNECTING THE DOTS -
UNTERSCHIEDLICHE
PERSPEKTIVEN VERMITTELN
Workshop im Rahmen der Ausstellung
„Der lange Schatten der deutschen
Kolonialzeit“ - In Kooperation mit
dem Eine Welt Zentrum des
Ev. Kirchenkreises Herne**

Wie können wir rassistische und koloniale Kontinuitäten erkennen und hinterfragen? Mit der Methode „CONNECTING THE DOTS“ gibt es dafür ein hilfreiches Instrument. Im Workshop wird die Methode vorgestellt und gemeinsam ausprobiert. Mit dem E-Learning Tool www.connecting-the-dots.org werden vor allem auch Stimmen einen Platz gegeben, die in der hegemonialen Geschichtsschreibung zum Schweigen gebracht wurden. Mit der Methode können so unterschiedliche Perspektiven aus mehr als 500 Jahren Geschichte vermittelt werden, wie z. B. zum Thema Kolonialismus. Wir bitten um vorherige Anmeldung.

2134
*Mittwoch, 17.04., 15.00 - 17.00 Uhr
entgeltfrei
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Anna Engelhard*





LESUNG MIT DISKUSSION: DER UNBEKANNTE NACHBAR

Veranstaltung der Themenwochen „Antimuslimischer Rassismus“ - Eine Kooperation der vhs mit „Partnerschaft für Demokratie Herne“ und Islamischer Gemeinde Herne-Röhlinghausen e. V.



Migration, das heißt Trennung, Unsicherheit, Unbekanntheit, Zweifel, nie enden wollende Fremdheit, Arbeitsnot, inneres Aufgewühltsein, tiefer Schmerz. Tiefer, nicht endender Schmerz...



Gemici beschreibt in seinem Buch „Der unbekannt Nachbar“ mit einer klaren und schlichten Sprache nach Deutschland ausgewanderte türkische Migrant*innen: in ihren Beziehungen mit Nachbarn, den Erschwernissen die Sprache zu erlernen, in ihren Unsicherheiten, die das Leben in zwei Ländern und Kulturen mit sich bringt, in ihren Erfahrungen der Diskriminierung, ihren Hoffnungen und ihrem Lieben.

Zum Autor: Bahattin Gemici wurde 1954 in Ankara geboren. Er lebt seit 1977 in Herne und arbeitete 36 Jahre lang als Lehrer, schreibt Gedichte, Kurzgeschichten und Märchen. Mehrere seiner Veröffentlichungen in Deutsch und Türkisch wurden vom WDR und dem türkischen Rundfunk und Fernsehen gesendet. Für seine Arbeit wurde er mehrfach ausgezeichnet.

Die Veranstaltung wird durch das Bundesprogramm „Demokratie leben!“ gefördert. Es wird um vorherige Anmeldung gebeten.

2136

Donnerstag, 07.03., 18.30 - 20.00 Uhr
entgeltfrei
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Bahattin Gemici

ONLINE-VORTRAG: ANTISEMITISMUS - EINE DEUTSCHE GESCHICHTE In Kooperation mit „vhs.wissen live“

Der Anschlag auf die Synagoge in Halle im Jahr 2019 hat nicht nur gezeigt, wie gefährlich die Lage für Juden in Deutschland geworden ist - die Debatte hat auch offengelegt, dass antijüdische Einstellungen schon lange in der Mitte der Gesellschaft existieren. Peter Longerich zeigt in seinem Vortrag, dass wir den gegenwärtigen Antisemitismus in Deutschland nicht begreifen können, wenn wir ihn vor allem als Sündenbock-Phänomen verstehen, wie es hierzulande in Schule und Hochschule gelehrt wird.

Denn der Blick in die Geschichte offenbart, dass das Verhältnis zum Judentum bis heute vor allem ein Spiegel des deutschen Selbstbildes und der Suche nach nationaler Identität geblieben ist.

Prof. Dr. Peter Longerich lehrte moderne Geschichte am Royal Holloway College der

Universität London und war Gründer des dortigen Holocaust Research Centre. Er war einer der beiden Sprecher des ersten unabhängigen Expertenkreises Antisemitismus des Deutschen Bundestags und Mitautor der Konzeption des Münchner NS-Dokumentationszentrums.

2137

Donnerstag, 18.04., 19.30 - 21.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Prof. Dr. Peter Longerich

MAISHEILIGE, HEILIGE TÖTIN UND TEUFEL Zu Mythen, Volksheligen und zur (Über)lebenskultur in Lateinamerika - Bebilderter Vortrag mit Filmeinspielungen und Diskussion über das, was uns „heilig“ ist

In Mexiko wird aus der Maigöttin Tonantzin die Nationalheilige Muttergottes von Guadalupe, die mittlerweile in „Konkurrenz“ zur „Heiligen Tötin“ in ganz Mexiko und den Hispano-Regionen der USA steht. Menschen in allen Kulturen und entsprechend ihren vitalen Bedürfnissen schaffen sich ihre eigenen Heiligen. Es vermischen sich traditionell anerkannte Heilige und neue „Volksheilige“.

Mit ausgewählten Beispielen der lateinamerikanischen Volksreligiosität im Wandel der Kulturen zeigt der Vortrag in Bildern, Filmen und Objekten aus verschiedenen Ländern Lateinamerikas, was den Menschen dort „heilig“ ist. Ebenso soll ein Blick auf unsere Wahrnehmung von dem, was uns „heilig“ ist, im Vergleich zur lateinamerikanischen Volksreligiosität geworfen werden.

2138

Mittwoch, 22.05., 18.00 - 19.30 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Stefanie Hoppe

LÄNDERKUNDE

ABENTEUER NAMIBIA Eine Reise-Reportage

Wenn eine eine Reise tut, dann will sie davon erzählen ... Fast vier Wochen war Anke Grau auf eigene Faust mit dem Auto und Dachzelt unterwegs in Namibia, „dem“ Einsteigerland für ein Afrika-Abenteuer.

In ihrer Reportage nimmt sie Sie virtuell mit auf ihre Reise und berichtet vom Zauber dieses afrikanischen Landes, zeigt beeindruckende Fotos von unendlichen Weiten, vielseitigen Landschaften und der wilden Tierwelt - vom kleinen Namib-Chamäleon bis zum seltenen Wüstenelefanten - und erzählt auch ein paar Anekdoten von ihrer Abenteuerreise in diese ehemalige deutsche Kolonie. Und wer weiß, vielleicht fangen auch Sie am Ende Feuer?

2150

Dienstag, 19.03., 18.30 - 20.00 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Anke Grau

ÖSTERREICH: VON DEN BERGEN TIROLS BIS ZUR KULTURHAUPTSTADT EUROPAS 2024 Bebilderter Vortrag



Salzburg - das Rom des Nordens.
Foto: Dr. Stefan Roggenbuck

Die Alpenrepublik gehört seit langem zu den Sehnsuchtszielen in Europa. Neben den grandiosen Berg-, Tal- und Seelandschaften ist es das traditionsreiche Leben in den Dörfern und die Kulturgeschichte in den Städten, die die Reisenden in ihren Bann ziehen. Tirol ist das Herz der Alpen, ein Wander-, Bergsteiger- und Skiparadies. Salzburg ist zugleich Hauptstadt der Musik, Bühne der Welt und Rom des Nordens. Als viertgrößte Stadt Österreichs glänzt sie mit einer bei der UNESCO gelisteten Altstadt, die auch „gottgefälliges Kunstwerk“ genannt wurde. Der Lichtbildvortrag zeigt die Bilder von Reisen im Winter und Sommer: Von Innsbruck geht es über Wildschönau nach Kitzbühel, vom Walchsee ins Kaisergebirge, von der Mozartstadt ins Salzkammergut nach Hallstadt und Bad Ischl, der Kulturhauptstadt Europas 2024.

2151

Montag, 22.04., 19.00 - 20.30 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr. Stefan Roggenbuck

SÜDTIROL: ALPINE UND MEDITERRANE FASZINATION Bebilderter Vortrag

Seit jeher ziehen die Alpen Reisende an. Die Sonnen-Südseite besticht mit atemberaubenden Dolomiten-Panoramen - für Le Corbusier die „schönste natürliche Architektur der Welt“, seit 2009 UNESCO-Weltnaturerbe. Bergdörfer wie Völs und Kastelruth haben Bilderbuchcharakter. Die grünen Täler glänzen mit mildem Klima und mediterraner Vegetation. Kirchen, Burgen und Schlösser zeugen von einer reichen Kulturgeschichte. Heute ist Südtirol dreisprachig: deutsch, italienisch und ladinisch. Mit ihrer Multikulturalität und politischen Autonomie hat die Region Maßstäbe gesetzt.

Der Lichtbildvortrag porträtiert Bozen, Meran und Brixen, die berühmte Seiser Alm und folgt den Spuren der einstigen Reisekaiserin Sissi. Doch der Tourismus-Boom hat nicht nur Wohlstand gebracht, sondern auch Schattenseiten, wie sie im Tourismuseum und den Messner-Mountain-Museen thematisiert werden.

2152

Montag, 06.05., 19.00 - 20.30 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr. Stefan Roggenbuck

**DES ORIENTS UNBEKANNTER
RIESE - ENTDECKUNGEN
IN SAUDI ARABIEN
Bebilderter Vortrag**

Saudi Arabien ist ein ganz besonderes Land. Es ist nicht nur fast sechsmal so groß wie Deutschland, sondern auch eines der größten der gesamten arabischen Welt. Zudem ist es deren Herzstück, denn von hier aus, von den Beduinenstämmen der arabischen Halbinsel, hat sich deren Sprache über große Teile Afrikas und Asiens, zum Teil gar Europas verbreitet. Und zugleich wurde der Islam, der hier in Mekka und Medina seinen Ursprung hat, zur zweitgrößten Religion der Welt und die heiligen Stätten in Arabien zu den wichtigsten globalen Pilgerorten überhaupt. Aber auch wegen seines Reichtums an Rohstoffen ist das Land als politisches und ökonomisches Schwergewicht zu betrachten, was sich insbesondere gegenüber dem schiitischen Iran, dem ewigen Erzrivalen, manifestiert. 2019 erst öffnete sich das wahhabitische Königreich der Saud dem Tourismus gegenüber und plant nun eine breit angelegte Modernisierung im Rahmen der „Vision 2030“, die Kronprinz Mohammed bin Salman ausgerufen hat. Clemens Schmale, der seit den 1990er Jahren alle Länder der arabischen Halbinsel sowie des Nahen und Mittleren Osten mehrfach besucht hat, stellt die saudische Hauptstadt Riyadh vor einschließlich der alten Wüstenmetropole Diriyah. Er war in der riesigen Hafenstadt Jeddah am Roten Meer unterwegs, in der historisch bedeutenden Gebirgsstadt Ta`if sowie in der alten Nabatäeroase Hegra an der Weihrauchstraße bei Al Ula, in der man auch noch Spuren der legendären Hedschas-Bahn findet, die die Deutschen bauen halfen und Lawrence von Arabien zerstörte. Selbst die Grabesmoschee des Propheten in Medina hat der Sozialwissenschaftler besuchen können.

2153
Montag, 13.05., 19.00 - 20.30 Uhr
entgeltfrei
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Clemens Schmale

**DER GARDASEE: „LAND, IN
DEM DIE ZITRONEN BLÜHEN“
Bebilderter Vortrag**

Schon die römischen Dichter Catull und Vergil besangen den Lacus Benacus. Goethe und Kafka sprachen von einem „köstlichen Schauspiel“ und „liebenswürdigen und großartigen Süden“. Sie genossen die reizvollen Facetten von Landschaft, Geschichte und Kultur an Italiens größtem See und trugen zur „Lago-Tradition“ bei, die bis heute anhält. Entlang der Uferstraße Gardesana bezaubern die malerischen Orte mit ihren Stränden, Promenaden, Häfen, Plätzen, Palästen und Kirchen, umrahmt von Bergen mit Zypressen, Oliven- und Zitrusbäumen. Dieses Panorama, verbunden mit freundlichen Menschen und ihrem Dolce Vita, verkörpert den Inbegriff des südlichen Lebensgefühls. Jedes Jahr zieht es Millionen von Erholungssuchenden an.



Torri del Benaco am Gardasee.

Foto:
Dr.
Stefan
Roggenbuck

Der Lichtbildvortrag erkundet die schönsten Orte und erzählt die interessantesten Geschichten.

2154
Montag, 10.06., 19.00 - 20.30 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr. Stefan Roggenbuck

RECHT

**DIE ZWEITE MIETE?
Betriebs- und Nebenkostenabrechnung**

Grundsätzlich muss kein Mietender neben seiner Miete Betriebskosten zahlen. Wie der Vermietende dennoch Betriebskosten auf seine Mietenden umlegen kann und was dabei zu beachten ist, wird in diesem Kompaktseminar aufgezeigt, das sowohl Mietende als auch Vermietende anspricht. Sie erfahren, was überhaupt Betriebskosten sind und wie Sie eine Jahresbetriebskostenabrechnung auf ihre Richtigkeit überprüfen können. Was Sie tun können, wenn überhaupt keine Betriebskostenabrechnung erfolgt, wie Sie gegen eine falsche Betriebskostenabrechnung vorgehen können. Gibt es ein Recht auf Belegeinsicht? Was bedeutet das Gebot der Wirtschaftlichkeit? Wann sind meine Ansprüche verjährt? Die Regelung über den Ausweis bzw. die Ausstellung der Steuerbescheinigung (über z. B. hausnahe Handwerkerleistungen) und die Heizkostenverordnung werden eingehend thematisiert. Im Seminarentgelt sind ausführliche Unterlagen über den Seminarinhalt mit den wichtigsten Informationen, Mustern und Berechnungsbeispielen enthalten.

2201
Donnerstag, 25.04., 18.00 - 21.15 Uhr
4 UStd., 23,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Lars Wörmann

**MIETRECHT NRW:
DREITEILIGE VORTRAGSREICHE
MIT HANDOUTS**

Dieser Kurs wendet sich an Mietende und Vermietende gleichermaßen und geht auf die wesentlichen Fragen rund um Mietverhältnisse ein. Die wesentlichen Themen sind: das Abschließen von Mietverhältnissen, der

Gebäudeenergiepass, Übergabeprotokolle, Selbstauskunft, Kautions, die Hausordnung, Rechte und Pflichten von Mietenden und Vermietenden, Mieterhöhung, Modernisierung, Steuerbescheinigung für hausnahe Dienstleistungen, Handwerkerleistungen, Betriebskostenabrechnung, Mängelanzeigen des Mietenden, Untervermietung, Abmahnungen des Mietenden, die Beendigung von Mietverhältnissen: die Kündigungsmöglichkeiten und -fristen sowie den Aufhebungsvertrag. Es wird auf die neuesten Urteile umfassend eingegangen. Die Teilnehmenden erhalten umfangreiches Material, es kann aber keine individuelle Rechtsberatung erfolgen. Eine Anmeldung ist erforderlich.

2202
di, 18.00 - 20.15 Uhr, ab 16.04.
3 x 3 UStd., 54,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Lars Wörmann



**PATIENTENRECHTE -
WAS TUN BEI ÄRZTLICHEN
BEHANDLUNGSFEHLERN?
Vortrag mit Gespräch**

Inhalt des Vortrages sind eine Darstellung des Behandlungsvertrages und der sich hieraus für Patient*innen ergebenden Rechte, u. a. Herausgabeanspruch von Behandlungsunterlagen, Arztwahl, Ansprüche nach Behandlungsfehlern und Tipps zur Beweisicherung. Im Rahmen der Veranstaltung können nur allgemeine Hinweise gegeben werden, eine individuelle Beratung ist leider nicht möglich. Die Referentin, Sabrina Diehl, ist Fachanwältin für Medizinrecht.

2203
Mittwoch, 24.04., 18.00 - 19.30 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Sabrina Diehl

**NACHBARSCHAFTSRECHT NRW -
STREITIGKEITEN AN
DER GRUNDSTÜCKSGRENZE
Vortrag**

Wie oft darf mein Nachbar grillen, wie laut und wie lange darf gefeiert werden? Wer muss die Kosten des gemeinsamen Grenzzauns tragen? Wie nah darf an der Nachbargrenze gepflanzt oder gebaut werden? Wer muss den Schnee oder die Blätter fegen? Was ist ein Grenzbaum? Darf der Nachbar für Reparaturarbeiten mein Grundstück betreten? In diesem Kurs sollen die Nachbarrechte in NRW anhand von Praxisbeispielen erläutert und so die rationale Konfliktbearbeitung gefördert werden. Die Teilnehmenden erhalten eine Broschüre zu diesem Thema. Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

2204
Mittwoch, 08.05., 18.00 - 21.15 Uhr
4 UStd., 23,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Lars Wörmann



SCHUTZ VOR MIETNOMAD*INNEN UND MESSIES? Vortrag

Die Vermietung an Mietnomad*innen und Messies kann teuer werden. Zu Mietausfall und Sanierungskosten addieren sich schnell die Kosten für Gericht, Anwalt und Zwangsvollstreckung. Durchschnittlich entsteht ein Schaden von 25.000 EUR.

Eine Situation, die private Vermieter*innen und in der Immobilienbranche tätige Personen in ihrer Existenz bedrohen kann. Viele Fälle von Mietnomadentum und Wohnungsmisbrauch durch Messies können durch Beachtung einiger Grundregeln vermieden werden.

Das soll dieser Vortrag aufzeigen. Es beginnt bei der Suche geeigneter Mietender und setzt sich mit einer zweckdienlichen Vertragsgestaltung fort. Die Teilnehmenden erhalten eine Broschüre zu diesem Thema. Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

2205
Mittwoch, 22.05., 18.00 - 20.15 Uhr
3 UStd., 19,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Lars Wörmann



IMMOBILIENKAUFVERTRÄGE - TÜCKEN UND TIPPS Vortrag

Mit jedem Immobilienkauf oder -verkauf ist ein hohes Risiko verbunden. Das gilt besonders, wenn Spezialimmobilien wie Eigentumswohnungen oder Mehrparteienhäuser zum Kauf oder Verkauf stehen und Beträge in sechsstelliger Höhe aufgerufen werden. Deshalb sollte auf den Vertragsabschluss größte Sorgfalt verwendet werden. So können Risiken bereits im Vorfeld minimiert werden.

Dieser Vortrag soll das Problembewusstsein schärfen und einige praktische Hilfestellungen zu Vertragskonstellationen geben. Er richtet sich sowohl an Kaufende, als auch an Verkaufende.

Die Teilnehmenden erhalten eine Broschüre zu diesem Thema. Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

2206
Dienstag, 28.05., 18.00 - 20.15 Uhr
3 UStd., 19,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Lars Wörmann

PHILOSOPHIE / PSYCHOLOGIE

ONLINE-VORTRAG: PHILOSOPHIE IN DER ISLAMISCHEN WELT In Kooperation mit „vhs.wissen live“

Dieser Vortrag thematisiert eine wichtige und oft unterschätzte Tradition der Geschichte der Philosophie, nämlich die Philosophie in der islamischen Welt. Die chronologischen und geographischen Grenzen dieser Tradition

werden skizziert, mit einem Überblick der Verbindung zwischen arabischsprachiger und altgriechischer Philosophie. Schließlich werden einige zentrale Ideen des wichtigsten islamischen Philosophen Ibn Sina (Avicenna, gest. 1037) besprochen.

Prof. Dr. Peter Adamson lehrt Geschichte der Philosophie an der LMU München. Zu seinen Forschungsschwerpunkten zählen die arabisch, antike und mittelalterliche Philosophie.

2500
Sonntag, 14.04., 19.30 - 21.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Prof. Dr. Peter Adamson

ABER BITTE MIT SAHNE! Humorvolle Anekdoten und Lebensweisheiten aus den klassischen Kaffeehäusern Europas - Vortrag und Lesung

Unter dem Motto „Hast du Sorgen! Geh ins Kaffeehaus!“ präsentiert Torsten Reters (*Bild re.*) eine amüsante Reise durch die Welt der europäischen Kaffeehäuser von Prag bis Wien. Egal, ob in Rom, Paris oder Budapest, überall begegnen uns kuriose Typen, die vor gar nicht allzu langer Zeit quasi im Kaffeehaus lebten. Die illustre Schar der „Stammgäste“ saß oft den ganzen Tag nur bei einem Glas Wasser im Café, um über den Sinn des Lebens zu diskutieren oder das Personal zu schikanieren.



Der nostalgische, literarisch-philosophische Streifzug präsentiert Anekdoten und Lebensweisheiten aus berühmten Kaffeehäusern wie dem „Café Central“ in Wien oder dem „Café New York“ in Budapest. Künstler wie Werfel oder Balzac zeigen uns, wie man die Zeit totschlagen kann, ohne von ihr totgeschlagen zu werden.

Der nostalgische, literarisch-philosophische Streifzug präsentiert Anekdoten und Lebensweisheiten aus berühmten Kaffeehäusern wie dem „Café Central“ in Wien oder dem „Café New York“ in Budapest. Künstler wie Werfel oder Balzac zeigen uns, wie man die Zeit totschlagen kann, ohne von ihr totgeschlagen zu werden.

2503
Donnerstag, 16.05., 19.00 - 21.00 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr. Torsten Reters

BUDDHISMUS - LERNEN MIT SICH SELBST IN FRIEDEN ZU LEBEN Tagesseminar

Der Buddhismus bietet aus seiner 2500-jährigen Tradition eine Vielzahl von Methoden und Erkenntnissen, die es uns möglich machen völlig unabhängig von äußeren Bedingungen in uns selbst Glück und Frieden zu finden. In diesem Workshop betrachten wir grundlegende Erkenntnisse des Buddhismus und ihre Bedeutung für unser Alltagsleben. Wir beschäftigen uns mit den wichtigsten Methoden zur Entwicklung positiver Emotionen für uns selbst und andere. Ein besonderes Augenmerk liegt dabei darauf zu lernen, sich selbst rückhaltlos zu akzeptieren, sich mit

sich selbst wohl zu fühlen und sein eigener Freund zu werden. Achtsamkeit, das heißt bewusst im gegenwärtigen Moment zu leben, ist eine grundlegende buddhistische Übung. Die achtsame Wahrnehmung bringt uns unmittelbar mit uns selbst in Berührung, bewahrt uns davor, uns selbst Schaden zuzufügen und hilft uns, uns wirklich kennenzulernen. Wir beschäftigen uns außerdem mit den verschiedenen Richtungen buddhistischer Meditation. Meditationen können zu tiefen Einsichten führen und ermöglichen uns ein Zuhause für unseren Geist zu finden. Sie helfen uns gelassen mit schwierigen Situationen umzugehen und wirken positiv auf das Selbstwertgefühl und die Gesundheit. Im Workshop werden wir einige kurze angeleitete Meditationen üben. Der Kursleitende Olaf Nitschke ist Sozialwissenschaftler und praktizierender Buddhist.

2504
Samstag, 25.05., 10.00 - 17.00 Uhr
8 UStd., 29,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Olaf Nitschke

„MIT BUDDHA UND SCHOPENHAUER DURCH DEN SCHLOSSPARK STRÜNKEDA!“ Ein philosophischer Spaziergang um die Kunst des guten Lebens!



Wie wäre es, den Tag mit Gedichten zu beginnen - und danach ein kleiner Spaziergang. Schopenhauer rät zu zwei Stunden Bewegung täglich, ohne zu hetzen. Er liebte lange Spaziergänge in der Natur, um sich inspirieren zu lassen. Im schönen Schlosspark gehen wir mit griechischen Glücksphilosophen, aber auch mit Denkern wie Marx und Fromm daran, dem guten Leben nachzuspüren. Buddha spricht vom „mittleren Pfad“, der das Leben gelingen lässt. Erfahren Sie an ausgewählten Plätzen rund um den wunderschönen Park mehr über Stimmungen des Ruhrgebietes sowie alte und neue „Wanderphilosophen“ (Schmid, Watzlawick) und ihre „zeitlosen“ Vorstellungen vom gelingenden Leben. Mit Ihnen wandert Dr. Torsten Reters, Soziologe, Sachbuchautor (u. a. „Was die Seele selig macht“) und Lyriker („Zeitlos“).

2506
Sonntag, 28.07., 11.00 - 13.00 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
Treffpunkt: Park & Ride Parkplatz vor Schlosspark Strünkede, Nähe Ausgang U-Bahnhaltestelle Schloss Strünkede (Bahnhofstraße)
Dr. Torsten Reters

ONLINE-VORTRAG: WARUM FACHLEUTE UND LAIEN RISIKEN HÄUFIG GANZ UNTERSCHIEDLICH BEWERTEN In Kooperation mit „vhs.wissen live“ und der Deutschen Akademie für Technikwissenschaften (acatech)

Im Falle von technologischen Risiken, Naturkatastrophen oder auch bei einer Pandemie kommt es immer wieder vor, dass Fachleute

und Laien Risiken vollkommen unterschiedlich bewerten. Die Folge ist nicht selten, dass Bürger*innen sich anders verhalten als die Fachleute sich dies wünschen. Woran kann das liegen? Dieser Vortrag weist mögliche Ursachen auf und beschäftigt sich mit der Frage, wie man die Kluft überwinden könnte. Ralph Hertwig ist Direktor am Max-Planck-Institut für Bildungsforschung in Berlin. Seine Forschung beschäftigt sich mit Modellen der begrenzten und ökologischen Rationalität, erfahrungsbasierten Entscheidungen, Psychologie des Risikos. Hertwig ist Mitglied von acatech (Deutsche Akademie der Technikwissenschaften) und der Nationalen Akademie der Wissenschaften Leopoldina.

2510
Dienstag, 20.02., 19.30 - 21.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Ralph Hertwig

**ONLINE-VORTRAG:
EINSAMKEIT: WIE KANN EINE
GESELLSCHAFT DAMIT UMGEHEN?
In Kooperation mit der
vhs Böblingen-Sindelfingen**

Seit Beginn der Moderne und ihren Charakteristika wie Individualisierung und Rationalisierung diskutiert man den unaufhaltsamen Anstieg von Einsamen oder beklagt die eigene Einsamkeit. Aber ist Einsamkeit wirklich die neue Volkskrankheit geworden und unvermeidbarer Bestandteil moderner Gesellschaften? In diesem Vortrag wird es um verschiedene Arten von Einsamkeit gehen und um die wechselnde Einordnung als individuelles Schicksal oder als gesellschaftliches Versagen der Wohlstandsgesellschaft. Schließlich wird geschildert, wie auch die deutsche Politik zunehmend das noch schambesetzte Thema Einsamkeit entdeckt und nach Lösungen sucht. Was kann eine Gesellschaft gegen Vereinsamung tun und wie werden neue gesellschaftliche Gemeinschaftsformen geschaffen? Welche positiven Ansätze gibt es schon?

2605
Mittwoch, 24.04., 19.00 - 20.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Dr. Janosch Schobin

GENDER & DIVERSITY

 **ALS AUPAIR-GRANNY
INS AUSLAND
Vortrag mit Gespräch**

Wer hat nicht schon den Gedanken gehabt, nicht nur ein paar Urlaubstage im Ausland zu verbringen, sondern für längere Zeit dort zu bleiben, den Alltag dort zu leben und vieles mehr zu entdecken. Als junger Mensch hat man vielleicht nicht den Mut oder die Möglichkeit gehabt, als Aupair das zu tun. Seit einigen Jahren gibt es Angebote, die einem helfen, auch in fortgeschrittenem Alter noch als Aupair-Granny bei einer Familie in einem anderen Land zu leben. Viele Eltern vertrauen einer erfahrenen

Frau mehr als einem jungen Mädchen. Man hat so eine Aufgabe, ein festes Umfeld und zudem noch die Chance, Land und Leute zu erkunden. Die Referentin Jutta Zacher berichtet von ihren Erfahrungen und über ihre Pläne für die Zukunft.

2606
Dienstag, 14.05., 18.00 - 19.30 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Jutta Zacher

31. FRAUENWOCHE IN HERNE

Die Frauenwoche in Herne findet in der Zeit vom 8. bis zum 23. März 2024 statt.

**AUSSTELLUNG:
ALL INCLUDED -
QUEER UNTERWEGS
Eine Veranstaltung des Eine Welt
Zentrums des Ev. Kirchenkreises
und des Büros für Gleichstellung
und Vielfalt der Stadt Herne in
Kooperation mit der vhs Herne im
Rahmen der 31. Frauenwoche in Herne**

Die Wanderausstellung „ALL INCLUDED - queer unterwegs“ beleuchtet entlang der Themen Diversität, Gender und Liebe unterschiedliche Lebensweisen. Sie ist an Kinder ab zehn Jahren und Erwachsene gerichtet und lädt zu einem Perspektivwechsel ein - mit Blick auf eine Geschichte der Emanzipation und den Kampf um gleiche Rechte. „ALL INCLUDED - queer unterwegs“ trägt dazu bei, für vielfältige Lebensweisen zu sensibilisieren und deren Wertschätzung zu befördern. Die Ausstellung ist entstanden im Rahmen des Bundesmodellprojekts „ALL INCLUDED: Museum und Schule gemeinsam für sexuelle und geschlechtliche Vielfalt“, gefördert im Rahmen des Bundesprogramms „Demokratie leben“, dem Bezirksamt Tempelhof-Schöneberg, dem Jugend-Museum in Berlin und dem Ev. Kirchenkreis Herne. Wir laden alle ein, sich ein eigenes Bild vom „ALL INCLUDED - queer unterwegs“ zu machen. Die Ausstellungsräume sind barrierefrei. **Die Ausstellung wird am Donnerstag, 7. März, um 18 Uhr eröffnet (siehe Kursnummer 2700A).**



Die Ausstellung „ALL INCLUDED - queer unterwegs“ beleuchtet Themen der Diversität.

2700
Ausstellungsdauer:
Donnerstag, 07.03. - Donnerstag, 21.03.
Öffnungszeiten: mo - fr: 10.00 - 19.00 Uhr,
sa: 10.00 - 13.00 Uhr
vhs-Foyer im Kulturzentrum,
Willi-Pohlmann-Platz 1

**ALL INCLUDED -
QUEER IN HERNE!
Vortrag zur Eröffnung der Ausstellung
„All INCLUDED - queer unterwegs“**

Wir leben in einer Gesellschaft, die geprägt ist von Kategorien und Dualismus, wie z. B. Tag und Nacht, Mann und Frau, Aus- und Inländer*innen. Was aber ist mit all den Nuancen dazwischen? Einführend zur Ausstellungseröffnung „ALL INCLUDED - queer unterwegs“ gibt Locu, als nicht binäre Person, einen Vortrag zu dem, was gesellschaftlich im Diskurs ist: Was ist zwischen dem Mann und Frau sein oder dem weder-noch? Anhand einer persönlichen Geschichte können die Zuschauer*innen Gendertheorien von Judith Butler als getestet betrachten: Ist Geschlecht als Identitätsform wirklich nur erfunden? Ein Diskurs, bei dem viele den Überblick verlieren, denn wir sind gewohnt, Menschen zu sehen und zu kategorisieren - als Mann oder Frau -, und jetzt wird auch noch an den Grundprinzipien gerüttelt? Zusammen eröffnen wir, wie wir diesen Diskurs nutzen können, um hinter das Bild zu schauen und dem Menschen als Mensch zu begegnen, Vielfalt zuzulassen und inklusiver im Miteinander zu agieren. Die Referentin, Sabrina Locuratolo, ist Fachkraft für Soziale Arbeit und Künstlerin.

2700A
Donnerstag, 07.03., 18.00 - 18.30 Uhr
entgeltfrei
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Sabrina Locuratolo

 **„65 PLUS UND
KEIN BISSCHEN LEISE“
Gesprächskreis für Frauen**

Wir sind aktiv, lachen gerne und haben ein modernes, positives Bild vom Älterwerden. Wir werden gelassen älter, weil wir uns über Chancen und Probleme der eigenen Lebensphasen austauschen können und gesellschaftspolitische Themen diskutieren, die uns besonders interessieren. Neue Gesichter sind uns herzlich willkommen!

2702
mi, 19.00 - 20.30 Uhr, ab 21.02.
10 x 2 UStd., 48,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Hildegard Lichtner-Wiesinger

 **GESPRÄCHSKREIS
FÜR FRAUEN 65+**

Wir sprechen über Themen aus unserem Alltag, dem Zusammenleben und der Gesellschaft, die uns interessieren. Das gemeinsame Ziel ist, geistig fit zu bleiben. Wir sind ein offener Kreis und freuen uns über neue Teilnehmerinnen.

2703
do, 09.30 - 11.00 Uhr, ab 22.02.
9 x 2 UStd., 43,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Maria Reinke



Mit dem Thema „Solarenergie“ beschäftigt sich eine neue Online-Vortragsreihe (siehe Seite 34).

Beratung:

Sven Becker

Tel: 0 23 23/16-2807

sven.becker@herne.de

UMWELT / NATURWISSENSCHAFTEN

VORTRÄGE



HERNER NACHHALTIGKEITSFORUM Information - Austausch - Handlungsperspektiven

Der Rat der Stadt Herne hat am 5. Oktober 2021 die Nachhaltigkeitsstrategie der Stadt Herne einstimmig beschlossen. Damit erhielten die Aktivitäten zur nachhaltigen Entwicklung in der Stadt eine neue Richtschnur für das Engagement in den nächsten Jahren. Themen waren u. a. Bildung & Lernen, Soziale Gerechtigkeit, Nachhaltiger Konsum & Gesundheit, Wohnen & Nachhaltige Quartiere, Globale Verantwortung & Eine Welt. Nun ist der Weg offen, entlang von Leitbildern und Zielen konkrete Maßnahmen umzusetzen. Im Herner Nachhaltigkeitsforum soll über unterschiedliche Aspekte des Themas Nachhaltigkeit in der Stadt Herne informiert und diskutiert werden. Es soll Raum geben für den Austausch von Ideen und Handlungsansätzen, sowie um neue Netzwerke zu finden. Ein spannender und interessanter Abend ist vorprogrammiert.
Veranstalter: vhs Herne in Kooperation mit dem Eine Welt Zentrum des Ev. Kirchenkreises Herne und dem Bildungsbüro der Stadt Herne.

3100

Donnerstag, 07.03., 18.30 - 20.00 Uhr
entgeltfrei
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Markus Heißler, Barbara Kruse,
Charlotte Doba, Thomas Semmelmann



„Bildung für nachhaltige Entwicklung“ beschäftigt sich mit der Frage, wie wir heute und in Zukunft ein gutes und nachhaltiges Leben führen können? Info: www.bildung.herne.de

ZUR BEZIEHUNG ZWISCHEN HUND UND MENSCH

Laut Statistik lebten 2018 ca. 9,4 Millionen Hunde in 19 Prozent aller Haushalte in Deutschland und davon alleine 2,2 Mio. in NRW. Allein diese Zahlen zeigen, wie präsent der Hund in unserer Gesellschaft ist. Die besondere Form des Miteinanders von Hund und Mensch und der Hund als solcher rücken somit immer mehr in den Fokus der Wissenschaften. Die daraus gewonnenen neuen Erkenntnisse zur sozialen Bindung zum Menschen, zu ihrer Intelligenz und den daraus resultierenden Lernfähigkeiten werden in diesem aufbereitet, dargestellt und auf anschauliche Weise präsentiert:

- Die Teilnehmende werden bestärkt, konventionelle Methoden der Hundeerziehung zu hinterfragen und ihre Rolle bei der Gestaltung einer glücklichen und zufriedenstellenden Beziehung zu ihrem Vierbeiner zu reflektieren.
- Probleme und Konflikte innerhalb der Beziehung werden ursächlich erkannt, thematisiert und Lösungsansätze besprochen und diskutiert.
- Die neue Sichtweise auf den Hund wird an praktischen Beispielen erklärt. Daher können die Teilnehmenden die präsentierten Inhalte anhand ihrer eigenen Erfahrungen nachvollziehen.

Die Veranstaltung richtet sich an Menschen, die offen sind für neue Perspektiven und Ansichten hinsichtlich des spannenden Themas der Hund-Mensch-Beziehung. Dabei werden wissenschaftliche Ergebnisse mit Erfahrungen aus der Praxis und des Trainings mit Hunden überprüft und dargestellt.

3220

Freitag, 17.05., 18.00 - 19.30 Uhr
Entgelt: 8,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Nicole Athens

AUSDRUCKSVERHALTEN UND KOMMUNIKATION VON HUNDEN

Hunde leben in einer „zweispachigen“ Welt: Nicht nur, dass sie durch Körpersprache eindeutig mit ihresgleichen kommunizieren, sondern auch mit uns als ihren Sozialpartnern. Hunde sind genaue Beobachter unseres Verhaltens, was sie im Laufe ihrer Domestikation an der Seite des Menschen entwickelt haben. Auch wir können offensichtliche Emotionen wie Angst, Aggression oder Freude intuitiv erkennen, doch Hunde sind komplexer in ihrem Ausdrucksverhalten. So teilen sie nicht nur Emotionen, sondern auch die damit verbundenen Befindlichkeiten und Bedürfnisse mit. Um diese deuten zu können, muss der Mensch sie im Kontext richtig interpretieren.

Hierzu lädt dieses Seminar ein: Es werden sowohl theoretische als auch praktische Grundlagen zum Thema „Ausdrucksverhalten bei Hunden“ präsentiert und durch Bildmaterial und Videosequenzen veranschaulicht. Ziel des Seminars ist es, das eigene „Auge“ für die vielfältigen Ausdrucksformen von Hunden zu schulen und auf diesem Wege dem Halter mehr Handlungssicherheit im Zusammenleben mit seinem Sozialpartner Hund zu vermitteln.

Inhalte sind unter anderem:

- Wie kommuniziert der Hund?
- Stress und Angstverhalten
- Aggressions- und Drohverhalten
- Dominanz-/Spielverhalten
- Besonderheiten der Hund/Hund- und der Hund/Mensch-Kommunikation.

3221

Samstag, 01.06., 10.00 - 14.00 Uhr
Sonntag, 02.06., 10.00 - 14.00 Uhr
2 x 5 UStd., 24,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Nicole Athens



ONLINE-VORTRÄGE

Für unsere Online-Vorträge melden Sie sich bitte spätestens zwei Werktage vor der Veranstaltung an. Nach der Anmeldung erhalten Sie von uns einen Link, mit dem Sie an der Veranstaltung teilnehmen können. Zudem muss vor der Teilnahme eine kleine Software installiert werden; eine Anleitung dazu erhalten Sie ebenfalls von uns, wenn Ihre Anmeldung bei uns eingegangen ist.

**ONLINE-VORTRAG:
EIN ZOO IM 21. JAHRHUNDERT
Die Rolle von Zoos im Bereich
Artenschutz, Bildung und Nachhaltigkeit.
In Kooperation mit vhs.wissen live**

Zoos im 21. Jahrhundert sind kein Selbstzweck, sondern sie sind generationsübergreifende Bildungsstätte, moderne Arche Noah für bedrohte Tierarten und gleichermaßen Orte des Natur- und Artenschutzes. Sie sind darüber hinaus ein wichtiger Partner im internationalen Artenschutz.

In diesem Zusammenhang stellen sich Fragen rund um „Wie organisieren Zoos die internationale Zusammenarbeit bei den Zuchtbemühungen?“, „Wie erfolgt die Unterstützung von Artenschutzprogrammen weltweit?“ und „Wo ist der Zoo Leipzig aktiv?“.

Anhand konkreter Beispiele und globaler Zahlen und Trends gibt der Vortrag Einblick in die Arbeit moderner Zoos und ihren Auftrag für Bildung und den Erhalt der biologischen Vielfalt auf unserem Planeten.

Referent Jörg Junhold ist Veterinärmediziner und setzt seit fast 25 Jahren das innovative Konzept „Zoo der Zukunft“ als Geschäftsführer und Direktor der Zoo Leipzig GmbH um. Von 2011 bis 2013 stand er als Präsident dem internationalen Verband der Zoos und Aquarien WAZA (World Association of Zoos and Aquariums) vor. Im Juni 2013 wurde er zum Honorarprofessor an der Universität Leipzig bestellt und ist seit August 2018 Mitglied im Hochschulrat der Universität. Aktuell ist Professor Junhold Präsident des Verbandes der Zoologischen Gärten (VdZ) e. V. und zudem Vorstandsvorsitzender der Stiftung Artenschutz.

3222
Mittwoch, 10.04., 19.30 - 21.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Prof. Dr. Jörg Junold

**ONLINE-VORTRAG:
VERBREITUNG UND ZUSTAND
DER MOORE IN DEUTSCHLAND,
EUROPA UND WELTWEIT
In Kooperation mit vhs.wissen live**

Im Vortrag werden Moore in Deutschland, Europa und weltweit vorgestellt und ihre wichtige Rolle für Klima, Wasserhaushalt und die biologische Vielfalt - und damit für uns Menschen - erklärt.

Daran anschließend werden Beispiele für die praktische Umsetzung für Moorschutz und zukunftsfähige, nachhaltige Moornutzung vorgestellt.

Referentin Franziska Tanneberger ist habilitierte Landschaftsökologin an der Universität Greifswald und Leiterin des Greifswald Moor Centrum. Ihr Forschungsschwerpunkt sind Niedermoore in Mittel- und Osteuropa sowie Sibirien, insbesondere Brutvögel, Torfbildung und Effekte der landwirtschaftlichen Nutzung. Sie ist Autorin zahlreicher Fachpublikationen, Herausgeberin von Standardwerken wie dem „Europäischen Moorbuch“ und Hauptautorin des „Global Peatland Assessment“.

Das Greifswald Moor Centrum ist Schnittstelle zwischen Wissenschaft, Politik und Praxis für alle moorbezogenen Fragen und eine Partnerschaft von Universität Greifswald, Michael Succow Stiftung und DUENE e. V. 2019/2020 war Franziska Tanneberger Vorsitzende des MV Zukunftsrates. Darüber hinaus ist sie in verschiedenen Umwelt- und Naturschutzinitiativen ehrenamtlich aktiv sowie Teil der Projektsteuerung von toMOORow, einem Kooperationsprojekt der Umweltstiftung Michael Otto.

3224
Donnerstag, 25.04., 19.30 - 20.30 Uhr
entgeltfrei
Online, Dr. Franziska Tanneberger

**ONLINE-VORTRAG:
ZUKUNFT HOLZBAU -
NACHHALTIGES BAUEN MIT HOLZ
In Kooperation mit der
vhs Böblingen-Sindelfingen**

Seine vielen Vorzüge machen Holz zum Inbegriff moderner Architektur und Baukunst. Die Anwendungsbereiche für Holz als Werkstoff werden stetig erweitert und die Grenzen des Möglichen verschoben. Die Visionen sicher und nachhaltig umzusetzen ist dabei die Herausforderung für alle Planenden. Was kann der nachwachsende Rohstoff leisten? Wie bringt man die Potentiale optimal zum Wirken? Und wie kann der Einsatz von Holz bei der Einhaltung der Klimaschutzziele helfen?

Besonders im Kontext der Klimakrise lautet die wesentliche Fragestellung, wie es gelingen kann, die Treibhausgasemissionen, das Abfallaufkommen, den Energie- sowie den Rohstoffverbrauch im Bauwesen zu reduzieren. Holz leistet als Deutschlands bedeutendster nachwachsender Rohstoff gesamtwirtschaftlich einen wichtigen Beitrag zu Ressourceneffizienz, weil fossile und endliche Rohstoffe durch die Holzverwendung geschont und ersetzt werden.

Das Planungsbüro Knippers Helbig GmbH entwickelt unter anderem mustergültige und langlebige Holzbrücken. Ziel solcher Forschungsprojekte ist die Entwicklung innovativer, nachhaltiger, ökonomisch sinnvoller und ästhetisch ansprechender Konstruktionen, welche in unterschiedlichster Art und Weise zur Anwendung kommen können und somit Holzbrücken auf dem Markt weiter etablieren.

Die „Stuttgarter Holzbrücke“ - ein Pilotprojekt - ist eine neuartige integrale Brückenkonstruktion mit blockverklebtem Holztragwerk aus Fichten-Brettschichtholz, die ästhetisch ansprechend ist und durch konstruktiven Holzschutz die Dauerhaftigkeit des Materials auch ohne Überdachung sichert.

Dieser Online-Vortrag von Prof. Dipl.-Ing. Thorsten Helbig, Geschäftsführer von Knippers Helbig GmbH (Ingenieurbüro für Tragwerks- und Fassadenplanung mit Niederlassungen in Stuttgart, Berlin und New York), widmet sich neben der Frage der Emissions- und Ressourceneffizienz auch pilothaften, speziellen Anwendungen für Holz im Bauwesen (Brücken, Supermärkte, Parkhäuser).

3225
Dienstag, 26.03., 19.00 - 20.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Prof. Thorsten Helbig



**ONLINE-VORTRAG:
VHS.KINDERUNI:
WAS SIND DIE
SPANNENDSTEN
REKORDE DER
MEERESTIERE?
In Kooperation mit der
vhs Böblingen-Sindelfingen**

Viele Meerestiere können viel mehr, als wir uns vorstellen können. Sie sind wie Sportsportler, also echte Rekordhalter unseres Planeten.

Komm mit auf die spannende Reise unter das Meer und erfahre etwas über die super ungewöhnlichen und erstaunlichen Rekorde der Meerestiere. Du wirst garantiert auch von Tieren hören, die du noch nie gesehen hast. Referent Dr. Thomas Henningsen ist Meeresbiologe und Walexperte sowie Leiter von nationalen, internationalen und globalen Greenpeace-Kampagnen. Der Vortrag ist für Kinder von acht bis zwölf Jahren geeignet.

3226
Sonntag, 28.04., 11.00 - 12.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Dr. Thomas Henningsen



**ONLINE-VORTRAG:
VHS.KINDERUNI:
WIE IST ES, ALS
ASTRONAUT IM
WELTALL ZU SEIN?
In Kooperation mit der
vhs Böblingen-Sindelfingen**

Auf der Online-Reise ins Weltall zeigt dir der Astronauten-Experte Dr. Richard Bräucker viele spannende Filmausschnitte und Experimente.

Wie fühlen sich Astronauten beim Spacewalk, also dem „Spaziergang“ im Weltall, und was ist dort alles anders als hier auf der Erde? Es gibt dort Schwerelosigkeit, Temperaturunterschiede, Vakuum und Strahlung. Das macht den Ausflug ins Weltall zu einem großen, aber auch ziemlich anstrengenden Abenteuer.

Referent Dr. Richard Bräucker arbeitet im Deutschen Zentrum für Luft- und Raumfahrt (DLR) Köln. Der Vortrag ist für Kinder von acht bis zwölf Jahren geeignet.

3227
Sonntag, 26.05., 11.00 - 12.00 Uhr
entgeltfrei
Dr. Richard Bräucker



**ONLINE-VORTRAG:
VHS.KINDERUNI:
KÖNNEN ROBOTER
INTELLIGENTER ALS
MENSCHEN WERDEN?
In Kooperation mit der
vhs Böblingen-Sindelfingen**

Ein Roboter, der dein Zimmer aufräumt - das wäre doch super! Vielleicht kann er sich sogar mit dir unterhalten und auch Hausaufgaben erledigen. Unmöglich? Ja, aber vielleicht bald Wirklichkeit. Der Schlüssel dazu ist Künstliche Intelligenz oder kurz KI. Aber was ist eigentlich KI? Wie wird KI unsere Welt verändern? Und wie intelligent können Roboter werden? Antworten auf diese Fragen will dieser Vortrag geben und gleichzeitig mit dir gemeinsam überlegen, wie unsere Welt mit intelligenten Robotern einmal aussehen soll. Dazu gibt es spannende Beispiele zum Mitmachen, wie man selbst programmieren kann. Referentin ist Prof. Dr. rer. nat. Nadine Bergner von der Rheinisch-Westfälischen Technische Hochschule Aachen (Lehr- und Forschungsgebiet Informatik 9 - Lerntechnologien). Der Vortrag ist für Kinder von acht bis zwölf Jahren geeignet.

3228
Sonntag, 23.06., 11.00 - 12.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Prof. Dr. Nadine Bergner



ONLINE-VORTRAGSREIHE

In diesem Semester bietet die vhs in Kooperation mit der Verbraucherzentrale NRW eine neue Online-Vortragsreihe mit vier Themen rund um das Thema „Energie am/im eigenen Haus“ an. Suchen Sie sich einfach den für Sie passenden Termin aus. Die Teilnahme an der Vortragsreihe ist generell entgeltfrei!

**ONLINE-VORTRAGSREIHE:
SONNENSTROM VOM DACH**

Strom vom eigenen Hausdach lohnt sich dann am meisten, wenn er vor Ort verbraucht und nicht ins öffentliche Netz eingespeist wird. Doch das ist gar nicht so einfach, weil die meiste Energie im Privathaushalt morgens und abends benötigt wird, wenn die Sonne kaum scheint. Mit Batterien aber, die den Strom tagsüber speichern, wird die Energie auch nach Sonnenuntergang nutzbar.

3231
Montag, 05.02., 18.00 - 19.30 Uhr
Montag, 04.03., 18.00 - 19.30 Uhr
Montag, 06.05., 18.00 - 19.30 Uhr
Montag, 03.06., 18.00 - 19.30 Uhr
Montag, 08.07., 18.00 - 19.30 Uhr
Montag, 05.08., 18.00 - 19.30 Uhr
Montag, 02.09., 18.00 - 19.30 Uhr
Montag, 07.10., 18.00 - 19.30 Uhr
Montag, 04.11., 18.00 - 19.30 Uhr
Montag, 02.12., 18.00 - 19.30 Uhr

**ONLINE-VORTRAGSREIHE:
SONNENSTROM VOM BALKON**

Solarenergie erzeugen geht auch mit Solar-Modulen, die sich am Balkon, an der Hauswand oder auf dem Garagendach betreiben lassen. Sie produzieren klimafreundlichen Strom, senken die Stromkosten und machen unabhängiger vom Stromversorger. So können auch Mieter*innen die Energiewende voranbringen.

3232
Mittwoch, 10.01., 18.00 - 19.30 Uhr
Mittwoch, 14.02., 18.00 - 19.30 Uhr
Mittwoch, 13.03., 18.00 - 19.30 Uhr
Mittwoch, 10.04., 18.00 - 19.30 Uhr
Mittwoch, 08.05., 18.00 - 19.30 Uhr
Mittwoch, 12.06., 18.00 - 19.30 Uhr
Mittwoch, 10.07., 18.00 - 19.30 Uhr
Mittwoch, 14.08., 18.00 - 19.30 Uhr
Mittwoch, 11.09., 18.00 - 19.30 Uhr
Mittwoch, 09.10., 18.00 - 19.30 Uhr
Mittwoch, 13.11., 18.00 - 19.30 Uhr
Mittwoch, 11.12., 18.00 - 19.30 Uhr

**ONLINE-VORTRAGSREIHE:
SPITZE BEI HITZE -
DAS HITZEROBUSTE HAUS**

Mit der Veränderung des Klimas in Folge der Erderwärmung treten immer häufiger extreme Wetterphänomene auf. Temperaturen im Sommer über 35°C führen zu Überhitzung von Innenräumen. Welche Möglichkeiten der Vorsorge Gebäudeeigentümer*innen gegen diese und andere Klimafolgen treffen können, wird in diesem Vortrag erklärt.

3233
Dienstag, 16.01., 18.00 - 19.30 Uhr
Dienstag, 20.02., 18.00 - 19.30 Uhr
Dienstag, 19.03., 18.00 - 19.30 Uhr
Dienstag, 16.04., 18.00 - 19.30 Uhr
Dienstag, 21.05., 18.00 - 19.30 Uhr
Dienstag, 18.06., 18.00 - 19.30 Uhr
Dienstag, 16.07., 18.00 - 19.30 Uhr
Dienstag, 20.08., 18.00 - 19.30 Uhr
Dienstag, 17.09., 18.00 - 19.30 Uhr
Dienstag, 15.10., 18.00 - 19.30 Uhr
Dienstag, 19.11., 18.00 - 19.30 Uhr
Dienstag, 17.12., 18.00 - 19.30 Uhr

**ONLINE-VORTRAGSREIHE:
NEUE HEIZUNG - WÄRMEPUMPEN
UND IHRE ALTERNATIVEN**

Ein Heizungsaustausch gewinnt mit Blick auf den Klimawandel, die neuen Richtlinien des Gebäudeenergiegesetzes und mögliche Förderungen zunehmend an Bedeutung. Der Vortrag erläutert technische Grundlagen von Wärmepumpentypen aber auch andere mögliche Heiztechniken und ihre Einsatzmöglichkeiten.

3234
Donnerstag, 18.01., 18.00 - 19.30 Uhr
Donnerstag, 15.02., 18.00 - 19.30 Uhr
Donnerstag, 21.03., 18.00 - 19.30 Uhr
Donnerstag, 18.04., 18.00 - 19.30 Uhr
Donnerstag, 16.05., 18.00 - 19.30 Uhr
Donnerstag, 20.06., 18.00 - 19.30 Uhr
Donnerstag, 18.07., 18.00 - 19.30 Uhr
Donnerstag, 15.08., 18.00 - 19.30 Uhr
Donnerstag, 19.09., 18.00 - 19.30 Uhr
Donnerstag, 17.10., 18.00 - 19.30 Uhr
Donnerstag, 21.11., 18.00 - 19.30 Uhr
Donnerstag, 19.12., 18.00 - 19.30 Uhr

EXKURSIONEN

**FAHRRADTOUR DURCH
DIE NATUR IN HERNE**

Auf dieser Radtour besuchen wir mehrere Natur- und Landschaftsschutzgebiete im Herne Osten und lernen die dafür festgelegten Schutz- und Entwicklungsziele sowie einige der umgesetzten Maßnahmen der letzten Jahre kennen. Zu Beginn haben die Teilnehmende die Möglichkeit, den Volksparkturm in Sodingen zu besteigen und sich einen Überblick über dieses Naturschutzgebiet zu verschaffen. Anschließend führt die Tour durch das Naturschutzgebiet Voßnacken mit seinen Obstwiesen und Heckenstrukturen bis zum Endpunkt „Förderprojekt Emschertal 2020“ an der Holper Heide in Baukau/Horsthausen mit der flächenmäßig größten Obstwiese in Herne. Außerdem werden wir angelegte Amphibienlebensräume besuchen, die als Lebensstätten und Laichgewässer genutzt werden. Die Tour soll allen Naturinteressierten einen Einblick geben, wo und in welchem Umfang sich Pflanzen und Tiere in Herne noch - oder wieder - nahezu ungestört entwickeln können.

3551
Montag, 22.04., 16.30 - 19.30 Uhr
Entgelt: 8,- EUR
Treffpunkt: Volkspark Sodingen,
Kaiser-Wilhelm-Turm
Martin Pawlicki



**AMPHIBIEN AM
LAICHGEWÄSSER -
STIMMEN AUS DEM TÜMPEL
Ein „Frosch-Konzert“
mit dem BUND Herne**

Im März beginnen die Amphibienwanderungen. Steigende Temperaturen und Regen locken Kröten, Molche und andere Lurche aus ihren Winterquartieren. Die Tiere streben in großer Zahl zu ihren Laichgewässern ... - so weit, so bekannt. Bei dieser Exkursion aber wollen wir zur fortgeschrittenen Jahreszeit einmal die „Spätaufsteher“ unter unseren Amphibien besuchen. Im Naturgarten des BUND laichen jetzt die wärmeliebenden Arten wie Wasserfrosche und Kreuzkröten. Sie bieten uns in den Abendstunden Konzerte, die sich hören lassen können. Und beim Ableuchten der Tümpel werden verschiedene Molcharten zu sehen sein. Die Veranstaltung eignet sich gut für Eltern/Großeltern mit Kindern. Bitte nach Möglichkeit Taschenlampen mitbringen. Kleine Keschcher und Aquarien zum Beobachten der Tiere sind vorhanden. Zudem können auch Tipps zur Anlage eines naturnahen lurchfreundlichen Gartenteichs gegeben werden. Achtung: Eine witterungsbedingte Verschiebung der Veranstaltung ist möglich. Bitte achten Sie auf die Tagespresse oder schauen Sie ins Internet: www.bund-herne.de.

3554
Freitag, 03.05., 20.00 - 21.30 Uhr
Entgelt: 8,- EUR
Biologische Station Östliches Ruhrgebiet,
Vinckestr. 91, 44623 Herne
Jürgen Fröchte, Elisabeth Przybylski



IMKEREI IN DER STADT - EINBLICKE INS BIENENVOLK

Die Stadtimkerei liegt im Trend. Al-leine in Herne werden über 600 Bienenvölker gehalten. Wir schauen einem Imker über die Schulter und erfahren wichtige Details zur Stadtimkerei, wie ein Bienenvolk funktioniert und wie qualitativ hochwertiger Honig produziert werden kann. Im Anschluss probieren wir, welche Vielfalt der Herne Honig zu bieten hat. Der Termin findet im Freien statt.

3555
Montag, 06.05., 16.00 - 18.30 Uhr
Entgelt: 17,- EUR
Ort: Tulpenweg 35, 44652 Herne
Tobias Büch



WEITERE EXKURSIONEN:

BESUCH DER HEITKAMP UNTERNEHMENSGRUPPE

2024
Mittwoch, 13. März, 16.30 - 18.00 Uhr

BESUCH DES GAS- UND DAMPTURBINEN-KRAFTWERKS (GUD) HERNE

2025
Freitag, 26. April, 10.00 - 13.00 Uhr

Mehr Informationen: **Seite 22**

EXKURSION ZU DEN ORCHIDEENWIESEN IM NATURSCHUTZGEBIET VOBNACKEN In Kooperation mit dem BUND

Die Orchideenwiesen im Naturschutzgebiet Voßnacken in Börnig, ökologisch wertvolle Feuchtwiesen, wurden 1989 auch aufgrund des dortigen Bestandes an heimischen Orchideen als erstes Naturschutzgebiet in Herne ausgewiesen. Etwas versteckt breiten sich dort im Mai und Juni in großer Anzahl die Blütenstände des Breitblättrigen Knabenkrautes wie rosafarbene Blütenteppiche aus. Die Exkursion stellt die besondere Flora und Fauna dieses Biotops und die Entstehungsgeschichte des Naturschutzgebietes vor. Fachlich geleitet wird die Exkursion von Dr. Peter Gausmann, BUND-Mitglied und Mitglied des Bochumer Botanischen Vereins. Treffpunkt ist die Kreuzung Kirchstraße/Castroper Straße in Börnig. Aufgrund des teilweise sumpfigen Geländes und des hohen Bewuchses ist wasserfestes Schuhwerk für die ca. 90-minütige Exkursion dringend empfohlen. Eine Anmeldung bei der vhs ist Voraussetzung für die Teilnahme. Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Teilnehmer*innen begrenzt.

3556
Sonntag, 26.05., 14.00 - 16.00 Uhr
entgeltfrei
Treffpunkt: Ecke Kirchstr. / Castroper Str.
Dr. Peter Gausmann

WILDKRÄUTER ERKENNEN - ESSBARE BLÜTEN UND BLÄTTER In Kooperation mit dem BUND

Kurz vor Anfang des Sommers überschlägt sich der Garten in Farben, Geräuschen und Geschmack. Alles wächst mit genug Wasser. Die kleine Walderdbeere ist genügsam, wenn sie genug Licht hat. Der rote Sauerampfer sät sich gerne selbst aus. Die zierliche Skabiose kann sich erstaunlich breit machen. Die kräftige Wegwarte hat es geschafft, vom Beet in den ganzen Garten zu wandern.

3557
Sonntag, 16.06., 14.00 - 16.15 Uhr
entgeltfrei
Ort: Vinckestr. 91, Eingang Juri-Gerus-Weg
Karin Wirsching

ASTRONOMIE

ONLINE-VORTRAG: DIE NEUE ASTRONOMIEÄRA DES JAMES-WEBB-WELTRAUMTELESKOPS In Kooperation mit vhs.wissen live

Weihnachten 2021 wurde das neue Flaggschiff der Astronomie gestartet: das James-Webb-Space-Teleskop (JWST). Das Infrarotobservatorium ist 1,5 Mio. Kilometer von der Erde entfernt und mit seinem 6,5-Meter-Spiegel das aktuell größte satellitengestützte Teleskop. Erste wissenschaftliche Bilder wurden im Sommer 2022 veröffentlicht. Seither versetzt uns das JWST mit atemberaubenden Bildern und faszinierenden Erkenntnisse immer wieder in Staunen. Im Vortrag werden die aktuellen Highlights des JWST vorgestellt.

3628
Freitag, 14.06., 19.30 - 20.30 Uhr
entgeltfrei
Online, Dr. Andreas Müller

Die folgenden fünf Veranstaltungen finden in Kooperation mit der Astronomischen Arbeitsgemeinschaft Wanne-Eickel/Herne e. V. **alle** in der Sternwarte im Dorneburger Park, Am Böckenbusch 2a in Wanne-Süd, statt.



HIMMELSBEOBSACHTUNG FÜR KINDER UND IHRE ELTERN

Speziell für Kinder im Grundschulalter und deren Eltern bietet die Sternwarte eine Himmelsbeobachtung an. Bei klarem Himmel wird der Mond, der Planet Jupiter, der Orion-Nebel sowie Sternhaufen mit den Teleskopen der Sternwarte gezeigt. Sollte der Himmel bedeckt sein, gibt's eine Einführung zur Orientierung am Himmel im Planetarium. Zudem wird das Zustandekommen von Mondphasen und -finsternissen am Modell erklärt. Bitte warme Bekleidung anziehen, da die Beobachtung im Freien statt findet. Für Kinder kostenfrei! Bitte unbedingt bei der vhs anmelden!

3670
Mittwoch, 21.02., 18.00 - 19.30 Uhr
Entgelt: 6,- EUR
Bernd Klemt, Ralf Schellenberg

KOMETEN - IMMER WIEDER FÜR ÜBERRASCHUNGEN GUT!

Der Vortrag zeigt anhand von Beispielen, wie solche Ankündigungen zu bewerten sind, und nennt Quellen, die jeder selbst zu Rate ziehen kann, um die Beobachtbarkeit zu bewerten. Gezeigt werden auch spektakuläre Bilder der renommiertesten Kometenfotografen.

3672
Mittwoch, 20.03., 20.00 - 21.30 Uhr
Entgelt: 8,- EUR
Bernd Klemt

VON GREGOR, SST UND DKIST Moderne Sonneteleskope weltweit

Nicht nur die Teleskope zur Beobachtung des nächtlichen Himmels werden immer größer und leistungsfähiger, sondern auch die zur Beobachtung unserer Sonne. So lassen sich jetzt Strukturen auf der Sonnenoberfläche abbilden, die nur 20 km groß sind. Der Vortrag stellt diese neue Generation von Sonneteleskopen vor und erklärt die Technik, die notwendig ist, um solch kleine Strukturen trotz unserer störenden Erdatmosphäre abbilden zu können.

3674
Mittwoch, 22.05., 20.00 - 21.30 Uhr
Entgelt: 8,- EUR
Bernd Klemt

METEORE BEOBSACHTEN: WANN, WO UND WIE?

Mitte August werden wieder die Perseiden sichtbar, einer der schönsten Meteorströme des Jahres. Aber es gibt nicht nur die Perseiden, sondern auch noch die Geminiden, Orioniden, Quadrantiden sowie viele weitere. Der Vortrag klärt auf, was es mit der ZHR (Zenithal Hour Rate) und dem Populationsindex auf sich hat, und warum eine Einzelperson meistens viel weniger Meteore pro Stunde sieht, als es uns die hohen Zahlen, die in den Medien genannt werden, Glauben machen wollen. Außerdem wird erläutert, wie und wo Meteore, auch Sternschnuppen genannt, am besten zu beobachten sind.

3676
Mittwoch, 17.07., 20.00 - 21.30 Uhr
Entgelt: 8,- EUR
Bernd Klemt



SONNENBEOBSACHTUNG FÜR KINDER UND IHRE ELTERN

Die Sternwarte bietet eine gemeinsame Sonnenbeobachtung für Kinder mit ihren Eltern an. Hierzu werden Teleskope mit speziellen Filtern benutzt, die die gefahrlose Beobachtung von Sonnenflecken ermöglichen. Außerdem kann ein Spezialfernrohr benutzt werden, welches die Sonne im Licht der roten Wasserstofflinie zeigt. Eine Anmeldung bei der vhs ist erforderlich.

3678
Mittwoch, 19.06., 18.00 - 19.30 Uhr
Entgelt: 6,- EUR
Bernd Klemt, Ralf Schellenberg



Beratung:

Sven Becker

Tel: 0 23 23/16-2807

sven.becker@herne.de

BERUFLICHE BILDUNG

ARBEITSTECHNIKEN / KOMMUNIKATION

EINFÜHRUNG IN DIE DEUTSCHE GEBÄRDENSPRACHE In Kooperation mit der Evangelischen Gehörlosenseelsorge

Haben Sie sich schon einmal gefragt, wie Gehörlose sich miteinander unterhalten? Mit Gebärdensprache können Sie wirklich alles erzählen. Sie können berichten, was Sie den Tag über erlebt haben oder über das letzte Fußballspiel plaudern. Aber auch komplizierte Themen lassen sich in Gebärdensprache ausdrücken. Und mit dieser Sprache, der deutschen Gebärdensprache (DGS), können gehörlose auch mit hörenden Menschen kommunizieren.

Sie ist eine eigenständige Sprache, eine visuelle Sprache, die neben Körperhaltung und Mimik vor allem Gebärden verwendet, um Gedanken und Sachverhalte auszudrücken. Gebärden unterscheiden sich voneinander durch Handform, Handstellung, Ausführungsstelle und Bewegung. Dieser Kurs richtet sich an all diejenigen, die mit Menschen mit Hörbeeinträchtigung leben, arbeiten oder sonst viel Kontakt haben und sich gerne mehr und besser verständigen möchten.

Er führt in die Regeln nonverbaler Kommunikation ein und vermittelt die ersten Grundlagen der deutschen Gebärdensprache.

Sie sind herzlich willkommen, egal ob Sie hören können oder nicht.

4001

*fr, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 01.03.
10 x 2 UStd., 60,- EUR
Ludwig-Steil-Forum,
Europaplatz 2, 44623 Herne
Anna Katz*

AUFBAUKURS DEUTSCHE GEBÄRDENSPRACHE In Kooperation mit der Evangelischen Gehörlosenseelsorge

Sie haben bereits Grundkenntnisse der Deutschen Gebärdensprache (DGS), oder haben Sie vielleicht auch schon einmal einen DGS-Kurs besucht?

In diesem Aufbaukurs erweitern und vertiefen Sie Ihre Kenntnisse zur Nutzung des Gebärdensprachraums: Sie üben Rollenwechsel durch Dialogübungen und freies Erzählen, konstruieren komplexe Sätze und Satzverbindungen und werden eingeführt in kulturelles und ziel sprachliches DGS-typisches Formulieren.

Sie sind herzlich willkommen, egal ob Sie hören können oder nicht.

4002

*fr, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 01.03.
10 x 2 UStd., 60,- EUR
Ludwig-Steil-Forum,
Europaplatz 2, 44623 Herne
N. N.*

NEUANFANG: BEWERBUNG AKTUELL - ANSCHREIBEN UND LEBENS LAUF

Sie sind in Sachen Bewerbungen etwas aus der Übung? Vielleicht kommen Sie aus einer Familienphase oder Sie haben lange Zeit in fester Stelle gearbeitet und gar nicht daran gedacht, sich wegzubewerben?

In diesem Kurs machen Sie einen neuen Anfang: Was kann ich und was kann ich auch belegen? Wo will ich hin und wie komme ich an wichtige Informationen? Welche Bewerbungsform ist für mich die richtige? Welche Formalitäten sind aktuell zu berücksichtigen? Wie rücke ich all meine Fähigkeiten

und Kompetenzen ins rechte Licht? In diesem Kurs zeigen wir Ihnen die vielfältigen Wege der Stellenakquise und Sie lernen, individuelle Anschreiben zu formulieren.

Sie sind bereits seit längerer Zeit in Beschäftigung und Ihr Lebenslauf ist in die Jahre gekommen? Oder Sie haben gar keinen Lebenslauf und möchten sich auf dem Arbeitsmarkt präsentieren, wissen aber nicht, wie Sie das am besten anstellen? In diesem Kurs erstellen Sie Ihren persönlichen Lebenslauf nach aktuellen Standards und erhalten einen Überblick zu verschiedenen Zugängen auf den ersten Arbeitsmarkt. Wo finde ich die passende Stelle für mich? Kann auch ich gefunden werden?

Auch Erstbewerber*innen sind herzlich willkommen!

4005

*Samstag, 27.04., 10.00 - 13.00 Uhr
Samstag, 04.05., 10.00 - 13.00 Uhr
2 x 4 UStd., 22,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Cora Weihs*

VORSTELLUNGSGESPRÄCHE: WIE PRÄSENTIERE ICH MICH RICHTIG?

Sie haben es geschafft: Ihre Bewerbung und Ihr Lebenslauf haben einen überzeugenden ersten Eindruck gemacht und das Unternehmen möchte Sie persönlich kennenlernen. Welche Fragen kommen wohl auf Sie zu? Was ziehen Sie an? Haben Sie Fragen an das Unternehmen?

Der Schwerpunkt liegt in diesem Kurs auf der theoretischen Vorbereitung auf ein Vorstellungsgespräch. Dazu bekommen Sie die Möglichkeit, wenn gewünscht, das Gespräch praktisch zu simulieren und aufzuzeichnen,



um Ihr Auftreten und Ihre Präsentation individuell reflektieren zu können.

Der Inhalt des Kurses eignet sich aufbauend zu den Kursen „Neuanfang: Bewerbung aktuell“ (siehe Kursnummer 4005), kann aber auch ohne Vorkenntnisse besucht werden.

4006

Samstag, 11.05., 10.00 - 13.00 Uhr

4 UStd., 11,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Cora Weihs

SOUVERÄN DURCH DAS ASSESSMENT-CENTER

Sie sind auf der Suche nach einer neuen beruflichen Herausforderung, wollen die Firma wechseln oder evtl. in Ihrem Unternehmen aufsteigen? Sie wissen, Ihre Qualifikationen und Erfahrungen entsprechen der Stellenausschreibung.

Aber passt auch Ihre Persönlichkeit? Sind Sie wirklich motiviert, geduldig, kritikfähig oder eben genau so, wie in Schlagworten in Ihrer Bewerbung zu lesen ist?

Häufig müssen Sie im Bewerbungsverfahren ein Assessment-Center durchlaufen, in dem es um soziale und über fachliche Kompetenzen geht. In diesem Seminar lernen Sie den Ablauf eines solchen Auswahlverfahrens, die Strukturen und ausgewählte Aufgabenstellungen/Arbeitsproben kennen.

So bereiten Sie sich nicht nur auf die letzte Instanz eines Bewerbungsverfahrens vor, sondern erfahren vielleicht auch noch einiges über sich selbst.

4007

Samstag, 18.05., 10.00 - 13.00 Uhr

4 UStd., 11,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Cora Weihs

ONLINE-VORTRAG: „WORKATION“: ARBEITEN, WO ANDERE URLAUB MACHEN? In Kooperation mit der vhs Böblingen-Sindelfingen

Die einschränkenden Maßnahmen während der Corona-Pandemie haben gezeigt, dass das Arbeiten an jedem Ort, zu jeder Uhrzeit, mit jedem Endgerät möglich ist.

Gerade die jüngere Generation möchte sich diese lieb gewonnene Freiheit nicht mehr nehmen lassen. Viele zieht es ins Ausland und auf Reisen. Sie arbeiten von unterwegs aus - „Workation“ genannt.

Doch wie kann das Beste aus Privat- und Berufsleben langfristig miteinander vereinbart werden? Denn hier gilt es, mehr als nur die persönliche Freiheit zu betrachten. Welche Herausforderungen bringt „Workation“ mit sich? „Workation“ um jeden Preis?

Dieser Web-Vortrag beleuchtet aktuelle Trends in der Arbeitsorganisation und stellt zur Diskussion, wie die Arbeitswelt der Zukunft aussehen kann.

4110

Montag, 26.02., 19.00 - 20.00 Uhr

entgeltfrei

Online, Frank Roth

ONLINE-VORTRAG: HEISST DIE ZUKUNFT IM RECRUITING KI? In Kooperation mit der vhs Böblingen-Sindelfingen

Künstliche Intelligenz (KI) ist in aller Munde und wird zunehmend auch im Bewerbungsprozess eingesetzt, mit dem Ziel, die Effizienz wie auch die Qualität der Auswahl zu erhöhen. Doch was bedeutet diese Veränderung für Bewerber*innen? Ist es möglich, zu erkennen, ob KI-Systeme in den Auswahlprozessen eine Rolle spielen? Wie können wir sicherstellen, dass diese Prozesse fair und transparent ablaufen? Und welche Möglichkeiten eröffnen sich für Bewerber*innen in dieser digitalen Ära?

In diesem Web-Vortrag erläutert Prof. Dr. Katharina-Maria Rehfeld, wie und wo im Bewerbungsprozess KI eingesetzt werden kann. Es werden Chancen und mögliche Risiken dieser Technologie diskutiert und aufgezeigt, wie Bewerber*innen KI nutzen können, um ihre Bewerbungsstrategie zu verbessern.

4111

Montag, 18.03., 19.00 - 20.00 Uhr

entgeltfrei

Online, Prof. Dr. Katharina-Maria Rehfeld



ONLINE-KURS: KOMMUNIKATIONSSTARK IN BERUF UND ALLTAG

Nicht selten passiert es einem in vielen alltäglichen Situationen, dass man einen genialen Gedanken hat, aber man nicht weiß, wie man diesen zu Papier bringen kann. Oder man wird in einem beruflichen Kontext von seinem Gegenüber mit scheinbaren Argumenten überrollt, auf die man im nächsten Moment erst einmal nichts erwidern kann. Vielleicht aber fällt es einem auch schwer, bei Vorträgen und Präsentationen die eigene Körpersprache mit einzubringen?

So oder so es gibt wahrscheinlich eine Vielzahl an kommunikationstechnischen Problemen in Beruf und Alltag. Dieses Kompaktseminar möchte einige davon angehen. In wechselnden Einheiten aus Theorie und Praxis lernen Sie, was es heißt, souverän aufzutreten, sich argumentativ nicht ins Bockshorn jagen zu lassen oder ihre Körpersprache für die eigenen Interessen zu nutzen.

4112

Mittwoch, 10.04., 18.00 - 20.15 Uhr

Donnerstag, 11.04., 18.00 - 20.15 Uhr

2 x 3 UStd., 18,- EUR

Online, Cassandra Speer

ONLINE-VORTRAG: SELBSTMOTIVATION: MIT LEICHTIGKEIT ZUM ZIEL

- Wollen Sie Ihren inneren Schweinehund endlich in den Griff kriegen?
- Möchten Sie ein bestimmtes Ziel angehen oder effektiver erreichen?
- Wünschen Sie sich mehr Antrieb und Energie in Ihrem Alltag?
- Wollen Sie ungeliebte Gewohnheiten loswerden oder eine gewünschte Gewohnheit etablieren?

Ob Abnehmen, mit dem Rauchen aufhören oder regelmäßiger Sport, ob berufliche oder private Veränderung - Sie lernen das umzusetzen, was Sie sich vorgenommen haben. Ich zeige Ihnen, wie Sie ihre Disziplin gezielt trainieren. Sie erhalten nützliche Werkzeuge und Tricks, mit denen Sie problemlos am Ball bleiben und Dinge bis zum Ende durchziehen. Sie lernen wirksame Mentaltechniken kennen und erfahren, welche unbewussten Denkprozesse hinter Ihrem Verhalten ablaufen, und wie Sie diese nachhaltig verändern können. Dadurch haben Sie langfristig mehr Spaß an Ihrem gewünschten Verhalten und können mit Leichtigkeit alles erledigen. Ebenso schalten Sie dadurch den Drang nach Ihrem ungeliebten Verhalten ab, sodass Sie ganz entspannt mit einem Lächeln „Nein“ sagen können.

Die Konzepte basieren auf Methoden aus der Psychologie oder dem NLP (Neurolinguistisches Programmieren). Gewinnen Sie neue Motivation in einer lockeren Atmosphäre mit Gleichgesinnten! Lernen Sie viele neue Ansätze kennen, mit denen Sie endlich das durchziehen, was sie sich vorgenommen haben!

4113

Dienstag, 16.04., 18.00 - 19.30 Uhr

Entgelt: 8,- EUR

Online, Niklas Düllings



STIMMTRAINING FÜR DEN BERUF

In vielen Berufen ist eine ausdauernde Stimmfunktion notwendig, um über einen längeren Zeitraum präsent zu sein. Wie aber schafft man es, dies zu bewerkstelligen und welche Übungen helfen dabei?

In diesem Kurs wollen wir zum einen verschiedene Techniken einüben, die einem dabei helfen, mit der Stimme zielorientiert zu agieren und diese nicht zu überlasten. Anhand konkreter Beispiele sollen diese Techniken eingeübt werden.

4114

Mittwoch, 24.04., 18.00 - 20.15 Uhr

3 UStd., 9,- EUR

Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Cassandra Speer

NIX MEHR VERGESSEN - ENTDECKEN SIE IHR SUPERGEDÄCHTNIS! Verblüffende Merktechniken, praxisnah, effektiv und unterhaltsam

Namen, Verhandlungsargumente, Pincodes, To-Dos, Aufträge, Fakten, eine Rede - was müssen wir nicht alles auf Abruf parat haben. An diesem Abend erhalten Sie einen Einblick in verblüffend effektive Gedächtnistechniken (Memory Tools) und ihr vielseitiges Anwendungsspektrum. Sie erleben die Wirksamkeit der sogenannten Mnemotechniken hautnah, die auch die Techniken der Gedächtnis-Weltmeister sind, und mit denen man seine Merkfähigkeit für Beruf und Alltag stark verbessern kann.

- Vergessen: schlechtes Gedächtnis oder nur schlechte Technik?
- Nach welchen einfachen Regeln funktioniert ein Supergedächtnis?

- Wie kann man in Beruf und Alltag davon profitieren?
- To-Dos, Fakten, Namen, Vokabeln ... abruhsicher einprägen
- Gehirn-Wissen, das Ihnen nützt
- Warum Ihr Gedächtnis altersunabhängig immer besser werden kann.

Die Techniken sind leicht zu lernen, sofort im Berufsalltag praktisch anwendbar und motivieren durch persönliche Erfolgserlebnisse. Ein informativer, unterhaltsamer Vortrag mit interaktiven Elementen und einem Piano. Achtung: begrenzte Platzkapazität! Sichern Sie sich frühzeitig Ihre Teilnahme!

4115

Freitag, 26.04., 18.00 - 19.00 Uhr

Entgelt: 8,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Sabine Krueger

ONLINE-VORTRAG:**„FUTURE SKILLS“: BEREIT FÜR DIE ARBEITSWELT VON MORGEN?**

In Kooperation mit der vhs Böblingen-Sindelfingen

Digitalisierung, Künstliche Intelligenz sowie globale gesellschaftliche Herausforderungen haben enorme Auswirkungen auf die Arbeit der Zukunft. In einer sich rasant wandelnden digital geprägten Gesellschaft veraltet Wissen sehr schnell. Berufstätige benötigen daher über das Fachwissen hinaus weitere Kompetenzen, sogenannte „Future Skills“. Entscheidend sind neben Digitalkompetenzen insbesondere Fähigkeiten zur lebenslangen Wissensaneignung und zur Lösung von Problemen, die allein mit dem bisherigen Wissen nicht mehr bewältigt werden können. In diesem Web-Vortrag werden unter anderem folgende Fragen beleuchtet: Was sind „Future Skills“? Warum sind sie wichtig? Welche Zukunftskompetenzen benötigen Berufstätige aus Sicht von Arbeitgebern, um den Anforderungen der „neuen“ Arbeitswelt gerecht zu werden? Wie können Arbeitgeber Zukunftskompetenzen bei ihren Mitarbeitenden fördern? Und welchen Beitrag kann das Bildungssystem leisten?

4118

Montag, 13.05., 19.00 - 20.00 Uhr

entgeltfrei

Online, Dr. Nina Horstmann

**ONLINE-WORKSHOP: SCHLAGFERTIGKEIT FÜR JEDE SITUATION**

Es passiert Ihnen gelegentlich, dass Sie sich von einem Argument Ihres Gegenübers in die Irre führen lassen und Sie sich dadurch jede weitere Argumentationsmöglichkeit verbauen? Damit soll jetzt Schluss sein. In diesem Kurs lernen Sie anhand von praktischen Beispielen, wie Sie nicht mehr auf sogenannte „Totschlagargumente“ hereinfließen und Manipulationstechniken erkennen und diese sogleich ausbooten.

4119

Mittwoch, 12.06., 18.00 - 20.15 Uhr

3 UStd., 9,- EUR

Online, Cassandra Speer

RECHT / FINANZEN / STEUERN**ETF - LANGFRISTIGE GELDANLAGE ZUR ALTERSVORSORGE**

Angesichts der unter anderem durch den demographischen Wandel immer weiter sinkenden Renten wird die private Altersvorsorge zunehmend wichtiger. Eine Möglichkeit der Altersvorsorge besteht darin, mit Hilfe eines ETF (Exchange Traded Funds)-Sparplans in den weltweiten Aktienmarkt zu investieren. In diesem Kurs erhalten Sie ein Basiswissen über die Welt der ETFs mit dem Ziel, sich selbst darin zurecht zu finden. Folgende Fragen werden behandelt:

- Was ist ein ETF und wie unterscheidet er sich von einem aktiv gemanagten Fonds?
 - Welches Risiko besteht bei dem Investment in ETFs?
 - Mit welcher Rendite kann ich langfristige rechnen?
 - Wie werden ETFs besteuert?
 - Wie finde ich für mich geeignete ETFs?
 - Wie finde ich eine für mich geeignete Depotbank?
 - Welchen Betrag kann ich monatlich ansparen?
- Der Kurs bietet keine Anlageberatung.

4245

mi, 19.00 - 20.30 Uhr, ab 21.02.

3 x 2 UStd., 26,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Katharina Winterhager

BITTE BEACHTEN SIE:

Eine ausführliche Kursbeschreibung der Kursangebote finden Sie auf unserer Homepage unter: www.vhs-herne.de

EINKOMMENSTEUERERKLÄRUNG (EST) 2023 - HILFE IM STEUERDSCHUNDEL

Der Kurs richtet sich an alle Steuerpflichtigen mit Einnahmen aus Arbeitnehmertätigkeit, Vermietung und Verpachtung, gewerblicher oder freiberuflicher Arbeit, Kapitaleinkünften sowie aus Renten- und Pensionsbezügen. Eine individuelle Rechts- bzw. Steuerberatung soll hierbei ausdrücklich nicht erfolgen. Thema des Kurses ist das Erstellen der ESt mit den aktuellen Änderungen für das Veranlagungsjahr 2023. Es werden allgemeine Fragen zur Abgabe der ESt 2023 behandelt. Anhand der amtlichen Formulare und der aktuellen Rechtslage wird die Erstellung der Steuererklärung besprochen. Hierbei werden die steuerlichen Abzugsmöglichkeiten in den jeweiligen Einkunftsarten genau thematisiert sowie steuerliche Fachbegriffe erklärt. Steuerliche Vorkenntnisse sind für eine Teilnahme nicht erforderlich.

4250

mi, 18.00 - 20.15 Uhr, ab 06.03.

5 x 3 UStd., 45,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Lars Wörmann

VORTRAG: AKTUELLES AUS DER DEUTSCHEN RENTENVERSICHERUNG In Kooperation mit der Deutschen Rentenversicherung Knappschaft Bahn See

In dieser Veranstaltung informiert Sie die Deutsche Rentenversicherung über aktuelle Änderungen im Rentenrecht. Dabei werden im Schwerpunkt die neuen Hinzuverdienstmöglichkeiten neben einem Rentenbezug und deren Auswirkungen erläutert, aber auch die kommenden Verbesserungen bei den Erwerbsminderungsrenten vorgestellt. Bitte melden Sie sich rechtzeitig bei der vhs an.

4255

Dienstag, 09.04., 17.00 - 19.00 Uhr

entgeltfrei

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Manuel Schlegel

VORTRAG: DIE AKTIENBÖRSE - INVESTMENTPRAXIS UND STRATEGIEN

In Deutschland ist das Interesse an Aktienbörsen gestiegen. Nicht zuletzt durch Niedrigzinsen und Inflation ist eine oft gestellte Frage: Wo kann ich mein Geld noch gewinnbringend anlegen? Angesichts dieses Anlagentrends und unsicherer Renten entdecken immer mehr Menschen die Chancen des Aktienmarktes. Doch wie funktioniert die Börse und wie kann ich hier agieren?

Altmeister André Kostolany meinte, der Erfolg beim Aktienhandel bestehe zu 90 Prozent aus Erfahrung und Psychologie. Doch es gibt auch Strategien, die Erfolg versprechen, wie am Beispiel prominenter Börsianer gezeigt wird. Elementar ist die Analyse der eigenen Anlagepraxis, um aus den Fehlern der Vergangenheit zu lernen: Wann ist der richtige Zeitpunkt zum Kauf und Verkauf von Aktien? Wie strukturiere und verwalte ich ein ausgewogenes Depot? Worin besteht die Kunst des „Stock Picking“? Wie interessant sind Neuemissionen?

Der Vortrag versucht, anhand konkreter Beispiele der jüngsten Börsenhistorie, ein erhellendes Licht auf das komplexe Geschehen an den Aktienmärkten zu werfen.

Der Kurs bietet keine Anlageberatung.

4260

Mittwoch, 17.04., 19.00 - 20.30 Uhr

Entgelt: 8,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr. Stefan Roggenbuck

RECHTZEITIGE ANMELDUNG ZU UNSEREN KURSEN

Bitte melden Sie sich frühzeitig, bis 14 Tage vor Beginn Ihres gewählten Kurses, an. Es wäre doch schade, wenn wir Ihren Kurs schon abgesagt hätten, weil wir nicht wussten, dass Sie kommen wollten. Vielen Dank für Ihr Verständnis!





BILDUNGSURLAUBE NACH DEM AWBG NRW

BESSER SCHREIBEN IM BERUF - WORTE MIT WIRKUNG UND TREFFENDE TEXTE

Jede*r kann es: Attraktiv und verständlich schreiben. Sie lernen, wie Sie Ihre Texte, E-Mails und Schriftsprache verbessern können, damit man Sie gerne liest und Ihre Wortwahl auch Wirkung zeigt. Egal, ob es um eine berufliche E-Mail oder eine private Nachricht geht: Wir erkunden Wörter und Texte verschiedener Art - und wir werden schreiben, was das Zeug hält.

4161

mo - do, 10. - 13. Juni, jeweils von 09.15 - 14.00 Uhr
4 x 6 UStd., 100,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Christiane Biederbeck

24B4161

mo - mi, 25. - 27. November, jeweils von 09.15 - 16.00 Uhr
3 x 8 UStd., 99,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Christiane Biederbeck

GUTE KOMMUNIKATION IM BERUF MIT NLP

Sie lernen und üben die grundlegenden NLP-Techniken. Sie lernen NLP-Methoden kennen, die Ihren beruflichen Alltag erleichtern. NLP steigert Ihre Empathie und Ihre Kommunikations- und Konfliktkompetenz. So lernen Sie, persönlich und im Team mehr zu erreichen. Denn im Beruf haben wir es oft mit Menschen zu tun. Mit einigen verstehen wir uns blendend, mit anderen ist es etwas holpriger. NLP bietet viele Techniken, auch mit schwierigen Menschen gut zusammenzuarbeiten. Und wer offen, sympathisch und selbstsicher auftritt, ist als Kolleg*in und als Chef*in gerne gesehen.

4164

mo - fr, 13. - 17. Mai, jeweils von 09.15 - 16.00 Uhr
5 x 8 UStd., 160,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Djamila Lindemann

24B4164

mo - fr, 02. - 06. September, jeweils von 09.15 - 16.00 Uhr
5 x 8 UStd., 160,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Djamila Lindemann

KONFLIKTE LÖSEN MIT NLP, TRANSAKTIONSANALYSE UND GEWALTFREIER KOMMUNIKATION

Möchten Sie im Beruf erfolgreicher werden und gerne selbstbewusster, gelassener und präsenter in Gesprächssituationen gehen? Wie schön wäre es, voller Vertrauen in die eigene kommunikative Kompetenz ausgestattet zu sein? Möchten Sie wissen, wie man Probleme und Konflikte strategisch löst? Sie lernen eine Reihe hochwertiger Werkzeuge aus den Bereichen Kommunikationspsychologie, NLP und Konfliktmanagement kennen. Jedes Thema wird durch Beispiele und viele Übungen lebendiger. Die „Gewaltfreie Kommunikation“ von Marshall Rosenberg ist ein zentraler Teil des Seminars.

4165

mo - fr, 17. - 21. Juni, jeweils von 09.15 - 16.00 Uhr
5 x 8 UStd., 160,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Djamila Lindemann

24B4165

mo - fr, 23. - 27. September, jeweils von 09.15 - 16.00 Uhr
5 x 8 UStd., 160,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Djamila Lindemann



MIT DEINEN RESSOURCEN ZUR INTERESSANTEN STORY FÜR BERUF UND ALLTAG

Menschen lieben Geschichten! Die meisten Kinder haben eine lebhaftere Vorstellungskraft. Sie sind bei einer spannenden Erzählung direkt ein Teil der Geschichte und malen sich jedes Detail genau aus.

Genau diesen Effekt können wir mit unserer eigenen Geschichte, sprich mit unserem Lebenslauf oder bei einem Verkaufsgespräch erzeugen. Es kommt auf das „wie“ in der Erzählung an.

Damit wir unserem Gegenüber im Gedächtnis bleiben, greifen wir auf unsere Ressourcen zurück und erzählen unsere eigene Story.

4167

mo - fr, 01. - 05. Juli, jeweils von 09.00 - 15.30 Uhr
5 x 7 UStd., 140,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Nicole Lange



WEIBLICHE KOMMUNIKATION IM BERUF

Frauen kommunizieren häufig anders als Männer. Die Kommunikation untereinander, die Ausarbeitung von verschiedenartigen Lösungsansätzen und der über gesprochene Sprache hinausgehende Umgang im täglichen Miteinander sind nur einige Punkte, die Frauen anders angehen als Männer. Mutig zu sein und die großen Stärken der weiblichen Kommunikationsfähigkeit zu nutzen, ist nicht immer leicht.

Hin und wieder stehen wir uns dabei mit einer Sprache, die als „blumig“ empfunden wird, selbst im Wege. Ziele, Wünsche, Erwartungen und Antworten dürfen nicht nur, sondern „sollten“ klar angesprochen werden. Schließlich sind wir selbst verantwortlich für unseren Erfolg und für unser Wohlbefinden - also sollten wir auch so handeln.

24B4168

mo - fr, 09. - 13. September, jeweils von 09.00 - 15.30 Uhr
5 x 7 UStd., 140,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Nicole Lange

GRUNDLAGEN DES SOCIAL-MEDIA-MANAGEMENTS

Wir sind mobil und wir sind online. Wir tummeln uns im Internet und vor allem in den großen und kleinen Social-Media-Kanälen, den Social Networks Facebook, Instagram und TikTok.

Aber wo ergibt welcher Inhalt Sinn, wer ist die Zielgruppe und welche Schwerpunkte haben die Netzwerke? Welches Format eignet sich am besten? Und was sollten Unternehmen sonst noch beachten? Wir erarbeiten einen Überblick über den Social-Network-Dschungel und lernen die wichtigen Grundlagen des Social-Media-Managements kennen.

Wenn Sie noch keine eigenen Social-Media-Profilen haben, sollten Sie bereit sein, während des Kurses entsprechende Profile anzulegen. Denn: Was Sie hier lernen, setzen Sie auch direkt in die Praxis um. Dieser Bildungsurlaub richtet sich an Selbstständige, Einzelunternehmer*innen, KMUs, Blogger*innen und interessierte Privatpersonen.

24B4535

mo - do, 02. - 05. Dezember, jeweils von 09.15 - 15.00 Uhr
4 x 7 UStd., 116,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Christiane Biederbeck



Beratung:

Sven Becker

Tel: 0 23 23/16-2807

sven.becker@herne.de

DIGITALE MEDIEN

COMPUTERWISSEN FÜR EINSTEIGER*INNEN

ENDLICH SICHER AM PC! PC-Grundlagen von Anfang an - Kompetenzstufe: 1

Im Mittelpunkt steht der praktische Umgang mit dem Computer: Sie lernen, wie Maus und Tastatur funktionieren, erfahren etwas über das Betriebssystem Windows und unternehmen erste Schritte in der Textverarbeitung Word. Sie lernen, Dateien zu erstellen, zum Beispiel einen Brief in Word, diese abzuspeichern und zu drucken. Sie erstellen Ordner, um Ihre Dateien übersichtlich abzulegen und zu verwalten.

Sie erhalten einen Einblick in die Anwendungsmöglichkeiten des Computers und damit einen strukturierten Einstieg in Ihre ganz persönliche Nutzung der Möglichkeiten, die die digitale Technik uns beruflich wie privat bietet.

4301

mi, 17.00 - 19.15 Uhr, ab 13.03.

5 x 3 UStd., 69,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Werner Grigat

PC-GRUNDLAGEN MIT WINDOWS 10

Aufbaukurs - Kompetenzstufen: 1 und 2

Für Teilnehmer*innen, die bereits allererste Kenntnisse in der Bedienung eines Computers erworben haben, wie etwa im Kurs 4301 beschrieben.

In unserem Aufbaukurs lernen Sie weitere Möglichkeiten im Umgang mit dem Computer und der Nutzung des Microsoft-Betriebssystems Windows 10 kennen. Sie arbeiten mit dem Textverarbeitungsprogramm Word 2019, erlernen erste Formatierungen, zum Beispiel eines Briefes oder einer Glückwunschkarte. Sie können ein Foto oder eine Clipart in Ihren Text einfügen. Sie erstellen Ordner, verwalten, löschen, kopieren und sichern Ihre Dateien und Ordner. Und natürlich unternehmen Sie auch einen Ausflug in die Weiten des Internets! Voraussetzung: erste Computer-Grundkenntnisse.

4302

mi, 17.00 - 19.15 Uhr, ab 08.05.

5 x 3 UStd., 69,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Werner Grigat



TASTSCHREIBEN FÜR JUGENDLICHE VON 11 BIS 16 JAHREN Kompetenzstufe: 2

Wer den Computer für Freizeit und Schule nutzt, spart mit Blind-Schreiben Zeit und hat auch noch Spaß!

Mit einem multisensorischen Lernprogramm prägt ihr euch anhand einer Geschichte ein, wo sich die Tasten auf der Tastatur befinden. Schon nach kurzer Zeit könnt ihr die ersten Worte blind tippen! In diesem Kurs erlernt ihr schnell und kurzweilig eine der nützlichsten Fertigkeiten für die schulische, berufliche und private Nutzung des Computers.

Bringt bitte einen Stift mit - es gibt auch analoge Übungen.

Die Kursgebühr beinhaltet das Entgelt für das Lernheft und für die Teilnahmebescheinigung. Dieses Kursangebot der „jungen vhs“ hat ein bereits ermäßigtes Entgelt.

4316

di - fr, 02. - 05. April,

jeweils von 10.00 - 11.30 Uhr

4 x 2 UStd., 34,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Rita Schwinning

Elementare Verwendung	Selbstständige Verwendung	Kompetente Verwendung
Stufe 1 Sie können einfache Aufgaben unter Anleitung durch Andere erledigen.	Stufe 3 Sie können einfache Routinearbeiten selbstständig erledigen.	Stufe 5 Sie können unterschiedlichste Aufgaben und Herausforderungen selbstständig erledigen und sind in der Lage, Andere anzuleiten.
Stufe 2 Sie können einfache Aufgaben erledigen, teilweise noch mit Unterstützung durch Andere.	Stufe 4 Sie können Routinearbeiten selbstständig erledigen und sind in der Lage, Lösungen für einfache Problemstellungen zu finden, teilweise noch mit Unterstützung durch Andere.	Stufe 6 Sie verfügen über ein breites Wissen und setzen die am besten geeignete Lösung zur Erledigung komplexer Aufgaben ein.



Medienkompetenzen bilden eine wichtige Voraussetzung für die Teilhabe an immer mehr Bereichen gesellschaftlichen Lebens, beruflich wie privat. Um Ihnen die Wahl Ihres Computerkurses zu erleichtern, sind den Veranstaltungen im Bereich „Digitale Medien“ Kompetenzstufen zugeordnet. Sie berücksichtigen das für den Kurs nötige Vorwissen und Erfahrungen. Es gibt sechs Kompetenzstufen, aufsteigend von der elementaren über die selbstständige bis hin zur kompetenten Verwendung. In der Tabelle (links) finden Sie kurze Beschreibungen der Kompetenzstufen.

TASTSCHREIBEN MIT ZEHN FINGERN IN FÜNF STUNDEN

Kompetenzstufe: 2

Computer gibt es inzwischen in allen Lebensbereichen. Damit wächst die Notwendigkeit, effizient und ergonomisch mit der Tastatur umgehen zu können. Mit einem multisensorischen Lernprogramm verknüpfen Sie die Tasten der Computertastatur in abwechslungsreichen Übungen mit Bildern und Farben. Das spricht mehrere Sinne an und Sie lernen leichter.

Mit Spaß und wenig Zeitaufwand lernen Sie, das Tastaturfeld des Computers mit zehn Fingern blind zu beherrschen. Damit erwerben Sie eine der nützlichsten Fertigkeiten zur beruflichen und privaten Nutzung des Computers.

Bitte bringen Sie einen Stift mit - es gibt auch analoge Übungen.

Die Kursgebühr beinhaltet das Entgelt für das Lernheft.

4317

mo, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 03.06.

4 x 2 UStd., 51,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Rita Schwinning

65+ DIGITALE MEDIEN FÜR SENIOR*INNEN

PC 65+ -

RAN AN DIE MAUS MIT WINDOWS

Einführungskurs: keine Vorkenntnisse
oder eigener PC nötig -
Kompetenzstufe: 1

Dieser Kurs richtet sich an Interessenten ohne jegliche Vorkenntnisse und bietet Ihnen einen einfachen Einblick in die Computerwelt.

Es ist ein Angebot, das sich an Menschen richtet, die vielleicht schon einen PC haben, ihm jedoch noch nicht so recht „trauen“. Es richtet sich aber auch an Menschen, die bereits vor dem Erwerb eines PCs einmal ausprobieren wollen, ob das wohl das richtige Medium für sie ist.

Sie lernen den Umgang mit Maus und Tastatur sowie die wichtigsten Fachbegriffe kennen und bekommen so vielleicht auch eine Entscheidungshilfe, welcher Computer denn nun der geeignetste für Sie ist.

Daran anschließend ist der Besuch eines Einführungskurses in die Digitalen Medien empfehlenswert - siehe dazu Kurs 4322.

4321

di - fr, 27. Februar - 01. März,

jeweils von 14.00 - 17.15 Uhr

4 x 4 UStd., 73,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Ulrich Bauer

PC 65+ - EINFÜHRUNG IN DIE DIGITALEN MEDIEN MIT WINDOWS

Kompetenzstufe: 2

Sie haben einen neuen Computer oder einen Laptop erworben und möchten ihn natürlich auch perfekt nutzen. Das erreichen Sie am besten mit diesem Einführungskurs, in dem Sie sich in der Runde Gleichgesinnter mit Spaß den Angeboten der modernen Computer-Technik nähern.

Wir wollen mit diesem Kurs vor allem älteren Menschen einen Zugang zur PC- und Internet-Nutzung ermöglichen. Den Interessen der Teilnehmenden angepasst werden Inhalte des Betriebssystems Windows und Grundlagen des Textverarbeitungsprogramms Word Themen des Kurses sein.

Sie unternehmen auch eine Einführung in den Umgang mit dem Internet und lernen, wie Sie mit E-Mails arbeiten.

Dieser Kurs ist sowohl für PC- wie auch Laptop-Nutzer*innen geeignet. Gerne können Sie auch Ihren eigenen Laptop mitbringen.

Für den Einführungskurs in die Digitalen Medien sind Kenntnisse empfehlenswert, wie sie im Kurs „Ran an die Maus“ (siehe Kurs 4321) erlangt werden.

4322

mo - do, 15. - 18. April,

jeweils von 09.00 - 12.15 Uhr

4 x 4 UStd., 73,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Ulrich Bauer



PC 65+ - TEXTVERARBEITUNG MIT DEM COMPUTER

Kompetenzstufe: 2

Sie kennen sich bereits ein wenig mit Word aus und haben vielleicht schon einen unserer Einführungskurse besucht? Trotzdem - oder gerade deswegen - wollen Sie weitere Funktionen der Textverarbeitung kennenlernen? Dann ist dieser Kurs zur Textverarbeitung mit dem Computer genau das Richtige für Sie.

Wir werden fortgeschrittene Themen behandeln, wie zum Beispiel Serienbriefe, Mehrspaltentext, Tabellen, Import von Fotos, die Platzierung in Dokumenten, das Arbeiten mit Autotexten sowie das Nutzen der Autokorrektur. Sie können zudem auch eigene Themen und Fragen in den Kurs einbringen, die wir gemeinsam bearbeiten werden.

4325

do, 20.15 - 21.45 Uhr, ab 11.04.

4 x 2 UStd., 39,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Brigitte Schramm

BITTE BEACHTEN SIE:

Eine ausführliche Kursbeschreibung der Kursangebote finden Sie auf unserer Homepage unter:
www.vhs-herne.de

DIGITALE KOMPETENZ FÜRS BÜRO

MS OFFICE KOMPAKT FÜRS BÜRO: WORD

Kompetenzstufe: 3

Microsoft Word ist in unseren Büros de facto Standard. Wir nutzen es zur Erstellung von Geschäftsbriefen, Einladungen, Dokumentationen, Aushängen usw. Ein sicherer Umgang mit dem Programm ist daher von Vorteil. In diesem Kurs bauen Sie ein fundiertes Basiswissen auf.

Die folgenden Inhalte werden behandelt:

- Text eingeben, speichern
- Korrekturmöglichkeiten (AutoKorrektur)
- Zeichen-, Absatz- und Seitenformatierung
- Nummerierung und Aufzählung
- Ausschneiden, kopieren, einfügen
- Tabellengestaltung
- Kopf- und Fußzeilen mit Seitenummerierung
- Grafiken einfügen.

4352

mo, 18.30 - 21.00 Uhr, ab 19.02.

8 x 3 UStd., 98,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Rita Schwinning



OFFICE FÜR KIDS - FIT IN WORD UND POWERPOINT

Kompetenzstufe: 2

Ihr habt bereits ein wenig Computerwissen und seid nun neugierig darauf, welche Möglichkeiten der Computer euch noch bieten kann?

Dann ist das hier genau der richtige Kurs für euch. Denn hier lernt ihr nicht nur, mit unterhaltsamen Übungen Texte zu schreiben, sie in Form zu bringen und zu gestalten. Ihr werdet auch eure erste eigene Präsentation am Computer erstellen - eine Bildschirmshow, wie sie die Welt noch nicht gesehen hat.

Bitte bringt einen USB-Stick mit.

Für Kinder ab 8 Jahren.

4353

Montag, 25.03., 10.00 - 14.45 Uhr

Dienstag, 26.03., 10.00 - 14.45 Uhr

2 x 6 UStd., 30,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Erik Bühnen



OFFICE FÜR JUGENDLICHE - FIT IN WORD, EXCEL UND POWERPOINT Kompetenzstufe: 2

Die sichere Anwendung von Word, Excel und PowerPoint ist eine zentrale Medienkompetenz für Jugendliche und junge Erwachsene in Schule, Ausbildung oder Studium. Referate, Gruppen- und Projektarbeiten, Haus- und Abschlussarbeiten oder die Anwendung im späteren Beruf. Überall dort ist es von Vorteil, die grundlegenden Funktionen von Office zu beherrschen - und vielleicht auch ein wenig mehr. Die Inhalte:

Word: Erstellung und bearbeiten einfacher Texte, Seiten- und Drucklayout richtig einstellen, Grafiken in Dokumente einfügen.
Excel: Tabellen eingeben und formatieren, einfache Formeln und Funktionen, Diagramme erstellen.
PowerPoint: Erstellen und bearbeiten von Präsentationen und Texten, Textgestaltung, Formatierungen und Foliendesign, Animationen und Folienübergänge.
Bitte bringt einen USB-Stick mit.

4354

Mittwoch, 27.03., 10.00 - 15.45 Uhr
Donnerstag, 28.03., 10.00 - 15.45 Uhr
2 x 7 UStd., 35,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Erik Bühnen

TABELLENKALKULATION MIT EXCEL 2019 Kurs I - Grundlagen Kompetenzstufe: 4

Das Tabellenkalkulationsprogramm Excel kann Ihnen helfen, ganz alltägliche einfache Aufgaben professionell zu lösen oder auch schwierige komplexe Berechnungen durchzuführen. Dieser Kurs erleichtert Ihnen anhand vieler Übungen den sicheren Einstieg in Excel 2019.

- Aufbau und Bedienung von Excel
- Eingabe und Verändern von Texten und Zahlen
- Erstellen und Verändern von Formeln
- Formatieren und Ausdruck von Tabellen
- Arbeiten mit Bezügen.

4360

Dienstag, 20.02., 18.00 - 21.00 Uhr
Freitag, 23.02., 18.00 - 21.00 Uhr
Dienstag, 27.02., 18.00 - 21.00 Uhr
3 x 4 UStd., 55,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr.-Ing. Karl-Heinz Koop

TABELLENKALKULATION MIT EXCEL 2019 Kurs II - Aufbauwissen Kompetenzstufe: 4

Dieser Kurs vertieft Grundwissen und vermittelt weiterführende Funktionen von Excel 2019.

- Mit Funktionen arbeiten: Min, Max, Mittelwert, Wenn-Funktion, SVerweis, WVerweis
- Verändern der Tabellenstruktur
- Arbeiten mit langen Tabellen
- Sortieren, Filtern
- Diagramme erzeugen, anpassen, verändern
- Druckbereiche.

Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Kurs sind Grundkenntnisse in Excel 2019, wie sie im Kurs 4360 vermittelt werden.

4361

Montag, 06.05., 18.00 - 21.00 Uhr
Mittwoch, 08.05., 18.00 - 21.00 Uhr
Montag, 13.05., 18.00 - 21.00 Uhr
Mittwoch, 15.05., 18.00 - 21.00 Uhr
4 x 4 UStd., 73,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Dr.-Ing. Karl-Heinz Koop

TABELLENKALKULATION MIT EXCEL 2019

Kurs III - Spezialwissen Excel Kompetenzstufe: 4

Dieser Kurs vermittelt Wissen in Excel 2019 für Fortgeschrittene.

- Vertiefung Funktionen in Excel
- komplexe Diagramme
- Arbeiten mit verknüpften Dateien
- Seitenformatierung.

Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Kurs sind Kenntnisse in Excel 2019 wie in den Kursen 4360 und 4361 beschrieben.

4362

Montag, 27.05., 18.00 - 21.00 Uhr
Mittwoch, 29.05., 18.00 - 21.00 Uhr
Montag, 03.06., 18.00 - 21.00 Uhr
3 x 4 UStd., 55,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Dr.-Ing. Karl-Heinz Koop

PROGRAMMIEREN LERNEN

ONLINE-KURSE

Für unsere Online-Angebote melden Sie sich bitte spätestens zwei Werktage vor der Veranstaltung an. Nach der Anmeldung erhalten Sie von uns einen Link, mit dem Sie an der Veranstaltung teilnehmen können. Zudem muss ggf. vor der Teilnahme eine kleine Software installiert werden; eine Anleitung dazu erhalten Sie von uns, wenn Ihre Anmeldung bei uns eingegangen ist.

ONLINE-KURS: CRASHKURS PYTHON Kompetenzstufe: 5

Programmieren lernen ist einfacher, als viele denken. Was Sie dazu brauchen? Ihren eigenen PC oder Mac und ein bisschen Zeit. Das genügt schon - in diesem interaktiven Online-Kurs lernen Sie die Programmiersprache Python 3 kennen, bequem vom eigenen Schreibtisch (oder Sofa) aus.

Sie erlernen in zwei Tagen die Basics der Programmierung: Wie man Programme entwickelt und steuert, Daten verwaltet und Benutzerinteraktionen ermöglicht. Dazu beschäftigen Sie sich unter anderem mit Variablen und Konstanten, Kontrollstrukturen wie Verzweigungen und Schleifen, Datenstrukturen wie Listen und Dictionaries sowie Ein- und Ausgabe Ihres Programms. Sie werden überrascht sein, wie leicht es ist.

Nach dem Kursbesuch können Sie eigene kleine Programme schreiben. Nicht nur theoretisch, sondern praktisch - der Kurs bietet viel Raum fürs selber Programmieren und das Beantworten Ihrer Fragen. Sie werden unter anderem bereits Ihr erstes Würfelspiel selbst programmiert haben. Kurze Zusammenfassungen und Musterlösungen runden das Ganze ab.

4402

Samstag, 24.02., 09.00 - 16.30 Uhr
Sonntag, 25.02., 09.00 - 16.30 Uhr
18 UStd., 86,- EUR
Online, Andreas Straetling

ONLINE-KURS: PYTHON I - DER SPIELLENDE EINSTIEG INS PROGRAMMIEREN Kompetenzstufe: 5

Einfach, übersichtlich und kostenfrei ist Python der ideale Einstieg in eine höhere Programmiersprache. Python ist universell einsetzbar und zugleich der Schlüssel, sich mühelos auch in allen anderen höheren Sprachen zurechtzufinden. Der Spaß und die Neugier am Programmieren stehen im Vordergrund. Für Jugendliche ergänzt der Kurs zudem den schulischen IT-Unterricht, Erwachsene können ihre beruflichen Perspektiven erweitern. In vier spannenden Programmierbeispielen werden wir Python zeichnen und würfeln lassen sowie ein Programm für Politiker*innen und eine eindrucksvolle grafische Animation erstellen. Nach dem Kurs werden Sie bereits recht anspruchsvolle Python-Programme eigenständig schreiben können. Den sicheren Umgang mit einem PC oder Mac setzen wir voraus. Programmierkenntnisse sind nicht erforderlich.

4403

di, 18.00 - 21.15 Uhr, ab 27.02.
4 x 4 UStd., 67,- EUR
Online, Thomas Krämer

ONLINE-KURS: PYTHON II - FORTGESCHRITTENE PROGRAMMIERTECHNIKEN Kompetenzstufe: 5

Der Kurs richtet sich an Neulinge im Programmieren mit ersten Erfahrungen in Python, z. B. Teilnehmende, die den Kurs 4403 besucht haben. Wir beschäftigen uns mit Rückgabewerten von Funktionen sowie im ersten Ansatz mit Sequenzen und deren Eigenschaften, statischen und dynamischen Wertebereichen. Sie lernen, warum Python eine objektorientierte Programmiersprache ist, was eine Klasse ist und was man unter Methoden, Eigenschaften und dem Konstruktor einer Klasse versteht. Nach der Devise „Theorie so viel wie nötig, Praxis so viel wie möglich“ fertigen wir Farbverläufe, zeichnen gleichzeitig mit mehreren Stiften, beschäftigen uns mit Primzahlen und mathematischen Reihen, und schreiben einen geschickten Algorithmus, der Zahlen in Zahlwörter umwandelt. Den sicheren Umgang mit einem PC oder Mac setzen wir voraus.

4404

di, 18.00 - 21.15 Uhr, ab 09.04.
4 x 4 UStd., 67,- EUR
Online, Thomas Krämer



**ONLINE-KURS:
PYTHON III - FORTGESCHRITTENE
PROGRAMMIERTECHNIKEN 2**
In Kooperation mit der vhs Bochum
Kompetenzstufe: 5

Der Kurs richtet sich an fortgeschrittene Neulinge mit Vorkenntnissen und ist die perfekte Fortsetzung für Teilnehmende, die bereits die vhs-Grundkurse Python 1 und 2 besucht haben. Wir greifen noch einmal die objektorientierte Programmierung am Beispiel einer eigenen Klassendefinition auf, festigen die Anwendung von Sequenzen, List Comprehension und Generator-Objekten. Desweiteren durchsuchen wir Texte auf spezifische Inhalte und lernen das Lesen und Schreiben von Textdateien auf unserem PC aus Python heraus. Die Praxis kommt in spannenden Übungsbeispielen nicht zu kurz. Wir werden eine sehr beeindruckende, komplexe Grafik erzeugen sowie Wörter gezielt aus einem Text herausfiltern. Wir belauschen einen Agenten und überweisen uns am Ende gar (fiktiv!) Geld vom Finanzamt auf unser Konto. Dieser Kurs findet in Kooperation mit der vhs Bochum statt. Anmeldung: vhs Bochum, 0234/910-1555.

156103

mi, 18.00 - 21.15 Uhr, ab 29.05.
4 x 4 UStd., 67,- EUR
Online, Thomas Krämer

**ONLINE-KURS:
PYTHON IV - FORTGESCHRITTENE
PROGRAMMIERTECHNIKEN 3**
Kompetenzstufe: 5

Der Kurs richtet sich an fortgeschrittene Neulinge mit Vorkenntnissen und ist die perfekte Fortsetzung für Teilnehmende, die bereits die vhs-Grundkurse Python 1 bis Python 3 besucht haben. Wir vertiefen nochmals die Klassen-Programmierung und lernen Beispiele für die iterative und rekursive Programmumsetzung kennen. Lambdafunktionen gestatten es uns, anonyme Funktionen zu erzeugen. Mittels Dictionaries lernen wir weiterreichende Möglichkeiten der Datenverwaltung in Form eines zusammengesetzten Datentyps kennen. Und wir beleuchten die Möglichkeiten der eventorientierten Programmierung, bei welcher wir unsere Tastatur und Maus als Steuerungsmöglichkeiten für unsere Programme integrieren. Die Theorie setzen wir in vielen spannenden Übungsbeispielen um. Wir entwickeln einen Passwortschutz, verschlüsseln und entschlüsseln Texte und lernen, was die „Brute Force Methode“ in diesem Zusammenhang bedeutet. Wir programmieren eine einfache Alternative zu Microsoft Paint sowie einen cleveren Sortieralgorithmus, spielen mit römischen Zahlen und entwickeln ein Wartezimmer-Aufrufsystem für eine Arztpraxis.

4405

Montag, 24.06., 18.00 - 21.15 Uhr
Mittwoch, 26.06., 18.00 - 21.15 Uhr
Montag, 01.07., 18.00 - 21.15 Uhr
Mittwoch, 03.07., 18.00 - 21.15 Uhr
4 x 4 UStd., 67,- EUR
Online, Thomas Krämer

**ONLINE-KURS:
GRUNDLAGEN DER
PROGRAMMIERUNG MIT JAVA I**
Kompetenzstufe: 5

Software ist ein Teil unseres alltäglichen Lebens, von Smartphone-Apps bis hin zum Staubsaugroboter, der einem lästige Arbeit abnimmt. Mitarbeitende mit entsprechenden Kenntnissen werden zunehmend gesucht. Aber wie funktioniert solche Software eigentlich? Wie kann ich selbst meine eigene Software programmieren? Und kann das Ganze auch noch Spaß machen? In diesem Kurs finden Sie die Antworten, spielerisch, interaktiv und mit viel Raum zum selber Ausprobieren und Programmieren. Und wenn Sie später nochmal etwas nachschauen möchten, haben Sie alle Unterlagen inklusive Musterlösungen zur Hand. Sie lernen die Programmiersprache Java kennen - leicht zu verstehen, komfortabel zu bedienen, perfekt für Einsteiger*innen. Ein Großteil aller Android-Apps wurde in Java geschrieben. Nach dem Kurs können Sie selbst eigene Java-Programme entwickeln - und Sie werden sogar schon Ihr erstes Spiel programmiert haben.

4406

do, 19.00 - 21.15 Uhr, ab 22.02.
6 x 3 UStd., 86,- EUR
Online, Andreas Straetling

**ONLINE-KURS:
GRUNDLAGEN DER
PROGRAMMIERUNG
MIT JAVA II**
Kompetenzstufe: 5

Wenn Sie den ersten Java-Kurs besucht haben (oder ähnliche Erfahrungen haben), sind Sie hier genau richtig. Sie verstehen nun bereits, wie Software grundlegend funktioniert, und wie man mit Java Programme entwickelt. In diesem Kurs lernen Sie die Tools und Tricks der Profis kennen. Wir entwickeln komplexere und größere Programme, und zwar mit denselben Hilfsmitteln, wie sie von professionellen Softwareentwicklern verwendet werden. Sie lernen, wie Sie Dinge der realen Welt in Ihren Programmen abbilden, wie Sie automatisierte Datenhaltung in Dateien umsetzen, und wie Sie Ihre Programme mit graphischen Benutzeroberflächen versehen. Dazu werden Sie unter anderem ein Programm schreiben, dass die Sicherheit von Passwörtern überprüft. Der gemeinsame Spaß und das „selber Machen“ stehen im Mittelpunkt. Zudem haben Sie Zugriff auf alle Unterlagen inklusive Musterlösungen. Nach dem Kurs können Sie komplexere Java-Programme entwickeln - und haben schon praktische Erfahrung damit. Am letzten Kurstermin erwartet Sie außerdem eine Überraschung ...

4407

do, 19.00 - 21.15 Uhr, ab 04.04.
6 x 3 UStd., 86,- EUR
Online, Andreas Straetling



**ONLINE-KURS:
SCRATCH - KINDERLEICHT
PROGRAMMIEREN
AB 10 JAHREN**
Kompetenzstufe: 2

SCRATCH wurde entwickelt, um vor allem Kinder und Jugendliche mit den Grundlagen der Computerprogrammierung vertraut zu machen. Damit ist es der perfekte Einstieg ins Programmieren überhaupt. Natürlich ist diese visuelle Programmiersprache aber auch eine spannende Erfahrung für Erwachsene, da sich das Niveau beliebig steigern lässt. Alles erschließt sich völlig logisch und intuitiv. Mit SCRATCH entwirft man Landschaften, entwickelt Spiele, setzt Figuren in Bewegung, experimentiert mit Formen, Farben, Tönen, Geräuschen und lässt der Fantasie freien Lauf. Erleben Sie es selbst! Alle Altersgruppen ab 10 Jahre sind willkommen. Es besteht die Möglichkeit, dass ein Elternteil als Begleitung ebenfalls teilnimmt.

4408

di, 15.30 - 18.45 Uhr, ab 28.05.
4 x 4 UStd., 60,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Thomas Krämer

DIGITALE WELT

**EIN FOTOBUCH -
DAS PERFEKTE
GESCHENK**
Kompetenzstufe: 3

Die meisten unserer vielen digitalen Bilder schlummern unbeachtet auf einer Festplatte. Dabei ist es doch noch immer ein anderes Erlebnis, Erinnerungen an Urlaube, Familienfeste oder andere Anlässe in einem Buch zu betrachten, als sie „digital“ am Computer anzusehen! Fotobücher sind eine komfortable Möglichkeit, digitale Bilder in eine gedruckte Form zu bringen. Mit Hilfe einer Gestaltungssoftware entstehen regelrechte Bildbände oder Kalender, die private Erlebnisse wie Urlaubsreisen, Familienfeste u.v.m. eindrucksvoll präsentieren. In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt, wie es funktioniert: geeignete Bildformate, Bildkorrekturen, Formate anpassen, Fotos arrangieren und mit Texten versehen, Gestaltung der Seiten und Bestellvorgang. Bitte bringen Sie eigene Bilder auf CD oder USB-Stick mit. Teilnehmende erhalten einen Gutschein über 21,95 EUR für die Druckherstellung eines CEWE-Fotobuchs.

4410

Freitag, 01.03., 09.00 - 13.15 Uhr
5 UStd., 24,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Ulrich Bauer

CANVA - ONLINETOOL FÜR PROFESSIONELLES GESTALTEN**Kompetenzstufe: 3**

Sie wollen professionelle Beiträge für Facebook, Instagram und Pinterest erstellen? Oder Infografiken, Flyer und Visitenkarten selbst designen? Mit dem kostenlosen Tool von Canva können Sie ohne Bildbearbeitungs- und andere Vorkenntnisse Designs für Ihren Online-Auftritt gestalten. Mithilfe von Vorlagen und Templates entwerfen Sie schnell und unkompliziert Beiträge, Bilder und Werbematerialien. Canva eignet sich sowohl im privaten als auch beruflichen Einsatz.

Bitte registrieren Sie sich im Vorfeld für einen kostenlosen Account auf www.canva.com und bringen Sie ihre Login-Daten und Passwörter mit.

4411*Mittwoch, 05.06., 18.00 - 21.00 Uhr**4 UStd., 19,- EUR**vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Christiane Biederbeck***ONLINE-VORTRAG:****IHRE DATENSCHUTZRECHTE**

Tagtäglich führen uns Cookie-Banner hinter Licht, die uns eigentlich informieren sollen. Soziale Netzwerke preisen das Teilen von Daten, aber ihr Wissen über uns behalten sie lieber für sich. Beim Einkaufen erstehen wir nicht nur Waren, sondern werden oft auch zu einer. Die Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) soll den Menschen die Hoheit über ihre Daten zurückgeben. Aber was heißt das? Wie sehen die sogenannten „Betroffenenrechte“ aus? Wie können wir sie wem gegenüber einfordern? Und wer ist überhaupt „Betroffener“? Diese Fragen werden im Vortrag beantwortet. Auch auf Fragen der Teilnehmer*innen wird eingegangen.

4420*Dienstag, 09.04., 18.30 - 20.00 Uhr**Entgelt: 8,- EUR**Online, Günther Milbradt***ONLINE-VORTRAG:****HOME SMART HOME - KI IM INTELLIGENTEN ZUHAUSE****In Kooperation mit der vhs Böblingen-Sindelfingen**

Mehr Sicherheit, höherer Komfort und ein geringerer Energieverbrauch - das sind die Versprechen der Hersteller von Smart-Home-Produkten. Durch den Einsatz von Künstlicher Intelligenz (KI) und maschinellem Lernen soll sich dabei die Technik individuell an die Bedürfnisse der Menschen anpassen und die Wohnqualität in den eigenen vier Wänden erhöhen. Doch was können die Produkte tatsächlich? Welchen Mehrwert haben sie? Welche Kosten entstehen? Worauf ist beim Kauf und der Installation zu achten? Dieser Vortrag versucht, Antworten auf diese und weitere Fragen zu finden.

4421*Montag, 15.04., 19.00 - 20.00 Uhr**entgeltfrei**Online, Florian Kirchbuchner***ONLINE-VORTRAG: HOW TO CHATGPT**

Haben Sie auch keine Lust mehr ...

... ewig herumzuprobieren, um guten Output mit ChatGPT zu erhalten?

... nicht zu wissen, was Sie mit ChatGPT eigentlich machen können (und was nicht)?

... das Gefühl zu haben, das Potenzial von ChatGPT nicht richtig auszuschöpfen?

Was wäre, wenn...

... ChatGPT Ihr persönlicher Assistent wäre, der viel Zeit und Arbeit spart?

... Sie viele langweilige oder eintönige Aufgaben an ChatGPT abgeben könnten?

... es einfach und schnell ginge, Befehle zu schreiben?

... Sie nicht mehr den rasanten Entwicklungen im KI-Bereich hinterherlaufen, sondern auf der Welle mitreiten würden?

... Sie eine riesige Bibliothek an deutschsprachigen ChatGPT-Befehlen hätten, die auch noch funktionieren?

Unser Einführungsvortrag macht es möglich.

4422*Mittwoch, 17.04., 18.00 - 19.30 Uhr**Entgelt: 8,- EUR**Online, Peter Bierkant***DATENSCHUTZ IM ALLTAG**

„Ich hab nichts zu verbergen.“ Oft drückt dieser Satz Verwunderung oder gar Verärgerung aus, wenn Dinge scheinbar umständlich werden, weil jemand eben doch etwas „verbergen“ will. Datenschutz ist dann lästig und abstrakt. Dabei haben wir alle im Alltag zahllose Berührungspunkte damit - und auch mit Verstößen dagegen.

Im Seminar erarbeiten wir uns ein Bewusstsein dafür. Zuerst schauen wir uns an, was Datenschutz ist. Warum ist er wichtig? Wann dürfen Daten verarbeitet werden? Was können wir tun, wenn wir Opfer eines Datenschutzverstößes werden? Und wo verstoßen wir gar selbst gegen die Regeln?

Danach widmen wir uns Stationen des Alltags, in denen unsere Daten verarbeitet werden, ohne dass wir es vielleicht merken: beim Surfen im Internet, am Arbeitsplatz, beim Einkaufen, bei Behördengängen, im Auto und sogar in der eigenen Wohnung.

4423*Samstag, 20.04., 09.00 - 16.45 Uhr**Sonntag, 21.04., 10.00 - 13.45 Uhr**14 UStd., 59,- EUR**vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Günther Milbradt***IT- UND INTERNETSICHERHEIT: DATEN- UND ONLINE-SICHERHEIT**

Sicher surfen, gefahrlos online einkaufen und unbedenklich bezahlen: Geht das? Wie erkenne ich Spam-Mails und Sorge für meine Datensicherheit? Das alles und mehr lernen Sie in diesem Kurs. Er richtet sich an Privatpersonen mit Grundwissen zum Thema Internet. Bringen Sie gerne Ihre Fragen mit.

4424*Samstag, 20.04., 09.30 - 16.30 Uhr**9 UStd., 40,- EUR**vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Christiane Biederbeck***KÜNSTLICHE INTELLIGENZ (KI) KENNENLERNEN UND NUTZEN****Kompetenzstufe: 3**

Sie lernen verschiedene KIs kennen und bekommen das nötige Verständnis vermittelt, um KI effektiv für sich nutzen zu können. Vorgestellt werden praktische Anwendungsfälle und Fallbeispiele, in denen KI bereits erfolgreich eingesetzt wird. Bei Bedarf legen wir dazu kostenlose Nutzerkonten an. Bringen Sie Ihr Handy und den Zugang zu Ihrem E-Mail-Account mit. Der Kurs richtet sich an Interessierte, die mehr über ChatGPT, DeepL und weitere KIs erfahren und lernen möchten, wie diese Technologie im beruflichen oder persönlichen Umfeld genutzt werden kann.

4425*Montag, 06.05., 17.00 - 21.00 Uhr**5 UStd., 23,- EUR**vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Christiane Biederbeck***SMARTPHONE / TABLET****ANDROID SMARTPHONE / TABLET - EINFÜHRUNG****Kompetenzstufe: 1**

Sie lernen in einfachen Schritten mit praktischen Übungen grundlegende Techniken Ihres Android Smartphones/Tablets kennen. Themen sind u. a.:

- Konfiguration des Geräts
 - Installation und Deinstallation von Apps?
 - Wie komme ich mit dem Handy ins Internet?
 - Verwaltung von Kontakten und Terminen
 - Die Kamera für Fotos und Videos
 - Anpassen der Benutzerrechte
 - Kennenlernen empfohlener Apps.
- Bitte bringen Sie Ihr Android-Smartphone oder Ihr Tablet und Ihr Ladegerät mit; WLAN vor Ort ist vorhanden.

4444*Montag, 06.05., 09.00 - 12.15 Uhr**Dienstag, 07.05., 09.00 - 12.15 Uhr**2 x 4 UStd., 34,- EUR**Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Ulrich Bauer***4445***Mittwoch, 12.06., 14.00 - 17.15 Uhr**Donnerstag, 13.06., 14.00 - 17.15 Uhr**2 x 4 UStd., 34,- EUR**vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Ulrich Bauer*

FORTBILDUNGEN FÜR KURSLEITENDE DER VOLKSHOCHSCHULEN IN DER REGION MITTLERES RUHRGEBIET

Die Volkshochschulen in der Region „Mittleres Ruhrgebiet“ bieten ein gemeinsames Fortbildungsprogramm an.

Kursleitende der Volkshochschulen Bochum, Ennepe-Ruhr-Süd, Hattingen, Herne sowie Witten | Wetter | Herdecke haben die Möglichkeit, daran teilzunehmen.

Wir freuen uns, wenn Sie diese Angebote nutzen.

Anmeldungen bitte bis zehn Tage vorher an die jeweils durchführende Volkshochschule:

vhs Bochum

Ansprechpartnerin: **Elke Dietinger**
Tel.: 0234/910-2863
E-Mail: dietinger@bochum.de

vhs Ennepe-Ruhr-Süd

Ansprechpartnerin: **Iris Baeck**
Tel.: 02332/9186-112
E-Mail: bae@vhs-en-sued.de

vhs Hattingen

Ansprechpartnerin: **Petra Kamburg**
Tel.: 02324/204-3510
E-Mail: p.kamburg@hattingen.de

vhs Herne

Ansprechpartnerin: **Monika Remlinger**
Tel.: 02323/16-3467
E-Mail: monika.remlinger@herne.de

vhs Witten | Wetter | Herdecke

Ansprechpartnerin:
Selma Erdogdu-Volmerich
Tel.: 02302/581-8635
E-Mail:
selma.erdogdu-volmerich@vhs-wwh.de

MEDIENNUTZUNG IN DER VHS HERNE Workshop für Kursleitende

Dieser entgeltfreie Workshop wendet sich an alle Kursleitenden, die sich im Umgang mit den hauseigenen Medien gerne sicherer fühlen möchten. Wir üben die Nutzung von Laptop und Beamer, die Anschlüsse, Bluetooth, die Nutzung der externen Laufwerke für DVD, BluRay und CD, die Integration von Audio- und Videosequenzen in den Unterricht etc. Jede Frage ist willkommen.

Ziel des Workshops ist es, dass Sie als Kursleitende im Anschluss die benötigten Medien souveräner und stressfreier einsetzen, um so den Unterricht zeitgemäß und abwechslungsreich gestalten zu können.

24A4901

Freitag, 23. Februar, 14.00 - 15.30 Uhr
Despina Bücken
entgeltfrei
vhs Herne im Kulturzentrum,
Willi-Pohlmann-Platz 1
Anmeldung: vhs Herne, E-Mail: vhs@herne.de,
Tel. 02323/16-2920 oder -3584

KLINGVOLLE TIEFENENTSPANNUNG Klangschalen/Tam-Tam Gong

Einfach nur liegen, lauschen und dabei ohne Ihr aktives Tun tief entspannen. Lassen Sie sich von den Klängen und Vibrationen tibetischer Klangschalen und dem Tam-Tam Gong bezaubern. Durch die Schwingungen, die Ihren Körper erreichen, tritt eine innere Ruhe ein. Darüber hinaus werden die Selbstheilungskräfte angeregt. In diesem Seminar steht Ihr Wohlfühl im Fokus und ganz nebenbei erfahren Sie Wissenswertes über Klänge allgemein, ihre physikalische Wirkweise und ihre Verwendung in der Behandlung. Sie brauchen keinerlei Vorkenntnisse. Kursleiterin Annette Rentema ist seit 2015 Klangtherapeutin nach Roland Hutner. Das Hauptinstrument sind die Klangschalen. Die Klangschalen sind Allround-Talente in ihrer Wirkweise und werden als sehr angenehm empfunden. Darüber hinaus kommt der Tam-Tam Gong zum Einsatz. Er ist kraftvoll, reinigend und lehrt uns zuzuhören (überraschend starke Wirkung möglich).

Tragen Sie bitte lockere Kleidung und bringen Sie alles mit, um eine Stunde bequem und warm auf dem Boden liegen zu können wie zum Beispiel eine weiche Matte, zwei Decken, ein kleines Kissen/Nackenhörnchen, Knierolle/Duschtuch, Schlafmaske/Handtuch.

4151D

Sonntag, 17. März, 14.00 - 17.00 Uhr
Annette Rentema
Entgelt: 18,- EUR
VHS Ennepe-Ruhr-Süd, Mittelstr. 86-88,
58285 Gevelsberg
Anmeldung: VHS Ennepe-Ruhr-Süd,
Tel. 02332/9186-112

KÜNSTLICHE INTELLIGENZ Eine Einführung für Kursleitende

Wie kann Künstliche Intelligenz (KI) im Unterricht eingesetzt werden und wie hilft sie dabei, Kurse zu gestalten und vorzubereiten? In dieser Fortbildung erfahren Sie, wie Sie KI-Tools wie zum Beispiel DeepL Write & ChatGPT und andere in Ihre Kursplanung integrieren können. Sie bekommen fundierte Einblicke in die Anwendung, um zukunftsweisend arbeiten zu können. Solche Anwendungen könnten zum Beispiel die Erstellung individueller Bilder für Unterrichtsmaterial, das Ausformulieren lassen von Texten nach Stichpunkten, Themen und Ideenfindung, gliedern, präsentieren, übersetzen u.v.m. sein.

24A4902

Samstag, 13. April, 09.30 - 12.00 Uhr
Christiane Biederbeck
Entgelt: 10,- EUR, für Kursleitende der
Herne vhs entgeltfrei
vhs Herne im Kulturzentrum,
Willi-Pohlmann-Platz 1
Anmeldung: vhs Herne,
E-Mail: vhs@herne.de,
Tel. 02323/16-2920 oder -3584

ONLINE-KURS: VHS.CLOUD Praxisworkshop für Kursleitende

Sie sind schon in der vhs.cloud angemeldet, wissen aber noch nicht, wie Sie von Zuhause aus Ihre Teilnehmer*innen erreichen und welche Möglichkeiten Ihnen in der vhs.cloud zur Verfügung stehen?

Dann sind Sie hier im virtuellen Cloud-Unterricht genau richtig.

Ihnen wird gezeigt, wie Sie virtuell Ihre Kurse führen können. Dazu gehören eine praktische Einführung in die Konferenz und in die Funktionen. Zudem werden weitere Möglichkeiten des virtuellen Klassenzimmers vorgestellt und auch damit gearbeitet.

24S5700T

Mittwoch, 17. April, 18.00 - 21.00 Uhr
Erik Bühnen
Entgelt: 10,- EUR (keine Ermäßigung)
Treffpunkt: vhs.cloud
Anmeldung: vhs Hattingen,
Marktplatz 4, 45527 Hattingen,
Tel. 02324/3511, -3512 oder -3513,
E-Mail: vhs@hattingen.de

UNBEWUSSTE DENKMUSTER ERKENNEN UND VERSTEHEN

In unserer täglichen Arbeit als Pädagoginnen und Pädagogen spielen tief verwurzelte Denkmuster, die das Leben von Menschen beeinflussen, eine große Rolle. Daher ist es wichtig, sich bewusst mit diesen Dynamiken auseinanderzusetzen.

In diesem Training werden wir gemeinsam erforschen, welchen Vorurteilen und Denkstrukturen wir im Alltag und in der Erwachsenenbildung immer wieder begegnen. Dabei werden wir uns nicht nur auf die Identifikation beschränken, sondern auch untersuchen, in welche Denkfallen wir tapen können und welche historischen Hintergründe bestimmte Annahmen haben.

In einem interaktiven und praxisorientierten Ansatz reflektieren wir, wie unsere Denkmuster die pädagogische Arbeit und die Lernprozesse unserer Teilnehmenden beeinflussen. Wir lernen, bewusster und sensibler mit unterschiedlichen Denkweisen umzugehen, um eine inklusive Lernumgebung zu schaffen.

So bietet diese Fortbildung auch die Möglichkeit, neue Perspektiven für eine vielfältige und diskriminierungsärmere Erwachsenenbildung zu entwickeln.

104001

Samstag, 20. April, 11.00 - 15.00 Uhr
Asmahan Gamgami
Entgelt: 18,- EUR
vhs Bochum, Gustav-Heinemann-Platz 2-6,
44787 Bochum
Anmeldung: vhs Bochum,
E-Mail: vhs@bochum.de

Beratung:

Sven Becker

Tel: 0 23 23/16-2807

sven.becker@herne.de

BILDUNGSURLAUBE DIGITALE MEDIEN



Die folgenden Angebote sind Bildungsurlaubsseminare im Sinne des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG) NRW. Die Volkshochschule der Stadt Herne ist eine anerkannte Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung im Land NRW und nach der ISO-Norm 9001 zertifiziert.

TABELLENKALKULATION MIT EXCEL 2019 VON ANFANG AN

Sie lernen Aufbau und Struktur des Tabellenkalkulationsprogramms Excel 2019 kennen. Die vielseitigen Funktionen und Anwendungsmöglichkeiten zur Lösung einfacher wie auch komplexer Aufgaben werden anhand vielfältiger praxisbezogener Übungen erlernt. In praktischen Aufgaben erstellen, bearbeiten und gestalten Sie Tabellen und Diagramme.

- Dateneingabe und Datenkorrektur
- Erstellen, Bearbeiten, Gestalten von Tabellen
- Erstellen/Verändern von Formeln/Funktionen
- Relative und absolute Bezüge
- Arbeiten mit mehreren Arbeitsmappen
- Verknüpfen von Tabellenblättern
- Erstellen und Bearbeiten von Diagrammen, zum Beispiel als Planungs- und Entscheidungselement.

Voraussetzung: Grundkenntnisse der EDV.

4510

mo - fr, 04. - 08. März,
jeweils von 08.00 - 14.00 Uhr
5 x 7 UStd., 145,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr. Peter Lemannzick

TABELLENKALKULATION MIT EXCEL 2019 Für Fortgeschrittene

Wir beschäftigen uns mit fortgeschrittenen Funktionen von Excel 2019. Die Funktionen und Anwendungen werden anhand vielfältiger praxisbezogener Übungen erlernt.

- Bedingte Formatierung, Zellformatvorlagen, benutzerdefinierte Formate, Kommentare
- Benannte Bereiche, Bereichsnamen
- Gliedern, Teilergebnisse, Konsolidieren, Sortieren und Filtern
- komplexe und verschachtelte Funktionen, zum Beispiel S/W-Verweis-Funktion, WENNS, MAXWENNS, SUMMEWENNS
- 3D- und Matrix-Funktionen, Pivot-Tabellen
- Optimieren von Diagrammen, Diagrammtypen, Diagrammelemente formatieren, Sparklines

- Zell-, Tabellenblatt- und Arbeitsmappenschutz
- fremde Tabellen (z. B. aus Word) importieren
- Tabellen und Diagramme in Word oder PowerPoint einfügen
- einfache Makros.

24B4511

mo - fr, 04. - 08. November,
jeweils von 08.00 - 14.00 Uhr
5 x 7 UStd., 145,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr. Peter Lemannzick

Sollten Sie einen gebuchten Bildungsurlaub nicht besuchen können, melden Sie sich bitte rechtzeitig ab (siehe AGBs). Andernfalls können wir Ihnen das Entgelt nicht erstatten.

EFFIZIENTES ARBEITEN IM BÜRO MIT OFFICE 2019 Einführungskurs

Das Seminar vermittelt Ihnen eine praxisorientierte Einführung in die Office-Programme Word, Excel und Outlook 2019. Beginnend mit der Vorstellung der Programmoberflächen lernen Sie anhand durchlaufender Beispiele die wichtigsten Anwendungsfunktionen der Programme und den Datenaustausch zwischen den Programmen kennen. In Word erlernen Sie die Grundzüge der Textgestaltung bis hin zum Arbeiten mit Tabellen, dem Einfügen von Grafiken, dem Erstellen von Serienbriefen. Sie erarbeiten sich Formeln und Funktionen in Excel und gestalten Diagramme. Mit Outlook werden Sie neben dem E-Mail-Verkehr auch die Möglichkeit der Termin- und Aufgabenverwaltung kennenlernen. Als weitere Punkte stehen das Erstellen und Verwalten von Besprechungen, Besprechungsanfragen, Aufgaben und das Delegieren von Aufgaben auf dem Programm. Zum Abschluss befassen wir uns mit der Interaktion der drei Programme, d. h. dem Verknüpfen von Word- und Excel-Dateien,

dem Versenden dieser Dateien mit Outlook, sodass der Empfänger die Dateien öffnen, bearbeiten und darauf antworten kann. Voraussetzung: PC-/Windows-Grundkenntnisse.

24B4520

mo - fr, 11. - 15. November,
jeweils von 08.30 - 14.30 Uhr
5 x 7 UStd., 145,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr.-Ing. Karl-Heinz Koop

EFFIZIENTES ARBEITEN IM BÜRO MIT OFFICE 2019 Aufbaukurs

Sie arbeiten beruflich viel mit Word, Outlook und Excel? In diesem Seminar lernen Sie die Feinheiten der aktuellen Microsoft Office-Programme kennen, die Sie im Büro brauchen. Sie werden die typischen Aufgaben in Büro und Sekretariat an Beispielen aus der Praxis ausprobieren und üben. Die Programme bieten neue Elemente, die die Arbeit professionalisieren und vereinfachen. Schwerpunkte sind:

- In Word Briefe, Berichte und Formulare mit Formatvorlagen erstellen und als Dokumentvorlagen speichern
 - Serienbriefe erstellen und dafür eigene Datenblätter in Excel erstellen
 - Mit Excel Tabellen verknüpfen und Daten analysieren
 - Zellbereiche, Arbeitsblätter und -mappen schützen und Mustervorlagen erstellen
 - Verknüpfen von Word- und Excel-Dateien
 - In Outlook Kontakte, Termine und E-Mails verwalten
 - Kontakte aus Outlook in Word-Briefen und Serienbriefen verwenden.
- Voraussetzung: Gute Grundkenntnisse der Programme von MS-Office.

4522

mo - fr, 11. - 15. März,
jeweils von 08.30 - 14.30 Uhr
5 x 7 UStd., 145,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Dr.-Ing. Karl-Heinz Koop





ONLINE: PROFESSIONELL TEXTEN MIT CHATGPT

ChatGPT ist weltweit in aller Munde. Das KI-Tool generiert in atemberaubendem Tempo die ausgefeiltesten Texte zu beliebigen Themen in jeder gewünschten Stilrichtung, Ausprägung und Länge für alle Einsatzzwecke und Zielgruppen.

ChatGPT ist willkommener Begleiter in Schule, Studium und Job, bringt blitzschnell Dinge in Erfahrung oder auf den Punkt, verbessert oder übersetzt Texte, erstellt Headlines, Blog-Posts, Artikel, Slogans, Werbetexte, wissenschaftliche Arbeiten oder kreative Listings.

ChatGPT inspiriert zudem als genialer Ideengeber. Aber das Tool ist nur dann zu all diesen Höchstleistungen fähig, wenn der Anwender diese auch präzise einzufordern weiß. Dazu wiederum muss er wissen, wie die KI arbeitet, was sie darf und kann, und was nicht.

Die Kunst des zielführenden Promptings, welches die Fähigkeiten von ChatGPT ausreizt und gleichzeitig seine Grenzen geschickt umschifft, steht daher im Mittelpunkt dieses Kurses. In zahlreichen Übungen, versehen mit vielen praktischen Tipps, wird der Einsatz von ChatGPT geübt. Für alle wesentlichen Einsatzzwecke werden maßgeschneiderte Prompts vorgestellt und ausprobiert. Außergewöhnliche Ergebnisse sind damit garantiert.

Die Teilnehmer*innen müssen sich für diesen Bildungsurlaub bei OpenAI registrieren, um auf der Anbieter-Plattform GPT-3.5 nutzen zu können, und sich ein Microsoft-Konto anlegen, über welches sie dann den Bing-Chat nutzen können.

4525

mo - fr, 01. - 05. Juli,
jeweils von 09.00 - 16.00 Uhr
5 x 8 UStd., 165,- EUR
Online, Thomas Krämer

DIGITALE FOTOGRAFIE VON DER AUFNAHME BIS ZUR PRÄSENTATION

Dank digitaler Fotografie ist es leicht geworden, auch ohne professionelles und teures Equipment technisch akzeptable Fotos zu machen, gleich ob für berufliche oder private Zwecke. Besonders im Hinblick auf das Budget kann es von Vorteil sein, wenn man kleinere Projekte im Betrieb selbst umsetzen kann, statt auf externe Anbieter zurückgreifen zu müssen.

Aber es ist allein mit dem Drücken des Auslösers nicht getan und oft liegen die Ergebnisse nicht in der gewünschten Qualität vor. Dabei ist der technisch sichere Umgang mit der eigenen Kamera entscheidend!

Anhand der Bereiche Portrait- und Architekturfotografie lernen die Teilnehmer praxisnah vom Fotografen Thomas Bocian die wichtigsten Aspekte der digitalen Fotografie kennen. Zunächst geht es um die allgemeine Bildgestaltung. Anschließend erstellen die Teilnehmer unter fachlicher Anleitung qualitativ hochwertige und farbverbundene Fotografien, wonach die entstandenen Bilder dann in der Gruppe präsentiert und besprochen werden.

Die Aufbereitung der Daten für den Web- und Print Bereich erfolgt mit dem Programm Adobe Photoshop CS6. Zudem wird die Frage nach dem passenden Equipment geklärt: Was ist wirklich sinnvoll und wie kann man die Anschaffungskosten je nach Budget gering halten?

Das Seminar ist für Einsteiger*innen geeignet, aber auch für Fortgeschrittene, die ihr Wissen auffrischen wollen. Sie erhalten speziell auf den Inhalt des Kurses abgestimmte Video-Tutorials und ein Skript.

Voraussetzung: Windows- oder Macintosh-Kenntnisse, eigene DSLR-, DSLM-, Bridge-, MFT-Kamera mit manuellen Einstellungsmöglichkeiten. Bitte bringen Sie diese inklusive des Handbuchs und, falls vorhanden, ab dem zweiten Tag ein Stativ mit.

4531

mo - fr, 18. - 22. März,
jeweils von 08.15 - 15.15 Uhr
5 x 8 UStd., 215,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Thomas Bocian

PROFESSIONELLE BILDOPTIMIERUNG MIT ADOBE PHOTOSHOP CS6

In diesem Wochenseminar erlernen Sie durch praktisches Arbeiten unter professioneller Anleitung den Umgang mit den wichtigsten Werkzeugen und Befehlen von Adobe Photoshop CS6.

So lernen Sie Schritt für Schritt das Programm und seine Funktionen kennen. Sie erfahren alles über die Werkzeuge, das Protokoll, sowohl die globale als auch die lokale Belichtungskorrektur, die verschiedenen Filter bis hin zur Text-Funktion. Außerdem lernen Sie, wie Sie Bilder retuschieren können. Ein weiteres Thema: Die destruktive und non-destruktive Bildbearbeitung mittels der Ebenen, die es erlauben, komplexe Montagen zu erstellen. Daran anschließend beschäftigen wir uns mit Kanälen, Masken und Einstellungsebenen. Ziel ist ein sicherer Umgang mit Farbräumen und Bildformaten.

Durch praktische Übungen anhand von Beispielbildern werden die erlernten Fähigkeiten anschließend vertieft. Am Ende entsteht ein Gesamteindruck des gesamten fotografischen Workflows.

Sie erhalten auf den Inhalt des Kurses speziell abgestimmte Video-Tutorials.

24B4532

mo - fr, 04. - 08. November,
jeweils von 08.15 - 15.15 Uhr
5 x 8 UStd., 215,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Thomas Bocian

FOTOS, VIDEOS UND SCHNITT FÜR SOCIAL MEDIA MIT DEM SMARTPHONE

Was haben Sie immer dabei? Richtig! Ihr Handy, mit dem Sie heutzutage in der Lage sind, technisch hochwertige Foto- und Videoaufnahmen zu erstellen. Durch die rasante Weiterentwicklung können Sie mit geringem Aufwand mittlerweile sehr gute Ergebnisse für fast jedes Medium erzielen.

Wir beginnen mit den Grundlagen der Fotografie, arbeiten uns zur Videografie weiter und enden beim Videoschnitt. Zudem lernen wir bei praktischen Übungen die Themen zu vertiefen und mit Hilfe von Bildgestaltung ansprechend umzusetzen. Die Tagesergebnisse werden im Kurs konstruktiv besprochen.

Weitere Inhalte sind der richtige Umgang mit Ton und das Vorstellen von zusätzlichem sinnvollem Equipment in den Bereichen Licht, Gimbal und Stativ.

Ziel ist es, die unscharfen und verwackelten Ergebnisse vergangener Tage hinter sich zu lassen und selbstsicher technisch einwandfrei eigenen Content zu erstellen und für jeden Veröffentlichungskanal optimal anzupassen. Dieses Seminar bildet den kompletten Ablauf der Foto- und Videoproduktion inkl. Videoschnitt am Smartphone ab, damit Sie unabhängig und von überall Ihren Content erstellen können.

Bitte beachten Sie, dass es sich hierbei um einen Grundlagenkurs handelt, der praxisorientiert ausgelegt ist.

Voraussetzung: ein eigenes Smartphone mit einem möglichst aktuellen Betriebssystem. Für die Praxisübungen arbeiten wir mit verschiedenen Apps aus dem Play-/AppStore. Dazu gehören „ProCamX (HDKameraPro)“ / PROCAM8 (iOS), „Protake“ und „VN Video Editor“. Diese Apps sind teilweise kostenpflichtig (aktuell ca. 20,- EUR) und sollten bereits vor Kursbeginn installiert werden.

4533

mo - fr, 26. Februar - 01. März,
jeweils von 08.15 - 15.15 Uhr
5 x 8 UStd., 215,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Thomas Bocian

GRUNDLAGEN DES SOCIAL-MEDIA-MANAGEMENTS

Wir sind mobil und wir sind online. Wir tummeln uns im Internet und vor allem in den großen und kleinen Social-Media-Kanälen, also auf Facebook, Instagram oder TikTok. Aber wo ergibt welcher Inhalt Sinn, wer ist die Zielgruppe und welche Schwerpunkte haben die Netzwerke? Welches Format eignet sich am besten? Und was sollten Unternehmen sonst noch beachten?

Dieser Bildungsurlaub zum Thema Social-Media-Management richtet sich an Selbstständige, Einzelunternehmer*innen, KMUs, Blogger*innen sowie interessierte Privatpersonen und vermittelt die dafür benötigten Grundlagen.

In diesem Kurs erarbeiten wir einen Überblick über den Social-Network-Dschungel und lernen die wichtigen Grundlagen des Social-Media-Managements kennen.

Wenn Sie noch keine eigenen Social-Media-Profilen haben, sollten Sie bereit sein, während des Kurses entsprechende Profile anzulegen.

Denn: Was Sie hier lernen, setzen Sie auch direkt in die Praxis um.

4535

mo - fr, 11. - 15. März,
jeweils von 09.15 - 15.00 Uhr
5 x 7 UStd., 145,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Christiane Biederbeck



Bildzelle folgt.
Ein Orientierungskurs von Ibukunolu Olugbemisola Ajagunna bei einem Besuch im Ratssaal der Stadt Herne. Foto: vhs

Beratung:

Sybille Rößler-Lelickens

Tel: 0 23 23/16-3051

sybille.roessler-lelickens@herne.de

Beratung Prüfungen:

Natella Schüpp

Tel: 0 23 23/16-3179

natella.schuepp@herne.de

DEUTSCH



INTEGRATIONSKURSE MIT ALPHABETISIERUNG

Diese Kurse richten sich an Personen, die in ihrem Heimatland gar nicht oder nur kurze Zeit in die Schule gegangen sind und das lateinische Schriftsystem nicht oder nicht ausreichend beherrschen. Alphabetisierungskurse umfassen 9 x 100 UStd. Sprachkurs und 100 UStd. Orientierungskurs.

INTEGRATIONSKURSE

Integrationskurse richten sich an Menschen mit Migrationshintergrund und werden durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge gefördert. Sie bestehen aus einem Sprachkurs mit dem abschließenden Deutschtest für Zuwanderer und dem Orientierungskurs mit dem abschließenden Test „Leben in Deutschland“. Der Sprachkurs teilt sich in Module zu je 100 Unterrichtsstunden.

Seit dem 1. Januar 2022 kosten Integrationskurse 4,58 EUR pro Unterrichtsstunde. Berechtigte zahlen einen Eigenanteil von 229 EUR pro Modul.

Für Empfänger*innen von Sozialleistungen sind die Kurse auf Antrag kostenlos. Gerne sind wir bei der Antragstellung behilflich.

Die Einstufung und Kurszuweisung für Integrationskurse erfolgt zentral über das Herneer Einstufungszentrum HerEin.

Termine erhalten Sie über das Jobcenter, die Ausländerbehörde, oder Sie schreiben eine E-Mail an: herein@herne.de

Folgende Angaben werden benötigt:

- Name, Vorname
- Anschrift und Telefonnummer
- PKZ oder Jobcenter-KdNr., falls vorhanden
- Anliegen (z. B. Integrationskurs neu, Wiederholerkurs, Kurs abgebrochen ...).

Zur Anmeldung zum Integrationskurs in der vhs Herne bringen Sie bitte Ihre Ausweispapiere, Ihre Berechtigung/Verpflichtung zum Integrationskurs, die Kurszuweisung und gegebenenfalls einen aktuellen ALGII-Bescheid oder Wohngeldbescheid mit.

Fragen beantworten wir gerne unter Tel. 02323/16-3051 und vhs@herne.de.

MODUL 1

1483-1

mo - do, 08.45 - 12.45 Uhr, ab 19.02.

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Despina Bucker

MODUL 2

1483-2

mo - do, 08.45 - 12.45 Uhr, ab 08.04.

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Despina Bucker

HINWEIS

Die Starttermine, Uhrzeiten und Kursorte aller Kurse und Module sind geplante Angaben. Zeitliche und örtliche Verschiebungen sind möglich. Wir bitten, dies zu entschuldigen.

MODUL 3

1483-3

mo - do, 08.45 - 12.45 Uhr, ab 15.05.

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Despina Bucker

1475-3

mo - mi, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 30.01.

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Rhabea Hunke, Valbona Malko

MODUL 4

1475-4

mo - mi, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 19.03.

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Rhabea Hunke, Valbona Malko

1483-4

mo - do, 08.45 - 12.45 Uhr, ab 25.06.

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Despina Bucker

MODUL 5

1475-5

mo - mi, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 27.05.

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Rhabea Hunke, Valbona Malko

MODUL 6

1461-6

mo/do/fr, 08.15 - 12.15 Uhr, ab 22.02.

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Stephanie Plenge

1462-6

mo - do, 08.45 - 12.00 Uhr, ab 13.03.

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Christel H. Sümnick

1475-6

di, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 27.08.

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Rhabea Hunke, Valbona Malko

MODUL 7**1461-7**

mo/do/fr, 08.15 - 12.15 Uhr, ab 22.04.
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Stephanie Plenge

1462-7

mo - do, 08.45 - 12.00 Uhr, ab 14.05.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Christel H. Sümnick

MODUL 8**1461-8**

mo/do/fr, 08.15 - 12.15 Uhr, ab 13.06.
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Stephanie Plenge

1462-8

mo - do, 08.45 - 12.00 Uhr, ab 02.07.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Christel H. Sümnick

MODUL 9**1450-9**

mo - do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 26.02.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Ricarda Erler

1461-9

mo/do/fr, 08.15 - 12.15 Uhr, ab 12.09.
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Stephanie Plenge

1480-9

mo - do, 13.00 - 15.15 Uhr, ab 19.02.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Holger Roitzsch

**ORIENTIERUNGSKURS
ALPHABETISIERUNG****1450-10**

mo - do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 25.04.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Ricarda Erler

**WIEDERHOLUNGSKURS
ALPHABETISIERUNG**

Dieser Kurs richten sich an Personen, die schon einen Alphabetisierungskurs besucht haben, aber noch nicht fit genug für die Abschlussprüfung sind. Der Wiederholerkurs umfasst 3 x 100 UStd. Sprachkurs.

MODUL 10**1480-10**

mo - do, 13.00 - 15.15 Uhr, ab 02.05.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Holger Roitzsch

**ALLGEMEINE
INTEGRATIONSKURSE**

Wir bieten allgemeine Integrationskurse am Vormittag, Nachmittag oder Abend in Teilzeit und Vollzeit mit und ohne Kinderbetreuung an. Allgemeine Integrationskurse umfassen 6 x 100 UStd. Sprachkurs und 100 UStd. Orientierungskurs.

Welches Lehrwerk Sie brauchen, wird in den Kursen besprochen. Alle Bücher sind im Buchhandel erhältlich und gegebenenfalls auch für kurze Zeit in der Stadtbibliothek auszuleihen.

TAGESKURSE**MODUL 1****5181-1**

mo - do, 08.30 - 12.35 Uhr,
ab 05.02.
vhs im Haus am Grünen Ring,
Wilhelmstr. 37
Galina Juswenko

**5186-1**

mo/di/do/fr, 08.30 - 12.35 Uhr,
ab 08.04.
vhs im Kulturzentrum,
Willi-Pohlmann-Platz 1
Fatima Billenkamp

**5187-1**

mo - fr, 08.30 - 12.35 Uhr,
ab 22.05.
vhs im Haus am Grünen Ring,
Wilhelmstr. 37
Olga Emmer, Iris Stratmann

**5188-1**

di - fr, 08.15 - 12.15 Uhr,
ab 28.05.
vhs im Kulturzentrum,
Willi-Pohlmann-Platz 1
Valbona Malko, Stephanie Plenge

**MODUL 2****5181-2**

mo - do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 12.03.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Galina Juswenko

5186-2

mo/di/do/fr, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 14.05.
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Fatima Billenkamp

5187-2

mo - fr, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 20.06.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Olga Emmer, Iris Stratmann

MODUL 3**5181-3**

mo - do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 30.04.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Galina Juswenko

5177-3

mo - fr, 08.30 - 11.45 Uhr, ab 13.02.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Haifaa Hasan

5186-3

mo/di/do/fr, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 24.06.
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Fatima Billenkamp



Foto: Isabel Diekmann, infinity images

MODUL 4**5174-4**

mo/mi-fr, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 19.02.
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Yayuk Noll, Kirsten Striebeck,
Natella Schüpp

5181-4

mo - do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 12.06.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Galina Juswenko

5177-4

mo - fr, 08.30 - 11.45 Uhr, ab 19.03.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Haifaa Hasan

5184-4

mo - do, 13.00 - 16.15 Uhr,
ab 19.02.
vhs im Kulturzentrum,
Willi-Pohlmann-Platz 1
Donata Lubbers

**5185-4**

mo - do, 08.15 - 12.15 Uhr,
ab 11.03.
vhs im Haus am Grünen Ring,
Wilhelmstr. 37
Agnieszka Wilamowska-Kazmierczak



MODUL 5**5174-5**

mo/mi-fr, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 08.04.
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Yayuk Noll, Kirsten Striebeck, Natella Schüpp

5171-5

mo/di/do/fr, 08.30 - 12.30 Uhr, ab 19.02.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Susanne Machold, Isabelle Blum

5177-5

mo - fr, 08.30 - 11.45 Uhr, ab 08.05.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Haifaa Hasan

5178-5

di - fr, 08.15 - 12.15 Uhr, ab 18.01.
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Valbona Malko, Stephanie Plenge

5184-5

mo - do, 13.00 - 16.15 Uhr, ab 16.04.
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Donata Lubbers

5185-5

mo - do, 08.15 - 12.15 Uhr, ab 29.04.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Agnieszka Wilamowska-Kazmierczak

MODUL 6**5166-6**

mo-mi/fr, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 07.02.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Iris Stratmann

5174-6

mo/mi-fr, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 15.05.
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Yayuk Noll, Kirsten Striebeck,
Natella Schüpp

5171-6

mo/di/do/fr, 08.30 - 12.30 Uhr, ab 08.04.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Susanne Machold, Isabelle Blum

5177-6

di, 08.30 - 11.45 Uhr, ab 18.06.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Haifaa Hasan

5178-6

di - fr, 08.15 - 12.15 Uhr, ab 22.02.
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Valbona Malko, Stephanie Plenge

5184-6

mo - do, 13.00 - 16.15 Uhr, ab 06.06.
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Donata Lubbers

5185-6

mo - do, 08.15 - 12.15 Uhr, ab 11.06.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Agnieszka Wilamowska-Kazmierczak

**TAGESKURSE
MIT KINDERBETREUUNG****MODUL 1****5182-1**

mo - fr, 08.30 - 11.45 Uhr,
ab 05.02.
Janosch Schule,
Bismarckstr. 82, 44629 Herne
Yayuk Noll, Rania Ahmed

MODUL 2**5182-2**

mo - fr, 08.30 - 12.30 Uhr, ab 12.03.
Janosch Schule,
Bismarckstr. 82, 44629 Herne
Yayuk Noll, Rania Ahmed

MODUL 3**5182-3**

mo - fr, 08.30 - 12.30 Uhr, ab 23.04.
Janosch Schule,
Bismarckstr. 82, 44629 Herne
Yayuk Noll, Rania Ahmed

MODUL 4**5182-4**

mo - fr, 08.30 - 12.30 Uhr, ab 27.05.
Janosch Schule,
Bismarckstr. 82, 44629 Herne
Yayuk Noll, Rania Ahmed

MODUL 5**5182-5**

mo - fr, 08.30 - 12.30 Uhr, ab 25.06.
Janosch Schule,
Bismarckstr. 82, 44629 Herne
Yayuk Noll, Rania Ahmed

ABENDKURSE**MODUL 1****5189-1**

mo - do, 17.30 - 20.45 Uhr,
ab 17.06.
Mulvany Berufskolleg,
Westring 201, Raum D016
Goncha Iusubova, Markus Thöne

MODUL 3**5176-3**

mo - do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 26.02.
Mulvany Berufskolleg,
Westring 201, Raum D012
Ibukunolu Olugbemisola Ajagunna

5179-3

mo - do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 18.03.
Gesamtschule Wanne,
Stöckstr. 41, Raum 63
Hasan Uzunlar

MODUL 4**5176-4**

mo - do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 23.04.
Mulvany Berufskolleg,
Westring 201, Raum D012
Ibukunolu Olugbemisola Ajagunna

5179-4

mo - do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 16.05.
Gesamtschule Wanne,
Stöckstr. 41, Raum 63
Hasan Uzunlar

MODUL 5**5170-5**

mo - do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 05.03.
Mulvany Berufskolleg,
Westring 201, Raum D015
Dina El-Midany

5176-5

mo - do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 13.06.
Mulvany Berufskolleg,
Westring 201, Raum D012
Ibukunolu Olugbemisola Ajagunna

MODUL 6**5164-6**

mo - do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 27.02.
Mulvany Berufskolleg,
Westring 201, Raum D016
Goncha Iusubova, Markus Thöne

5165-6

mo - do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 20.02.
Gesamtschule Wanne,
Stöckstr. 41, Raum 64
Azam Ghadiri

5170-6

mo - do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 02.05.
Mulvany Berufskolleg,
Westring 201, Raum D015
Dina El-Midany

ORIENTIERUNGSKURSE

Orientierungskurse informieren über die Rechts- und Gesellschaftsordnung in Deutschland.

Sie umfassen 100 UStd. und schließen mit dem Test „Leben in Deutschland“ ab.

5160-7

mo/mi - fr, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 31.01.
Familienzentrum,
Mont-Cenis-Str. 218, 44627 Herne
Fatima Billenkamp

5164-7

mo - do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 24.04.
Mulvany Berufskolleg,
Westring 201, Raum D016
Goncha Iusubova, Markus Thöne

5165-7

mo - do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 17.04.
Gesamtschule Wanne,
Stöckstr. 41, Raum 64
Azam Ghadiri

5166-7

mo - mi/fr, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 18.03.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Olga Emmer, Iris Stratmann

5167-7

mo - fr, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 08.02.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Olga Emmer, Yayuk Noll

5170-7

mo - do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 24.06.
Mulvany Berufskolleg,
Westring 201, Raum D015
Dina El-Midany



5171-7

mo/di/do/fr, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 17.05.
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Susanne Machold, Isabelle Blum

5174-7

mi - fr, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 25.06.
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Yayuk Noll, Kirsten Striebeck

5178-7

do, 08.15 - 12.15 Uhr, ab 11.04.
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Valbona Malko, Stephanie Plenge

RECHTZEITIGE ANMELDUNG ZU UNSEREN KURSEN:

Bitte melden Sie sich frühzeitig, bis 14 Tage vor Beginn Ihres gewählten Kurses, bei der vhs an.

Es wäre doch schade, wenn wir Ihren Kurs schon abgesagt hätten, weil wir nicht wussten, dass Sie kommen wollten.

WEITERE DEUTSCHKURSE

LEBEN UND LERNEN IN DEUTSCHLAND

Deutschkurs für Eltern des Familienzentrums und der Umgebung

Der Deutschkurs richtet sich an Teilnehmer*innen, deren Kinder die angegebene Kindertagesstätte besuchen oder die selbst zum Familienzentrum Kontakt haben. Voraussetzung sind einfache Deutschkenntnisse. In den fortgeschrittenen Kursen wird entsprechend dem Niveau der Teilnehmenden unterrichtet. Es geht schwerpunktmäßig darum, im Alltag sprachlich besser zurechtzukommen.

5220

mi / fr, 09.00 - 11.00 Uhr, ab 06.03.
20 x 2 UStd., 30,- EUR
Kindertagesstätte Kaiserstraße 72,
Selvi Cetin

DIESE VERFLIXTE GRAMMATIK B1/B2 Kompakt-Kurs

Wie war das noch? Heißt es „auf den Tisch“ oder „auf dem Tisch“, „hatte“ oder „hat gehabt“? Und wo ist der Unterschied zwischen „könnte“ und „konnte“? Dieser Kurs bietet eine intensive Wiederholung grundlegender Grammatikkenntnisse, die Sie als Deutschlerner*in im Alltag und Beruf, aber auch für die B1- und B2-Prüfung brauchen. Ausgehend von den Wünschen der Teilnehmenden werden Kenntnisse über Deklination, Kasus, Artikel, Konjugation, Tempora, die Satzstellung und vieles mehr in kompakter und verständlicher Form aufgefrischt.

5231

mo - do, 25. - 28. März, 09.00 - 12.15 Uhr
4 x 4 UStd., 32,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Hans-Albert Kannenberg

ANZEIGE



Das Gelernte aus der VHS vertiefen?
In der Stadtbibliothek finden Sie zu allen Themen Sach- und Fachbücher, Sprachkurse und Wörterbücher, Hörbücher, eBooks und Online-Kurse.

stadtbibliothek herne



**DEUTSCH B1-STUFE -
PRÜFUNGSVORBEREITUNG**

Für Teilnehmende, die sich auf eine Deutschprüfung B1 vorbereiten wollen. Es werden gute Deutschkenntnisse auf dem A2.2-Niveau (nach GER) vorausgesetzt. Schwerpunkt des Kurses liegt auf der Wiederholung der Grammatik aus den Integrationskursen, Training des Les- und Hörverstehens und des Briefeschreibens. Auch die mündliche Kommunikation wird geübt.

telc
LANGUAGE TESTS

Am Ende des Semesters können Sie an der kostenpflichtigen Prüfung telc (The European Language Certificates) Deutsch A2-B1 teilnehmen.

Die Anmeldefrist beträgt sechs Wochen. Ihre Ansprechpartnerin für die Prüfung: Natella Schüpp, Tel. 02323/16 3179.

5235
di / do, 16.00 - 18.15 Uhr, ab 27.02.
25 x 3 UStd., 150,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Hans-Albert Kannenberg

**DEUTSCH B2-STUFE
AM ABEND**

Wir bauen auf das B1-Niveau mit oder ohne Zertifikatsprüfung auf. Dabei steht mündliche Konversation zu verschiedenen Themen im Mittelpunkt, aber auch das Lesen größerer zusammenhängender Texte und die eigene Textproduktion. Schwerpunkte werden durch die Teilnehmer*innen mitbestimmt. Am Ende des Semesters können Sie an der kostenpflichtigen Prüfung telc Deutsch B2 teilnehmen.

Die Anmeldefrist beträgt sechs Wochen. Ihre Ansprechpartnerin für die Prüfung: Natella Schüpp, Tel. 02323/16 3179.

5245
di / do, 17.00 - 19.15 Uhr, ab 20.02.
25 x 3 UStd., 150,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Despina Bucker

PRÜFUNGEN

Die vhs bietet regelmäßig Deutschprüfungen auf dem Niveau A2-B1 und B2 sowie Einbürgerungstests an. Außerdem organisiert sie für die Teilnehmenden ihrer Orientierungskurse den „Leben in Deutschland“-Test.

Die Termine für die öffentlichen Prüfungen und die Prüfungsgebühren entnehmen Sie bitte der Veröffentlichung auf unserer Internetseite www.vhs-herne.de unter: Sprachen - Deutsch - Prüfungen.

Anmeldungen: mittwochs, 9 - 12 Uhr, bei Natella Schüpp, Wilhelmstr. 37, 44649 Herne, Raum 131. Fragen beantworten wir dienstags bis donnerstags unter Tel. 02323/16-3179 und unter natella.schuepp@herne.de.

**BERUFSBEZOGENE
B2-DEUTSCHKURSE**

Diese Deutschkurse richten sich an Menschen mit Migrationshintergrund, die den Integrationskurs beendet haben und ihre Deutschkenntnisse auf das B2-Niveau erweitern wollen. Themen sind der Alltag sowie die Berufs- und Arbeitswelt in Deutschland, die berufliche Kommunikation in einer Firma, mit den Kolleg*innen und mit Kund*innen. Die Kurse haben 500 UStd. Sie werden vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) gefördert und schließen mit dem Deutschtest für den Beruf B2 (DTB) ab.

Informationen über startende Kurse erhalten Sie auf Anfrage und auf der Homepage von KursNet unter: www.arbeitsagentur.de/kursnet - Sprachförderung und Migration – Berufssprachkurse.

Für die Anmeldung brauchen Sie einen Termin. Bitte rufen Sie mich an: Sybille Rößler-Lelickens, Tel. 02323/16-3051.

Bitte bringen Sie zur Anmeldung Ihre Ausweispapiere, Ihre „Berechtigung zur Teilnahme am einem berufsbezogenen Deutschsprachmodul“ (vom Jobcenter oder der Agentur für Arbeit) und Ihr B1-Zertifikat mit.

Auszubildende und Arbeitnehmer*innen können einen Antrag auf Teilnahme beim BAMF stellen. Dabei helfen wir gerne. Kostenpflichtige Teilnehmende zahlen seit dem 1. November 2023 eine Kursgebühr von 2,56 EUR/UStd.

ANZEIGE

WDR ² PODCAST



EINFACH
FUSSBALL

8:27 29:00

▶◀ || ▶▶

Pistor
grätscht rein



EINFACH FUSSBALL

Der Podcast mit Leidenschaft.
Starke Gäste, verblüffende Einblicke.

JETZT IN DER
WDR 2 APP HÖREN

DAS SYSTEM UNSERER SPRACHKURSE

Der „EUROPÄISCHE REFERENZRAHMEN“

Dies ist eine europaweit einheitliche Skala.

Die Stufe A1 hat insgesamt etwa 100 Stunden Unterricht und umfasst drei bis vier aufeinanderfolgende Kurse: den Anfangskurs (A1 Kurs 1 für Menschen ohne Vorkenntnisse): Wer diesen besucht hat bzw. minimale Vorkenntnisse von ca. 25 Unterrichtsstunden hat, kann in Kurs A1 Kurs 2 fortsetzen. Es folgen A1 Kurs 3 und schließlich A1 Kurs 4, der normalerweise den ersten Band eines A1-Lehrwerks abschließt.

In der Volkshochschule Herne hat jeder Kurs etwa 20 bis 30 Stunden.

Machen Sie bei Vorkenntnissen am besten einen Online-Einstufungstest und lassen sich von uns beraten.

Der Landesverband der vhs veröffentlicht die Termine international anerkannter Prüfungen:

<https://www.vhs-nrw.de/pruefungen-und-qualifizierungen/>

LERN-ZIELE

	VERSTEHEN		SPRECHEN		SCHREIBEN
	HÖREN	LESEN	AN GESPRÄCHEN TEILNEHMEN	ZUSAMMENHÄNGEND SPRECHEN	
STUFE A1 Kurs 1 bis 4 (0 - 100 UStd.)	Ich kann alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze verstehen, wenn deutlich und langsam gesprochen wird.	Ich kann vertraute Namen, Wörter und einfache Sätze verstehen, z. B. auf Schildern, Plakaten, Speisekarten oder in Prospekten.	Ich bin darauf angewiesen, dass Gesprächspartner sehr langsam sprechen und sich darauf einstellen, dass ich die Fremdsprache noch nicht lange lerne.	Ich kann einfache Wendungen und Sätze gebrauchen, um anderen z. B. mitzuteilen, was ich möchte und was mich interessiert.	Ich kann eine kurze Postkarte schreiben. Ich kann auf Formularen Namen, Adressen, Nationalität usw. eintragen.
STUFE A2 Kurs 1 bis Kurs 4 (ab 100 bis 200 UStd.)	Ich kann einfache Informationen zu Themen wie Beziehung, Familie, persönliche Interessen und Arbeit verstehen. Kurze Lautsprecherdurchsagen (z. B. im Bahnhof) verstehe ich, wenn deutlich gesprochen wird.	Ich kann in kurzen Texten (Anzeigen, Prospekte, Faxe, E-Mails, Fahrpläne usw.) das Wichtigste verstehen.	Ich kann mich in Situationen verständigen, in denen es um einen unkomplizierten, direkten Austausch von Informationen geht. Ich verstehe aber noch nicht genug, um selbst ein Gespräch in Gang zu halten.	Ich kann mit ein paar kurzen Sätzen und in einfachen Worten z. B. meine Familie, andere Leute, meine Ausbildung, meine Interessen, meine berufliche Tätigkeit beschreiben.	Ich kann kurze Notizen und kurze persönliche Briefe verfassen.
STUFE B1 (ab ca. 200 UStd.)	Ich kann das Wesentliche verstehen, wenn es um Themen geht, die mir vertraut sind. Bei Radio- und TV-Sendungen verstehe ich das Wesentliche, wenn mich die Themen interessieren und langsam und deutlich gesprochen wird.	Ich kann längere Texte verstehen, in denen überwiegend solche Sprachvarianten vorkommen, die in Alltag und Beruf häufig verwendet werden.	Ich kann die meisten Situationen sprachlich bewältigen, denen man im Alltag/ auf Reisen begegnet. Ich kann ohne Vorbereitung an Gesprächen über Themen teilnehmen, die mir vertraut sind oder die mich interessieren.	Ich kann Erfahrungen und Ereignisse, Wünsche und Ziele zusammenhängend beschreiben. Ich kann meine Meinung erklären und begründen.	Ich kann einen zusammenhängenden Text über mir vertraute Themen schreiben. Ich kann persönliche und formelle Briefe verfassen.
STUFE B2 (ab ca. 300 UStd.)	Ich kann im Alltag und Beruf längeren Redebeiträgen folgen, wenn mir die Thematik einigermaßen vertraut ist. Ich kann im Fernsehen die meisten Nachrichtensendungen und Reportagen verstehen.	Ich kann Artikel und Berichte lesen, auch in Fachzeitschriften zu mir vertrauten beruflichen Themen. Ich verstehe literarische Texte wie z. B. Kurzgeschichten oder Krimis.	Ich kann mich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne besondere Anstrengung für die Gesprächspartner oder für mich möglich ist.	Ich kann mich zu sehr vielen Themen ausführlich äußern. Ich kann dabei Standpunkte erklären und Argumente ausführlich abwägen.	Ich kann ausführliche, verständliche Texte über eine Vielzahl von privaten und beruflichen Themen schreiben.
STUFE C1	Ich kann längeren Berichten, ausführlichen Gesprächen usw. auch im Detail folgen. Ich bin vertraut mit der Umgangssprache sowie mit anderen Sprachstilen.	Ich kann komplexe Texte verstehen, auch zu Themen, die nicht zu meinen persönlichen Interessengebieten zählen.	Ich kann mich im Alltag und Beruf beinahe mühelos spontan und fließend verständigen.	Ich kann komplexe Sachverhalte darstellen und erörtern und dabei flexibel auf Nachfragen reagieren.	Ich kann mich schriftlich klar, strukturiert und ausführlich ausdrücken und dabei meinen Stil adressatenbezogen verändern.



Beratung:

Natella Schüpp

Tel: 0 23 23/16-3179

natella.schuepp@herne.de

ENGLISCH

IN DER WELT ZU HAUSE



Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Fremdsprachenkenntnisse sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biographie geworden. Sie ermöglichen es den Menschen, ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben. Daher gehört fremdsprachliche Kompetenz zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens und der Integration. Dies zu befördern ist zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der Volkshochschule Herne. Wir tragen mit unserem Angebot dazu bei, das sprachpolitische Ziel „das Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas und der Welt zu fördern. Unsere Sprachkurse vermitteln ein interkulturelles Grundverständnis und fördern die Offenheit für andere Kulturen. Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen wir den „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen“ (GER) ein.

ALLGEMEINE HINWEISE:

In vhs-Kursen, denen kein angegebenes Lehrwerk zugrunde liegt, wird eine Lernmittelpauschale erhoben. Diese beträgt 3,- EUR bis 20 UStd. und 4,- EUR bei mehr als 20 UStd. Sie ist in das Entgelt eingerechnet. Wird die Mindestteilnehmer*innenzahl eines Kurses nicht erreicht, kann mit Einverständnis der vhs sowie aller Teilnehmenden - in Ausnahmefällen - auch eine Durchführungsgarantie für eine Kleingruppe ab fünf oder sechs Personen gewährt werden. Maßstab für das Entgelt ist die Zahl der bis zum 2. Kurstermin in der vhs vorliegenden Anmeldungen. Das Entgelt beträgt für eine Kleingruppe ab sechs Teilnehmenden 3,30 EUR pro UStd., für die Durchführungsgarantie ab fünf Personen 3,90 pro UStd.

ENGLISCH

Hier finden Sie die Online-Einstufungstests für Englisch:

Stufe 1: <http://einstufungstests.klett-sprachen.de/einstufung/index.php?questname=network&questclass=A1>

Stufe 2: <http://einstufungstests.klett-sprachen.de/einstufung/index.php?questname=network&questclass=A2>

Stufe 3: <http://einstufungstests.klett-sprachen.de/einstufung/index.php?questname=network&questclass=B1>

EINSTUFUNGSBERATUNG ENGLISCH

In diesem Winter bietet die vhs allen Interessierten eine Einstufungsberatung zu den neuen Kursen an:

5300

Dienstag, 13.02., 15.00 - 18.00 Uhr

entgeltfrei

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1

Holger Brune

Telefon: 02323/16-3179,

E-Mail: natella.schuepp@herne.de

Menschen mit Vorkenntnissen, die einen Englischkurs belegen möchten, empfehlen wir vor der Kontaktaufnahme einen kostenlosen Online-Einstufungstest.

Sie müssen sich dafür nicht registrieren. Bitte raten Sie nicht, sondern bearbeiten Sie die Aufgaben nur soweit, wie Sie etwas zu wissen glauben.

Sie erhalten sofort die Auswertung und können sich mit diesem Ergebnis an die vhs wenden, um einen passenden Kurs zu finden und alle weiteren Fragen rund um den Kurs zu klären.

NIVEAU A1/A2

A1-Kurse wenden sich an Interessierte ohne Vorkenntnisse. Ausgehend von alltäglichen Situationen werden die wichtigsten Satzbaumuster erarbeitet und im lebendigen Gespräch der Teilnehmer*innen miteinander gefestigt. Es wird ein Grundwortschatz eingeführt, mit dem die elementaren Sprechabsichten verwirklicht werden können.

A2-Kurse eignen sich bei Vorkenntnissen von etwa 100 Unterrichtsstunden. Wegbeschreibungen, Tagesabläufe, Einladungen und Einkaufsszenen bilden Sprechanlässe im Unterricht.

SPRACHEN LERNEN IST NICHTS FÜR MICH, ODER DOCH?

In meinem Alter kann ich eh keine Sprache mehr lernen. Und überhaupt habe ich kein Sprachtalent. Ich war schon in der Schule nicht gut. Kommt Ihnen dies bekannt vor? Solche und anderen Annahmen halten sich hartnäckig in unseren Köpfen: Aber stimmt das denn?

In dieser Veranstaltung erfahren Sie, wie der Spracherwerb funktioniert. Es wird der Frage nachgegangen, warum es manchen Menschen leicht fällt, eine Sprache zu lernen, und anderen weniger. Was sich in höherem Alter ändert! Vor allem aber geht es um konkrete und alltagstaugliche Tipps, die beim Lernen neuer Sprachen hilfreich sind. So kann Ihre Teilnahme am Sprachkurs erfolgreich sein. Um Anmeldung wird bis eine Woche vorher gebeten.

54002

Samstag, 24.02., 10.00 - 12.30 Uhr

Entgelt: 8,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1

Monika Remlinger.

ENGLISCH AM VORMITTAG

A1 ENGLISCH 1

Ein Kurs für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die die englische Sprache erlernen möchten, um sie z. B. auf Reisen, bei Besuchen oder Kontakten mit auswärtigen Freund*innen anwenden zu können. Nicht zuletzt eignet sich der Kurs für alle, die den zunehmenden Anglizismen in unserem Sprachgebrauch begegnen möchten. Kaufen Sie das Lehrwerk bitte erst nach Absprache mit der Kursleitung.

5316

mi, 9.00 - 10.30 Uhr, ab 13.03.

10 x 2 UStd., 48,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Karima Moutchou

A2 ENGLISCH 4

Ein Kurs für (ältere) Teilnehmer*innen mit geringen Vorkenntnissen, die mit Muße die englische Sprache erlernen möchten, um sie z. B. auf Reisen, bei Besuchen oder Kontakten mit auswärtigen Freund*innen anwenden zu können. Nicht zuletzt eignet sich der Kurs für alle, die den zunehmenden Anglizismen in unserem Sprachgebrauch begegnen möchten. Kaufen Sie das Lehrwerk bitte erst nach Absprache mit der Kursleitung.

5301

do, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 22.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Winfried Strunk

A2 ENGLISCH 4

Für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen, die damit begonnen haben, mit Muße die englische Sprache zu erlernen, um sie z. B. auf Reisen, bei Besuchen oder Kontakten mit auswärtigen Freund*innen anwenden zu können. Nicht zuletzt eignet sich der Kurs für alle, die den zunehmenden Anglizismen in unserem Sprachgebrauch begegnen möchten. Kaufen Sie das Lehrwerk bitte erst nach Absprache mit der Kursleitung.

5305

fr, 10.00 - 11.30 Uhr, ab 23.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Holger Brune

A2 ENGLISCH 1

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen, die Ihre Sprachkompetenz vertiefen möchten, um sie z. B. auf Reisen, bei Besuchen oder Kontakten mit auswärtigen Freund*innen anwenden zu können. Nicht zuletzt eignet sich der Kurs für alle, die den zunehmenden Anglizismen in unserem Sprachgebrauch begegnen möchten. Kaufen Sie das Lehrwerk bitte erst nach Absprache mit der Kursleitung.

5326

di, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 20.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Sophie Victoria Jaworski

NIVEAU B1/B2

B1-Kurse wenden sich an Teilnehmer*innen mit etwa 200 Stunden Vorkenntnissen, die zum Beispiel vertraute Situationen sprachlich gut bewältigen können, Meinungen und Pläne erklären und begründen können.

B2-Kurse sind für Teilnehmer*innen gedacht, die sich im beruflichen und privaten Bereich spontan fließend verständigen können.

B1 ENGLISCH 2 - ENGLISCH MIT MUßE

Möchten Sie, in angenehm entspannter Vormittagsatmosphäre, das vertiefen, was Sie bereits können (etwa Abschluss A2-Kurs)? Möchten Sie sich darin üben, sich auch zu aktuellen Themen (Easy Conversation) angemessen zu äußern?

Kaufen Sie das Lehrwerk bitte erst nach Absprache mit der Kursleitung.

5302

fr, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 23.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Winfried Strunk

B1 ENGLISCH 1

Ein Kurs für Teilnehmer*innen mit Anfangskenntnissen, die ihre Grundlagen vertiefen bzw. weiter ausbauen möchten, um sie auf Reisen oder bei Kontakten mit auswärtigen Freunden anwenden zu können.

Kaufen Sie das Lehrwerk bitte erst nach Absprache mit der Kursleitung.

5306

mi, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 21.02.

12 x 2 UStd., 58,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Ferdinand Czygan

B1 ENGLISCH 3

Ein Kurs für Teilnehmende mit Anfangskenntnissen, die ihre Grundlagen vertiefen bzw. weiter ausbauen möchten, um sie auf Reisen oder bei Kontakten mit auswärtigen Freunden anwenden zu können.

Kaufen Sie das Lehrwerk bitte erst nach Absprache mit der Kursleitung.

5307

mi, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 21.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Nigel Burns

BITTE BEACHTEN SIE:

Eine ausführliche Kursbeschreibung der Kursangebote finden Sie auch auf unserer Homepage unter www.vhs-herne.de

B2 ENGLISCH 1

Would you like to, having finished the B1-level, refresh your English a bit more and discuss current issues as well? We will work with our new course book, but will also look at up-to-date articles and news reports from the English-speaking world.

Kaufen Sie das Lehrwerk bitte erst nach Absprache mit der Kursleitung.

5310

mo, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 19.02.

13 x 2 UStd., 72,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Holger Brune

B2 ENGLISCH

Would you like to, having finished the B1-level, refresh your English a bit more and discuss current issues as well? We will also look at up-to-date articles and news reports from the English-speaking world and discuss them.

Kaufen Sie das Lehrwerk bitte erst nach Absprache mit der Kursleitung.

5311

do, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 22.02.

13 x 2 UStd., 72,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Nigel Burns

ENGLISCH AM ABEND

A1 ENGLISCH 1

Ein Kurs für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die die englische Sprache zu erlernen möchten, um sie z. B. auf Reisen, bei Besuchen oder Kontakten mit auswärtigen Freunden anwenden zu können. Nicht zuletzt eignet sich der Kurs für alle Interessierten, die den zunehmenden Anglizismen in unserem Sprachgebrauch begegnen möchten.

Kaufen Sie das Lehrwerk bitte erst nach Absprache mit der Kursleitung.

5317

mi, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 28.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Sophie Victoria Jaworski

A1 ENGLISCH 3

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse (oder geringe Kenntnisse), die die englische Sprache erlernen möchten, um sie z. B. auf Reisen, bei Besuchen oder Kontakten mit auswärtigen Freund*innen anwenden zu können. Nicht zuletzt eignet sich der Kurs für alle, die den zunehmenden Anglizismen in unserem Sprachgebrauch begegnen möchten.

Kaufen Sie das Lehrwerk bitte erst nach Absprache mit der Kursleitung.

5314

di, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 20.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Holger Brune

A1 ENGLISCH 4

Ein Kurs für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen, die die englische Sprache zu erlernen möchten, um sie z. B. auf Reisen, bei Besuchen oder Kontakten mit auswärtigen Freund*innen anwenden zu können. Nicht zuletzt eignet sich der Kurs für alle, die den zunehmenden Anglizismen in unserem Sprachgebrauch begegnen möchten. Kaufen Sie das Lehrwerk bitte erst nach Absprache mit der Kursleitung.

5315

mo, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 19.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Holger Brune

A2 ENGLISCH 1

Ein Kurs für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen, die beginnen wollen, die englische Sprache zu erlernen, um sie zum Beispiel auf Reisen, bei Besuchen oder Kontakten mit auswärtigen Freund*innen anwenden zu können.

Kaufen Sie das Lehrwerk bitte erst nach Absprache mit der Kursleitung.

5312

mo, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 19.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Kay Pfefferkuchen

**A2 ENGLISCH 2**

Ein Kurs für Teilnehmende mit Vorkenntnissen, die Ihre Sprachkompetenz vertiefen möchten, um sie zum Beispiel auf Reisen, bei Besuchen oder Kontakten mit auswärtigen Freunden anwenden zu können. Nicht zuletzt eignet sich der Kurs für alle Interessierten, die den zunehmenden Anglizismen in unserem Sprachgebrauch begegnen möchten.

Kaufen Sie das Lehrwerk bitte erst nach Absprache mit der Kursleitung.

5320

mo, 18.15 - 19.45 Uhr, ab 19.02.

12 x 2 UStd., 62,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Ferdinand Czygan

A2 ENGLISCH 3

Ein Kurs für Teilnehmende mit Vorkenntnissen, die Ihre Sprachkompetenz vertiefen möchten, um sie z. B. auf Reisen, bei Besuchen oder Kontakten mit auswärtigen Freund*innen anwenden zu können. Nicht zuletzt eignet sich der Kurs für alle, die den zunehmenden Anglizismen in unserem Sprachgebrauch begegnen möchten. Kaufen Sie das Lehrwerk bitte erst nach Absprache mit der Kursleitung.

5313

fr, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 23.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Holger Brune


**ENGLISCH FÜR KINDER
IN DEN FERIEEN
(VON 9 BIS 12 JAHREN)**
Kurs in den Osterferien:

Kinder und Schüler*innen aufgepasst! Ihr könnt eure Ferien dazu nutzen, eure Englischkenntnisse zu verbessern und dabei viel Spaß und Freude zu haben! Ihr könnt neue Wörter lernen, über die Themen sprechen, die euch interessieren, spielen, lachen und Vieles mehr. Eine Fremdsprache lernen kann so schön sein!

Die Kinder sollten mindestens ein Jahr Englisch in der Schule gelernt haben.

5321

di - fr, 02.04 - 05.04.,

jeweils von 09.00 - 12.00 Uhr

4 x 4 UStd., 39,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Sophie Victoria Jaworski


**Kurs in den
Sommerferien:**

Kursbeschreibung siehe Kurs 5321.

5322

mo - fr, 12.08. - 16.08.,

jeweils von 09.00 - 12.00

5 x 4 UStd., 49,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Sophie Victoria Jaworski

**B1 CONVERSATIONAL
ENGLISH COURSE**

Crime, culture and current affairs:

In this class we will

- practice our English by talking about trends and news,
- find out about less known aspects of traditions and holidays,
- and get some literary input through (crime) short stories.

5325

mi, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 21.02.

13 x 2 UStd., 72,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Patrick Beierle

KONVERSATIONSKURSE
**B1 NEWS AND STORIES -
CONVERSATIONAL COURSE**

Ziel des Kurses ist es, auf der Grundlage von Zeitungsartikeln, aktuellen Themen, Texten und Stories vor allem die mündliche Kommunikation zu schulen, d. h. möglichst viel selbst zu sprechen.

Der Kurs eignet sich für fortgeschrittene Lerner*innen, auch als Ergänzung zu einem fortlaufenden Englischkurs.

5350

mi, 10.45 - 12.15 Uhr, ab 21.02.

13 x 2 UStd., 72,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Nigel Burns

B1 LANGUAGE IN USE

If you want to keep up your English, talk about everyday topics, find out about day to day life in America - you'll enjoy this course. Based on participants' interests we'll use authentic material such as newspaper articles and up-to-date information from the internet.

5351

mo, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 19.02.

12 x 2 UStd., 67,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Brigitte Böcker-Miller

**B1 CONVERSATIONAL
ENGLISH COURSE**

Do you enjoy discussing up-to-date and controversial issues? Then you are welcome to join our conversational course!

We are going to use authentic newspaper articles and texts from the internet, but, according to participants' wishes, we can also deal with grammar, cartoons, songs, very short stories etc.

You should have reached the B1-level or have learned English for about six years.

5352

mo, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 19.02.

13 x 2 UStd., 72,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Nigel Burns

**B2 ENGLISCHER
GESPRÄCHSKREIS
For advanced students**

This is a course for adults with a good knowledge of English.

We read newspaper articles, watch recordings from British TV and discuss topical issues and current affairs.

5354

di, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 20.02.

13 x 2 UStd., 72,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Patricia van den Brink

IRISH MYTHS AND STORIES - B1/B2-NIVEAU

Ireland is often called the Emerald Isle. If you are interested in a little journey through the myths and stories of this green island, then join this course.

By reading, talking and listening we get to know this fascinating island, its past and present, its songs and fairytales a bit more.

5355

Samstag, 13.04., 10.00 - 13.00 Uhr

1 x 4 UStd., 15,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Delia Starbaty

BILDUNGSURLAUBE

BITTE BEACHTEN SIE:

Lassen Sie Ihren Bildungsurlaub nach dem Bildungsscheck NRW fördern!

Informieren Sie sich telefonisch unter 02323/16-3186 bei der Weiterbildungsberatungsstelle der vhs.

Mehr Informationen: **Seite 18**



A2 ENGLISCH FÜR BERUF UND ALLTAG - A REFRESHER COURSE

Bildungsurlaub nach
dem AWbG NRW

In kompakter Form wollen wir in diesem Wochenseminar einige der allgemeinenglischen Grundlagen auffrischen. Der Schwerpunkt liegt auf der gesprochenen Sprache. Die Wiederholung ausgewählter Kapitel der Grammatik, relevante Sprechabsichten (Basics) im Alltag und Smalltalk, die Vermeidung von Fehlerquellen im (lockeren) Gespräch sowie die Vermittlung/Schulung der praxisnahen Lexik für Alltag und Beruf werden in diesem Bildungsurlaub Lernziele sein.

Das Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist im Entgelt inbegriffen.

Ein Einstufungstest über Ihre Englischkenntnisse wird Ihnen nach Ihrer Anmeldung zugesandt. Wenn Sie persönliche Beratung wünschen können Sie gerne unsere Einstufungsberatung besuchen. Nur so können Sie sicher sein, dass Sie im Kurs nicht unter- oder überfordert sind.

5360

mo - fr, 15. - 19. April

jeweils von 08.30 - 14.15 Uhr

5 x 6 UStd., 109,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Frank Rehfeldt



B1 ENGLISCH FÜR BERUF UND ALLTAG - A REFRESHER COURSE

Bildungsurlaub nach
dem AWbG NRW

Der Bildungsurlaub richtet sich an Interessierte, die auf Vorkenntnisse der englischen Sprache von ca. vier bis fünf Jahren Schulenglisch oder vergleichbare Grundlagen (Mittelstufenniveau) zurückgreifen können. Die Aktivierung von Grammatik und Wortschatz des Alltags, Redewendungen für relevante Sprechabsichten sowie die Vermittlung/Vertiefung von Kenntnissen zur mündlichen (auch telefonischen) und schriftlichen Kontaktaufnahme mit ausländischen Besuchern werden Lernziele dieses Kompaktseminars sein.

Das Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist im Entgelt inbegriffen!

Ein Einstufungstest über Ihre Englischkenntnisse wird Ihnen nach Ihrer Anmeldung zugesandt. Wenn Sie persönliche Beratung wünschen können Sie gerne unsere Einstufungsberatung besuchen. Nur so können Sie sicher sein, dass Sie im Kurs nicht unter- oder überfordert sind.

5361

mo - fr, 04. - 08. März

jeweils von 08.30 - 14.15 Uhr

5 x 6 UStd., 109,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Frank Rehfeldt



B2 ENGLISCH FÜR BERUF UND ALLTAG - BUSINESS ENGLISH KOMPAKT

Bildungsurlaub nach
den AWbG NRW

Das Wochenseminar behandelt grundlegende Situationen, Sprechanlässe und kommunikative Strukturen aus dem beruflichen Alltag: Smalltalk, Telefon- und E-Mail-Kommunikation, Geschäftsbriefe und Memos, Meetings und Präsentationen, Kaufen/Verkaufen, Social English sowie am Rande auch Grammatik.

Wenn Sie über Grundlagen der englischen Sprache auf gehobenem Mittelstufenniveau verfügen (ca. fünf bis sechs Jahre Schulenglisch oder vergleichbare Kenntnisse), sind Sie in diesem Seminar richtig.

Das Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist im Entgelt inbegriffen.

Ein Einstufungstest über Ihre Englischkenntnisse wird Ihnen nach Ihrer Anmeldung zugesandt. Wenn Sie persönliche Beratung wünschen können Sie gerne unsere Einstufungsberatung besuchen. Nur so können Sie sicher sein, dass Sie im Kurs nicht unter- oder überfordert sind.

5362

mo - fr, 13. - 17. Mai

jeweils von 08.30 - 14.15 Uhr

5 x 6 UStd., 109,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Frank Rehfeldt



Beratung:

Monika Remlinger

Tel: 0 23 23/16-3467

monika.remlinger@herne.de

SPRACHEN

ALLGEMEINE HINWEISE ZU UNSEREN SPRACHKURSEN

Für die Kurse sollten Sie sich das Lehrwerk, wie jeweils angegeben, im Buchhandel kaufen. In Kursen, denen kein angegebenes Lehrwerk zugrunde liegt, wird eine Lernmittelpauschale erhoben. Diese beträgt 3,- EUR bis 20 UStd. und 4,- EUR bei mehr als 20 UStd. Sie ist in das Entgelt eingerechnet.

Kurse, die eine zu geringe Teilnehmerzahl haben, müssen in der Regel eine Woche vor Beginn abgesetzt werden. Bitte melden Sie sich daher rechtzeitig vorher an!

In Fortsetzungskursen besteht in Ausnahmefällen bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl die Möglichkeit, eine Durchführungsgarantie für eine Kleingruppe ab fünf oder ab sechs Personen zu gewähren.

Maßstab für das Entgelt der Kleingruppe ist die Zahl der bis zum zweiten Termin in der vhs vorliegenden Anmeldungen. Das Entgelt für die Durchführungsgarantie beträgt ab sechs Teilnehmenden 3,30 EUR/UStd., für die Durchführungsgarantie ab fünf Personen 3,90 EUR/UStd. Eine spätere Rückumwandlung im laufenden Semester ist nicht möglich.



SPRACHEN LERNEN IST NICHTS FÜR MICH, ODER DOCH?

In meinem Alter kann ich eh keine Sprache mehr lernen. Und überhaupt habe ich kein Sprachtalent. Ich war schon in der Schule nicht gut.

Solche und anderen Annahmen halten sich hartnäckig in unseren Köpfen: Aber stimmt das denn?

In dieser Veranstaltung erfahren Sie, wie der Spracherwerb funktioniert. Es wird der Frage nachgegangen, warum es manchen Menschen leicht fällt, eine Sprache zu lernen und anderen weniger. Was sich in höherem Alter ändert.

Vor allem aber geht es um konkrete und alltagstaugliche Tipps, die beim Lernen neuer Sprachen hilfreich sind. So kann Ihre Teilnahme am Sprachkurs erfolgreich sein.

Um eine Anmeldung zu dieser Veranstaltung wird bis eine Woche vorher gebeten.

54002

Samstag, 24.02., 10.00 - 12.30 Uhr

Entgelt: 8,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Monika Remlinger



IN DER WELT ZU HAUSE

Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen.

Fremdsprachenkenntnisse sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biographie geworden. Sie ermöglichen es den Menschen, ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben.

Daher gehört fremdsprachliche Kompetenz zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens und der Integration.

Dies zu befördern ist zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der vhs Herne. Wir tragen mit unserem Angebot dazu bei, das sprachpolitische Ziel „das Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas und der Welt zu fördern.



Das System unserer Sprachkurse - Der „Europäische Referenzrahmen“

In den Kursen der vhs lernen Sie in erster Linie, die Sprache hörend zu verstehen und selbst zu sprechen. Unsere Niveaubezeichnungen orientieren sich am Europäischen Referenzrahmen für das Lernen von Sprachen.

Bitte lesen Sie dazu die ausführlichen Beschreibungen auf Seite 53.

Die vhs Herne bietet pro Niveaustufe eine Folge von drei bis vier aufeinander aufbauenden Standardkursen (Unterricht 1x/Woche 2 UStd.) an: „Französisch A1 Kurs 1“ (für Anfänger*innen ohne jegliche Vorkenntnisse), anschließend folgt „A1 Kurs 2“, der den Stoff der ca. 26 UStd./Kurs 1 voraussetzt, schließlich „A1 Kurs 3“ und gegebenenfalls „A1 Kurs 4“, der in der Regel den ersten Band eines Lehrwerks abschließt.

Nutzen Sie bei Vorkenntnissen auf jeden Fall die Einstufungsberatung!

Bitte melden Sie sich frühzeitig, bis 14 Tage vor Beginn Ihres gewählten Kurses, an. Es wäre doch schade, wenn wir Ihren Kurs schon abgesagt hätten, weil wir nicht wussten, dass Sie kommen wollten.

FRANZÖSISCH

EINSTUFUNGSBERATUNG
FRANZÖSISCH

Wenn Sie erstmals einen vhs-Kurs belegen möchten, erstmals überhaupt einen Sprachkurs besuchen werden oder über Vorkenntnisse in der Sprache oder Vorkenntnisse in verwandten Sprachen verfügen, nutzen Sie gerne unsere Einstufungsberatung.

Am besten, Sie absolvieren einen Online-Test und melden sich mit dem Ergebnis. Hier finden Sie die Online-Einstufungstests für Französisch:

<https://www.klett-sprachen.de/digitales/einstufungstests/einstufungstests-franzoesisch/c-709>

Unsere Kurse orientieren sich am Europäischen Referenzrahmen. Bitte lesen Sie dazu Seite 53 in diesem Programmheft.

Eine persönliche oder telefonische Beratung, sofern gewünscht gern auch per Videochat, ist nach Absprache montags bis donnerstags möglich:

Monika Remlinger, Tel. 02323/16-3467,
E-Mail: monika.remlinger@herne.de.

Bei Anfragen per E-Mail bitten wir um Angabe einer Telefonnummer, unter der Sie tagsüber erreichbar sind.

NIVEAUSTUFEN

A1-Kurse wenden sich an Interessierte ohne Vorkenntnisse (A1 Kurs 1) oder Menschen mit geringen Vorkenntnissen (ab A1 Kurs 2). Es wird die Aussprache trainiert und ein einfacher Grundwortschatz aufgebaut.

Sie erlernen erste Satzbaumuster, um etwas mitzuteilen, zu erfragen und zu verstehen, wenn es um vertraute, alltägliche Situationen wie Vorstellung, die Bestellung im Café, den Einkauf, eine Wegbeschreibung oder den Urlaub geht.

A2-Kurse eignen sich bei Vorkenntnissen ab 100 Unterrichtsstunden (UStd.). Arbeit, Alltagsleben und Freizeitbeschäftigungen sind Themen, dabei lernen Sie auch über Vergangenes und Zukünftiges zu sprechen.

B1-Kurse eignen sich ab etwa 200 Unterrichtsstunden. Sie lernen, auch unvorbereitet an Gesprächen über Alltag, Beruf oder auf Reisen teilzunehmen, Wesentliches aus Radio oder TV-Nachrichten zu verstehen, ihre Wünsche oder Pläne klar zu beschreiben.

FRANZÖSISCH A1-NIVEAU

FRANZÖSISCH ANFANGSKURS

Lehrwerk: „Voyages neu A1“,
ab Lektion 1

Der Kurs für Anfänger*innen ohne jegliche Vorkenntnisse! In entspannter Atmosphäre starten wir mit der Begrüßung, den Besonderheiten der Aussprache und des Alphabets und lernen erste kurze Sätze: zu sagen, wo man wohnt, wie man heißt etc. Auch erste Zahlen werden geübt. Ziele sind vor allem die mündliche Verständigung und das Verstehen von Gehörtem und Gelesenem. Anfänger*innen mit Vorkenntnissen lassen sich bitte beraten. Dieser Kurs ist nicht geeignet für Menschen, die früher schon einmal Französisch in der Schule hatten!

Lehrwerk: „Voyages neu A1“, Ernst Klett Sprachen, ISBN 978-3-12-529412-7.

5401

fr, 17.00 - 18.30 Uhr, ab 23.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Maïté Aubert

FRANZÖSISCH A1 KURS 2

Lehrwerk: „Voyages neu A1“,
ab Lektion 3

Der Kurs für Anfänger*innen mit minimalen Vorkenntnissen!

Neue Gesprächsanlässe sind die Beschreibung eines Weges in der Stadt, Uhrzeit, Tageszeit, Einkauf von Lebensmitteln etc. Ziele sind vor allem die mündliche Verständigung und das Verstehen von Gehörtem und Gelesenem.

Menschen mit schulischen Vorkenntnissen von mehr als einem Jahr Unterricht lassen sich bitte zwecks Kurswahl beraten.

Lehrwerk: „Voyages neu A1“, Ernst Klett Sprachen, ISBN 978-3-12-529412-7.

5402

mo, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 19.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Katharina Peskes-Wagner

FRANZÖSISCH A1 KURS 2/3

Lehrwerk: „Voyages neu A1“,
ab Lektion 6

Für diesen Kurs genügen Vorkenntnisse im Umfang von zwei vhs-Kursen oder 50 bis 60 UStd. Situationen für mündliche Kommunikationsübungen sind Einkauf, Preise, Mengenangaben, Tageszeiten und Uhrzeit, Gesprächssituationen im Restaurant sowie integriert die dazugehörige Grammatik: Teilungsartikel, Mengenangaben.

Lehrwerk: „Voyages neu A1“, Ernst Klett Sprachen ISBN 978-3-12-529412-7.

5403

di, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 20.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Sandrine Lidzba

FRANZÖSISCH A1 KURS 2 -
KLEINGRUPPE

Lehrwerk: „Voyages neu A1“,
ab Lektion 5b

Es genügen Vorkenntnisse im Umfang von zwei vhs-Kursen oder 50 bis 60 UStd. Situationen für mündliche Kommunikationsübungen sind Einkauf, Preise, Mengenangaben, Tageszeiten, Uhrzeit, Gesprächssituationen im Restaurant sowie integriert die dazugehörige Grammatik: Teilungsartikel, Mengenangaben.

Lehrwerk: „Voyages neu A1“, Ernst Klett Sprachen ISBN 978-3-12-529412-7.

5404

di, 10.45 - 12.15 Uhr, ab 20.02.

13 x 2 UStd., 102,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Sandrine Lidzba

FRANZÖSISCH A1 KURS 3/4

Lehrwerk: „Voyages neu A1“,
ab Lektion 9

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen von drei Semestern oder etwa 80 Stunden Unterricht geeignet. Wir legen den Schwerpunkt auf systematische Lehrwerksarbeit mit Übungen zu den Fertigkeiten Hören und Sprechen. Neue Grammatik: das passé composé.

Lehrwerk: „Voyages neu A1“, Ernst Klett Sprachen, ISBN 978-3-12-529412-7.

5405

mi, 16.30 - 18.00 Uhr, ab 21.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Mahshid Parastar

EINE LERNZEIT NUR FÜR MICH!
Individueller Unterricht in Französisch

Sie sind interessiert an einem speziellen Thema, das im Kurs zu kurz kommt? Sie haben ein Grammatikkapitel nicht verstanden? Sie möchten etwas Spezielles für einen Aufenthalt im Land vorbereiten? Nutzen Sie **Ihre** individuelle Lernzeit, nur Sie im Gespräch mit einer qualifizierten Lehrkraft der vhs. Online bequem von zuhause. Flexibler Termin, grundsätzlich möglich von montags bis sonntags in gegenseitiger Absprache. Sie benötigen nur einen Laptop/PC mit Headset oder integriertem Mikro. Eine Webcam ist sinnvoll. Zur individuellen Absprache wird Ihre E-Mail sowie eine Telefonnummer benötigt.

59499

Termin nach Absprache, Entgelt: 15,- EUR, 30 Minuten, Online

FRANZÖSISCH A2-NIVEAU

FRANZÖSISCH A2 KURS 1 Lehrwerk: „Voyages neu A2“, ab Lektion 1

Ideal für Menschen mit Schulkenntnissen zum Wiederholen und Erweitern. Ziele sind die mündliche Verständigung und das Verstehen von Gehörtem und Gelesenem. Es genügen Vorkenntnisse von vier vhs-Kursen/ca. 100 Ustd. Wir empfehlen einen Online-Einstufungstest! Der Kurs startet mit dem 2. Band des Lehrwerks. Inhalte: die eigene Wohnung und ihre Einrichtung, die Vergangenheit, Körper und Ernährung. Neue Grammatik: das imparfait. Lehrwerk: „Voyages neu A2“, Ernst Klett Sprachen, ISBN 978-3-12-529422-6.

5406

mi, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 21.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Sandrine Lidzba



FRANZÖSISCH A2 KURS 1 Lehrwerk: „Voyages neu A2“, ab Lektion 1

Kursbeschreibung siehe Kurs 5406.

5407

fr, 15.15 - 16.45 Uhr, ab 23.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Maité Aubert

FRANZÖSISCH A2 KURS 2 Lehrwerk: „Voyages neu A2“, ab Lektion 4

Für Fortgeschrittene mit gesicherten Kenntnissen der A1-Stufe ab ca. 120 Ustd. Neue Situationen für mündliche Kommunikationsübungen sind nach einer Wiederholungslektion Einladungen, Wünsche und die Arbeitswelt. Neue Grammatikthemen sind das Konditional und der Superlatif. Lehrwerk: „Voyages neu A2“, Ernst Klett Sprachen, ISBN 978-3-12-529422-6.

5408

di, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 20.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Sandrine Lidzba

FRANZÖSISCH A2 KURS 2 Lehrwerk: „Voyages neu A2“, ab Lektion 5B

Für Fortgeschrittene mit gesicherten Kenntnissen der A1-Stufe ab ca. 120 Ustd. Neue Situationen für mündliche Kommunikationsübungen sind nach einer Wiederholungslektion Wünsche, die Arbeitswelt, die eigene Situation, berufliche Qualifikationen u. a. Neue Grammatikthemen: Superlatif und Futur simple. Lehrwerk: „Voyages neu A2“, Ernst Klett Sprachen, ISBN 978-3-12-529422-6.

5409

di, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 20.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Katharina Peskes-Wagner

FRANZÖSISCH A2 KURS 2/3 Lehrwerk: „Voyages neu A2“, ab Lektion 8

Für Quer- und Wiedereinsteiger*innen mit ca. 150 Ustd. oder ca. fünf bis sechs vhs-Kursen Vorkenntnissen. Neue Kommunikationsanlässe: persönliche Beziehungen, Missverständnisse, neue Medien u. a.; neue Grammatik: indirekte Rede im Präsens.

Lehrwerk: „Voyages neu A2“, Ernst Klett Sprachen, ISBN 978-3-12-529422-6.

5410

mi, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 21.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Sandrine Lidzba

FRANZÖSISCH A2 KURS 3 Lehrwerk: „Voyages neu A2“, ab Lektion 9B

Für Fortgeschrittene ab ca. 160 Ustd. oder ca. sechs vhs-Kursen Vorkenntnissen. Neue Kommunikationsanlässe: persönliche Beziehungen und Erfahrungen, Medien, Veränderungen im Leben u. a. Neue Grammatik: venir de +Infinitiv, das Plusquamperfekt. Lehrwerk: „Voyages neu A2“, Ernst Klett Sprachen, ISBN 978-3-12-529422-6.

5411

di, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 20.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Maité Aubert

FRANZÖSISCH A2 KURS 4 Lehrwerk: Voyages neu A2, ab Lektion 11B

Systematischer Kurs für Interessierte mit soliden Vorkenntnissen ab etwa 160 Ustd. Neue Themen: Feste, Traditionen etc. Wir legen viel Wert auf das Sprechen und die Vertiefung der Grammatik (neu: der subjonctif). Lehrwerk: „Voyages neu A2“, Ernst Klett Sprachen, ISBN 978-3-12-529422-6.

5412

mo, 09.30 - 11.00 Uhr, ab 19.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Mahshid Parastar

FRANZÖSISCH B1/B2-NIVEAU

FRANZÖSISCH B1 KURS 1 Lehrwerk: „Voyages neu B1“, ab Lektion 1B

Für Interessierte mit Vorkenntnissen ab etwa 200 UStd., die ein A2-Lehrwerk abgeschlossen haben und systematisch weiterlernen wollen. Auch geeignet für Menschen mit soliden schulischen Vorkenntnissen (drei bis vier Jahre). Zunehmend freies Sprechen wird gefördert. Gemeinsam wird mit dem neuen Lehrwerk begonnen! Sprechansätze: Gewohnheiten, Vorlieben, Mobilität, Lebensqualität; neue Grammatik: Konditional unregelmäßiger Verben, participe présent, gérondif. Lehrwerk: „Voyages neu B1“, ISBN 978-3-12-529431-8.

5413

do, 11.00 - 12.30 Uhr, ab 22.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Maité Aubert

FRANZÖSISCH B1 KURS 2 Lehrwerk: „Voyages neu B1“, ab Lektion 5B

Ideal für Menschen mit soliden Schulkenntnissen (vier bis fünf Jahre) und Interessierte mit Vorkenntnissen ab etwa 220 UStd. Neue Sprechansätze bilden bilden Paris, die multikulturelle Gesellschaft u. a. Grammatikalische Schwerpunkte sind der Vergleich der verschiedenen Zeitformen der Vergangenheit und zusammengesetzte Relativpronomen. Lehrwerk: „Voyages neu B1“, ISBN 978-3-12-529431-8.

5414

mi, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 21.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Mahshid Parastar

ONLINE-KURS: FRANZÖSISCH B1 KURS 3 - KLEINGRUPPE Lehrwerk: „Voyages neu B1“, ab Lektion 10B

Dieser Kurs eignet sich für Interessierte mit soliden Vorkenntnissen ab ca. 260 UStd. Wortschatzerweiterung, Grammatikvertiefung und zunehmend freie Rede werden trainiert.

In diesem Semester geht es um Familie und Freundschaft, die Frauenrolle, Humor und Lebensfreuden. Neue Grammatik ist der Gebrauch verschiedener Konjunktionen mit subjonctif und das passé simple. Lehrwerk: „Voyages neu B1“, ISBN 978-3-12-529431-8.

5415

do, 19.00 - 20.30 Uhr, ab 22.02.

Entgelt: 102,- EUR

Maité Aubert

FRANZÖSISCH- AUFRISCHUNGSKURS B1-NIVEAU

Lehrwerk: „Rencontres B1“,
ab Lektion 4

Der Kurs wiederholt in lockerer und kommunikativer Atmosphäre die B1-Stufe mit einem neuen Lehrwerk, das in jeder Lektion eine französischsprachige Region einbindet. Der Kurs eignet sich besonders für Quereinsteiger*innen, die sich bereits in allen typischen Alltagssituationen auf B1-Niveau ausdrücken können oder solides Schulwissen mitbringen, die aber dennoch systematisch und lehrwerkgestützt ihren Wortschatz erweitern, Grammatikkenntnisse vertiefen und im freien Sprechen mehr Sicherheit gewinnen wollen.
Lehrwerk: „Rencontres B1“, Klett-Sprachen, ISBN 978-3-12-529649-7.

5416

di, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 20.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Sandrine Lidzba

FRANZÖSISCH B2-NIVEAU - KLEINGRUPPE

Für Fortgeschrittene, die das B2-Niveau erreicht haben. Wenn Sie die erworbenen Kenntnisse festigen und systematisch weiter ausbauen wollen, sind Sie in diesem Kurs richtig. In thematischen Dossiers und unterstützt durch aktuelle Beiträge aus den Medien trainieren und erweitern wir unsere sprachlichen Fähigkeiten, wobei interkulturelle Aspekte besondere Berücksichtigung finden. Die Nutzung des Internets vor Ort am PC ist regelmäßig in den Kurs integriert, Grammatik wird bei Bedarf wiederholt. Material wird im Kurs ausgegeben.

5418

di, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 20.02.

13 x 2 UStd., 106,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Katharina Peskes-Wagner

A LA DÉCOUVERTE DE LA FRANCE ACTUELLE (FRANZÖSISCH B1)

Lecture et conversation

Ce cours s'adresse à des participants ayant un niveau de langue correspondant à environ 200 h de cours et ayant étudié l'essentiel de la grammaire française (vol. 1 et 2 d'un manuel). A partir de textes divers (articles de journaux, chansons, textes littéraires...) ainsi que de documents audio, nous essayons de converser sur des sujets variés touchant la société française. Les participants ont également la possibilité de rafraîchir leurs connaissances grammaticales ainsi que de faire des exercices d'entraînement à l'expression orale si cela s'avère nécessaire.

5419

do, 09.15 - 10.45 Uhr, ab 22.02.

13 x 2 UStd., 73,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Maité Aubert

CONVERSATION FRANÇAISE (B2) Vierzehntägiger Gesprächskreis

Ce cours s'adresse aux personnes ayant déjà de bonnes connaissances de la langue française et qui désirent les rafraîchir voire les entretenir. Dans le cadre de ce cours et, après discussion avec les participants, il sera possible de discuter des problèmes d'actualité en fonction des désirs émis. Les discussions pourront s'appuyer sur la lecture d'extraits de journaux français actuels. Si les participants le désirent, il sera aussi possible de lire des morceaux choisis d'un roman français contemporain.

Der Kurs findet in der Regel vierzehntäglich statt (siehe Termine). Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist im Entgelt inbegriffen!

5420

Montag, 19.02., 20.15 - 21.45 Uhr

Montag, 04.03., 20.15 - 21.45 Uhr

Montag, 18.03., 20.15 - 21.45 Uhr

Montag, 15.04., 20.15 - 21.45 Uhr

Montag, 29.04., 20.15 - 21.45 Uhr

Montag, 13.05., 20.15 - 21.45 Uhr

Montag, 27.05., 20.15 - 21.45 Uhr

7 x 2 UStd., 40,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Katharina Peskes-Wagner

FRANZÖSISCH - EINZELVERANSTALTUNGEN

BALADE LE LONG DU RHÔNE - SPAZIERGANG ENTLANG DER RHÔNE Bebildeter Vortrag in einfachem Französisch

Long de 812 km, le Rhône s'étend des Alpes suisses à la mer Méditerranée en passant par la Drôme, l'Ardèche ou encore la Camargue. Depuis l'Antiquité il est une importante voie d'échange reliant l'Europe du Nord à la mer Méditerranée. Ressource vitale pour l'Homme, il est aujourd'hui la vallée énergétique de la France. Venez découvrir l'espace rhodanien, ses paysages, ses villes, son patrimoine historique ainsi que sa gastronomie réputée.

Die Rhône ist 812 km lang und erstreckt sich von den Schweizer Alpen über die Drôme, die Ardèche und die Camargue bis zum Mittelmeer. Seit der Antike ist sie ein wichtiger Handelsweg, der Nordeuropa mit dem Mittelmeer verbindet. Als lebenswichtige Ressource für den Menschen ist sie heute das Energietael Frankreichs. Entdecken Sie den Rhône-Raum, seine Landschaften, seine Städte, sein historisches Erbe sowie seine berühmte Gastronomie bei einem Bildervortrag in einfachem Französisch.

5423

Donnerstag, 06.06., 19.00 - 20.30 Uhr

Entgelt: 7,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Sarah Landis

FRANZÖSISCH- DEUTSCHE KOCHABENDE



Einen Abend französisch kochen, gemeinsam genießen und dabei ein bisschen französisch lernen? Sprach- und Kochkenntnisse sind keine Voraussetzung. Sie erhalten alle Rezepte auf französisch und deutsch. Im Entgelt der Kochkurse ist immer die Gerätenutzungspauschale enthalten. Mit der Gebühr bezahlen Sie zugleich die Lebensmittelumlage (hier: 14,- EUR). Diese wird nur erstattet, wenn eine Stornierung mindestens zehn Tage vor Kursbeginn erfolgt. Durch diese Regelung gibt es eine höhere Planungssicherheit für den Einkauf. Wer bei Kochkursen von den Gebühren befreit ist, muss selbstverständlich die Lebensmittelumlage begleichen. Bitte zahlen Sie das Kochgeld in unseren Geschäftsstellen ein oder geben Sie uns Ihre Bankverbindung an.

LA CUISINE FRANÇAISE: SUR LA ROUTE DES SAVEURS FRANCOPHONES



De plat en plat, nous ferons un tour du monde et découvrirons la délicieuse diversité de l'art culinaire francophone. Laissez-vous surprendre.

Wir begeben uns von Gang zu Gang auf eine Weltreise und entdecken die köstliche Vielfalt der frankophonen Kochkunst.

5425

Freitag, 15.03., 17.30 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 29,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Sandrine Lidzba

LA CUISINE FRANÇAISE: VIVE LA FINESSE!



Die Franzosen wissen einfach, wie es geht. Sie kochen frisch und raffiniert mit kompromisslos besten Zutaten. Sommerliche Schlemmerrezepte (Artischocke, Ziegenkäse-Bonbon, Himbeer-Eclair) werden mit viel Spaß vorbereitet.

Les Français savent tout simplement comment s'y prendre. Ils cuisinent de manière fraîche et raffinée avec les meilleurs ingrédients, sans compromis. Des recettes festives gourmandes (artichaut, bonbon au fromage de chèvre, éclair à la framboise) seront préparées avec beaucoup de plaisir lors de cette soirée.

5426

Freitag, 19.04., 17.30 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 29,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Sandrine Lidzba

SPANISCH

EINSTUFUNGSBERATUNG SPANISCH

Wenn Sie erstmals einen Sprachkurs besuchen werden oder über Vorkenntnisse in der Sprache verfügen, nutzen Sie gerne unsere Einstufungsberatung. Am besten, Sie absolvieren einen online-Test und melden sich mit dem Ergebnis. Hier finden Sie die Online-Einstufungstests für Spanisch:

<https://www.cornelsen.de/empfehlungen/sprachtest/spanisch>

Unsere Kurse orientieren sich am Europäischen Referenzrahmen. Bitte lesen Sie dazu **Seite 53** in diesem Programmheft.

Eine persönliche oder telefonische Beratung, sofern gewünscht gern auch per Videochat, ist nach Absprache montags bis donnerstags möglich: Monika Remlinger, Tel. 02323/16-3467, E-Mail: monika.remlinger@herne.de.

Bei Anfragen per E-Mail bitten wir um Angabe einer Telefonnummer, unter der Sie tagsüber erreichbar sind.

SPRACHEN LERNEN IST NICHTS FÜR MICH, ODER DOCH? Informationsveranstaltung

Kursinhalte siehe Seite 58. Anmeldung bitte bis zum 16.02.

54002
Samstag, 24.02., 10.00 - 12.30 Uhr

NIVEAUSTUFEN

A1-Kurse wenden sich an Interessierte ohne Vorkenntnisse (A1 Kurs 1) oder Menschen mit geringen Vorkenntnissen (ab A1 Kurs 2). Es wird die Aussprache trainiert und ein einfacher Gundwortschatz aufgebaut.

Sie erlernen erste Satzbaumuster, um etwas mitzuteilen, zu erfragen und zu verstehen, wenn es um vertraute, alltägliche Situationen wie Vorstellung, die Bestellung im Café, den Einkauf, eine Wegbeschreibung oder den Urlaub geht.

A2-Kurse eignen sich bei Vorkenntnissen ab 100 Unterrichtsstunden (UStd.). Arbeit, Alltagsleben und Freizeitbeschäftigungen sind Themen, dabei lernen Sie auch über Vergangenes und Zukünftiges zu sprechen.

B1-Kurse eignen sich ab etwa 200 Unterrichtsstunden. Sie lernen, auch unvorbereitet an Gesprächen über Alltag, Beruf oder auf Reisen teilzunehmen, Wesentliches aus Radio oder TV-Nachrichten zu verstehen, ihre Wünsche oder Pläne klar zu beschreiben.

SPANISCH A1-NIVEAU



SPANISCH ANFANGSKURS Lehrwerk: „Perspectivas contigo A1“, ab Lektion 1

Ein Kurs nur für Anfänger*innen ohne jegliche Vorkenntnisse. Wir beginnen mit den Besonderheiten von Aussprache und Alphabet und lernen, uns auf Spanisch zu begrüßen, vorzustellen, einfache Fragen zu stellen u.ä. Bei schon geringen oder lange zurückliegenden Vorkenntnissen empfiehlt sich der Beginn mit dem Kurs A1 Kurs 2.

Lehrwerk: „Perspectivas contigo A1“, Kurs- und Übungsbuch, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-120933-9.

5501
mo, 20.15 - 21.45 Uhr, ab 19.02.
13 x 2 UStd., 63,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Erika Herrera Hernandez

SPANISCH ANFANGSKURS Lehrwerk: „Perspectivas contigo A1“, ab Lektion 1

Kursbeschreibung siehe Kurs 5501.

5502
do, 16.30 - 18.00 Uhr, ab 22.02.
13 x 2 UStd., 63,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Andrea Carina Ruiz Flores



SPANISCH ANFANGSKURS KOMPAKT (A1 KURS 1) Bildungsurlaub nach dem AwbG NRW



Diese Kompaktwoche ermöglicht es Ihnen, erste Spanischkenntnisse zu erwerben. Zielgruppe sind Personen ohne Vorkenntnisse, die sich im spanischsprachigen Ausland oder mit Spaniern im Inland in allgemeinen oder berufsbezogenen Situationen verständigen wollen. Der Kurs schafft die Grundlage für eine erste vorwiegend mündliche Verständigung mit diesen Themen: Begrüßung und Vorstellung, etwas zur eigenen Person und zu Familie/Kollegen sagen, Erfragen von Informationen (Einkauf, Restaurant/Kantine, Markt, Straßenverkehr, Hotel), Bestellungen in Bar oder Restaurant, Preise erfragen, einfache

Auskünfte erteilen, Ausdrücken von Gefallen/Missfallen. Interkulturelle Besonderheiten fließen in den Unterricht ein. Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist im Entgelt inbegriffen. Bei gewünschter Freistellung für Bildungsurlaub nach AwbG/NRW sollten Sie sich spätestens sechs Wochen vorher angemeldet haben!

5503
mo - fr, 08. - 12. Juli,
jeweils von 09.00 - 14.30 Uhr
5 x 6 UStd., 109,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Isabel Campos Aguilera

SPANISCH ANFANGSKURS (A1 KURS 1) - KOMPAKT AM WOCHENENDE Lehrwerk: „Entrada al español“, Lektion 1/2

Lernen Sie Spanisch am Wochenende. Die Dozentin lädt ein, wichtiges Rüstzeug für eine Reise in spanischsprachige Länder zu erwerben: sich begrüßen und vorstellen, etwas fragen, zur Herkunft und zum Befinden sagen u.v.m. Der Kurs ist nur geeignet für Einsteiger*innen ohne Vorkenntnisse und arbeitet mit einem speziell für kurze Kompaktkurse konzipiertem Lehrwerk. Ein zweiter Kurs wird, sofern in der Gruppe gewünscht, ebenfalls als Wochenendkurs noch im laufenden Semester angeschlossen. Bitte beachten: Die kompakte Form bedeutet schnelleres intensives Lernen und setzt daher regelmäßige Teilnahme und aktive Mitarbeit voraus. Lehrwerk: „Entrada al español“, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-464-20567-9.

5504
Freitag, 12.04., 17.00 - 20.15 Uhr
Samstag, 13.04., 10.00 - 13.15 Uhr
Freitag, 19.04., 17.00 - 20.15 Uhr
Samstag, 20.04., 10.00 - 13.15 Uhr
16 UStd., 45,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Isabel Campos Aguilera



SPANISCH FÜR KINDER VON 7 - 11 JAHREN (FERIENKURS) Für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse



„Hallo“ oder „Hola“ wie die Spanier sagen ... Wollt ihr ein wenig Spanisch lernen? Wie sagt man „Hallo, wie geht's?“ und was antwortet ihr darauf? Ein paar Zahlen, Farben, Wochentage und was ihr in der Freizeit macht, und wie schreibt man eine WhatsApp-Nachricht auf Spanisch? Das lernt ihr in unserem Ferienkurs, in dem es keine Hausaufgaben gibt, aber dafür viel Spaß. Eure Lehrerin heißt Isabel und hat an der Südküste Spaniens gelebt. Das Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist in der Gebühr enthalten.

5505
Montag, 05.08., 10.00 - 13.15 Uhr
Dienstag, 06.08., 10.00 - 13.15 Uhr
Mittwoch, 07.08., 10.00 - 13.15 Uhr
Donnerstag, 08.08., 10.00 - 13.15 Uhr
4 x 4 UStd., 39,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Isabel Campos Aguilera



**SPANISCH SPRECHEN
VON ANFANG AN**
Sprechtraining für Menschen
mit Vorkenntnissen
eines Anfangskurses

Dieser Kurs bietet die Möglichkeit, begleitend aber auch ohne einen weiteren Kurs regelmäßig das Sprechen zu trainieren, und zwar auf sehr einfachem Niveau. Vorausgesetzt werden nur Kenntnisse eines Anfangskurses. Damit auf Reisen erst gar keine Sprechhemmung entsteht, selbst wenn man erst ganz wenig Spanisch gelernt hat. Damit Sie nicht nach mehreren Spanischkursen immer noch sagen: „Grammatik kann ich, aber sprechen kann ich gar nicht.“ Nur Mut!

5506

Samstag, 24.02., 10.00 - 13.15 Uhr
Samstag, 23.03., 10.00 - 13.15 Uhr
Samstag, 27.04., 10.00 - 13.15 Uhr
Samstag, 25.05., 10.00 - 13.15 Uhr
4 x 4 UStd., 56,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Isabel Campos Aguilera

SPANISCH A1 KURS 2

**Lehrwerk: „Perspectivas contigo A1“,
ab Lektion 4**

Für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen (ab ca. 30 UStd./ein bis zwei vhs-Kurse) geeignet. Nach einer Wiederholungslektion mündliche Kommunikation in einfachen Situationen: etwas zum Alltag und zur Familie sagen können, Orte beschreiben, Wochentage, Tageszeiten etc.
Lehrwerk: „Perspectivas contigo A1“, Kurs- und Übungsbuch, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-120933-9.

5507

do, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 22.02.
13 x 2 UStd., 63,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Antonio José Sucre Figueroa

SPANISCH A1 KURS 2

**Lehrwerk: „Perspectivas contigo A1“,
ab Lektion 5**

Für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen (ab ca. 30 UStd./ein bis zwei vhs-Kurse) geeignet. Mündliche Kommunikation in einfachen Situationen: etwas Alltag und Familie sagen können, Orte beschreiben, Wochentage, Tageszeiten etc.
Lehrwerk: „Perspectivas contigo A1“, Kurs- und Übungsbuch, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-120933-9.

5508

mi, 16.15 - 17.45 Uhr, ab 21.02.
13 x 2 UStd., 63,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Erika Herrera Hernandez

SPANISCH A1 KURS 3

**Lehrwerk: „Perspectivas contigo A1“,
ab Lektion 7**

Für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen (ab ca. 40 - 50 UStd./zwei vhs-Kurse) geeignet. Mündliche Kommunikation in einfachen Situationen wie z. B. Orte beschreiben, Wege erklären u. a.
Lehrwerk: „Perspectivas contigo A1“, Kurs- und Übungsbuch, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-120933-9.

5509

do, 20.15 - 21.45 Uhr, ab 22.02.
13 x 2 UStd., 63,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Antonio José Sucre Figueroa

SPANISCH A1 KURS 4

**Lehrwerk: „Perspectivas contigo A1“,
ab Lektion 10**

Für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen (ab ca. 70 UStd./drei vhs-Kurse) geeignet. Mündliche Kommunikation in einfachen Situationen: Wohnung und Einrichtung, Umzug, Freizeit etc.
Lehrwerk: „Perspectivas contigo A1“, Kurs- und Übungsbuch, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-120933-9.

5510

di, 20.15 - 21.45 Uhr, ab 20.02.
13 x 2 UStd., 63,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Antonio José Sucre Figueroa

SPANISCH A1 KURS 4

**Lehrwerk: „Perspectivas contigo A1“,
ab Lektion 10**

Kursbeschreibung siehe Kurs 5510.

5511

mo, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 19.02.
13 x 2 UStd., 63,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Erika Herrera Hernandez

SPANISCH A1 KURS 4

**Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! A1“,
ab Lektion 13**

Für Interessierte mit Vorkenntnissen (ab ca. 90 UStd./drei bis vier vhs-Kurse) geeignet. Urlaubs- und alltagstaugliche mündliche Kommunikation steht im Vordergrund: über die Vergangenheit sprechen, von einer Reise erzählen u. a. Neue Grammatik: Vergangenheit (indefinido).

Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! A1“, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-464-20488-7

5512

do, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 22.02.
13 x 2 UStd., 63,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Andrea Carina Ruiz Flores

SPANISCH A1 KURS 4

**Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! A1“,
ab Lektion 13**

Kursbeschreibung siehe Kurs 5512.

5513

do, 11.00 - 12.30 Uhr, ab 22.02.
13 x 2 UStd., 63,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Andrea Carina Ruiz Flores

SPANISCH A2-NIVEAU

SPANISCH A2 KURS 2

**Lehrwerk: „Perspectivas contigo A2“,
ab Lektion 4**

Für Interessierte mit Vorkenntnissen (ab ca. 120 UStd.) geeignet. Dieser Kurs wiederholt die A2-Stufe mit einem anderen Lehrwerk. Er richtet sich daher auch an Neubeginnende der A2-Stufe, denen die übliche Progression aufgrund schulischer Basis oder Sprachlernerfahrung mitunter zu langsam erscheint. Urlaubs- und alltagstaugliche mündliche Kommunikation steht im Vordergrund, die Grammatik wird systematisch integriert. Kommunikationsanlässe sind Beruf und Arbeitsplatz, Multimedia u. a.
Lehrwerk: „Perspectivas contigo A2“, Cornelsen-Verlag, ISBN 978-3-06-120935-3.

5514

di, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 20.02.
13 x 2 UStd., 63,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Antonio José Sucre Figueroa

**SPANISCH A2 KURS 3 -
HYBRID**

**Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! A2“,
ab Lektion 10**

Für Interessierte mit Vorkenntnissen ab ca. sechs bis sieben vhs-Kursen (ca. 200 Std Unterricht) geeignet. Neue Themen: Reisen, Wegbeschreibung, Körper und Gesundheit u.a. Neue Grammatik: der Imperativ. Neben dem Lehrwerk wird viel anderes Material entsprechend den Wünschen der Teilnehmenden verwendet, um zum Sprechen zu motivieren. Dieser Kurs findet hybrid und gelegentlich online statt, sodass eine Teilnahme auch ohne Präsenz im Kursraum möglich ist.
Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! A2“, Cornelsen-Verlag, ISBN 978-3-464-20489-4.

5515

fr, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 23.02.
13 x 2 UStd., 63,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Erika Herrera Hernandez

Zum Verständnis unserer Kursstufen in den jeweiligen Sprachen lesen Sie bitte die Erklärungen zum Europäischen Referenzrahmen auf Seite 53.

SPANISCH A2 KURS 4

Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! A2“, ab Lektion 11

Für Interessierte mit Vorkenntnissen (ab ca. 200 UStd./sechs bis sieben vhs-Kurse) geeignet. Neue Gesprächsanlässe sind der Körper und die Gesundheit, Stimmungen, Kunst, Bildbeschreibung u. a. Neue Grammatik: der Imperativ, Possessivpronomen. Neben dem Lehrwerk wird weiteres Material entsprechend den Wünschen der Teilnehmenden verwendet, um zum Sprechen zu motivieren. Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! A2“, Cornelsen-Verlag, ISBN 978-3-464-20489-4.

5516

mo, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 19.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Erika Herrera Hernandez

EINE LERNZEIT NUR FÜR MICH! Individueller Unterricht in Spanisch!

Sie sind interessiert an einem speziellen Thema, das im Kurs zu kurz kommt? Sie haben ein Grammatikkapitel nicht verstanden? Sie möchten etwas Spezielles für einen Aufenthalt im Land vorbereiten? Nutzen Sie Ihre individuelle Lernzeit, nur Sie im Gespräch mit einer qualifizierten Lehrkraft der vhs. Online bequem von zuhause. Flexibler Termin, grundsätzlich möglich von montags bis sonntags in gegenseitiger Absprache. Sie benötigen nur einen Laptop/PC mit Headset oder integriertem Mikro. Eine Webcam ist sinnvoll. Zur individuellen Absprache wird Ihre E-Mail sowie eine Telefonnummer benötigt.

59499

Termin nach Absprache

Entgelt: 15,- EUR

30 Minuten, Online



SPANISCH AUFRISCHUNGSKURS A2 - SOMMERKURS



Für Interessierte mit Vorkenntnissen der A2-Stufe (ca. sechs bis acht vhs-Kurse), die in den Ferien ihre Kenntnisse erhalten und auffrischen wollen. An fünf Terminen werden wesentliche Inhalte der A2-Stufe geübt. Die Inhalte werden gemeinsam beim ersten Termin festgelegt. Mögliche Elemente des A2-Niveaus können sein: Dialogisches Sprechen zu Alltagsthemen, Reisen, Stadt und Wegbeschreibungen etc. Eingebettete Grammatikinhalte: der bejahte Imperativ, reale Konditionalsätze. Material wird von der Kursleitung vorbereitet und ist im Entgelt inbegriffen.

5517

Mittwoch, 19.06., 16.45 - 18.15 Uhr

Mittwoch, 26.06., 16.45 - 18.15 Uhr

Mittwoch, 03.07., 16.45 - 18.15 Uhr

Mittwoch, 10.07., 16.30 - 18.00 Uhr

Mittwoch, 17.07., 16.30 - 18.00 Uhr

10 UStd., 35,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Erika Herrera Hernandez

SPANISCH B1-NIVEAU

SPANISCH REPASO, B1 KURS 4

Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! B1“, ab Lektion 12

Ein Kursangebot für Interessierte und Wiedereinsteiger*innen mit soliden Kenntnissen (z. B. fünf Jahre Schulunterricht), die im Prinzip die Grammatik „durch“ haben und sich auch in allen gängigen Alltagssituationen gut verständigen können.

Neben dem Buch und Themen der Lektion 12 wie Bildung, Erziehung und lebenslanges Lernen wird weiteres Material/Romanauzüge verwendet, um die Sprechfähigkeit im Hinblick auf das B2-Niveau zu fördern!

¿Nos vemos?

Interessierte Quereinsteiger*innen melden sich bitte bei der Programmbereichsleitung wegen des Lehrwerks.

Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! B1“, Cornelsen-Verlag, ISBN 978-3-464-20494-8.

5518

mi, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 21.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Erika Herrera Hernandez



ONLINE-ANGEBOT: SPANISCH AUFRISCHUNGSKURS B1 - SOMMERKURS



Dieser Kurs wendet sich an Interessierte mit Vorkenntnissen der B1-Stufe (ab ca. acht vhs-Kursen), die in der Sommerpause ortsunabhängig ihre Kenntnisse erhalten und auffrischen wollen. Wir wiederholen und trainieren wesentliche Inhalte der B1-Stufe. Die Inhalte werden gemeinsam beim ersten Termin festgelegt.

Mögliche Elemente des B1-Niveaus können sein: dialogisches Sprechen zu Gewohnheiten und Traditionen, Wünsche formulieren, Anlässe feiern. In Bezug auf die Grammatik sind denkbar: subjuntivo Präsens in Bildung und Gebrauch, subjuntivo oder indicativo in Finalsätzen.

Material wird von der Kursleitung vorbereitet und ist im Entgelt inbegriffen.

Sie benötigen zur Teilnahme lediglich eine stabile Internetverbindung, einen Laptop/PC mit Kamera und Mikro. Sie erhalten einen direkten Teilnahmelink zur vhs.cloud.

5520

Montag, 17.06., 18.00 - 19.30 Uhr

Montag, 24.06., 18.00 - 19.30 Uhr

Montag, 01.07., 18.00 - 19.30 Uhr

Montag, 08.07., 18.00 - 19.30 Uhr

Montag, 15.07., 18.00 - 19.30 Uhr

Montag, 22.07., 18.00 - 19.30 Uhr

Montag, 29.07., 18.00 - 19.30 Uhr

Entgelt: 47,- EUR

Online, Erika Herrera Hernandez

ITALIENISCH

NIVEAUSTUFEN

A1-Kurse wenden sich an Interessierte ohne Vorkenntnisse (A1 Kurs 1) oder Menschen mit geringen Vorkenntnissen (ab A1 Kurs 2). Es wird die Aussprache trainiert und ein einfacher Grundwortschatz aufgebaut.

Sie erlernen erste Satzbaumuster, um etwas mitzuteilen, zu erfragen und zu verstehen, wenn es um vertraute, alltägliche Situationen wie Vorstellung, die Bestellung im Café, den Einkauf, eine Wegbeschreibung oder den Urlaub geht.

A2-Kurse eignen sich bei Vorkenntnissen ab 100 Unterrichtsstunden (UStd.). Arbeit, Alltagsleben und Freizeitbeschäftigungen sind Themen, dabei lernen Sie auch über Vergangenes und Zukünftiges zu sprechen.

B1-Kurse eignen sich ab etwa 200 Unterrichtsstunden. Sie lernen, auch unvorbereitet an Gesprächen über Alltag, Beruf oder auf Reisen teilzunehmen, Wesentliches aus Radio oder TV-Nachrichten zu verstehen, ihre Wünsche oder Pläne klar zu beschreiben.

EINSTUFUNGSBERATUNG ITALIENISCH

Wenn Sie erstmals einen Sprachkurs besuchen werden oder über Vorkenntnisse in der Sprache verfügen, nutzen Sie gerne unsere Einstufungsberatung. Am besten, Sie absolvieren einen online-Test und melden sich mit dem Ergebnis. Hier finden Sie die Online-Einstufungstests für Italienisch:

https://www.hueber.de/einfach-digital/einstufungstests?sprache=it&sprache_1=it&lehrwerk=nesp&lehrwerk_1=mns

Unsere Kurse orientieren sich am Europäischen Referenzrahmen. Bitte lesen Sie dazu Seite 53 in diesem Programmheft.

Eine persönliche oder telefonische Beratung, sofern gewünscht gern auch per Videochat, ist nach Absprache montags bis donnerstags möglich:

Monika Remlinger, Tel. 02323/16-3467,

E-Mail: monika.remlinger@herne.de.

Bei Anfragen per E-Mail bitten wir um Angabe einer Telefonnummer, unter der Sie tagsüber erreichbar sind.

SPRACHEN LERNEN IST NICHTS FÜR MICH, ODER DOCH? Informationsveranstaltung

Kursinhalte siehe Seite 58.

Anmeldung bitte bis zum 16.02.

54002

Samstag, 24.02., 10.00 - 12.30 Uhr

ITALIENISCH A1-NIVEAU



ITALIENISCH ANFANGSKURS Lehrwerk: „Nuovo Espresso A1“, ab Lektion 1

Ein Kurs für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse. Wir beginnen mit den Besonderheiten der Aussprache und Schreibweise und lernen, uns auf Italienisch zu begrüßen, vorzustellen, einfache Fragen zu stellen, die Zeichnungen für Pizza richtig zu sagen u. a. Lehrwerk: „Nuovo Espresso A1“, Lehr- und Arbeitsbuch mit DVD und Audio-CD, Hueber-Verlag, ISBN 978-3-19-105438-0.

5601

mo, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 19.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Lucia Fraenza



ITALIENISCH ANFANGSKURS KOMPAKT Bildungsurlaub nach dem AWbG NRW



Diese Kompaktwoche ermöglicht es Ihnen, in kurzer Zeit erste Italienischkenntnisse zu erwerben. Zielgruppe sind Personen ohne Vorkenntnisse, die sich in Italien oder mit italienisch sprechenden Menschen im Inland in grundlegenden Kommunikationssituationen verständigen wollen. Der Kurs schafft die Grundlage für eine erste vorwiegend mündliche Verständigung anhand folgender Themen: Begrüßung und Vorstellung, etwas zur eigenen Person und Familie/Kollegen sagen, Erfragen von Informationen (Einkauf, Restaurant, Markt, Straßenverkehr, Hotel). Bestellungen in der Bar oder im Restaurant, Preise erfragen, Uhrzeiten, einfache Auskünfte erteilen, Ausdrücken von Gefallen/Missfallen. Interkulturelle Besonderheiten fließen in den Unterricht ein. Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist im Entgelt inbegriffen. Bei gewünschter Freistellung nach dem AWbG NRW sollten Sie sich spätestens sechs Wochen vorher angemeldet haben!

5602

mo - fr, 08. - 12. Juli,

jeweils von 09.00 - 14.30 Uhr

5 x 6 UStd., 109,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Ilaria Manfredi

ITALIENISCH ANFANGSKURS (A1 KURS 1) KOMPAKT AM WOCHENENDE

Lernen Sie Italienisch am Wochenende! Nur geeignet für Einsteiger*innen ohne Vorkenntnisse. Die Dozentin lädt ein, wichtiges sprachliches Rüstzeug für eine Italien-Reise zu erwerben: sich begrüßen und vorstellen, Öffnungszeiten und Preise erfragen, einkaufen, Hinweisschilder lesen, in der Bar und im Ristorante bestellen. Die kompakte Form bedeutet schnelleres Lernen, setzt jedoch regelmäßige Teilnahme und aktive Mitarbeit voraus. Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist in der Gebühr enthalten.

5603

Freitag, 12.04., 18.00 - 21.15 Uhr

Samstag, 13.04., 10.00 - 13.15 Uhr

Freitag, 19.04., 18.00 - 21.15 Uhr

Samstag, 20.04., 10.00 - 13.15 Uhr

4 x UStd., 48,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Ricarda Erler



ITALIENISCH FÜR ANFÄNGER*INNEN MIT GERINGEN VORKENNTNISSEN (A1 KURS 2) - KOMPAKT Bildungsurlaub nach dem AWbG NRW

Diese Kompaktwoche ermöglicht es Ihnen, vorhandene erste Italienischkenntnisse zu vertiefen, den Wortschatz zu erweitern und die Sprechfähigkeit zu trainieren. Zielgruppe sind Personen mit geringen Vorkenntnissen von etwa 30 UStd. (ein vhs-Kurs), die sich in Italien oder mit italienisch sprechenden Menschen im Inland vorwiegend mündlich verständigen wollen. Interkulturelle Besonderheiten fließen in den Unterricht ein.

Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist im Entgelt inbegriffen.

Bei gewünschter Freistellung nach AWbG/NRW sollten Sie sich spätestens sechs Wochen vorher angemeldet haben!

5604

mo - fr, 08. - 12. April,

jeweils von 09.00 - 14.30 Uhr

5 x 6 UStd., 109,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Ilaria Manfredi

ITALIENISCH A1 KURS 2

Lehrwerk: „Espresso nuovo A1“,
ab Lektion 3/4

Für Anfänger*innen mit geringen Vorkenntnissen eines Kurses oder 20 bis 30 UStd. Stressfreies dialogisches Sprechen in netter Atmosphäre, Hörverstehen und italienische Lebensart vermittelt die muttersprachliche Dozentin anhand des systematischen Lehrwerks. Lehrwerk: „Nuovo Espresso A1“, Lehr- und Arbeitsbuch mit DVD und Audio-CD, Hueber-Verlag, ISBN 978-3-19-105438-0.

5605

di, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 20.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Immacolata Militzer



NEL RISTORANTE - ITALIENISCH RUND UM DEN RESTAURANTBESUCH (A1-NIVEAU) Sprechtraining für die Reise

Zielgruppe dieses Kurses sind Personen mit geringen Vorkenntnissen ab etwa 40 UStd. (ein bis zwei vhs-Kurse), die sich in Italien vorwiegend mündlich verständigen wollen. Üben Sie, Getränke korrekt zu bestellen, Essensempfehlungen zu erfragen oder bei der Rechnung nachzufragen.

Unterschiede zwischen deutschen und italienischen Gepflogenheiten fließen in den Unterricht ein.

Das Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist im Entgelt inbegriffen.

5606

Samstag, 27.04., 09.30 - 12.00 Uhr

Entgelt: 12,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Ilaria Manfredi



FARE LE SPESE - ITALIENISCH RUND UM DEN EINKAUF (A1-NIVEAU) Sprechtraining für die Reise

Zielgruppe dieses Kurses sind Personen mit geringen Vorkenntnissen ab etwa 40 UStd. (ein bis zwei vhs-Kurse), die sich in Italien vorwiegend mündlich verständigen wollen. Wir trainieren, auf dem Markt oder im Geschäft kleine Dialoge zu führen.

Interkulturelle Besonderheiten fließen in den Unterricht ein.

Das Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist im Entgelt inbegriffen.

5607

Samstag, 25.05., 09.30 - 12.00 Uhr

Entgelt: 12,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Ilaria Manfredi



TORINO, CHE BELLO! - DIE STADT ALS REISEZIEL IN BILD UND TON (A1-NIVEAU) Sprechtraining für die Reise

Zielgruppe dieses Kurses sind Personen mit geringen Vorkenntnissen ab etwa 40 UStd. (ein bis zwei vhs-Kurse), die neugierig sind auf die Stadt Turin und sich in Italien vorwiegend mündlich verständigen wollen.

Wir schauen gemeinsam Bilder von der Stadt, Sie erfahren etwas über die Sehenswürdigkeiten und trainieren, auf der Straße, im Museum etc. kleine Dialoge zu führen.

Das Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist im Entgelt inbegriffen.

5608

Samstag, 08.06., 09.30 - 12.00 Uhr

Entgelt: 12,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Ilaria Manfredi

ITALIENISCH A1 KURS 2/3

Lehrwerk: „Espresso nuovo A1“, ab Lektion 4/5

Ein Kurs für Anfänger*innen mit geringen Vorkenntnissen eines Kurses oder ca. 30 Stunden Unterricht. Stressfreies dialogisches Sprechen in netter Atmosphäre, Hörverstehen und italienische Lebensart vermittelt die muttersprachliche Dozentin anhand des systematischen Lehrwerks.

Lehrwerk: „Nuovo Espresso A1“, Lehr- und Arbeitsbuch, Hueber-Verlag, ISBN 978-3-19-105438-0.

5609

mi, 16.30 - 18.00 Uhr, ab 21.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1 Immacolata Militzer

ITALIENISCH A1 KURS 4

Lehrwerk: „Nuovo Espresso A1“, ab Lektion 9/10

Ein Kurs für Interessierte mit Vorkenntnissen von zwei bis drei vhs-Kursen oder 50 bis 60 Stunden Unterricht. Stressfreies dialogisches Sprechen in netter Atmosphäre, Hörverstehen und italienische Lebensart vermittelt die muttersprachliche Dozentin anhand des systematischen Lehrwerks.

Neue Themen: Arbeitszeit, Tagesablauf, Gewohnheiten, Verwandtschaft. Neue Grammatik: reflexive Verben, Possessifbegleiter u. a. Lehrwerk: „Nuovo Espresso A1“, Lehr- und Arbeitsbuch mit DVD und Audio-CD, Hueber-Verlag, ISBN 978-3-19-105438-0.

5610

mi, 18.15 - 19.45 Uhr, ab 21.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1 Immacolata Militzer

ITALIENISCH A2-/B1-NIVEAU

ITALIENISCH A2 KURS 2

Lehrwerk: „Nuovo Espresso A2“, ab Lektion 3/4

Für Interessierte mit Vorkenntnissen ab ca. 140 Std. oder fünf vhs-Kursen geeignet, die den A1 Band eines Lehrwerks durchgearbeitet haben. Im Kurs wird vorwiegend die mündliche Verständigung im Urlaub in Italien vorbereitet, parallel zum Lehrbuch lesen wir gemeinsam einen leichten Lernkrimi. Interessierte Quereinsteigende sind willkommen. Neue Inhalte sind Themen wie Personenbeschreibung, Vorschläge und Verabredungen, Grammatik: das imperfetto und das passato prossimo.

Lehrwerk: „Nuovo Espresso 2“ (A2-Niveau), Hueber-Verlag, ISBN 13978-3192054396.

5611

di, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 20.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1 Immacolata Militzer

ITALIENISCH B1 KURS 2/3 - EINFACHE KONVERSATION

Lehrwerk: „Espresso nuevo 3“, B1, ab Lektion 7

Für Teilnehmende mit soliden Vorkenntnissen, die ein gängiges A2-Lehrwerk und damit die Grundgrammatik „durch“ haben. Anhand des Lehrwerks werden systematisch Wortschatz und Strukturen erweitert, zusätzlich wird mit vielfältiger Materialien wird vorwiegend mündlich gearbeitet, Hörverstehen gefördert und Sprechen trainiert.

Es wird hingeführt zu zunehmend freier Äußerung und Konversation. Neue Sprechansätze bilden Vorschläge, Feste und Geschenke, Reisen. Neue Grammatik ist das condizionale passato.

Lehrwerk: „Nuovo Espresso 3“ (B1-Niveau), Hueber-Verlag, ISBN 978-3-19-205440-2.

5612

mi, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 21.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1 Marina Grimaldi Koch

ITALIENISCH B1/B2-NIVEAU - KLEINGRUPPE

Lehrwerk: „Nuovo Espresso 4“, Lektion 10

Sind Sie schon recht fortgeschritten, haben z.B. bis zum Abitur Italienisch gelernt und wollen ohne Stress, aber lehrwerkgestützt weiterlernen?

Dieser Kurs ist für Interessierte mit Vorkenntnissen auf B1-Niveau ab ca. 260 UStd. geeignet, die weiterhin Wortschatz erweitern und ihre Sprechfähigkeit ausbauen möchten. Neben der Lektion im Buch wird viel anderes Material eingesetzt, wobei Themenwünsche der Teilnehmenden gern berücksichtigt werden. Benvenuti al corso!

Lehrwerk: „Nuovo Espresso 4“ (B2-Niveau), Hueber-Verlag, ISBN 978-3-19-325466-5.

5613

mi, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 21.02.

13 x 2 UStd., 86,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1 Marina Grimaldi Koch

GRIECHISCH



GRIECHISCH FÜR DIE REISE - ANFANGSKURS

Lehrwerk: „Kalimera neu“, ab Lektion 1

Dieses Seminar vermittelt Neueinsteigern systematisch die griechische Sprache, Schrift und Alltagskultur, um sich während einer beruflichen oder privaten Reise in Griechenland gut zurechtzufinden. Interessierte lernen zunächst das griechische Alphabet zu lesen. Es folgen nützliche Redewendungen für den Alltag: Begrüßung, Informationen in der Tavernen verstehen, nach einem Zimmer oder dem Weg fragen u. a. Zudem erhalten Sie Informationen über Kultur und Gesellschaft.

Bitte beschaffen Sie das Lehrwerk nach der ersten Stunde: „Kalimera neu“, Verlag Klett Sprachen, ISBN 978-3-12-606650-1. Es genügt das Lehrbuch ohne Arbeitsbuch.

5831

Samstag, 02.03., 09.45 - 13.00 Uhr

bis Samstag, 23.03., 09.45 - 13.00 Uhr

4 x 4 UStd., 53,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1 Kyriaki Kipourou



GRIECHISCH FÜR DIE REISE - FORTSETZUNGSKURS

Lehrwerk: „Kalimera neu“, ab Lektion 3/4

Dieses Seminar vermittelt Anfänger*innen mit Vorkenntnissen des Anfangskurses (ab 16 UStd.) die griechische Sprache und Alltagskultur. Gelernt werden nützliche Redewendungen für den Alltag: Gespräch in der Taverne, Orientierung etc. Vielfältige Infos über Kultur und Gesellschaft machen den Unterricht lebendig. Lehrwerk: „Kalimera neu“, Verlag Klett Sprachen, ISBN 978-3-12-606650-1. Es genügt das Lehrbuch, ohne Arbeitsbuch.

5832

Samstag, 13.04., 09.45 - 13.00 Uhr

bis Samstag, 04.05., 09.45 - 13.00 Uhr

4 x 4 UStd., 53,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1 Kyriaki Kipourou

GRIECHISCH A2 KURS 1/2 - KLEINGRUPPE

Lehrwerk: „Kalimera neu“, ab Lektion 15

Dieses Seminar vermittelt Interessierten mit Vorkenntnissen (ca. 130 UStd.) systematisch die griechische Sprache und Alltagskultur. Schwerpunkt: Hörverstehen und Sprechen. Zudem erhalten Sie von der Muttersprachlerin Informationen über Kultur und Gesellschaft.

Lehrwerk: „Kalimera neu“, Verlag Klett Sprachen, ISBN 978-3-12-606650-1.

5833

do, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 22.02.

13 x 2 UStd., 102,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1 Kyriaki Kipourou

GRIECHISCH A2/B1-NIVEAU - KLEINGRUPPE

Wortschatzerweiterung und Sprechtraining

Wiederholung und Vertiefung von Wortschatz und Grammatik anhand freier Materialien gemäß thematischen Wünschen der Teilnehmenden. Leichte Konversation. Für Interessierte mit Vorkenntnissen ab ca. 220 UStd. geeignet.

Die Dozentin verwendet verschiedene Materialien, die sich an einer Auswahl von Lehrwerken gemäß dem A2/B1-Niveau des GeRs (Epikoinoniste ellinika Band 2) orientieren. Das Material wird im Kurs verteilt.

5835

do, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 22.02.

13 x 2 UStd., 106,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Kyriaki Kipourou

THAI



THAI A1 KURS 2 - KLEINGRUPPE

Lehrwerk: „Sanùg sabaai A1“, ab Lektion 4

Lernende mit ganz geringen Vorkenntnissen (ein vhs-Kurs genügt!) lernen in diesem Kurs systematisch die Sprache. In vielen kurzen Dialogen zum Befinden, zum Wohnort oder zum Wetter üben wir, selbst zu sprechen und zu verstehen. Ziel ist es, sich in Thailand mündlich verständigen zu können.

Bitte bringen Sie das Lehrwerk mit: „Sanùg sabaai A1“, Thai für Anfänger, Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-528950-5.

5842

mi, 17.45 - 19.15 Uhr, ab 21.02.

13 x 2 UStd., 102,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Yuwanda Hellinger

THAI A1 KURS 3 - KLEINGRUPPE

Lehrwerk: „Sanùg sabaai A1“, ab Lektion 6

In diesem Kurs sind Interessierte mit Vorkenntnissen von etwa 60 UStd. (zwei vhs-Kurse) willkommen. In vielen kurzen Dialogen zur Herkunft, zum Wohnort, zu Beruf u. a. trainieren wir Hören und Sprechen.

Bitte bringen Sie das Lehrwerk mit: „Sanùg sabaai A1“, Thai für Anfänger, Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-528950-5.

5843

fr, 17.45 - 19.15 Uhr, ab 23.02.

13 x 2 UStd., 102,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Yuwanda Hellinger

THAI A1 KURS 3 - KLEINGRUPPE

Lehrwerk: „Sanùg sabaai A1“, ab Lektion 6

In diesem Kurs sind Interessierte mit Vorkenntnissen von etwa 60 UStd. (zwei vhs-Kurse) willkommen. In kurzen Dialogen zur Herkunft, zum Wohnort, zu Beruf u. a. trainieren wir Hören und Sprechen.

Lehrwerk: „Sanùg sabaai A1“, Thai für Anfänger Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-528950-5.

5843

fr, 17.45 - 19.15 Uhr, ab 23.02.

13 x 2 UStd., 102,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Yuwanda Hellinger

THAI A2 KURS 1 - KLEINGRUPPE

Lehrwerk: „Sanùg sabaai A1“, ab Lektion 9

In diesem Kurs sind Interessierte mit Vorkenntnissen von etwa 90 UStd. willkommen. In Dialogen trainieren wir weiter unser Hörverständnis und bauen die Sprechfertigkeit aus. Lehrwerk: „Sanùg sabaai A1“, Thai für Anfänger Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-528950-5.

5844

Mittwoch, 21.02., 19.30 - 21.00 Uhr

Mittwoch, 28.02., 19.30 - 21.00 Uhr

Mittwoch, 06.03., 19.30 - 21.00 Uhr

Mittwoch, 13.03., 19.30 - 21.00 Uhr

Mittwoch, 15.05., 19.30 - 21.00 Uhr

Mittwoch, 22.05., 19.30 - 21.00 Uhr

Mittwoch, 29.05., 19.30 - 21.00 Uhr

Mittwoch, 05.06., 19.30 - 21.00 Uhr

Mittwoch, 12.06., 19.30 - 21.00 Uhr

Mittwoch, 19.06., 19.30 - 21.00 Uhr

Mittwoch, 26.06., 19.30 - 21.00 Uhr

Mittwoch, 03.07., 19.30 - 21.00 Uhr

12 x 2 UStd., 119,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Yuwanda Hellinger

CHINESISCH



CHINESISCH ANFANGSKURS - KLEINGRUPPE

Lehrwerk: „Long“, ab Lektion 1



Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse und eignet sich für alle, die erstmals mit China zu tun haben.

Er gewährt einen ersten Einblick in die chinesische Sprache als Teil der (Alltags-)Kultur: Wie ist die Sprache aufgebaut? Wie begrüßt man sich? Wie stelle ich mich vor? Wie erfrage ich einen Preis? In kleiner Gruppe machen wir erste einfache Sprechübungen. Lehrwerk: „Long“ (Klett Verlag) ISBN 978-3-12-528963-5. Bitte beschaffen Sie dieses nach dem ersten Kurstermin.

5851

mo, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 19.02.

13 x 2 UStd., 102,- EUR

Mulvany Berufskolleg,
Westring 201, Raum E002
Hua Pan-Witzel



CHINESISCH ENTDECKEN (FÜR KINDER VON 7 - 11 JAHREN)

Ferienkurs für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse



„Nin hao!“ „Guten Tag!“ In diesem Kurs entdeckt ihr mit Hua, eurer Lehrerin aus China, die spannende chinesische Sprache. Ihr lernt euch zu begrüßen, eure Familie und Freunde vorzustellen, ganz anders als bei uns mit den Fingern zu zählen, eure Lieblings-Tiernamen und vieles mehr. Ihr dürft auch euren Namen in chinesischen Schriftzeichen malen und mit nach Hause nehmen. Durch Lieder, Spiel und Spaß erfahrt ihr viel über das riesengroße Land China.

begrüßen, eure Familie und Freunde vorzustellen, ganz anders als bei uns mit den Fingern zu zählen, eure Lieblings-Tiernamen und vieles mehr. Ihr dürft auch euren Namen in chinesischen Schriftzeichen malen und mit nach Hause nehmen. Durch Lieder, Spiel und Spaß erfahrt ihr viel über das riesengroße Land China.

5854

Montag, 05.08., 10.00 - 13.15 Uhr

Dienstag, 06.08., 10.00 - 13.15 Uhr

Mittwoch, 07.08., 10.00 - 13.15 Uhr

Donnerstag, 08.08., 10.00 - 13.15 Uhr

4 x 4 UStd., 39,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Hua Pan-Witzel

JAPANISCH



EINE LERNZEIT NUR FÜR MICH!
Individueller Unterricht in Japanisch!

Sie sind interessiert an einem speziellen Thema, das im Kurs zu kurz kommt? Sie haben ein Grammatikkapitel nicht verstanden? Sie möchten etwas Spezielles für einen Aufenthalt im Land vorbereiten? Nutzen Sie *Ihre* individuelle Lernzeit, nur Sie im Gespräch mit einer qualifizierten Lehrkraft der vhs. Online bequem von zuhause. Flexibler Termin, grundsätzlich möglich von montags bis sonntags in gegenseitiger Absprache. Sie benötigen nur einen Laptop/PC mit Headset oder integriertem Mikro. Eine Webcam ist sinnvoll. Zur individuellen Absprache wird Ihre E-Mail sowie eine Telefonnummer benötigt.

59499

Termin nach Absprache

Entgelt: 15,- EUR

30 Minuten, Online

JAPANISCH ANFANGSKURS

Für Interessierte ohne Vorkenntnisse. Ziel ist es, zunächst das Lesen von Hiragana und Katakana zu ermöglichen sowie eine Einführung in die japanische Sprache zu erhalten. Am Ende des Kurses sind Sie in der Lage, einfache Fragen und Sätze zu verstehen und selbst schon formulieren zu können. Es ist gar nicht so schwierig. Versuchen Sie es! Von der Kursleitung erfahren Sie auch viel über Leben und Alltag in Japan. Kursmaterial wird verteilt und ist im Entgelt inbegriffen.

5860

do, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 22.02.

13 x 2 UStd., 77,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Heike Most

**ONLINE-KURS:
JAPANISCH ANFANGSKURS**

Für Interessierte ohne Vorkenntnisse. Ziel des Kurses ist es, zunächst das Lesen von Hiragana und Katakana zu ermöglichen sowie eine Einführung in die japanische Sprache zu erhalten. Am Ende des Kurses sind Sie in der Lage, einfache Fragen und Sätze zu verstehen und selbst schon formulieren zu können. Es ist gar nicht so schwierig. Versuchen Sie es!

Von der Kursleitung erfahren Sie auch viel über Leben und Alltag in Japan. Kursmaterial wird zunächst von der Dozentin zusammengestellt und ist im Entgelt inbegriffen. Sie benötigen zur Teilnahme eine stabile Internetverbindung, Laptop/PC mit Kamera und Mikro.

5861

di, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 20.02.

13 x 2 UStd., 82,- EUR

Online, Ruth-Maria Claßen

**JAPANISCH ANFANGSKURS
FÜR ALLTAG UND BERUF
Auch als Bildungsurlaub nach
dem AWbG NRW anerkannt**

Für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse, die in kurzer Zeit Grundkenntnisse der japanischen Sprache erwerben möchten, um sie in

möglichst vielen beruflichen und täglichen Situationen anwenden zu können. Besonderer Schwerpunkt wird neben der Vermittlung der Zeichen (Hiragana und Katakana) auf die Aussprache und mündliche Verständigung gelegt. Interkulturelle Besonderheiten werden durch die Dozentin mit Arbeits- und Lebenserfahrung in Japan integriert. Auf spezielle thematische Bedürfnisse der Teilnehmenden kann nach Absprache eingegangen werden. Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist im Entgelt inbegriffen!

5862

mo - fr, 01. - 05. Juli,

jeweils von 09.00 - 14.30 Uhr

5 x 6 UStd., 109,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37

Ruth-Maria Claßen

JAPANISCH A1 KURS 2

Lehrwerk: „Genki“, ab Lektion 4

Für Interessierte mit Kenntnissen eines vhs-Kurses oder ca. 20 bis 30 Ustd. Die Silbenschrift und Grammatik-Grundkenntnisse sollten Sie mitbringen. Wir werden mithilfe des Lehrwerks arbeiten, und mit diesem Ihren Wortschatz ausbauen und Ihre Grammatikkenntnisse vertiefen.

Lehrwerk: „Genki“ (3. Auflage), Kursbuch, ISBN 978-4789017305, Lehrwerk auf Englisch, Übersetzungen und grammatikalische Erklärungen auf Deutsch.

5863

fr, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 23.02.

13 x 2 UStd., 75,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Wolf Claßen

**ONLINE-KURS:
JAPANISCH A1 KURS 2**

Lehrwerk: „Minna no Nihongo“,
ab Lektion 2

Für Interessierte mit Kenntnissen eines vhs-Kurses oder ca. 20 bis 30 Ustd. Die Silbenschrift und Grammatik-Grundkenntnisse sollten Sie mitbringen. Wir werden mithilfe des Lehrwerks arbeiten und mit diesem Ihren Wortschatz ausbauen und Grammatikkenntnisse vertiefen.

Lehrwerk: „Minna no Nihongo“, ISBN (Hauptbuch) 9784883196036, (Grammatikteil): 9784883196395. Jede(r) Teilnehmende sollte für die Termine in der vhs.cloud eine eigene Kamera und einen Computer zur Verfügung haben. Ein eigener Drucker wäre von Vorteil. Ein Zugangslink wird vorher versandt.

5864

mo, 20.15 - 21.45 Uhr, ab 19.02.

13 x 2 UStd., 78,- EUR

Online, Heike Most

JAPANISCH A1 KURS 3

Ein Kurs für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen (zwei Kurse oder 40 bis 50 UStd.), Kenntnisse der Silbenschrift und erste Grammatik-Kenntnisse sollten vorhanden sein. Wir werden Ihren Wortschatz ausbauen und neue Formen erlernen. Das Material stellt die Dozentin selbst zusammen und zur Verfügung. Hinweis für Quereinsteiger*innen: Das Startniveau entspricht in etwa dem des Lehrwerks „Genki 1“ ab Lektion 5/6.

5865

do, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 22.02.

13 x 2 UStd., 77,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Ruth-Maria Claßen

**ONLINE-KURS:
JAPANISCH A1 KURS 3**

Kursbeschreibung siehe Kurs 5865.

Sie benötigen eine stabile Internetverbindung, einen Laptop/PC mit Kamera und ein Mikro.

5866

di, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 20.02.

13 x 2 UStd., 82,- EUR

Online, Ruth-Maria Claßen

JAPANISCH A1 KURS 3

Für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen
Lehrwerk: „Minna no Nihongo“,
ab Lektion 9

Für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen von etwa 50 bis 60 Ustd. Wir arbeiten mit dem Lehrwerk und werden den Fokus darauf legen, die einfachen Sätze um mehr alltagstaugliche Elemente zu erweitern.

Lehrwerk: „Minna no Nihongo“ (2. Auflage) (Kursbuch: ISBN 978-4-88319-603-6, Übersetzungen und grammatikalische Erklärungen auf Deutsch, ISBN 978-4-88319-639-5).

5867

do, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 22.02.

13 x 2 UStd., 73,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Heike Most

**ONLINE-KURS:
JAPANISCH A2-NIVEAU -
KLEINGRUPPE**

Lehrwerk: „Minna no Nihongo“,
ab Lektion 12

Ein Kurs für fortgeschrittene Lernende, die das A1-Niveau sicher beherrschen oder sich in einem A2-Kurs befinden. Im Vordergrund steht aktives Sprachtraining, dabei werden Probleme oder unbekannte Grammatik besprochen und geübt. Der Wortschatz wird so nach und nach erweitert. Neue Gesichter sind herzlich willkommen, wenn sie ein Grundverständnis der Sprache und eine solide Lesefähigkeit mitbringen.

Sie benötigen zur Teilnahme eine stabile Internetverbindung, einen Laptop/PC mit Kamera, ein Mikro sowie das Lehrwerk: „Minna no Nihongo I“, 2012, Verlag 3A Corporation, ISBN 978-4883196036, Übersetzungen und Grammatikalische Erklärungen, ISBN 978-3835940314.

5868

mo, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 19.02.

13 x 2 UStd., 102,- EUR

Online, Heike Most

**SPRACHEN LERNEN IST
NICHTS FÜR MICH, ODER DOCH?
Informationsveranstaltung**

Kursinhalte siehe Seite 58.

Anmeldung bitte bis zum 16.02.

54002

Samstag, 24.02., 10.00 - 12.30 Uhr

ALTE SPRACHEN**LATEIN KURS 5 -
GERINGE
VORKENNTNISSE
Sprache und
griechisch-römische
Geschichte - Lehrbuch:
„Statio“, ab Lektion 4/5**

Ein Kurs für Teilnehmende, die geringe Vorkenntnisse (zwei bis drei vhs-Kurse, ab 50 Ustd.) besitzen. Das Angebot wendet sich an Menschen, die sich für römisches Leben und alte Geschichte interessieren: Hier können Sie ganz ohne Zeitdruck und Notenstress, dafür mit Humor, die faszinierende Sprache lernen und Basistexte unserer Zivilisation im Original lesen lernen.

Viele Aha-Erlebnisse in Bezug auf Fremdwörter und Geschichtliches werden Ihnen beschwert. Halten Sie mit Latein Ihre Konzentration und Ihr Gedächtnis fit!

Per aspera ad astra!

Der Kurs arbeitet mit dem Lehrwerk „Statio“, Ovid-Verlag, ISBN 978-3-938952-15-3.

5872

do, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 22.02.

13 x 2 UStd., 73,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Stefan Wozniak

**LATEIN FÜR
FORTGESCHRITTENE -
KLEINGRUPPE (KURS 13)**
Sprache und griechisch-römische
Geschichte - Lehrbuch: „Statio“,
Lektion 17

Ein Kurs für Teilnehmende mit Vorkenntnissen ab ca. 260 Ustd. Frischen Sie Ihr Schullatein ohne Stress und ohne Leistungsdruck in angenehmer Atmosphäre auf: Kleine Übersetzungs- und Einsetzübungen zur Formenlehre und viele anschauliche Informationen über römisches Leben und alte Geschichte. Halten Sie mit Latein Ihre Konzentration und Ihr Gedächtnis fit!

Neben dem Lehrwerk werden Lektüre und andere Zusatzmaterialien im Kurs verteilt und eingesetzt.

Lehrbuch: „Statio“, ISBN 978-3-938952-15-3.

5873

do, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 22.02.

13 x 2 UStd., 102,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Stefan Wozniak

**ALTGRIECHISCH FÜR
NEUGIERIGE (KURS 3)**
Sprache und Geschichte
in kleiner Gruppe -
Lehrmaterial: „Kairós kompakt“,
Lektion 4: Kreta

Sprache und Kultur der alten Griechen sind Gegenstand dieses Kurses. Noch heute prägen sie unser modernes Alltagsleben maßgeblich. Alphabet, Mathematik und olympische Spiele gehen auf die Griechen zurück. Worte wie Musik, Theater, Schule, Kirche oder auch Politik und Demokratie kommen aus dem Altgriechischen.

Wer Freude hat an Literatur und Philosophie trifft mit diesem Kurs eine gute Wahl. Wer in entspannter Atmosphäre die Fähigkeit erwerben möchte, griechische Klassiker einschließlich der Schriften des Neuen Testaments auch im Original zu lesen, der sollte die Gelegenheit nutzen.

In diesem Semester wird das Kapitel „Kreta“ den Schwerpunkt des Kurses bilden. Alle Interessenten, auch neue, sind willkommen, Kenntnisse des Alphabets sind vorteilhaft, aber keine Voraussetzung zur Teilnahme! Lehrbuch: „Kairós kompakt“, ISBN 978-3-661-37001-9. Zusätzliches Material wird im Kurs verteilt.

5882

fr, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 23.02.

13 x 2 UStd., 86,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Stefan Wozniak

Zum Verständnis unserer Kursstufen in den jeweiligen Sprachen lesen Sie bitte die Erklärungen zum Europäischen Referenzrahmen auf Seite 53.

NIEDERLÄNDISCH



**EINE LERNZEIT
NUR FÜR MICH!
Individueller Unterricht
in Niederländisch!**

Sie sind interessiert an einem speziellen Thema, das im Kurs zu kurz kommt? Sie haben ein Grammatikkapitel nicht verstanden? Sie möchten etwas Spezielles für einen Aufenthalt im Land vorbereiten? Nutzen Sie *Ihre* individuelle Lernzeit, nur Sie im Gespräch mit einer qualifizierten Lehrkraft der vhs. Online bequem von zuhause. Flexibler Termin, grundsätzlich möglich von montags bis sonntags.

Sie benötigen nur einen Laptop/PC mit Headset oder integriertem Mikro. Eine Webcam ist sinnvoll. Zur individuellen Absprache wird Ihre E-Mail sowie eine Telefonnummer benötigt.

59499

Termin nach Absprache

Entgelt: 15,- EUR

30 Minuten, Online



**NIEDERLÄNDISCH
ANFANGSKURS KOMPAKT
FÜR ALLTAG UND BERUF
Ferienkurs / Bildungsurlaub
nach dem AWbG NRW**



Für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse, die in kurzer Zeit Grundkenntnisse der niederländischen Sprache erwerben möchten, um sie in möglichst vielen Situationen anwenden zu können. Besonderer Schwerpunkt wird auf Aussprache und mündliche Verständigung gelegt. Interkulturelle Besonderheiten werden durch die muttersprachliche Dozentin integriert. Auf spezielle thematische Bedürfnisse der Teilnehmenden kann nach Absprache eingegangen werden. Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist im Entgelt inbegriffen!

5902

mo - fr, 01. - 05. Juli,

jeweils von 09.00 - 14.30 Uhr

5 x 6 UStd., 109,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Lente Küpper-van Leeuwen

**NIEDERLÄNDISCH KOMPAKT -
ANFANGSKURS (A1 KURS 1)
Wochenendkurs**

Für alle, die noch gar nichts mit der Sprache zu tun hatten! Die Dozentin lädt ein, wichtiges Rüstzeug für eine Reise zu erwerben: sich begrüßen und vorstellen, etwas fragen, zur Herkunft und zum Befinden sagen u.v.m. Lehrmaterial wird im Kurs verteilt. Bei Interesse bitte vormerken: Eine Fortsetzung dieses Kurses findet am 20./21.09. und 27./28.09. statt.

5903

Freitag, 24.05., 18.00 - 20.30 Uhr

Samstag, 25.05., 10.00 - 13.15 Uhr

Freitag, 31.05., 18.00 - 20.30 Uhr

Samstag, 01.06., 10.00 - 13.15 Uhr

14 UStd., 43,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Lente Küpper-van Leeuwen

**ONLINE-KURS:
NIEDERLÄNDISCH A1 KURS 2**
Lehrwerk: „Welkom! neu“, ab Lektion 6

Lernen Sie Niederländisch bequem von zuhause. Für alle, die schon geringe Vorkenntnisse eines vhs-Kurses haben (20 - 30 Stunden genügen!). Technisch benötigen Sie lediglich einen PC/Laptop mit Kamera und Mikro (idealerweise Headset) und eine stabile Internetverbindung. Vor Beginn des Kurses erhalten Sie einen Link, mit dem Sie den Kursraum betreten können. Bitte halten Sie neben Schreibmaterial auch folgendes Lehrwerk bereit: „Welkom! neu“, A1-A2, Klett-Verlag (Kursbuch mit Audio-CD), ISBN 978-3-12-528990-1.

5904

mi, 09.45 - 11.15 Uhr, ab 21.02.

13 x 2 UStd., 86,- EUR

Online, Lente Küpper-van Leeuwen

**ONLINE-KURS:
NIEDERLÄNDISCH A1 KURS 2/3 -
VIERZEHTÄGIG**
Lehrwerk: „Welkom“ neu“, ab Lektion 6/7

Kursbeschreibung siehe Kurs 5904.

Sie benötigen einen Laptop/PC mit Headset oder integriertem Mikro und einer Kamera.

5905

do, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 22.02.

alle 14 Tage

8 x 2 UStd., 53,- EUR

Online, Lente Küpper-van Leeuwen

NIEDERLÄNDISCH A2 KURS 1
Lehrwerk: „Welkom! neu“, A1-A2,
ab Lektion 14

Ein Kurs für Interessierte mit Vorkenntnissen von ca. vier vhs-Kursen. Wir trainieren Sprechen und Hörverstehen und vertiefen unsere Grammatikkenntnisse. Wir treffen uns mit Freunden und Freundinnen und sprechen über unsere Gefühle und Stimmungen. Wir lesen Zeitung, schauen uns niederländische Fernsehsendungen an und hören niederländische Sender. So greifen wir das aktuelle Tagesgeschehen auf und lernen, auf Niederländisch zu argumentieren. Darüber hinaus verfassen wir offizielle Anschreiben.

Lehrwerk: „Welkom! neu“, A1-A2, Klett-Verlag (Kursbuch mit Audio-CD, ISBN 978-3-12-528990-1).

5907

fr, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 23.02.

kein Unterricht vom 10. bis zum 31. Mai.

13 x 2 UStd., 68,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Marja Jongenelen

**NIEDERLÄNDISCH B1-NIVEAU -
KLEINGRUPPE**

Dieser Kurs ermöglicht interessierten Quereinsteigern mit gesicherten Vorkenntnissen ab etwa 200 Ustd. die Vertiefung und Festigung der B1-Niveaustufe durch im Kurs verteiltes aktuelles Material aus Zeitungen u. a. Medien. Neben landeskundlicher Information durch die gemeinsame Lektüre legt die mut-

tersprachliche Dozentin auch einen Schwerpunkt auf die Wiederholung wichtiger Kapitel der Grammatik. Die Gebühr für das im Kurs verteilte Lehrmaterial ist im Entgelt enthalten.

5909

mo, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 19.02.

10 x 2 UStd., 69,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
C. Jorien Strucksberg

**NIEDERLÄNDISCH B1 -
LECTUUR EN CONVERSATIE**

Ook in deze cursus ligt de nadruk op mondelinge communicatie. Actuele artikelen en teksten uit kranten en tijdschriften houden ons op de hoogte van de ontwikkelingen in Nederland, de grammatica wordt herhaald. Het materiaal is inclusief en wordt uitgedeeld.

5910

mi, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 21.02.

10 x 2 UStd., 59,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
C. Jorien Strucksberg

**NIEDERLÄNDISCH B1 -
TAALTRAINING IN DE PRAKTIJK**

Heb je zin je nederlands verder te ontwikkelen? Dan doe mee! Het zou goed zijn als je het A2-Niveau hebt. Wie houden ons bezig met actuele krantenartikelen en teksten. Ook herhalen we de grammatica. De nadruk ligt op het spreken van de taal. Het materiaal is inclusief en wordt uitgedeeld.

5911

di, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 20.02.

10 x 2 UStd., 59,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
C. Jorien Strucksberg

NORWEGISCH**ONLINE-KURS:
NORWEGISCH
A2 KURS 2**

Lehrwerk: „Norsk for deg
neu“, ab Lektion 17/18

Für Interessierte mit ca. 110 UStd. Vorkenntnissen, die ihre Grundkenntnisse erweitern wollen. Wir vertiefen Hörverstehen und Sprachstruktur, trainieren alltagsbezogene Dialoge und Situationen anhand Themen wie Wohnverhältnisse beschreiben, (Un-)Zufriedenheit, Interesse, Zustimmung ausdrücken, Feiern planen, Wünsche äußern. Landeskundliche Texte geben Einblick in Alltag, Kultur und Traditionen in Norwegen. Sie sollten über einen PC/Laptop mit Kamera und Mikro verfügen, der Kurs arbeitet über die vhs.cloud. Sie erhalten einen Link. Bitte melden Sie sich unbedingt einige Tage vorher an! Lehrwerk: „Norsk for deg neu“, A1-A2 (erschienen 2017!). Norwegisch für Anfänger. Lehrbuch (ISBN 9783125289253), Übungsbuch (ISBN 9783125289260), Klett-Verlag.

5922

do, 20.00 - 21.30 Uhr, ab 22.02.

10 x 2 UStd., 78,- EUR

Online, Monika Ullherr-Lang

**ONLINE-KURS:
NORWEGISCH B1-NIVEAU -
KLEINGRUPPE**

Sie haben gute Grundkenntnisse (ca. acht bis zehn Semester) und möchten Ihre Kenntnisse vertiefen? In angenehmer Lernatmosphäre wiederholen, festigen und erweitern wir Wortschatz und Grammatik, trainieren mündlichen Sprachgebrauch, vertiefen Lese- und Hörverstehen anhand von Übungen und Texten und beziehen Medien aus und über Norwegen ein. Wir freuen uns auf weitere Norwegen-Fans - herzlich willkommen! Sie sollten über einen PC/Laptop mit Kamera und Mikro verfügen, der Kurs arbeitet über die vhs.cloud, Sie erhalten einen Link. Bitte melden Sie sich unbedingt einige Tage vorher an! Bei Fragen zur Einstufung vermittelt die vhs den Kontakt zur Dozentin.

5924

do, 18.15 - 19.45 Uhr, 22.02. - 25.04.

7 x 2 UStd., 58,- EUR

Online, Monika Ullherr-Lang

SCHWEDISCH**SCHWEDISCH
B1/B2-NIVEAU
Kommunikationskurs -
Lehrwerk:
„Tala svenska B1/B2“**

Für Lerner*innen mit Vorkenntnissen auf B1-Niveau (ab ca. 240 UStd.), die in kleiner Runde intensiv und doch entspannt weiter lernen möchten. Schwerpunkte liegen auf der Kommunikation, der Entwicklung von Hörverstehen und zunehmend freiem Sprechen. Grundlage bildet das Lehrwerk „Tala svenska B1/B2“ (Lehrbuch, ohne Übungsbuch), Groa Verlag.

5934

do, 20.15 - 21.45 Uhr, ab 22.02.

13 x 2 UStd., 73,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Christine Bode-Wein

**Andere Sprachen?**

Die vhs Herne kooperiert mit den Volkshochschulen der Emscher-Lippe-Region. Bitte informieren Sie sich bei den Programmbereichsleitungen, ob eine benachbarte vhs die Sprache, die Sie im Herner Angebot vermissen, anbietet. Sprechen Sie uns an, wir helfen gerne weiter:

Monika Remlinger

Tel. 02323/16-3467

Natella Schüpp

Tel. 02323/16-3179

Sybille Rößler-Lelickens

Tel. 02323/16-3051

**SCHWEDISCH B1/B2-NIVEAU -
KLEINGRUPPE
Mündliche Kommunikation -
Landeskundliche Texte**

Schwedisch ganz auf die Interessen der Teilnehmer*innen ausgerichtet: Der Schwerpunkt in diesem Kurs liegt auf der mündlichen Kommunikation. Wir beschäftigen uns zudem auch mit etwas längeren, aktuellen landeskundlichen Texten. Zwischendurch trainieren wir das Übersetzen in beide Richtungen. Lehrmaterial wird verteilt und ist in der Gebühr enthalten.

5936

di, 20.15 - 21.45 Uhr, ab 20.02.

13 x 2 UStd., 90,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Christine Bode-Wein

TÜRKISCH**TÜRKISCH
ANFANGSKURS
(A1 KURS 1)
Lehrwerk: „Kolay
gelsin“, ab Lektion 1**

Ein für Interessierte ohne Vorkenntnisse geeigneter Kurs, der in Sprache und Kultur der Türkei einführt. Auch geeignet für Menschen, die mit türkischsprachigen Menschen beruflichen oder privaten Kontakt haben und Fettnäpfchen vermeiden wollen. Die muttersprachliche Dozentin fördert generell die Entwicklung des interkulturellen Verständnisses. Im Kurs wird mittels Lehrbuch systematisch die Grundlage für eine vorwiegend mündliche Verständigung geschaffen. Bitte beschaffen Sie das Lehrwerk, sobald das Zustandekommen des Kurses sicher ist: „Kolay gelsin!“, Neu A1-A2, Klett-Sprachen, ISBN 978-3-12-528661-0.

5941

fr, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 23.02.

13 x 2 UStd., 86,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Oya Erken-Biesler

**TÜRKISCH A1 KURS 2
Lehrwerk: „Kolay gelsin“, ab Lektion 3**

Ein Kurs für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen (ein vhs Kurs, ca. 20-30 UStd.), der in Sprache und Kultur der Türkei einführt. Auch geeignet für Menschen, die mit türkischsprachigen Menschen Kontakt haben und „Fettnäpfchen“ vermeiden wollen. Die muttersprachliche Dozentin fördert generell die Entwicklung des interkulturellen Verständnisses. Im Kurs wird mittels Lehrbuch systematisch die Grundlage für eine vorwiegend mündliche Verständigung geschaffen. Lehrwerk: „Kolay gelsin!“, Neu A1-A2, Klett-Sprachen, ISBN 978-3-12-528661-0.

5942

fr, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 23.02.

13 x 2 UStd., 86,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Oya Erken-Biesler

Beratung:

Natalie Dilekli

Tel.: 02323/16-1507

natalie.dilekli@herne.de

KULTURELLE BILDUNG



Für die Kurse der Kulturellen Bildung gelten die Ermäßigungen zum Entgelt. Von allen Teilnehmer*innen voll zu zahlen ist jedoch das Material, das in den Kursen verbraucht wird, das Modellgeld sowie bei Exkursionen die Eintrittsgelder und die Museumsführung.

In Ausnahmefällen besteht bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl von sieben Personen die Möglichkeit, eine Durchführungsgarantie für eine Kleingruppe ab fünf oder ab sechs Personen zu gewähren. Maßstab für das Entgelt der Kleingruppe ist die Zahl der bis zum zweiten Termin in der vhs vorliegenden Anmeldungen. Das Entgelt für die Durchführungsgarantie wird in dem Fall angepasst. Eine spätere Rückumwandlung im laufenden Semester ist nicht möglich.

Online-Veranstaltungen:

Von Zuhause aus sich inspirieren lassen, Kunst näherkommen und Ansichten und Einsichten erhalten, auch nachfragen können. So einfach ist es: Schicken Sie uns bis zu zwei Werktage vor Veranstaltungsbeginn eine Mail an vhs@herne.de mit der Kursnummer und dem Veranstaltungstitel, und Sie erhalten ein paar Tage vor dem Termin den Zugangscode.



Schauspiel lernen - diesem Thema widmen sich in diesem Semester gleich mehrere Angebote.
Foto: Adobe Stock

SCHAUSPIEL



IMPRO-THEATER ZUM KENNENLERNEN

Entdecken Sie die faszinierende Welt des Impro-Theaters, die Kunst des Geschichtenerzählens und die Magie des Moments.

In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen des Improvisationstheaters spielerisch kennen. Ausgewählte Aufwärmtechniken erleichtern das Kennenlernen. Es folgen körperliche und stimmliche Übungen. Methoden zur „Spontanität und Kreativität“ dem „Storytelling“ sowie zum Thema „Charaktere und Emotionen“ lassen Sie tiefer ins Thema eintauchen.

Durch verschiedene Gruppenübungen wird das Vertrauen in die Gruppe gesteigert, sodass Sie am Ende des Kurses spontan und kreativ miteinander agieren können und Ihre erste kleine Improshow (für Freund*innen und/oder Familie?) stattfinden kann.

6020

fr, 12.04., 18.15 - 20.30 Uhr
sa und so, 13.04. und 14.04.,
jeweils 10.15 - 15.00 Uhr
15 UStd., 47,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Helena Kivelitz

ICH WOLLTE SCHON IMMER MAL SCHAUSPIELEN!

Im Rampenlicht stehen und sich in verschiedenen Rollen ausprobieren - ob lustig, dramatisch, gruselig oder ganz anders. Schauspielen macht Freude, trainiert das Selbstbewusstsein und die -wahrnehmung. Zudem können die Teilnehmenden im wohlwollenden Rahmen experimentieren und dabei herausfinden: Wie fühle ich mich im Rampenlicht? Was macht mir Spaß? Welche Talente bringe ich mit? Was möchte ich noch lernen? Und (wie) möchte ich auf der Bühne weitermachen? Wer möchte, kann eigene Texte, Monologe oder Gedichte mitbringen. Bei Interesse ist der Besuch eines vertiefenden Folgekurses (Kursnr. 24A6052) möglich. Melden Sie sich jetzt schon dafür an!

6050

Samstag, 04.05., 11.00 - 17.00 Uhr
1 x 8 UStd., 25,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Diyana Nicolaus



SCHAUSPIEL UND PRÄSENTATION Königinnen-Training für Menschen, die sich weiblich fühlen



Sich einmal unter Frauen auf der Bühne ausprobieren, das ist hier möglich! Die Teilnehmerinnen lernen im wohlwollenden, experimentellen Rahmen, wie es ist, im Rampenlicht zu stehen, vor anderen Menschen zu sprechen und zu

6051

Montag, 08.07., 10.30 - 13.30 Uhr
Dienstag, 09.07., 10.30 - 13.30 Uhr
2 x 4 UStd., 25,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Diyana Nicolaus



THEATER-FLIX - DIE BÜHNE WIRD ZUM BILDSCHIRM

Auf der Bühne stehen und das Rampenlicht spüren, während man in eine andere Rolle schlüpft. Diese Erfahrung machen die Teilnehmenden in wohlwollender und wertschätzender Atmosphäre. Dabei können Sie sich in verschiedenen Genres ausprobieren und mit unterschiedlichen Rollen experimentieren. Wie bei dem abwechslungsreichen Programm eines Streaming-Dienstes stehen gruselige Szenen neben lustigen, Wilder Westen trifft auf Drama, Thriller auf Doku. Aus den selbst gewählten Geschichten entsteht somit eine Bühnen-Collage, von der sich das Publikum am Ende verzaubern lassen darf. Eine Schauspiel-Vorerfahrung ist nicht nötig! Die Kursleitung hält stets eine Auswahl an Texten bereit. Wer möchte, kann auch eigene Texte (z. B. Monolog, Romanauszug, Gedicht, Vortrag) mitbringen. Eine kleine Aufführung ist für Sonntag, 2. Juni, um 14.30 Uhr im Saal der vhs im Haus am Grünen Ring geplant.

6052

mittwochs, 08.05. bis 05.06.,
jeweils 18.00 - 21.00 Uhr
sa, 01.06., und so., 02.06.,
jeweils 10.00 - 16.30 Uhr
37 UStd., 115,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Diyana Nicolaus



SOMMER-THEATER-CAMP FÜR KIDS VON 8 BIS 13 JAHREN
In Kooperation mit dem Kommunalen Integrationszentrum Herne



Eine Woche lang entwickeln wir gemeinsam ein Theaterstück auf der Grundlage von Märchenerzählungen aus aller Welt. Dabei spielt ihr die Figuren, die ihr euch wünscht. Wir üben, in die verschiedenen Rollen zu schlüpfen und laut zu sprechen. Und vor allem wollen wir zusammen ganz viel Spaß haben und lachen. Für das Theaterstück basteln wir unsere Kostüme und Requisiten selbst! Ihr dürft entscheiden, welche Figur ihr spielen möchtet und wie sie aussehen soll. Wenn ihr möchtet, führen wir unser Theaterstück am Ende des Kurses auf. Ihr könnt dann eure Familien und Freund*innen einladen. Die Aufführung findet statt am Samstag, 10. August, um 15 Uhr. Nähere Infos erhaltet ihr in Kürze über unsere Homepage: www.vhs-herne.de.

6055

mo bis fr, 05.08. bis 09.08., jeweils 08.30 - 15.15 Uhr sowie sa, 10.08., 14.00 - 16.15 Uhr
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Diyana Nicolaus

MUSIK

OHRENFORUM - SAGENHAFTE MÄRCHENOPERN!

Was haben Märchen und Opern gemeinsam? In beiden wird nicht nur gezaubert, sondern sie können verzaubern! Fantastische Welten beider Genres hält dieses neue OHRENforum bereit: 1820 hat Carl M. von Weber nach einem Volksmärchen den „Freischütz“ komponiert - er gilt als das Paradebeispiel der romantischen Volksoper. Vom deutschen Wald geht es mit Gioachino Rossinis „La Cenerentola“ nach Italien. Dort wird Aschenputtels Geschichte turbulent in typischer Belcanto-Manier des Jahres 1817 verhandelt. Der Tscheche Antonín Dvořák führt seine Zuhörer im Jahre 1900 in die Gewässer der Nixe Rusalka. Die nach ihr benannte Oper greift Motive aus Hans C. Andersens kleiner Meerjungfrau auf. Die Märchenoper aller Märchenopern krönt die Reihe: „Hänsel und Gretel“- ein musikalisches Glanzstück von Engelbert Humperdinck, das seit seiner Uraufführung 1893 in Wagnerscher Tradition Kinder ebenso wie Erwachsene in seinen Bann zieht. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Den Zugang zur Musik vermittelt Andrea Knefelkamp-West, langjährige Dramaturgin am Theater Dortmund.

6100

do, 18.00 - 20.15 Uhr, ab 06.06.
4 x 3 UStd., 36,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Andrea Knefelkamp-West

MIT BOWIE ZU MOND UND MARS
Eine Audio-visuelle Reise zu unseren Nachbarn im Sonnensystem

David Bowie (1947-2016), das Chamäleon der Popmusik, hat in seiner langen Musikkarriere das Thema Weltraum immer wieder inszeniert. Lassen Sie sich von seiner unsterblichen Musik zu unseren beiden Nachbarn im Weltraum tragen. Major Tom aus Dortmund erklärt Ihnen die Reisedetails und Sehenswürdigkeiten des Nachthimmels.

6102

Montag, 08.04., 19.00 - 20.30 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr. Tom Fliege

LITERATUR

VORTRAG: INGEBORG BACHMANN UND MAX FRISCH - EIN EWIGES AUF UND AB
Ein Beitrag zur Herner Frauenwoche vom 8. bis 23. März 2024

Es gibt wohl kaum ein anderes Paar der jüngeren deutschen Literaturgeschichte, das sich einerseits künstlerisch bereichert und andererseits viel zugemutet hat. Der Vortrag über diese wechselvolle Beziehung will auf der Grundlage des gemeinsamen Briefwechsels ab dem Jahre 1958 und weiterer Zeugnisse das Verhältnis der beiden, insbesondere dessen literarische Auswirkungen, beleuchten. Die Themen um Literatur, Liebe, Nähe und Distanz geben Zeugnis über ein Spannungsverhältnis in der Beziehung, das seine Spuren hinterlassen hat.

6202

Freitag, 08.03., 18.30 - 20.00 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Cassandra Speer



FILM: „INGEBORG BACHMANN - REISE IN DIE WÜSTE“

Am 10., 11. und 13. März wird der Film „Ingeborg Bachmann – Reise in die Wüste“ als Beitrag des vhs-Filmforums in der Filmwelt Herne zu sehen sein.
Infos: www.vhs-herne.de bzw. www.filmwelt-herne.de

WIEDER DA

STREIFZÜGE DURCH DIE WELTLITERATUR - LESEKREIS

Aktuelle Bestseller, zeitlose Klassiker, Lieblingsbücher - in unserem Lesekreis unternehmen wir gemeinsame Streifzüge durch die Weltliteratur. Wir lesen Werke aus verschiedenen Epochen, Genres und verschiedener Autor*innen und wollen uns dadurch

in eine intensive Auseinandersetzung mit Literatur begeben. Der Austausch mit anderen Literaturbegeisterten bietet die ideale Gelegenheit, um neue Perspektiven auf bekannte Geschichten kennenzulernen oder die persönliche Leseliste um die neuesten Buchschätze zu erweitern. Die Bücher werden - je nach Umfang - an zwei bis drei Nachmittagen besprochen. Von der Dozentin erhalten Sie Hintergrundinformationen zu ausgewählten Texten und Wissenswertes über die Autor*innen in Ihrer Zeit. Passende Diskussionsfragen ermutigen zum Austausch. Die Auswahl unserer Lektüre treffen wir im Kurs gemeinsam. In Kooperation mit dem Literaturhaus Röttisches berücksichtigen wir dabei auch die Neuerscheinungen des jeweiligen Halbjahres, die uns vor Ort vorgestellt werden.

6218

di, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 05.03.
12 x 2 UStd., 63,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Laura Koch

LESUNG:

LINA ATFAH
In Kooperation mit der Stadtbibliothek Herne und dem Kommunalen Integrationszentrum



Lina Atfah. Foto: vhs

Spätestens seit sie 2023 für ihren zweisprachigen Lyrikband „Grabtuch aus Schmetterlingen“ (2022, Pendragon Verlag, Bielefeld) mit dem Übersetzungsteam Brigitte Oleschinski und Osman Yousufi den Literaturpreis Ruhr erhalten hat, erfährt die syrische Autorin Lina Atfah auch hier in unserer Region die verdiente Aufmerksamkeit.

1989 in Salamiyah geboren, lebt sie seit 2014 in Wanne-Eickel. In Damaskus hat sie arabische Literatur studiert und schrieb für verschiedene Zeitungen und Kulturmagazine, bis sie für ihre kritischen Themen ins Visier der Regierung geriet. Ihr erster Gedichtband auf Deutsch erschien 2019 unter dem Titel „Am Rande der Rettung“. Ein Jahr später erhielt sie auf der Frankfurter Buchmesse den Literaturpreis.

Der mit dem Literaturpreis ausgezeichnete Lyrikband „Grabtuch aus Schmetterlingen“ stellt das erste aus einer Fremdsprache übersetzte Werk dar, das mit dem Literaturpreis Ruhr ausgezeichnet wurde. Wie eine „(...) besonders schöne Form der Hypnose (...)“ wirkten die Gedichte von Lina Atfah, sagte Jurymitglied Murat Kayı in der Laudatio (www.literaturbuero-ruhr.de/die-ausgezeichneten-2023/12_2023).

An diesem Abend präsentiert die Autorin eine Auswahl der Gedichte in arabischer Sprache und deutscher Übersetzung. Das Publikum ist eingeladen, nach der Lesung mit der Autorin ins Gespräch zu kommen.

6230

Dienstag, 23.04., 19.30 - 21.00 Uhr
entgeltfrei
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Lina Atfah

KUNSTGESCHICHTE

EXKURSION: „NUDES“ IM LWL-MUSEUM IN MÜNSTER

Die Ausstellung „Nudes“, veranstaltet in Kooperation mit der Tate London, beleuchtet den historischen künstlerischen Akt, intime und moderne Aktdarstellungen sowie surreale Körper und politisch aufgeladene und fragile Darstellungen nackter Körperlichkeit. Dabei greift sie Themen wie den männlichen Blick auf den nackten Frauenkörper und die Frage nach Geschlecht und Identität auf.

Die 90 Werke, unter anderem von Auguste Rodin, Francis Bacon, Zanele Muholi, Marlene Dumas, Pablo Picasso, Alice Neel, Tracey Emin und den Guerilla Girls, werden mit Kunstwerken aus der Sammlung des LWL-Museums für Kunst und Kultur von Edvard Munch, August Macke und anderen gezeigt. **Treffpunkt: LWL-Museum für Kunst und Kultur, Domplatz 10 in Münster. Im Entgelt ist die Museumsführung bereits enthalten. Der Museumseintritt von 15,- EUR (erm. 9,- EUR) ist vor Ort zu entrichten.**

6301

Samstag, 16.03., 13.45 - 16.45 Uhr
Entgelt: 10,- EUR
LWL-Museum in Münster
Natalie Dilekli

KUNST DRAUSSEN UND VOR ORT

Eine Reihe zur Kunst im Öffentlichen Raum. Vorträge und Kunstspaziergänge laden Sie ein, Ihre Stadt und die Region, die für Kunstliebhaber*innen einiges zu bieten hat, neu zu entdecken.

Wir nehmen Sie mit zu bekannten und weniger bekannten, aber kunsthistorisch bedeutsamen Schauplätzen im Stadtgebiet und in der Umgebung.

EXKURSION: ARCHITEKTUR IM MEDIENHAFEN DÜSSELDORF UND KIT (KUNST IM TUNNEL)

Erleben Sie bei dieser Exkursion gleich zwei besondere Adressen für Architektur am Rheinufer. Während einer Führung durch den Medienhafen erfahren Sie, wie das einst triste Gewerbegebiet zum angesagten Lifestyle- und Boom-Viertel geworden ist.

Wahrzeichen ist der Neue Zollhof mit den drei auffälligen Bauwerken des Stararchitekten Frank O. Gehry. Gerade der Mix aus alten Gebäuden und neuer teilweise futuristisch anmutender Architektur macht den speziellen Charme des Medienhafens aus. Moderne Architektur gepaart mit einfühlsamen Denkmalschutz bewahren die ursprüngliche Hafenumgebung.

Nach einer kleinen Mittagspause, setzen wir die Tour im KIT (Kunst im Tunnel) mit einer Architekturführung fort. Direkt unter der Rheinuferpromenade - in einem Raum, der zwischen den Tunnelröhren für den Autoverkehr liegt - wurde 2007 ein spektakulärer

Treff für zeitgenössische Kunst eröffnet. Der Schwerpunkt des Programms liegt auf der Präsentation junger, zeitgenössischer Kunst aus den Bereichen Bildhauerei, Malerei, Fotografie, Video- und Installationskunst. Weiterhin wird im KIT der Austausch zwischen internationalen jungen Künstler*innen gefördert. Das sichtbare Entree von KIT - ein zum Rhein hin verglaster Pavillonbau - beherbergt das KIT-Café in dem Sie den Nachmittag ausklingen lassen können.

Treffpunkt: Rheinturm (Stromstr.), von wo aus die Führung um 11.30 Uhr beginnt. Im Entgelt ist die Führung im Medienhafen sowie im KIT bereits enthalten. Der Eintritt im KIT von 4,- EUR (erm. 3,- EUR) ist vor Ort zu entrichten. Sie sollten gut zu Fuß sein.

6306

Samstag, 20.04., 11.15 - 16.00 Uhr
Entgelt: 17,- EUR
Medienhafen Düsseldorf
Natalie Dilekli

RADEXKURSION: DAS RUHRGEBIET: DIE KUNSTMETROPOLE - VON DER KÜNSTLERZECHEN ZUM HALFMANNSHOF

Nicht erst im Kulturhauptstadtjahr 2010 wurde deutlich, dass das Ruhrgebiet mit seinen vielen Museen und Kulturzentren in Sachen Kulturdichte zu den großen Metropolen Europas gehört. Durch eine Vielzahl von Maßnahmen in einzelnen Städten wurde insbesondere das Kunstspektrum enorm ausgeweitet, das durch die Internationale Bauausstellung Emscher Park und die Emscherkunst zusätzlich an Kontur gewann.

Auch Künstlergemeinschaften und -siedlungen gibt es hier wie kaum wo anders. Eine der ältesten ist der Halfmannshof in Gelsenkirchen, der zuletzt umstrukturiert wurde. Die Künstlerzeche Unser Fritz feiert 50-jähriges Jubiläum. Im Rahmen der Radexkursion (ca. 20 Km) entlang der Erzbahntrasse lernen wir beide Institutionen kennen. Zudem nehmen wir den von Herman Prigann geschaffenen Skulpturenpark und die Halde Rheinelbe in Augenschein und besuchen die Galerieemeile Gelsenkirchen am Tag der offenen Tür.

Treffpunkt: Künstlerzeche Unser Fritz, Zur Künstlerzeche 10, 44653 Herne-Wanne.

6307

Samstag, 04.05., 15.00 - 18.00 Uhr
Entgelt: 15,- EUR
Künstlerzeche Unser Fritz
Dr. Stefan Roggenbuck

EXKURSION: DIE RUHRFESTSPIELSTADT AM GRÜNEN HÜGEL

In Recklinghausen finden jedes Jahr die Ruhrfestspiele statt, eines der ältesten und größten Theaterfestivals Europas. Die eher kleine Großstadt spielt dabei im Konzert der großen Metropolen mit, was sich in den Namen der internationalen Stars widerspiegelt, die hier auf der Bühne standen: Jeff Goldblum, John Malkovich, Cate Blanchett sind nur einige von ihnen. Auch die Intendanten erregten mit ihren Inszenierungen großes

Aufsehen. Die Exkursion folgt ihren Spuren und lässt fast acht Jahrzehnte Ruhrfestspiele Revue passieren. Dabei lernen wir auch die Recklinghäuser Altstadt mit ihren Attraktionen kennen, zu denen auch Kunstwerke gehören, die im Kontext der Festspiele im öffentlichen Raum platziert wurden.

Treffpunkt: Hbf Recklinghausen, Große Perdekamp Str. 2.

6308

Samstag, 25.05., 15.00 - 18.00 Uhr
Entgelt: 15,- EUR
HBF Recklinghausen
Dr. Stefan Roggenbuck

ONLINE-VERANSTALTUNGEN

Von Zuhause aus sich inspirieren lassen, Kunst näher kommen und Ansichten und Einsichten erhalten, auch nachfragen können. So einfach ist es: Schicken Sie uns bis zu zwei Werktagen vor Veranstaltungsbeginn eine Mail an vhs@herne.de mit der Kursnummer und dem Veranstaltungstitel, und Sie erhalten ein paar Tage vor dem Termin den Zugangscode.

ONLINE-VORTRAG: WAS MACHT KI MIT DER KUNST, UND UMGEGEHRT, KUNST MIT KI? in Kooperation mit der vhs Böblingen-Sindelfingen

Prof. Dr. Pamela C. Scorzin M. A., Professorin für Kunstwissenschaft und Prodekanin des Fachbereichs Design der Fachhochschule Dortmund, beleuchtet die Frage, ob KI Kunst kann. Anhand von aktuellen Beispielen wird der Einfluss diskutiert, den Künstliche Intelligenz auf die zeitgenössische künstlerische Praxis und Kreativszene hat. Dabei werden u. a. Fragen zur künstlerischen Autorschaft, Authentizität und Originalität, Ko-Kreativität und Kollaboration im Netzwerk von menschlichen und nicht-menschlichen Akteuren sowie zur Ästhetik der neuen technisierten Produktionen aufgeworfen.

6311

Dienstag, 05.03., 19.00 - 20.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Prof. Dr. Pamela C. Scorzin

ONLINE-VORTRAG: MARC CHAGALL - EINBLICK IN LEBEN UND WERK In Kooperation mit der vhs Böblingen-Sindelfingen

Marc Chagall (1887-1985) entführt die Betrachter seiner Bilder in eine magische Welt voller Fabelgestalten. Sein poetisches Universum, das um die Themen Geburt, Liebe und Tod kreist, beinhaltet Liebespaare, Blumen, Musik sowie Traumhaftes und schließt die Bibel ebenso wie das Milieu der Gaukler und Künstler mit ein.

Ausgehend von seinen jüdisch-russischen Wurzeln und der Atmosphäre seiner „zweiten Heimat“ Paris schuf Chagall in einem

zunächst kubistischen, dann symbolistischen farbkraftigen Stil eine ganz eigene Welt, die das Publikum bis heute fasziniert. Anhand von wichtigen und charakteristischen Werken gibt der Vortrag einen Einblick in diese Welt.

6312

Dienstag, 16.04., 19.00 - 20.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Dr. Alexandra Carmen Axtmann

KUNST UND DIE WELT DER NFTs
Vortrag

Der Vortrag richtet sich an Kunstschaffende und andere Interessierte, die grundlegende Informationen zum Thema und einen Einblick in die Praxis erhalten möchten. Eingeleitet wird mit dem Aufzeigen der Verschmelzung von digitaler und realer Welt. Weiterhin werden das Konzept, die Bedeutung und Anwendungsoptionen von NFTs erklärt und die Funktionsweise der Blockchain gezeigt. Weitere Themen: „Die Unterschiede von NFTs und Bitcoin“ und „Ethereum-Technologie und Smart Contracts“. Die Teilnehmenden erhalten ferner eine Plattformübersicht für Künstler*innen. Abschließend geht die Dozentin im Thema „NFTs und Betrug“ auf gängige Missverständnisse ein und gibt Einblicke in den eigenen künstlerischen Werdegang.

6314

Montag, 18.03., 18.30 - 20.30 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Sophia Kühn



**VHS.KINDERUNI:
WARUM MALEN MANCHE
KÜNSTLER IHRE KUNST
AUF DIE STRASSE?**

Für Kinder von 8 bis 12 Jahren -
In Kooperation mit der
vhs Böblingen-Sindelfingen

Unter Straßenkunst, auf Englisch „Street-Art“, versteht man Kunst, die man sehen kann, ohne in ein Museum gehen zu müssen. Vielleicht hast du auch schon einmal Gemälde an Wänden, Stromkästen oder Laternenpfählen gesehen. Darf man überhaupt einfach so auf der Straße malen und klecksen? Wer sind diese Künstler? Und was haben Kinder damit zu tun, dass man Street-Art überall auf der Welt findet? Darüber redet der Street-Art-Experte Gerrit Retterath, der sich freut, wenn Städte bunter werden.

6315

Sonntag, 25.02., 11.00 - 12.00 Uhr
entgeltfrei
Online, Gerritt Retterath

**ABSTRAKTION IN DER KUNST
NACH 1945 MIT BLICK AUF EUROPA**
Bebildeter Vortrag

Der II. Weltkrieg ist zu Ende. Die Sehnsucht nach künstlerischer Freiheit findet in ganz Europa ihren Ausdruck in einer neuen Malerei. In der Bundesrepublik galt es zunächst nach der Verfolgung und Ächtung der Moderne durch den Nationalsozialismus die Klassische Moderne zu rehabilitieren und

neu zu entdecken. Doch schnell wurden Tachismus und Informelle Malerei zum vorherrschenden Stil. Sie galten als Bekenntnis zur Demokratie, als Ausdruck von Freiheit und Internationalismus, aber auch als Abgrenzung gegenüber dem Ostblock. Der Vortrag zeigt an zahlreichen Bildbeispielen die stilistische Entwicklung einzelner Künstler an und stellt wichtige Ausstellungen der Epoche dar.

6316

Dienstag, 04.06., 18.30 - 20.30 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr. Falko Herlemann

ZEICHNEN - MALEN

ZEICHNEN! LERNEN!

Das Zeichnen ist die Grundvoraussetzung jedes künstlerischen Schaffens. In diesem Kurs für Anfänger*innen wird das Basiswissen, zum Beispiel räumliches Gestalten, Licht und Schatten, oder das rasche Skizzieren der eigenen Ideen vermittelt. Bitte mitbringen: Zeichenblock, mindestens DIN A3, ein Paket Schreibmaschinenpapier, Bleistifte HB (zum Beispiel 4B, 6B) sowie Zeichenkohle.

6400

mo, 19.00 - 21.30 Uhr, ab 19.02.
14 x 3 UStd., 111,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Torsten Kropp



**GRAFFITI ZUM
KENNENLERNEN**
Für jung
gebliebene Erwachsene

Graffiti-Kunst begeistert! Viele wollten schon immer einmal selbst die Spraydose in die Hand nehmen und kreativ werden. Aber wie soll man anfangen und wo bekommt man die richtigen Spraydosen? Oder es fehlte einfach an Gelegenheiten.

Das können wir ändern. An diesem Wochenende lernen alle Graffiti-Neulinge die Grundlagen. Von der ersten Skizze auf Papier, dem Designen eines eigenen Tags (die unverwechselbare Handschrift eines Sprayers) hin zur richtigen Anwendung der Spraydosen. Geschult wird der Blick für ein gelungenes Design in Komposition und Farbe und das Know-how für die praktische Umsetzung. Hierzu erhalten die Kursteilnehmenden hilfreiche Tipps von einem erfahrenen Tagger, der sein Wissen aus der Praxis gerne mit anderen teilt. Die Materialgebühr von 15,- EUR bezahlen Sie bitte direkt beim Kursleiter am ersten Kurstag.

6401

sa und so, 04.05. und 05.05.,
jeweils von 10.00 - 14.00 Uhr
2 x 5 UStd., 42,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Manuel Schumacher

**VOM BLEISTIFT
ZUM ACRYLMALPINSSEL**

Ein Kurs für alle, die sich im künstlerischen Bereich schon immer mal ausprobieren wollten. Vielleicht steckt in Ihnen ja ein(e) Pastell-Maler*in, oder Sie sind doch eher Tuschezeichner*in? Von der kleinen, aber feinen Bleistiftzeichnung bis zum großformatigen Acrylbild kann und soll alles ausprobiert werden. Auch wenn Sie Ihren künstlerischen Weg schon gefunden haben, sind Sie herzlich willkommen.

Am ersten Termin besprechen wir die weitere Vorgehensweise und die Materialauswahl. Für das gemeinschaftliche Material fallen 5,- bis 10,- EUR pro Teilnehmer*in an.

6402

mi, 18.00 - 20.30 Uhr, ab 21.02.
13 x 3 UStd., 103,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Torsten Kropp

**NATURALISTISCHE MALEREI
IN ACRYL - STEP BY STEP**

Für Interessierte, die Schritt für Schritt lernen möchten, wie ein naturgetreues Bild in Acryltechnik entsteht. Ausgangspunkt ist die genaue Betrachtung des Motivs, einer Landschaft, eines Stilllebens oder Portraits. Von hier aus führt Sie der Dozent über Ausführungen zum Thema Maltechnik und Bildaufbau hin zur eigenen Motivgestaltung. Die Kurs-tage sind als thematische Workshops konzipiert. Es bleiben noch genügend Zeit und Freiraum für eigene Interpretationen. Bitte mitbringen: Leinwände/Acrylmalblöcke oder Malpappen (z. B. im A3- oder A2-Format), Borstenpinsel (flach) verschiedener Größen, kleine Feinhaarpinsel (rund), Schlepperpinsel, Schwammtuch, Pinselglas, Farbmischpalette, Acrylfarben, Malmesser (Kellenform), TK Fallminenstift oder weichen Bleistift, Radierer.

6403

di, 19.00 - 21.30 Uhr, ab 20.02.
7 x 3 UStd., 57,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Rob Leuchtenberger

**MONOTYPIE
TRIFFT AQUARELL**

Inspiziert von freier Formgebung oder Zeichnung nach Fotovorlagen werden die Umriss im Format 20 x 30 cm auf Plexiglas übertragen. Der so entstandene Hochdruck kann in feinsten Aquarelltechnik mal farbig, mal monochrom gestaltet werden. Im weiteren Kursverlauf entstehen so Monotypien, übermalte Monotypien und Aquarelle von einer Motivvorlage. Der Kurs ist für Anfänger*innen und Fortgeschrittene geeignet. Für die Druckfarbe entstehen Materialkosten von 3,- EUR, die im Kurs eingesammelt werden.

6404

di, 17.45 - 19.15 Uhr, ab 20.02.
8 x 2 UStd., 42,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Beate Matkey

POURING IM LEPORELLO DES NORDENS

Pouring Effekte dienen als Hintergrund - oder auch als eigenständige Bildaussage. Inspiriert von Malern des Nordens wie Emil Nolde, Ernst Ludwig Kirchner, Erich Heckel, Karl Schmidt-Rottluff oder Otto Müller starten wir eigene Interpretationen von unseren Lieblingsinseln, den Hansestädten und der Moor- und Geestlandschaft. Eigene und im Kurs gestellte Fotos dienen uns als Vorlage und zur Umsetzung in Aquarell-Mischtechnik. So entsteht ein Leporello mit Pouring, Fotos neben gefühlvollen Aquarellen. Der Kurs ist für Anfänger*innen und Fortgeschrittene geeignet. Die Herstellung des Leporellos wird am ersten Abend besprochen, das Deckblatt gestaltet und am zweiten Abend gefaltet.

6405

di, 19.30 - 21.45 Uhr, ab 20.02.

8 x 3 UStd., 63,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Beate Matkey

SOMMERAKADEMIE 2024 Stadt-Skulpturen im Hochformat

Die vielfältigen skulpturalen Objekte, gestreut über das Stadtgebiet Herne, werden malerisch durch Randbetonungen in Szene gesetzt. Vor Ort schauen wir uns typische Merkmale z. B. der Bischhofsmütze, Engel, Lichtsäule und Drachenschaukel an, besprechen, wie wir die Materialien (Beton, Eisen, Edelstahl, Holz) malerisch mit Metallic-Aquarellfarbe oder Neutraltinte umsetzen, um die Objekte in malerische Varianten zu überführen. Randbetonungen in changierenden oder floralen Farben unterstützen die bildnerischen neu interpretierten Wirkungen. Bitte mitbringen: Aquarellstifte, Farben, ein verschließbares, mit Wasser gefülltes Glas, Aquarellblöcke, Klappstuhl. Treffpunkt am ersten Abend: vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37.

6407

di, 18.00 - 21.00 Uhr, ab 30.04.

7 x 4 UStd., 74,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Beate Matkey

DIE KUNST ZU ENTSPANNEN Kreative Ideenwerkstatt

Sie lernen zeichnerische und malerische Gestaltungstechniken, die sich besonders gut zur Entspannung eignen. Das intuitive Malen, das Zentangle zeichnen, Dot Painting und Neurographik-Art sind Methoden, die Sie für Atempausen in Ihren Alltag einbinden können. Jede*r Teilnehmer*in hat die Möglichkeit, im eigenen Tempo kleine und große Bilder zu gestalten und sich in den unterschiedlichen Techniken auszuprobieren. Spezielle Malgründe wie Leinwand können gegen Aufpreis erworben oder mitgebracht werden. Farben und Papier sind in den Kosten inbegriffen.

6408

mo, 14.30 - 16.00 Uhr, ab 26.02.

10 x 2 UStd., 53,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Birgit Müller

EINFACH KREATIV

Wer wollte schon immer malen, zeichnen oder Pappmaché gestalten. Ein Kurs mit viel Freiraum zum Ausprobieren. Welche Technik, welches Material passt gerade zu mir und meinem persönlichen gestalterischen Prozess? Gerne können Sie bereits am ersten Abend vorhandenes Material mitbringen. Alternativ kann dies aber auch im Kurs gemeinsam besorgt werden.

6415

mi, 18.00 - 20.15 Uhr, ab 21.02.

11 x 3 UStd., 99,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Gisela Schulte

KUNST DRAUSSEN UND VOR ORT EXKURSION: RADELN UND ZEICHNEN - SKETCHWALK MIT DEM RAD

Während dieser kreativem Radrunde werden verschiedene Ziele angesteuert, die den Teilnehmenden unterschiedliche Motive zum Zeichnen bieten. Darunter sind der Hafen Recklinghausen, Walkaway and Tower, das Schloss Bladenhorst, der Yachthafen in Castrop-Rauxel, das Herner Meer mit „Käum Gesang“ oder der „Käsestange“ von Bogomir Eckhard. An mindestens vier Haltepunkten wird jeweils ca. 45 Min. skizziert, gezeichnet, gemalt. Alle Teilnehmenden zeichnen in ihrer bevorzugten Technik (Fineliner, Füller, Bleistift, Kugelschreiber/Aquarellfarben, Buntstifte, Kreiden) im Skizzenbuch oder auf einem Block. Das Format sollte eine stabile Rückseite aufweisen und bequem zu transportieren sein. Bringen Sie außerdem bitte mit: Klemmen oder Wäscheklammern, um die Blätter bei Wind festzuhalten, evtl. ein Sitzkissen oder Klapphocker, der auf dem Fahrrad mitgenommen werden kann.

Anfangstreff- und Endpunkt ist das Schloss Strünkede, Eingang Schlosskapelle. Zu empfehlen ist eine Kopfbedeckung. Ausweichtermin bei schlechtem Wetter: Sa., 15. Juni.

6417

Samstag, 08.06., 14.00 - 18.00 Uhr

1 x 6 UStd., 19,- EUR

Schloss Strünkede
Harald Ophüls

EINSTIEGSKURS ILLUSTRATION

In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden, visuell zu denken und zu einem frei gewählten Text (z. B. Geschichte, Gedicht, Artikel) eine Illustration in ihrem eigenen Stil zu entwickeln. Nach einer Einführung in die Grundlagen der Illustration werden einfache Übungen zum Darstellen von Emotionen gemacht. Grundlage für alle ist die Zeichnung, wobei im Verlauf auch digitale und Darstellungsformen mit Collage möglich sind. Während der Auseinandersetzung mit dem Text entstehen eigene Ideen. Elemente aus Farbenlehre und Komposition fließen in den eigenen Entwurf mit ein. Am Ende entwickeln Sie Ihre eigene visuelle Erzählsprache. Der Kurs ist für Sie richtig, wenn Sie offen für Experimente, Selbstbeobachtung und Analyse sind sowie Freude am Geschichtenerzählen haben.

Bitte mitbringen: Ein A4- oder A3-Skizzenbuch (je nach Vorliebe), transparentes Zeichenpapier, Kugelschreiber oder Bleistift, A4- oder A3-Papier mindestens 190g/m², optional iPad mit Zeichenprogramm wie Procreate.

6420

do, 18.45 - 21.00 Uhr, ab 11.04.

8 x 3 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Maria Jimena Bellina Garcia Rosell

KALLIGRAPHIE FÜR EINSTEIGER*INNEN

In diesem Kurs für Einsteiger*innen werden Grundkenntnisse der Kalligraphie vermittelt, sodass Sie einen ersten Einstieg ins Thema finden und erfahren, ob Ihnen die Kalligraphie Freude bereitet. Erfahren Sie, worauf es bei der „Kunst des schönen Schreibens“ ankommt, wie Sie das Schreibwerkzeug richtig halten und probieren Sie die ersten einfachen Formelemente der Schrift aus. Grundlage ist in diesem Kurs die Copperplate-Schrift. Wir empfehlen diesen Kurs als Grundlage zum weiteren Einstieg im Kurs „Kalligraphie für Anfänger*innen und leicht Fortgeschrittene“ (Kurs 6439). Damit Sie einen Platz sicher haben, melden Sie sich schon jetzt auch in diesem Kurs an.

Bitte bringen Sie zur ersten Sitzung folgende Materialien mit: einen Bleistift (B oder 2B), Lineal, Radiergummi, kariertes oder liniertes Heft (DIN A4). Schreibfedern zum Ausprobieren können geliehen werden. Im Kurs erhalten Sie außerdem eine Materialliste, falls Sie eine Fortführung im weiterführenden Kurs geplant haben.

6439

Samstag, 02.03., 18.00 - 19.30 Uhr

1 x 4 UStd., 11,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Bahtiyar Demircan

KALLIGRAPHIE FÜR ANFÄNGER*INNEN UND LEICHT FORTGESCHRITTENE

In diesem Kurs werden Grundkenntnisse der Kalligraphie vermittelt und vertieft. Sie lernen den spezifischen Umgang mit den Materialien ebenso, wie gängige Schriftzeichen beispielsweise der Copperplate-Schrift kennen. Auch die Körperhaltung beim Schreiben spielt eine Rolle. Weitergehend wird die Entwicklung einer eigenen Handschrift gefördert und geübt. Für die Teilnahme in diesem Kurs empfehlen wir die vorherige Teilnahme am Einführungskurs 6439.

Bitte bringen Sie zur ersten Sitzung folgende Materialien mit: Bleistift (B oder 2B), Lineal, Radiergummi, kariertes oder liniertes Heft (DIN A4). Im Kurs erhalten Sie außerdem eine Materialliste für die folgenden Kurstage. Es fallen zusätzliche Materialkosten von ca. 30,- EUR an.

6440

mi, 14-tägig, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 06.03.

8 x 2 UStd., 42,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Bahtiyar Demircan



CHARACTER DESIGN - ZEICHNEN MIT DEM GRAFIKTABLETT

Für Jugendliche ab 12 Jahren - In Kooperation mit der Jugendförderung, Team Herne-Mitte

Von der ersten Idee bis über die Umsetzung mit den technischen Tools bis hin zum fertigen Modell - an nur drei Tagen



erstellst du deinen eigenen 3D-Character für Videospiele oder Animation. Dabei lernst du die Grundlagen im Umgang mit dem Grafiktablett zur Gestaltung einer individuellen Figur. Deine Zeichnung bearbeiten wir mit dem kostenlosen Open-Source-Programm Blender, das kaum Wünsche offen lässt, wenn es um das Entwerfen und Modellieren von 3D-Objekten sowie Animation geht. Deine Animationen werden anschließend in Szene gesetzt und können für sich sprechen oder für mögliche Videospiele erstellt werden.

PC-Grundkenntnisse werden vorausgesetzt. Jeweils ein Notebook und Grafiktablets werden zur Verfügung gestellt oder können selbst mitgebracht werden.

Der Kurs ist Teil des Angebots Kulturrucksack NRW und ist damit kostenfrei.

6451

*mi - fr, 14. - 16. August, jeweils von 10.30 - 15.00 Uhr
3 x 6 UStd., entgeltfrei
Stadtteilzentrum H2Ö, Hölkeskampring
Janna Zimmer*

FOTOGRAFIE

SPIEGELREFLEXKAMERA & SYSTEMKAMERA - DIE TECHNIK

In diesem Kurs sind Sie richtig, wenn Sie Spaß am Fotografieren haben, jedoch noch unsicher mit Ihrer Kamera sind. Sie lernen Ihre Kamera technisch kennen und Begriffe wie Belichtungszeit, Blende oder Tiefenschärfe einzuordnen. Ein weiteres Thema wird der Bildaufbau sein.

Der ideale Kurs zum Auffrischen oder für Anfänger*innen - egal welchen Alters.

6502

*Mittwoch, 28.02., 18.00 - 21.00 Uhr
Mittwoch, 06.03., 18.00 - 21.00 Uhr
Mittwoch, 13.03., 18.00 - 21.00 Uhr
3 x 4 UStd., 38,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Christian Brehm*

FOTOGRAFIE IN DER PRAXIS IM GYSENBERGPARK

Sie sehen keine Motive? Sie sehen etwas Schönes, was Sie fotografieren möchten, aber es gelingt Ihnen nicht? Ihre Kamera macht das Bild nicht so wie Sie es gern hätten? Erkennen Sie sich wieder? So geht es vielen Menschen und genau das will dieser

Kurs ändern. Wir werden quer durch den Gysenberg gehen und dabei allerlei vor die Linse bekommen. Endlich weg von der Theorie und rein in die Praxis! Bringen Sie neben Ihrer Kamera, vollen Akkus, genug Speicherkarten auch eine Schuppe Kreativität mit. Treffpunkt: kleiner Parkplatz hinter der Sporthalle Gysenberg, „Am Revierpark“.

6504

*Samstag, 01.06., 09.00 - 15.00 Uhr
1 x 8 UStd., 29,- EUR
Gysenbergpark
Christian Brehm*

SMARTPHONE: EINSTELLEN, FERTIG, FOTO! Bessere Fotos mit modernen Handys

Mit Smartphones hat man eine erstaunlich gute Kamera immer dabei. Selbst in ihrem Automatikmodus „Foto“ gelingen detailreiche Fotos. Der richtige Zauber aber liegt im „Pro“-Modus, dort lassen sich meist Schärfe, Belichtungszeit, Über-/Unterbelichtung und ISO einstellen. Doch wie hängen diese Einstellungen zusammen, was ist mit dem Licht, den Perspektiven? Wie entstehen kleine Kunstwerke statt der üblichen Selfies, z. B. für Ihren nächsten Social-Media-Auftritt? Ein Blick auf die weiteren Aufnahmemodi und auf sinnvolles Zubehör runden den Kurs ab. Bitte eigene, aufgeladene Smartphones, Ladekabel und Zubehör mitbringen. Mit der grundsätzlichen Bedienung des Smartphones sollten Sie sich auskennen.

6508

*Dienstag, 07.05., 17.30 - 21.30 Uhr
1 x 5 UStd., 17,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr. Tom Fliege*

PLASTISCHES GESTALTEN

PLASTIKEN AUS SPECKSTEIN

Speckstein ist ein in vielfältiger Farbigkeit vorkommender Naturstein. Durch die vorgegebene Form der Bruchsteine werden die Teilnehmer*innen in ihrer Fantasie angeregt. So werden zuerst kleine Plastiken wie z. B. Handschmeichler oder abstrakte Tierfiguren entstehen. Speckstein ist ein sehr weicher Stein, der auch handwerklich ungeübten Teilnehmer*innen keine Schwierigkeiten bereiten wird. Das Material ist gegen einen Kostenbeitrag über die Dozentin zu beziehen.

6600

*Samstag, 16.03., 09.30 - 16.30 Uhr
Sonntag, 17.03., 09.30 - 13.30 Uhr
14 UStd., 46,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Christina Clasen*

BILDHAUEREI AM WOCHENENDE

Den Teilnehmer*innen wird die Möglichkeit gegeben, erste Erfahrungen in der Bearbeitung des Werkstoffs „Stein“ zu sammeln. Nach einer kurzen Werkzeugkunde können die Teilnehmer*innen mit Fäustel, Knüpfel und den

unterschiedlichen Eisen Baumberger Sandstein-Blöcke bearbeiten. Ob freie Form oder Figur: Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Skizzen auf Papier oder in Plastilin helfen bei der Motivsuche, und die Teilnehmer*innen fertigen im Anschluss ihre ersten Steinskulpturen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich! Arbeitskleidung ist mitzubringen. Der Kostenbeitrag für die Steine beträgt 15,- EUR.

6602

*Freitag, 31.05., 18.00 - 20.00 Uhr
Samstag, 01.06., 09.00 - 16.45 Uhr
Sonntag, 02.06., 10.00 - 14.00 Uhr
entgeltfrei
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Christina Clasen*



PLASTISCHES GESTALTEN MIT TON

Ton ist ein wunderbares Material für Menschen, die gerne kreativ arbeiten und das haptische Erlebnis beim plastischen Gestalten mit Ton schätzen. Dadurch, dass er leicht formbar ist, können verschiedene Gegenstände oder auch organische Formen bis hin zu Lebewesen aus Ton modelliert werden. Nach der Trocknungszeit werden Ihre Gegenstände am letzten Kurstag noch glasiert. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Ziel ist es, die Grundlagen des plastischen Gestaltens mit Ton zu erlernen. Bitte Arbeitskleidung mitbringen. Die Materialkosten in Höhe von 15,- EUR entrichten Sie bitte direkt bei der Kursleiterin.

6605

*Freitag, 12.04., 17.15 - 20.15 Uhr
Samstag, 13.04., 09.45 - 13.30 Uhr
Freitag, 26.04., 18.00 - 20.15 Uhr
12 UStd., 38,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Petra Katharina Engel*

GLASOBJEKT IN KUPFERFOLIEN-TECHNIK (TIFFANYTECHNIK) - KLEINGRUPPE

Wir erstellen Sonnenfänger aus maximal zehn Teilen. Nachdem grundsätzliche Schneidetechniken an einfachen Objekten geübt wurden, beginnt der künstlerische Teil des Workshops, in dem ein Motiv entworfen und anschließend das Glas ausgesucht wird. In der Tiffanytechnik wird eine dünne Kupferfolie zum Herstellen der Verbindung zwischen Glasteilen genutzt. Die zuvor mit speziellem Werkzeug zugeschnittenen Glasteile werden mit einem schmalen Kupferstreifen ummantelt. Die Glasteile werden dann durch Löten verbunden. Zum Schluss werden die Löt Nähte mit einer Patina eingefärbt. Der Kurs ist für Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse geeignet. Das Material ist gegen einen Kostenbeitrag von 15,- EUR direkt bei der Dozentin zu erwerben.

6610

*Freitag, 19.04., 18.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 20.04., 09.00 - 16.45 Uhr
Sonntag, 21.04., 10.00 - 13.45 Uhr
19 UStd., 80,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Katharina Siebert*

LUST AUF HOLZ?! MÖBEL SELBST GEBAUT

Dieser Kurs bietet die Möglichkeit, Möbel nach eigenen Vorstellungen oder aktuelle Designermöbel anzufertigen. Auch Möbel von Bauhauskünstler*innen können als Vorbilder dienen. Ob Stehpult, Regal oder Bilderrahmen, vieles ist mit nur geringem Materialaufwand nachzubauen. Es reicht eine Idee oder ein Foto für die graphische Umsetzung. Am ersten Abend werden Entwurf und Materialbeschaffung geklärt. Im Entgelt sind 5,- EUR Gebühr für die Maschinennutzung enthalten.

6650

mo, 18.30 - 21.30 Uhr, ab 26.02.

11 x 4 UStd., 121,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Gerrit Linowsky

SCHNEIDERN FÜR ANFÄNGER*INNEN UND FORTGESCHRITTENE

Die Schneiderkurse sind für all die genau richtig, die sich ihre eigene Garderobe passgenau selbst herstellen wollen. Wenn Sie „Neuling“ im Umgang mit der Nähmaschine sind, lernen Sie unter Anleitung den Umgang damit und zudem auch das Zuschneiden eines Kleidungsstücks Ihrer Wahl. Wenn Sie schon einiges selbst genäht haben, stehen Ihnen unsere Dozentinnen bei kniffligen Stücken und schwierigen Stoffen mit Rat und Tat zur Seite.
Mitzubringen sind: Schreibmaterial, Maßband, Näh- und Stecknadeln, Nähgarn, Stoffreste, Schneiderkreide, Schere. Später sind zu besorgen: Seidenpapier oder Kopierfolie mit Stift, farbiges Kopierpapier und Kopierädchen.

FÜR ANFÄNGER*INNEN: BASICS MIT DER OVERLOCK

Sie möchten wissen, was man alles mit einer Overlock machen kann? In diesem Kurs lernen Sie den richtigen Umgang mit dieser Maschine: vom Einfädeln, Nadelwechsel, Wartung bis zu den Einsatzmöglichkeiten und deren Stichen. Danach beherrschen Sie die Basics. Wichtig: Wenn Sie vorhaben, den weiterführenden Nähkurs zu besuchen, melden Sie sich bitte dazu parallel an. Bitte mitbringen: die eigene Overlock, Garne, Schere, verschiedene Stoffe oder eigenes Nähprojekt.

6707

Samstag, 16.03., 09.15 - 13.00 Uhr

1 x 5 UStd., 16,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Heike Dzimbowski

6707A

Samstag, 13.04., 09.15 - 13.00 Uhr

1 x 5 UStd., 16,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Heike Dzimbowski

ERSTE KONTAKTE MIT DER NÄHMASCHINE Für Anfänger*innen

Sie haben eine Nähmaschine geschenkt bekommen? Nun erscheint sie Ihnen noch wie vom anderen Stern? Dann kommen Sie in diesen Kurs. Vom Einfädeln über den Einsatz der unterschiedlichen Nadeln bis zur einfachen Naht gibt es hier den Einstieg. Danach können Sie ohne Probleme in unseren anderen Kursen Ihren Platz finden. Dort nähren Anfänger*innen und Fortgeschrittene zusammen. Das hat den Vorteil für Sie, dass die Fortgeschrittenen schon viel allein schaffen und die Dozentinnen deshalb mehr Zeit für Sie als Anfänger*in haben.
Viel Erfolg!

Wichtig: Wenn Sie vorhaben, einen „normalen“ Nähkurs zu besuchen, melden Sie sich bitte dazu parallel an. Es könnte sonst sein, dass der Kurs Ihrer Wahl bereits ausgebucht ist. Wenn vorhanden, kann auch die eigene Nähmaschine mitgebracht werden. Dann klappt das Einfädeln zu Hause auch schneller!

6708

Samstag, 24.02., 09.15 - 13.00 Uhr

1 x 5 UStd., 16,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Heike Dzimbowski

6708A

Samstag, 20.04., 09.15 - 13.00 Uhr

1 x 5 UStd., 16,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Heike Dzimbowski

SCHNEIDERN FÜR ANFÄNGER*INNEN UND FORTGESCHRITTENE

Diese Kurse sind für all diejenigen genau richtig, die sich ihre eigene Garderobe passgenau selbst herstellen wollen. Wenn Sie „Neuling“ im Umgang mit der Nähmaschine sind, lernen Sie unter fachkundiger Anleitung den Umgang damit und darüber hinaus auch das Zuschneiden eines Kleidungsstücks Ihrer Wahl. Wenn Sie schon einiges selbst genäht haben, stehen Ihnen unsere Dozentinnen auch bei kniffligen Stücken und schwierigen Stoffen mit Rat und Tat zur Seite.
Mitzubringen sind: Schreibmaterial, Maßband, Nähadeln, Stecknadeln, Nähgarn, Stoffreste, Schneiderkreide, Schere. Später sind zu besorgen: Seidenpapier oder Kopierfolie mit Stift, farbiges Kopierpapier und Kopierädchen. Im Anschluss an diese Kurse besteht die Möglichkeit der Weitermeldung in Folgekursen.

6711

mo, 19.30 - 21.45 Uhr, ab 26.02.

7 x 3 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Heike Dzimbowski

6713

di, 19.30 - 21.45 Uhr, ab 27.02.

6 x 3 UStd., 52,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Andrea Berensfreise

6715

mi, 19.30 - 21.45 Uhr, ab 21.02.

12 x 3 UStd., 95,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Heike Klecha

6716

mi, 17.00 - 19.15 Uhr, ab 21.02.

12 x 3 UStd., 95,- EUR

auch für Mütter oder Väter

mit Töchtern oder Söhnen

vhs im Kulturzentrum,

Willi-Pohlmann-Platz 1

Heike Klecha



SCHNEIDERN FÜR JUNGE MENSCHEN

Schnell zu tollen Ergebnissen



Foto:

Isabel Diekmann

Angesprochen sind Kinder und Jugendliche zwischen 10 und 18 Jahren. In diesem Ferienkurs werdet Ihr den Umgang mit der Nähmaschine sowie zuschneiden und nähen lernen. Kissen, Taschen, Etais, Kosmetiktäschchen, T Shirt, Turnbeutel und mehr werden genäht.

Bitte mitbringen: zum ersten Tag Stoffreste zum Üben, Stoff für euer erstes Teil (Maße 45 x 90 cm) und Füllwatte (Tipp: enthalten in preiswerten Kopfkissen 80 x 80 mit Polyester-Füllung). Gebraucht werden außerdem Nähgarn in passender Farbe, Nähadeln, Stecknadeln, Kreide, Maßband, Scheren für Stoffe und für Papier.

Ab dem 1. März können darüber hinaus im Eingangsbereich der vhs Modelle mit jeweils passender Einkaufsliste angeschaut werden.
Die Kursgebühr ist bereits ermäßigt.

6720

mo bis mi, 25.03. bis 27.03.,

sowie di bis fr, 02.04. bis 05.04.,

jeweils von 10.00 - 13.00 Uhr

7 x 4 UStd., 49,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Heike Klecha

6721

mo bis fr, 08.07. bis 12.07.,

sowie mo bis mi, 15.07. bis 17.07.,

jeweils 10.00 - 13.00 Uhr

8 x 4 UStd., 54,- EUR

vhs im Kulturzentrum,

Willi-Pohlmann-Platz 1

Heike Klecha



FLORISTIK

OSTERGRUSS AN DER TÜR

Einführung in die Gestaltung der Floristik

Sie erhalten einen Einblick in die Gestaltung des Ostertürkranzes und lernen die Grundtechniken zur Kranzgestaltung. Sie experimentieren mit Moosen, Federn, Zweigen, Wachteleiern und anderen Materialien - vom Wickeln und Stecken des Naturwerkstoffs, dem Einarbeiten verschiedener Osterdekorationen bis hin zum Fertigen des Osterkranzes. Als Ergebnis nehmen Sie ein florales Kunstwerk nach eigenem Geschmack und Design mit nach Hause. Bitte eine Rosenschere, ein kleines Messer sowie eine Schleifschere mitbringen (falls vorhanden).

Die Materialkosten (25,- EUR pro Teilnehmer*in) zahlen Sie bitte direkt bei der Kursleiterin.

6750

Samstag, 09.03., 10.00 - 13.15 Uhr

1 x 4 UStd., 16,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Joanna Schneider

MOOSBILDER

Es gibt über 16.000 bekannte Moosarten weltweit und eine eigene Wissenschaft zu diesen imposanten Pflanzen. Wie Sie diese vielseitigen Pflanzen zu einem Moosbild fertigen, vermittelt dieser Kurs.

Zur Gestaltung werden hier konservierte Moose, die weder Wasser noch Sonnenlicht benötigen, verwendet. Dadurch bleibt das Moosbild nahezu unverändert und erfordert nur gelegentliche Pflege. Mit Freude am Experimentieren wird ein eigenes Design kreiert. Um eine gestalterische Vielfalt zu erreichen, können zusätzlich weitere konservierte Pflanzen, Baumrinde, Baumscheiben oder Äste verwendet werden.

Bitte eine kleine Klebepistole und eine Schere mitbringen.

Die Materialkosten (25,- EUR pro Teilnehmer*in) zahlen Sie bitte direkt bei der Kursleiterin.

6752

Donnerstag, 11.04., 18.00 - 13.15 Uhr

1 x 4 UStd., 16,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Joanna Schneider

TROCKENBLUMENRING

Trockenblumen überzeugen durch ihr zartes, zerbrechliches und trotzdem widerstandsfähiges und langlebiges Wesen und ihre Vielseitigkeit. Am Schönsten kommen Sie in ihrer natürlichen Form, vielleicht in zarten Pastellfarben, daher. Ohne Chemie, Luftgetrocknet und sonnengebleicht sind sie vielseitig kombinierbar und nachhaltig.

Sie erstellen aus einer Auswahl verschiedener Trockenblumen, die sie unter Anleitung einer Floristin in Wickeltechnik um einen Metallring arrangieren, eine eigene Komposition. Eine Vielzahl von Werkstoffen und Hilfsmitteln steht zur Verfügung. Sie erhalten nützliche und praktische Tipps. Bitte eine kleine Klebepistole und eine Schere mitbringen.

Die Materialkosten (25,- EUR pro Teilnehmer*in) zahlen Sie bitte direkt bei der Kursleiterin.

6753

Donnerstag, 23.05., 18.00 - 21.00 Uhr

1 x 4 UStd., 16,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Joanna Schneider



vhs-GALERIE

Ausstellungen im vhs-Haus am Grünen Ring



Öffnungszeiten:

mo bis fr 9.00 - 20.00 Uhr

In den Ferien:

mo bis do 08.30 - 12.00 Uhr

und 13.30 - 15.30 Uhr

fr 08.30 - 12.00 Uhr

Der Besuch der Ausstellungen sowie der Eröffnungsfeiern sind entgeltfrei.

ROBERT FREISE A DIFFERENT VIEW

Pixelprojekt_Ruhrgebiet

@HERNE

Das Pixelprojekt_Ruhrgebiet ist seit seiner Gründung 2003 eine ständig wachsende, digitale Sammlung für fotografische Arbeiten, die einen Bezug zur Region haben. Durch die thematische Vielfalt der ausgewählten Arbeiten spiegeln sie den Facettenreichtum und die Widersprüchlichkeit des Ruhrgebiets wider. Unter dem Titel „Pixelprojekt_Ruhrgebiet@Herne“ zeigt die vhs-Galerie einmal jährlich Fotograf*innen des Projektes, die biografisch oder künstlerisch in Herne zu verorten sind.

Robert Freise, 1952 geboren in Wanne-Eickel, zeigt seine erste umfassende Einzelausstellung mit Fotografien der Jahre 1982 bis 2020. 2015 wurde er mit der Serie „Monti´s Dream“ durch die Jury

bei Pixelprojekt_Ruhrgebiet aufgenommen, wo auch die jetzt in der vhs-GALERIE gezeigten Serien „Boxbude“ von 2015/17 und „Ehemalige Autorennstrecke Zeche Alma“ (1982) gelistet sind. Robert Freise blickt mit seinen Fotografien hinter die Fassade. So nutzt er die Gelegenheiten, die sich ihm hier vor Ort bieten, um die Geschichten jenseits vordergründiger Bilder um dahinter liegende Strukturen darzustellen. Mal muten seine Fotografien wie bei der Serie „Ehemalige Autorennstrecke Zeche Alma“ als sw-Abzüge nostalgisch an und verweisen auf längst vergangene Ruhrgebietsgeschichte. In „Monti´s Dream“ präsentiert sich uns ein ungeschönter, sehr nahbarer Blick auf eine Zirkusfamilie, die es 2013 mit der Besetzung des ehemaligen Autohauses „Ford Heilmann“ bis in die BILD-Zeitung geschafft hat. Über zwei Jahre hat Freise die Menschen, ihre Sorgen, Nöte und auch kleinen Freuden begleitet. In der Serie „Boxbude“ dokumentiert er eine der letzten echten Kirmes-Attraktionen, die langsam aber sicher aussterben. Auch dem „Flaschensammler Frank“ kommen wir durch die Fotos der gleichnamigen Serie, die 2011 entstand, ungewöhnlich nahe. Seine Geschichte könnte stellvertretend für viele einzelne stehen, obwohl Flaschensammler im Straßenbild im Ruhrgebiet leider alltäglich geworden sind.

6001

Ausstellungsdauer:

23.02. bis 28.04.2024

vhs im Haus am Grünen Ring,

Wilhelmstr. 37

Eröffnung: Freitag, 23. Februar, 19 Uhr

KLEINgroß

Werkschau
der Jugendwerkstatt
der Jugendkunstschule Herne



Jugend-Kunst-Schule
Herne e.V.

Vom 8. Mai bis zum 5. Juli 2024 präsentiert die Jugendwerkstatt der Jugendkunstschule Herne ihre Arbeitsergebnisse aus den Werkbereichen Druck und Gestaltung, Raum- und Textilgestaltung und Bildnerie für Holz, Stein und Metall in der vhs-GALERIE.

In der Werkschau „KLEINgroß“ geht es um die Liebe zum Detail und das Spielen mit Perspektiven und Größenverhältnissen. Zu sehen sind überdimensionale Objekte ebenso wie Miniaturwelten.

Manchmal geht es auch darum, dass aus vielen kleinen Dingen etwas Großes entstehen kann.

Besucher*innen können in der Ausstellung alltägliche Gegenstände aus anderen Blickwinkeln betrachten und so einiges entdecken, was erst auf den zweiten Blick sichtbar wird.

6002

Ausstellungsdauer:

08.05. bis 05.07.2024

vhs im Haus am Grünen Ring,

Wilhelmstr. 37

Eröffnung: Mittwoch, 8. Mai, 12 Uhr



Beratung:

Natalie Dilekli

Tel.: 02323/16-1507

natalie.dilekli@herne.de

KOCHEN



INTERNATIONALE KÜCHE

EIN FESTMENÜ ZUM JAHR DES DRACHENS

Die chinesische Küche legt Wert auf frische, gesunde Zutaten. In diesem Kurs kochen Sie landestypische Alltagsgerichte: Hähnchenstreifen mit Austernsoße, gebratenen Tofu mit Ananasstücken (Tofu klingt nach Glück) und Rührei mit Tomaten. Dazu gibt es Duftreis als Beilage und Klebreismehlkugeln mit süßer Füllung (ein Symbol für die Familie!). **Die Lebensmittelumlage von 20,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

7100

Freitag, 01.03., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 39,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Hua Pan-Witzel

SCHLEMMERREISE ENTLANG DER ITALIENISCHEN REGIONEN

Eine kulinarische Reise von Nord- bis Süditalien zu machen und die diversen Speisen der Regionen zu verkosten, ist unser Ziel. Das Menü umfasst das so beliebte wie typische Gemüse der Regionen, Kräuter der Saison und natürlich Antipasti zur Vorspeise, Pasta und ein Dessert als süßen Nachklang. Da einige Rezepte zeitaufwändig sind oder eine Marinade bedürfen, bereitet der Dozent diese teilweise vor.

Die Lebensmittelumlage von 21,- EUR inkl. Wein ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7101

Donnerstag, 29.02., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 40,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Bonifacio Abbruzzi

BUONA PASQUA - OSTERBRUNCH TYPISCH ITALIENISCH

Die Italiener nehmen Ostern sehr ernst, das spürt und schmeckt man. Zum traditionellen Osterbrunch im Dorf oder dem Viertel kommt die ganze Großfamilie. Ostern, auf Italienisch „Pasqua“ genannt, ist eine Schlemmerzeit nach der Fastenzeit. Es wird sowohl die Auferstehung Jesus als auch die Wiedergeburt des Frühlings gefeiert. An diesem Ostern-Menüabend, werden wir einige italienische Ostern-Spezialitäten gemeinsam zubereiten und anschließend schlemmen. Da manche Speisen zeitaufwändig sind, bereitet der Dozent diese teilweise vor.

Die Lebensmittelumlage von 21,- EUR inkl. Wein ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7102

Donnerstag, 07.03., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 40,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Bonifacio Abbruzzi

FETA-MENÜ

Der bekannteste Käse Griechenlands glänzt nicht nur im Bauernsalat.

An diesem Kochabend stellen wir Brot mit gebröseltem Feta her. Wir panieren Feta mit verschiedenen Panaden. Der Bauernsalat wird aufgepeppt mit Fetakugeln.

Dazu gibt es Boujourdi, den Fetaaufwurf des Nordens, mit Mango. Das Hähnchen in einer Feta-Wein-Soße bekommt Spinat und Kritharaki als Begleitung. Den süßen Abschluss bildet ein Himbeereis mit Feta.

Die Lebensmittelumlage von 19,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7103

Mittwoch, 06.03., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 38,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Bärbel Maria Laftsidis-Krüger

KOCHEN

Egal ob Sie sich als leidenschaftliche(r) Hobbyköchin oder -koch sehen, anspruchsvolle Genießer*in sind, sich gesund ernähren möchten, aber im Berufsalltag nur wenig Zeit haben, einfach neue Anregungen suchen oder einige Basics in der Küche lernen möchten, in unseren Kochkursen setzen wir auf Vielfalt.

Erweitern Sie Ihre Kreativität bei der Zubereitung ganzer Menüs durch neue Formen der Zubereitung oder ungewöhnliche Kombinationen der Zutaten. Dabei verwenden wir häufig saisonale und regionale Zutaten, die möglichst schonend zubereitet werden. Wir greifen aktuelle Koch-Trends ebenso auf wie Traditionelles.

Bringen Sie bitte zu jedem Kurs Behälter für übriggebliebenes mit.

Bei Allergien oder Lebensmittelunverträglichkeiten bzw. wenn Sie kein Schweinefleisch essen, nehmen Sie bitte im Vorfeld des Kurses Kontakt mit uns auf.

Im Entgelt der Kochkurse ist immer die Gerätenutzungspauschale enthalten. Mit der Gebühr bezahlen Sie in der Regel die Lebensmittelumlage. Diese wird nur erstattet, wenn eine Stornierung zehn Tage vor Kursbeginn erfolgt. Durch diese Regelung gibt es eine höhere Planungssicherheit für den Einkauf. Wer bei Kochkursen von den Gebühren befreit ist, muss selbstverständlich die Lebensmittelumlage begleichen. Bitte zahlen Sie das Kochgeld in unseren Geschäftsstellen ein oder geben Sie uns Ihre Bankverbindung an.



TAPAS INTERNATIONAL

Alle kennen und lieben Tapas. Die amerikanische Variante heißt „small plates“, in Griechenland isst man „Mezze“ und in Nordspanien „Pinchos“. Die Speisen in kleinem Format werden traditionell geteilt und nicht nur als Vorspeise gegessen. Wir bereiten u. a. Süßkartoffel-Taler mit Ricotta und Haselnusstopping, Kürbis-Wedges, gebratene Tintenfische und Chorizo zu. Dazu servieren wir Caipirinha. **Die Lebensmittelumlage von 22,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

7104
 Dienstag, 20.02., 18.00 - 21.45 Uhr
 1 x 5 UStd., 41,- EUR
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
 Diane Haupt

LEVANTINE-KÜCHE

Die Levante-Küche erinnert nicht von ungefähr an 1001 Nacht. Viel Gemüse, wenig Fleisch und raffinierte Gewürze prägen diese beliebte Küche. Gemeinsam bereiten wir eine Bowle, stiltypischen Salat, Schwarma, Mohamarah, den beliebten Humus, Babaganooch und frisches Pita zu. Hinzu kommen Persischer Reis und Konafa à la Creme zum süßen Abschluss. **Die Lebensmittelumlage von 21,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

7105
 Montag, 13.05., 18.00 - 21.45 Uhr
 1 x 5 UStd., 40,- EUR
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
 Diane Haupt

INDOCHINE COOKING

Sie bereiten einige der feinsten asiatischen Speisen zu, die diese reizvolle Küche zu bieten hat. Lernen Sie, wie man Frühlingsrollen landestypisch zubereitet, Naan-Brot backt, Korma, Biryani, vietnamesischen Glasnudel-Salat mit Rindfleisch und Mandel-Safran-Kuchen kreiert. **Die Lebensmittelumlage von 21,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

7106
 Montag, 03.06., 18.00 - 21.45 Uhr
 1 x 5 UStd., 40,- EUR
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
 Diane Haupt

KULINARISCHE REISE DURCH DIE USA

Die USA ist groß und vielfältig, ebenso die Küche. Die Regionen haben ihre ganz eigenen Trends auf dem Speiseplan. Auf unserem Menü stehen New Orleans Jambalaya, Tex Mex Chili, Kentucky Cornbread und Dip, California Poke Bowl und Florida Key Lime Pie. **Die Lebensmittelumlage von 21,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

7107
 Montag, 27.05., 18.00 - 21.45 Uhr
 1 x 5 UStd., 40,- EUR
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
 Diane Haupt

MEXIKANISCH KOCHEN

Durch den historischen Einfluss verschiedener indigener Kulturen Spaniens, Mittelamerikas und der Karibik zeichnet sich die mexikanische Küche durch einen Variantenreichtum an Speisen aus. In diesem Kurs stehen Burritos, landestypische Salate, Steak und Flan auf dem Speiseplan. Natürlich darf Margarita als Begleiter nicht fehlen. **Die Lebensmittelumlage von 22,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

7108
 Montag, 17.06., 18.00 - 21.45 Uhr
 1 x 5 UStd., 41,- EUR
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
 Diane Haupt

FINGERFOOD DE LUX GRIECHISCH INSPIRIERT

Wir stellen Köstlichkeiten auf dekorativen Tellern her, denn das Auge isst mit. Auf dem Plan stehen z. B. kleine Keftedes am Spieß auf einem Tomatenchutney, Auberginencreme mit Walnüssen, Auberginen gerollt und gefüllt, Dakos mit verschiedenen Toppings, Tzatziki mit schwarzem Knoblauch und Makkaronipita. **Die Lebensmittelumlage von 19,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

7109
 Freitag, 31.05., 18.00 - 21.45 Uhr
 1 x 5 UStd., 38,- EUR
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
 Bärbel Maria Laftsidis-Krüger

ONLINE-KOCHKURS: TRADITIONELLE GRIECHISCHE DORFKÜCHE

Sie lernen traditionelle Rezepte der Griechen kennen, die von Generation zu Generation weitergegeben werden. Auf dem Plan stehen Kokkinisto, Hühnchen in Tomatensoße gegart und Gemüse-Krihtaraki. Dazu gibt es Pfannenbrot und einen Feta-Dip. **Die Lebensmittelumlage von 3,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

7110
 Mittwoch, 22.05., 18.00 - 20.15 Uhr
 Entgelt: 12,- EUR
 Online, Bärbel Maria Laftsidis-Krüger

EIN ITALIENISCHES MEDITERRANES BUFFET

Wir wollen das original mediterrane Lebensgefühl über den Gaumen erfahren. Lernen Sie authentische Rezepte kennen, erfahren Sie wertvolle Tipps bei der Zubereitung, wie sie auch Köch*innen in Italien anwenden und kreieren Sie ein mediterranes Buffet, das auch für Gäste bestens geeignet ist. **Die Lebensmittelumlage von 21,- EUR inkl. Wein ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

7111
 Donnerstag, 16.05., 18.00 - 21.45 Uhr
 1 x 5 UStd., 40,- EUR
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
 Bonifacio Abbruzzi

TRADITIONELLES VON DER GRIECHISCHEN OMA

Heute kochen wir die Lieblingsrezepte der griechischen Oma nach. Dazu gehören Keftedes in Tomatensoße, Kartoffeln aus dem Backofen und gefüllte Paprika mit Reis. Natürlich darf der Bauernsalat nicht fehlen sowie frisches Knoblauchbrot. Zum Nachtisch bereiten wir „Arme Ritter“ auf griechische Art und Varianten mit griechischem Joghurt zu. **Die Lebensmittelumlage von 19,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

7112
 Mittwoch, 19.06., 18.00 - 21.45 Uhr
 1 x 5 UStd., 38,- EUR
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
 Bärbel Maria Laftsidis-Krüger

SCHWEDISCHER OSTERSCHMAUS

Ostern ist in Schweden bunt und fröhlich - so ist auch die schwedische Ostertafel. Serviert werden zum Beispiel verschiedene Sorten Fisch in unterschiedlichen Variationen, die traditionelle Västerbottenpaj (eine spezielle Käsepaj) und Eiersalat mit Sardellen (Gubbröra). **Die Lebensmittelumlage von 27,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

7115
 Dienstag, 12.03., 18.00 - 21.45 Uhr
 1 x 5 UStd., 46,- EUR
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
 Tanja Stotz

AUSTRALIEN - ESSEN DOWN UNDER

In Australiens Töpfen findet sich eine Mischung aus asiatischer, italienischer und englischer Küche wieder. Vielschichtig und trotzdem bodenständig vereint die Küche „Down Under“ außerdem Aromen von Sonne und Meer. Wir verarbeiten hauptsächlich regionales Fleisch und Fisch, Gemüse und Obst zu unterschiedlichen Gerichten, die die Vielfalt widerspiegeln. **Die Lebensmittelumlage von 26,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

7130
 Montag, 04.03., 18.00 - 21.45 Uhr
 1 x 5 UStd., 45,- EUR
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
 Volker Franz

ONLINE-KOCHKURSE

Im Vorfeld erhalten die Teilnehmenden eine Zutatenliste und Angaben zu den benötigten Küchenutensilien. Über Ihren Bildschirm von Zuhause verfolgen Sie zusammen mit anderen Kochbegeisterten Schritt für Schritt, wie die Dozent*innen leckere Rezepte zubereiten. Sie kochen parallel in Ihrer Küche mit, können Fragen stellen und am Ende beim gemeinsamen Verkosten Geschmackserlebnisse austauschen. Im Anschluss an den Kurs senden wir Ihnen die Rezepte zum Nachkochen. Zur Teilnahme benötigen Sie einen internetfähigen PC/Laptop oder Tablet mit Kamera und Mikro/Headset.

INTERNATIONALE KLASSIKER - NEU INTERPRETIERT

Früher gab es Eintopf, heute sind es One-Pot-Gerichte. Salate werden mit Sättigungsbeilagen aufgepeppt und präsentieren sich als Bowl, um nur ein paar Beispiele zu nennen. Wir wollen Gerichte zubereiten, die trendy daherkommen, aber bei näherem Betrachten Varianten klassischer Gerichte aus der internationalen Küche darstellen. Ungeübte Kombinationen und andersartige Zutaten bringen die Teilnehmenden in andere Geschmackswelten.

Die Lebensmittelumlage von 23,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7148

Donnerstag, 21.03., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 42,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Jutta Zacher

ORIGINAL INDISCHE CURRYS IMMER WIEDER ANDERS

Unter einem Curry versteht man in Indien Gerichte, die zumeist mit Kokossauce und unerlässlich aus einer Mischung (= Masala) von mehreren verschiedenen Gewürzen und anderen Zutaten bestehen. Serviert werden sie mit Reis oder Fladen-Brot (Naan, Roti, Puri, Chapati). Eine wichtige Zutat bilden die Gewürze, darunter Kurkuma, Kreuzkümmel, Chilipulver, Garam Masala und anderen Gewürzmischungen. In Indien isst man gerne scharf, wobei die Gerichte nach Belieben auch milde zubereitet werden können. Als Getränk harmonisieren Lassis perfekt zu diesen würzigen Gerichten.

Die Lebensmittelumlage von 21,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7160

Montag, 22.04., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 40,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Kavitha Ranjan

KULINARISCHE KLASSIKER

RUCK ZUCK FERTIG FÜR SINGLES Noch mehr Rezepte

Sie mögen frisches und gesundes Essen, aber schnell soll es gehen! Auch, wenn Sie nach Feierabend erst spät nach Hause kommen, können Sie in kurzer Zeit ein leckeres Essen zubereiten, das bei guter Planung und mit Vorkochen zu Ihrem Wohlbefinden beiträgt. Gemüse ist der Hauptdarsteller des Abends, Fleisch und/oder Fisch kommen als Beilagen daher. Damit sind auch Flexitariar angesprochen, die sich bewusst Fleisch- und fischarm ernähren möchten.

Die Lebensmittelumlage von 15,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7200

Donnerstag, 22.02., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 34,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Elisabeth Spaleck

RUHRPOTT CHIC

Das Essen im Ruhrgebiet ist wie seine Menschen, direkt und bunt! Wir machen bodenständige Originalgerichte mit einem kleinen Twist wie Himmel und Erde-Wrap, Currywurst mit Süßkartoffel-Pommes, Chicadellen, Gruben-Margarita und einiges mehr.

Die Lebensmittelumlage von 20,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7201

Montag, 11.03., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 39,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Diane Haupt

AUF DIE FINGER, FERTIG, LOS ... FINGERFOOD

Fingerfood ist sehr beliebt, wenn Gäste erwartet werden. Die Vorbereitungen lassen sich gut planen, die Durchführung ebenso. Mit kleinen Häppchen können Sie eine Vielfalt kleiner Speisen anbieten, bei der für jeden Geschmack etwas dabei ist. Die Rezepte reichen von einfach bis anspruchsvoll.

Die Lebensmittelumlage von 16,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7202

Donnerstag, 06.06., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 35,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Elisabeth Spaleck

„NOSE TO TAIL“ ODER DIE GANZE PFLANZE

Es muss beim Fleisch nicht nur das Filet oder das Bruststück sein. Ebenso bieten viele Pflanzen noch weitere essbare Teile als die, die wir meistens verwerten. Aus Respekt vor Pflanzen und Tieren vermittelt dieser Kurs, was sich aus „unedleren Teilen“ alles Leckerer zubereiten lässt. Das liegt nicht nur voll im Trend, sondern steht auch in der Tradition unserer Großeltern, die einige der Speisen, die hier gekocht werden, kannten.

Die Lebensmittelumlage von 22,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7203

Dienstag, 18.06., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 41,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Jutta Zacher

MEAL PREPPING

Wer gerne gesund kochen, aber nicht täglich in der Küche stehen will, ist hier genau richtig. Der Food-Trend aus den USA findet immer mehr Fans. Meal Prep bedeutet Vorbereitung von Mahlzeiten. Die Idee ist, für gleich mehrere Tage Speisen zuzubereiten. Dies spart Zeit, Geld, ist gesund und schon die Umwelt.

Die Lebensmittelumlage von 22,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7205

Donnerstag, 18.04., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 41,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Tanja Stotz

KOCHEN WIE DIE ALTEN RÖMER

Unter Leitung der Halterner Archäologin Dr. Annette Böhm gehen wir auf eine kulinarische Zeitreise in das antike Rom. Die Römer liebten duftende Gewürze und frische Kräuter. Wer Wert auf jahreszeitengerechte Küche legt, wird von ihren Rezepten begeistert sein. Wir kochen ein außergewöhnliches Menü nach Originalrezepten der römischen Autoren Cato, Apicius und Columella und werden es gemeinsam genießen. Erleben und erfahren Sie zudem viel Kurioses und Erstaunliches von den Tischsitten der alten Römer.

Die Lebensmittelumlage von 18,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7210

Mittwoch, 24.04., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 37,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Dr. Annette Böhm

LEICHTE UND FRISCHE GERICHTE FÜR FRÜHLING UND SOMMER

Frühling und Sommer bringen Farbe und Frische die unsere Teller. Wir werden neue Rezepte mit marktfrischem Obst und Gemüse zubereiten, teilweise vegetarisch, aber auch ergänzt durch leichte Fleisch- oder Fischbeilagen. Die Vielfalt des Angebots bestimmt den Speiseplan.

Die Lebensmittelumlage von 25,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7211

Freitag, 17.05., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 44,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Jutta Zacher

GRUNDKURS SOßEN

Kennen Sie das auch? Sie braten ein zartes Stück Fleisch, Fisch oder feines Gemüse und Ihnen fehlt eine leckere Soße dazu. Wir kochen verschiedene Grundsoßen, die sich auch zum portionierten Einfrieren eignen: Fleisch- oder Fischgrund, Geflügel- oder Gemüsegrund oder auch Dessertsoße.

Die Lebensmittelumlage von 20,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7222

Dienstag, 19.03., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 39,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Volker Franz

WAR DAS LECKER

Wir kochen Gerichte aus der Kindheit. Bei der kulinarischen Zeitreise durch die 1950er, 1960er und 1970er Jahre gibt es Geschmacksnoten, die Erinnerungen an die eigene Kinderzeit anregen.

Die Lebensmittelumlage von 24,-EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7225

Dienstag, 16.04., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 43,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Volker Franz

DIE ALPINE KÜCHE

Begeben Sie sich auf eine kulinarische Reise durch die alpine Bergweltküche - urig und bodenständig mit deftigen regionalen Spezialitäten.

Die Lebensmittelumlage von 26,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7234

Dienstag, 07.05., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 45,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Volker Franz

NICHTS-WEGWERFEN-KÜCHE

Wir kreieren Gerichte aus Zutaten, die gerne mal übrig bleiben, wenn größere Portionen gekocht werden. Mit etwas Fantasie und kreativer Kombination verschiedenster Zutaten entstehen neue Gerichte, die mehr Abwechslung in den Alltag bringen.

Die Lebensmittelumlage von 21,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7235

Freitag, 07.06., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 40,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Volker Franz

GEROLLT, GEWICKELT, EINGEPACKT

Wir kennen Rinderrouladen oder Frühlingsrollen. Aber es gibt viele andere Gerichte, bei denen etwas eingerollt, aufwickelt oder in eine essbare/nicht essbare Hülle gepackt wird. Wir stellen die Zubereitungsart in den Mittelpunkt. Inspirationen erfahren Sie aus den Küchen anderer Länder, sodass am Ende ein ganzes Menü entsteht.

Die Lebensmittelumlage von 23,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7249

Montag, 26.02., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 42,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Jutta Zacher



FLEISCHLOS LECKER

NACHHALTIG UND GESUND MIT KLEINEM BUDGET

Es ist an der Zeit, mit dem Märchen aufzuräumen, dass sich nur Menschen mit ausreichend Zeit und Geld gesund ernähren können. Billig und ungesund, das wird fast synonym verwendet, aber es hat noch nie gestimmt. Das klassische „Arme-Leute“-Essen früher war nicht unbedingt ungesund. Wer günstig kocht, zum Beispiel mit Hülsenfrüchten statt Fleisch, kann trotzdem gesund und lecker essen.

Die Lebensmittelumlage von 13,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7303

Donnerstag, 11.04., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 32,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Elisabeth Spaleck

FRÜHLINGSBOTEN - LÖWENZAHN, BÄRLAUCH UND CO

Junges, frisches, knackiges Gemüse ist jetzt überall zu haben! Aus Löwenzahn, der gut für die Galle ist, lassen sich wunderbare Salate herstellen. Wir werden eine Bärlauchtorte, grünen Spargel mit Frühlingszwieben, Waldtatziki und einiges mehr zubereiten und verkosten.

Die Lebensmittelumlage von 24,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7309

Mittwoch, 05.06., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 43,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Tanja Stotz

GRIECHISCHES VEGGIE-MENÜ

Wir beginnen mit dem Dakos von Kreta, einer Auberginencreme und paniertem Halloumi mit Tomatenchutney. Dazu gibt es Mini-Auberginen mit Walnüssen und grünem Gemüse sowie Pfannenbrot und Ziegenkäseröllchen auf Salat. Der Hauptgang ist ein Tabouleh im Glas. Dazu reichen wir einen Rote-Beete-Joghurt-Dipp. Der Nachtisch wird aus Dreierlei der griechischen Küche hergestellt.

Die Lebensmittelumlage von 19,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7315

Mittwoch, 13.03., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 38,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Bärbel Maria Laftsidis-Krüger

TRADITIONELL GRIECHISCH OHNE FLEISCH

Es muss nicht immer Gyros sein. Selbst gemachtes Brot, Tzatziki und Käsefrikadellen stehen auf dem Vorspeisenplan. Als Hauptgang servieren wir Moussaka mit Spinat und Mangold und Pastizio mit Pilzen. Revani mit Ouzo-Eis gibt es als Nachtisch.

Die Lebensmittelumlage von 19,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7316

Freitag, 28.06., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 38,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Bärbel Maria Laftsidis-Krüger

MEDITERRANE SOMMERKÜCHE

Mit neuen Rezepten

Die Mittelmeerküche wird für ihr frisches Gemüse, Salate, aromatische Kräuter, gehaltvolle Hülsenfrüchte und wertvollen Öle geliebt.

Sie lernen, wie Sie sich aus Auberginen, Zucchini, Blumenkohl, grünen Bohnen, Karotten, Kartoffeln, Paprika, Reis, Pasta, Linsen, Kichererbsen und mediterranen Kräutern Urlaubsfeeling in die vegane Küche zaubern können.

Die Lebensmittelumlage von 17,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7325

Donnerstag, 23.05., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 36,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Elisabeth Spaleck

ISRAELISCH VEGETARISCH - SO VARIANTENREICH

Lernen Sie die Vorzüge der würzig aromatischen israelischen Küche kennen, die viel für Vegetarier*innen zu bieten hat. Traditionell wird viel frisches Gemüse und Obst verwendet, außerdem Getreide und Hülsenfrüchte sowie duftende Kräuter und köstliche Gewürzmischungen. Oft werden mehrere Speisen, ähnlich wie bei den beliebten Tapas, aufgetischt und gemeinsam gegessen.

Die Lebensmittelumlage von 20,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7326

Dienstag, 09.04., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 39,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Diane Haupt

RUHRPOTT CHIC VEGETARISCH

Wir bereiten vegetarische Varianten bekannter Ruhrgebietsklassiker zu. Dazu zählen z. B. Königsberger Klopse und Mettigel ganz ohne Fleisch. Auf die Teller kommt ein bisschen Nostalgie in neuem nachhaltigem Gewand.

Die Lebensmittelumlage von 20,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7327

Montag, 15.04., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 39,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Diane Haupt

AYURVEDA - KÖSTLICH VEGETARISCH

Zu Beginn lernen wir die Grundlagen der ayurvedischen Ernährung kennen, ebenso viele Tipps zum Abbau von Stoffwechselschlacken und allgemeine ayurvedische Essensempfehlungen. Lernen Sie „Ghee“, ein Lebenselixier des Ayurveda, kennen und zubereiten. Gewürze wie z. B. Kreuzkümmel, Kardamon oder Ingwer werden mit dem „Ghee“ ange-



VHS INCLUSIVE

BUNTES FRÜHLINGSMENÜ

1415A

Mittwoch, 24.04., 17.00 - 20.45 Uhr

1 x 5 UStd., 21,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Tanja Stotz

Mehr Informationen zu diesen beiden Angeboten: **Seite 17**

ERFRISCHENDE SOMMERKÜCHE

1415B

Mittwoch, 19.06., 17.00 - 20.45 Uhr

1 x 5 UStd., 21,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Tanja Stotz

röstet, sodass sich die volle Heilkraft der Gewürze und ein köstliches Aroma entfalten kann. Weiterhin werden wir „Chutney“ und „Dal“ sowie ein Gemüsegericht, eine Süßspeise und „Lassie“ zubereiten.

Die Lebensmittelumlage von 15,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7330

Samstag, 11.05., 9.30 - 13.15 Uhr
1 x 5 UStd., 34,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Franz Homann

NEUE VEGETARISCHE REZEPTE AUS DEM MORGENLAND

Lernen Sie einige Highlights der orientalischen Küche kennen. Darunter sind Klassiker wie Spinatkäse, Börek, türkischer Bulgursalat oder marokkanische Harira-Suppe. Alle Gerichte sind raffiniert, aber einfach zum Nachkochen für Zuhause.

Die Lebensmittelumlage von 22,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7340

Freitag, 12.04., 18.00 - 21.45 Uhr
1 x 5 UStd., 41,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Reem Abdelaziz

BACKEN - HERZHAFT ODER SÜSS

TORTEN - IMMER ETWAS BESONDERES

Eine Torte ist immer etwas Besonderes, ob etwas leichter mit Sahne oder mit Buttercreme entsprechend gehaltvoller. Auch das Innenleben gestaltet sich variantenreich. Sie lernen grundlegende Fertigkeiten in der Herstellung und erhalten hilfreiche Tipps aus der Erfahrung einer langjährigen Konditorin.

Die Lebensmittelumlage von 25,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7400

Freitag, 22.03., 18.00 - 21.45 Uhr
Samstag, 23.03., 09.00 - 12.00 Uhr
9 UStd., 55,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Gudrun Back

FRISCHE PETIT FOURS UND FINGERFOOD MIT FRÜCHTEN

Für den Frühling und Sommer sind unsere Backwaren genau das Richtige. Wir stellen kleine süße Teilchen mit frischem Obst her und verzieren sie auf besondere Weise. Mit verschiedenen Cremes stellen wir außerdem leichte kleine Köstlichkeiten wie vom Konditor her.

Die Lebensmittelumlage von 20,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7401

Mittwoch, 29.05., 18.00 - 21.45 Uhr
1 x 5 UStd., 39,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Gudrun Back

GETRÄNKE-GENUSS

WEINKULINARISCHE DEUTSCHLANDREISE

Verkostung und bebildeter Vortrag

Sie verkosten eine Reihe von Weinen und werden diese sensorisch beschreiben. Erfahren Sie Wein mit allen Sinnen, nicht akademisch, sondern allgemein verständlich, gemäß eines ganzheitlichen Genuss - hören, sehen, riechen, schmecken, fühlen. Riesling von der Mosel, Spätburgunder von der Nahe, Silvaner aus Franken sowie weitere typische Weine der Gegenden kommen ins Glas. Dabei hören Sie Zitate und Anekdoten, die beispielhaft belegen, welchen Stellenwert der Wein in Geschichte und Kultur hat.

Die Lebensmittelumlage von 40,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7500

Freitag, 23.02., 17.30 - 21.45 Uhr
1 x 5 UStd., 59,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Petra Zach, Hans-Jürgen Zach

WELCHER WEIN ZU WELCHEM ANLASS?

In dieser Veranstaltung geht es um die zum Anlass passende Auswahl. Die Bandbreite reicht vom leichten Sommerwein oder Sekt über Kombinationen von Käse und Wein bis hin zum süßen Dessertwein.

Die Lebensmittelumlage von 40,- EUR begleiten Sie direkt bei dem Dozenten im Kurs.

7502

Freitag, 08.03., 17.30 - 21.45 Uhr
1 x 5 UStd., 19,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Harald Burg

EUROPÄISCHER WEINABEND

Rot- und Weißweine aus den bedeutendsten Weinanbaugebieten Frankreichs, Spaniens, Italiens und Deutschland sollen probiert werden, um die Unterschiede und Besonderheiten der Anbaugebiete und ihrer Rebsorten herauszuschmecken. Es werden ca. 20 Weine vorgestellt. Kleinigkeiten werden zu den Weinen gereicht, um sie in ihrer Eigenschaft als Essensbegleiter „zu schmecken“.

Die Lebensmittelumlage von 40,- EUR begleiten Sie direkt bei dem Dozenten im Kurs.

7503

Freitag, 14.06., 17.30 - 21.45 Uhr
1 x 5 UStd., 19,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Harald Burg

„IN VINO VERITAS“ Die Weinanbauregionen Italiens

Sie erhalten einen allgemeinen Überblick über die bekanntesten Weinanbauregionen Italiens sowie ihre Unterschiede und ihre Weintechniken. Es werden Rotweine vorgestellt und probiert. Dazu gibt es köstliche Antipasti. Auch das Weinetikett richtig zu lesen trägt zu einer

gelungenen Auswahl des Weines bei. Zudem erfahren Sie, wie der Wein richtig serviert wird, damit das volle Aroma zur Geltung kommt.

Die Lebensmittelumlage von 30,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7504

Freitag, 10.05., 18.00 - 21.45 Uhr
1 x 5 UStd., 45,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Bonifacio Abbruzzi

COCKTAILWORKSHOP

Die Freiluftsaison hat begonnen! Mit erfrischenden Cocktails schaffen Sie eine ganz besondere Party-Atmosphäre. Wir mixen alkoholische und nicht-alkoholische, fruchtig-süße und herbe Varianten. Sie lernen die Cocktail-Techniken und die Qualität der Zutaten kennen. Es werden kleine Snacks gereicht. Ein Skript zum Nachlesen ist im Preis inbegriffen.

Die Lebensmittelumlage von 39,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7510

Freitag, 24.05., 18.00 - 21.45 Uhr
1 x 5 UStd., 58,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Björn Böcker, Frederik Müller

FAMILIEN KOCHEN



ERWACHSENEN-KIND-KOCHEN MIT SOMMERGERICHTEN

Frische Gemüse und Kräuter zeigen nicht nur, dass der Frühling da ist und der Sommer bald kommt. Sie sind ideale und leckere Zutaten für leichte Gerichte, die wir gemeinsam mit Kindern zubereiten und die bestimmt allen schmecken werden. Eine Kleinigkeit zum Mitnehmen bereiten wir ebenfalls zu.

Die Lebensmittelumlage von 10,- bzw. 19,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7601

Samstag, 08.06., 09.45 - 13.30 Uhr
1 x 5 UStd., 33,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Jutta Zacher



KINDERKOCKKURS MIT MARIA Lieblingsessen selbst gemacht - Für Kinder ab 8 Jahren

Wir stellen Hamburger in zwei Varianten selbst her, einen mit Fleisch und einen Veggie-Burger. Dazu gibt es selbstgemachte Pommes, Mayo und Ketchup. Als gesunde Beilage bereiten wir auch einen bunten Salat zu. Natürlich gibt es auch einen Nachtisch.

Die Kursgebühr ist bereits ermäßigt. Die Lebensmittelumlage von 10,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7603

Samstag, 16.03., 10.00 - 13.45 Uhr
1 x 5 UStd., 24,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Bärbel Maria Laftsidis-Krüger



FAST-FOOD FÜR TEENS

Teenager lernen, wie man Pizza, Burger und Co. zubereitet, ohne nach dem Essen ein schlechtes Gewissen haben zu müssen. Unsere Varianten beliebter Fast-Food-Gerichte bestehen alle aus frischen Zutaten.

Die Kursgebühr ist bereits ermäßigt. Die Lebensmittelumlage von 19,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7604

mo bis mi, 22.07. bis 24.07., jeweils von 09.45 bis 13.30 Uhr
3 x 5 UStd., 46,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Jutta Zacher

PRAKTISCHE ERNÄHRUNGSBILDUNG



Wenn Sie zu den Menschen gehören, die auf bestimmte Nahrungsmittel mit Unverträglichkeit reagieren oder durch bedarfsgerechte Ernährung (wieder) mehr Lebensqualität und Genuss erlangen wollen, werden Sie in den folgenden Kursen gut beraten. Sie erhalten kompakte Hintergrundinformationen und lernen beim gemeinsamen Kochen leckere Rezepte kennen, die Sie ganz einfach in Ihren Alltag integrieren können.

LOW-CARB-GENUSS - NEUE REZEPTIDEEN

Eine Low-Carb-Ernährung wirkt sich positiv auf Ihre Gesundheit aus. Dabei müssen Sie weder auf Genuss noch Abwechslung in der Küche verzichten. Wir kochen Gerichte wie Blumenkohl, Reis mit Schnitzel in der Low-Carb-Variante und Mud Pie, begleitet von Tequila Diane. *Die Lebensmittelumlage von 21,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

7703

Freitag, 21.06., 18.00 - 21.45 Uhr
1 x 5 UStd., 40,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Diane Haupt

EXKURSION: POTTMÜHLE Gute Öle regional, nachhaltig, köstlich

Wir besuchen die Pottmühle, die mit 14 verschiedenen Speiseölsorten und ihrem Sortiment an Senf, Gewürzen und Aufstrichen zeigt, dass es möglich ist, hochwertige Lebensmittel in Bio-Qualität lokal und auf nachhaltige Art und Weise herzustellen. Erfahren Sie, welche gesundheitsfördernde Wirkung kaltgepresste Öle haben. Schauen Sie bei der Produktion mit Hilfe der eigenen Edelstahl-Mühle über die Schulter. Abschließend können Sie sich mit Kostproben von der hohen Qualität der Öle überzeugen.

7709

Mittwoch, 06.03., 15.30 - 17.00 Uhr
1 x 2 UStd., 6,- EUR
Pottmühle, Heidstraße 44a, Wanne
Elisabeth Spaleck

WASSERKEFIR

Seit Generationen wird mit Hilfe natürlich gewachsener kleiner Kristalle und verschiedenen Mikroorganismen Wasserkefir produziert. Wie dieser ganz einfach in der eigenen Küche hergestellt werden kann und welche Mikroben uns dabei helfen, lernen sie in diesem Kurs. Das anschließende Veredeln mit verschiedenen Zutaten wie Obst, Gemüse, Gewürzen und Kräutern zu einer Limo ganz nach eigenem Geschmack sowie die vielen Einsatzmöglichkeiten des Wasserkefirs werden weitere Themen sein. Und welchen Einfluss er auf unsere Gesundheit ausübt, erfahren Sie so ganz nebenbei auch. Bitte mitbringen: 1 Drahtbügel- oder Weckglas a 1000 ml, 1 a 500 ml, eventuell ein paar Lieblingsgewürze.

Die Lebensmittelumlage von 14,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7720

Mittwoch, 20.03., 18.00 - 21.45 Uhr
1 x 5 UStd., 33,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Gerlinde Schuhmann

DIE KUNST DER WILDEN FERMENTATION - SAISONALES GEMÜSE

Heute sind wilde Fermente, d. h. milchsauer vergorenes Gemüse, nicht nur wegen des tollen Geschmacks und den vielen Vital- und Nährstoffe, sondern auch aufgrund der mittlerweile wissenschaftlich belegten gesundheitlichen Vorzüge (das Immunsystem stärken, die Verdauung unterstützen, die Darmflora aufbauen) aktueller denn je. Gemeinsam tauchen wir in diese traditionelle Methode, Obst und Gemüse mit Hilfe von Mikroorganismen ohne Kochen haltbar zu machen, ein. Schritt für Schritt bereiten Sie saisonales Gemüse vor und lernen die zwei verschiedenen, ganz einfachen Methoden der Gemüsefermentation. Zudem kann eine Auswahl mitgebrachter Eigenkreationen verkostet werden. Bitte mitbringen: 1 Drahtbügel- oder Weckglas für 1000 ml und 2 für 500 ml, evtl. Lieblingsgewürze oder Kräuter. *Die Lebensmittelumlage von 15,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

7722

Mittwoch, 26.06., 18.00 - 21.45 Uhr
1 x 5 UStd., 34,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Gerlinde Schuhmann



FRANZÖSISCH-DEUTSCHE KOCHABENDE

Sur la route des saveurs francophones

5425
Freitag, 15.03., 17.30 - 21.45 Uhr

Vive la finesse!

5426
Freitag, 19.04., 17.30 - 21.45 Uhr

Mehr Informationen: **Seite 61.**

MILCHKEFIR - DAS GETRÄNK DER HUNDERTJÄHRIGEN

Pur, süß oder herzhaft, im Smoothie und im Porridge genossen oder weiterverarbeitet zu Frischkäse, Sahnekefir bzw. saurer Sahne und Molke. Dieses Sauermilchgetränk ist vielseitig verwendbar, sehr lebendig und gesund. Wir stellen verschiedene Snacks mit diesem Allrounder her. Bitte mitbringen: 1 Drahtbügel- oder Weckglas a 1000 ml, 1 a 500 ml.

Die Lebensmittelumlage von 14,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7723

Mittwoch, 15.05., 18.00 - 21.45 Uhr
1 x 5 UStd., 33,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Gerlinde Schuhmann

DETOX KOCHEN, KÖRPER ENTGIFTEN

Viele nutzen die Fastenzeit gerne, um den Körper von belastenden Lebensmitteln zu entwöhnen. Wir werden bei der Zubereitung verschiedener leckerer Gerichte ausschließlich gesunde, ballaststoffreiche und schadstoffarme Lebensmittel verwenden.

Die Lebensmittelumlage von 22,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7730

Mittwoch, 28.02., 18.00 - 21.45 Uhr
1 x 5 UStd., 41,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Reem Abdelaziz

FRISCHES BROT, BRÖTCHEN UND GEBÄCK, GLUTENFREI!

Sie lieben den Duft von Frischgebackenem und wollen trotz Ihrer Glutenunverträglichkeit nicht auf Brot, Brötchen und Gebäck verzichten? Glutenfreies Backen ist eine Kunst für sich, muss aber nicht kompliziert sein.

Die Lebensmittelumlage von 22,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7731

Freitag, 08.03., 18.00 - 21.45 Uhr
1 x 5 UStd., 41,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Reem Abdelaziz

50 IST DAS NEUE 30 Bewusster kochen und genießen für Frauen

In der Altersgruppe 50+ ergeben sich häufig neue Lebensumstände und können Anlass sein, neue Rezepte auszuprobieren, die den körperlichen Veränderungen Rechnung tragen. Sie werden erstaunt sein, was alles auch „To go“ funktioniert und wie einfach die Vorbereitungen dafür sind. Selbstverständlich widmen wir das ein oder andere Rezept - ganz nebenbei - den Wechseljahren.

Die Lebensmittelumlage von 18,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.

7735

Dienstag, 23.04., 18.00 - 21.45 Uhr
1 x 5 UStd., 37,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Suzanne Präkelt

Beratung:

Inga Mühlenbrock

Tel: 0 23 23/16-3426

inga.muehlenbrock@herne.de

GESUNDHEIT UND BEWEGUNG



ALLGEMEINES ZU UNSEREN GESUNDHEITSKURSEN

- Bei mehrtägigen Veranstaltungen finden Sie alle Termine auf unserer Webseite www.vhs-herne.de unter der jeweiligen Kursnummer. Dort sind auch alle vollständigen Kursbeschreibungen zu finden, die aus Platzgründen in diesem Programmheft teilweise gekürzt werden mussten.
- Bitte beachten Sie für die Online-Kurse, dass eine Anmeldung mindestens zwei Werktage vor Veranstaltungsbeginn erfolgen sollte, damit Sie die Zugangsdaten rechtzeitig erhalten.
- Wir bitten Sie, sich auch für die kostenfreien Angebote anzumelden, damit Sie sich einen Platz sichern.

GESUNDHEITSBILDUNG

STRESS LASS NACH Die Rolle der Nebenniere

Ermüdung und Abgeschlagenheit, vermehrt Infekte, unerklärliche Arthritis und Konzentrationschwierigkeiten, Schlaflosigkeit, ungewollte Gewichtsveränderungen?

Kennen Sie das? Dies können die Folgen eines über Jahre andauernden Stresses sein. Im Vortrag werden die Folgen auf unseren Körper und unser „Burn-Out-Organ“, die Nebennierenrinde, vorgestellt werden. Erklärt wird, wie es zu einer Nebennierenschwäche kommen kann, wie diese erkannt und nachgewiesen und behandelt werden kann. Der Vortrag richtet sich an alle, die sich über die körperlichen Folgen von Stress informieren möchten.

8202

Montag, 11.03., 18.00 - 19.30 Uhr
1 x 2 UStd., entgeltfrei
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Elisabeth Strüber

ICH - ICH - ODER ICH Vom Unterschied zwischen einer gelungenen Selbstfürsorge und einem ungesunden Egoismus

Du hast Dich auch schon oft geärgert und Dich gefragt, wie Du da „drüber stehst“, wenn sich mal wieder jemand als der „Nabel der Welt“ darstellt. Kollegin im Büro, Onkel auf der Familienfeier, eine Mutter in der Kita, ein Vater am Elternabend ... immer dieselben, die reden und alle anderen hören zu!?

Wie kann man gut damit umgehen? Warum strahlen diese Mitmenschen häufig eine Anziehungskraft aus? Wir werden einen außertherapeutischen Blick auf „Narzissmus“ werfen und den verschiedenen Phänomenen „auf den Zahn fühlen“. Die Referentin ist Sozialpädagogin und psychologische Beraterin mit dem Schwerpunkt Biografiearbeit.

8201

Freitag, 19.04., 19.00 - 20.30 Uhr
1 x 2 UStd., entgeltfrei
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Claudia Schwarz-Albert

DARMFLORA & CO.: UNSER BAKTERIEN-MIKROBIOM

Das Mikrobiom leistet einen wichtigen Beitrag zu unserer Gesundheit. Aber was ist es genau? Früher hieß es häufig auch Darmflora - aber ist das alles? Wo arbeiten im und am Menschen Bakterien und was passiert, wenn diese nicht mehr da sind? Hat dies Einfluss auf unser Immunsystem?

Die Folgen von übermäßigen Antibiotika, Desinfektionsmittel können gravierend sein und sich nicht nur auf den Darm beschränkt. An dem Abend möchten wir das Mikrobiom näher kennenlernen und Ansatzpunkte vorstellen, wie sich die „guten“ Bakterien schützen lassen.

8203

Montag, 26.02., 18.00 - 19.30 Uhr
1 x 2 UStd., entgeltfrei
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Elisabeth Strüber

STILLE ENTZÜNDUNG - WAS BRODELT IN UNS?

Stille Entzündungen im Körper bleiben oft unerkannt. Sie zeigen sich häufig in Abgeschlagenheit oder in allgemein eher unauffälligen Erkrankungen, wie Stoffwechselstörungen, Unverträglichkeiten, oder depressiven Verstimmung. Sie werden „still“ genannt, weil der Entzündungsherd nicht leicht zu finden ist. Stress oder ungesundes Essverhalten verstärken die Probleme.

An diesem Abend erfahren Sie, welche Ursachen stille Entzündungen haben können (zum Beispiel ungesunde Fette) und wie diese erkannt und ihnen entgegengewirkt werden kann.

8204

Mittwoch, 06.03., 18.00 - 19.30 Uhr
1 x 2 UStd., entgeltfrei
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Sabine Merlau



PATIENTENRECHTE Vortrag

2203

Mittwoch, 24.04., 18.00 - 19.30 Uhr
Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum,
Willi-Pohlmann-Platz 1
Sabrina Diehl

Mehr Informationen: **Seite 29**

**WIE UNSERE PERSÖNLICHKEIT
UNSERE GESUNDHEIT BEEINFLUSST**
Die eigenen Persönlichkeitsmerkmale
kennen und bewusst positiv nutzen

Wie können wir unsere Persönlichkeit für unsere seelische und körperliche Gesundheit nutzen? Unser Charakter, unsere Motive und unsere Stärken bestimmen mit, wie wir uns in herausfordernden Situationen verhalten, für was wir uns begeistern können und welche Handlungen uns leicht oder schwer fallen. Anhand von Praxisbeispielen werden auf unterhaltsame Weise Anhaltspunkte und Merkmale des „Big Five“-Modells der Persönlichkeit erläutert und die Einflussnahme auf unsere Gesundheit aufgezeigt.

Der Abend ist für alle, die sich für das Thema Persönlichkeit interessieren und die eigenen Merkmale bewusst positiv für ihre Gesundheit nutzen möchten.

Vortrag:

8205

Mittwoch, 13.03., 18.00 - 19.30 Uhr
1 x 2 UStd., entgeltfrei
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Ute Wellmann

Seminar:

8206

mi, 17.30 - 20.30 Uhr, ab 10.04.
2 x 4 UStd., 25,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Ute Wellmann

**„LETZTE HILFE“ -
UMSORGEN UND BEGLEITEN
AM LEBENSENDE**
In Kooperation mit dem Palliativ-
Netzwerk Herne, Wanne-Eickel,
Castrop-Rauxel e. V.

Eine selbstverständliche Ausbildung in unserer Gesellschaft ist der „Erste-Hilfe-Kurs“. Ein entsprechendes Basis-Wissen und Bewusstsein für die Begleitung am Lebensende, im Sterben und in der Trauer gibt es noch nicht. Dieses möchte dieser „Letzte-Hilfe-Kurs“ vermitteln.

Niemand sollte nach dem Tod eines geliebten Menschen sagen müssen: „Wenn ich nur das schon vorher gewusst hätte, hätte ich manches anders gemacht.“

Der Kurs richtet sich an Interessierte, Angehörige oder Betroffene.

Eine Anmeldung ist erforderlich!

Präsenz-Workshop:

8207

Mittwoch, 24.04., 17.00 - 20.30 Uhr
1 x 5 UStd., entgeltfrei
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Palliativ-Netzwerk Herne e. V.

Online-Workshop:

8208

Mittwoch, 06.03., 17.00 - 20.30 Uhr
1 x 3,5 Std., entgeltfrei
Online, Palliativ-Netzwerk Herne e. V.

DEMENZPARCOURS
Workshop für Angehörige und
Interessierte - In Kooperation mit
dem Ambulanten Hospizdienst Herne

„Wie fühlt sich Demenz an?“ In diesem Angebot haben die Teilnehmer*innen die Möglichkeit, sich anhand eines Demenzparcours selbst in die Rolle eines Menschen mit Demenz einzufühlen, sich verwirren und vielleicht an ihre Grenzen bringen zu lassen. An 13 verschiedenen Stationen werden Alltagssituationen vom Anziehen bis zum Abendessen simuliert. Dieses Angebot richtet sich nicht an Teilnehmende aus dem pflegerischen Bereich, sondern an Angehörige.

8209

Samstag, 13.04., 10.00 - 13.15 Uhr
1 x 4 UStd., entgeltfrei
Ambulanter Hospizdienst Herne,
Bahnhofstr. 137, 44629 Herne
Anja Schröder

WIE FÜHLT SICH DEMENZ AN?
Interaktiver Vortragsabend für
Angehörige und Interessierte -
In Kooperation mit dem
Ambulanten Hospizdienst Herne

Menschen mit Demenz müssen sich im Laufe ihrer Erkrankung von vielen Fähigkeiten verabschieden. Dies geht oft mit Gefühlen von Angst, Unsicherheit, Hilflosigkeit und Verzweiflung einher. Ebenso erleben pflegende Angehörige Mitgefühl oder Hilflosigkeit. Häufig werden eigene Emotionen und Bedürfnisse zurückgestellt. Die gerontopsychiatrische Fachkraft gibt Einblicke in die Gefühlswelten.

8210

Dienstag, 30.04., 17.00 - 20.00 Uhr
1 x 4 UStd., entgeltfrei
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Anja Schröder

**HOCHSENSIBILITÄT,
NEUROSENSITIVITÄT UND
ERFOLGREICHE SELBSTFÜRSORGE**
Seminar

Schwerpunkt ist, im Umgang mit der Hochsensibilität den Fokus auf die vielfältigen Fähigkeiten zu legen, mit denen hochsensible Menschen beschenkt sind, wie zum Beispiel Einfühlungsvermögen, Intuition, vernetztes Denken sowie die Fähigkeit zum selbständigen Arbeiten. Im Rahmen von praktischen Übungen werden mit den Teilnehmenden Lösungen für eine gelungene Selbstfürsorge im Alltag entwickelt.

8211

mi, 17.30 - 20.30 Uhr, 29.05. und 05.06.
2 x 4 UStd., 25,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Ute Wellmann

**RUND UM DIE NUSS: GESUNDE
NÜSSE UND GESUNDE ÖLE**
Vortrag

Nüsse schmecken fantastisch und sind ein wichtiger Bestandteil einer allgemein kräftigenden Ernährung. So profitieren beispielsweise unsere Immunabwehr und der

Blutkreislauf von ihnen. Es sind insbesondere die einfach ungesättigten Fettsäuren, die unseren Körper positiv beeinflussen. An diesem Abend unternehmen wir eine kleine Reise durch die Welt der Nüsse und Nussöle: Warum sind Nüsse gesund? Auf was sollten wir bei der Aufnahme achten? Wie unterscheiden sich verschiedene Nüsse? Welche Omega-3-fettsäurehaltigen Öle sind außerdem gesundheitsförderlich?

8219

Dienstag, 19.03., 18.30 - 20.00 Uhr
1 x 2 UStd., entgeltfrei
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Nicole Schmied



**GANZHEITLICHES
GEHIRNTRAINING
MIT NEUROKINETIK**
Mit praktischen Übungen und
dem Schwerpunkt Vagusnerv

Alltägliche Aufgabenerfordern ein Zusammenspiel von Wahrnehmung, Bewegung, Koordination und Kopfarbeit. Durch motivierende, herausfordernde Bewegungsübungen werden motorische Kompetenzen als auch das Sinnessystem mittels NeuroKinetik gefördert. NeuroKinetik kann dabei helfen, uns besser zu entspannen und uns zu konzentrieren. Mit gezielten Übungen werden wir zudem unseren Vagusnerv („Ruhe- und Erholungsnerv“) aktivieren, um innere Anspannungen zu lösen. Freuen Sie sich auf Spaß machende Bewegungsaufgaben, die das Gehirn stimulieren und die uns körperlich und seelisch ausgleichen. Jede(r) kann mitmachen; Alter oder körperliche Fitness spielen keine Rolle. Das Tragen bequemer Kleidung und das Mitbringen eines Getränkes ist erwünscht.

8220

di, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 27.02.
3 x 2 UStd., 20,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Nicole Schmied

AYURVEDA FÜR JEDEN TAG

Ayurveda, „Die Wissenschaft vom langen gesunden Leben“, ein altbewährtes Natursystem aus Indien, erfreut sich zunehmender Popularität. Ayurveda betrachtet den Menschen als Einheit von Körper, Geist, Verhalten und Umgebung. In diesem Workshop werden wir aufbauend auf einer kurzen Zusammenfassung der wichtigsten Prinzipien und Ziele des Ayurveda und dem Wissen über die drei Grundkonstitutionstypen verschiedene praktische Heilansätze kennenlernen, z. B. ayurvedische Ernährung und Tagesroutine, das Erleben harmonisierender Gandharva-Veda-, Atem-, Yoga- und Meditationsübungen oder Tipps für einen wöchentlichen Entschlackungstag. Bitte bringen Sie bei bequemer Kleidung eine Wolldecke, ein kleines Kissen und einen Trinkbehälter mit.

8225

Samstag, 25.05., 09.30 - 16.30 Uhr
8 UStd., 30,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Franz Homann

JUNG IM KOPF - GEISTIG FRISCH BLEIBEN!

Man muss an Vieles gleichzeitig denken, Einiges rutscht einem „durch“. Viele haben das Gefühl, weniger belastbar zu sein, doch dagegen lässt sich etwas tun: Trainieren Sie Ihr Gedächtnis! Es werden Übungen gezeigt, mit denen sich die Leistung des Gehirns steigern lassen kann. Die zertifizierte Gedächtnistrainerin zeigt Übungen, die die Denkfähigkeit, das Wohlbefinden und die geistige Fitness ansprechen. Das Gedächtnistraining richtet sich an fitte Erwachsene und zielt auf die Steigerung der geistigen Fitness.

8243

mo, 15.00 - 16.30 Uhr, ab 19.02.

8 x 2 UStd., 50,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Gabriele Sell-Gricksch

ONLINE-VORTRÄGE In Kooperation mit der vhs Böblingen-Sindelfingen

Bitte beachten Sie für die Online-Angebote, dass eine Anmeldung mindestens zwei Werktage vor Veranstaltungsbeginn erfolgen sollte, damit Sie die Zugangsdaten rechtzeitig erhalten. Der Link wird 15 Minuten vor Veranstaltungsbeginn freigeschaltet.

ONLINE-VORTRAG: RHEUMATISCHE ERKRANKUNGEN

Rheuma ist sehr facettenreich. Daher ist die Diagnose für viele Ärzte schwierig. Es handelt sich medizinisch nicht um ein einzelnes Krankheitsbild, sondern um einen Sammelbegriff von entzündlich verlaufenden Erkrankungen, die sich am Bindegewebe abspielen. Forschungsergebnisse haben große Erfolge bei der Behandlung rheumatischer Erkrankungen erzielt und dazu geführt, dass rheumatische Erkrankungen heute eine sehr gute Prognose aufweisen.

Der Referent erklärt, wodurch rheumatische Erkrankungen charakterisiert werden und wie sie entstehen, wie sich Arthrose von Rheuma unterscheidet, welche Therapieoptionen bestehen und welche Chancen diese bieten. Der Referent ist Direktor der Klinik für Rheumatologie und Immunologie der Medizinischen Hochschule Hannover.

8212

Donnerstag, 22.02., 19.00 - 20.00 Uhr

1 x 1 Std. entgeltfrei

Online, Prof. Dr. med. Torsten Witte

ONLINE-VORTRAG: DIE GESELLSCHAFTLICHE KONSTRUKTION VON GEFÜHLEN

Wie entstehen Gefühlslagen in Gesellschaften? Emotionen sind in hohem Maß von sozialen und kulturellen Gegebenheiten abhängig (zum Beispiel Interaktionen, Konflikte, Überzeugungen).

Der Vortrag illustriert diese gesellschaftliche „Gemachtheit“ von Emotionen am Beispiel sozialer Ungleichheit und wie daraus mächtige gesellschaftliche Gefühlslagen entstehen. Wenn man versteht, wie Gesellschaft Gefühle macht, kann dies bei der Einordnung von gesellschaftlichen Stimmungen helfen, diese in ihrer Konstruiertheit zu erkennen und mehr Abstand von negativen gesellschaftlichen Gefühlslagen zu gewinnen. Der Referent ist am Institut für Soziologie an der Freien Universität Berlin tätig.

8213

Mittwoch, 06.03., 19.00 - 20.00 Uhr

1 x 1 Std. entgeltfrei

Online, Prof. Dr. Christian von Scheve

ONLINE-VORTRAG: WARUM ESSEN WIR (NOCH) FLEISCH? DIE PSYCHOLOGIE DES TIERE-ESSENS

Der Fleischkonsum in Deutschland ist etwas rückläufig, aber Fleisch ist ein mehrheitlich selbstverständlicher Teil der Esskultur. Dabei hat Fleischkonsum bekanntermaßen negative ethische, ökologische und auch gesundheitliche Auswirkungen. Der Referent gibt Einblicke in sozialpsychologische Mechanismen, die dem Phänomen des Fleischessens zugrunde liegen, z. B. das sogenannte Fleischparadox, das die Widersprüchlichkeit zwischen Einstellung und Verhalten beschreibt. Warum fällt es so schwer, auf Fleisch zu verzichten? Der Vortrag zeigt die Widersprüchlichkeit menschlichen Handelns auf und geht der Frage nach, wie Veränderung bei lang eingeübten Verhaltensmustern gelingt.

Der Referent forscht in der Abteilung Sozialpsychologie der Universität Trier.

8214

Mittwoch, 20.03., 19.00 - 20.00 Uhr

1 x 1 Std. entgeltfrei

Online, Dr. Benjamin Buttler

ONLINE-VORTRAG: BUNDESWEITES KREBSREGISTER - DATEN, DIE DAS LEBEN RETTEN

Wenn alles nach Plan läuft, startet 2024 ein bundesweites Krebsregister, das erstmals auch mit konkreten Behandlungsdaten arbeitet. Der Clou dabei ist, dass die Daten dort nicht gespeichert, sondern jeweils speziell für einzelne Projekte zusammengeführt werden. Je größer der Datenpool ist, desto besser lässt sich die Krankheit erforschen. Einer der entscheidenden Köpfe dahinter ist Prof. Dr. Stefan Benz, Chefarzt im Klinikum Böblingen. Er berichtet mit vielen Beispielen vom Nutzen für die Patientinnen und Patienten.

8215

Donnerstag, 21.03., 19.00 - 20.00 Uhr

1 x 1 Std. entgeltfrei

Online, Prof. Dr. med. Stefan Benz

ONLINE-VORTRAG: HERZINSUFFIZIENZ

Die Herzinsuffizienz ist eine Funktionsstörung des Herzens, die dazu führt, dass der Körper nicht ausreichend mit Blut versorgt wird. Betroffene leiden vor allem unter Luftnot und Leistungsminderung. Mit steigendem Alter nimmt die Zahl der Betroffenen zu. Bei diesem Vortrag werden die neuesten Erkenntnisse zu den jeweiligen Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten vermittelt. Die Referentin ist Doktorandin und wissenschaftliche Mitarbeiterin in der Charité - Universitätsklinikum Berlin.

8216

Donnerstag, 11.04., 19.00 - 20.00 Uhr

1 x 1 Std. entgeltfrei

Online, Ainoosh Golspur



WEITERE VORTRÄGE:

SPORT UND MENSCHENRECHTE“

2089

Dienstag, 14.05., 19.00 - 20.00 Uhr

entgeltfrei

Online, Jonas Burgheim

Mehr Informationen: **Seite 25**

EINSAMKEIT: WIE KANN EINE GESELLSCHAFT DAMIT UMGEHEN?

2605

Mittwoch, 24.04., 19.00 - 20.00 Uhr

entgeltfrei

Online, Dr. Janosch Schobin

Mehr Informationen: **Seite 31**

ONLINE-VORTRAG: ENDOMETRIOSE

Endometriose ist eine gutartige, chronisch verlaufende Erkrankung. Bei Endometriose wächst Gewebe, welches der Gebärmutter-schleimhaut ähnelt, außerhalb der Gebärmutter. Dieses Gewebe siedelt sich z. B. an den Eierstöcken, im Bauch- und Beckenraum, am Darm oder Bauchfell an. Viele Betroffene haben starke Menstruationsbeschwerden, Unterleibsschmerzen, Schmerzen beim Sex und sind oft unfruchtbar. Im diesem Vortrag werden neueste Erkenntnisse zu Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten vermittelt.

Der Referent ist Chefarzt in der Frauenklinik Klinikverbund Südwest, Endometriosezentrum.

8217

Donnerstag, 18.04., 19.00 - 20.00 Uhr

1 x 1 Std. entgeltfrei

Online, Prof. Dr. Stefan Renner

Angebote der vhs Herne im Rahmen der Herner Gesundheitswoche vom 11. bis 17. März 2024

FASZIEN TRAINING

Faszien sind ein Teil des Bindegewebes und ziehen sich wie ein Gerüst durch unseren gesamten Körper, umhüllen die Organe, Muskeln und bilden auch die Sehnen, Bänder und Gelenkkapseln. Damit sie nicht verkleben und verfilzen, werden wir unsere Faszien trainieren. Durch federnde und schwingende Ganzkörperbewegungen und ergänzende Dehnungen wird das Gewebe elastisch gehalten und es wird schmerzhaften Verhärtungen vorgebeugt. Bitte bringen Sie - wenn vorhanden - eine eigene Faszienrolle mit.

8230
Freitag, 15.03., 15.00 - 16.30 Uhr
1 x 2 UStd., entgeltfrei
vhs im Haus am Grünen Ring,
Wilhelmstr. 37
Gabriele Otterstein

YIN YOGA-WORKSHOP

Yin Yoga ist eine ruhige und passive Yoga-Praxis. Die Übungen werden hauptsächlich im Sitzen oder Liegen ausgeführt. Ziel ist es, einerseits die Muskeln intensiv zu dehnen, so dass auch tiefere Körperschichten, wie z. B. Faszien, das Bindegewebe oder die Tiefenmuskulatur erreicht werden. Andererseits geht es im Yin Yoga darum, tiefe Entspannung und Zufriedenheit nach den Übungen zu erfahren. Benötigt werden bequeme Kleidung, warme Socken, ein Kissen und eine Decke. Probieren Sie es einfach mal aus!

8231
Montag, 11.03., 10.30 - 12.00 Uhr
1 x 2 UStd., entgeltfrei
vhs im Haus am Grünen Ring,
Wilhelmstr. 37
Özlem Cizmici

Weitere Angebote des Büros für Gleichstellung und Vielfalt in Kooperation mit der Herner Gesundheitswoche:

- **Zyklusorientiertes Training: Dein Schlüssel zum sportlichen Erfolg?** 11.03., 16.30 - 18.00 Uhr, entgeltfrei, Jana Sippl, Büro für Gleichstellung und Vielfalt, Berliner Platz 5.
 - **Digital Detox: Raus aus der APPhängigkeit**, 18.03., 16.30 - 17.30 Uhr, entgeltfrei, Julia Brailovskaia, Büro für Gleichstellung und Vielfalt, Berliner Platz 5.
 - **Mental Load: Wie wir Haushalts-, Alltags- und Familienorganisation fair-teilen**, 21.03., 19.00 - 20.30 Uhr, entgeltfrei, Laura Fröhlich, Online-Angebot.
- Nähere Informationen: www.herne.de;
Anmeldungen: gleichstellung-vielfalt@herne.de oder 02323/16-2629.

Angebote der vhs Herne im Rahmen der Herner Frauenwoche vom 8. bis zum 23. März 2024

VON DER PFLICHTERFÜLLUNG ZUR SINNSTIFTUNG
Wie Frauen mit offenen Augen und offenem Herzen ihre Zukunft erfüllend gestalten

Mädchen haben durchschnittliche bessere Schulnoten als Jungen, auch weil das Bildungssystem Fleißige und Angepasste belohnt. Zwar sagen die Eltern „Du kannst das genauso gut wie Jungs!“, aber: Es hat noch nicht genug gebracht. Ute Wellmann berichtet mit Humor und Scharfsinn über zwei Frauen, die unabhängig voneinander ihr Leben souverän und sinnstiftend gestalten. Sie sind nicht den geraden Lebensweg gegangen und konnten nicht immer auf die Unterstützung ihrer Familie zählen. Sie haben „ihre Meinung gesagt“ und wurden respektiert! Damit Frauen sich das trauen, brauchen sie Vorbilder.

8233
Freitag, 08.03., 18.00 - 19.30 Uhr
1 x 2 UStd., entgeltfrei
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Ute Wellmann

ANONYME SPURENSICHERUNG (ASS) Informationen als Chance, um ins Handeln zu kommen

„Was mach ich nur, wenn ich mitbekomme, dass meine Freundin oder Nachbarin zuhause geschlagen wird? Kann ich überhaupt helfen?“ Haben Sie das auch schon mal gedacht? Das Thema häusliche Gewalt ist in der Gesellschaft immer noch ein Tabu, doch die Dunkelziffer ist hoch! Wir wollen gemeinsam mit der Traumapädagogin Regina Osladil über die Anonyme Spurensicherung (ASS) informieren und damit einen Weg aufzeigen, den Sie Betroffenen von häuslicher Gewalt vorschlagen können: Von der Ohnmacht ins Handeln kommen! Auch ein spontanes Vorbeikommen ohne eine vorherige Anmeldung ist möglich.

8234
Dienstag, 19.03., 16.00 - 18.00 Uhr
1 x 2 Std., entgeltfrei
Büro für Gleichstellung und Vielfalt,
Martin-Opitz-Bibliothek, Berliner Platz 5
Regina Osladil, Cordelia Neige,
Melanie Kampa

WIRBELSÄULENGYMNASTIK UND BECKENBODENTRAINING

Gewinnen Sie Spaß an Sport und Bewegung (zurück)! Unser Ziel ist es, dem Bewegungsmangel entgegenzuwirken und gesundheitsgerechtes Bewegungsverhalten zu vermitteln. Unter fachkundiger Anleitung stärken Sie den Muskelaufbau, den Beckenboden und die Koordination. Sie üben dazu Bewegungsmuster ein, damit diese auch Einzug in Ihren persönlichen Alltag halten. Dabei schulen Sie zudem nicht nur Ihre Körperwahrnehmung, sondern auch Ihre Entspannungsfähigkeiten.

8232
Freitag, 22.03., 15.00 - 16.30 Uhr
1 x 2 UStd., entgeltfrei
vhs im Haus am Grünen Ring,
Wilhelmstr. 37
Gabriele Otterstein

ENTSPANNUNG



„GREEN SKETCHING“ - KREATIV ENTSPANNEN

Green Sketching dient uns als Werkzeug, die Schönheit der Natur zu sehen, zu genießen und mit ihr in Verbindung zu treten. Der Fokus liegt auf der Freude der Beobachtung und nicht im Kreieren perfekter Bilder. Wir zeichnen, um Spaß zu haben, zu entspannen und um die Welt mit neuen Augen zu sehen. Es gibt keine detaillierten Anleitungen und es geht auch nicht darum, Dinge korrekt zu zeichnen. Green Sketching vereint ganz einfach die Vorzüge der Naturliebe, der Achtsamkeit und der Kreativität in einer simplen Tätigkeit - dem „Kritzeln“. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte bringen sie das Fol-

gende mit: ein Skizzenbuch oder einen Zeichenblock (blanco, max. DIN A4), Bleistift (HB oder B), Buntstifte und einen Fineliner (schwarz max. 0,4) und wenn möglich Aquarellbuntstifte mit Wassertankpinsel.

8300
sa, 10.00 - 11.30 Uhr, ab 27.07.
3 x 2 UStd., 19,- EUR
Gysenbergstraße 79, Parkplatz
Forsthaus, 44627 Herne
Nicole Schmied

AKTIVIERUNG DER LEBENSENERGIE MIT QIGONG Für Fortgeschrittene

Qigong ist das Zusammenspiel von fließenden Bewegungen, Körperhaltungen, von Atem und Vorstellungsübungen. Es sind

sanfte Bewegungsübungen, die in der traditionellen chinesischen Medizin zur Vorbeugung von Krankheiten eingesetzt werden und für alle Altersgruppen geeignet ist. Qigong bedeutet, durch achtsames und bewusstes Üben von Bewegungsabfolgen die Lebenskraft zu stärken und die Energien zu harmonisieren. Die Teilnehmenden erlernen und trainieren einzelne Qigong-Übungen und Techniken, die für Wohlbefinden und Entspannung sorgen. Bei regelmäßiger Anwendung können diese zu verbesserter Gesundheit, Zufriedenheit und mentaler Stärke führen.

8302
fr, 11.45 - 12.45 Uhr, ab 23.02.
14 x 1 Std., 57,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Gabriele Otterstein

IM WALD BADEN: GRÜN - SCHÖN - GESUND

In unserer modernen Zeit benötigen Körper und Seele verstärkt Entspannungspausen, um wieder in richtige Balance zu gelangen. Studien belegen, dass regelmäßiges Waldbaden das Immunsystem stärkt und vor Zivilisationskrankheiten wie z. B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen schützt. Dies liegt u. a. an der positiven Wirkung der sogenannten Terpene, den Aromen des Waldes. Das Zusammenspiel von Ruhe, Farben, Formen, der Aromen der Bäume und dem hohem Sauerstoffgehalt wirkt ausgleichend auf unsere Stimmung. Beim Waldbaden geht es ums Atmen und ums Spüren mit allen Sinnen, um uns so der Natur anzunähern.

8303

Samstag, 25.05., 10.00 - 13.00 Uhr
4 UStd., 13,- EUR
Gysenbergstraße 79, 44627 Herne,
Parkplatz Forsthaus
Nicole Schmied

GEFÜHLE SIND ZUM FÜHLEN DA Innere Bilder zur Stressbewältigung nutzen

Wir werden uns mit unseren Stressquellen beschäftigen. Die durch Stress entstehenden, blockierenden Gedanken und Gefühle transformieren wir mit Hilfe (neuro-)kreativer Bilder, die uns zu positiven Emotionen verhelfen. Wir begeben uns also auf eine kreative Reise, um mittels Linien und Farben den Weg für neue kreative Lösungen und Veränderungen möglich zu machen.

Dieser Workshop ist für alle geeignet, die sich auf einen gestalterischen Weg begeben möchten.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte bringen Sie jedoch DIN A4-Blätter (blanco), schwarze Fineliner in 0,4 und dicke Bunt- und/oder Filzstiftstifte bzw. gerne auch Aquarellbuntstifte (mit Pinsel und Wasserbehälter) mit.

8304

Samstag, 23.03., 10.00 - 13.00 Uhr
1 x 4 UStd., 15,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Nicole Schmied

WUDANG-SCHWERT

Die Wudang-Berge („Berg des großen Friedens“) gaben der chinesischen Schwertform ihren Namen. Das „Wudang-Schwert“ ist eine bekannte Schwertform, und wie im Tai-Chi-Chuan dient die Schwertkunst der ganzheitlichen Gesundheitsförderung. Langsame, weiche und fließende Bewegungen stehen im Mittelpunkt.

Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmer*innen mit guten Tai-Chi Kenntnissen. Bitte bringen Sie ein eigenes Schwert mit.

8309

do, 18.45 - 20.15 Uhr, ab 22.02.
14 x 2 UStd., 117,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Bing Liu

TAI-CHI-CHUAN YANG STIL

Tai-Chi ist eine auf der alten Tradition der Selbstverteidigung beruhende Gymnastik. Langsame, weiche und fließende Bewegungen harmonisieren mit den natürlichen Bewegungsmöglichkeiten des Körpers und können so die innere Ruhe, Ausgeglichenheit, Konzentration und Ausdauer stärken. In den Kursen wird die traditionelle Langform des Tai-Chi-Chuan gelehrt, bekannt unter dem Begriff „Yang-Stil“. Bitte warme Socken mitbringen.

Fortgeschrittene I:

8310

mo, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 19.02.
16 x 2 UStd., 114,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Rolf Fechter

Fortgeschrittene II:

8311

mo, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 19.02.
16 x 2 UStd., 114,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Rolf Fechter

Anfänger*innen:

8312

mo, 20.15 - 21.45 Uhr, ab 19.02.
16 x 2 UStd., 114,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Rolf Fechter

TAIJI-QIGONG - AKTIVIERUNG DER LEBENSENERGIE

Qigong ist das Zusammenspiel von fließenden Bewegungen, Körperhaltungen, von Atem und Vorstellungsübungen. Die sanften Bewegungsübungen werden zur Aktivierung der Lebensenergie eingesetzt und sind für alle Altersgruppen geeignet. Ziel ist es, durch achtsames Üben von Bewegungsabfolgen die Lebenskraft zu stärken. Die Teilnehmenden erlernen und trainieren einzelne Qigong-Übungen und Techniken. Vorwissen ist nicht notwendig.

8534

di, 10.00 - 11.30 Uhr, ab 20.02.
14 x 2 UStd., 88,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Bing Liu

MEDITATION UND ACHTSAMKEIT

Meditation ist eine Methode, den eigenen Geist zu klären, zu beruhigen und in die Tiefe des eigenen Bewusstseins zu gelangen. Teilnehmende lernen Grundlagen und Formen der achtsamkeitsbasierten Meditation kennen und wie man sie praktisch umsetzt. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke und warme Socken mit.

Workshop:

8376

Samstag, 16.03., 09.00 - 13.00 Uhr
1 x 4 Std., 16,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Andrea Eggert

Kurs „Meditation“:

8377

do, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 22.02.
10 x 2 UStd., 63,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Andrea Eggert

Kurs „Meditation in Bewegung“:

In diesem stehen Meditationen in Bewegung, wie z. B. Gehmeditation oder achtsamen Körperübungen im Fokus.

8379

di, 10.00 - 11.30 Uhr, ab 20.02.
4 x 2 UStd., 25,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Andrea Eggert

TAG DER ACHTSAMKEIT IN STILLE

Der „Tag der Achtsamkeit in Stille“ ist eine Pause vom Alltag, eine Insel der Ruhe in der natürlichen Geschäftigkeit um uns herum, eine Gelegenheit durchzuatmen und bei uns und im gegenwärtigen Moment anzukommen.

Wir verbringen den Tag im Schweigen (!) und mit angeleiteten Meditationsübungen.

Voraussetzung für die Teilnahme: Erfahrung mit Achtsamkeitsübungen und -meditationen. Auch offene Anfänger*innen ohne Mediationserfahrungen sind willkommen.

Bitte bringen Sie eine Decke, bequeme Kleidung, warme Socken und einen Snack für die Mittagspause mit.

8378

Samstag, 01.06., 10.00 - 16.00 Uhr
8 UStd., 25,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Andrea Eggert

AUTOGENES TRAINING Für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen

Dieser Kurs richtet sich an Menschen, die im Alltag gefordert sind und ohne großen Aufwand zur Ruhe kommen können wollen. Autogenes Training (AT) ist eine wissenschaftlich gesicherte und erfolgreiche Methode der Selbstentspannung.

In den sechs aufeinander aufbauenden Übungen werden sechs verschiedene Entspannungsdimensionen nacheinander angesprochen. Ziele sind u.a. eine Steigerung der Konzentrationsfähigkeit, die Gewinnung neuer Kraft bei Erschöpfung und eine geringere Stressanfälligkeit.

Durch die aufeinander aufbauenden Übungen wird schrittweise eine Beruhigung des gesamten Organismus bewirkt. Die Entspannung durch das AT hilft auch in schwierigen und eng getakteten Situationen.

8382

di, 17.30 - 19.00 Uhr, ab 27.02.
9 x 2 UStd., 64,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Ulrich Mennenöh

PILATES - DER SANFTE WEG ZUR STARKEN MITTE
Workshop

Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining, bei dem Körper und Geist in Einklang gebracht werden. Einer der wichtigsten Schlüssel dafür ist die Atmung, die mit der Bewegung verbunden wird. Durch die konzentrierte Ausführung der Übungen wird der ganze Körper gedehnt und gekräftigt, wobei besondere Aufmerksamkeit auf der Stabilisierung des Rumpfes liegt. Dadurch verbessert sich die Körperhaltung und die Wirbelsäule wird entlastet. In diesem Workshop erlernen Sie die Grundlagen des klassischen Mattentrainings nach J. H. Pilates. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke und warme Socken mit.

8383

Montag, 19.08., 14.45 - 17.45 Uhr
1 x 4 UStd., 12,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Birgit Sagna

ENTSPANNUNG UND GELASSENHEIT FÜR DEN ALLTAG
Workshop

In diesem Workshop lernen Sie verschiedene Methoden kennen, um Ihren Alltag entspannter und gelassener zu meistern. Dazu gehören verschiedene Entspannungsverfahren (z. B. PMR und Autogenes Training), sanfte Atem- und Körperübungen sowie Elemente aus dem Achtsamkeitstraining nach Jon Kabat-Zinn. So fördern Sie Ihr allgemeines Wohlbefinden, stärken Ihre Resilienz und schöpfen neue Kraft für Ihren Alltag. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke und warme Socken mit.

8384

Dienstag, 20.08., 10.00 - 13.00 Uhr
1 x 4 UStd., 12,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Birgit Sagna

SHIATSU - JAPANISCHE MERIDIANMASSAGE
Workshop

In diesem Workshop erlernen Sie die Grundlagen der japanischen Meridianmassage Shiatsu. Eine kurze Theorieeinheit erklärt wichtige Begriffe, vorbereitende Übungen zum Erspüren des Hara, Einsatz des Körpergewichts und achtsamem Gewahrsein als Grundhaltung führen zu einer ersten Ganzkörperbehandlung mit den Basistechniken des Shiatsu. So können Sie sich selbst und anderen Menschen im Alltag etwas Gutes tun und Ihren Körper entspannen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke und warme Socken mit. (Shiatsu wird am bekleideten Körper angewendet - es kommt kein Öl zum Einsatz).

8362

Sonntag, 14.04., 10.00 - 13.00 Uhr
1 x 4 UStd., 12,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Birgit Sagna

YOGA

Yoga ist ein Gesundheitstraining für Körper, Geist und Seele. Die sanften, langsamen Körperübungen sind verbunden mit Atem-, Konzentrations- und Entspannungsübungen. Das Erlernen der verschiedenen Yoga-Haltungen zielt auf eine Reduktion von Fehlbelastungen und Überdehnungen sowie einen Aufbau von Beweglichkeit, Kraft und Stabilität und das Finden von Ruhe und Stille zu erlernen. Yoga ersetzt keine medizinische Behandlung und Diagnostik, sondern kann lediglich ergänzend dazu erfolgen. Im Zweifel klären Sie bitte vor Kursbeginn, ob Yoga für Sie geeignet ist.

YOGA AM VORMITTAG:

Mittelstufe:

8351

mi, 10.30 - 12.00 Uhr, ab 21.02.
15 x 2 UStd., 94,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Özlem Cizmici

JIVAMUKTI SPIRITUAL WARRIOR CLASS

Hier geht es um die Einübung einer kraftvollen Jivamukti-Stunde, die aus einer festen Sequenz besteht und in einer fließenden Asanaabfolge unterrichtet wird. Der rauschende, ozeanische Atem ist hier unser Pranayama. Hier liegt die Verbindung auf Atem und Bewegung und dem fließenden Ablauf der Bewegungen. Gelehrt werden hier auch Modifikationen, die die Stunde zusätzlich bereichern können und zusätzliche Inspiration geben.

8342

fr, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 23.02.
16 x 2 UStd., 100,- EUR
St. Marien-Hospital-Eickel (Neubau),
Marienstr. 2
Werner Koberstein

MERIDIAN-YOGA - WORKSHOP

Die ayurvedische Philosophie des Yoga und die traditionelle chinesische Medizin basieren auf der gemeinsamen Grundannahme, dass körperliche Beschwerden durch Störungen des Energieflusses bedingt sind. In diesem Workshop lernen Sie, welche Meridiane Sie über welche Yoga-Übungen ansprechen können. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken und eine Decke mit.

8364

Samstag, 13.07., 09.30 - 12.30 Uhr
1 x 4 UStd., 12,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Birgit Sagna

ASANA-TRAINING Intensiv-Workshop

Eine korrekte Ausführung der Asanas ist zentral für die positive Wirkung von Yoga. In den einzelnen Yoga-Stunden ist jedoch nicht immer ausreichend Gelegenheit vorhanden, die Körperpositionen individuell

zu korrigieren oder zu erklären. Daher möchte dieser Workshop dabei unterstützen, die persönliche Körperausrichtung zu verbessern und Übergänge zwischen den Asanas zu vereinfachen.

8385

Samstag, 02.03., 09.30 - 12.30 Uhr
1 x 4 UStd., 20,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Erkan Selici, Özlem Cizmici

WORKSHOPS AM SAMSTAGMORGEN

jeweils 2 UStd., Entgelt: 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Claudia Di Benedetto

Sanftes Stretching

8314 Samstag, 17.02., 10.00 - 11.30 Uhr

Morgensequenz für mehr Kraft und Energie

8315 Samstag, 09.03., 10.00 - 11.30 Uhr

Erdende Yoga-Praxis für Ruhe

8316 Samstag, 20.04., 10.00 - 11.30 Uhr

Yoga im Hier und Jetzt

8317 Samstag, 04.05., 10.00 - 11.30 Uhr

YOGA FÜR DEN RÜCKEN

8356

mo, 16.15 - 17.45 Uhr, ab 19.02.
16 x 2 UStd., 100,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Birgit Sagna

8361

do, 17.00 - 18.00 Uhr, ab 22.02.
8 x 1 Std., 34,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Lisa Westerdorf Herrera

Für Fortgeschrittene:

8335

mi, 17.45 - 19.15 Uhr, ab 06.03.
13 x 2 UStd., 81,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Mascha Artz, Cindy Erkmann

Mit Vorkenntnissen:

8352

di, 15.15 - 16.45 Uhr, ab 20.02.
15 x 2 UStd., 94,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Özlem Cizmici

Kompaktseminare in der Mittagspause:

8357

di, 12.15 - 13.00 Uhr, ab 05.03.
8 x 1 UStd., 25,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Mascha Artz

8358

mi, 12.15 - 13.00 Uhr, ab 21.02.
15 x 1 UStd., 47,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Özlem Cizmici

HATHA-/HATHA-VINYASA YOGA

Anfänger*innen mit Vorkenntnissen:

8350

mo, 10.15 - 11.45 Uhr, ab 19.02.
16 x 2 UStd., 100,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Cindy Erkmann

Mit Vorkenntnissen:

8321

fr, 15.15 - 16.45 Uhr, ab 23.02.
14 x 2 UStd., 88,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Özlem Cizmici

INTEGRALES YOGA

Sie lernen Hatha-Yoga im Stil des Integralen Yoga nach Swami Shivananda. Dazu gehören Entspannungs-, Körper- und Atemübungen, die den Körper auf sanfte Weise kräftigen und dehnen, das Energiesystem harmonisieren und die Selbstheilungskräfte aktivieren.

Mittelstufe:

8329:

mo, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 19.02.
16 x 2 UStd., 100,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Birgit Sagna

Anfänger*innen mit Vorkenntnissen:

8330

mo, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 19.02.
16 x 2 UStd., 100,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Birgit Sagna

HATHA-VINYASA YOGA-WORKSHOPS In Kooperation mit dem St. Marien-Hospital Eickel

Für fitte und nicht ganz so fitte Anfänger*innen, die die Grundlagen des Yoga erlernen möchten. Sie erfahren u. a., wie Sie Ihre Bewegungen mit Ihrem Atem synchronisieren, und wie Sie Ihren Körper präzise ausrichten (z. B. Füße, Hüfte), um beweglicher zu werden, Stabilität aufzubauen und Fehlbelastungen zu vermeiden.

8371 Samstag, 24.02., 10.00 - 12.00 Uhr
8372 Samstag, 16.03., 10.00 - 12.00 Uhr
8373 Samstag, 27.04., 10.00 - 12.00 Uhr
8374 Samstag, 25.05., 10.00 - 12.00 Uhr
8375 Samstag, 22.06., 10.00 - 12.00 Uhr
jeweils 2 Std., Entgelt 8,- EUR
St. Marien-Hospital-Eickel,
Marienstr. 2, Ruheraum im UG
Erkan Selici

HATHA-VINYASA YOGA

Anfänger*innen (keine/geringe Vorkenntnisse)

8338

do, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 22.02.
15 x 2 UStd., 94,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Erkan Selici

Fortgeschrittene:

8339

mi, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 21.02.
16 x 2 UStd., 100,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Margarete Miara

8340

mo, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 19.02.
17 x 2 UStd., 95,- EUR
St. Marien-Hospital-Eickel, Marienstr. 2
Erkan Selici

8341

mo, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 19.02.
17 x 2 UStd., 95,- EUR
St. Marien-Hospital-Eickel, Marienstr. 2
Erkan Selici

YIN- UND FASZIEN-YOGA

Yin-Yoga ist eine ruhige und passive Yoga-Praxis. Die Übungen werden hauptsächlich im Sitzen oder Liegen ausgeführt. Ziel ist es, die Muskeln zu dehnen, sodass auch z. B. Faszien, das Bindegewebe oder die Tiefenmuskulatur erreicht werden. Dieser Yoga-Stil ist für alle geeignet - ob Anfänger*innen, Fortgeschrittene, ältere Menschen oder sportlich Aktive.

Yin-Yoga (Kurs)

8326

di, 17.00 - 18.30 Uhr, ab 20.02.
15 x 2 UStd., 94,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Özlem Cizmici

Online-Kurse: Yin- und Faszien-Yoga

8366

sa, 09.00 - 10.15 Uhr, ab 02.03.
5 x 75 Min., 26,- EUR
Online, Madlen Kahl

8368

sa, 09.00 - 10.15 Uhr, ab 08.06.
5 x 75 Min., 26,- EUR
Online, Madlen Kahl

Workshops:

8365

Samstag, 24.02., 12.00 - 14.15 Uhr
1 x 2,25 Std., 10,- EUR
Online, Madlen Kahl

8320

Samstag, 01.06., 12.45 - 15.00 Uhr
1 x 2,25 Std., 10,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Madlen Kahl

SANFTES YOGA - WORKSHOP

8319

Samstag, 20.04., 12.45 - 15.00 Uhr
1 x 2,25 Std., 10,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Madlen Kahl



ONLINE-KURS: SANFTES YOGA

8367

sa, 09.00 - 10.15 Uhr, ab 27.04.
5 x 75 Min., 26,- EUR
Online, Madlen Kahl



FASZIEN-YOGA - WORKSHOP

8363

Samstag, 06.07., 09.30 - 12.30 Uhr
4 UStd., 12,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Birgit Sagna

KUNDALINI-YOGA

8345

di, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 20.02.
14 x 2 UStd., 88,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Beate Liersch-Seek

8346

mi, 16.30 - 17.45 Uhr, ab 21.02.
15 x 75 Min., 78,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Beate Liersch-Seek

8347

do, 18.15 - 19.45 Uhr, ab 22.02.
13 x 2 UStd., 81,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Beate Liersch-Seek

GESICHTS-YOGA UND SELBSTMASSAGE

Gesichtsyoga ist ein spezielles Training für die Gesichtsmuskulatur, um das Gesicht zu entspannen, und die Muskeln zu fördern. Abgerundet werden die Kurseinheiten mit kurzen Entspannungselementen. Bitte bringen Sie ein gutes Öl, ein kleines Handtuch, ein Lieblingsserum, eine Gesichtsmaske (wer möchte) und eine Decke für die Schlussspannung mit. Hilfreich wären zudem ein Suppenlöffel, ein Bleistift und einen Gua sha Stein.

Workshop:

8369

Samstag, 24.02., 10.00 - 12.30 Uhr
1 x 2,5 Std., 12,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Iwona Czyz

Online-Kurs:

8370

di, 18.00 - 19.00 Uhr, ab 27.02.
8 x 1 Std., 30,- EUR
Online, Iwona Czyz

YOGA FÜR SENIOREN

8353

mi, 16.00 - 17.30 Uhr, ab 06.03.
14 x 2 UStd., 88,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Mascha Artz, Angela Tollkien

8354

di, 10.30 - 12.00 Uhr, ab 20.02.

16 x 2 UStd., 98,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Mascha Artz, Özlem Cizmici

YOGA AUF DEM STUHL

8355

fr, 10.00 - 11.30 Uhr, ab 23.02.

14 x 2 UStd., 88,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Beate Liersch-Seek

8360

do, 09.30 - 11.00 Uhr, ab 22.02.

15 x 2 UStd., 94,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Erkan Selici

PRÄVENTIONSGYMNASTIK

RÜCKEN IN BEWEGUNG

Ziel des Kurses ist die Kräftigung der Skelettmuskulatur und die Vermeidung bzw. Verringerung von Rückenbeschwerden. Durch Gleichgewichts- und Koordinationsübungen werden zudem Konzentrationsfähigkeit und Körperbewusstsein gefördert. In jeder Stunde erwarten Sie Übungen zur Muskelstärkung, atemgeführte Bewegungen und eine abschließende Meditationseinheit. Vorerfahrungen sind für den Kurs nicht notwendig.

8404

mi, 16.30 - 18.00 Uhr, ab 21.02.

13 x 2 UStd., 82,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Renate Dreyer

GESUNDER RÜCKEN

Ein aufeinander abgestimmtes Übungsprogramm schafft den Ausgleich zum hektischen Alltag und langem Sitzen und Stehen. Der Kurs setzt an den zentralen Stellen an und trainiert somit die für einen gesunden Rücken wichtigsten Muskelgruppen. Das regelmäßige Training beansprucht die Muskulatur und fördert die Beweglichkeit. Eine Entspannungseinheit rundet die Übungen ab.

8407

di, 20.00 - 21.00 Uhr, ab 20.02.

14 x 1 Std., 59,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Doris Brühl

WIRBELSÄULENGYMNASTIK UND BECKENBODENTRAINING

Gewinnen Sie Spaß an Sport und Bewegung (zurück)! Der Kurs dient dem Abbau von Bewegungsmangel, der Vermittlung von gesundheitsgerechtem Bewegungsverhalten, dem Muskelaufbau und der Stärkung des Beckenbodens und Ihrer Koordination. Dabei schulen Sie nicht nur Ihre Körperwahrnehmung, sondern auch Ihre Entspannungsfähigkeiten. Der Kurs ist sowohl für Anfänger*innen wie auch für Fortgeschrittene jeden Alters geeignet.

8411

fr, 10.00 - 11.30 Uhr, ab 23.02.

14 x 2 UStd., 86,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Gabriele Otterstein

8412

mo, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 19.02.

13 x 2 UStd., 73,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Annegret Emmerich

WIRBELSÄULENGYMNASTIK

Ziel ist die Förderung der Beweglichkeit und die Kräftigung der Rückenmuskulatur. Durch gezielte Übungen werden die Muskulatur der Wirbelsäule entspannt, gedehnt und gestärkt, um Rückenschmerzen vorzubeugen und/oder sie zu lindern. Akut Rückenerkrankte sollten die Kursteilnahme ärztlich abklären. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit.

Für Frauen:

8565

di, 10.00 - 11.30 Uhr, ab 20.02.

15 x 2 UStd., 94,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Blanca Pape

Für Männer und Frauen:

8414

mi, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 21.02.

13 x 2 UStd., 73,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Stefanie Walburg

Für Senior*innen:

8530

mo, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 19.02.

16 x 2 UStd., 100,- EUR

Ev. Matthäus-Kirchengemeinde Wanne,
Zeppelinstr. 1
Bernhard Dudel

Mit Pilateselementen:

8440

mi, 17.30 - 19.00 Uhr, ab 21.02.

16 x 2 UStd., 100,- EUR

Gymnasium Wanne, Gerichtsstr. 9
Kathrin Efkemann

neut RÜCKENFIT

8441

mi, 19.05 - 20.35 Uhr, ab 21.02.

16 x 2 UStd., 100,- EUR

Gymnasium Wanne, Gerichtsstr. 9
Kathrin Efkemann

ONLINE-KURS: FASZIENTRAINING

Faszien sind ein Teil des Bindegewebes und ziehen sich wie ein Gerüst durch unseren gesamten Körper, umhüllen die Organe, Muskeln und bilden auch die Sehnen, Bänder und Gelenkkapseln. Damit sie nicht verkleben und verfilzen, werden wir im Kurs unsere Faszien trainieren. Durch federnde und

schwingende Ganzkörperbewegungen und ergänzende Dehnungen wird das Gewebe elastisch gehalten und es wird schmerzhaften Verhärtungen vorgebeugt. Eine eigene Faszienrolle kann verwendet werden.

8442

mo, 17.30 - 19.00 Uhr, ab 19.02.

15 x 2 UStd., 84,- EUR

Online, Gabriele Otterstein

PILATES

Die Pilates-Methode ist ein vielseitiges System aus konzentrierter Atmung, Dehn- und Kräftigungsübungen. Es handelt sich um ein Training, das die Körpermitte kräftigt und der Leistungskraft dienlich ist, die Sensibilisierung der Wahrnehmung der Bewegungsabläufe stärkt und ein aktives Wohlbefinden fördert. Das Training hilft, Verspannungen zu lösen und Fehlhaltungen zu korrigieren.

Für Frauen:

8444

di, 17.45 - 19.15 Uhr, ab 20.02.

11 x 2 UStd., 69,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Diana Gürbüz

PILATES-MIX (60+)

Ohne Mattentraining:

8535

mi, 09.15 - 10.15 Uhr, ab 21.02.

10 x 1 Std., 39,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Gertrud Drilling

Mit Mattentraining:

8536

mi, 10.30 - 12.00 Uhr, ab 21.02.

10 x 2 UStd., 58,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Gertrud Drilling

FIT ÜBER 50!

Gesund und beweglich bleiben bis ins hohe Alter! Diesen Wunsch erfüllen wir mit Spaß und Gruppendynamik, geführt durch ein präventives Aufbauprogramm für das Herz- und Kreislaufsystem, Kräftigung unseres Muskel- und Skelettsystems, Beckenboden-, Wirbelsäulen- und Brain-Training sowie Entspannung.

Für Frauen:

8561

mo, 09.30 - 11.00 Uhr, ab 19.02.

14 x 2 UStd., 79,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Doris Brühl

Für Männer und Frauen:

8562

do, 10.00 - 11.30 Uhr, ab 22.02.

12 x 2 UStd., 67,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Annegret Emmerich



Sommerkurs:

8562A

do, 9.00 - 10.30 Uhr, ab 18.07.
3 x 2 UStd., 19,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Annegret Emmerich

GESTÄRKT IN DEN TAG (55+)

In diesem Kurs steht die Kräftigung aller Muskelgruppen im Mittelpunkt, um im Alltag fit und beweglich zu bleiben. Geübt wird unter physiotherapeutischer Anleitung mit Einsatz von unterschiedlichen Kleingeräten, hauptsächlich auf der Matte, aber auch im Stand.

8415

do, 10.30 - 11.30 Uhr, ab 22.02.
13 x 1 Std., 54,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Kathrin Efkemann

FIT FÜR DEN ALLTAG

Gegen den zunehmenden Bewegungsmangel und die einseitige Belastung im Beruf soll dieser Kurs einen Ausgleich bieten. Daher richtet er sich an alle, die körperlich fitter werden möchten. Die Übungselemente beinhalten Dehn- und Ausdauer-, Kräftigungs-Gleichgewichts- und Entspannungsübungen. Wirbelsäule-Bauch-Bein- und Gesäßgymnastik erhöhen die Beweglichkeit und steigern das Wohlbefinden. Vorwissen wird nicht benötigt.

8416

do, 19.00 - 20.30 Uhr, ab 22.02.
15 x 2 UStd., 94,- EUR
Sporthalle Börsinghauser Str. 64
Bernhard Dudel

BEWEGEN STATT SCHONEN - RÜCKEN STÄRKEN

Dieser Kurs ist ein funktionelles Ganzkörpertraining und für Menschen jeden Alters geeignet. Durch gezieltes Muskeltraining wird ein natürliches Korsett aufgebaut, um Haltungsschäden und Bewegungsmangel auszugleichen. Ein anschließendes Stretching fördert die Flexibilität. Auch sportlich Ungeübte werden zur Bewegung und Sport angeregt, Eigeninitiative wird geweckt und gestärkt.

8417

do, 18.45 - 19.45 Uhr, ab 22.02.
14 x 1 Std., 59,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Doris Brühl

VITAL, BEWEGLICH UND SCHMERZLINDERND Workshops

Wer kennt das nicht? Steifigkeit, Zähigkeit, Schmerzen im Bewegungsapparat, besonders am Morgen? Um vital im Alltag zu sein, erhalten Sie wichtige Tipps und Informationen zu Atemtechnik und zur Mobilisation der Gelenke. Diese werden ausprobiert. Im Vordergrund stehen die Informationen zum Atmen, Dehnen und Faszienrollen. Dazu werden wir

Übungen machen und uns durch Lachen bei Laune halten. Wir sprechen über Schmerzen im Körper, woher sie kommen und was man selbst zur Linderung tun kann. Dazu machen wir Dehnübungen und Rollmassagen. Tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie einen tennisballähnlichen runden Gegenstand mit. Ansonsten erhalten Sie einen von mir. Die Übungen werden im Stehen oder auf dem Stuhl ganz einfach praktiziert. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

8438

Dienstag, 12.03., 18.00 - 19.30 Uhr
1 x 2 UStd., 7,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Nicole Schwerdt

8439

Montag, 22.04., 18.00 - 19.30 Uhr
1 x 2 UStd., 7,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Nicole Schwerdt

FITNESSGYMNASTIK

ZUMBA-KURSE
Alle Angebote: **Seite 95**

BODY-STYLING

Bewegung steigert die persönliche Energie und das Wohlbefinden. Dieser Kurs soll einen Ausgleich für einseitige Bewegungen im Alltag bieten. Er beinhaltet gezielte Kräftigungsübungen für eine geschwächte Rücken-, Bauch- und Oberschenkelmuskulatur sowie Übungen zur Verbesserung der Ausdauer und Kraft. Eine Entspannungs- und Dehnphase beendet die Stunde. Der Kurs ist auch für ältere trainierte Teilnehmer*innen geeignet.

8418

do, 20.00 - 21.00 Uhr, ab 22.02.
14 x 1 Std., 59,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Doris Brühl

RÜCKENFITNESS FÜR FRAUEN UND MÄNNER

Der Kurs beginnt mit einem leichten Herzkreislauf-Training, um den Körper auf die Beanspruchung vorzubereiten. Im Mittelpunkt steht ein ausgewogenes Training der Rumpfmuskulatur sowie der Extremitäten mit Übungen zur Mobilisation, Kräftigung, Koordination und Körperwahrnehmung mit und ohne Gerät. Zum Ausklang werden schwerpunktmäßig Atem-, Entspannungs- und Yogaübungen durchgeführt. Ziel ist in erster Linie die Verbesserung der Haltung, der Beweglichkeit und des Gleichgewichtes, aber auch der allgemeinen Fitness, um Rückenbeschwerden vorzubeugen oder bestehende zu lindern.

8419

di, 17.55 - 19.25 Uhr, ab 20.02.
17 x 2 UStd., 106,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Seyran Cenan



RUDERN FÜR KINDER UND JUGENDLICHE - SCHNUPPERKURS
In Kooperation mit dem

RV Emscher Wanne-Eickel/Herten e. V.

Kinder, die auf der Suche nach einer spannenden, gesunden und teambildenden Sportart sind, die Ihren Ehrgeiz weckt, sind bei uns in den besten Händen. Unser Kindertrainer-Team bringt Kindern dabei die Vielseitigkeit und den Spaß am Rudern nahe (9 bis 18 Jahre). Da eine gewisse Mindestgröße und das Schwimmabzeichen „Bronze“ zu den Voraussetzungen gehören, empfehlen wir ein Mindestalter von neun Jahren, um mit dem Rudern zu starten. Es stehen aber auch zusätzlich spezielle Ruder-Schwimmwesten bei Bedarf zur Verfügung. Das Training wird per Motorboot begleitet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, jedoch das Schwimmabzeichen „Bronze“.

8420

sa, 10.30 - 13.00 Uhr, ab 13.04.
3 x 2,5 Std., entgeltfrei
Bootshaus des RVE,
Hertener Str. 53, 44653 Herne
Stephan Becker, Lukas Lux



SOMMER-RUDER-CAMP Für Kinder und Jugendliche zwischen 12 und 18 Jahren
In Kooperation mit dem RV

Emscher Wanne-Eickel/Herten e. V.



Rudern ist eine gute Möglichkeit zur aktiven Erholung, sorgt die Belastung doch für Wohlempfinden und Entspannung in Geist und Seele. Dabei lässt sich die Belastung im Boot so dosieren, dass die individuelle Leistungsfähigkeit nicht überschritten wird. Ziel des Ferienprogramms ist es, den Rudersport im Kinder- und Jugendalter zu fördern, Wissen über Bootskunde und Schifffahrtsregeln zu vermitteln. Der Nachweis des Schwimmabzeichens „Bronze“ ist erforderlich.

8421

mo - fr, 12. - 16. August,
jeweils von 17.00 - 19.30 Uhr
5 x 2,5 Std., 105,- EUR
Bootshaus des RVE,
Hertener Str. 53, 44653 Herne
Martin Beuth

RUDERKURS FÜR ERWACHSENE ANFÄNGER*INNEN
In Kooperation mit dem

RV Emscher Wanne-Eickel/Herten e. V.

Ziel der sechs Ruder-Einheiten ist das Erlernen der Rudertechnik. Dies wird vermittelt im Mannschaftsboot (Vierer). Unser Ruderevier ist der Rhein-Herne-Kanal. Dazu kommen Bootskunde, Materialkunde und ggf. Grundlagen des Ergometer-Ruderns. Warum Rudern? Beim Rudern beanspruchst Du fast 90 Prozent der Muskelgruppen gleichzeitig und verbrauchst dabei viel mehr Kalorien im Vergleich zu anderen Sportarten. Nämlich 800 kcal pro Stunde, je nach individueller Belastung und Intensität auch mehr. Dein regelmäßiges Rudertraining verbessert

Deine Ausdauerfähigkeit und auch Durchblutung, zudem steigert Du Deine Koordinationfähigkeit. Den großen Risikofaktoren wie Bewegungsmangel, Übergewicht, Bluthochdruck sowie Stoffwechselerkrankungen schlägst Du mit wenig Zeitaufwand ein Schnippchen. Voraussetzungen sind sicheres Schwimmen und möglichst enganliegende Sportkleidung.

8422

do, 17.00 - 19.00 Uhr, ab 11.04.
6 x 2 Std., 50,- EUR
Bootshaus des RVE
Hertener Str. 53, 44653 Herne
Dr. Thomas Herchenbach

BOULE MACHT FREU(N)DE - MIT LEBENSFREUDE AKTIV BLEIBEN!

Um fit zu bleiben oder zu werden, bedarf es keiner körperlichen Höchstleistungen. Sie kommen beim Boule nicht ins Schwitzen, trainieren aber trotzdem wichtige Bewegungen, die man täglich braucht. Die Koordination von Bewegungsabläufen wird ebenso geübt wie der Gleichgewichtssinn.

Wünschenswert ist, wenn eigene Boule-Kugeln und ein kleiner Lappen zum Säubern der Kugeln mitgebracht werden. Denken Sie auch an bequeme, wetterfeste Kleidung, an festes Schuhwerk sowie an ein Getränk.

Bitte geben Sie bei Ihrer Anmeldung an, ob Sie selbst Boule-Kugeln mitbringen oder nicht.

Schnupperabend:

8434

Dienstag, 30.04., 17.30 - 19.00 Uhr
1 x 2 UStd., 6,- EUR
Urban Green, Am Hausacker 45a, Bochum
Nicole Schmied

Einsteigerkurs:

8436

di, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 28.05.
5 x 2 UStd., 33,- EUR
Urban Green, Am Hausacker 45 a, Bochum
Nicole Schmied, Joachim Schmied

Für Fortgeschrittene:

8437

Samstag, 29.06., 10.00 - 13.00 Uhr
1 x 4 UStd., 13,- EUR
Urban Green, Am Hausacker 45a, Bochum
Nicole Schmied, Joachim Schmied

FIT UND FUN FÜR MÄNNER

Vielseitige Einheiten im Bereich Kraft, Koordination und Ausdauer stärken die Koordination, den Spaß an der Bewegung und Freude am Spiel. Der Kurs richtet sich an Männer jeden Alters, die ihrer Gesundheit etwas Gutes tun möchten und Spaß an typischen Sportarten auf Hobby-Niveau haben, wie z. B. Fußball, Basketball, Handball.

8450

do, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 01.02.
18 x 2 UStd., 110,- EUR
Sporthalle Grabenstraße, Grabenstr. 14
Kristopher Tischler, Puyan Eskandari



SCHNUPPERKURS SELBSTVERTEIDIGUNG FÜR FRAUEN
In Kooperation mit dem KSV Herne 1920 e. V.

In Anlehnung an den Jiu-Jitsu (Jiu-Jitsu = japanische waffenlose Selbstverteidigung) werden Abwehrtechniken in Form von gezielten Tritt-, Schlag- und Stoßtechniken am Dummy und mit Hilfe von Pratzen geübt. Weitergehend werden als Einstieg einfache Befreiungen aus Haltegriffen bspw. am Handgelenk gezeigt. Neben dem Erlernen von Abwehrtechniken zur Verteidigung wird nicht nur das Selbstbewusstsein gestärkt, zudem werden Körperbeherrschung, Koordination und Gleichgewicht geschult. Für den Kurs sind normale Sportsachen ausreichend. Die in der Halle ausgelegten Matten sind barfuß oder mit Stoppersocken zu betreten.

8451

fr, 18.30 - 19.30 Uhr, ab 23.02.
4 x 1 Std., 12,- EUR
Gymnastikhalle Erich-Fried-Gesamtschule
Grabenstraße 14, Herne
Britta Gorke

FIT UND BEWEGLICH

Dieser Kurs ist für jede(n), der beweglich werden oder bleiben will und dabei ein angenehmes Körpergefühl aufbauen möchte. Der Spaß steht an erster Stelle und wird durch die Bewegung zur passenden Musik gefördert. Das Übungsangebot ist breit gefächert und variiert in jeder Stunde. Durch ein leichtes Herz-Kreislauftraining in jeder Kurseinheit wird die Kondition und Atmung geschult. Gezielte Kräftigungs- und Dehnübungen stärken die Muskulatur und Koordination.

8457

mo, 20.15 - 21.15 Uhr, ab 19.02.
15 x 1 Std., 63,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Blanca Pape

BODYFUN

Im Kurs werden rhythmische Übungen zur Steigerung von Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit erlernt. Darin enthalten sind Elemente des Stretching, der Bauch-, Bein-, Po- und Wirbelsäulengymnastik sowie Aerobic und Entspannungsübungen nach Musik. Vorkenntnisse werden nicht unbedingt benötigt.

8461

mi, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 21.02.
13 x 2 UStd., 73,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Annegret Emmerich

BODYFIT FÜR FRAUEN

Dieser Kurs zielt auf die Verbesserung der allgemeinen körperlichen Fitness, auf eine Straffung der Muskulatur und des Gewebes sowie auf die Schaffung eines angenehmen Körpergefühls. Bestandteile jeder Kurseinheit ist eine Kombination, bestehend aus einem Herz-Kreislauftraining, gezielten Kräftigungs- sowie Dehnübungen.

Die typischen „Problemzonen“ werden dabei besonders in den Blick genommen.

8463

mo, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 19.02.
15 x 2 UStd., 94,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Blanca Pape

P.B.T. = PERFECT BODY-TONING Für Fortgeschrittene

P.B.T. ist eine Mischung aus Aerobic, Fatburning und Kräftigung. Der gesamte Körper wird umfassend und effektiv trainiert. Ein Stretching zum Ende der Stunde schult die Körpersensibilität und lässt die ermüdeten Muskeln relaxen. Der Kurs richtet sich an Fortgeschrittene.

8467

mo, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 19.02.
13 x 2 UStd., 73,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Annegret Emmerich

FITNESS FÜR MOLLIGE/UNGEÜBTE

Ein Kurs für jeden, der denkt, er würde ein paar Kilo zu viel auf die Waage bringen, schon lange keinen Sport mehr gemacht hat, oder der sich einfach nur gerne bewegen möchte. Der Spaß an der Bewegung steht im Vordergrund. Die schönen Nebeneffekte können sein: mehr Mobilität, fitter werden oder fit bleiben, eine bessere Kondition, gekräftigte Muskulatur, eine Verbesserung der Atmung und einfach nur das gute Gefühl, etwas für sich zu tun. Das Angebot ist breit gefächert und umfasst Übungen aus der Wirbelsäulengymnastik, Aerobic, Herz-Kreislauftraining, Stretching und Entspannung. Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.

8470

mi, 20.15 - 21.45 Uhr, ab 21.02.
13 x 2 UStd., 73,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Stefanie Walburg

NORDIC WALKING & WALKING

Beim Walking trainieren Sie 90 Prozent der Muskeln. Das Herz-Kreislauf- und Immunsystem wird gestärkt und der Kalorienverbrauch gesteigert. Nordic Walking wirkt nicht nur positiv auf den Körper, sondern auch auf den Geist. Sie trainieren ein sportliches, zügiges Gehen, bei dem unter anderem die Körperhaltung, das rhythmische Schreiten und der Armeinsatz eine wichtige Rolle spielen. Aufgrund der gelenkschonenden Ausführung ist es für Rheuma- oder Rückenranke und Übergewichtige besonders geeignet. Wichtig sind gute Schuhe und Nordic Walking-Stöcke. Bitte vorhandene Stöcke zur ersten Stunde mitbringen. Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt, die Teilnehmenden sollten jedoch „gut zu Fuß“ sein und über etwas Kondition verfügen.

8472

sa, 09.30 - 11.00 Uhr, ab 17.02.
19 x 2 UStd., 107,- EUR
Treffpunkt: Sporthalle Gysenberg
Angelika Schulze

SMOVEY-WALK IM GYSENBURG

Ohne große Anstrengung viel bewirken!? Wer darauf Lust hat, ist hier richtig. Wir bewegen uns in einer kleinen Gruppe mit den smovey-Schwingringen in der schönen Natur des Gysenbergparks. Neben dem auf die Bedürfnisse der Teilnehmenden abgestimmten gemeinsamen „Walken“ werden wir kleine Pausen mit Übungen einlegen, die u. a. unsere Koordinationsfähigkeiten verbessern. Die Handhabung der smoveys fällt leicht; intuitiv findet man selbst den Rhythmus für den richtigen Umgang mit ihnen. Wer seine Arme schwingen kann, kommt mit dem smovey-Walk sehr gut zurecht. Dieser Kurs ist für Jede/n geeignet. Die smovey-Schwingringe werden von der Kursleitung bereitgestellt. Bitte achten Sie auf stabiles Schuhwerk und wettergerechte Kleidung.

8474

do, 17.30 - 18.30 Uhr, ab 11.04.

6 x 1 Std., 25,- EUR

Gysenbergstraße 79, 44627 Herne (Parkplatz Forsthaus)

Nicole Schmied

8475

do, 17.30 - 18.30 Uhr, ab 25.07.

5 x 1 UStd., 21,- EUR

Gysenbergstraße 79, 44627 Herne (Parkplatz Forsthaus)

Nicole Schmied

STEP-AEROBIC

Step-Aerobic ist ein rhythmisches Fitnesstraining unter Verwendung eines Step-Brettes. Das Herz-Kreislauf-System wird gefordert, die Körpermuskulatur gestärkt, die Körperhaltung stabilisiert. Durch das Einüben der Bewegungsabfolgen werden die Ausdauer, die Koordination und die Beweglichkeit gefördert.

8476

mo, 18.45 - 19.45 Uhr, ab 19.02.

15 x 1 Std., 56,- EUR

Volkshaus Röhlinghausen, Am alten Hof 28

Daniela Wölke

Für Fortgeschrittene:**8477**

mo, 20.00 - 21.15 Uhr, ab 19.02.

15 x 75 Min., 70,- EUR

Volkshaus Röhlinghausen, Am alten Hof 28

Ulrike Harbott

ZUMBA

Zumba ist eine Kombination aus Ausdauer- und Koordinationstraining. Durch verschiedene Bewegungen wird der gesamte Körper trainiert. Zumba kombiniert Tanz mit Fitness und ist eine Mischung aus lateinamerikanischen Rhythmen und Kardiotraining. Man muss nicht tanzen können, das Wichtigste ist, sich zur Musik zu bewegen und Spaß daran zu haben.

8611

mo, 17.15 - 18.15 Uhr, ab 19.02.

16 x 1 Std., 67,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37

Jürgen Krämer

8612

di, 16.50 - 17.50 Uhr, ab 20.02.

16 x 1 Std., 67,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1

Jürgen Krämer

8613

do 09.15 - 10.15 Uhr, ab 22.02.

15 x 1 Std., 63,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37

Jennifer Zinke

8614

do, 17.45 - 18.45 Uhr, ab 22.02.

15 x 1 Std., 63,- EUR

Gymnasium Wanne, Gerichtsstr. 9

Jürgen Krämer

8615

do, 19.00 - 20.00 Uhr, ab 22.02.

15 x 1 Std., 63,- EUR

Gymnasium Wanne, Gerichtsstr. 9

Jürgen Krämer

Sommerkurs:**8619**

di, 16.50 - 17.50 Uhr, ab 09.07.

6 x 1 Std., 26,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1

Jürgen Krämer

ZUMBA GOLD FÜR AKTIVE ÄLTERE**8617**

di, 15.45 - 16.45 Uhr, ab 20.02.

16 x 1 Std., 67,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1

Jürgen Krämer

Sommerkurs:**8618**

di, 15.45 - 16.45 Uhr, ab 09.07.

6 x 1 Std., 26,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1

Jürgen Krämer

ZUMBA GOLD IM SITZEN**8623**

fr, 09.30 - 10.30 Uhr, ab 23.02.

13 x 1 Std., 62,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1

Jennifer Zinke

WANDERN

Bitte denken Sie bei allen Wanderungen an Getränke, Verpflegung und entsprechende Bekleidung. Treffpunkt ist, wenn nicht anders angegeben, die Eingangshalle im Bahnhof Herne.

WEITE SICHT UND ROMANTISCHE TEICHE

Wir wandern durch das Constantiner Wäldchen und hinauf zu dem Bochumer Tippelsberg - mit großartiger Rundumsicht. Dann geht es hinab zu den romantisch liegenden Grummer Teichen, am VfL-Übungsgelände

entlang und durch Flur und Feld zurück nach Herne (Streckenlänge ca. 13 km).

8481

Sonntag, 04.02., 11.00 - 17.00 Uhr

6 Std., 15,- EUR

Treffpunkt: Waldschule, Wiescherstr. 183

Beatrice Reubelt

VON DER MARGARETHENHÖHE NACH ESSEN-WERDEN

Wir wandern durch den sehenswert angelegten Essener Stadtteil Margarethenhöhe, überwiegend durch hügeliges Gelände nach Essen-Werden, teilweise auf dem Baldeneysteig. Uns erwarten Ausblicke auf die Ruhr und den Essener Süden. Eine gewisse Grundkondition ist erforderlich (Streckenlänge ca. 13 km).

8482

Sonntag, 10.03., 10.00 - 17.00 Uhr

7 Std., 15,- EUR

Beatrice Reubelt

VON DORTMUND-KRUCKEL DURCHS ARDEYGEBIRGE NACH WITTEN

Wir wandern von Dortmund-Kruckel durch das Ardeygebirge und am romantischen Borbach entlang zum Wittener Hohenstein. Dort besuchen wir die Tiergehege von Wildschweinen und Hirschen und genießen die Aussicht auf das Ruhrtal. Danach geht es überwiegend bergab in die Wittener Innenstadt. Das Gelände ist überwiegend hügelig bis bergig (Streckenlänge: 14 km).

8483

Sonntag, 28.04., 10.00 - 17.00 Uhr

7 Std., 15,- EUR

Beatrice Reubelt

LIPPSTADT UND DIE LIPPEAUE

Lippstadt - ein Städtchen mit vielen renovierten Fachwerkhäusern und der Lippe und ihren Auen. Wir wandern entlang der Lippe und ihren Auen, durch Feld, Wald und Flur und schauen uns das Städtchen an. Am Ende kann in Lippstadt eingekehrt werden (Streckenlänge: max. 12 km; es kann abgekürzt werden).

8485

Samstag, 25.05., 10.00 - 18.00 Uhr

8 Std., 15,- EUR

Beatrice Reubelt

DAS BERGISCHE HÜGELLAND UND VELBERT-LANGENBERG

Durch Feld, Wald und Flur wandern wir von Essen-Kupferdreh durch das Hügelland und die Elfringhauser Schweiz zu dem historischen Städtchen Langenberg mit Einkehrmöglichkeiten. Der Weg verläuft größtenteils hügelig bis bergig, überwiegend auf dem Deilbachsteig. Eine gewisse Grundkondition ist erforderlich (Streckenlänge ca. 12 km). Für Wandereinsteiger*innen nicht geeignet!

8486

Sonntag, 16.06., 10.00 - 17.00 Uhr

7 Std., 15,- EUR

Beatrice Reubelt

VOM DÜSSELDORFER FLUGHAFEN NACH KAISERSWERTH

Wir wandern durch Feld, Wald und städtisches Gebiet abwechslungsreich durch den grünen Düsseldorfer Süden. Uns erwartet ein Blick auf das Rollfeld des Flughafens, den Schwarzbach und das Schloss Kalkum. Am Ende geht es noch durch Kaiserswerth zum Rhein, wo uns Bänke mit Aussicht und ein Biergarten erwarten. Die Wege sind eher flach auf überwiegend befestigten Wegen, also turnschuhtauglich. Der Weg kann an mehreren Stellen per ÖPNV in Eigenregie abgekürzt werden (Streckenlänge: 13 km).

8487

Sonntag, 21.07., 10.00 - 17.00 Uhr
7 Std., 15,- EUR
Beatrice Reubelt

DURCH DIE HAARDT UND DIE WESTRUPER HEIDE NACH HALTERN

Von Marl-Sinsen wandern wir durch die waldige, hügelige und sandige Haardt zur historischen Kirche in Flaesheim. Von dort geht es über das Flüsschen Stever mit einem Ziehkahn und dann durch die blühende Westrupe Heide in die Altstadt von Haltern am See. Die Strecke kann in Eigenregie an mehreren Stellen abgekürzt werden. Außerhalb der Haardt kann es u. U. sehr warm werden, und es besteht über eine längere Distanz keine Möglichkeit, Getränke nachzukaufen oder einzukufen (Streckenlänge: 17 km).

8488

Sonntag, 18.08., 10.00 - 17.00 Uhr
7 Std., 15,- EUR
Beatrice Reubelt

WASSERSPORT



Bei den Angeboten zum Sportbootführerschein sowie zum Sportküstenschiffer/SKS fallen Zusatzkosten für Lehrbücher, Fragebögen, Prüfungsgebühren, Übungskarten etc. an. Die exakten Zusatzkosten finden Sie auf unserer Homepage: www.vhs-herne.de

INFORMATIONSBAND WASSERSPORTFÜHRERSCHEINE

Für alle Wassersportkurse findet ein unverbindlicher Informationsabend statt. Wir stellen Ihnen die verschiedenen Wassersportführerscheine, ihre Geltungsbereiche und Voraussetzungen für die Teilnahme ausführlich vor. So können Sie entscheiden, welcher Kurs für Sie der richtige ist. Sofern Sie sich Ihrer Wahl sicher sind, können und sollten sich schon vorher zu den Kursen anmelden, um sich einen Platz zu sichern.

8491

Montag, 19.02., 18.30 - 20.00 Uhr
1 x 2 UStd., entgeltfrei
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Wolfgang Driemel

SPORTKÜSTENSCHIFFER/SKS

Der Sportküstenschifferschein hat seinen Geltungsbereich auf den allen Meeren bis zu einem Abstand von zwölf Seemeilen von der Festlandküste. Er kann sowohl unter Motor als auch unter Segeln und Motor erworben werden. Voraussetzung ist der Besitz des amtlichen Sportbootführerschein See. Im aktuellen Semester wird das theoretische Wissen für den Sportküstenschifferschein vermittelt und die Schüler*innen bis zur Theorieprüfung durch den beauftragten Prüfungsausschuss des Deutschen Seglerverbandes begleitet. Terrestrische Navigation, Gezeitenkunde, Wetterkunde, Gesetzeskunde, Seemannschaft und Yachtführung sind Schwerpunkte des Kurses. Für die benötigten Praxiskenntnisse und Seemeilen bietet der Dozent entsprechende Törns auf Nord- und Ostsee sowie auf dem Mittelmeer an. Diese gehören nicht zum Kursinhalt. Mindestalter: 16 Jahre.

8492

mo, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 26.02.
12 x 2 UStd., 75,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Wolfgang Driemel

THEORIE SPORTBOOTFÜHRERSCHEIN - GELTUNGSBEREICH SEE Mit Binnen-Kurs kombinierbar

Es wird das benötigte theoretische Wissen für den amtlichen Sportbootführerschein, Geltungsbereich See vermittelt und die Schüler*innen bis zur Prüfung durch den Deutschen Seglerverband begleitet. Für benötigte Praxiskenntnisse werden Trainingsmöglichkeiten außerhalb der vhs angeboten mit zusätzlichen Kosten. Der amtliche Sportbootführerschein Geltungsbereich See berechtigt zum Führen eines Sportbootes mit einer Motorkraft ab 15 PS auf deutschen Seeschiffahrtsstraßen und bestimmten angrenzenden Binnenwasserstraßen. Er ist Voraussetzung zum Erwerb weiterführender Scheine und wird in allen Ländern als äquivalenter Führerschein für den Küstenbereich anerkannt.

8493

di, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 27.02.
10 x 2 UStd., 63,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Wolfgang Driemel

SPORTBOOTFÜHRERSCHEIN Geltungsbereich Binnen Motor/Segeln

Dieser amtliche Sportbootführerschein Geltungsbereich Binnen berechtigt zum Führen eines Sportbootes auf den deutschen Binnenschiffahrtsstraßen. Der Kurs vermittelt die erforderlichen theoretischen Inhalte nach den Ausbildungsvorschriften der Sportbootführerschein-Verordnung. Er begleitet die Schüler*innen bis zur theoretischen Teilprüfung durch den Deutschen Seglerverband.

8494

di, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 28.05.
3 x 2 UStd., 19,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Thomas Hocevar

WASSERGYMNASTIK

Ziel dieser konditionellen Wassergymnastik ist die gesundheitsorientierte Ausdauerförderung im Wasser. Aqua-Fit ist ein Herz-Kreislauftraining im moderaten Bereich mit und ohne Geräten. Vorerfahrungen sind für den Kurs nicht notwendig, jedoch sollten Sie eine Badekappe zum Kurs mitbringen. Die Kurse finden Seniorenwohnanlage Wörthstraße 11-17 in 44629 Herne statt.

8570

mo, 12.00 - 12.45 Uhr, ab 19.02.
15 x 1 UStd., 134,- EUR
Angelika Schulze

8571

mo, 13.00 - 13.45 Uhr, ab 19.02.
15 x 1 UStd., 134,- EUR
Angelika Schulze

8572

fr, 14.15 - 15.00 Uhr, ab 23.02.
18 x 1 UStd., 161,- EUR
Yadviga Leonhard

TANZ

WORKSHOP AFRIKANISCHER TANZ - ENTDECKE DEINE LEBENDIGKEIT!

In diesem Workshop werden Elemente aus dem westafrikanischen Tanz vermittelt und zu einer kleinen Choreografie verbunden. Der Tanz wird durch Live-Trommelmusik von erfahrenen Trommlern begleitet - Tanzen wie in Afrika! Afrikanischer Tanz ist ein dynamisches Workout für den ganzen Körper, stärkt die Kondition, die Koordination und das Rhythmusgefühl. Die Kommunikation zwischen Tänzer*innen und Trommler*innen macht den Workshop zu einem besonderen Erlebnis. Er ist für Anfänger*innen geeignet und für alle Menschen, die Freude an tänzerischer Bewegung und Rhythmus haben. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, ein T-Shirt zum Wechseln, ein Getränk und ggf. einen kleinen Snack für die Pause mit.

8622

Samstag, 25.05., 13.30 - 16.30 Uhr
1 x 4 UStd., 50,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Birgit Sagna

ZUMBA-KURSE
Alle Angebote: **Seite 95**

ORIENTALISCHER TANZ Workshop für Frauen

„Raqs sharki“, der älteste Tanz der Welt, steht immer noch hoch im Kurs. Aber auch weniger Trendbewusste, die etwas für sich und ihren Körper tun möchten, werden in diesem Kurs die Gelegenheit dazu bekommen. Wir lernen die Grundbewegungen des orientalischen Tanzes und entwickeln ein Gefühl für die Rhythmik des orientalischen

Tanzes. Mit viel Spaß und Kreativität entwickeln wir eine kleine Choreographie.

8624

Samstag, 16.03., 11.00 - 14.00 Uhr
4 UStd., 13,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Diana Gürbüz

DISCOFOKKURS

Lernen Sie von den Weltmeistern im Discofox neben dem 4er-Grundschrift (klassisch ist der 3er-Grundschrift) auch Tanzfiguren, die sich zu einer kleinen Tanzfolge zusammenbauen lassen. Tanzen Sie zu aktueller Musik und finden Sie heraus, wie viel Spaß Tanzen machen kann. Nach dem Kurs sind Sie für die nächsten Partys oder Hochzeiten gut gerüstet. Mitzubringen sind neben sauberen Schuhen (Tanz-/Turnschuhe) und etwas zu trinken vor allem gute Laune. Eine paarweise Anmeldung ist wünschenswert, da ansonsten in weiten Teilen alleine getanzt werden muss.

Ohne Vorkenntnisse:

8629

sa, 10.00 - 11.00 Uhr, ab 02.03.
7 x 1 Std., 68,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Marcel Hugler, Nadine Schulze

Mit Vorkenntnissen:

8630

sa, 11.15 - 12.45 Uhr, ab 02.03.
7 x 2 UStd., 100,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Marcel Hugler, Nadine Schulze

**PARTYTAUGLICH!
Workshop**

Ein Kurs für die, die sowieso schon immer mal Tanzen lernen wollten, sich aber noch nicht so trauen. Wir bringen Ihnen alle wichtigen gebräuchlichen Tänze näher: Foxtrott, Walzer, Cha-Cha-Cha, Boogie/Jive, Salsa, Tango ... Der Workshop beginnt von ganz vorne und ist für Anfänger*innen geeignet. Aber auch für diejenigen, die auffrischen möchten, aber viel oder alles vergessen haben. Das Kursprogramm sprechen wir in der ersten Stunde ab. Vorkenntnisse oder eine paarweise Anmeldung sind nicht erforderlich! Bitte bringen Sie sich etwas zu trinken und saubere nicht markierende Schuhe mit.

8633

Sonntag, 17.03., 10.00 - 13.00 Uhr
4 UStd., 34,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Horst Bartsch, Susanne Bartsch

**SALSA & BACHATA
Workshop**

Die Salsa ist der zeitgenössische Ausdruck karibischer Lebensfreude - im Prinzip Discofox auf lateinamerikanisch. Bachata, spätestens seit „Obsession“ von Aventura vor einigen Jahren ein absoluter Geheimtipp, darf auf keiner Latin-Party fehlen. Leicht zu lernen und sehr erotisch ... Vorkenntnisse

oder paarweise Anmeldung sind nicht erforderlich! Bitte bringen Sie etwas zu trinken und saubere, nicht markierende Schuhe mit.

8634

Sonntag, 02.06., 10.00 - 13.00 Uhr
4 UStd., 34,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Horst Bartsch, Susanne Bartsch

**WEST COAST SWING
Workshop**

In den USA hat sich der West Coast Swing zu einem der beliebtesten Paartänze entwickelt und findet auch in Europa immer mehr Anhänger - nicht zuletzt, weil er zu nahezu jeder Musik im 4/4-Takt und damit zu Blues, R'n'B, Funk, Clubsounds, Swing und sicher auch Ihrer Lieblingsmusik getanzt werden kann. Vorkenntnisse oder eine paarweise Anmeldung sind nicht erforderlich! Bitte bringen Sie etwas zu trinken und saubere Wechselschuhe mit.

8635

Samstag, 08.06., 10.00 - 13.00 Uhr
4 UStd., 34,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Horst Bartsch, Susanne Bartsch

**BOOGIE & SWING/ LINDYHOP
Workshop**

Fetziges Musik und improvisierte Tanzfiguren mit viel guter Laune sind typisch für den Swing. Da es keine Akrobatik gibt, ist der Kurs für jedes Alter geeignet. Genau das Richtige für alle, die bei schnellen Liedern nicht von der Tanzfläche flüchten wollen. Vorkenntnisse oder eine paarweise Anmeldung sind nicht erforderlich! Bitte bringen Sie etwas zu trinken und saubere, nicht markierende Schuhe mit.

8636

Samstag, 08.06., 13.30 - 16.30 Uhr
4 UStd., 34,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Horst Bartsch, Susanne Bartsch



**BALLET-TRAINING
FÜR ERWACHSENE**

Es wird das klassische Ballett-Training nach der russischen Waganowa-Technik unterrichtet (sechs bis zehn Teilnehmende). Nach einem Training an der Stange und in der Mitte werden kleine klassische Ballettkompositionen ausprobiert und zu Ballettnummern weiterentwickelt. Ziel des Balletts ist die Schwerelosigkeit der Bewegungen und dass durch die erlernte Spannung im Körper Haltung, Gang und Ausdruck weiterentwickelt werden. Bitte bringen Sie Gymnastikleidung und Ballett- oder Gymnastikschuhe mit.

Anfänger*innen:

8638

fr, 16.00 - 17.30 Uhr, ab 23.02.
17 x 2 UStd., 107,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Jimaa Le Grand

Mit guten Vorkenntnissen:

8639

Sonntag, 21.04., 10.30 - 13.30 Uhr
1 x 4 UStd., 13,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Jimaa Le Grand



**Mit Vorkenntnissen
- Sommerkurs:**

8640

fr, 16.15 - 17.45 Uhr, ab 12.07.
5 x 2 UStd., 35,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Jimaa Le Grand



**Ballett-Training für
Anfänger*innen mit
Vorkenntnissen - Sommerkurs:**

8637

mi, 16.15 - 17.45 Uhr, ab 10.07.
5 x 2 UStd., 35,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Jimaa Le Grand

SALSA FÜR FRAUEN

Für Frauen, die Freude an lateinamerikanischer Musik haben. Es ist kein Tanzkurs im klassischen Sinne, in dem feste Tanzschritte eingeübt werden. Zu Salsa, Merengue, Cumbia, Mambo, Bachata werden wir in der Gruppe tanzen und Freude haben, uns rhythmisch zu bewegen und Lebensfreude zu erfahren. Bitte bringen Sie saubere Schuhe mit.

Kurse:

8641

mo, 11.00 - 12.30 Uhr, ab 26.02.
16 x 2 UStd., 101,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Erika Herrera Hernandez

8642

fr, 18.45 - 20.15 Uhr, ab 23.02.
16 x 2 UStd., 101,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Erika Herrera Hernandez



Sommerkurs:

8646

do, 16.15 - 17.45 Uhr, ab 11.07.
4 x 2 UStd., 25,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Erika Herrera Hernandez

Workshops:

8643

Samstag, 20.04., 13.30 - 16.30 Uhr
1 x 4 UStd., 12,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Erika Herrera Hernandez

8644

Samstag, 04.05., 11.00 - 14.00 Uhr
1 x 4 UStd., 12,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Erika Herrera Hernandez



**SALSA FÜR
7- BIS 12-JÄHRIGE**

Die Salsa-Kurse in den Ferien sind für alle Kinder geeignet, die Lust haben, sich zu Musik zu bewegen! Es ist kein Tanzkurs im klassischen Sinne, in dem feste Tanzschritte eingeübt werden, sondern bei dem die Freude am gemeinsamen Tanzen und an der Musik im Vordergrund steht. Zu Salsa, Merengue, Cumbia, Mambo, Bachata werden wir in der Gruppe tanzen und Freude haben, uns rhythmisch zu bewegen und Lebensfreude zu erfahren. D. h. der Schwerpunkt liegt nicht auf der Perfektion des Erlernten, sondern auf dem Miteinander. Bitte bringt saubere Schuhe mit.

In den Osterferien:

8647

mo - do, 25. - 28. März,
jeweils von 11.00 - 12.30 Uhr
4 x 2 UStd., 17,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Erika Herrera Hernandez



In den Sommerferien:

8648

mo, 15.00 - 16.30 Uhr, ab 08.07.
4 x 2 UStd., 17,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Erika Herrera Hernandez



**BILDUNGSURLAUBE
NACH DEM AWBG NRW**

Arbeitnehmer*innen in NRW können sich für bis zu fünf Arbeitstage im Jahr für berufliche und politische Weiterbildung freistellen lassen. Dies regelt das Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG NRW).

Mehr Informationen: **Seite 18**

**LIFE BALANCE -
LEISTUNGSFÄHIGKEIT UND
REGENERATION IM GLEICHGEWICHT**

In Zeiten zunehmender Arbeitsverdichtung, Flexibilisierung und Beschleunigung von Arbeitsprozessen ist es von besonderer Bedeutung, wie eigene Potenziale genutzt werden können, welche Möglichkeiten mentaler, emotionaler und körperlicher Stärkung individuell passend sind und wie eine Begegnung von Anforderungen gelassen und effektiv gelingen kann. Die Teilnehmenden lernen und erproben Werkzeuge aus der LifeBalance und Body-Mind-Forschung zur Selbststeuerung. Praktische Übungen (Yoga, NeuroKinetik, Achtsamkeit) runden den Bildungsurlaub ab.

8387

mo - fr, 15. - 19. Juli, 09.30 - 14.30 Uhr
38 UStd., 133,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Nicole Schmied

**STÄRKENORIENTIERUNG STATT
BURNOUT - DIE CHANCE FÜR EIN
ERFOLGREICHERES UND
ZUFRIEDENERES BERUFSLEBEN**

Viele Menschen konzentrieren sich im Arbeitsleben auf ihre Schwächen und versuchen diese auszugleichen, obwohl dieser Ansatz viel Kraft kostet und demotivieren kann. Die Fokussierung auf eigene Kompetenzen, deren Förderung und Nutzung ist effektiver. Die Teilnehmenden erkunden, wie Potenziale genutzt werden können. Theorievermittlung, Selbstreflexion und Kleingruppenarbeit sind einige Methoden, die angewandt werden.

8388

mo - do, 25. - 28. März, 09.00 - 16.00 Uhr
34 UStd., 119,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Bruno Martin

**SELBSTFÜRSORGE: ENTSPANNUNG,
ERNÄHRUNG UND BEWEGUNG
ZUR GESUNDERHALTUNG
FÜR BERUF UND ALLTAG**

In der anspruchsvollen Berufswelt ist der Blick auf die eigene Selbstfürsorge unverzichtbar. Sie stärkt die innere Widerstandskraft und erhöht unser Wohlbefinden und die Gesundheit. Selbstfürsorge ist hilfreich und notwendig, um Stress leichter bewältigen zu können. In diesem Bildungsurlaub werden die Instrumente der Selbstfürsorge wie Achtsamkeits- und Entspannungsmethoden, bewusste Ernährung sowie regelmäßige Bewegung vermittelt und in praktischen Übungen umgesetzt.

8389

mi - fr, 03. - 05. April, 09.30 - 15.30 Uhr
24 UStd., 84,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Nicole Schmied

**RESILIENZ-FÄHIGKEIT UND
STRESSBEWÄLTIGUNG FÜR
BERUFSTÄTIGE DURCH
YOGA UND ACHTSAMKEITSPRAXIS**

Unruhige Zeiten und alltägliche Herausforderungen im Berufs- und Privatleben sorgen nicht selten für Stress. Was tun, wenn Stress und Anspannung den Alltag bestimmen? In diesem Bildungsurlaub werden Methoden vorgestellt, um Stress besser zu bewältigen und stressbedingten Krankheiten vorzubeugen. In Theorie und Praxis erfahren Sie, wie Yoga, Atemübungen, Meditation und Entspannung ihre ausgleichende Wirkung entfalten. Bitte bringen Sie eine Yogamatte, ein Yogakissen sowie bequeme Yoga-/Sportkleidung, eine Decke und Schreibzeug mit.

8391

di - fr, 02. - 05. April

8392

di - fr, 20. - 23. August

jeweils di - do: 8.30 - 15.30 Uhr,
fr: 8.30 - 13.30 Uhr
32 UStd., 112,- EUR
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
Angelika Janka

**COOL-DOWN STATT BURN-OUT -
NEUE KRAFT FÜR IHREN ALLTAG**

Sie erlernen Entspannungsmethoden, Meditationstechniken, Methoden aus dem Achtsamkeitstraining sowie Übungen aus dem Integralen Yoga und der TCM mit dem Ziel, einen Zustand der körperlichen und geistigen Entspannung zu erfahren und die erlernten Methoden im Alltag umsetzen zu können. Zudem lernen Sie, die eigene Lebenssituation sowie Denk- und Verhaltensmuster zu reflektieren und hinsichtlich stressrelevanter Faktoren zu analysieren, um dadurch im Alltag Stress vorbeugen und reduzieren zu können. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken und eine Decke mit.

8393

mo - mi, 25. - 27. März, 09.30 - 16.30 Uhr
24 UStd., 86,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Birgit Sagna

**YOGA UND NATURERLEBEN
ZUR STÄRKUNG DER RESILIENZ**

Resilienz bezeichnet die seelische Widerstandskraft, mit der wir Krisen, Stressbelastungen oder Schicksalsschläge überwinden und sogar gestärkt aus ihnen hervorgehen können. Selbstwirksamkeit, Optimismus und Akzeptanz sind Eigenschaften, die jede*r erlernen kann und die wir durch Yoga und Naturerleben vertiefen können. Der Bildungsurlaub gibt einen theoretischen Einblick in das Trainieren von Resilienz, vermittelt praktische Übungen aus dem Yoga und dem Waldbaden, um den Herausforderungen im Berufs- und Privatleben entspannter und gelassener begegnen zu können. Nähere Informationen zur Unterbringung und zu Stornierungsbedingungen finden Sie auf hier: www.vhs-herne.de.

8395

mo - fr, 03. - 07. Juni
mo: 12.00 Uhr, di-do: 08.30-15.30 Uhr,
fr: bis 13.45 Uhr
38 UStd., 618,- EUR
Bergkloster Bestwig, Bergkloster 1,
59909 Bestwig
Barbara Sering

**FOCUSING UND ARBEIT
MIT DEM „INNEREN TEAM“ - DIE
EIGENE PERSÖNLICHKEIT STÄRKEN**

Zwei psychologische Methoden der Persönlichkeitsentwicklung stehen im Mittelpunkt: „Focusing“ und die Arbeit mit dem „Inneren Team“. In der Arbeit mit dem „Inneren Team“ geben wir wesentlichen inneren Stimmen (Kind, Jugendliche, Eltern, Erwachsene) Gelegenheit, ihren Beitrag zu leisten. Zusätzlich wird die Methode des „Focusing“ vorgestellt. Um gute Entscheidungen treffen zu können, ist es hilfreich, sich aus dem Dilemma einer einseitigen Orientierung an entweder Verstand oder Emotionen zu befreien.

8399

mo - fr, 15. - 19. Juli, 09.00 - 16.00 Uhr
42 UStd., 147,- EUR
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
Bruno Martin